

S E T I E M B R E / S E P T E M B E R 2 0 1 4

SEGUNDO IDIOMA *SECOND LANGUAGE*

BOLETÍN MENSUAL DEL PROYECTO / MONTHLY NEWSLETTER BY
Rosa's Conversations

⌘ Editorial ⌘

La “Página de los estudiantes” se llamó inicialmente “Salud y Educación” porque mi intención era rescatar temas que, para mí, abarcaban mucho más que términos médicos o enseñanzas convencionales. Mi definición de educación, algo arbitraria quizás, incluye cualquier experiencia que pueda serle útil a otro. La de salud es igualmente amplia, y va desde comidas y estilos de vidas hasta cualquier información que pueda ayudar al bienestar de otros.

Pero no era justo limitar los aportes de mis estudiantes sólo a esos temas, por más amplios que fueran. Mark, con su artículo sobre Chihuahua, me abrió los ojos sin darse cuenta (si yo no aprendiera de mis alumnos también, no estaría haciendo lo que hago). Así que “Salud y Educación” puede ser ahora parte de la Editorial y está abierta a quien quiera compartir sus conocimientos sobre estos temas, sea un alumno o no.

Aprovecharé esta oportunidad entonces para difundir el trabajo del Dr. Amos Deinard, el hermano de Miriam (una querida amiga y estudiante mía). Tuve la suerte de que ellos me contactaran para una traducción dental que

The “Students’ Page” was previously called “Health and Education” because I intended to highlight subjects that, for me, go beyond medical terminology or conventional lessons. My definition of education—somewhat arbitrary perhaps—includes any experience that is useful to another person. My definition of health is equally broad and can go from foods and lifestyles to any information that could enhance someone’s well-being.

But it wasn’t fair to limit my students’ inputs to those subjects—as broad as they were. Unbeknownst to Mark, his Chihuahua article opened my eyes. (If I didn’t learn from my students myself, I wouldn’t be doing what I do!) So “Health and Education” might be now part of the Editorial and it is open to anyone who wants to share their knowledge about these matters.

I will take this opportunity then to spread the word about Dr. Amos Deinard’s work, Miriam’s brother—a dear friend and student of mine. I had the chance to be contacted by them for a dental translation that sought to inform the Spanish-speaking population about the importance of cavity prevention in children and adolescents primarily. The campaign slogan is “cavities, the most common chronic disease of childhood can be prevented.”

Segundo Idioma / Second Language

buscaba informar a la población hispanohablante sobre la importancia de prevenir las caries en niños y adolescentes principalmente. El eslogan de la campaña es “la caries, la enfermedad crónica más común de la infancia, puede prevenirse”.

Enfatiza la importancia del flúor en nuestro cuidado dental. Es por eso que tenemos pastas de dientes y enjuagues bucales con flúor, y es por eso también que el agua en Minneapolis¹ contiene flúor. Según la Asociación Dental Americana, la fluoración del agua² es la medida de salud pública más eficaz para prevenir la caries dental.

El Centro de Control y Prevención de Enfermedades la llama uno de los diez logros más importantes del siglo XX a nivel de salud pública, pues redujo las desigualdades sociales en cuanto a salud oral. Aunque existe cierta controversia alrededor del flúor, éste se halla en muchos alimentos comunes, como pescados, mariscos y verduras, y es beneficioso cuando se consume en la cantidad adecuada.

El problema es que muchas personas no están al tanto de que el agua del grifo en Minneapolis está entre las mejores del país³ y se puede beber (es potable). Es cierto que cuando uno llega de lugares en los que no es fácil encontrar agua potable, es difícil superar las aprehensiones personales. Pero todos deben saber que **el agua de grifo aquí es potable y aunque la hiervan o la filtren, seguirá siendo fluorada** (uno sólo puede eliminar el flúor del agua usando filtros de osmosis inversa). Aquellos que beban agua embotellada deben saber que es agua de grifo filtrada, sin flúor. Pero como algunas embotelladoras agregan flúor al agua filtrada, lean la etiqueta de la botella para más detalles. Estar informados nos da la fuerza y la posibilidad de elegir lo mejor para nuestras vidas. Así que no duden en difundir los beneficios del agua de grifo⁴.

It emphasizes the importance of fluoride in our dental care. That's why we have fluoride toothpastes and mouthwashes; and our local water in Minneapolis¹ also contains fluoride. According to the American Dental Association, water fluoridation² is the single most effective public health measure to prevent tooth decay.

It has been called by the Centers for Disease Control and Prevention one of the top ten great public health achievements of the 20th Century, reducing social inequalities when it comes to oral health. Although there is some controversy about fluoride, it is found in many commonly eaten foods—like fish, seafood, and vegetables—and it is beneficial when it's used in the right amount.

*The problem is many people are not aware of the fact that Minneapolis water is among the best tap water in the Nation³, so it is drinkable. It's true that when you come from places where clean water is hard to find, it's difficult to overcome your apprehensions. But everyone should know that **tap water here is drinkable and even if you boil it or filter it, it still is fluoridated water**—you can only get rid of fluoride through reverse osmosis filters. Those who drink bottled water should know that it is filtered tap water without fluoride. And because a few bottlers add fluoride to the filtered water, it is necessary to read the label on the bottle. Knowing facts empowers us and allows us to make better choices in our lives. So spread the word about tap water⁴ and its benefits.*



Segundo Idioma / Second Language

¿De qué más me enteré hablando con el Dr. Deinard? De hechos muy interesantes sobre salud oral. Por ejemplo, del trabajo que los proveedores médicos de atención primaria (PCMP, por sus siglas en inglés) están haciendo como parte de los cuidados preventivos de los niños durante sus controles médicos de rutina, incluso antes de que les salga el primer diente. Es ahí cuando le enseñan a la persona encargada del niño a cuidarle la boca para cuando le salga el primer diente. Una vez que éste aparece, el PCMP puede aplicarle barniz de flúor cada tres meses como parte de sus exámenes de prevención. Fue entonces que me explicó la diferencia entre el flúor tópico y el flúor sistémico; qué es la fluorosis y cómo prevenirla; y la importancia del barniz de flúor, una capa protectora transparente con la que se “pintan” los dientes para protegerlos contra las caries en un procedimiento indoloro que toma menos de cinco minutos y que está cubierto por Medicaid y MNCare para menores de 21 años. ¡Uf! Aprendí tantas cosas hablando con él que tendrán que visitar su página web para saber más:

www.minnesotaoralhealthproject.com

Y si no les es suficiente y tienen más preguntas o quieren ayudar a promover y crear conciencia sobre la salud oral, no duden en contactarme a:

What else did I learn when talking to Dr. Deinard? Very interesting facts about oral health, like the work Primary Care Medical Providers (PCMP) are doing as part of Well Child Care—even before the first tooth erupts when they can educate the caregiver how to care for the mouth when the first tooth erupts.

Once the first tooth erupts, the PCMP can apply fluoride varnish every three months as part of the well-child examination. That is when he explained to me the difference about systemic and topical fluoride. What dental fluorosis is and how to prevent it. The importance of fluoride varnish—a protective transparent layer that is painted onto your teeth to protect them against cavities in a painless procedure that takes less than five minutes—and it is covered by Medicaid and MNCare for people under 21 years old. Uff da! I learned so many things talking to him that you will have to visit his webpage to know more.

www.minnesotaoralhealthproject.com

And if that is not enough and you have more questions or want to help promote oral health awareness, feel free to contact me at:

rosa.conversations@hotmail.com

1 Algunos condados son abastecidos con agua de pozo, principalmente en la Gran Minnesota. Esa agua en general no tiene mucho flúor, pero usted puede llamar al Departamento de Salud local para saber más detalles sobre el contenido de flúor en su agua y tomar medidas para compensar cualquier posible carencia. /
There are some counties supplied by well water, mainly in Greater Minnesota. The fluoride amount in those cases is usually low, but you can call your local health department to know more details about the fluoride content in your water and take measures to compensate a possible shortage.

2 Otros países, como Francia, han elegido agregar flúor en la sal (sal fluorada). /
Other countries, like France, have chosen salt fluoridation

3 <http://www.tapmpls.com>

4 http://www.minneapolismn.gov/publicworks/water/water_waterfacts

Segundo Idioma / Second Language

PAGINA DE LOS ESTUDIANTES / STUDENTS' PAGE

UN PAN DE MIEL ESPECTACULAR

Este año gané el primer premio en la categoría de Abejas y Miel por mi pan de canela y miel en la Feria Estatal de Minnesota. Llevé unas muestras del pan a nuestra sesión grupal del martes con Rosa y ella me pidió la receta, fotos y un artículo.

Empecé a inscribir panes en la Feria Estatal de Minnesota cuando recién me mudé a este estado en los setenta. Aprendí a hornear pan mientras estudiaba en la universidad y decidí que inscribirme en la Feria Estatal podía ser una buena forma de integrarme a mi nueva comunidad.

Gané algunos premios en los setenta y luego no pude volver a inscribirme hasta 32 años después. En el 2011, decidí intentarlo de nuevo. Gané unos premios más y desde entonces he seguido inscribiéndome.

Año tras año, cada vez que lleno el formulario de inscripción para la competencia, prometo que antes de la misma probaré las recetas que planeo usar y que seleccionaré metódicamente la mejor de ellas. A pesar de mis buenas intenciones, aún no lo he hecho. En lugar de eso, una noche antes de la competencia busco ideas para mi receta y siempre termino modificando o creando una propia. Desafortunadamente, eso no me da la posibilidad de probar el pan antes de inscribirlo, pero le agrega algo de dramatismo al asunto.

AN OUTSTANDING HONEY BREAD

by **Sharon Decker**

This year I won a blue ribbon for my honey/cinnamon raisin bread in the Bee and Honey division at the Minnesota State Fair. I brought a sample of the bread to Rosa's Tuesday session and she asked for the recipe, pictures and an article.

I started entering bread in the MN State Fair when I first moved to the state in the 1970's. I'd learned to bake bread while I was a college student and decided that entering it in the state fair might be a good way to help integrate into my new community.

I won some ribbons in the 1970's and then didn't get around to entering again for 32 years. In 2011 I decided to try it again, won some more ribbons and have continued to enter since.

Every time that I fill out the registration forms for competition, I vow that this year, before the competition, I will try out the recipes I plan to use and methodically select the best recipe. Despite my good intentions, I haven't actually done that yet. Instead, each night before the competition, I search for recipe ideas and then always end up modifying or creating my own. Unfortunately this doesn't give me a chance to try the bread before I enter it but it does add a little drama to the process.



Segundo Idioma / Second Language

Este año, a los jueces les gustó mi combinación experimental de canela y miel, lo suficiente como para darle el primer premio, pero no pareció gustarles en absoluto mi pan experimental de eneldo y pimienta con limón.

Aunque jamás estaré a la altura de Marjorie y Elaine, dos antiguas competidoras de la Feria Estatal que se dedican a hornear y han ganado miles de premios, al menos este año, con este molde de pan en particular, les gané a ambas. No fue un triunfo espectacular, pero tampoco estuvo mal.

PAN DE PASAS CON CANELA Y MIEL

1 ½ taza leche tibia
1/3 taza mantequilla
¾ taza agua
2 sobrecitos de levadura seca
1 cucharada de sal
2 cucharaditas de canela
½ taza de miel
1 taza de avena en hojuelas (cocción tradicional)
½ taza de germen de trigo
1 taza de uvas pasas
4-6 tazas de harina de pan

Mezclar leche, mantequilla y agua y disolver ahí la levadura. Agregar sal, canela y miel y mezclar. Agregar la avena y el germen de trigo. Agregar la harina hasta que la mezcla esté lo suficientemente firme para amasarla. Amasar (la masa) hasta que se sienta suave y elástica. Echar en un molde engrasado y dejarla reposar para que crezca. Golpear la masa, dividirla en dos moldes y dejarlos crecer. Hornear a 350 grados por unos 35-45 minutos.

Translated to Spanish by **Rosa**

This year the judges liked my cinnamon and honey experimental combination enough to give it a blue ribbon. But they didn't seem to enjoy my experimental dill with lemon pepper bread at all.

While I can't begin to compete with Marjorie and Elaine, two long-time State Fair baking competitors who have won literally thousands of ribbons, at least for this year with this particular loaf I beat both of them. Not a spectacular win, but not bad either.

HONEY CINNAMON RAISIN BREAD

*1 ½ cups warm milk
1/3 cup butter
¾ cup water
2 pkgs yeast
1 Tablespoon salt
2 teaspoons cinnamon
½ cup honey
1 cup rolled oats (Old fashioned)
½ cup wheat germ
1 cup raisins
4-6 cups bread flour*

Mix together milk, butter, water and dissolve yeast in it. Add salt, cinnamon and honey. Stir. Add oats and wheat germ. Add flour until dough is stiff enough to knead. Knead until smooth and elastic. Turn into greased bowl and let rise. Punch down, form 2 loaves and let rise. Bake 350 degrees about 35-45 minutes.



Segundo Idioma / Second Language

Conexión Perú / Peru Connection

Te llama la llama / The Llama Calls You

Hablando de la Feria... / Talking about the Fair...

Escrito y traducido al inglés por / Written and translated to English by **Rosa Figueroa**
fotos: archivo diario “La República”



Es increíble la cantidad de cosas que las personas y los países tienen en común y que ignoramos. Nuestras aspiraciones son las mismas: vivir en paz, tener comida en la mesa y un trabajo que nos permita vivir decentemente, y disfrutar la vida. Lo que cambia son los medios para alcanzar dichas metas basándonos en nuestra cultura e historia personal.

Así que quisiera contarles sobre una de esas cosas que tenemos en común: la Feria del Hogar de Lima, “el evento cultural y comercial más grande del país”.

La Feria abrió sus puertas al público en 1966 y durante 37 años atrajo a miles de familias que aprovechaban las vacaciones escolares de medio año, que coincidían con Fiestas Patrias, para pasar un día ahí.

It's incredible the amount of things that people and countries have in common and that we ignore. Our hopes are the same—to live in peace, to have food on the table and a job that allows us to live decently, and to enjoy life. The difference is mainly the way we achieve those goals based in our cultural background and personal experiences.

So I would like to share one of those things we have in common, Lima's Home Fair—“the biggest cultural and commercial event in the country.”

The Fair opened its doors in 1966. For 37 years, during the school winter break—which coincides with Peruvian Independence Day holidays—it attracted thousands of families.

Segundo Idioma / Second Language

La primera vez que estuve en la Feria fue con mis padres. Llegando por la entrada principal, lo primero que encontramos fueron los pabellones de muebles y electrodomésticos, un par de hangares descomunales comparables a un Sam's Club. Jamás había visto un lugar tan gigantesco en mi vida (o así me lo parecía a mi corta edad), en donde todo se encontraba "a precio de feria". Eso era lo que atraía a mi madre. Yo estaba impaciente por ver el resto—en cada callejita había algo que ver, sin mencionar las atracciones principales, como juegos y exhibiciones especiales—pero con 240,000 metros cuadrados la tarea era titánica y sólo recuerdo que salimos de noche totalmente agotados.

La segunda vez que estuve ahí fue con mis compañeros de la secundaria. Ese día, nuestro viaje de promoción se había ido al tacho y los hombres de nuestro grupo, para animarnos, nos propusieron ir a la Feria. Sin tiempo que perder, comimos algo y subimos a los juegos mecánicos más interesantes: el cohete a la luna, la montaña rusa y otro más. Audacias de la adolescencia. Nunca más me atrevería a tanto (y mucho menos, después de comer).

La tercera vez, tratando de cruzar el umbral de la adultez, conseguí un grupo que me llevara a un concierto del Gran Estelar. Eran principalmente para los "mayores", por la hora y por el tipo de música quizás (rock, salsa). Ahí se presentaron cantantes como Celia Cruz y Héctor Lavoe, por mencionar un par. Esa noche me di el gusto y bailé como grande, pero la Feria siempre despertará en mí mi alma de niña.

The first time there I went with my parents. Arriving by the main entrance, the first things we saw were a couple of humongous hangar-like buildings comparable in size to a Sam's Club, where you could find furniture and electrical appliances. I had never seen such a huge place in my life (or that's how it looked like at my tender age). Everything was sold at special prices ("deals only seen at a Fair"). That's what attracted my mother. Me? I was eager to see what else was there—on every street, there was something going on, without mentioning the main attractions, like the rides and special exhibits—but with 2,583,000 square feet, it was a titanic effort. I only remember all leaving at night totally exhausted.

The second time I was there we went with my high-school classmates. That day, our Prom trip went down the drain, and the guys proposed to go to the Fair to cheer us up. Without wasting any time, we ate something quickly and got on the wildest rides: the rocket to the moon, the roller coaster, and something else. Pure boldness of youth. I never dared to do anything that crazy ever again—much less after eating.

The third time, trying to cross the threshold to adulthood, I was able to convince a group to take me with them to the Grandstand concert. Those concerts were mainly for "adults" due to their schedule and the type of music played perhaps (rock, salsa). It welcomed singers like Celia Cruz and Hector Lavoe, to mention a couple. That night, I danced among adults as only they could do and enjoyed it. But for me the Fair will always ignite my childhood spirit.



Segundo Idioma / Second Language

A medida que iban apareciendo centros comerciales por toda la ciudad ofreciendo productos con facilidades de pago, la Feria perdió su encanto comercial (además de que resultaba todo un presupuesto ir allá, especialmente para una familia numerosa). Y la cantidad de gente que iba al Gran Estelar, lo más destacado al final, se volvía cada vez más temible. De hecho, uno de ellos terminó en tragedia y seis años después, en el 2003, la Feria terminó cerrando sus puertas.

Este año, inspirados por el éxito de Mistura quizás y buscando promover nuevamente el amor por lo nuestro, la Feria reabrió sus puertas en un nuevo local con el mismo eslogan de siempre, ese que atrajo a miles y que nadie jamás olvidará: “Te llama la llama”.

As malls were showing up around the city offering great deals and easy credit, the Fair lost its business charm. (Not to mention the fact that it was a whole budget to go there—especially for a large family.) And the growing amount of people that went to the Grandstand concert—the main highlight at the end—was something to dread. In fact, one of those concerts ended up in tragedy and six years later, in 2003, the Fair closed its doors.

This year, maybe inspired by Mistura’s success and seeking to promote again pride for what is ours, the Fair reopened its doors on a new location with the usual slogan that attracted people for years and nobody will ever forget, “The llama calls you.”

<http://www.feria.com.pe/page/feria>

En este número, nuestro agradecimiento especial a: /

In this issue, our special thanks to:

**Sharon Decker, Dr. Amos Deinard, Miriam Kelen y/
and Karen Schleske**

Voces / Voices



Este espacio está reservado para sus cartas, aportes y comentarios, así como para proponer o presentar nuevos artículos.

Favor enviarlos a:

This space is reserved for your letters, inputs, and commentaries. You can also submit or propose new articles. Please, send them to our email address:

rosa.conversations@hotmail.com
[Rosa's Conversations](#)
(también en / also on [FB](#))

Para **suscribirse gratuitamente** o detener su suscripción, pinche [aquí](#). Gracias

To subscribe for free or to stop your subscription, click [here](#). Thanks.

Rosa Figueroa

Segundo Idioma / Second Language

RINCON LITERARIO

AUGUSTO MONTERROSO

(escritor guatemalteco: Honduras, 1921- México, 2003)

Monólogo del mal

Un día el Mal se encontró frente a frente con el Bien y estuvo a punto de tragárselo para acabar de una buena vez con aquella disputa ridícula; pero al verlo tan chico el Mal pensó:

"Esto no puede ser más que una emboscada; pues si yo ahora me trago al Bien, que se ve tan débil, la gente va a pensar que hice mal, y yo me encogeré tanto de vergüenza que el Bien no desperdiaría la oportunidad y me tragará a mí, con la diferencia de que entonces la gente pensará que él sí hizo bien, pues es difícil sacarla de sus moldes mentales consistentes en que lo que hace el Mal está mal y lo que hace el Bien está bien."

Y así el Bien se salvó una vez más.

Monólogo del Bien

"La cosas no son tan simples", pensaba aquella tarde el Bien, "como creen algunos niños y la mayoría de los adultos."

"Todos saben que en ciertas ocasiones yo me oculto detrás del Mal, como cuando te enfermas y no puedes tomar un avión y el avión se cae y no se salva ni Dios; y que a veces, por lo contrario, el Mal se esconde detrás de mí, como aquel día en que el hipócrita Abel se hizo matar por su hermano Caín para que éste quedara mal con todo el mundo y no pudiera reponerse jamás."

"La cosas no son tan simples".

The Monologue of Evil

One day, Evil found himself face-to-face with Good and was on the point of eating him up to put an end to their ridiculous dispute once and for all. But when he saw him looking so tiny, Evil thought:

"This can only be a trap. If I devour Good now, when he looks so weak, people will think that I did evil, and I will cringe with such shame that Good will not waste the chance to eat me up—the difference being that people will then think that he did good, for it is difficult to free them from their firm beliefs that what Good does is good, and what Evil does is evil." And so it was, yet again, Good got off scot-free.

—translator **unknown**, edited by **Miriam K.**

Good's Monologue

"Things are not as simple as some children and most adults believe," Good thought that afternoon. "Everyone knows that on certain occasions, I hide behind Evil. For example, when one gets sick and can't take a plane, and the plane crashes and not even God can escape. On the other hand, sometimes Evil hides behind me, like the day when Abel, that hypocrite, allowed himself to be killed by his brother Cain, so that Cain would look bad to everyone and could never redeem himself.

Things are not so simple."

*Translated to English by **Rosa** and **Miriam Kelen***