

La Familia y el Hogar Noticias

Roman Alfaro, Jr. y Randy Watson
 Agente de Bienes Raices en San Antonio

www.satxproperty.com/welcome 210-734-5590



3 consejos para ayudarlo a broncearse sin quemarse

Es importante recordar las reales ventajas que se obtienen del sol. Además de un sano bronceado, la vitamina D y los suaves niveles de radiación ultravioleta están relacionados con todo, desde la regulación hormonal hasta las propiedades antibacterianas.

Saque el mayor provecho posible del sol este verano sin necesidad de embadurnarse con protector solar.

Use ropas apropiadas: El primer paso para sentirse seguro y cómodo cuando trabaja o juega al aire libre es llevar puesto un simple sombrero, una camisa liviana y ropa protectora. No escatime en ropa cómoda, y siempre traiga camisas, zapatos y sombreros extras cuando va a la playa. Es preferible lavar más ropa que tener que curar quemaduras de sol los días siguientes.

Empiece despacio: La piel desarrolla una tolerancia lentamente. Por esto es que debe ser cauteloso durante las primeras veces que esta expuesto al sol. Los niños, las personas mayores y todos aquéllos que tienen piel clara son especialmente propensos a las quemaduras de sol al iniciarse la temporada. Es fundamental controlar el tiempo de exposición al sol y evitar la parte más caliente del día.

Pida información acerca de las medicinas: Muchas medicinas – incluso medicinas sin receta médica – pueden causar sensibilidad al sol aún entre la gente que raramente se quema por el sol. Pregunte a su médico o farmacéutico sobre la exposición solar para saber que medicamento puede tomar.

¿Está pensando en la posibilidad de comprar una casa? Obtenga mi guía

San Antonio,
 TX
 210-734-5590



Si desea comprar una casa – sin estrés – es bueno estar preparado

Sin el consejo apropiado usted puede cometer algunos errores muy costosos.

Para darse a usted mismo una ventaja, obtenga gratis mi guía: “10 pasos fáciles para comprarse una casa.”

Llámeme al 210-734-5590 y se la enviaré inmediatamente.

Elija estos alimentos para un sueño profundo

La dieta cumple un papel importante en la regulación de los hábitos de sueño. Si usted es uno de los millones de personas que sufren de insomnio u otros problemas relacionados con el sueño, pruebe estos sabrosos consejos para ayudar a conseguir un buen sueño nocturno.

Leche: Esto no es simplemente un cuento de viejas - la leche contiene triptofan, que muchos creen sirve para estimular el sueño. Sin embargo, si usted esta escaso de leche, pruebe en su lugar otros productos lácteos o incluso pavo.

Melatonina: La carne es uno de los alimentos que contiene melatonina, una hormona producida naturalmente que ayuda a regular el ritmo circadiano normal asociado al sueño. Cada persona y criatura en la tierra tiene un ciclo natural de sueño/despertar que es muy sensible a la interrupción. Lamentablemente, la vida moderna a menudo entra en conflicto con el ritmo natural del cuerpo. La melatonina puede añadirse a la dieta en forma de suplemento.

Reduzca el consumo de cafeína: El café, el chocolate, la cola y otros productos que contienen altos niveles de azúcar o cafeína, interfieren a menudo con los ciclos de sueño. Y ya que estamos hablando de estos estimulantes, asegúrese de eliminar todos los estimulantes al menos cuatro horas antes de acostarse.

No beba y duerma: También es una buena idea reconsiderar el consumo de bebidas alcohólicas. Aunque ellas puedan relajar al principio tanto la mente como el cuerpo, el alto contenido de azúcar y los efectos metabólicos causan a menudo insomnio, ya sea más avanzada la noche o temprano en la mañana.

Por qué puede ser ahora el momento oportuno para ingresar al mercado

El creciente desempleo, los valores estáticos de los bienes inmuebles y los tiempos económicos inciertos, pueden no parecer criterios apropiados a considerar en la decisión de comprar una casa, pero al analizarlos con más detenimiento, pueden resultar ser la combinación más acertada.

Requisitos cada vez más rigurosos para obtener crédito: El crédito ya no es tan fácil de obtener como lo era hasta hace unos años, y se espera que la situación empeore a medida que los bancos intenten reducir las pérdidas. Aún si los precios de las casas permanecen estables, las crecientes tasas de interés podrían añadir cientos de dólares a los pagos hipotecarios mensuales. Analice la posibilidad de cerrar el precio obteniendo una hipoteca de precio fijo bajo antes de que suban los precios.

La pregunta del mes

Cada mes le haré una nueva pregunta basada en este boletín

Envíeme un email a info@satxproperty.com o llame al **210-734-5590** para obtener la respuesta.

¿Cuál es la palabra inglesa más larga que usted puede hacer usando solamente las letras de la hilera superior de un teclado?

¿Por qué no pasarme a un amigo?

Si Ud. disfrutó de este boletín de noticias y encontró útil su información, páselo por favor a un vecino, amigo o compañero de trabajo. Si Ud. tiene comentarios que hacer acerca del boletín, recuerde hacerme una llamada o enviarme un correo electrónico.

Impuestos y seguros: El precio más bajo de una casa beneficia a los compradores de muchas maneras: los gastos por impuestos y seguros son también inferiores. De hecho, el comprar en un área en la que se limitan los aumentos de impuestos es muy posible que le permita ahorrar en los años venideros, a medida que usted fija el costo de propiedad de una casa.

Una mejor negociación: Estamos en un mercado comprador de modo que es más probable que los vendedores evalúen opciones flexibles u otras maneras creativas para que el negocio funcione. Algunos propietarios están buscando modos de cerrar el trato, y los bancos están involucrándose. Las ventas rápidas, los contratos con opción y otras ofertas muy bajas, son evaluadas cada vez más tanto por los vendedores como por los bancos.

¿Quiere saber cual es el valor de su casa?

¿Cómo ha cambiado el precio de su casa en el mercado de hoy?

Si usted se pregunta que está pasando con los precios en su zona, o usted está pensando en vender su casa, yo podré ayudarlo.

Simplemente haga una llamada a nuestra oficina para obtener una evaluación profesional sin problemas. No trataré de presionarlo a que lo ponga en venta conmigo o hacerlo perder el tiempo.

Simplemente le daré los verdaderos datos sobre su casa y su valor. Y quizás también le de la primicia sobre lo que está ocurriendo en el mercado inmobiliario cerca de dónde usted vive. Llame a nuestra oficina al 210-734-5590 para concertar una cita. Y sino pase por la oficina. La dirección está en el reverso de este boletín.

Citas valiosas

He aquí unos ejemplos de lo que algunas personas famosas dijeron sobre la comedia:

“La comedia es la tragedia más el tiempo”

Carol Burnett

“La vida es una tragedia cuando se la ve en primer plano, pero una comedia cuando se la ve en un plano general”

Charlie Chaplin

“La comedia es simplemente una manera cómica de ser serio.”

Peter Ustinov

“El buen gusto es el enemigo de la comedia”

Mel Brooks

“La comedia es actuar optimismo”

Robin Williams

Y he aquí algunos ejemplos de lo que dijeron acerca del sol:

“Yo era vegetariana hasta que empecé a inclinarme hacia el sol.”

Rita Rudner

“Hay pintores que transforman el sol en un punto amarillo, pero hay otros que, con la ayuda de su arte e inteligencia, transforman un punto amarillo en el sol.”

Pablo Picasso

“No hay nada nuevo bajo el sol. Pero hay muchas cosas viejas que no conocemos.”

Ambrose Bierce

“Si tu cabeza es cera, no camines al sol.”

Benjamin Franklin

“El momento de reparar el techo es cuando el sol brilla”

John F. Kennedy

Cómo hacer que su casa sea la primer elección

¿Está pensando en vender su casa pero esta preocupado por la competencia?

Ya sea que viva en un vecindario donde todas las casas son iguales o que necesite nuevas ideas para hacer que su casa se destaque entre las demás que están en venta en la misma cuadra, utilice estos consejos sencillos para convertirla en la mejor del barrio.

Aborde los puntos problemáticos

Como con cualquier casa, la suya tiene algunos puntos problemáticos que usted probablemente ha aprendido a aceptar.

Por un lado, el tiempo puede hacer que Ud. se encariñe con una casa, pero desafortunadamente muy rara vez eso ayuda a venderla.

Solicite una estimación independiente, y

preste atención especial a las reparaciones que se requieran, también al mantenimiento diferido y a cualquier área “fea” de la casa.

Invierta en pintura, plantas y otros arreglos rápidos ideados para mejorar el atractivo de la propiedad.

Encuentre un punto focal

Asegúrese de que haya algo memorable en su casa desde el momento en que los potenciales compradores ven la puerta del frente hasta que se van.

Evite las velas, las flores recién cortadas, u otros elementos que puedan causar alergia o sensibilidad ante los productos químicos, y opte por una decoración o decoraciones neutrales pero elegantes.

Hágalos sentirse en su casa

Recuerde que debe atraer y no quitar atractivo.

Arregle el desorden y asegúrese que cada habitación está lo suficientemente abierta para que los compradores puedan imaginar sus pertenencias en la habitación en vez de ver las suyas.

Ponga el precio adecuado

Los compradores a menudo solo mirarán su casa sólo si el precio es adecuado. Para ellos es fácil comparar el precio de su casa con los precios de otros, de modo que es esencial asegurarse que el suyo es competitivo.

Ejercicio físico para las personas ocupadas

Aprenda a mantenerse en forma sin tener que comprometer demasiado su tiempo

Tráigalo a casa. El tener que viajar al gimnasio sólo aumenta la molestia. En lugar de viajar, comience una rutina de ejercicios en la privacidad de su propia casa y dedique el tiempo que hubiera usado en viajar para extender su rutina. Algunos ejemplos de ejercicios que son fáciles de implementar incluyen ejercicios de flexibilidad y estiramiento, levantar pesas y aún ‘spinning’.

Haga varias cosas a la vez: Aproveche al máximo su caminata con el perro o los buenos momentos que pasa con su cónyuge saliendo a tomar aire fresco. Corra, camine o monte en bicicleta para agregar el tan necesitado ejercicio cardíaco mientras se pone al día con las noticias.

Juegue para ganar. Un poco de competición nunca le hizo mal a nadie. ¿Porqué no hace una propuesta mutuamente provechosa y se une a un equipo o se junta con amigos o con la familia para una competición saludable? El béisbol, el básquetbol u otros deportes en equipo lo ayudan a mantenerse activo y en forma, con el beneficio adicional de ser divertido para todos.

Cumpleaños para recordar

William Strunk, quien nació el 1° de julio de 1869, es famoso por ser el autor de la guía de uso del inglés llamada “Los elementos del estilo”. Comenzó siendo una guía para sus estudiantes, pero las ediciones subsiguientes continuaron vendiendo 10 millones de copias por todo el mundo.

Ralph Hancock, quien nació el 2 de Julio de 1893, fue un diseñador de jardines muy famoso por su trabajo en

los jardines del techo del Rockefeller Center en Nueva York. Unas 3.000 toneladas de tierra y unas 500 toneladas de ladrillos fueron subidas al 11° piso para construir el jardín.

Akhtar Hameed Khan, quien nació el 15 de Julio de 1914, se le atribuye el haber sido el precursor de proyectos de microfinanzas y microcréditos que fomentan el desarrollo rural en las partes más pobres del mundo.

Pregunte al agente inmobiliario

Quiero asegurarme de que estoy eligiendo el barrio apropiado. ¿Cómo puedo decidir?

Tome en cuenta los siguientes factores:

- ¿Hay buenas escuelas? Ya sea que usted tenga niños o no, las buenas escuelas aumentan los valores de la propiedad
- ¿Está el área cerca de servicios tales como hospitales, transporte público, centro comercial, parques y sitios de recreación y culturales?
- ¿Qué tan seguro es el barrio? Consulte con la policía y lea en el periódico las estadísticas sobre delincuencia.
- ¿Hay personas fuera de sus casas, trabajando en sus jardines o paseando a sus perros? Los vecinos que interactúan unos con otros crean un ambiente más seguro y agradable.
- ¿Cuál es el rango de precio en el barrio? ¿Han subido o bajado los precios promedio de la propiedad?

El Hogar y La Familia

Roman Alfaro, Jr. y
Randy Watson
210-734-5590
www.satxproperty.com

Sudoku

			5		6			
	4		6		7			2
9			2			7		8
			5	9		4		
		8	1		6	5		
		4		2	8			
5		1			2			9
7			8		5		4	
	2			3				

Este boletín y la información contenida en el mismo es solamente para fines informativos y no debe ser interpretada como asesoramiento legal. El editor se ha esforzado para asegurar la exactitud de la información contenida en este boletín. Sin embargo, no nos haremos responsables por errores u omisiones o daños de cualquier índole, causados de cualquier manera, que puedan resultar de su uso. Obtenga asesoramiento legal competente sobre cualquier asunto legal. Este boletín no tiene por finalidad ofrecer propiedades que estén actualmente en venta.

Receta de sorbete de naranja

Ingredientes

- 1/2 taza de azúcar
- 1/2 taza de agua
- 2 cucharadas de licor de naranja
- 1 taza y media de jugo de naranja recién exprimido
- 1/2 cucharada de ralladura de cáscara de naranja

Modo de preparar

Mezcle el azúcar y el agua en una cacerola y hágalos hervir, revolviendo ocasionalmente para disolver el azúcar.

Saque la cacerola del calor y agregue el licor de naranja, el jugo de naranja y la ralladura de naranja

Deje enfriar la mezcla. Viértala en un recipiente poco profundo y colóquelo en la nevera.

Revuelva con un tenedor cada 30-45 minutos hasta que se formen cristales de hielo en todo el recipiente.

Sugerencia para servir

Coloque el sorbete en un vaso de martini helado y decórela con rebanadas de naranja recién cortada y ramitas de menta.

La Familia y El Hogar Noticias es presentada por:

Roman Alfaro, Jr. & Randy Watson

Agente de Bienes Raíces en San Antonio, Texas
Mission Realty, Inc.
7272 Wurzbach Rd., Suite 1103, San Antonio, TX 78240
210-734-5590 [o en el D.F 55 8525 6297]
info@satxproperty.com
www.satxproperty.com

¡Gracias por leer este boletín! Si usted desea decirme lo que piensa acerca de este boletín, o si Ud. piensa comprar o vender inmuebles, no dude en contactarnos!

