



SM

El Perico

Free!
¡Gratis!

Informador y Parlanchín

(El Perico Informador, LLC)

SM

Al buen entendedor pocas palabras

"The Bilingual Publication of Kansas"



Riviera Nayarit, Mexico
Photo © Courtesy of
Aphrodite Campbell

In this Edition!

The Editorial!

Exclusive Interviews with Sarah Lopez & Jeff Blubaugh candidates for Sedgwick County Commissioner District 2

By: Marco A. Alcocer

A day with the family!" presents: "Kids and Election Anxiety"

By: Elizabeth Brunscheen-Cartagena

Learning by Traveling: Riviera Nayarit, Mexico,

By: Aphrodite Campbell

The Proverb of the Month! & much more...

¡En esta Edición!

¡El Editorial!

Entrevistas Exclusivas con Sarah López y Jeff Blubaugh, candidatos para Comisionado del Condado Sedgwick, Distrito 2

Por: Marco A. Alcocer

"Al día en Familia!" presenta:

"La Ansiedad Electoral y los Niños"

Por: Elizabeth Brunscheen-Cartagena
Aprendiendo Viajando:

Riviera Nayarit, México, Por: Aphrodite Campbell

¡El Proverbio del Mes! & mucho más...



Photo © Courtesy of LatinFest
LatinFest - Próximo mes/Next month Sep 21 Old Town

Editorial

When people decide to move to a different area, city, state, or country, the first thing that they contemplate is the **affordability of the place**. Is the individual and his or her family going to have an *adequate standard of living*? How much is it going to cost to live there? Cost of living includes housing, food, transportation, health services, educational facilities, recreational and entertainment activities, and more. Moving families, especially with young children, will be interested in knowing about the different options in their possible new place, like schools' choices, libraries, public transportation, safety and security, medical services, and other *additional facilities* that make the place attractive to them that will enhance their (1) *"quality of life"*.

In a similar way, when **businesses or organizations decide to relocate or are looking to expand**, they consider also what **"standard of living"** their people will have. However, more than anything else they look first at the **tax situation, the money issue**. How much of the income is going to go to pay for taxes? State, county and municipal taxes, property taxes, sales taxes, and other taxes. Relocation expenses and the hiring of new employees, maintenance, and administration costs and the acquiring or transporting equipment or machinery (depending on the business) is part of the investment consideration before moving to a new area. Lower taxes and fiscal incentives attract entities to a new place, they are looking for what best suits their bottom line.

Talking about fees and new charges, next year, **parking in downtown Wichita is not going to be free**, this includes the area of Old Town and Delano District. Some local businesses, customers and neighbors of the place have expressed their opposition to the idea. However, the city of Wichita explained that the fees are important to maintain the infrastructure of the parking garages. Hopefully, this would not affect the progress that several organizations have made throughout the years developing the area.

Returning to the topic of *"Quality of life,"* we see that is a subjective measure based on *"an individual's perception of their position in life in the context of the culture and value systems in which they live and in relation to their goals, expectations, standards and concerns"* (1). Besides having *"an adequate standard of living,"* there are other things that will make an individual feel connected to the place they live. For some it is their church, their community center, their chamber of commerce, their social club (the gym, the bar, the country club, etc.). For families in general, it is important to have interesting educational, cultural and entertainment venues (like museums, libraries, zoos, theaters, stadiums, and public parks) where they can relax, learn, enjoy and do those things that make people happy, places where often they enjoy a sense of freedom and safety.

Throughout the years, *Wichita has taken pride in their open spaces and public parks*. Public parks are places where people get connected with nature and can feel the joy of being free for a moment in time. People enjoy having the freedom to go to their neighborhood park. Being part of nature, exercising outdoors, breathe fresh air produced by trees, plants and grass is one of the biggest and best parts of our community. In a public park, people feel the joy of life, they can take their children and pets to play, they can have picnics, parties or just go for a relaxing stroll.

Now, seems like the city wants to sell some of those parks to developers, because the city is facing a deficit in their budget.

Notes of EL Perico Informador, LLC:

(1) Definition of the of "Quality of Life" of the World Health Organization <https://www.who.int/toolkits/whogol>

(2) Starting this month the City of Wichita has enacted what they called "Stage 2" for a drought response.

All water users of the city will need to reduce the outdoor watering to one day of the week, depending on where they live.



Marco A. Alcocer
Editor



El Perico Informador y Parlanchín

Contact Information/Información del Contacto:

El Perico Informador, LLC

Marco A. Alcocer Editor/Publisher

P. O. Box 16528, Wichita, KS 67216

marcoalcocer8@gmail.com 316-305-0381

Get your free email subscription - Obtén tu subscripción gratuita por correo electrónico: pericoparrot@gmail.com



Editorial,

Cuando las personas deciden cambiar de residencia, irse a una ciudad, estado o país diferente, lo primero que contemplan es la **asequibilidad del lugar**. ¿Va el individuo y su familia a tener un **nivel de vida adecuado**? ¿Cuál es el costo de vida? El costo de vida incluye la vivienda, los alimentos, el transporte, los servicios de salud, la educación, las actividades recreativas y el entretenimiento, y más. Las familias que se mudan, especialmente con niños pequeños, estarán interesadas en conocer las opciones disponibles en su posible nuevo lugar, como selección de escuelas, bibliotecas, transporte público, seguridad, servicios médicos y otras **amenidades extras** que hagan atractivo el lugar, para que enriquezcan su (1) **"calidad de vida"**.

De manera similar, cuando **empresas u organizaciones deciden trasladarse o buscan expandirse**, también consideran el **"nivel de vida"** que tendrá su gente. Sin embargo, más que nada, primero miran la **situación fiscal, la situación monetaria**. ¿Cuánto de los ingresos se va a destinar a pagar impuestos? Impuestos estatales, del condado y municipales, impuestos sobre la propiedad, impuestos sobre las ventas y otros impuestos. Los gastos de reubicación y contratación de nuevos empleados, los costos de mantenimiento y administración y la adquisición o transporte de equipos o maquinaria (dependiendo del negocio) son parte de la consideración de inversión antes de mudarse a una nueva área. Los bajos impuestos y estímulos fiscales atraen a las entidades a un nuevo lugar, están buscando lo que mejor se adapte a sus resultados.

Hablando de tarifas y nuevos cargos, el próximo año, **el estacionamiento en el centro de Wichita no será gratuito**, esto incluye el área de Old Town y el distrito de Delano. Algunos comercios locales, clientes y vecinos del lugar han manifestado su oposición a la idea. Sin embargo, la ciudad de Wichita explicó que los cargos por estacionamiento son importantes para mantener la infraestructura de los lotes de aparcamiento. Esperemos que esto no afecte el progreso que varias organizaciones han logrado a lo largo de los años desarrollando el área.

Volviendo al tema de la **"Calidad de vida"**, esta es una medida subjetiva basada en **"la percepción que tiene un individuo de su posición en la vida en el contexto de la cultura y los sistemas de valores en los que vive y en relación con sus metas, expectativas, normas e inquietudes"** (1). Además de tener **"un nivel de vida adecuado"**, hay otras cosas que harán que una persona se sienta conectada con el lugar donde vive. Para algunos es su iglesia, su centro comunitario, la cámara de comercio, su club social (el gimnasio, el bar, el club de campo, etcétera). Para las familias en general, es importante tener lugares educativos, culturales y de entretenimiento interesantes (como museos, bibliotecas, zoológicos, teatros, estadios y parques públicos) donde puedan relajarse, aprender, disfrutar y hacer las cosas que hacen felices a las personas, lugares donde a menudo disfrutaban de una sensación de libertad y seguridad.

A lo largo de los años, **Wichita se ha enorgullecido de sus espacios abiertos y parques públicos**. Los parques públicos son lugares donde las personas se conectan con la naturaleza y pueden sentir la alegría de ser libres por un momento. A la gente le gusta tener la libertad de ir al parque de su barrio. Ser parte de la naturaleza, hacer ejercicio al aire libre, respirar aire fresco producido por los árboles, las plantas y el césped es de lo mejor y lo más grande de nuestra comunidad. En un parque público, las personas sienten la alegría de vivir, pueden llevar a sus hijos y mascotas a jugar, hacer días de campo, fiestas o simplemente dar un paseo relajante.

Al parecer la ciudad esta considerando vender algunos parques a desarrolladores, debido a que la ciudad enfrenta un déficit en su presupuesto.

Notas de EL Perico Informador, LLC:

(1) Definición de la "Calidad de Vida" Organización Mundial de la Salud <https://www.who.int/toolkits/whoqol>

(2) A partir de este mes la Ciudad de Wichita ha promulgado lo que llamaron "Etapa 2" de respuesta a la sequía. Todos los usuarios de agua de la ciudad deberán reducir el riego de jardines a un día por semana, dependiendo de dónde vivan.

NOTICIAS EN ESPAÑOL BAJO DEMANDA

Listen on Apple Podcasts | Discover on Google Podcasts | Listen on Spotify | Listen on STITCHER

radioreal.org | @radiorealkmuw

Use la cámara de su teléfono para escanear el código.

CON MARCO ALCOCER

CADA VIERNES - LAS NOTICIAS MÁS IMPORTANTES DE LA SEMANA EN WICHITA Y EN KANSAS

August 29 - Special Program, Financial Self-Management from 10:30 to 11:30 AM. Presented by Americans for Prosperity (AFP) - followed by FREE lunch at 11:30 AM (Call La Familia Senior Center to RSVP for lunch)

Luncheon presentation: "Promise of the Plains Award" by Dr. C. Lee - SPONSORS: AFP, La Familia Senior Community Center & United Way of the Plains

***La Familia Senior Community Center (*LFSCC)**
Dr. C. Lee Executive Director, 841 W. 21st N. Wichita, KS 67203. Se habla español - 316-267-1700
***(*LFSCC) is a 501 (c) 3 non-profit organization/es una organización sin fines de lucro. Donations welcome - Donaciones bienvenidas**

Exclusive Interview with Mrs. Sarah Lopez, incumbent candidate for Sedgwick County Commissioner District 2.

By: Marco A. Alcocer

If you get reelected, what are the three more important things that you would like to work on, and why?

Lopez: "One of the most important issues is property tax relief. With property valuations and the costs for critical county services on the rise, we are working to balance the need for tax relief with the need to maintain quality public services. One way we might become more effective and efficient is through functional consolidation of some services with Sedgwick County and the twenty cities in the county. We have seen the demand for mental health services increase dramatically and we need to continue to grow services like expanding COMCARE Crisis, building the new Regional Mental Health Hospital and supporting the City of Wichita with their Multi-Agency Center."



Photo © Courtesy of
Sarah Lopez

In your opinion, what are the major assets that your district has?

Lopez: "I am proud to represent the hardworking families in south Wichita, Haysville, and Clearwater, so it is easy to say that our most valuable asset is the people who live here."

What are the major challenges that your district, and Sedgwick County will face in the next 5 years?

Lopez: "It is becoming more and more challenging to balance the resources needed to provide the quality public services our residents depend on with the ability of families and small businesses to afford the taxes required to pay for those services. And I would reiterate the challenges we are working to address as mentioned before, functional consolidation and growing demand for mental health services."

Continued on page 6...Sarah Lopez for County Commissioner...

Entrevista Exclusiva con la Sra. Sarah López, candidata titular para Comisionada del Condado de Sedgwick, Distrito 2.

Por: Marco A. Alcocer,

Si es reelegida, ¿cuáles son las tres cosas más importantes en las que le gustaría trabajar y por qué?

López: "Uno de los temas más importantes es la reducción del impuesto sobre la propiedad. Con las valoraciones de las propiedades y los costos de los servicios cruciales del condado en aumento, estamos trabajando para equilibrar la necesi-



Photo © Courtesy of
Sarah Lopez

dad de alivio fiscal con la necesidad de mantener servicios públicos de calidad. Una forma en que podríamos ser más efectivos y eficientes es a través de la consolidación de algunos servicios del condado con las veinte ciudades del condado. Hemos visto un aumento drástico en la demanda de servicios de salud mental, necesitamos seguir expandiendo el centro de crisis de COMCARE, construir el nuevo Hospital Regional de Salud Mental y apoyar a la Ciudad de Wichita con su Centro e Múltiples Agencias"

En su opinión, ¿Qué es lo más valioso que tiene su distrito?

López: "Estoy orgullosa de representar a las familias trabajadoras del sur de Wichita, Haysville y Clearwater, por lo que es fácil decir que lo más valioso es la gente que vive aquí."

¿Cuáles son los principales desafíos que su distrito y el condado de Sedgwick enfrentarán en los próximos 5 años?

López: "Es cada vez más difícil equilibrar los recursos necesarios para brindar servicios públicos de calidad de los que dependen nuestros residentes con la capacidad de las familias y las pequeñas empresas para pagar los impuestos necesarios para pagar esos servicios. Y reitero los desafíos que estamos tratando de abordar, como mencioné, la consolidación funcional y la creciente demanda de servicios de salud mental"

*Continúa en la página 6....Sarah López para
Comisionada del Condado*

Political campaigns are going strong in Kansas. This year voters will decide who will be the next president to the United States. Also, we will be electing representatives local, state and federal positions. Voting is the privilege of free societies, a civilized way to settle discord, express your opinion and decide not just for the present but for future generations.

El Perico Informador, LLC does not endorse candidates only democracy.

During these times we conduct interviews with some of those candidates to assist the voter to decide. However, we encourage voters to learn the most possible about their candidates prior to casting their vote.

This year the general election will be on Tuesday November 5th.

Exclusive Interview with Mr. Jeff Blubaugh, candidate for Sedgwick County Commissioner, District 2.

By: Marco A. Alcocer,

If you get elected, what are the three more important things that you would like to work on, and why?

Blubaugh: "Property Tax relief, public safety and infrastructure improvements for the Southern part of our county. The property tax assessment process is broken, and people cannot withstand any additional taxes whether it be sales, income or property tax. The roads in Southern Sedgwick county need the same attention as the roads in Northeast Sedgwick County.

In your opinion, what are the major assets that your district has?

Blubaugh: "The working class, hard working people are the biggest asset along with the Aerospace manufacturing and supplier companies in Southwest Sedgwick County."

What are the major challenges that your district, and Sedgwick County will face in the next 5 years?

Blubaugh: "Rising property taxes and increased Government red tape continue to stall and constrict both small and large businesses as well as create burdens to home ownership."

Continued on page 7...Jeff Blubaugh for County Commissioner...



Photo © Courtesy of Jeff Blubaugh

Entrevista exclusiva con el Sr. Jeff Blubaugh, candidato a Comisionado del Condado de Sedgwick, Distrito 2.

Si es elegido, ¿cuáles son las tres cosas más importantes en las que le gustaría trabajar y por qué?

Blubaugh: "Mitigar el impuesto a la propiedad, la seguridad pública y mejoras de infraestructura para la parte sur de nuestro condado. El proceso de evaluación del impuesto a la propiedad está en ruina y las personas no pueden soportar ningún impuesto adicional, ya sea sobre las ventas, la renta o el impuesto sobre la propiedad. Las carreteras del sur del condado de Sedgwick necesitan la misma atención que las carreteras del noreste del condado de Sedgwick.

En su opinión, ¿Qué es lo más valioso que tiene su distrito?

Blubaugh: "La clase trabajadora, la gente trabajadora es el valor más grande junto con las empresas proveedoras y de fabricación aeroespacial en el suroeste del condado de Sedgwick".

¿Cuáles son los principales desafíos que su distrito y el condado de Sedgwick enfrentarán en los próximos 5 años?

Blubaugh: "El aumento de los impuestos a la propiedad y el aumento de la burocracia gubernamental continúan estancando y constriñendo tanto a las pequeñas como a las grandes empresas, además de crear cargas para la propiedad de viviendas".

Continúa en la página 7...Jeff Blubaugh para Comisionado del Condado



Photo © Courtesy of Jeff Blubaugh

Piñatas Burrito Sabanero y Abarrotes



1601 S. POPLAR, WICHITA, KS
316-364-3714
PIÑATAS, DULCES Y ABARROTES
MEXICAN CANDY & DRY FOODS

Follow us on FB & IG -
Síguenos en:



Your ad here?
¿Su anuncio aquí?

316-305-0381

marcoalcocer8@gmail.com



Las campañas políticas están en pleno apogeo en Kansas. Este año los votantes decidirán quién será el próximo presidente de los Estados Unidos. Además, elegiremos representantes para cargos locales, estatales y federales. Votar es el privilegio de las sociedades libres, una forma civilizada de resolver discordias, expresar su opinión y decidir no solo por el presente sino por las generaciones futuras. El Perico Informador, LLC no endorsa a ningún candidato, solo a la democracia.

Durante este tiempo entrevistamos a algunos de esos candidatos para ayudar al votante a decidir.

Sin embargo, recomendamos que los votantes se informen lo más posible sobre sus candidatos antes de emitir su voto.

Este año, las elecciones generales serán el martes 5 de noviembre.

Sedgwick County recommended budget for 2025 is of more than 593 million dollars with an increase of more than 47 million from the county "adopted budget" of 2024. One of the candidates interviewed this time will be a member of The Board of County Commissioners of Sedgwick County. The board makes decisions that impact the life of the residents of the county in a variety of ways, including property taxes, administration of justice, health services, elections, safety and security, recreational services and much more. Learn more at: <https://www.sedgwickcounty.org/>

Continue from page 4...Exclusive Interview with Sarah Lopez for County Commissioner...

We understand Sedgwick County is facing a deficit next year of 1.4 million dollars, what do you propose to solve this problem?

Lopez: "With a budget of nearly \$600 million dollars this year, we can manage the \$1.4 million deficit projected over the next 2 years without significantly affecting county services. As one of only one hundred counties across the nation with a AAA credit rating, we have been very fiscally responsible and have been proactive in increasing efficiencies in government and managing operating costs. One example of this has been the tremendous effort to stabilize the county workforce during my first term in office. We have improved staffing levels across the county from around 65% four years ago to about 85% to 90% today. This means we have improved the quality of county services while also lowering the mill levy (property tax rate) for the first time since 2015, and we are going to lower it again this year."

What is your major motivation for doing this job?

Lopez: "I became a commissioner because I wanted to bring a needed voice for working families into local government and leave this community better than I found it for my kids and their generation. I knew that my background in healthcare IT had prepared me to bring the right people together to find innovative, cost-saving solutions. That experience has helped me to make sure Sedgwick County government is working for us."



Photo © Courtesy of Sarah Lopez

Viene de la pagina 4...Entrevista Exclusiva con Sara López para Comisionada del Condado...

Entendemos que el condado de Sedgwick se enfrenta a un déficit el próximo año de 1.4 millones de dólares, ¿qué propone para resolver este problema?



Photo © courtesy of Sarah Lopez

López: "Con un presupuesto de casi \$600 millones de dólares este año, podemos manejar el déficit de \$1.4 millones proyectado para los próximos 2 años, sin afectar significativamente los servicios del condado. Como uno de los cien condados en todo el país con una calificación crediticia AAA, hemos sido muy responsables fiscalmente y he-

mos sido proactivos en el aumento de la eficiencia en el gobierno y la gestión de los costos operativos. Un ejemplo de esto ha sido el tremendo esfuerzo para estabilizar la fuerza laboral del condado durante mi primer mandato en el cargo. Hemos mejorado los niveles de personal en todo el condado de alrededor del 65% hace cuatro años a alrededor del 85% al 90% en la actualidad. Esto significa que hemos mejorado la calidad de los servicios del condado al mismo tiempo que hemos reducido el gravamen (tasa del impuesto a la propiedad) por primera vez desde 2015, y vamos a reducirlo nuevamente este año."

¿Cuál es tu mayor motivación para hacer este trabajo?

López: "Me convertí en comisionada porque quería traer una voz necesaria para las familias trabajadoras al gobierno local y dejar esta comunidad mejor de lo que la encontré para mis hijos y su generación. Sabía que mi experiencia en información tecnología de la salud me había preparado para reunir a las personas adecuadas para encontrar soluciones innovadoras y económicas. Esa experiencia me ha ayudado mucho a asegurarme de que el gobierno del condado de Sedgwick esté trabajando para nosotros."

Proverbio del Mes:
"Nadie es Profeta en su Tierra"

El presupuesto recomendado del condado de Sedgwick para 2025 es de más de 593 millones de dólares y representa un aumento de más de 47 millones con respecto al "presupuesto adoptado" del condado para 2024. Uno de los candidatos entrevistados en esta ocasión será miembro de La Junta de Comisionados del Condado de Sedgwick. La junta toma decisiones que impacta la vida de los residentes del condado de diversas maneras, incluidos los impuestos a la propiedad, la administración de justicia, los servicios de salud, las elecciones, la seguridad, los servicios recreativos y mucho más. Para aprender más vaya a: <https://www.sedgwickcounty.org/> (La información es en inglés)

Continued from page 5...Exclusive Interview...with Jeff Blubaugh for County Commissioner

....

We understand Sedgwick County is facing a deficit next year of 1.4 million dollars, what do you propose to solve this problem?

Blubaugh: "Sedgwick County needs to cut spending and work within their budget just like everyone does. They continue to spend more and more on quality-of-life projects while taxpayers are having to choose between paying their property taxes over prescriptions."

What is your major motivation for doing this job?

Blubaugh: "I proudly served the Southside for over 10 years on the Wichita City Council and was able to complete more infrastructure projects than anyone in my position prior. I want to ensure the Southwest part of the County is represented by a business minded representative that truly cares about the people of the District. Folks are struggling right now from the high cost of inflation and Government, and they need someone who isn't afraid to fight for them."



Photo © Courtesy of Jeff Blubaugh

Viene de la página 5...Entrevista exclusiva con Jeff Blubaugh para Comisionado del Condado...

Entendemos que el condado de Sedgwick se enfrenta a un déficit el próximo año de 1.4 millones de dólares, ¿qué propone para resolver este problema?

Blubaugh: "El condado de Sedgwick necesita recortar gastos y trabajar dentro de su presupuesto como lo hace todo el mundo. Siguen gastando cada vez más en proyectos de calidad de vida, mientras que los contribuyentes tienen que elegir entre pagar sus impuestos sobre la propiedad en lugar de sus prescripciones".

¿Cuál es tu mayor motivación para hacer este trabajo?

Blubaugh: "Orgullosamente serví el área sur durante más de 10 años en el Concejo Municipal de Wichita y pude completar más proyectos de infraestructura que cualquier otra persona en mi posición anterior. Quiero asegurarme de que la parte suroeste del condado esté representada por un representante con mentalidad empresarial que realmente se preocupe por la gente del distrito. La gente está luchando en este momento por el alto costo de la inflación y el gobierno, y necesitan a alguien que no tenga miedo de luchar por ellos".



THIS IS THE MOST IMPORTANT ELECTION OF OUR LIVES!

Make a Plan to Vote. Here Are Four Ways

1. Scan the QR code below to apply for a mail in ballot before October 15.
2. Early in-person voting starts October 22 at Sedgwick County Election Office.
3. Starting October 30, you can vote early at any convenient satellite voting station.
4. On Election Day, November 5, you may vote only at assigned voting station.



There is Still Time to Register to Vote at www.Ksvotes.org



Todavía hay tiempo para Registrarte para votar en www.Ksvotes.org

Paid for by Kansas Voter Empowerment Project PAC, Jan Manlove Treasurer.

Pagado por Kansas Voter Empowerment Project PAC, Jan Manlove Tesorera

¡ESTA ES LA ELECCIÓN MÁS IMPORTANTE DE NUESTRAS VIDAS!

Haz un plan para votar. Aquí hay cuatro formas

1. Escanea el código QR para solicitar una boleta por correo antes del 15 de octubre.
2. La votación anticipada en persona comienza el 22 de octubre en la Oficina Electoral del Condado de Sedgwick.
3. A partir del 30 de octubre, podrás votar temprano en cualquiera de los sitios satélite de votación.
4. El día de las elecciones es el 5 de noviembre, podrás votar solo en tu estación asignada.

A day with the Family, presents: "Kids and Election Anxiety"

By: Elizabeth Brunscheen-Cartagena, Family Educator K-State Research & Extension,

With many adults discussing election candidates, their distress and animosity can easily trickle down to their children. Adults may experience prolonged feelings of anxiety, mood swings, irritability, hostility, obsessive news consumption, and detachment from normal interactions in favor of online political debates.

If we think our children are unaffected by the election process, we must think again. This can be overwhelming and stressful for children and teens as well. Young kids may not fully grasp the election's implications, but they are sensitive to their parents' stress, even when parents try to shield them. Older children who understand the election process may face bullying as teens take sides. Those not directly harassed may still feel a loss of control or engage in arguments with peers who hold different political views.

Helping Kids Cope with Election Anxiety

Provide a Safe Outlet: As parents, it is important to be mindful of how you discuss election candidates in front of your children. Model calm and respectful behavior. Your children are always watching and learning from you. Embrace the uncertainty of election season and understand that obsessively staying informed or actively engaging in political debates will not eliminate this uncertainty.

Encourage your child to share their fears and emotions. Listen closely and connect with their feelings. If they have concerns or fears about conversations with peers at school, reassure them that you will work through any issues together.

Limit News and Social Media Exposure: Reduce everyone's exposure to news and social media during stressful times. Constantly consuming reports about election debates or propaganda can heighten emotions. It is important to stay informed, but overexposure to political turmoil and fear-based news content can send your stress levels skyrocketing. Setting limits on how often you check the news each day and being mindful of where you are getting your news from, as well.



Los Miranda Cartagena, orgullosos de la democracia de su país. The Miranda-Cartagena pride of the democracy of their country.

Photo © courtesy of Elizabeth Brunscheen-Cartagena

SCHEDULE YOUR
WELL-CHILD
VISITS TODAY!



HUNTER
HEALTH

316-262-2415

hunterhealth.org

Educate your kids about politics: Start with the basics.

What is a democracy? What are the roles of people in elected office? Why is this happening now? Talk to your kids about what it means to have elected officials that represent the diverse society we live in, and how that helps everybody. Emphasize the responsibility as a citizen to vote. Parents can use a civil discussion on politics and the election to model their critical thinking process for their children by talking about the values that shape their decisions.

Engage in Family Activities: Spend time together as a family doing enjoyable activities. Play board games, work on holiday crafts, take walks, visit parks, or engage in other favorite activities. Prioritize your and your children's mental health.

Teach Tolerance and Respect: Use the election as a teaching moment. Help your children understand that it is okay for people to have different beliefs and opinions. Teach them to respect others' viewpoints, even if they do not agree.

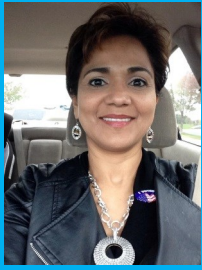
Model Gracious Behavior: When the winning candidate is announced in November, your reaction can be a valuable life lesson. Show your children how to be gracious if your candidate wins, and how to respectfully accept defeat if they do not. This teaches them how to contribute to a kinder world.

By taking these steps, you can help your children navigate the stress and anxiety related to the election, fostering a healthier, more understanding environment.

Al Día en Familia, Presenta: “La Ansiedad Electoral y los Niños”

Por: Elizabeth Brunscheen-Cartagena, Educadora Familiar K-State Research & Extension.

Dado que muchos adultos hablan sobre candidatos electorales, su angustia y animosidad pueden fácilmente escurrirse a sus hijos. Los adultos pueden experimentar sentimientos prolongados de ansiedad, cambios de humor, irritabilidad, hostilidad, consumo obsesivo de noticias y desapego de las interacciones normales a favor de los debates políticos en línea.



Elizabeth wearing a sticker after voting. Elizabeth portando una calcomanía después de votar. Photo © courtesy of Elizabeth Brunscheen Cartagena

Si creemos que nuestros hijos no se ven afectados por el proceso electoral, tenemos que pensarlo de nuevo. Esto también puede resultar abrumador y estresante para los niños y adolescentes. Es posible que los niños pequeños no comprendan plenamente las implicaciones de las elecciones, pero son sensibles al estrés de sus padres, incluso cuando estos intentan protegerlos. Los niños mayores que entienden el proceso electoral pueden enfrentar acoso cuando los adolescentes toman partido. Aquellos que no son acosados directamente pueden aún sentir una pérdida de control o entablar discusiones con otros que tienen opiniones políticas diferentes.

Ayude a sus hijos a afrontar la ansiedad electoral

Proporcione una salida segura: Como padres, es importante tener en cuenta cómo hablan de los candidatos electorales delante de sus hijos. Modele un comportamiento tranquilo y respetuoso. Sus hijos siempre están observando y aprendiendo de usted. Acepte la incertidumbre de la temporada electoral y comprenda que mantenerse obsesivamente informado o participar activamente en debates políticos no eliminará esta incertidumbre.

Anime a su hijo a compartir sus miedos y emociones: Escuche atentamente y conéctese con sus sentimientos. Si tienen inquietudes o temores sobre las conversaciones con sus compañeros en la escuela, asegúreles que resolverán juntos cualquier problema.

Limite la exposición a las noticias y las redes sociales: reduzca la exposición de todos a las noticias y las redes sociales durante momentos estresantes. El consumo constante de informes sobre debates electorales o propaganda puede exacerbar las emociones. Es importante mantenerse informado, pero la sobreexposición a la agitación política y al contenido de noticias basado en el miedo puede subir sus niveles de estrés. Establezca límites a la frecuencia con la que consulta las noticias cada día y ser consciente también de dónde las obtiene.

Eduque a sus hijos sobre política: Comience con lo básico. ¿Qué es una democracia? ¿Cuáles son los roles de las personas en los cargos electos? ¿Por qué sucede esto ahora? Hable con sus hijos sobre lo que significa tener funcionarios electos que representen la sociedad diversa en la que vivimos y cómo eso ayuda a todos. Enfatique la responsabilidad como ciudadano de votar. Los padres pueden utilizar una discusión civil sobre política y las elecciones para modelar su proceso de pensamiento crítico para sus hijos hablando sobre los valores que dan forma a sus decisiones.

Participen en actividades familiares: Pasen tiempo juntos en familia realizando actividades agradables. Juegue juegos de mesa, trabaje en manualidades navideñas, salga a caminar, visite parques o participe en otras actividades favoritas. Priorice su salud mental y la de sus hijos.

Enseñe tolerancia y respeto: Utilice las elecciones como un momento de enseñanza. Ayude a sus hijos a comprender que está bien que las personas tengan creencias y opiniones diferentes. Enséñeles a respetar los puntos de vista de los demás, incluso si no están de acuerdo.

Modele un comportamiento amable: cuando se anuncie el candidato ganador en noviembre, su reacción puede ser una valiosa lección de vida. Muestre a sus hijos cómo ser amables si su candidato gana y cómo aceptar respetuosamente la derrota si no lo gana. Esto les enseña cómo contribuir a un mundo más amable.

Al seguir estos pasos, puede ayudar a sus hijos a superar el estrés y la ansiedad relacionados con las elecciones, fomentando un ambiente más saludable y comprensivo.

LWV LEAGUE OF WOMEN VOTERS[®]
OF WICHITA METRO

**We will be at the LatinFest
Sep 21, 2024 in Old Town**

Get information on how
to Register to Vote!

¡Obtén información de como
Regístrate para Votar!



Photo © courtesy of LatinFest

Important Dates:

Fechas importantes:

**Oct 15 Last Day to register
to vote in Sedgwick County**

Nov 5th Election Day

LWV email:

info@lwvwichita.org

Vote411.org/Kansas

Learning by Traveling presents: Riviera Nayarit, an extraordinary destination blessed with natural beauty and warm and friendly people!

By: Aphrodite Campbell

Every now and again, we feel a pull to get away to a remote destination where there is nothing but clear blue skies, white sandy beaches, and a sparkling sea. A place where we can dip our toes in the sand and sip cocktails adorned with colorful umbrellas. Mexico has some of the most beautiful beaches in the world and Riviera Nayarit is one of those perfect choices!

Riviera Nayarit is located just north of Puerto Vallarta, in the Mexican state of Nayarit. This is a destination blessed with natural beauty, featuring pristine beaches and picturesque coastal towns with warm and friendly people. From the moment we arrived, we enjoyed perfect weather with a light breeze and a feeling of tranquility. Our resort provided an idyllic setting with colorful tiles, lush gardens, swimming pools with swim-up bars, swaying palm trees and stunning ocean views from every angle. All of this was set against the backdrop of beautiful mountains, creating an extraordinary atmosphere. Looking out beyond our room, we could see the ocean of blue stretching for miles and miles, and we could not help but smile as we looked forward to all the things we would get to do and see during our stay! The excitement of partaking in various activities over the next few days made us feel giddy with anticipation.



Photo © courtesy of Aphrodite Campbell



Photo © courtesy of Aphrodite Campbell

Our days were lounging on the beach, either lost in an enjoyable book or simply gazing at the ocean horizon, interrupted only by our meals and snacks throughout the day. On days when we sought enough rest and relaxation, we would venture out into town for shopping and sightseeing. Interestingly,

one of the highlights of our vacation was the buffet, where we enjoyed nibbling on food all day long. Breakfast seamlessly transitioned into lunch and then into dinner—irresistible, especially with my love for Mexican cuisine. Fresh conchas with coffee and green juice, alongside papaya and guava, became our morning ritual. Yum! Meals featured warm tortillas alongside hearty stews like pozole, chicken tinga, and caldo de res. I relished adding Cholula or Tapatio to my dishes—Mexican food and hot sauce are inseparable for me! Evenings were my favorite, with leisurely strolls along the beach, bathed in the golden glow of the sunset reflecting over the ocean. Each meal and moment were a delightful journey in itself!

Upon recommendation, we hailed a taxi into town along the Romantic Road leading up to Malecón. Along the way, we spotted small shops lining the road with festive clothing and souvenirs of vibrant colors catching our eyes and we went shopping. Then we ducked in and out of various quaint and unique cafes and restaurants and realized how much we enjoyed the eclectic feel and laid-back vibe of this town. A trip to Mexico is not complete without a proper tequila tasting, we enjoyed learning about the tequila-making process.

After an unforgettable meal, in a seaside restaurant, we wandered around, and we stumbled upon a parade. What an incredible surprise! We totally lost track of time, we immersed ourselves in the festivities bursting with energy and life. Strolling along, we luckily witness a gorgeous sunset, with orange and purple shades in the clouds blanketing the water. Between enjoying the cool sea breeze and soaking in the atmosphere filled with street performers, vendors, musicians, and artists displaying their creativity, we felt fortunate to be at the right place at the right time!

The icing on the cake for me was the special surprise when the entertainment director led the crowd in to sing "Happy Birthday" to me, accompanied by a mariachi band. What an incredible honor, it was a delight how those talented performers made me feel that night.

Here in Nayarit, there never seems to be a bad day, with blue skies overhead and the staff of the hotel always making sure that you have a nice, cold drink in hand!

Wichita's Original Gourmet Coffee Roaster
SPICE MERCHANT
1300 E. Douglas

Something Special Everyday!

Spices • Tea • Gifts



316-263-4121
spicemerchant.com

Abierto / Open Monday - Friday
Lunes a Viernes 9 am - 5:30 pm
Saturdays/Sábados 9 am - 5 pm

Especias • Tés • Cafés • Regalos

Aprendiendo Viajando, presenta: Riviera Nayarit, un extraordinario destino, bendecido con belleza natural, gente cálida y amable!

Por: Aphrodite Campbell,

De vez en cuando, sentimos la necesidad de escaparnos a un destino remoto donde no hay nada más que claros cielos azules, playas de arena blanca y un brillante mar. Un lugar donde sumergir los pies en la arena y tomar cócteles adornados con sombrillas de colores. México tiene algunas de las playas más hermosas del mundo y la Riviera Nayarit es una opción perfecta.

La Riviera Nayarit localizada justo al norte de Puerto Vallarta, en el estado mexicano de Nayarit, es un destino bendecido con belleza natural, playas vírgenes y pintorescos pueblos costeros con gente cálida y amigable. Desde que llegamos, disfrutamos de un clima perfecto, con una ligera brisa, y una sensación de tranquilidad. El ambiente ideal de nuestro resort nos encantó, los azulejos de colores, los exuberantes jardines, las piscinas con bares, el viven de las palmeras e impresionantes vistas del mar por todos los ángulos. Y de telón de fondo de hermosas montañas, crea una atmósfera extraordinaria. Mirando desde nuestro cuarto, podíamos ver el azul océano extendiéndose por millas y millas, y no pudimos evitar sonreír, esperando con ansias todas las cosas que podríamos hacer y ver durante nuestra estadía. La emoción de participar en las actividades diarias nos mareaba de anticipación.



Photo © courtesy of Aphrodite Campbell

Nuestros días transcurrían descansando en la playa, perdidos en un agradable libro o simplemente contemplando el horizonte del océano, interrumpidos solo durante todo el día por nuestras comidas y botanas. En los días con suficiente descanso y relajación, nos aventurábamos al pueblo para ir de compras y turistar. Curiosamente, el buffet fue uno de los aspectos más destacados de nuestra estadía, donde disfrutábamos picando comida todo el día. Sin problemas el desayuno se convertía en almuerzo y luego en cena. ¡Irresistible!, especialmente por mi amor por la cocina mexicana. Las conchas frescas con café y jugo verde, junto con papaya y guayaba, se convirtieron en nuestro ritual matutino. ¡Que delicia! Las comidas incluían tortillas calientes junto con abundantes guisos como pozole, tinga de pollo y caldo de res. Disfruté agregando salsa picante, como Cholula o Tapatio a mis platillos, para mí, ¡la comida mexicana y la salsa picante



Aphrodite & Kevin Campbell

Photo © courtesy of Aphrodite Campbell

son inseparables! Las tardes eran mis favoritas, con tranquilos paseos por la playa, bañados por el dorado resplandor de la puesta de sol reflejada sobre el océano. ¡Cada comida y cada momento eran delicioso viaje en sí mismo!

Por recomendación, tomamos un taxi al pueblo, sobre la Romántica Carretera que conduce al Malecón. En el camino por la carretera, vimos pequeñas tiendas con ropa festiva y recuerdos de vibrantes colores que llamaban nuestra atención, atrayéndonos para hacer compras. Luego entramos y salimos de varios cafés y pintorescos restaurantes, y nos dimos cuenta de cuánto disfrutamos de la sensación ecléctica y el ambiente relajado de esta ciudad. Un viaje a México no está completo sin una adecuada degustación de tequila, disfrutamos y aprendimos sobre el proceso de elaboración del tequila.

Después de una comida inolvidable, en un restaurante junto al mar, paseábamos y nos topamos de repente con un desfile. ¡Qué sorpresa tan increíble! Perdimos totalmente la noción del tiempo, nos sumergimos en las festividades rebosantes de energía y vida. Paseando, fuimos testigos de una hermosa puesta de sol, con tonos naranjas y morados entre las nubes cubriendo el mar. Disfrutando de la fresca brisa marina y sumergidos en el ambiente, lleno de artistas callejeros, vendedores, músicos y otros artistas que muestran su creatividad, ¡nos sentimos afortunados de haber estado en el lugar preciso en el momento exacto!



Photo © courtesy of Aphrodite Campbell





No Pesticides all Natural Grown
Sin Pesticidas Cultivados Naturalmente
1805 S Hillside, Wichita, KS
www.hillsidefeed.com 316-685-7361
9AM-6PM Lunes a Sábado

VISITA LA FERIA ESTATAL DE KANSAS

6-15 DE SEPTIEMBRE DE 2024

Compre boletos en etix.com/ticket/v/12251/kansas-state-fair



EVENTO ESPECIAL - TARDEADA

EL DOMINGO 8 DE SEPTIEMBRE | Arranca a las 15.00 horas



GRUPO DE DANZAS FOLCLÓRICAS RAÍCES DE MI TIERRA

¡Siente la energía vibrante mientras celebran la herencia y la cultura mexicanas con actuaciones dinámicas!



MARIACHI LOS REYES

¡Sumérgete en una experiencia encantadora mientras te cautivan con su auténtica música de mariachi, con más de cuatro décadas de tradición musical!



DJ OSCAR GARCÍA

¡Baila al ritmo de la música mientras pone los mejores hits para que la fiesta continúe!



GRUPO LOS DE CHIVAS

¡Disfruta de su estilo musical campirano, lleno de melodías regionales mexicanas que te harán bailar sin parar!



Arranca a las 19.30 horas

LA ALIANZA NORTEÑA

¡No te pierdas lo más destacado de la noche cuando suban al escenario para cerrar la noche con su inolvidable espectáculo de música norteña!