



Jared Taylor  
 Tel: (208) 785-4000  
 Cell: (208) 681-9600  
 eMail: jared@jaredtaylor.us

News on the House



Safety first!



## SU SEGURIDAD

La seguridad es algo que frecuentemente damos por sentado. Una falla imprevista del sistema de seguridad puede llevar a la pérdida de la propiedad y la tranquilidad, y también reducir el valor a largo plazo del vecindario. He aquí algunos métodos simples para asegurarse de que permanezcan seguros en sus casas.

Espero que disfruten del boletín de este mes que está lleno de consejos e ideas para ustedes como propietarios de casas. El tiempo que he pasado trabajando como profesional de bienes raíces me ha dado una comprensión clara de las necesidades y desafíos de los clientes. Quiero que sepan que mi experiencia está a su disposición. Por favor, sírvanse hablar conmigo sobre sus necesidades de bienes raíces.

Para asegurarse de que vivan sin preocuparse por sus casas o electrodomésticos, me gustaría volver a invitarlos a que hablen conmigo sobre sus planes de protección para propietarios de casas.



## ¡Consideren una mayor seguridad con cerraduras!

Durante el tiempo emocionante en que hagan construir o remodelar sus casas, asegúrense de considerar uno de los aspectos más importantes que los mantendrá a ustedes y sus familias tranquilos por muchos años: la seguridad.

De acuerdo con el National Crime Prevention Council (Consejo Nacional de Prevención del Crimen), aproximadamente seis de 10 robos se llevan a cabo sin ninguna señal de entrada forzada, lo cual indica que se dejó sin cerrar con llave una puerta o ventana, o que se utilizó un duplicado de la llave para abrirlos.

El robo residencial es uno de los crímenes que se denuncia más frecuentemente pero también es el que más se puede prevenir. Cerrar con llave sus ventanas y puertas, y tener el apropiado sistema de seguridad con cerraduras, es la manera más fácil y menos costosa de prevenir robos.

El primer paso para asegurar sus casas remodeladas o recientemente construidas es cerrar con cerrojo las puertas exteriores. Los cerrojos están disponibles en varios formatos. Algunos se operan con una llave tanto desde adentro como desde afuera, con una llave desde afuera y abriéndolos con una vuelta del dedo pulgar desde adentro, o únicamente con una vuelta del dedo pulgar desde adentro. Consulten a las autoridades



locales de prevención del crimen para determinar qué tipo de cerradura se recomienda en sus áreas. Para obtener máxima protección, elijan cerraduras de máxima seguridad. Algunas cerraduras se caracterizan por proteger contra las perforaciones y el forzado de cerraduras. Las llaves para estas cerraduras

pueden ser hechas sólo por comerciantes autorizados después de que ustedes muestren la identificación apropiada.

Las puertas corredizas de vidrio tienden a ser un punto fácil de entrada. Las cerraduras y barras especiales están disponibles para prevenir que se levante y palanquee la puerta. También pueden colocar una clavija de madera o un mango de escoba en el carril de la puerta.

Cuando piensen en un sistema de seguridad con cerraduras, no se olviden de sus ventanas. Las ventanas tradicionales dobles, que tienen un marco superior e inferior que se desliza hacia arriba y abajo, continúan siendo el tipo de ventanas más populares instaladas en casas remodeladas o recientemente construidas. Para cerrar bien estas ventanas, instalen una cerradura para marcos de ventana, que se sujete a los marcos superior e inferior de ventanas dobles, para mantenerlas en una posición cerrada. Para obtener más información, visiten [www.ncpc.org](http://www.ncpc.org).

## ¿Sabía usted...



Tener **el plan de protección correcto** para su casa le garantiza **protección tanto para su casa como para su presupuesto?**

Llame a su profesional de bienes raíces hoy para averiguar cómo puede **ahorrar tiempo y dinero** en reparaciones domésticas.

# DISTORSIÓN DE LAS PORCIONES









Las porciones de comida en los restaurantes de Estados Unidos se han duplicado o triplicado durante los últimos 20 años, un factor clave que está contribuyendo al aumento potencialmente devastador de la obesidad entre niños y adultos.

"We Can!" (Ways to Enhance Children's Activities and Nutrition) (Métodos para Aumentar las Actividades y la Nutrición para los Niños), un nuevo programa de los Institutos Nacionales de Salud (por sus siglas en inglés, NHI), ofrece consejos a los padres para ayudar a que sus familias mantengan un peso saludable.

"Las porciones muy grandes en los restaurantes han distorsionado lo que los americanos consideran el tamaño normal de una porción, y eso también afecta cuánto comemos en casa", dice la Dra. Elizabeth G. Nabel, directora del National Heart, Lung, and Blood Institute (Instituto Nacional del Corazón, Pulmón y Sangre) del NIH. "Una manera de controlar las calorías es mantener las porciones de comida no mayores que el tamaño de sus puños".

Las porciones más grandes significan más calorías, lo cual puede resultar fácilmente en peso extra. Consideren, por ejemplo, si tuvieran las porciones actuales de las siguientes comidas:

- Desayuno: una rosca de pan (bagel) (de 6 pulgadas de diámetro) y un café de 16 onzas con azúcar y leche.
- Almuerzo: dos pedazos de pizza de pepperoni y una soda de 20 onzas.
- Cena: una ensalada tipo César con pollo y

Portion Distortion	
20 Years Ago	Today
Bagel	
 3 inches (diameter)	 6 inches (diameter)
Cheeseburger	
 4.5 ounces	 8 ounces
Popcorn (medium bag)	
 5 cups	 11 cups
Soda	
 6.5 ounces	 20 ounces
Source: National Heart, Lung, and Blood Institute	

una soda de 20 onzas.

En un día, consumirían 1.595 más calorías que si tuvieran los mismos alimentos en las porciones típicas servidas hace 20 años. Durante el curso de un año, si se consumen diariamente, las porciones más grandes pueden llegar a una cantidad mayor de 500.000 calorías extras. Controlar el tamaño de las porciones y comer más inteligentemente puede ayudar a que ustedes y sus familias eviten las calorías extras. He aquí algunos consejos del NIH:

- Lleven un almuerzo saludable y de bajas calorías al trabajo y empaquen una bolsa de almuerzo saludable para sus hijos.

- Cuando salgan a comer, pidan un aperitivo en vez de una entrada, compartan una entrada o coman la mitad de la comida y llévense el resto a sus casas.

- Reduzcan los alimentos de altas calorías, tales como los quesos y el chocolate, en pedazos pequeños y coman menos pedazos.

- Sustituyan una ensalada por papas fritas.

- Para las meriendas, sirvan frutas y vegetales en vez de dulces.

El programa "We Can!" se ha diseñado para ofrecer consejos a los padres a fin de que ayuden a sus hijos de 8 a 13 años a mantener un peso saludable a través de una mejor elección de alimentos, el aumento de actividad física y la reducción del tiempo que pasan mirando la televisión y utilizando la computadora recreacional.

Para obtener un manual para padres y otros recursos gratis, visiten <http://wecan.nhlbi.nih.gov> o llamen al 866-35-WECAN.



**First American Home Buyers Protection Corporation**

A los caminos de entrada y las aceras de hormigón se los maltrata mucho. Miren para abajo y es muy probable que encuentren manchas de suciedad, aceite y hasta de herrumbre. Pero algunos consejos simples pueden hacer que todo el hormigón alrededor de sus casas se mantenga limpio y como nuevo.

La mayor parte de las manchas de suciedad y mugre puede limpiarse con un limpiador potente. Los limpiadores "potentes" son relativamente baratos o pueden alquilarse. Para las manchas de aceite, desparramen una capa gruesa de arenilla para gatos sobre la grasa para absorber la grasa o el aceite sobre la superficie. Dejen estacionar por un día, luego simplemente barran la arenilla y la mancha de la superficie.



**Caminos de entrada sin manchas**

Las manchas de herrumbre son más difíciles de quitar. Una solución efectiva es Super Iron Out. Para quitar las manchas sobre el hormigón, humedezcan el camino de entrada con agua. Luego, apliquen la solución quitamanchas directamente sobre las manchas con un cepillo o esponja, y simplemente enjuaguen las manchas hasta que desaparezcan.

Pueden hallar Super Iron Out en la mayoría de las tiendas de comestibles, productos para la mejora del hogar o mercadería en gran escala. Para informarse más, visiten [www.ironout.com](http://www.ironout.com).