



ANGELA AMARAL

Re/Max In Motion

Tel: (510) 888-3336

DRE Lic. #: 01075905



Entre AMIGOS

Everything I touch turns to Sold

3160 Castro Valley Blvd., CASTRO VALLEY, CA 94546-5409

Tel: (510) 888-3336, www.angelaamaral.com



En el mercado de los bienes raíces de la actualidad, es posible anticipar cambios en el valor de las propiedades residenciales. Llámenos por teléfono y le informaremos cuál es el valor actual de su hogar y le explicaremos el más reciente pronóstico del mercado de los bienes raíces para compradores y vendedores.

Como CORREDORES DE BIENES RAÍCES, sabemos la tensión que la descompostura de un electrodoméstico o sistema del hogar puede ocasionarle al vendedor de la casa durante el periodo de listado o al comprador después del cierre de la venta. Afortunadamente, usted puede evitar dicha tensión con un Plan de Garantía para el Hogar que le proporciona cobertura tanto al vendedor como al comprador!

El Plan de Garantía para el Hogar es un contrato de servicio que protege los principales aparatos domésticos y sistemas de su hogar durante un plazo específico de cobertura. Si llegara a ocurrir una falla durante el plazo del Plan, un contratista calificado es enviado para reparar o reemplazar el artículo cubierto por una cuota nominal de servicio. Con sólo hacer una llamada usted puede recibir ayuda las 24 horas al día, los 365 días del año.

A fin de que puedan gozar de completa tranquilidad, a todos nuestros clientes les recomendamos Plan de Protección para el Hogar de Old Republic. Llámenos hoy mismo y obtenga mayor información sobre cómo puede beneficiarse una garantía para el hogar.

¿Tiene colegas o amigos que necesiten ayuda con alguna transacción de bienes raíces? Por favor, remítalos con nosotros y pondremos a sus órdenes todos nuestros conocimientos y experiencia.



Si ya está en contacto con otro Profesional de Bienes Raíces, por favor haga caso omiso a este aviso.

Salud y Seguridad

No pierda el sueño debido al cambio de horario

Cada año el segundo domingo de marzo a las 2:00 a.m., da inicio el horario de verano (Daylight Saving Time) cuando adelantamos las manecillas del reloj una hora. Sin embargo, los estudios sugieren que nuestros relojes biológicos no se ajustan fácilmente a este cambio de hora. Perder sólo una hora de sueño puede afectar los patrones biológicos del organismo, resultando en la privación del sueño. Durante la semana anterior al cambio de horario, siga estas sencillas recomendaciones para ayudar a su cuerpo a hacer la transición:



- **Gradualmente ajuste su horario para dormir** – Conserve su horario normal el martes, miércoles y jueves. El viernes, sábado y domingo acuéstese 30 minutos antes de lo normal.
- **Cancele las siestas el fin de semana.**
- **Elimine la cafeína y el alcohol** – Las bebidas que contienen cafeína y alcohol suprimen el sueño, así que no las consuma durante tres horas antes de irse a dormir.
- **Haga ejercicio 30 minutos todos los días** – El ejercicio habitual alivia la tensión, consume el exceso de energía del cuerpo y ayuda a la mente a relajarse permitiendo un sueño reparador e ininterrumpido.
- **Haga de su dormitorio un refugio y no un lugar de trabajo** – Deje de trabajar dos o tres horas antes de irse a la cama, medite y relájese por 20 minutos antes de acostarse a dormir.

Consejos Útiles

¡Conserve el espíritu del Día del Amor y la Amistad!

No permita que para su pareja el Día del Amor y la Amistad sea una expresión de amor y afecto que ocurra una sola vez. En lugar de ello, haga que esta celebración sea un recordatorio constante para dedicar diariamente más tiempo y energía a su relación. Las relaciones están evolucionando constantemente—conservar vivo su amor mediante las siguientes sugerencias:

- Haga un recuento de sus recuerdos predilectos, de sus mejores momentos felices juntos, y propicien oportunidades para recrearlos.
- Vaya más allá de las flores y los chocolates, y dé un regalo significativo. Los mejores regalos son aquellos que demuestran que conoce verdaderamente bien a su pareja y que la hace sentir especial.
- Deje una nota, escriba un mensaje amoroso, o deje un cariñoso recado en su correo de voz cuando sepa que no está cerca del teléfono.
- Nunca menosprecie el poder de un cumplido. Dedicar un momento para decirle a su pareja que luce muy bien el día de hoy puede hacer a la persona sentirse muy bien.



Copyright © 2010

Happy Valentine's Day

from
the Angela Amaral Team



Oh, by the way...

If you or someone you know is looking for the person attention that I provide and is thinking about buying or selling a home, I'd love to help them.

So, when you come across these people, just give me a call with their name and number and I'd be happy to follow up and take care of them for you!

Deleite su Paladar

Ensalada de huevo con limón-eneldo

Con sólo agregarle unos cuantos ingredientes a la receta de ensalada de huevo tradicional, esta versión es verdaderamente deliciosa.

Ingredientes:	1/2 taza pimiento rojo picado
6 huevos duros cocidos, picados	1/2 cucharadita sazónador lemon pepper
2 cebollas verdes, finamente picadas	1 cucharadita eneldo seco
1 tallo de apio, picado	3/4 taza de aderezo para ensalada de grasa reducida estilo Ranch
2 tiras de tocino frito, desmenuzado	

Instrucciones: mezcle todos los ingredientes y enfríe durante al menos una hora. Va bien con tomates rebanados y hojas de lechuga sobre un pan francés (French roll).

Consejos Para el Hogar

Los productos orgánicos que debe y no debe comprar

ORGÁNICO se refiere a frutas y verduras cultivadas sin el uso de pesticidas o sustancias químicas, convirtiéndolas en opciones alimenticias más saludables (pero más caras) que sus contrapartes cultivadas en forma convencional. Por lo tanto, ¿en qué deberá gastar el dinero extra para comprar alimentos orgánicos? Es importante comprar productos orgánicos cuando las frutas y verduras tengan una cáscara más delgada o un área más extensa en la superficie para absorber pesticidas. Usted DEBE comprar la variedad orgánica de los doce alimentos más propensos a verse afectados por los pesticidas, que son **duraznos, manzanas, pimientos dulces, apio, nectarinas, fresas, cerezas, peras, uvas, espinacas, lechuga y papaya.**

Las frutas y verduras con cáscara más gruesa son por lo general mucho más capaces de evitar que las dañinas sustancias químicas ingresen en ellas, y cuando la cáscara es más gruesa (por ejemplo, las naranjas y los limones), por lo general de cualquier manera no consumimos la cáscara. Eso quiere decir que comprar frutas y verduras orgánicas con cáscara más gruesa no brindan beneficio alguno en relación a sus contrapartes convencionales más baratas. Así que ahorre esos dólares extra y compre las siguientes frutas y verduras del pasillo convencional del supermercado: **cebollas, aguacates, piñas, mangos, fruta kiwi, plátanos, col y papaya.**



Los Bienes Raíces Hoy

¡Todavía hay tiempo de obtener efectivo!



El Crédito Fiscal para Dueños de Viviendas ha sido extendido a los hogares comprados antes del 1 de mayo de 2010, y a los hogares que están sujetos a un contrato de venta vinculante firmado a más tardar el 30 de abril de 2010, y cerrado antes del 1 de julio de 2010. Todos los hogares con precio de compra de menos de \$800,000 reúnen los requisitos siempre y cuando el hogar sea ocupado por el comprador como residencia principal.

Quién reúne los requisitos

- Los compradores de vivienda por primera vez que no hayan sido propietarios de una residencia principal durante el periodo de tres años anterior a la compra
- Los dueños de vivienda actuales que vivan en su residencia principal por cinco años consecutivos durante los últimos ocho años, y que estén comprando un hogar para que sea su vivienda principal de residencia

Límites de ingresos – Ingresos brutos ajustados de \$125,000 para contribuyentes fiscales solteros y \$225,000 para contribuyentes fiscales casados que declaren impuestos en forma mancomunada. Los créditos parciales están a la disposición de algunos contribuyentes fiscales que tengan ingresos por encima de esos límites.

Disposiciones de reembolso – El crédito fiscal es un crédito verdadero. No tiene que ser reembolsado a menos que el dueño del hogar venda o deje de utilizar la casa como su residencia principal en un plazo de tres años después de la compra.

Si desea información detallada sobre el nuevo crédito fiscal, visite www.nahb.org o www.federalhousingtaxcredit.com.

Reimpreso con la autorización de RISMEDIA, editor de la revista Real Estate Magazine, traducido por International Contact, Inc.