



HALLOWEEN SAFETY
TIPS

Whether you celebrate or not on this day, one thing is for certain: CHILDREN WILL BE OUT AT NIGHT! The safety of the children is at utmost importance. Please take a moment whether you are out on the road or out with your little ones.

1) Walk Safely

- Cross the street at corners, using traffic signals and crosswalks.
- Look left, right and left again when crossing and keep looking as you cross
- Watch for cars that are turning or backing up. Teach children to never dart out into the street or cross between parked cars
- Put electronic devices down and keep heads up and walk, don't run, across the street

2) Trick or Treat With An Adult

3) Keep Costumes Both Creative and Safe

- Have kids carry glow sticks or flashlights to help them see and be seen by drivers

4) Drive EXTRA Safe!!



GOLDEN STATE DEBT MANAGEMENT

The Holidays Are Coming!



As the Holidays approach we know there are many expenses on the way. Holiday travel, guests and gifts.

You need a plan. If possible let someone else host Thanksgiving and/or Christmas and New Years Eve. You can host one Holiday and family and friends can host the other dates.



Gifts for family and friends. Make it a habit to only give to children and for friends and family make a new tradition where you choose one person

with a limit. This will ensure that everyone receives a gift but not from everyone. This will make each gift special.



When shopping, have a gift list, this will avoid any unnecessary purchases. Shop early in the month as this is the best time to find sales.. To avoid spending and getting yourself in additional debt, try baking cakes, cookies or any other dessert for your friends and family.

Instead of just focusing on the holidays, find time to donate your time to so many charitable organizations. Organize

with friends a donating day where you will ask friends and family for things they are no longer using. Local Church and other organizations offer feeding the needy and other helpful programs. Be a part of this, it doesn't cost money and you will be quite busy helping people in need. Just remember, this is also the time of giving time and your presence to help others.



Enjoy yourself during these Holidays, just know to limit overspending and overeating during these fun times. Look on the internet or your local paper for local events that you can participate in which costs no money to you.



Watch What You Eat During These Months



It is well known that the average adult gains between 2-6 pounds during the holidays due to a lot of parties and food available all the time, at home, at work and other social events. Find an activity to do during this time

such as going to the gym, swimming, taking up a sport or even walking. You can even do window shopping without buying. There is magic in the air and its fun to be at the shopping malls and listening to Christmas music, smell-



ing the delicious food and watching people shop. (Not you).

Make these holidays fun and do not get yourself in more debt. Most people do not remember the gifts just the memories.





Tips De Seguridad Para HALLOWEEN

Si usted celebra o no en el día de hoy, una cosa es cierta: Hay niños que salen por la noche! La seguridad de los niños es de suma importancia. Por favor tome un momento si usted está fuera en la carretera o afuera con sus pequeños.

1) Camina con Seguridad

- Cruzar la calle en las esquinas, con señales de tráfico y camino de peatones.
- Mira a la izquierda, a la derecha y la izquierda de nuevo para cruzar y siga mirando mientras atraviese.
- Esté atento a los coches que están dando vuelta o marcha atrás. Enseñar a los niños que nunca hay que lanzarse a la calle o cruzar entre los coches estacionados.
- Ponga los dispositivos electrónicos hacia abajo y mantener la cabeza arriba cuando camina, no correr mientras cruzando la calle.

2) Trick or Treat Con Un Adulto

3) Mantenga los trajes a la vez creativo y seguro.

- Haga que los niños lleven palos luminosos o linternas para ayudarles a ver y ser vistos por los conductores.

4) Manéje con EXTRA Seguri-



GOLDEN STATE DEBT MANAGEMENT

¡Ya Llegan Las Fiestas!



Como ya se acercan las fiestas de fin de año, tiene que tener un plan para no endeudarse tanto. Hay muchos gastos como viajes, comidas y regalos.



Si es posible, deje que otros tengan la reunion en su casa. Usted puede tener uno de ellos, (Navidad, Año Nuevo y el día de Gracias). Esto le ahorra muchos gastos.



Regalos de navidad deben ser para los niños solamente. Si quieren hacer intercambio entre los adultos deben esco-

ger un solo nombre y poner un limite en cuanto se va gastar para la persona que usted escogio. Asi cada regalo sera especial. Cuando vaya de compras tenga una lista de cosas que comprara asi se



evita de hacer compras no esperadas. Haga sus comprar a principios del mes asi encontrara los mejores descuentos. En vez de endeudarse con compras, cocine algo especial como tamales, galletas y pasteles para su familia y amistades.



No se enfoque en compras y fiestas. Este es el tiempo de dar, asi que ofrezca su tiempo a organizaciones de beneficencia. Hay muchos lugares que necesitan donaciones de ropa y zapatos. Organize con sus amigos de buscar estos

articulos para donar a aquellos que necesitan

ayuda. Tambien puede donar su tiempo a Iglesias donde dan de comer a los necesitados. Usted puede ser parte de ayudar a personas que necesitan ayuda. No cuesta dinero y solo dona lo que usted pueda.



Cuide Lo Que Coma Durante Las Fiestas



Es bien

sabido que durante las fiestas uno sube de peso de 2-6 libras porque hay reuniones, comidas y fiestas donde hay comida. Hay muchos lugares para comer ya sea en casa, el trabajo y cuando

uno esta de visita. Busque una actividad que lo mantendra ocupado. Puede ser un gimnasio, natacion, un deporte o caminando en las tiendas (pero sin comprar). Haga esta temporada de fiesta divertido y cuide su bolsillo y



lo que come. Es tan dificil decir no a tanta comida rica. Midase y siga activo. Recuerde que la mayoría de personas recuerdan las fiestas no los regalos.

