

VOLUME 52, MAY, 2023
VOLUMEN 52, MAYO, 2023

FREE
GRATIS

CONEXIONES

People Helping People • Gente Ayudando Gente



The Birds at the Edge of the Lake
Aves a las orillas del Lago

Vamos Juntos • Coming Together



PUBLICACIÓN

FMA

Steve Balfour presents *Concerts in the Park*



Enjoy
*Vallarta, Broadway
& Hollywood Performers*

Check the calendar
for upcoming events



www.LakeChapalaSociety.com

Follow us

 [Lake_Chapala_Society](https://www.instagram.com/Lake_Chapala_Society)

 [The Lake Chapala Society A.C. - LCS](https://www.facebook.com/TheLakeChapalaSocietyAC-LCS)

Mensaje del Presidente

Making a Difference - the Impact of Volunteering

Historically here at Lakeside, there has been a “busy season” that has run during the winter months. This busy season seems to expand from year to year and there is an increase in people who keep Lakeside lively on a year-round basis. How this impacts us and so many other local nonprofits is important to note. With an increased need for services and programs that most nonprofits are facing, most of us are also facing a challenge for recruiting, training and activating more volunteers. The other observation that I have, based upon talks with people here, is that many volunteers who were active pre-Covid, for a whole variety of reasons drifted away during Covid, at the same time as the need became greater. This has become a serious challenge for many local charities.

From my decades of work in the nonprofit sector I have reflected on reasons why people volunteer.

1. **Personal satisfaction:** Volunteering can provide individuals with a sense of fulfillment and personal satisfaction. It allows them to contribute to a cause or organization they are passionate about, which can increase their sense of purpose and well-being.
2. **Helping others:** Many people volunteer to help others in need. This may involve working with a particular population, such as children, local families or newbies to the area, or supporting a specific cause: such as recycling, or caring for homeless dogs or cats, or helping people with medical needs and so many more.
3. **Making use of past professional development:** Volunteering can make use of either your past professional experience and skills or make use of past hobbies and interests you may have had throughout life, allowing you to share these skills with others. It may also offer networking opportunities and exposure to new friends and make a positive impact on others.
4. **Community involvement:** Volunteering is often seen as a way to give back to one's community and make a positive impact. It can also provide opportunities to meet new people and build relationships with others who share similar interests.
5. **Personal growth:** Volunteering can challenge individuals to step outside their comfort zones, learn new skills, and gain confidence in their abilities. It may also provide a sense of personal growth and self-awareness.
6. For many here at Lakeside it is a way to give back to the Mexican community that has welcomed us with open arms and open hearts.

Volunteers play a crucial role in the success of every nonprofit organization. Nonprofits rely on volunteers to help carry out their mission and to support their programs and services. Here are some key reasons why volunteers are so important from the nonprofit's perspective.

1. They provide valuable skills and expertise: Many volunteers have specialized skills and expertise that can be of great benefit to a nonprofit. For example, a volunteer

with fundraising, sales or marketing experience can help with fundraising efforts which is the biggest need of most nonprofits, while a volunteer with medical or first aid expertise can assist with medical needs.

2. They help expand the reach of the organization: Volunteers can help to spread the word about a nonprofit's mission and programs. This can help to attract more supporters and donors and can ultimately help the organization to reach more people and meet strategic goals.
3. Volunteers can bring new ideas and fresh perspectives to the organization. This can help to keep the organization innovative and forward-thinking.
4. Volunteers reduce costs. Nonprofits often operate on limited budgets, so volunteers can help to reduce costs by providing free experienced labor and support.
5. Volunteers increase community engagement and collaborations: They can help to engage the community in the work of the nonprofit. This can help to build stronger relationships with the community and can increase the organization's impact.

Overall, volunteers are an essential part of any nonprofit organization. Their contributions are invaluable and help make a significant difference in the success of the organization and its ability to carry out its mission.

Here at Lakeside, there is a tremendous need for more active volunteers. The Lake Chapala Society needs volunteers who are committed to offering customer service to the over 1,000 people per week who enter our gates. We also need community members to serve on board committees, which is where the real work can get done. Fundraising, marketing, community outreach, and technology systems are areas where we have the biggest needs.

To our participants who come to LCS, please acknowledge a volunteer that is making a difference in your experience. Positive feedback drives the customer service experience.

In the interest of collaborations which we are committed to, I would like to invite you all to a special Open Circle on April 30. This Open Circle will have a presentation by a group of Human Services Organizations that has recently come together. This group is independent and came together to organize a Volunteer Fair for Human Service Organizations. For this particular event the groups participating will be: (1) Ninos Incapacitados; (2) The Food Bank; (3) Love in Action; (4) The School for Special Children; (5) Poco a Poco; (6) LCS; and, (7) The Foundation for Lake Chapala Charities. I anticipate that moving forward other groups will come together and organize as well.

On behalf of the Board of Directors I would like to offer our most heartfelt appreciation to the many volunteers who give so much to the Lakeside experience and make our community what it is today.

Steve Balfour
President
Your Lake Chapala Society

Mission & Vision

—Our mission is to promote the active participation of Lakeside’s inhabitants to improve their quality of life Lakeside.

— Our vision is a future where all Lakeside residents continually have a role in enriching the community’s quality of life, vitality and prosperity through the exchange of knowledge, expertise, culture, heritage and language.

—*Nuestra Misión es promover la activa participación de los residentes de la Ribera de Chapala, para mejorar la calidad de vida en la comunidad.*

— *Nuestra Visión es un futuro donde todos los residentes de La Ribera participen continuamente en mejorar la calidad de vida, vitalidad y prosperidad de la comunidad a través del intercambio de conocimiento, experiencia, cultura, patrimonio y lenguaje.*

Board of Directors

President/Presidente: Steve Balfour

Vice President/Vice Presidenta: Yolanda Martínez Llamas

Secretary/Secretario: George Radford

Treasurer/Tesorero: Tim Boardman

Directors/Directores: Christy Caldwell, Richard Chase, Greg Custer, Greg DiStefano, Hunter Johnson III, Leigh Manheim, Leon Felipe Muñóz

Executive Director/Director Ejecutivo: Luis F. Pacheco

Conecciones Team

The magazine’s name, Conecciones -Connections in English - reflects its purpose, which is to enable the Lake Chapala Society to connect with the Lakeside community.

El nombre de la revista Conecciones refleja su propósito, favorecer la conexión de The Lake Chapala Society con la comunidad.

Publisher/Editorial: Lake Chapala Society

Editor-in-Chief/Editor en Jefe: Luis F. Pacheco

Managing Editor/Director General: Rachel McMillen

Associate Editor/Editor asociado: Sandra Baird, Harriet Hart, Diana Hunt

Production, Art & Design/ Producción, Arte y Diseño: Domitzu Medrano

Proof-reader/Revisión final: Thomas Gay

Translations/Traducciones: Neri Navarro

Conecciones welcomes submissions of articles from Lakeside authors. We reserve the right to edit as necessary. Submissions should be in MS Word approximately 600 words and should be directed to: submissions@lakechapalasociety.com. Advertisement inquiries should be directed to ventas@lakechapalasociety.com.

Conecciones agradece el envío de artículos. Nos reservamos el derecho de editarlos si es necesario. Los envíos deben ser en MS Word de 600 palabras aproximadamente y deben dirigirse a: submissions@lakechapalasociety.com. Las solicitudes de publicidad deben dirigirse a: ventas@lakechapalasociety.com.

INDEX / ÍNDICE

1	President’s Message
3	<i>Mensaje del presidente</i>
4	Mother Nature is a Therapist
5	<i>Terapia con la Madre Naturaleza</i>
6	<i>Escuela Nacional de la Cerámica</i>
7	Escuela Nacional de la Cerámica
8	Navigating a Shrinking World
9	<i>Navegar por un mundo que se encoge</i>
11-12	COVER STORY: The Birds at the Edge of the Lake
13	<i>ARTÍCULO DE PORTADA: Aves a las orillas del Lago</i>
LCS-1	Activities
LCS-2	Educational Programs
LCS-3	Library updates, Español en Acción, Noche de Gala
LCS-4	Bus Trips, Open Circle
15	How to renew your U.S. passport
16	The Evolution of Honey: A Historical Journey of the Sweet Stuff
17	<i>La evolución de la miel: Un viaje histórico del delicioso néctar</i>
18	One Person Can Make a Difference: Mata Ortiz pottery
19	<i>Una persona puede marcar la diferencia: Cerámica de Mata Ortiz</i>
20	Hit the Trail
21	<i>Salir al sendero</i>
22	Another Local Legend, and A Gift to Many
23	<i>Otra leyenda local, y un regalo para muchos</i>
25	Care Options at Lakeside
26	Pet Primer: Saving Mexico’s Birds
27	<i>Salvando las aves mexicanas</i>

COVER: Paul Hart

Conecciones Advertising Prices Precios de los Anuncios 2023

	Cost / Precio
Back cover / Contraportada (9 x 11.4” / 23 x 29 cm)	\$6,003
Inside front & back cover / Contraportada interna (9 x 11.4” / 23 x 29 cm).....	\$5,510
Full page / Página completa (8.2 x 10.5” / 21 x 27 cm).....	\$4,176
1/2 page / 1/2 página (4.7 x 7.2” / 12 x 18.5 cm).....	\$2,523
1/4 page / 1/4 página (3.5 x 4.7” / 9 x 12 cm).....	\$1,334
1/8 page-business card / 1/8 página-tarjeta de presentación (3.5 x 2” / 9 x 5 cm)	\$464

All prices include IVA. All ads must be submitted by the 10th of the month for inclusion in the next month’s magazine. Send to ventas@lakechapalasociety.com.

Todos los precios incluyen IVA. Todos los anuncios deben ser enviados antes del día 10 del mes para su inclusión en la revista del mes siguiente. Enviar a ventas@lakechapalasociety.com

Mensaje del Presidente

Marcar la diferencia: el impacto del voluntariado

Históricamente, en La Ribera de Chapala se experimenta una "temporada alta" durante los meses de invierno. Esta temporada alta parece ampliarse más cada año y se percibe a la vez un aumento de personas que mantienen La Ribera animada durante todo el año. Es importante señalar cómo nos afecta esto a nosotros y a tantas otras organizaciones locales. Con una mayor necesidad de servicios y programas que la mayoría de las organizaciones sin fines de lucro enfrentan, también la mayoría nos enfrentamos a un reto para la incorporación, formación y activación de más voluntarios. La otra observación que tengo, basada en conversaciones con personas de aquí, es que muchos voluntarios que estaban activos antes de COVID, por toda una serie de razones, se alejaron durante COVID, al mismo tiempo que aumentaba la necesidad. Esto se ha convertido en un grave problema para muchas organizaciones benéficas locales.

En mis décadas de trabajo en el sector no lucrativo he reflexionado sobre las razones por las que la gente se ofrece voluntaria.

1. Satisfacción personal: El voluntariado puede proporcionar a las personas una sensación de plenitud y satisfacción personal. Les permite contribuir a una causa u organización que les apasiona, lo que puede aumentar su sensación de propósito y bienestar.
2. Ayudar a los demás: Muchas personas se ofrecen voluntarias para ayudar a otros que lo necesitan. Esto puede implicar trabajar con una población concreta, como niños, familias locales o recién llegados a la zona, o apoyar una causa específica: como reciclar, o cuidar de perros o gatos sin hogar, o ayudar a personas con necesidades médicas y muchas más.
3. Aprovechar el desarrollo profesional anterior: El voluntariado puede hacer uso de tu experiencia y habilidades profesionales pasadas o de aficiones e intereses que hayas tenido a lo largo de tu vida, permitiéndote compartir estas habilidades con los demás. También puede ofrecer oportunidades para establecer contactos y hacer nuevos amigos, así como causar un impacto positivo en los demás.
4. Implicación en la comunidad: El voluntariado suele verse como una forma de devolver algo a la comunidad y tener

un impacto positivo. También puede brindar la oportunidad de conocer gente nueva y entablar relaciones con otras personas que comparten intereses similares.

5. Crecimiento personal: El voluntariado puede desafiar a las personas a salir de su zona de confort, aprender nuevas habilidades y ganar confianza en sus capacidades. También puede proporcionar una sensación de crecimiento personal y autoconocimiento.
6. Para muchos aquí en La Ribera es una forma de retribuir a la comunidad mexicana que nos ha recibido con los brazos y el corazón abiertos.

Los voluntarios juegan un papel crucial en el éxito de toda organización no lucrativa. Las organizaciones sin fines de lucro dependen de los voluntarios para ayudar a llevar a cabo su misión y para apoyar sus programas y servicios. He aquí algunas razones clave por las que los voluntarios son tan importantes desde la perspectiva de las organizaciones no lucrativas.

1. Aportan conocimientos y experiencia valiosos: Muchos voluntarios tienen conocimientos y experiencia especializados que pueden ser de gran utilidad para una organización sin ánimo de lucro. Por ejemplo, un voluntario con experiencia en recaudación de fondos, ventas o marketing puede ayudar con los esfuerzos de recaudación de fondos, que es la mayor necesidad de la mayoría de las organizaciones sin ánimo de lucro, mientras que un voluntario con conocimientos médicos o de primeros auxilios puede ayudar con las necesidades médicas.
2. Ayudan a ampliar el alcance de la organización: Los voluntarios pueden ayudar a difundir la misión y los programas de una organización sin ánimo de lucro. Esto puede ayudar a atraer a más simpatizantes y donantes y, en última instancia, puede ayudar a la organización a llegar a más personas y alcanzar objetivos estratégicos.
3. Los voluntarios pueden aportar nuevas ideas y perspectivas a la organización. Esto puede ayudar a mantener la organización innovadora y con visión de futuro.
4. Los voluntarios reducen costes. Las organizaciones sin ánimo de lucro suelen funcionar con presupuestos limitados, por lo que los voluntarios pueden ayudar

a reducir costes proporcionando mano de obra experimentada y apoyo gratuitos.

5. Los voluntarios aumentan el compromiso y la colaboración de la comunidad: Pueden ayudar a implicar a la comunidad en el trabajo de la organización sin ánimo de lucro. Esto puede ayudar a construir relaciones más fuertes con la comunidad y puede aumentar el impacto de la organización.

En general, los voluntarios son una parte esencial de cualquier organización sin ánimo de lucro. Sus contribuciones son inestimables y ayudan a marcar una diferencia significativa en el éxito de la organización y su capacidad para llevar a cabo su misión.

Aquí en La Ribera, hay una tremenda necesidad de más voluntarios activos. The Lake Chapala Society necesita voluntarios que se comprometan a ofrecer sus servicios a las más de 1,000 personas que por semana entran por nuestras puertas. También necesitamos miembros de la comunidad para servir en los Comités del Consejo, que es donde el verdadero trabajo se puede hacer. La recaudación de fondos, el marketing, los programas comunitarios y los sistemas tecnológicos son las áreas en las que tenemos más necesidades.

A nuestros participantes que vienen a LCS, por favor reconozcan a un voluntario que está haciendo una diferencia en su experiencia. Los comentarios positivos impulsan a mejorar la experiencia de servicio al cliente.

En aras de la colaboración a la que estamos comprometidos, me gustaría invitarles a todos a un Open Circle especial el 30 de abril. Este Open Circle tendrá una presentación de un grupo de Organizaciones de la Sociedad civil que se ha reunido recientemente. Este grupo es independiente y se reunió para organizar una Feria de Voluntariado para Organizaciones de Servicios Humanos. Para este evento en particular los grupos participantes serán: (1) Niños Incapacitados; (2) The Food Bank; (3) Love in Action; (4) The School for Special Children; (5) Poco a Poco; (6) LCS; and, (7) The Foundation for Lake Chapala Charities. Anticipo que en el futuro otros grupos y organizarán se unirán también.

En nombre del Consejo Directivo de LCS me gustaría ofrecer nuestro más sincero agradecimiento a los muchos voluntarios que dan tanto a la experiencia de Lakeside y hacer de nuestra comunidad lo que es hoy.

Steve Balfour
Presidente
Su Sociedad del Lago de Chapala

Mother Nature is a Therapist

By Dorrie Dixon

My friend Mary Paston, a retired grade one teacher, told me she used to take her young charges to a park every spring, summer, fall and winter, and ask them to find a quiet spot, sit still and pay attention to what they saw, heard, smelled and touched. It turns out Mary was on to something now termed Ecotherapy. Researchers are discovering that being outdoors in green spaces like parks or gardens (called green therapy) or near lakes or rivers (blue therapy) is beneficial to our mental well-being. It seems that Mother Nature is a therapist.

The recent COVID pandemic was the perfect opportunity for scientists to study the benefits of natural surroundings on adults. A team of researchers from Japan surveyed 3,000 residents of Tokyo and found that people who spent time outdoors had more positive health outcomes in five key areas: anxiety, depression, loneliness, happiness and self-esteem. There are several types of Ecotherapy, including farm related, animal assisted, adventure, wilderness and forest therapies. The Japanese practice of *shinrin-yoku*, which can be translated as “taking in the medicine of the forest,” is becoming popular in North America under a different name – forest bathing. “It has become an eco-friendly, healthy antidote to our tech-saturated world” according to Barbara Field in the journal *VeryWell*. It essentially means taking a walk in the woods...mindfully. Like Mary’s grade one students, you need to cultivate conscious awareness of the experience. Here’s what you might want to pay attention to as you walk through the forest:

What do you see?

Are there different kinds of trees here?

Do you hear birds nearby singing?

Can you hear the crunch of the leaves and twigs on the ground as you walk?

Can you hear the silence?

Did an animal scurry somewhere nearby?

Do you feel the rustling wind?

Do you feel your body as you walk?

Can you breathe in the scent of the trees?

Can you inhale and exhale deeply?

Did you notice the sky above you and its shade of blue?

Can you feel your connection to the forest?

Can you reach out and feel the softness of the leaves or the sharpness of the pine needles?

Do you sense peacefulness?

Apparently, breathing in forest air increases the levels of natural killer cells in the blood, thus boosting your immune system. It also helps lower your blood pressure and your levels of stress hormones.

Researchers in England recommend 120 minutes of forest bathing per week divided up as you like. Take short walks in Christiana Park in Chapala or sit quietly in the gardens at the Lake Chapala Society in Ajijic several times per week or

spend an entire afternoon exploring the Primavera Forest in Guadalajara. All will be effective.

Not all of us can forest bathe, but surprisingly, just having a view of nature from a window has a positive effect on mental health. A recent study in *Ecological Applications* showed that looking at green spaces from a window improves psychological wellbeing.

Residents of Lakeside are blessed by living in one of the world’s best climates with comfortable access to the great outdoors year-round. We also enjoy a fabulous setting – beside Lake Chapala in the Sierra Madre Mountain range. Mexico’s biodiversity provides a huge variety of plants, trees, birds and butterflies to admire. “Gardening in your yard or community, hiking a nature trail or in a community park, or sitting at the beach, lake or waterway are excellent ways to benefit from outdoor nature contact,” explains journalist Barbara Field, adding that you can “green” your indoor spaces by adding potted plants around your home, hanging paintings or photos of scenery and listening to apps that feature soothing sounds from nature like waves or waterfalls.

While just sitting in a garden or park or looking out your window can be beneficial, there are so many more active ways to enjoy Lakeside. You can walk the malecons, hike trails up the mountains, walk or cycle along the cycling paths, explore your neighborhood on foot, go birding, grab your camera and photograph the things you see, paddle a kayak on the lake or ride a horse along its shoreline. What’s important is doing it with awareness of all the beauty and life going on around you. You’ll be surprised at how your mood improves and you’ll develop a new relationship with one of Earth’s best therapists, Mother Nature herself.



Terapia con la Madre Naturaleza

Por Dorrie Dixon

Mi amiga Mary Paston, profesora jubilada de primaria, me contó que solía llevar a sus alumnos a un parque cada primavera, verano, otoño e invierno y les pedía que buscaran un lugar tranquilo, se quedaran quietos y prestaran atención a lo que veían, oían, olían y tocaban. Resulta que lo que Mary estaba haciendo era algo que ahora se denomina ecoterapia. Cada vez más investigadores descubren que estar al aire libre en espacios verdes como parques o jardines (terapia verde) o cerca de lagos o ríos (terapia azul) es bueno para nuestro bienestar mental. Parece que la Madre Naturaleza es una terapeuta.

La reciente pandemia de COVID fue la oportunidad perfecta para que los científicos estudiaran los beneficios del entorno natural en los adultos. Un equipo de investigadores de Japón encuestó a 3.000 residentes de Tokio y descubrió que las personas que pasaban tiempo al aire libre tenían resultados más positivos para la salud en cinco áreas clave: ansiedad, depresión, soledad, felicidad y autoestima. Hay varios tipos de ecoterapia, como la relacionada con las granjas, la asistida con animales, la de aventura, la de naturaleza salvaje y la de los bosques.

La práctica japonesa del shinrin-yoku, que puede traducirse como "tomar la medicina del bosque", se está popularizando en Norteamérica con otro nombre: baño de bosque. "Se ha convertido en un antídoto ecológico y saludable contra nuestro mundo saturado de tecnología", según Barbara Field en la revista VeryWell. En esencia, significa dar un paseo por el bosque con la mente puesta en ello. Al igual que los alumnos de primer curso de Mary, hay que cultivar la conciencia de la experiencia. Esto es a lo que puedes prestar atención mientras caminas por el bosque:

¿Qué ves?

¿Hay diferentes tipos de árboles?

¿Oyes cantar a los pájaros?

¿Oyes el crujido de las hojas y las ramas en el suelo mientras caminas?

¿Oyes el silencio?

¿Algún animal se ha escondido en algún lugar cercano?

¿Sientes el susurro del viento?

¿Sientes tu cuerpo al caminar?

¿Puedes respirar el aroma de los árboles?

¿Puedes inhalar y exhalar profundamente?

¿Te has fijado en el cielo y su tonalidad de azul?

¿Sientes tu conexión con el bosque?

¿Puedes extender la mano y sentir la suavidad de las hojas o la agudeza de las agujas de los pinos?

¿Sientes paz?

Investigadores ingleses recomiendan 120 minutos de baño de bosque a la semana, sin importar cómo lo divides. Da pequeños paseos por el Parque de la Cristianía de Chapala o siéntate tranquilamente en los jardines de la Sociedad del Lago de Chapala en Ajijic varias veces por semana, o dedica una tarde entera a ex-

plorar el Bosque Primavera de Guadalajara. Cualquiera de estas opciones seguro funciona.

No todos podemos darnos un baño de bosque, pero, sorprendentemente, el mero hecho de contemplar la naturaleza desde una ventana tiene un efecto positivo en la salud mental. Un estudio reciente en Ecological Applications demostró que contemplar espacios verdes desde una ventana mejora el bienestar psicológico.

Los vecinos de la Ribera tienen la suerte de vivir en uno de los mejores climas del mundo, con acceso cómodo al aire libre durante todo el año. También disfrutamos de un entorno fabuloso: junto al lago de Chapala, en la Sierra Madre. La biodiversidad de México ofrece una enorme variedad de plantas, árboles, aves y mariposas para admirar. "Trabajar en el jardín o en la comunidad, caminar por un sendero natural o en un parque de la comunidad, o sentarse en la playa, lago o cauce de agua son excelentes maneras de beneficiarse del contacto con la naturaleza al aire libre", explica la periodista Barbara Field, y añade que puede "reverdecer" sus espacios interiores añadiendo plantas en macetas alrededor de su casa, colgando cuadros o fotos de paisajes y escuchando aplicaciones que ofrecen sonidos relajantes de la naturaleza, como olas o cascadas.

Aunque sentarse en un jardín o parque o mirar por la ventana puede ser beneficioso, hay muchas más formas activas de disfrutar la Ribera. Puedes pasear por los malecones, subir los cerros, ir a pie o en bici por la ciclovía, explorar tu barrio andando, observar aves, tomar tu cámara y fotografiar las cosas que veas, remar en kayak por el lago o andar a caballo por la orilla. Lo importante es hacerlo consciente de toda la belleza y la vida que te rodea. Te sorprenderá cómo mejora tu estado de ánimo y entablarás una nueva relación con una de las mejores terapeutas de la Tierra, la propia Madre Naturaleza.

Moving to Lake Chapala Discount Coupon



Take up to \$500 off

And we donate 2% to LCS! *

US / Canada: (915) 235-1951
US cell: (520) 940-0481

BestMexicoMovers.com

Better Process - Lower Prices

* Your discount is equal to 5% or \$500 USD, whichever is less. To receive the discount and have us make the donation to LCS, use discount code: LCS. Expires December 31, 2023

Escuela Nacional de la Cerámica

By Rachel McMillen

Si alguna vez has caminado por las calles de Tonalá, has comprado en Tlaquepaque, o visitado la Feria Maestros del Arte en Chapala, seguro estás familiarizado con las hermosas cerámicas creadas por artistas mexicanos. Incluso puede que tengas alguna pieza colorida de Talavera, creada por artistas de la cerámica en Puebla; pero, estos mismos artistas, aunque son parte de una tradición de cerámica de 4500 años en México, no son tan reconocidos internacionalmente. La Escuela Nacional de Cerámica planea cambiar eso.

La idea de la escuela fue concebida en 2013 por el Dr. David Aceves, un ceramista jalisciense, y fue fundada en 2016 con el apoyo de Horacio Fernández y su “Industrias Tajín”. Ahora opera en el hermoso pueblo de Tapalpa, una ubicación ideal no solo por ser céntrica y bella, sino también por la abundancia de la arcilla.

La visión de la Escuela Nacional de Cerámica es preservar las tradiciones y cultura mexicanas, y rescatar aquellas que se han ido perdiendo. Su misión es mejorar los procesos, técnicas y calidad de la cerámica en México a través de la investigación, educación e innovación, enfocándose en los sectores vulnerables de la sociedad. Para lograrlo, han desarrollado dos estrategias principales: la construcción de hornos libres de humo y la provisión de talleres intensivos y especializados.

Al concentrarse en estas dos grandes metas, la escuela planea revitalizar la tradición rica de ceramistas mexicanos e impulsarla hacia el futuro a través del entrenamiento y apoyo de una nueva generación de artistas.

Hoy en día, el programa de hornos sin humo ha construido 26 hornos para artistas que se encuentran trabajando en varios estados de México. Estos hornos abordan no solo una necesidad ambiental

de reducir la contaminación y mejorar la salud de los artesanos, sino también la necesidad social de promover la integración en la comunidad, la necesidad económica de promover la alfarería como una actividad que genera productos de gran valor, y la necesidad cultural de preservar las tradiciones de la alfarería ancestral mexicana. También ayudan a proteger el ambiente, ya que requieren mucha menos leña para alcanzar la temperatura deseada.

El programa de talleres intensivos y especializados consiste en un intercambio académico con países que tienen una tradición rica en cerámica. Cada año, tres talleres de quince días son impartidos por artistas de la cerámica internacionalmente reconocidos. En 2016, la escuela trajo a tres artistas invitados de España. En 2017 se vieron talleres con artistas de la cerámica de Japón. En los años siguientes se han traído talleres con artistas de Alemania (2018), China (2019), México (2020), Estados Unidos (2021) y Perú (2022). Este año participarán tres artistas de la cerámica de Sudáfrica: Clive Sithole, Madoda Fani y Roelof Uys. Tan solo a diez estudiantes (dos de los cuales son alfareros becados) se les permite participar en cada taller, esto para garantizar que cada uno reciba atención individual. Como resultado, los artesanos que han vivido el taller no solo han expandido su conocimiento y mejorado su técnica, sino también han llevado el conocimiento que adquirieron a sus comunidades y, consecutivamente, esto les ha dado otra forma de generar ingresos a muchas familias mexicanas. Hasta el momento 135 artesanos se han beneficiado de estos talleres, mientras que otros 23 artistas practicantes han mejorado sus habilidades.

La escuela, quien planea todos sus proyectos con respeto hacia el ecosistema y para construir un espacio sustentable, también promueve la participación de los habitantes locales involucrándolos en las dinámicas sociales, culturales y económicas de la escuela. Y si eso no fuera suficiente, ¡todo se hace desde la inversión privada! ¡Viva México y viva la Escuela Nacional de Cerámica!

CLÍNICAS AUDIOLÓGICAS



Audiology-Hearing Care Specialists

Cuidado Auditivo – Audiología

Your first step
TO BETTER
HEARING

10% Discount *Top world brands and latest technology*

10% de descuento en las mejores marcas y tecnología.



Dr. Blanca M. Gómez Ochoa
Universidad Nacional Autónoma de México
Ced. Prof. 1042142

- **Hearing test (Audiometry)** - Estudios de Audición (Audiometría)
- **Hearing Aids** - Auxiliares Auditivos
- **Fitting and Programing** - Adaptación y Programación
- **Repairs** - Reparaciones
- **Clean & Care Service** - Servicio y mantenimiento
- **Supplies: batteries, ear molds, ear domes, earwax guards, etc** - Insumos: baterías, moldes, olivas, filtros, etc.

Book your
appointment:



332 945 3267

www.clinicasob.com
chapala@clinicasob.com

Escuela Nacional de la Cerámica

By Rachel McMillen

If you have walked the streets of Tonalá, shopped in Tlaquepaque or visited the annual Feria Maestros del Arte in Chapala, you will be familiar with the beautiful ceramics created by Mexican artists. You may even own some of the colorful Talavera created by ceramic artists in Puebla, but these same artists, even though they are part of a 4,500-year-old ceramic tradition in Mexico, are not well known internationally. *The Escuela Nacional de Cerámica* (National School of Ceramics) plans to change that.

The idea of the school was first conceived in 2013 by Dr. David Aceves, a Jalisco ceramicist, and it was founded in 2016 with the support of Horacio Fernandez and his 'Industrias Tajin.' It now operates in the beautiful town of Tapalpa, an ideal location not only because of its central location and beauty, but because of the clay deposits there.

The Vision of the Escuela Nacional de Cerámica is to preserve Mexican culture and traditions and to rescue those that have been lost. It's mission is to improve the processes, techniques and quality of ceramics in Mexico through research, education and innovation, while focusing on vulnerable sectors of society. In order to accomplish all that, it has developed two main strategies: the construction of smoke-free kilns and the provision of intensive, specialized workshops.

By focusing on these two goals, the school plans to reinvigorate the rich tradition of Mexican ceramists and to carry it into the future through the training and support of a new generation of artists.

To date, the smoke-free kiln program has built 26 kilns for artists currently working in various states of Mexico. These kilns address not only an environmental need to reduce pollution and improve the health of the artisan, but also a social need to promote community integration, an economic need to promote pottery as an activity that generates high-value products and a cultural need to preserve the traditions of ancestral Mexican pottery. They also help preserve the envi-



ronment as they require much less wood to reach the desired temperature.

The intensive specialized workshop program consists of an academic exchange with countries that have a rich ceramic tradition of their own. Each year three, fifteen-day workshops are given by internationally renowned ceramic artists. In 2016, the school brought in three guest artists from Spain. 2017 saw workshops with ceramic artists from Japan. Subsequent years have brought workshops with artists from Germany (2018), China (2019), Mexico (2020), USA (2021) and Peru (2022), while this year will feature three ceramic artists from South Africa: Clive Sithole, Madoda Fani, and Roelof Uys. Only ten students (two of whom are scholarship potters) are allowed to attend each workshop, thus ensuring that each one receives individual attention. As a result, the potters who experience the workshop not only broaden their knowledge and improve their technique, but they also take the knowledge they have acquired back to their community which, as a result, is able to provide a profitable activity for many Mexican families. So far, 135 potters have benefited from these workshops, while another 23 practicing ceramic artists have improved their skills.

The school, which plans all its projects to respect the ecosystem and build a sustainable space, also encourages the participation of local inhabitants by involving them in the social, cultural and economic dynamics of the school. And as if all that isn't enough, it's all done with private investment! Viva Mexico and viva *Escuela Nacional de Cerámica*!



www.lakechapasociety.com

NAVIGATING A SHRINKING WORLD

By Harriet Hart

Once in a while, a book comes along that changes the way you live. Eightysomethings: *A Practical Guide to Letting Go, Aging Well, and Finding Unexpected Happiness* by Katharine Etsy, Ph.D. is just such a book for me. There are ten million eightysomethings living in the United States today but, to date, nobody has paid much attention to them.

Along came Dr. Etsy, social psychologist and practicing psychotherapist, who lives in a retirement community outside of Boston. When she turned 80, she became curious. How were others experiencing this milestone? For three years, she conducted interviews with octogenarians across the country, exploring attitudes, worries, purposes and joy.

The book consists of twenty chapters on topics including health, activities, friends and the shrinking world of the elderly. The author explores what the elderly actually experience and how they approach the challenges they face. At the end of every chapter is a set of questions she calls Conversation Starters. On a long weekend with no plans, I sat down and read the entire book.

Fifty-two percent of persons in their eighth decade have four or more chronic conditions. What is interesting is how they deal with health issues. Dr. Etsy describes five coping styles: Denier, Complainer, Worrier, Stoic or Realist and is convinced that coping style has a greater impact on health than actual physical health.

The lifestyle of even the healthiest people in their eighties changes as they come to grips with inevitable losses. Dr. Etsy says, "It is a dance of both holding on and letting go," a time to take stock and decide what activities to continue doing and which ones to give up.

There are many benefits to having friends throughout life, but they are especially important for elders. Friends not only improve the quality of life of older people by bringing joy and fun, but they also prolong life by lowering the risk of dementia, boosting the immune system and encouraging healthy behavior.

One way of looking at the process of aging is to see it as a journey toward a smaller

world, a journey toward simplicity. Bodies shrink, people move to smaller homes, travel less, give away more and simplify their lifestyles.

Eightysomethings possess long pasts full of memories and short futures full of uncertainties, so they learn to live in the present. The people Dr. Etsy interviewed "have found ways to be happy in their present circumstances – without many regrets or plans for the future." Most only plan about a year and a half ahead.

Eightysomethings face a number of unwanted transitions that can include the death of a spouse, the need to move from a larger to smaller home, hospitalizations and mobility impairments. Each transition has an ending, an in-between stage (comparable to wandering in the wilderness) and a new beginning. Each has an inner component that has to take place as we adjust to new and different circumstances.

Octogenarians are survivors; three quarters of them live on a low income and many contend with medical issues. Yet they survive: "Those at the low end of the economic ladder have learned how to make do with smaller incomes. Those with medical problems have adapted to their disabilities. And those who have lost spouses, family members and friends have learned how to grieve their losses and keep on going."

Dr. Etsy discovered that people's religious and spiritual beliefs evolve as they age. "The hustle and bustle of church, of organized religious life, does not usually match their changing needs and lessening stamina. The task, as always, is to be at a place on the spiritual pathway that is just right for their needs at the present moment."

Octogenarians seem to be as unwilling to face death as younger Americans. Some she interviewed were in denial, others faced the inevitable long enough to make plans and then quit discussing it, but a few were willing to attend death cafés, facilitated events that encourage participants to talk about death.

Several studies have shown that the elderly are happier than younger people. Laura Carstensen, founder of the Stanford Center for Longevity, believes this is because they know they aren't going to live for-



ESL student recognition 2019

ever. "They realize the time is now to do what they may have put off. They invest in emotionally meaningful activities and say "no" more often to things they don't enjoy. They begin to live in the moment."

In her concluding chapter, *A New Vision of Old Age*, Dr. Etsy poses important questions: what is the purpose of living all those years after retirement? What do the very old contribute to society? And what are the possibilities for people at this stage of life?

Immediately after I finished reading this book, I watched a documentary (on Netflix) about Canada's Leonard Cohen, who lost all his money at age 71, picked himself up and went on a five-year world tour and released two more albums before his death at 79. Leonard said it was partly financial necessity but mostly the need to keep on creating music. He felt his life's work just wasn't finished! Cohen's story embodies the survival skills Dr. Etsy describes in her book.

I recommend *Eightysomethings*. It is informative, thought provoking and inspiring. All twenty chapters were of interest. Topics not mentioned here but important include Love and Sex, Grandparenting, Caregivers, Dementia and Aging Wisely.

This book would make a great read for book clubs and discussion groups. I'm left with one large unanswered question – how will my generation, The Baby Boomers, behave in their 80's? I hope I live long enough to find out!

NAVEGAR POR UN MUNDO QUE SE ENCOGE

By Harriet Hart

De vez en cuando llega un libro que cambia tu forma de vivir. Ochenta y tantos: Guía práctica para dejar ir, envejecer bien y encontrar una felicidad inesperada de la doctora Katharine Etsy, es uno de esos libros.

Hoy en día hay diez millones de octogenarios viviendo en Estados Unidos, pero hasta la fecha nadie les había prestado mucha atención.

Así llegó la Dra. Etsy, psicóloga social y psicoterapeuta practicante, quien vive en una comunidad de jubilados a las afueras de Boston. Cuando cumplió 80 años, sintió curiosidad. ¿Cómo vivían los demás este hito? Durante tres años, entrevistó a octogenarios de todo el país para conocer sus actitudes, preocupaciones, propósitos y alegrías.

El libro consta de veinte capítulos sobre temas como la salud, actividades, los amigos y el menguante mundo de las personas mayores. La autora explora lo que realmente viven las personas mayores y cómo afrontan los retos que se les presentan. Al final de cada capítulo hay una serie de preguntas que la autora denomina “Iniciadores de conversación”. En un largo fin de semana sin planes, me senté a leer el libro entero.

El 52% de las personas en la octava década de vida padecen cuatro o más enfermedades crónicas. Lo interesante es cómo afrontan los problemas de salud. La Dra. Etsy describe cinco estilos de afrontamiento: Negador, Quejica, Preocupado, Estoico o Realista y está convencida de que el estilo de afrontamiento tiene un mayor impacto en la salud que la propia salud física.

El estilo de vida, incluso el de las personas más sanas de ochenta años, cambia a medida que se enfrentan a pérdidas inevitables. La Dra. Etsy dice: “Es un baile de aferrarse y soltarse a la vez”, un momento para hacer balance y decidir qué actividades seguir haciendo y a cuáles renunciar.

Tener amigos tiene muchas ventajas a lo largo de la vida, pero son especialmente importantes para los mayores. Los amigos no sólo mejoran la calidad de vida de las personas mayores aportándoles alegría y diversión, sino que también prolongan la vida reduciendo el riesgo de demencia, reforzando el sistema inmunológico y fomentando un comportamiento saludable.

Una forma de ver el proceso de envejecimiento es verlo como un viaje hacia un mundo más pequeño, un viaje hacia la simplicidad. Los cuerpos se encogen, la gente se muda a casas más pequeñas, viaja menos, regala más y simplifica su estilo de vida.

Los octogenarios tienen un pasado largo lleno de recuerdos y un futuro corto lleno de incertidumbres, así que aprenden a vivir el presente. Las personas entrevistadas por la Dra. Etsy “han encontrado formas de ser felices en sus circunstancias actuales, sin muchos remordimientos ni planes para el futuro”. La mayoría sólo planifica con un año y medio de antelación.

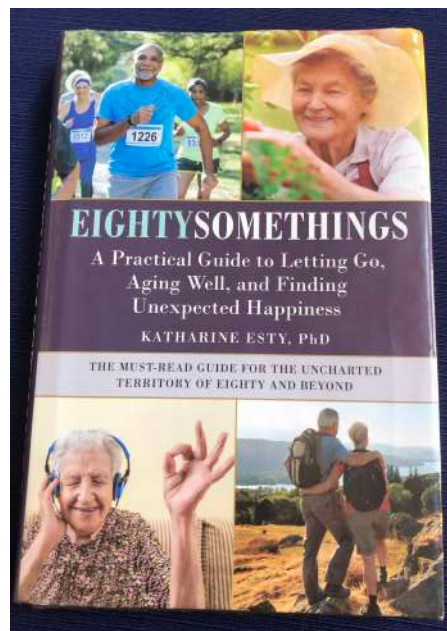
Los octogenarios se enfrentan a una serie de transiciones no deseadas que pueden incluir la muerte de un cónyuge, la necesidad de mudarse de una casa más grande a otra más pequeña, hospitalizaciones y problemas de movilidad. Cada transición tiene un final, una etapa intermedia (comparable a vagar por el desierto) y un nuevo comienzo. Cada una tiene un componente interior que debe tener lugar a medida que nos adaptamos a circunstancias nuevas y diferentes.

Los octogenarios son supervivientes; tres cuartas partes de ellos viven con bajos ingresos y muchos se enfrentan a problemas médicos. Sin embargo, sobreviven: “Los que se encuentran en el extremo inferior de la escala económica han aprendido a arreglárselas con ingresos más reducidos. Los que tienen problemas médicos se han adaptado a sus discapacidades. Y los que han perdido cónyuges, familiares y amigos han aprendido a llorar sus pérdidas y a seguir adelante.”

La Dra. Etsy descubrió que las creencias religiosas y espirituales de las personas evolucionan a medida que envejecen. “El ajeteo y el bullicio de la iglesia, de la vida religiosa organizada, no suelen ajustarse a sus necesidades cambiantes y a su menor resistencia. La tarea, como siempre, es estar en un lugar del camino espiritual que sea el adecuado para sus necesidades en el momento presente”.

Los octogenarios parecen tan poco dispuestos a afrontar la muerte como los estadounidenses más jóvenes. Algunos a los que entrevistó se negaban a aceptarla, otros se enfrentaban a lo inevitable, el tiempo suficiente para hacer planes y luego dejaban de hablar de ello, pero unos pocos estaban dispuestos a asistir a los cafés de la muerte, eventos facilitados que animan a los participantes a hablar de la muerte.

Varios estudios han demostrado que las personas mayores son más felices que los jóvenes. Laura Carstensen, fundadora del



Centro de Longevidad de Stanford, cree que esto se debe a que saben que no van a vivir eternamente. “Se dan cuenta de que ha llegado el momento de hacer lo que se han pospuesto. Invierten en actividades emocionalmente significativas y dicen “no” más a menudo a cosas que no disfrutaban. Empiezan a vivir el momento”.

En su capítulo final, Una nueva visión de la vejez, la Dra. Etsy plantea preguntas importantes: ¿Cuál es el propósito de vivir todos esos años después de la jubilación? ¿Qué aportan los mayores a la sociedad? Y ¿Qué posibilidades tienen las personas en esta etapa de la vida?

Inmediatamente después de terminar de leer este libro vi un documental (en Netflix) sobre el canadiense Leonard Cohen, que perdió todo su dinero a los 71 años, se levantó y emprendió una gira mundial de cinco años, y publicó dos álbumes más antes de su muerte a los 79 años. Leonard dijo que en parte fue por necesidad económica, pero sobre todo por la necesidad de seguir creando música. Sentía que la obra de su vida no había terminado. La historia de Cohen encarna las habilidades de supervivencia que la Dra. Etsy describe en su libro.

Recomiendo Ochenta y tantos. Es informativo, estimulante e inspirador. Los veinte capítulos son interesantes. Entre los temas que no se mencionan aquí, pero que son importantes, se encuentran el amor y el sexo, la crianza de los abuelos, los cuidadores, la demencia y el envejecimiento inteligente.

Este libro sería una gran lectura para clubes de lectura y grupos de debate. Me queda una gran pregunta sin respuesta: ¿cómo se comportará mi generación, los Baby Boomers, a los 80 años? Espero vivir lo suficiente para averiguarlo.



We help you prevent conflicts arising in your real estate dealings. Protect your transactions and those of your clients: leases, buying and selling, credit searches, and your commission.

Our services include:



Property management & Tenant screening



Litigation



Legal advice for landlords & tenants



And a whole host of others

Member of:



SECCIÓN ESPECIALIZADA DE INMOBILIARIAS DELEGACIÓN CHAPALA

Ramón Corona 11, Ajijic

+1 (619) 214-0841

Monday to Friday, 8 am to 5 pm

376 688 4563

@Mtro. Felipe González

info@felipegonzalez.com

HomeTitleLock[®] mx

by Felipe González

About us



We specialize in real estate protection, promoting prevention and protecting the security of our clients.

What do we do?



We conduct checks that enable us to identify acts that may put our clients' assets in jeopardy, helping them avoid having to engage in legal contingencies should such a situation arise.

The Birds at the Edge of the Lake

By John and Rosemary Keeling
Photos by Paul Hart

The towns and villages of our Lakeshore from Jocotepic to Mezcala have excellent 'malecones' (promenades and piers). These are freely accessible park areas where you will easily see birds fishing, fighting to defend their territory, courting or stealing fish from another species.

Here are the five most common species you will see on the shoreline:

The tallest and most common is the Great Egret.

It stands a meter tall, has a white body and a yellow bill. It is known for eating snakes as well as fish. Like other egrets and herons, it must stay very still for long periods of time at the edge of the water until a fish comes into striking range when it will explosively straighten its neck to catch the fish. At its leisure, it will throw the fish in the air and catch it repeatedly until it is aligned to go down head-first.

The Snowy Egret is half the height, with a white body and black bill. You might also see the golden feet. It is also a fish eater. In breeding season, it grows additional fluffy white plumes which became a must-have addition for ladies' hats one hundred and fifty years ago. The demand became so great that this species was almost wiped out. Early naturalists had to step in to protect them.



American Coot / Gallinula chloropus

The **Black-crowned Night Heron** is a solid lump of a bird. It is not seen as much because it roosts on the inside branches of large trees rather than on the top branches. It will watch for fish while sitting on a low branch of a dead tree rather than standing in shallow water. An interesting feature of this bird is that it takes four years to obtain its adult plumage. In its first year it is spotty brown; in the second and third years it takes on various shades of gray, until in the fourth year it becomes almost white with a black cap.

Swimming on the water you will see groups of the **American Coot**. This is the size of a small duck, identified by its black body and white bill. It is a diver and primarily a vegetarian. It dives to eat fresh plant stems and leaves below the water surface. However, it is a flexible survivor - if it is hungry it will not say no to eating a tadpole, insect or snail.

The **American White Pelican** is the iconic water bird of Lake Chapala. It is the only migratory species in this list. At the end of April these birds fly north to the lakes of the western US and Canada just as the last ice is melting. They settle on islands that provide protection against wild animals. They need protected areas because if humans visit in the summer months the adult pelicans will just leave and abandon the growing chicks to die. They also consume a lot of fish which they catch in their super-sized bills. Right now Lake Chapala is becoming overfished by fishermen putting out large nets. This may be contributing to a decline in the winter population of white pelicans at Lake Chapala.



Snowy Egret / Garza Nivea



Great Egret / Garza Grande



US EXPAT TAXES
Done Right at a Sensible Price

**SPECIAL PROMOTION
FOR RETIREES**

FLAT PRICE STARTING AT \$225 (USD)

- REMOTE TAX SERVICES
- OFFICE LOCATED IN QUERETARO

info@holaexpat.com



FOR MORE INFORMATION, VISIT US AT
holaexpat.com

Aves a las orillas del Lago

Por John and Rosemary Keeling

Los pueblos y comunidades de la Ribera, desde Jocotepec hasta Mezcala, cuentan con excelentes malecones. Son áreas verdes de libre acceso donde fácilmente puedes observar a las aves pescando, defendiendo su territorio, cortejando o robándole peces a otras especies. Aquí van cinco de las especies más comunes que encontrarás en las orillas del lago.

La más alta y también la más común es la **Garza Grande**. De un metro de altura, cuerpo blanco y pico amarillo, es conocida por comer tanto serpientes como peces. Al igual que otras garzas, debe permanecer muy quieta por largos periodos al filo del agua hasta que un pez se aparezca en su rango de ataque, y entonces súbitamente elongará su cuello para atraparlo. Solo por diversión, lanza el pescado al aire y lo atrapa en repetidas ocasiones hasta que lo acomoda cabeza abajo.

La **Garza Nivea** es de la mitad de tamaño que la garza blanca y tiene pelaje blanco, el pico negro, patas doradas y también se alimentan de pescado. En temporada de apareamiento le crecen unas plumas blancas esponjosas, mismas que fueron parte de los característicos sombreros para dama hace ciento cincuenta años; la demanda fue tal que por poco desaparece esta especie pero, por suerte, los naturalistas de la época se levantaron para protegerlas.

La **Garza-nocturna** es un ave poco inteligente. No siempre se les ve porque construyen sus nidos más bien entre las ramas de los árboles que en la cima. Suelen pescar desde las ramas bajas de árboles muertos en lugar de quedarse en



Black Crowned Night Heron / Garza-nocturna

aguas poco profundas. Una característica interesante de esta ave es que les toma cuatro años obtener su plumaje adulto. En su primer año es un poco pardo; después, en su segundo y tercer año viste diferentes tonos de gris, hasta que en su cuarto año se vuelve casi blanca con un gorro negro.

Nadando en el agua verás grupos de la **Fulica Americana**, también conocida como **Gallareta, Choca y Hayno**. Son del tamaño de un pato pequeño, identificadas por su plumaje negro y pico blanco. Son buceadoras y principalmente vegetarianas. Se sumergen en el agua para comer tallos frescos y hojas debajo de la superficie. De cualquier forma, son de alimentación flexible: si tienen hambre no le dicen que no a los renacuajos, a los insectos ni a las lombrices.

El **Pelicano Blanco Americano** es el ave icónica del Lago de Chapala. Es la única especie migratoria de la lista. A finales de abril, estas aves vuelan al norte a los lagos del oeste de Estados Unidos y Canadá cuando la nieve ya se derritió. Se establecen en islas que les brindan protección contra animales salvajes. Necesitan áreas protegidas porque si los humanos visitan en los meses de verano, los pelicanos jóvenes simplemente se irán y abandonarán a sus polluelos a morir. También comen muchos pescados, los cuales atrapan con sus picos de gran tamaño. Actualmente se está pescando en exceso en el lago de Chapala; los pescadores y sus enormes redes podrían estar contribuyendo a una baja en la población de los pelicanos blancos durante el invierno.



**American White Pelican /
Pelicano Blanco Americano**

Foreign Exchange | Checking Account | Canadian & U.S. checks
Digital Banking | Dream Loan | Escrow & Trust | Insurance
Mutual Funds and much more.

BANKING TAILORED TO YOUR NEEDS.

ONE-STOP BANKING

Taak Ajijic Center: 376 766 4055

Ajijic: 376 766 5980

[intercam.com.mx](https://www.intercam.com.mx)

Review terms, conditions, fees and account opening requirements at <https://www.intercam.com.mx>





Office & Library Hours: Monday to Saturday 10 am to 2 pm

Grounds open: Monday to Friday 9:00 am to 5:00 pm / Saturday 9:00 am to 2 pm

*Open to the Public (S) Sign up (C) Member card (M) LCS members only

LESSONS (M)

Table with 2 columns: Lesson Name and Schedule. Includes classes like Bordado Artístico, Children's Art, Chess Club, Yoga, Spanish classes, etc.

HEALTH & LEGAL SERVICES*

Table with 2 columns: Service Name and Schedule/Contact. Includes Audiology, Immigration, Blood Pressure Testing, etc.

SERVICE & SUPPORT GROUPS *

Table with 2 columns: Group Name and Schedule/Contact. Includes AA Women's Meeting, Al-Anon, Caregivers, etc.

LIBRARIES (M)

Table with 2 columns: Library Name and Schedule. Includes Book + DVD Libraries, Books on Tape, etc.

SOCIAL ACTIVITIES (M)

Table with 2 columns: Activity Name and Schedule. Includes American Mah Jongg, Bridge4Fun, Discussion Group, etc.

HEALTH INSURANCE*

Table with 2 columns: Insurance/Service Name and Schedule/Contact. Includes Hospital San Antonio, IMSS, Lakeside Insurance, etc.

NEW ACTIVITIES:

- LCS BLOOD PRESSURE TESTING
The LCS Blood Pressure Testing will resume in March on Fridays from 10am-12pm.
Testing will take place on the Neill James Veranda.
Retired or active RN, LPN, EMT or PAs interested in volunteering in this service, please contact: Carole Parriey at caroleparriey@hotmail.com, OR Donna Ashwood at dbashdown@gmail.com

EDUCATIONAL PROGRAMS

Life
experiences



Introduction to Spanish

By Inez Dyer

Thursday, May 4, 11 & 18

10:00 am - 12:00 pm

By Alfredo Pérez

Thursday, Jun 1, 08 & 15

10:00 am - 12:00 pm

Regular price: \$560

LCS members: \$430

Getting your Jalisco driver's license without losing your mind

By Alfredo Pérez

Wednesday, May 10 CLASS

9:30 am to 11:30 am

Wednesday, May 17 VISIT

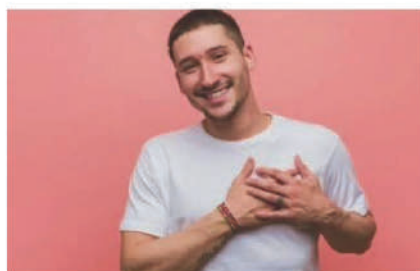
Wednesday, June 14 CLASS

9:30 am to 11:30 am

Wednesday, June 21 VISIT

Regular price: \$780

LCS members: \$600



HEARTMATH "Resilience Advantage" Course

By Jeanette Monosoff & David Haley

Friday, May 12, 19, 26 & Jun 02

10:30 am to 12:30 pm

Regular price: \$780

LCS members: \$600



Financial Planning Basics for Women (and why not? for men)

By Reba Mayo

Saturday, May 27 & Jun 03

10:00 am to 11:30 am

Regular price: \$520

LCS members: \$400

Protect What You Have, Plan for Eventualities and Secure Your Retirement Financial literacy. Join this class and learn the steps that will help you accomplish this.

Mexican Manners

By Alfredo Pérez

Wednesday, June 7

10:00 am to 1:00 pm

Regular price: \$650

LCS members: \$500



Relax Session Intro

By Arlette Solano

Friday, Jun 9

10:00 am to 11:00 am

Regular price: N/A

LCS members: N/A

Introduction to Lakeside In-Person

By Barbara Harkness

Monday, June 12

10:00 am to 1:00 pm

Online Regular price: \$850

Online LCS members: \$660

Introduction to Lakeside Online

By Barbara Harkness

Monday, June 19

10:00 am to 1:00 pm

Regular price: \$850

LCS members: \$660

Relax Session Workshop

By Arlette Solano

Friday, Jun 23

10:00 am to 1:00 pm

Regular price: \$1,000

LCS members: \$900

Join Arlette Solano, for this three-hour class where you will learn how to use relaxation to improve your health, calm your mind, ease anxiety, balance hormone levels, gain muscle flexibility, improve joints, mental clarity, restore well-being while creating new energy. This class will teach needed skills and techniques through, breathing techniques, restorative yoga, Thai massage. Each of these skills and techniques will be presented with explanations on how they contribute to the overall health of each participant.

Enrollment at LCS Office

Monday through Saturday

from 10:00 am - 2:00 pm

or send an email to:

directoreducacion@lakechapalasociety.com

or LakeChapalaSociety.com

Registration requires payment.

There is no refund.



Library Updates

So now that most of us are retired and enjoying our wonderful Lakeside lives, how are we spending our free time?

I hope that the first answer that comes to mind is that we're reading books from the library! But aside from the obvious, what else are we doing to keep our minds and bodies active and engaged. Did you bring your favorite hobby with you? Did you discover a new passion? Are you ready to try something new?

This month's article features fiction and non-fiction books about a variety of hobbies and pastimes. Be sure to check out our Featured Books shelf the next time you are in the library. For those of you seeking to read about active hobbies, there are many possibilities. Titles that might interest you include *Salmon Fishing in the Yemen*; *The Legend of Bagger Vance*; *Adrift*; *Solo*; or *Horse*.

If your hobbies keep you closer to home, we have several fiction and non-fiction offerings for gardeners, cooks, knitters and needle pushers. For chefs, there are the delightful mysteries featuring intrepid caterer Goldy Schulz by Diane Mott Davidson or the cozy cooking mysteries by Joanne Fluke including *The Chocolate Chip Cookie Murder* and *Lemon Meringue Pie Murder*. For crafters there is the Friday *Night Knitting Club*; *The Knitting Diaries* (a collection of short stories); and *The Persian Pickle Club*. There are also several memoirs by Anthony Bourdain, Ruth Reichl and others.

For those of you who want to read about your love of books, we suggest *The Bookman* mystery series by John Dunning; The Little Paris Bookshop or The Readers of Broken Wheel Recommend. You might also enjoy the Crossword Puzzle mysteries by Nero Blanc or Bringing Down the House by Ben Mezrich.

And although I didn't list any specific titles, we have non-fiction titles for almost every hobby enjoyed by Lakesiders. If you want to brush up on your golf game, chess game, poker game or need a good cookbook, we can help!

And finally, if hiking the many trails up and through the mountains here appeals to you, please mark your calendars for a special event. The group Senderos de Mexico from Guadalajara has just published a very useful Trail Guide to all the trails Lakeside. The guide fits in your pocket and contains loose maps for each trail as well. They will be giving a presentation here at LCS on Wednesday, May 10 at 10:00. The guides will be available for purchase with all proceeds benefiting trail maintenance and trail education in the region.

ESPAÑOL EN ACCIÓN

Por la Profa. Dolores Alicia Ordóñez Pinter
Instructora Sandra Gutiérrez

1A JUN 26TH TO AUG 31ST
Monday and Thursday - 10:00 am to 12:00 pm

1B JUN 27TH TO SEPT 1ST
Tuesday and Friday - 10:00 am to 12:00 pm.

2A JUN 26TH TO AUG 31ST
Monday and Thursday - 12:30 pm to 2:30 pm

2B JUN 27TH TO SEPT 1ST
Tuesday and Friday - 12:30 pm to 2:30 pm.

3A JUN 26TH TO AUG 31ST
Monday and Thursday - 3:00 pm to 5:00 pm.

3B JUN 27TH TO SEPT 1ST
Tuesday and Friday - 3:00 pm to 5:00 pm.

**NOCHE DE GALA
GASTRONÓMICA
DE AUTOR.**

DISFRUTA DE UNA NOCHE DE EXPERIENCIAS
GASTRONÓMICAS.

Mayo

Viernes **26** 6:00 PM

2023

LAKE CHAPALA SOCIETY CALLE 16 DE SEPTIEMBRE
#16-A, AJIJIC, JALISCO.

COCINA Y COCTELERIA DE AUTOR.

LIMITED SEATING.
For information contact Steve Balfour at
SB4LCS@gmail.com

MAY 9 AT 10:00AM

SHOPPING TRIP

Costco, Sam's and Galerías 360 mall.

Major retailers including Liverpool, Sears and restaurants Cheesecake Factory, PF Chang and more, also shop Costco, Sams and Galerías 360 mall. Let's go shopping! We will be on a bus with plenty of room for your shopping and to travel in comfort.



Regular price: \$920 plp
Member price: \$715 plp

JUNE 20 AT 10:00AM

GUADALAJARA'S ZOO

The price includes transportation and the entrance ticket to the zoo. Wear comfortable shoes, a hat or cap, and bring your camera for memories.

There are several places inside the zoo where you can buy food/snacks/beverages.

We'll give you a map of the zoo.



Regular price: Kids: \$940, Adults \$1010
Member price: Kids: \$760, Adults \$830



The Bus will depart promptly from the sculpture in La Floresta.

You can register at the LCS office or at www.LakeChapalaSociety.com | Limited seats.



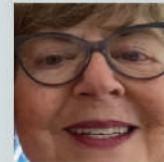
MAY
SUNDAY MORNING
10:30 IN THE GARDEN AT
LAKE CHAPALA SOCIETY



MAY
7TH

Eduardo Ramos Cordero & Philip Rylett

The hidden traditions of Ajijic



MAY
14TH

Lillie Henley

Mother - Daughter relationships



MAY
21ST

Yolanda Martinez

Cruz Roja



MAY
28TH

Barbara Hildt

Getting to Know Our Hearts and Souls



MAKE YOUR RESERVATION
AND CHECK THE SCHEDULE AT
WWW.OPENCIRCLEAJIJIC.ORG

www.lakechapalasociety.com

How to renew your U.S. passport

By U.S. Consulate General

U.S. citizens resident in Mexico: renewing your passport book has never been easier. With the mail-in program, you can renew it by mail without an in-person appointment if you meet the following conditions:

1. Your prior passport was issued in the last 15 years and was valid for 10 years.
2. Your prior passport is undamaged.
3. Your prior passport is in your possession.
4. Your prior passport was issued in your current name, or you can document the name change.
5. You do not travel in the next 6-8 weeks.

If you meet all conditions above, you can renew your passport book by mail. Use the Passport Navigator at mx.usembassy.gov/passports to walk you through the process:

- **Complete the application**

Complete, sign, and date the DS-82 form completed at <https://pptform.state.gov/>. Enter your information and print (single-sided) a paper copy. If you notice an error, complete a new form.

- **Most Recent U.S. Passport and Photocopy of Bio Page**

Submit your most recent passport and a photocopy of the biographic (photo) page. This passport will be returned to you and will be canceled if still valid.

- **Photo**

Submit a 5x5 cm photo taken in last six months. Do not reuse a photo from a prior application. Do not use filters commonly used on social media. Have someone else take your photo. No eyeglasses. Use a white background without shadows.

- **Payment**

Pay the passport fee online at <https://www.pay.gov/public/form/start/607957567> and include a printed copy of your receipt with your application. Do not send cash, checks, or money orders. You must pay online.

- **Name Change Documents (if applicable)**

If the name you currently use is different from the name on your most recent U.S. passport, provide the original certified copy of the legal name change document and a photocopy. This document will be returned to you.

- **Ship Your Documents**

Visit a DHL store to purchase two shipping waybills - one to submit your documents and the other for delivery of your new passport. Passports can only be delivered to a DHL store, not to residential addresses.

Waybill 1: Give DHL the following information and discount code CDNUSA GDL (discount applies to both waybills)

From: Applicant's name: Content: Documents and return guide Applicant's Contact phone: Applicant's Email: Address: DHL store address where the customer is buying the guide.

To: Contact: U.S. Consulate General Guadalajara Passport Office Address: Progreso 175, Col. Americana Guadalajara, Jalisco, 44160 Contact phone: 5553452000
--

Waybill 2:

From: Contact: U.S. Consulate General Guadalajara Passport Office Content: Documents + Applicant's birth date (DD, MM, AAAA) Address: Progreso 175, Col. Americana Guadalajara, Jalisco, 44160 Contact phone: 5553452000
--

To: Applicant's name: Applicant's Contact phone: Applicant's Email: Address: DHL store address where the customer is buying the guide.
--

Send your signed DS-82 form, prior passport and photocopy, 5x5 cm passport photo, online payment confirmation, name change document (if applicable), and return shipping waybill to the consulate. You'll have your new passport in six to eight weeks.

If you don't qualify for the mail-in program, or wish to apply for a passport card, you must schedule an in-person appointment. If you have urgent travel in the next eight weeks, use the Passport Navigator for guidance to request an urgent appointment.

The Evolution of Honey:

A Historical Journey of the Sweet Stuff

By Sandra Baird

Hey there, Honey Bunch! Let's talk about the golden, gooey goodness that's been around for thousands of years - honey! From its natural energy boost to its antibacterial properties, and cuisine contributions, it has a dizzying role in our lives and imagination.

There are over 300 types of honey in the world, each with its own distinct flavor and health benefits. Clover is one of the most common types with a mild, floral taste. The type of honey found in the Chapala, Jalisco, Mexico area varies depending on the types of plants and flowers available for the bees to collect nectar from.

Common types of local honey: Have you tasted them all?

Tropical Blossom Honey: From nectar of tropical flowers, such as orange blossoms, avocado blossoms, and guava blossoms, light color and a mild, floral flavor.

Mesquite Honey: From Mesquite trees, dark color, has a strong, smoky flavor, high in antioxidants, often used in traditional Mexican recipes.

Wildflower Honey: From nectar of wildflowers, such as dandelions, clover, and goldenrod, orange marigolds, and yellow daisies. Usually has a light color and a mild, sweet flavor.

But this delicious nectar isn't just for your toast or tea. It can be used in a variety of home remedies, from a natural cough syrup with lemon juice and a pinch of cinnamon, to a hydrating and soothing face mask with yogurt and oatmeal, to a wound dressing to promote healing and prevent infection. Keep in mind that untreated raw honey is a first step to quality.

Honey is more than just a sweet treat. It is also packed with vitamins, minerals, and antioxidants including vitamin C, calcium, and iron. Antioxidants in honey, such as flavonoids and phenolic acids, can help protect your body from oxidative stress and damage caused by free radicals. In addition, honey contains natural sugars that can provide a quick source of energy.

And let's not forget the culinary uses of this golden elixir! It's a versatile ingredient that can be used in a variety of dishes and beverages. It can be used as a sweetener in baked goods, as a glaze for meats, or as a topping for yogurt and oatmeal. Different types of this honey pair well with different foods - orange blossom

is delicious with fruit and yogurt, while mesquite honey is perfect for barbecue sauces and marinades.

Here are a few recipes that showcase the versatility of honey in cooking:

Honey Mustard Chicken: Mix honey, Dijon mustard, olive oil, and garlic powder, and use the mixture to marinate chicken breasts. Grill or bake the chicken until cooked through.

Honey Roasted Carrots: Toss sliced carrots in a mixture of honey, olive oil, salt, and pepper. Roast in the oven until tender and caramelized.

Honey Walnut Granola: Mix rolled oats, chopped walnuts, honey, and cinnamon. Bake in the oven until golden brown.

Honey doesn't have to be eaten to be enjoyed. In modern literature and culture, it can be used as a metaphor for anything from a person's personality to a feeling of contentment or satisfaction. In literature, honey can symbolize everything from love and pleasure to knowledge and wisdom. For example, in Greek mythology, honey was associated with the gods, thought to have healing powers. In the Bible, honey is referred to as a symbol of prosperity and abundance.

Here is a Fun trivia question! How many songs do you know that have used honey as a metaphor for something that is sweet, valuable, or desirable? Check out these popular songs from the last 5 decades that mention honey:

"Honey" by Bobby Goldsboro (1968), "Honey Bee" by Tom Petty and the Heartbreakers (1994), "Sticky Fingers" by Above & Beyond featuring Alex Vargas (2014), "Sugar Sugar" by The Archies (1969), "You're My Honey Bunch (The Sugar Pie Honey Bunch)" by The Temptations (1968), "Honey Honey" by ABBA (1974), "American Honey" by Lady Antebellum (2010).

While honey has been revered for more than a thousand years, we can't forget the hardworking bees that make it all possible. Unfortunately, honeybees are facing several threats to their habitat and survival. Here are some of the main threats:

Habitat loss: As land is developed for agriculture, housing, and other purposes, bees lose their natural habitat. This can reduce the availability of flowering plants

and other resources that bees need to survive.

Pesticides: Pesticides and other chemicals used in agriculture can be toxic to bees, harming their health and disrupting their ability to navigate and communicate with one another.

Climate change: Changing weather patterns and temperatures can affect the availability of food sources for bees and disrupt their hibernation patterns.

Parasites and diseases: Parasites such as varroa mites and diseases such as colony collapse disorder can devastate bee populations, making it difficult for them to survive and reproduce.

Genetic factors: Genetic factors such as inbreeding and loss of genetic diversity can weaken bee populations, making them more vulnerable to disease and environmental stressors.

Have you ever wondered if beekeeping is a viable business? Well, the truth is, for most people, it's more of a hobby than a source of income. For example, some families who have around 250 beehives in the high mountains of the Sierra del Tigre can barely make ends meet with the sale of honey. While they can harvest honey twice a year, they can't rely on it as their sole source of income.

A local beekeeper commented, "Keeping bees is a fascinating world. Watching how bees work and live is beautiful, a great hobby, but it requires work, care and time plus investment with low financial reward."

It's up to all of us to support beekeepers, reduce the use of pesticides, and plant bee-friendly flowers and plants to help protect bees and their habitat-and buy honey from local beekeepers.

Next time a honeybee buzzes a bit too close to your nose, give it a friendly wave off in gratitude for the gift of honey. With so many types of this sweet treat available, each with its own unique flavor profile and health benefits, there are endless possibilities for incorporating it into your diet and daily routine. When you need to satisfy a sweet craving, choose this golden elixir and enjoy the natural goodness it has to offer. And let's not forget to support our buzzing bee friends who make it all possible!

Acknowledgements: Many thanks to Johan H.M. Dirkes for his input on the local beekeeping scene and thanks to all the other honey lovers who piped up with ideas for this article in honour of honeybees.

La Evolución de la Miel:

Un Viaje Histórico del Delicioso Néctar

Por Sandra Baird

Agradecimientos: Muchas gracias a Johan H.M. Dirkes por su aportación sobre la escena local de la apicultura y gracias a todos los demás amantes de la miel que compartieron sus ideas para este artículo en honor a las abejas melíferas.

¡Hola, mielcito! Hablemos sobre la dulce y dorada delicia que ha estado presente por miles de años - ¡la miel! Desde su energía natural hasta sus propiedades antibacterianas y contribuciones culinarias, tiene un papel mareador en nuestras vidas e imaginación. Existen más de 300 tipos de miel en el mundo, cada uno con su propio sabor distintivo y beneficios para la salud. El trébol es uno de los tipos más comunes con un sabor suave y floral. El tipo de miel que se encuentra en el área de Chapala, Jalisco, varía dependiendo de los tipos de plantas y flores disponibles para que las abejas recolecten néctar. Tipos comunes de miel local: ¿Los has probado todos?

Miel de Flor Tropical: Del néctar de flores tropicales, como flores de naranja, flores de aguacate y flores de guayaba, color claro y sabor floral suave.

Miel de Mezquite: De los árboles de mezquite, color oscuro, tiene un sabor fuerte y ahumado, alto en antioxidantes, a menudo utilizado en recetas tradicionales mexicanas.

Miel de Flores Silvestres: Del néctar de flores silvestres, como dientes de león, trébol y vara de oro, caléndulas naranjas y margaritas amarillas. Por lo general, tiene un color claro y un sabor dulce suave.

Pero este delicioso néctar no es solo para tu pan tostado o té. Puede ser utilizado en una variedad de remedios caseros, desde un jarabe natural para la tos con jugo de limón y una pizca de canela, hasta una mascarilla hidratante y calmante con yogur y avena, hasta un apósito de herida para promover la curación y prevenir la infección. Ten en cuenta que la miel cruda sin tratar es el primer paso para la calidad. La miel es más que un dulce capricho. También está repleta de vitaminas, minerales y antioxidantes, incluyendo vitamina C, calcio y hier-

ro. Los antioxidantes en la miel, como los flavonoides y los ácidos fenólicos, pueden ayudar a proteger tu cuerpo del estrés oxidativo y del daño causado por los radicales libres. Además, la miel contiene azúcares naturales que pueden proporcionar una fuente rápida de energía. ¡Y no olvidemos los usos culinarios de este elixir dorado! Es un ingrediente versátil que se puede utilizar en una variedad de platos y bebidas. Se puede usar como edulcorante en productos horneados, como glaseado para carnes o como topping para yogur y avena. Los diferentes tipos de miel combinan bien con diferentes alimentos - la flor de naranja es deliciosa con frutas y yogur, mientras que la miel de mezquite es perfecta para salsas de barbacoa y marinados. Aquí hay algunas recetas que muestran la versatilidad de la miel en la cocina:

"Honey" by Bobby Goldsboro (1968), "Honey Bee" by Tom Petty and the Heartbreakers (1994), "Sticky Fingers" by Above & Beyond featuring Alex Vargas (2014), "Sugar Sugar" by The Archies (1969), "You're My Honey Bunch (The Sugar Pie Honey Bunch)" by The Temptations (1968), "Honey Honey" by ABBA (1974), "American Honey" by Lady Antebellum (2010).

Si bien la miel ha sido venerada por más de mil años, no podemos olvidar a las abejas trabajadoras que hacen todo esto posible. Desafortunadamente, las abejas melíferas enfrentan varias amenazas a su hábitat y supervivencia. Aquí están algunas de las principales amenazas:

Pérdida de hábitat: A medida que se desarrolla la tierra para la agricultura, la vivienda y otros fines, las abejas pierden su hábitat natural. Esto puede reducir la disponibilidad de plantas con flores y otros recursos que las abejas necesitan para sobrevivir.

Pesticidas: Los pesticidas y otros productos químicos utilizados en la agricultura pueden ser tóxicos para las abejas, dañando su salud y perturbando su capacidad para navegar y comunicarse entre sí.

Cambio climático: Los patrones

climáticos y las temperaturas cambiantes pueden afectar la disponibilidad de fuentes de alimentos para las abejas y perturbar sus patrones de hibernación.

Parásitos y enfermedades: Los parásitos como los ácaros varroa y las enfermedades como el trastorno del colapso de colonias pueden devastar las poblaciones de abejas, lo que dificulta su supervivencia y reproducción.

Factores genéticos: Los factores genéticos como la endogamia y la pérdida de diversidad genética pueden debilitar las poblaciones de abejas, haciéndolas más vulnerables a enfermedades y factores de estrés ambiental.

¿Alguna vez te has preguntado si la apicultura es un negocio viable? Bueno, la verdad es que para la mayoría de las personas es más un pasatiempo que una fuente de ingresos. Por ejemplo, algunas familias que tienen alrededor de 250 colmenas en las altas montañas de la Sierra del Tigre apenas pueden llegar a fin de mes con la venta de miel. Si bien pueden cosechar miel dos veces al año, no pueden depender de ella como su única fuente de ingresos. Un apicultor local comentó: "Mantener abejas es un mundo fascinante. Ver cómo trabajan y viven es hermoso, un gran pasatiempo, pero requiere trabajo, cuidado y tiempo, además de una inversión con baja recompensa financiera".

Depende de todos nosotros apoyar a los apicultores, reducir el uso de pesticidas y plantar flores y plantas amigables con las abejas para ayudar a proteger a las abejas y su hábitat, y comprar miel de los apicultores locales. La próxima vez que una abeja melífera zumbó un poco demasiado cerca de tu nariz, despídela con una amistosa despedida en agradecimiento por el regalo de la miel. Con tantos tipos de este dulce disponible, cada uno con su propio perfil de sabor único y beneficios para la salud, hay infinitas posibilidades para incorporarlo en tu dieta y rutina diaria. Cuando necesites satisfacer un antojo dulce, elige este elixir dorado y disfruta de la bondad natural que tiene para ofrecer. ¡Y no olvidemos apoyar a nuestras amigas abejas zumbadoras que lo hacen todo posible!

One Person Can Make a Difference

Mata Ortiz pottery

By Diana Hunt

Mata Ortiz may be a tiny village in northwestern Chihuahua, but it is world-famous for its distinctive pottery inspired by pre-Hispanic art from the nearby ruins of Paquimé.

The civilization at Paquimé -- a Mogollon culture of both Mesoamerican and Southwestern traits -- flourished from around 700 until the mid-1400s. Paquimé is aligned on roughly the same longitudinal axis as Chaco Canyon and Aztec Ruins, suggesting that the similarities among these sites included ceremonial connections. Paquimé is regarded as one of the most significant Mogollon archaeological zones, designated a UNESCO World Heritage Site and a "Pueblo Mágico" since 2015.

Modern residents of Mata Ortiz often found (and still find) ancient pottery shards, but the techniques used to make this beautiful, intricately painted pottery were lost for nearly 600 years. Until a curious boy 60 years ago found three intact pots in a burial cave.

How Juan Quezada painstakingly worked to rediscover the lost art, thereby pulling his poor village out of poverty reads like a fairy tale.

He loved the beauty of the pots and vowed to learn how to make them. He found local clay deposits and began experimenting. He had no experts to call upon, he had no formal instruction and yet, through 16 years of trial and error, he perfected the same kind of polychrome pottery. He even found the distinctive white clay in his own back yard. Today, that special clay is brought down from the mountains by burro.

Quezada gave his early pottery to family members and friends as gifts. Soon after Quezada began selling his wares, he also



began to teach the craft to his immediate family. They in turn taught other family members and friends. By the mid-1970's, his wares began to be sold commercially and by the 1980's his works were found in the galleries of Arizona, New Mexico and California.

In the '70s, a gentleman named Spencer MacCallum found a lovely pot of unknown origin at a secondhand store in New Mexico. Through a series of serendipitous circumstances, MacCallum found Quezada in Mata Ortiz in 1976.

Impressed with Quezada's talent, MacCallum promised to buy all his pots in exchange for Quezada's continued experimentation and development of his craft. For nearly eight years, MacCallum provided financial support for Quezada, serving as mentor and agent. This agreement allowed Quezada to develop into a world-class potter.

By the 1990s, the pottery was being shown in museums and sold in fine art galleries around the world. The success of the pottery, which is sold for its aesthetic rather than its utilitarian value, has brought many tourists to the village of Mata Ortiz, further encouraging more individuals to learn the technique.

Today, about 400 families, or three out of four families, are dedicated to pottery making, earning income from the industry, directly or indirectly. What is intriguing is how this rural community has been able to produce a large number of highly skilled artisans in such a short period of time.

Although he died just last year, Juan Quezada is acknowledged as the Master Potter of Mata Ortiz. The best pieces now sell for thousands of dollars; those made by Quezada run considerably more money. Collectors of the pottery include Sandra Day O'Connor and Laura Bush.

Each potter makes the piece in the same way in which they were originally made. Today's potters, however, have incorporated their innovative designs and the development of their own distinctive styles. These pieces are made entirely by hand by flattening a piece of clay into what they call a "tortilla" and then pressing it into a bowl. Brushes of the finest children's hair are used for painting the designs, taking one to three months to finish. When you touch the inside of a finished vessel, you can feel the artist's fingers that molded it.

But now you can create your very own Mata Ortiz pot at Diane Pearl's workshop. Two artisans make regular trips to Ajijic to teach others their craft. They are the real deal. Their parents were friends of Quezada and learned directly from him. Now, as second-generation artisans, they have taught their sons -- who are the award-winning third generation.

The last workshop of the season was April 25-28, but classes will start again in late fall. Call 376 766 5683 to learn more.

Remote Online Notary in Florida

WORLDWIDE ACCESS for online UNITED STATES Documents via a Zoom-Type meeting



BE CAREFUL when selecting a Notary.

Use of Notary outside of their jurisdiction makes a document invalid.

Selecia Young-Jones

www.rainbownotaryandnuptials.com

904rainbow@gmail.com

904-333-7311



Una persona puede marcar la diferencia

Cerámica de Mata Ortiz

Por Diana Hunt



Puede que Mata Ortiz sea un pequeño pueblo del noroeste de Chihuahua, pero es mundialmente famoso por su característica cerámica, inspirada en el arte prehispánico de las cercanas ruinas de Paquimé

La civilización de Paquimé, una cultura mogollón de rasgos mesoamericanos y suroccidentales, floreció desde alrededor del año 700 hasta mediados del siglo XIV. Paquimé está alineado aproximadamente en el mismo eje longitudinal que el Cañón del Chaco y las Ruinas Aztecas, lo que sugiere que las similitudes entre estos sitios incluían conexiones ceremoniales. Paquimé está considerada una de las zonas arqueológicas mogollón más significativas, designada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO y “Pueblo Mágico” desde 2015.

Los residentes modernos de Mata Ortiz solían encontrar (y siguen encontrando) antiguos fragmentos de cerámica, pero las técnicas utilizadas para fabricar esta hermosa cerámica intrincadamente pintada se perdieron durante casi 600



años. Hasta que un niño curioso encontró hace 60 años tres vasijas intactas en una cueva funeraria.

Cómo Juan Quezada se esforzó por redescubrir este arte perdido y sacar a su pueblo de la pobreza parece un cuento de hadas.

Le encantaba la belleza de las vasijas y se propuso aprender a fabricarlas. Encontró yacimientos locales de arcilla y empezó a experimentar. No tenía expertos a los que recurrir, no recibió instrucción formal, pero a lo largo de 16 años de ensayo y error perfeccionó el mismo tipo de cerámica policromada. Incluso encontró la característica arcilla blanca en su propio jardín. Hoy en día, esa arcilla especial se trae de las montañas en burro.

Quezada regalaba sus primeras cerámicas a familiares y amigos. Poco después, Quezada empezó a vender sus productos y a enseñar el oficio a sus familiares más cercanos. Ellos, a su vez, enseñaron a otros familiares y amigos. A mediados de los años setenta, sus objetos empezaron a venderse comercialmente y en los ochenta sus obras se encontraban en galerías de Arizona, Nuevo México y California.

En los años setenta, un caballero llamado Spencer MacCallum encontró una preciosa vasija de origen desconocido en una tienda de segunda mano de Nuevo México. Por una serie de circunstancias serendipias, MacCallum encontró a Quezada en Mata Ortiz en 1976. Impresionado por el talento de Quezada, MacCallum prometió comprar todas sus vasijas a cambio de que Quezada siguiera experimentando y desarrollando su oficio. Durante casi ocho años, MacCallum apoyó económicamente a Quezada, actuando como mentor y agente. Este acuerdo permitió a Quezada convertirse en un alfarero de talla mundial.

En la década de 1990, la cerámica se exhibía en museos y se vendía en galerías de arte de todo el mundo. El éxito de la cerámica, que se vende por su valor estético más que utilitario, ha atraído a muchos turistas al pueblo de Mata Ortiz, lo que ha animado a más personas a aprender la técnica.

En la actualidad, unas 400 familias, es decir, tres de cada cuatro, se dedican a la alfarería y obtienen ingresos de esta industria, directa o indirectamente. Lo intrigante es cómo esta comunidad rural



ha sido capaz de producir un gran número de artesanos altamente cualificados en tan poco tiempo.

Aunque murió el año pasado, Juan Quezada es reconocido como el Maestro Alfarero de Mata Ortiz. Las mejores piezas se venden ahora por miles de dólares; las hechas por Quezada cuestan bastante más. Entre los coleccionistas de esta cerámica se encuentran Sandra Day O'Connor y Laura Bush.

Cada alfarero elabora la pieza de la misma forma en que se hicieron originalmente. Los alfareros actuales, sin embargo, han incorporado sus diseños innovadores y el desarrollo de sus propios estilos distintivos. Estas piezas se elaboran totalmente a mano, aplastando un trozo de arcilla hasta formar lo que llaman una “tortilla” y luego presionándola en un cuenco. Para pintar los diseños se utilizan pinceles del mejor pelo de niño, que tardan de uno a tres meses en terminarse. Cuando se toca el interior de una vasija terminada, se pueden sentir los dedos del artista que la moldeó.

Pero ahora puede crear su propia vasija Mata Ortiz en el taller de Diane Pearl. Dos artesanos viajan regularmente a Ajijic para enseñar a otros su oficio. Son auténticos artesanos. Sus padres eran amigos de Quezada y aprendieron directamente de él. Ahora, como artesanos de segunda generación, han enseñado a sus hijos, que son la galardonada tercera generación.

“Me tuvieron que convencer para que hiciera un curso de cerámica”, dice Rosemary Gulin. “Nunca me interesó, pero cuando lo hice, me enganché. Lo que me cautivó fue la historia y lo que hizo este hombre, cómo cambió el pueblo y transformó el arte. Es una experiencia muy práctica, como la meditación”, explica. “Es concentración y a la vez muy placentero”.

Rosemary no sólo participa regularmente, sino que coordina los viajes de los artistas a Ajijic con Diane Pearl. El último taller de la temporada fue del 25 al 28 de abril, pero las clases volverán a empezar a finales de otoño. Para más información, llame al 376 766 5683.

HIT THE TRAIL

By Harriet Hart

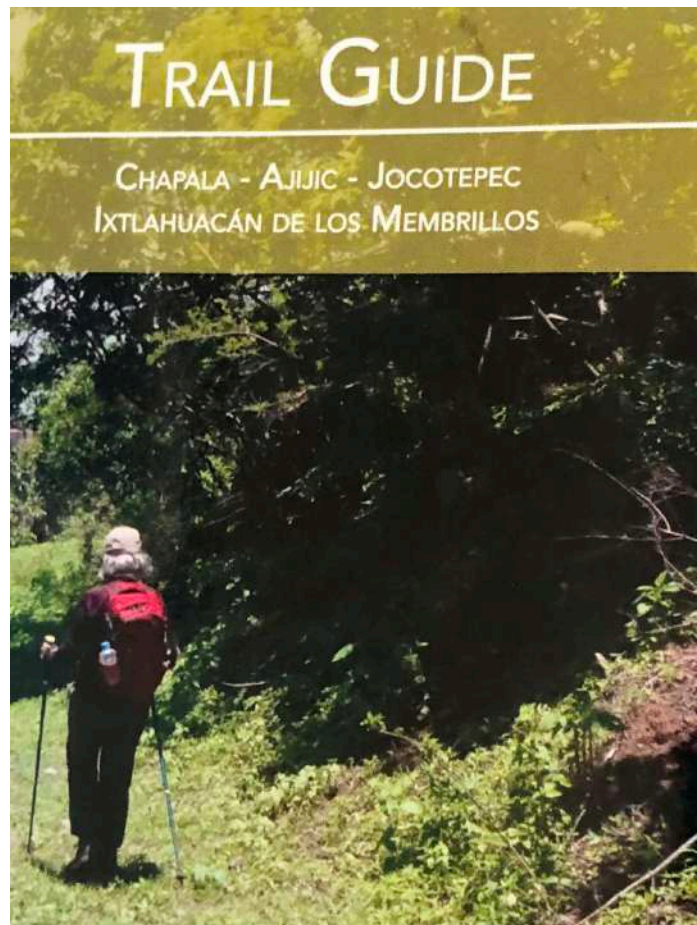
Did you know that hiking is the 4th most popular outdoor activity in the USA today after running, fishing and biking? The Outdoor Foundation 2018 Participation Report said that 44 million people hit the trails in 2017. Distance hiking on major trails is gaining in popularity – The Pacific Cost Trail which runs all the way from Mexico to the Canadian Border, covering 2,650 miles or 4,265 kilometers – saw 7,313 trail permits issued in 2018, a large increase since 2013.

I'm no stranger to hiking myself. As a younger, more adventurous woman, I hiked the Mantario Trail between Manitoba and Ontario in a long weekend and more recently joined a band of birders who walked up into the cloud forest in El Triunfo (Chiapas). I also took a hiking holiday in Iceland where a small group of us traversed the lava fields while the wind blew off the sea. And, I've joined small groups on short hikes here at Lakeside.

In a magazine titled Mountain Treads, Zach Reed writes that hiking is popular for many reasons. It offers well-known physical benefits such as burning calories and toning muscles, and it improves mental health, reducing stress levels and leading to increased happiness. He says hiking is fun, because it's a form of exploration that gives you a feeling of independence and offers the fascinating sights and sounds that nature offers. Reed believes hiking is good for the soul and it's relatively inexpensive: "Instead of paying for a pool table, an hour of bowling or a squash game, try the free entertainment just beyond your backyard."

And now Senderos de Mexico has published a Trail Guide for Chapala, Ajijic, Jocotepec and Ixtlahuacan de los Membrillos that enables you to do just that safely. Who is Senderos de Mexico, you ask? On page nine, the guide explains that they are a non-profit organization born in 2013 with the purpose of making people aware of how hiking benefits both the environment and the rural communities that neighbor the trails. Some of their activities include trail building and upkeep, signage, developing maps and guides to contribute to hikers' safety and pleasure, and training community residents to become hiking guides.

This Trail Guide is comprehensive. Chapter One includes a code of conduct that explains how hikers should behave: stick to the trails; if you take garbage in, carry it back out with you; respect wildlife and fellow hikers; do not



drink alcohol or use drugs; and do not light fires. This chapter also has a page of recommendations such as wearing proper footwear, using sun protection, checking the weather forecast, sharing a hiking plan with a friend or family member before setting off, and carrying a first aid kit and a charged cell phone.

Chapter Two describes Jalisco's Natural Protected area and the five different geographical regions that converge here. It outlines weather, vegetation including the types of forest (deciduous tropical, deciduous, thorn, and oak), grasslands and the fauna, which includes rattlesnakes and coyotes.

The bulk of the guide outlines twenty-seven different trails you can hike with maps and information on how to get to them and excellent, succinct descriptions of each trail.

This Trail Guide is a necessity for all who hike at Lakeside. As the authors state, "you'll be able to explore the hidden gems in the area where you will discover changing vegetation and enjoy the surrounding scenery like the amazing Lake Chapala views."

The new guide will be launched at the Lake Chapala Society on Wednesday, May 10th where both English and Spanish versions will be available for purchase.

SALIR AL SENDERO

Por Harriet Hart

Sabías que el senderismo es la 4ª actividad al aire libre más popular en Estados Unidos en la actualidad, después del running, la pesca y el ciclismo. El Informe de Participación 2018 de la Outdoor Foundation dice que 44 millones de personas salieron a los senderos en 2017. El senderismo de distancia en los principales senderos está ganando popularidad - El Pacific Cost Trail que recorre todo el camino desde México hasta la frontera canadiense, cubriendo 2,650 millas o 4,265 kilómetros - vio 7,313 permisos de senderos emitidos en 2018, un gran aumento desde 2013.

Yo tampoco soy ajena al senderismo. Cuando era más joven y aventurera, recorrí el Sendero del Mantario entre Manitoba y Ontario en un fin de semana largo, y más recientemente me uní a un grupo de observadores de aves que se adentraron en el bosque nuboso de El Triunfo (Chiapas). También hice senderismo en Islandia, donde un pequeño grupo atravesamos campos de lava mientras el viento soplaba desde el mar. Y me he unido a pequeños grupos en excursiones cortas aquí en Lakeside.

En una revista titulada Mountain Treads, Zach Reed escribe que el senderismo es popular por muchas razones. Ofrece beneficios físicos bien conocidos, como quemar calorías y tonificar los músculos, y mejora la salud mental, reduciendo los niveles de estrés y provocando una mayor felicidad. Dice que el senderismo es divertido, porque es una forma de exploración que da sensación de independencia y ofrece las fascinantes vistas y sonidos que ofrece la naturaleza. Reed cree que el senderismo es bueno para el alma y es relativamente barato: "En lugar de pagar por una mesa de billar, una hora de bolos o un partido de squash, pruebe el entretenimiento gratuito que hay más allá de su patio trasero".

Y ahora Senderos de México ha publicado una Guía de Senderos para Chapala, Ajijic, Jocotepec e Ixtlahuacán de los Membrillos

que te permite hacer precisamente eso de forma segura. ¿Quién es Senderos de México?. En la página 9 la guía explica que son una organización sin fines de lucro que nació en 2013 con el propósito de concientizar a la gente sobre cómo el senderismo beneficia tanto al medio ambiente como a las comunidades rurales vecinas a los senderos. Algunas de sus actividades incluyen la construcción y mantenimiento de senderos, la señalización, el desarrollo de mapas y guías para contribuir a la seguridad y el placer de los excursionistas, y la capacitación de residentes de la comunidad para convertirse en guías de senderismo.

Esta Guía de Senderos es muy completa. El capítulo uno incluye un código de conducta que explica cómo deben comportarse los excursionistas: no te salgas de los senderos, si recoges basura llévala contigo, respeta la vida salvaje y a los demás excursionistas, no bebas alcohol ni consumas drogas y no enciendas fuego. En este capítulo también hay una página de recomendaciones como llevar calzado adecuado, usar protección solar, consultar la previsión meteorológica, compartir el plan de senderismo con un amigo o familiar antes de salir y llevar un botiquín de primeros auxilios y el móvil cargado.

El capítulo dos describe el área natural protegida de Jalisco y las cinco regiones geográficas diferentes que convergen en ella. Describe el clima, la vegetación, incluidos los tipos de bosque (tropical caducifolio, caducifolio, espinoso y encino), los pastizales y la fauna, que incluye serpientes de cascabel y coyotes.

La mayor parte de la guía describe veintisiete senderos diferentes que se pueden recorrer con mapas e información sobre cómo llegar a ellos y excelentes descripciones de cada sendero.

Esta guía de senderos es una necesidad para todos los que practican senderismo en La Ribera. Como afirman los autores, "podrás explorar las cañadas escondidas de la zona, donde descubrirás una vegetación cambiante y disfrutarás del paisaje circundante, como las increíbles vistas del lago de Chapala".

La nueva guía se presentará en Lake Chapala Society el miércoles 10 de mayo, donde se podrán adquirir las versiones en inglés y español.



SOLBES & SOLBES
ABOGADOS/ATTORNEYS

• Legal Practices:

- Commercial
- Corporate Litigation
- Real Estate
- Financial (tax, bankruptcy. Etc)

• Civil:

- Leases
- Mortgages
- Recovery of property
- Rescinding or Execution of Contracts
- Agreements

• Family:

- Divorces
- Wills
- Child Custody
- Domestic Violence
- Equitable Division of Property



Av. Hidalgo #44 Suite 104
Riberas del Pilar
Chapala Jalisco
Mx 45906



María de las Nieves Solbes Luis
Founding member
Civil specialized attorney with masters degree in constitutional law
33 15 20 55 29
neus_sol@yahoo.com



Diego Díaz Solbes
Senior partner
33 36 76 62 45
diegosolbes@hotmail.com



José Ángel Martínez Velázquez
Paralegal



Anayely Cornejo Rodríguez
Immigration specialized attorney



Enrique Ruiz Peña
Criminal attorney

ANOTHER LOCAL LEGEND, AND A GIFT TO MANY

By Mary Paston

Carol Curtis lives in accordance with her motto:
“Do what you can, with what you have, where you are.”



She and her husband Gary moved, full time, to Lakeside over 12 years ago. And she has been living up to that motto ever since. She was a teacher and a principal for many years in the US. For the sake of her husband's health, they decided to retire early and move to Mexico to live the good life. Alas, with a full-time housekeeper and gardener, she quickly found too much time on her hands. Carol claims that she failed retirement and that her family begged her: “for Pete's sake, stop making afghans!” She was in need of something more meaningful to fill her days and so she turned, of course, to teaching.

Her first efforts were at the local public elementary school. Alas, with almost 50 students in the class and a poorly designed curriculum, she had to stop. She felt so sorry for the students who truly wanted to go on to high school and even university, but lacked the sufficient skills in English to pass the required test.

Her neighbours in San Juan Cosala, her gardener and housekeeper all begged her for English lessons for themselves and their children. And so, Carol set up shop in her own driveway and garden and ultimately in her dining room and even the kitchen. She began with eight students on Saturday mornings which quickly grew to 20 students on Tuesday, Thursday and Saturday. Before four years were over, she had 50 to 60 students of all ages and 10 volunteer teachers helping out.

She admits that rainy season was a challenge in those days. She recalls a memorable deluge that absolutely flooded the streets of San Juan Cosala so that her 25 students could not navigate the streets to make it home safely. Her community jumped to the rescue with rubber boots for 12 and some umbrellas as well. Some of the youngest students were carried home to safety. The balance of the students just hung out with Carol and she made them dinner, practicing their English as they helped cook. That depth of community support is behind Carol to this day and she is deeply grateful.

After four years, Augustine, the owner of the restaurant Viva Mexico learned of Carol and her gang of educational angels and offered to help. He believes in not only feeding people, hence Operation Feed, but also in feeding their minds and increasing the level of English for the children of San Juan Cosala. He knows, for example, that a gardener or housekeeper who speaks no English can earn around 40 pesos per hour. However, with

some English under their belts, that wage can increase to 100 pesos an hour. Augustine and Operation Feed helped to support the English program in San Juan Cosala for six years. Augustine himself taught it in the evenings in his restaurant for years, believing that English is one of the ways to increase the quality of life in San Juan Cosala.

Between the support of Operation Feed and two amazing donors, the English program finally opened an actual school complete with tables and chairs! Donors came forward with computers, printers and extra supplies. The support from Operation Feed ended three years ago and for a moment there was a great deal of worry about how to continue.

To Carol's delight, the government of Jocotepec offered to give her, for free, not one but two DIF offices, free of charge, if she would continue her educational efforts. The catch was that one of the buildings was in El Chante. She and the directing committee were not thrilled with the notion of doubling their workload, but the two buildings were lovely spaces and so she jumped at the offer.

Between the two schools, Carol is now the director of over 32 volunteer teachers and over 250 students. She personally teaches eight classes each week. Sometimes she has the assistance of some of her graduates who come back to help out and to teach the little children. In fact, one of Carol's succession plans is to have the basic English classes taught by older students who have an excellent command of English and of good teaching practices. With training and some monetary support for these teachers, the program for young children can expand.

Though there are now two DIF offices from which the program successfully runs, the financial needs are mounting. The program needs to pay for new chairs and tables, new whiteboards and markers, more computers and tablets, printer ink, paper, better internet, etc. The student's families, if they are able, pay \$100 pesos for a semester of teaching. The bill for supplies comes to over \$5,000 pesos per month. The cost to install a decent internet service is \$1,600 pesos.

The major fund raiser is at the annual Feria Maestros del Arte. Fifty percent of the funds from the raffle tickets go to the school. The total this year was \$56,000 pesos and, because this was the first for the last two years thanks to COVID, a very welcome boost to the accounting pages.

Carol is a whirlwind of energy. When I asked her what the source of this energy is, she quickly responded, “it comes from working with my students, of course!” And from her community, and from the Mexican culture itself. She has been overwhelmed with the support, the kindness, the humour, the compassion and the love she has felt over these years. Recently, Enrique, a retired student who faithfully comes to class each week told her “Carol, you are one very special person. Thank you so much for doing what you do.” Compliments like that, and the years of endless hugs from children keep her going. These children are motivated to improve their lives. Carol and her team are motivated to help them. Her two assistant directors, Elle Aenchbacher and Laura Case White are constant sources of support and help for the program.

I am writing this article in an effort to inspire some of you to step up and help to keep this valuable program stay alive. We need teachers, substitute teachers, money, supplies, fund raising ideas and expertise, sponsors for older students, and ideas for improvements in the program. Thank you for reading this.

I can be reached at marypaston@gmail.com

Carol can be reached at: 331 329 7572 (use to message via Whats App)

OTRA LEYENDA LOCAL, Y UN REGALO PARA MUCHOS

Por Mary Paston

El lema de Carol Curtis es:

“Haz lo que puedas con lo que tienes en donde estés”.

Ella y su esposo Gary se mudaron permanentemente a la Ribera hace 12 años, y desde entonces ella ha vivido bajo ese lema. Fue maestra y directora de escuela por muchos años en Estados Unidos. Por el bien de la salud de su esposo, decidieron jubilarse antes y mudarse a México para vivir la buena vida. Al poco tiempo, contando con una trabajadora del hogar y un jardinero, rápidamente vio que tenía tiempo de sobra. Carol asegura que “reprobó” la jubilación, y que su familia le rogaba: “¡por el amor de Pete, deja de tejer cobijas!”. Necesitaba algo más significativo que llenara sus días, por lo que volvió, claro, a la docencia.

Sus primeros esfuerzos fueron en la escuela primaria pública de la comunidad. Con casi 50 estudiantes en la clase y un programa deficiente, tuvo que parar. Se sintió muy mal por sus estudiantes que de verdad querían ir a la preparatoria e incluso a la universidad, pero que les hizo falta el conocimiento en inglés suficiente para pasar el examen requerido.

Sus vecinos en San Juan Cosalá, el jardinero y la trabajadora del hogar le pidieron hasta el cansancio que les diera clases de inglés a ellos y a sus hijos. Y así fue como Carol se instaló en la entrada de su casa, en el jardín y finalmente en su comedor e incluso en su cocina. Comenzó con ocho estudiantes los sábados por la mañana, lo que rápidamente aumentó a 20 estudiantes los martes, jueves y sábados. Antes de que se cumplieran los cuatro años, ya tenía 50 o 60 estudiantes de todas las edades y 10 maestros voluntarios ayudándola.

Ella admite que la temporada de lluvias era un reto en aquellos días. Recuerda un diluvio memorable que inundó por completo las calles de San Juan Cosalá, y no podía enviar a sus 25 alumnos navegando entre las calles para llegar a casa seguros. La comunidad salió al rescate con botas de hule para 12 y algunos paraguas también. Algunos de los más pequeños fueron llevados hasta sus casas por seguridad. Los demás estudiantes se quedaron a pasar el rato con Carol y ella les preparó de cenar, mientras practicaban inglés y ayudaban en la cocina. Carol conservó este recuerdo de inmenso apoyo comunitario y se siente profundamente agradecida hasta hoy.

Después de cuatro años, Agustín, dueño del restaurante Viva México, aprendió de Carol y su pandilla de ángeles de la educación, y les ofreció ayuda. Él cree no sólo en alimentar a la población -de ahí Operation Feed- sino también en alimentar sus mentes y mejorar el nivel de inglés de los niños de San Juan Cosalá. Él sabe, por ejemplo, que un jardinero o una trabajadora del hogar que no habla inglés puede ganar alrededor de 40 pesos la hora. Sin embargo, con un mejor manejo del inglés su ingreso puede aumentar a 100 pesos por hora. Agustín y Operation Feed ayudaron a impulsar el programa de inglés en San Juan Cosalá durante seis años. Agustín mismo enseñó por las tardes en su restaurante durante años, con la convicción de que aprender inglés es una de las formas de mejorar la calidad de vida en San Juan Cosalá.

Entre el apoyo de Operation feed y de dos increíbles do-

nadores, el programa de inglés abrió una escuela en forma ¡con escritorios y sillas! Los donadores aportaron computadoras, impresoras y algunos materiales extra. El apoyo de Operation Feed se terminó hace 3 años, y por un momento hubo un incertidumbre sobre cómo continuar.

Para la alegría de Carol, el ayuntamiento de Jocotepec ofreció darle, sin costo alguno, no una sino dos oficinas del DIF si ella continuaba sus esfuerzos educativos. El único inconveniente fue que uno de los edificios estaba en El Chante. Ni a ella ni al comité directivo les emocionaba la idea de duplicar su carga de trabajo, pero los dos edificios eran espacios encantadores, así que aceptaron la oferta.

Actualmente, entre las dos escuelas, Carol es la directora de más de 32 profesores voluntarios y más de 250 alumnos. Ella imparte personalmente 8 clases a la semana. En ocasiones cuenta con la ayuda de algunos de sus graduados, que vuelven para ayudar y dar clase a los más pequeños. De hecho, uno de los planes a futuro de Carol es que las clases de inglés básico sean impartidas por estudiantes de más edad que tengan un conocimiento sobresaliente del inglés y de técnicas de enseñanza. Con formación y algo de apoyo económico para estos profesores, el programa para niños puede ampliarse.

Aunque ahora hay dos oficinas del DIF desde las que el programa opera con éxito, las necesidades financieras son cada vez mayores. Se necesita pagar sillas y mesas nuevas, pizarrones y marcadores nuevos, más computadoras y tabletas, tinta para impresoras, papel, mejor internet, entre otras cosas. Si pueden, las familias de los estudiantes pagan 100 pesos por un semestre de enseñanza. La cuenta de los materiales asciende a más de \$5000 pesos al mes. El costo por instalar un servicio de internet decente es de \$1600 pesos.

La principal actividad de recaudación de fondos tiene lugar en la Feria anual Maestros del Arte. El 50% de los fondos de las rifas se destina a la escuela. El total de este año fue de \$56,000 pesos y, por ser el primero de los últimos dos años gracias a COVID, un muy bienvenido impulso a las notas del contador.

Carol es un remolino de energía. Cuando le pregunté cuál es la fuente de esa energía, respondió rápidamente: “viene de trabajar con mis alumnos, ¡por supuesto!”. Y de su comunidad, y de la propia cultura mexicana. Se ha sentido impresionada por el apoyo, la amabilidad, el humor, la compasión y el amor que ha sentido a lo largo de estos años. Recientemente, Enrique, un antiguo alumno que acude fielmente a clase cada semana, le dijo: “Carol, eres una persona muy especial. Muchas gracias por hacer lo que haces”. Cumplidos como ese, y los años de abrazos interminables de los niños la hacen seguir adelante. Estos niños están motivados para mejorar sus vidas. Carol y su equipo están motivados para ayudarles. Sus dos asistentes de dirección, Elle Aenbacher y Laura Case White, son fuentes constantes de respaldo y ayuda para el programa.

Escribo este artículo en un esfuerzo por inspirar a algunos de ustedes a dar un paso adelante y ayudar a mantener vivo este valioso programa. Necesitamos profesores, profesores suplentes, dinero, materiales, ideas y experiencia para recaudar fondos, patrocinadores para los alumnos más grandes e ideas para mejorar el programa. Muchas gracias por leer esto.

Pueden contactarme por correo: marypaston@gmail.com

Pueden contactar a Carol por Whatsapp: 331 329 7572

THE GUADALAJARA PAGE

ThisWeekInGuadalajara.com is your most comprehensive guide to GDL! Subscribe to the free weekly newsletter and receive in your email box the top events, activities and scoops about what's happening in our vibrant city.

Explore. Connect. Enjoy!



MAY IN GUADALAJARA

* FESTIVAL AKAMBA

It is not only a festival of music, art and gastronomy, it is a celebration of nature and the water, earth, air and fire.

WHEN: May 3rd at 3 pm
WHERE: Agave Cuervo fields, Tequila.
COST: Starts at \$1,090 MXN

Find more information on:
ThisWeekInGuadalajara.com

In Facebook and Instagram follow us on
[@thisweekinguadalajara](https://www.instagram.com/thisweekinguadalajara)

CORONA CAPITAL

MUSIC FESTIVAL

Corona Capital Festival returns to Guadalajara. This festival features rock and alternative music and is considered the Mexican equivalent of festivals like Coachella and Lollapalooza. This year's event will include two days of music, ideal for music lovers.

WHEN: May 20th & 21st
WHERE: Valle VFG - Km 20 of the highway to Chapala.
COST: \$ 2,530 mxn

* DAVE MATTHEWS BAND

Band with unique style of music, combining elements of rock, folk, jazz, blues and world music.

WHEN: May 13 at 9 pm
WHERE: Teatro Diana
COST: Starts at \$480 MXN

* PSY CIRCUS : THE PSYMPSONS

Performing art show, circus, visual art, music.

WHEN: April 01 at 8:30 pm
WHERE: Secret location, will be sent when purchasing tickets
COST: \$1,200 MXN



Care Options at Lakeside

By Bernice Parris

St. Andrew's Church is pleased to bring to the community a series of speakers on retirement residences or care homes. This will take place on Saturday mornings at 10 am during the month of May and the first week of June. The speakers are as follows:



May 6 : Josefina (Mina) Contreras, a graduate nurse from University of Guadalajara. Mina has much experience in various nursing homes and medical offices at Lakeside. Her passion for delivering high quality care to her patients led her to opening 'Mi Casita' and providing care in her residences as well as home nursing service.



May 13: Ricardo Gomez Reyes has a calling for helping people, whether they are experiencing illness or require assistance for normal everyday activities. He will help you find workers for your home at reasonable rates. He also has a small care facility at Six Corners in Ajijic.



May 20: Loretta Downs says, "Old age ain't no places for sissies"! She is a gerontologist who has been working with the aging and dying for over 35 years. She is an inspiring and uplifting speaker who is passionate about improving the end of life experience.



May 27: Delia Villanueva has managed Casa Nursing Home for 30 years. It is well known in the community, set in a beautiful garden and provides good, caring workers.



June 3: Dr. Gerardo Leon has a general practice in Ajijic and has been with us for nearly 20 years. He also can provide you with a choice of three care/retirement facilities, all of which he supervises.

Please join us at St. Andrew's Church in Riberas these Saturdays at 10 am. You'll be glad you did.



**NO ONE
DOES IT BETTER**

Don't Miss The Good Stuff

**REGISTER FOR A
FREE SEMINAR**

**AMERICAN LEGION
1:30 Friday, May 19
(Morales 114, Chapala)**

**SCHEDULE A FREE
IN-HOME PARTY
(Minimum 6 people)**

**Food & Beverages
Included**



**Also Available:
Coffee Shop, Private, and
Virtual Presentations**

**Questions? Stop by LCS First Wednesday
From 10:00 am-12:00 pm**

**DENISE BAKER
US 253-223-2669 | MX 332-232-8309**

DENISE.BAKER@SKYMED.COM

SkyMed is the bridge back to your healthcare coverage area. Join Today!

Pet Primer Saving Mexico's Birds

by Diana Hunt

The cacophony of bird squeaks, calls, cheeps, caws and occasional words when one enters the Txori Sanctuary can be a bit unnerving. The sanctuary is home to over 100 birds, most of which are native to Mexico, including a prolific pair of South American Macaws and their descendants.

Txori Ornithological Foundation is a non-profit NGO located 20 kilometers from the northwest edge of Guadalajara. Started in 1986 by Cándido Busteros, it is dedicated to the conservation of endangered birds in Mexico. The name Txori (pronounced "Cho-ree") means "bird" in the language of the Basque country in northern Spain where Sr. Busteros grew up. He had moved to Guadalajara in the 1970's and realized many of the big flocks of parrots and macaws that he enjoyed on earlier trips through the Sierra Occidental were no longer found. So, like any bird lover, he started rescuing parrots by buying them or finding injured and unwanted parrots and bringing them home. When he got to 20 birds in his house, he decided to open an official sanctuary which was given legal status in the 1990s.

Realizing the alarming rate of deforestation in Mexico, Sr. Busteros expanded his work to include macaws, parakeets, jays and toucans. It is a refuge as well as a breeding, socialization and rescue center where birds live in a semi-wild state under careful supervision. This will prepare them for eventual reintroduction and survival back in the wild. On less than two acres (.7 hectares), Txori has 20 living units for the birds, housing for the caretakers, a hospital with incubators and maternity wards with closed-circuit TV, a warehouse, a gray-water treatment plant and solar power.

Specialists carry out vital scientific research on threatened species, develop effective captive management techniques, oversee the reproduction of endangered species of parrots, parakeets and macaws, develop conservation programs,



educate the public about birds at risk and look for legal ways to improve the protection of birds and their habitats.

Mexico is home to more than a 1,000 species of birds and is one of the top five countries in the world for biodiversity. Sadly, however, Mexico is also one of the top five countries in the world with the highest rates of annual deforestation. Demographic growth and over-exploitation of natural resources have destroyed complex ecosystems. While only 22 of those 1,000 species are parrots, all are now officially endangered. In addition to deforestation leading to habitat loss, the theft of birds from the wild to feed the illegal pet trade and climate change are also contributing to their extinction.

Candido's son, Victor, took over managerial duties upon the senior Busteros' death 12 years ago. Victor's three sisters help out while his wife, Carmen, is the lawyer and public relations manager for the foundation. Carmen has been working on getting another, larger piece of land where Green Macaws can be re-introduced into the wild. They have found land about two hours away on the opposite side of the barranca where they currently are located. Here the chicks born in the Sanctuary's aviaries eventually will be able to be returned directly to the wild, boosting wild populations.

Like most businesses, the COVID closures hurt the financial balance sheet of the sanctuary and they are struggling to survive.

"We have to pay for special certification to put the macaws back in the wild and to make arrangements for their liberation," said Carmen. "We are raising money to get that certification. Later we will need certification for specific parrots - - we cannot have permission

for all types of parrots, only a particular species."

"We want to educate people to preserve the birds," explained Carmen. "Tours generally are scheduled once a month on Sundays. We walk around the area where we can see many birds, introduce visitors to the ornithologists who know all about the birds -- what they eat, the species, how they are cared for and so on."

Supply of trapped wild birds will continue as long as demand exists. The Txori website stresses not to participate in the illegal pet trade. At least half the wild birds trapped by traffickers die during capture and transportation to points of sale. If you wish to have a pet parrot or macaw, make sure they are born and bred in a legal, licensed aviary. Ask to see official documents of proof. Make sure an expert shows you how to properly take care of them. They live a long time, a minimum of 50 to 60 years, so be prepared for the long haul. Remember, it is a major offense to buy a Mexican parrot.

Go to www.txori.org, to learn more about the Txori Sanctuary, how to make a donation and to make advance tour reservations.



Pet Primer

Salvando las aves mexicanas

Por Diana Hunt

La algarabía de chirridos, gritos, pitidos, graznidos y alguna que otra palabra de los pájaros al entrar en el Santuario del Txori puede resultar un poco inquietante. El santuario alberga 100 aves, la mayoría endémicas de México, entre ellas una prolífica pareja de guacamayos sudamericanos y sus descendientes.

La Fundación Ornitológica Txori es una ONG sin fines de lucro situada a 20 kilómetros del extremo noroeste de Guadalajara. Creada en 1986 por Cándido Busteros, se dedica a la conservación de aves catalogadas en peligro de extinción en México. El nombre Txori (pronunciado "Chori") significa "pájaro" en euskera, el idioma del País Vasco, en el norte de España, donde creció el Sr. Busteros. Se había trasladado a Guadalajara en la década de 1970 y se dio cuenta de que muchas de las grandes bandadas de loros y guacamayos de las que él había disfrutado en viajes anteriores por la Sierra Occidental ya no se podían observar. Así que, como cualquier amante de las aves, empezó a rescatar loros comprándolos o buscando loros heridos o no deseados y llevándoselos a casa. Cuando llegó a tener 20 aves en casa, decidió abrir un santuario oficial, que obtuvo estatus legal en la década de 1990.

Al darse cuenta de la alarmante tasa de deforestación en México, el Sr. Busteros amplió su labor para incluir guacamayos, periquitos, arrendajos y tucanes. Es un refugio y un criadero, un centro de socialización y rescate donde las aves viven en estado semisalvaje bajo una cuidadosa supervisión. Esto las preparará para su eventual reintroducción y supervivencia en la naturaleza. En menos de 7 hectáreas, Txori cuenta con 20 unidades para las aves, viviendas para los cuidadores, un hospital con incubadoras y salas de maternidad con circuito cerrado de televisión, un almacén, una planta de tratamiento de aguas residuales y energía solar.

Los especialistas llevan a cabo investigaciones científicas vitales sobre especies amenazadas, desarrollan técnicas eficaces de gestión en cautividad, supervisan la reproducción de especies protegidas de loros, periquitos y guacamayos, desarrollan programas de conservación, educan al público sobre las aves en peligro y buscan formas legales de mejorar la protección de las aves y sus hábitats.

México alberga más de 1.000 especies de aves y es uno de los cinco países del mundo con mayor biodiversidad. Lamentablemente, México es también uno de los cinco países del mundo con mayores tasas de deforestación anual. El crecimiento demográfico y la sobreexplotación de los recursos naturales han destruido ecosistemas complejos. Aunque sólo 22 de esas 1.000 especies son loros, todas están oficialmente en peligro de extinción. Además de la deforestación, que provoca la pérdida de hábitat, el robo de aves silvestres para alimentar el comercio ilegal de mascotas y el cambio climático también han contribuido a su extinción.



El hijo de Cándido, Víctor, se hizo cargo de la dirección tras la muerte de Busteros hace 12 años. Las tres hermanas de Víctor ayudan, mientras que su esposa, Carmen, es la abogada y directora de relaciones públicas de la fundación. Carmen ha estado trabajando para conseguir otro terreno más grande donde poder reintroducir guacamayos verdes en su hábitat natural. Han encontrado un terreno a unas dos horas de distancia, en el lado opuesto de la Barranca donde se encuentran actualmente. Allí, los polluelos nacidos en las pajareras del santuario podrán ser devueltos directamente a la naturaleza, con lo que aumentarán las poblaciones silvestres.

Al igual que la mayoría de las empresas, los cierres del COVID perjudicaron el balance financiero del santuario y están teniendo dificultades para subsistir.

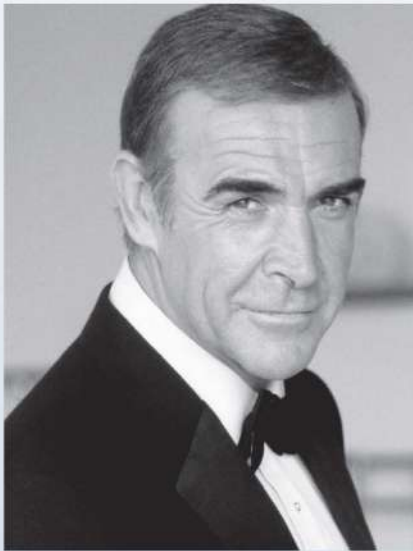
"Tenemos que pagar una certificación especial para devolver a los guacamayos a la naturaleza y hacer los trámites para su liberación", dice Carmen. "Estamos recaudando dinero para conseguir esa certificación. Más adelante necesitaremos la certificación para loros específicos - no se puede tener permiso para todo tipo de loros, sólo para una especie en particular."

"Queremos sensibilizar a la gente para preservar las aves", explica Carmen. "Las visitas suelen programarse una vez al mes, los domingos. Recorremos la zona donde se pueden ver muchas aves, y les presentamos a los visitantes a los ornitólogos, quienes saben todo sobre las aves: lo que comen, las especies, cómo se cuidan, etc.".

La oferta de aves silvestres capturadas continuará mientras exista demanda. El sitio web Txori hace hincapié en no participar en el comercio ilegal de mascotas. Al menos la mitad de las aves silvestres atrapadas por los traficantes mueren durante su captura y transporte a los puntos de venta. Si desea tener un loro o guacamayo como mascota, asegúrese de que han nacido y se han criado en una pajarera legal y autorizada. Pida que le enseñen los documentos oficiales que lo acrediten. Asegúrese de que un experto le enseñe a cuidarlos correctamente. Viven mucho tiempo, un mínimo de 50 o 60 años, así que prepárate para un largo recorrido. Recuerde que comprar un loro mexicano es un delito grave.

Visite www.txori.org, para saber más sobre el Santuario Txori, cómo hacer una donación y reservar una excursión con anticipación.

IT IS AMAZING HOW MANY MEN, AS THEY GET OLDER FIND THEMSELVES UNABLE TO PERFORM IN THE BEDROOM...

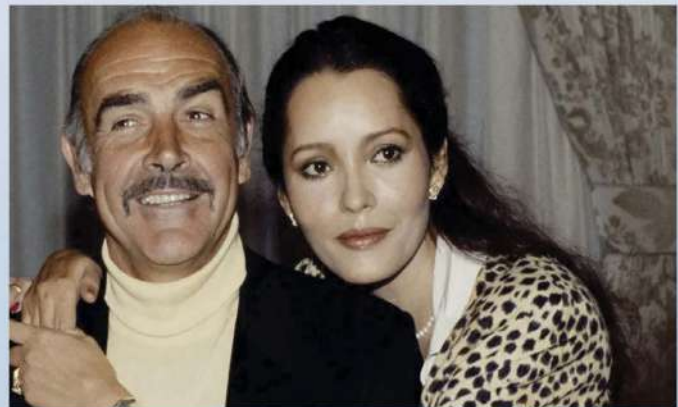


Would that be you?

A recent development in Focused Sound Wave Therapy has been shown to be effective in creating a youthful and satisfying erection. A five minute simple questionnaire determines eligibility.

FOR MOST PATIENTS six 20 minute treatments are utilized 2X per week for 3 weeks. The treatment creates the formation of new blood vessels, a process called Angiogenesis.

YOU ARE INVITED to the office to view the equipment and complete a short questionnaire. This new revolutionary therapy is currently being offered in most large cities in the U.S. but we are the first to bring it to Mexico.



THERE IS NO CHARGE FOR THIS CONSULTATION.



Lowell Birch, D.C.
Ced. Prof. CA9R3S4180000503
Ced. Estatal PEJ 29223
Western States Chiropractic College

331-319-1799
Centro Laguna
(Across from the Casino)
lsbdc@yahoo.com



WE ACCEPT INTERNATIONAL INSURANCE

Aceptamos seguros internacionales

**Get free
advice on your
health insurance
coverage.**

Recibe asesoría gratuita de la
cobertura de tu seguro médico.

Contact us:

contacto@hospitalsanantonio.com.mx

Monday to Friday from 10 am to 2 pm / 3 pm to 5 pm

376 689 0911// Ext. 212

Dr. Carlos Ramírez Aldrete. UDG.DGP.334648 AECEM-17175

- ▶ Aetna
- ▶ Blue Cross Blue Shield
- ▶ Cigna
- ▶ IMG
- ▶ Kaiser Permanente
- ▶ Medicare Advantage Plan
- ▶ Seven Corners
- ▶ Travel Insurances
- ▶ UnitedHealthcare – AARP



*Mother's Day Día de la Madre
May 10, 2023 10 de mayo de 2023*



Mothers of chronically or seriously ill children know what it's like to be strong, weak, brave, and terrified. They experience a spectrum of emotions that most mothers will never need to know, or at most, only scratch the surface. Their capacity to love is without limit.

This Mother's Day, we honor all the mothers who experience this, day in and day out. Thank you for all that you do and feel, and for your love, strength, and wisdom. Happy Mother's Day!

by Sheri Sobrato Brisson

The work we do is transformative for seriously and chronically ill children and quite literally saves the lives of many children. An average cost per month to serve all of our families is approximately \$250,000 pesos.

Your continued support allows us to continue that mission.

Lydia Bodin, Presidenta, Niños Incapacitados



Make a Difference!

DONATE

For Information .. Visit our Website
www.programaninos.com