



# UMAPINE BULLETIN

*May & June 2017*

## **Old Homestead Alpacas**

by Lauren Mason

Heading north on the Umapine Highway, turn east on Stateline Road, and just before you reach Trolley Lane you will notice 38 odd and adorable farm animals roving, romping and rollicking in a field. These furry creatures have so much shag that it covers their eyes. They are not sheep, or goats, or even llamas. They are Suri alpacas being raised at Old Homestead Alpacas by Mike and Elaine Sandiver.

Alpacas are a social animal, loving to remain in herds - or at the very least - with one other alpaca. Sandiver believes that the instincts their ancestors relied on in the wild remain with them today as they continue to keep close to one another to guard against predators, and to survey the perimeter of their territory before dusk.

Like llamas, alpacas originate in South America. Alpacas are known to have come from the Altiplano of the Andes mountains. They adapt well to hot and cold climates, and have done well through this region's winters. They are a bit smaller than llamas and have been bred for their silky, soft and durable fiber.

The Sandivers learned to raise alpacas, create dye for their wool and weave personal items the modern way: through the internet, trial and error and as Elaine says, "I bought a bunch of books."

Elaine makes her own dye for the wool using roots and leaves she grows, dries and processes. Flowers such as indigo, cosmos, madder, biden, mader, chamomile and weld make an array of colors from blue, to yellow, red and when blue and yellow are combined, green. The natural dyes are lightfast and colorfast so they resist fading over time.

Silky, luxurious, local alpaca hats, gloves and scarves may be purchased directly from the Sandivers at their homestead at 5260 Stateline Road, or online at

[www.oldhomesteadalpacas.com](http://www.oldhomesteadalpacas.com). Join the Sandivers for a free

tour of the farm on Saturday, June 17. Also watch for upcoming natural dye classes and a fiber processing class in July. In November, Elaine will teach a class on tapestry weaving.

All that the Sandivers have learned they are willing to share, from the dyeing and weaving skills, to the history of the homestead originally established in 1875 by signature of Ulysses S. Grant under the Homestead Act.

## **Heat Injuries**

by Pam Baumgartner

The risk of heat-related illnesses increases greatly when the heat index climbs to 90 degrees or more, so it's important—especially during heat waves—to pay attention to the reported heat index, and to remember to add 15° to that when you've had extended activity or time in the sun. Symptoms of heat injuries include:

- Faintness or dizziness
- Nausea or vomiting.
- Heavy sweating often accompanied by cold, clammy skin
- Rapid heart beat
- Pale or flushed face
- Muscle cramps
- Headache
- Weakness or fatigue

Heat injury symptoms can vary from mild heat cramps, to heat exhaustion, or potentially life-threatening heatstroke.

Symptoms may begin suddenly, usually after working or playing in the heat, perspiring heavily or becoming dehydrated.

If you don't treat heat exhaustion, it can become heatstroke, a life-threatening condition so if you suspect heat exhaustion, don't wait to see how things work out! Instead, immediately do the following:

- Move the person out of the heat and into a shady or air-conditioned place.

- Lay him or her down and raise they're the legs and feet slightly several inches.
- Take off any tight or heavy clothing.
- Have the person drink cool water or some other beverage. Do not use alcohol or caffeine.
- Cool the person by spraying or sponging with cool water and fanning.
- Monitor him or her carefully.

Call 911 if the person's condition deteriorates, especially if he or she experiences any of the following, which can be signs of heat stroke (sunstroke):

- Fainting
- Confusion
- Seizures
- Lack of sweating despite the heat.
- Red, hot, and dry skin.
- Rapid, shallow breathing.
- Fever of 104 F (40 C) or more

Heat stroke is a medical emergency; it can kill, cause brain damage or internal organ damage. It can be a progression from heat cramps or heat exhaustion, or happen without warning. If you suspect heat stroke, call 911 immediately and give first aid until paramedics arrive. Steps include:

- Move the person to an air-conditioned environment—or at least a cool, shady area—and remove any unnecessary clothing.
- If possible, take the person's core body temperature and try to cool it to 101° to 102°. If no thermometers are available, just take the steps below.
- Put a fan air over the person while you wet the skin with water from a sponge or garden hose.
- Apply ice packs to the person's armpits, groin, neck, and back to reduce body temperature.
- Put the person in a shower or tub of cool water.
- If the person is young and healthy and suffered heat stroke while exercising vigorously--what's known as exertional heat stroke—you can use an ice bath to help cool the body.

### **Growing Old With Dad in June**

by Pastor Roger Johnson

Dad is 94 this month. Father's Day, his birthday, and my parents' anniversary were all in the middle of June, and depending on the calendar year, sometimes two of these important family events were on the same day causing confusion about which day is his birthday, and which is their anniversary date.

The last ten years, June is also the Walla Walla Chamber Music Festival month. As a retired music teacher and piano tuner, despite his hearing impairment, my dad can still enjoy the music of these gifted musicians. Even as I write this piece, I plan to be with my father at the Kirkman House to hear another open rehearsal. Two days ago, we were at Whitman College library and were thrilled to hear music coming from two instruments both made in Italy in 1758 played by musicians whose skill matched the value of these world famous Italian instruments.

Dad still plays his violins and viola. I am often amazed how well he plays, even with his sight and hearing deficits. We have to declare loudly which measure to start on, and he wishes he had the strength to improve his tone with vibrato. He loves to hear me play Bach, and compare the various instruments that come our way. It is music to my ears to hear him affirm my playing. I have played music for him for 59 years.

Each year our country acknowledges the wisdom of the fifth commandment when it says, "Honor your Father and your Mother, so that you will live a long time in the land that the Lord your God is going to give you" (Exodus 20:12 CEV).

### **Alpacas Old Homestead**

por Lauren Mason

Tomando hacia el norte por la ruta de Umapine, gire hacia el este en Stateline Road, y justo antes de llegar a Trolley Lane notará 38 animales de granja extraños y adorables vagando, jugueteando y divirtiéndose en un campo. Estas criaturas tienen tanta lana que le cubren los ojos. No son ovejas, ni cabras, ni siquiera llamas. Se trata de alpacas Suri que se crían en *Old Homestead Alpacas* de Mike y Elaine Sandiver.

Las alpacas son animales sociales, que gustan permanecer en rebaños –o por lo menos– con otra alpaca. Los Sandiver creen que los instintos con los que sus antepasados se defendieron en la naturaleza permanecen con ellas hasta hoy en día, haciendo que sigan manteniéndose cerca unas de otras para protegerse de los depredadores y para inspeccionar el perímetro de su territorio antes del atardecer.

Al igual que las llamas, las alpacas son originarias de América del Sur. Se sabe que provienen del Altiplano de los Andes. Se adaptan bien a los climas calurosos y fríos, y han soportado bien los inviernos aquí en esta región. Son un poco más pequeñas que las llamas y han sido criadas por su lana sedosa, suave y duradera.

Los Sandiver aprendieron a criar alpacas, descubrir tinturas para su lana y tejer artículos personales de manera moderna: a través de Internet, por acierto y error y como Elaine dice, "Compré un montón de libros".

Elaine prepara su propia tintura para la lana usando raíces y hojas que hace crecer, seca y procesa ella misma. Flores tintóreas como el añil, cosmos, rubia, biden, mader, manzanilla y weld hacen una variedad de colores como azul, amarillo, rojo y cuando el azul y el amarillo se combinan, verde. Los tintes naturales son poco sensibles a la luz por lo que sus colores son estables y no varían con el tiempo.

Sombreros de alpaca sedosos y lujosos, guantes y bufandas se pueden comprar directamente de los Sandivers en su casa en el 5260 Stateline Road, o en línea en [www.oldhomesteadalpacas.com](http://www.oldhomesteadalpacas.com). Únase a los Sandivers para una visita gratuita a la granja el sábado 17 de junio. También infórmese sobre las próximas clases de tinte natural y una clase de procesamiento de fibras en julio. En noviembre, Elaine enseñará una clase sobre el tejido de tapices.

Todo lo que los Sandiver han aprendido están dispuestos a compartir, desde las técnicas de teñido y tejido, hasta la

historia de la granja establecida originalmente en 1875 en tierras adjudicadas por el presidente Ulises S. Grant.

### **Daños ocasionados por el calor** por Pam Baumgartner

El riesgo de problemas relacionados con el calor aumenta mucho cuando la temperatura ambiente sube a 90 grados o más, por lo que es importante –especialmente durante los picos de calor– prestar atención al valor que se suministra en reportes, y recordar añadir 15° más a ese valor cuando se ha mantenido una actividad prolongada o se ha estado expuesto al sol por un tiempo prolongado. Los síntomas de lesiones por calor incluyen:

- • Desmayo o mareos
- • Náuseas o vómitos.
- • Sudoración abundante a menudo acompañada de piel fría y húmeda
- • Latidos rápidos
- • Cara pálida o enrojecida
- • Calambres musculares
- • Dolor de cabeza
- • Debilidad o fatiga

Los síntomas de lesiones por el calor pueden variar desde calambres leves, hasta agotamiento y quemaduras de calor que pueden llegar a ser potencialmente mortales. Los síntomas pueden comenzar de repente, generalmente después de trabajar o jugar al calor, sudando mucho o deshidratándose. Si no se trata el agotamiento por calor, puede convertirse en insolación, una condición potencialmente mortal, así que si sospecha agotamiento por calor, ¡no espere a ver cómo van las cosas! En cambio, haga inmediatamente lo siguiente:

- • Mueva a la persona del calor hacia un lugar con sombra o con aire acondicionado.
- • Acueste a la persona y levántele ligeramente las piernas y los pies varias pulgadas.
- • Quítele cualquier ropa apretada o pesada.
- • Haga que la persona beba agua fría u otra bebida. No use alcohol ni cafeína.
- • Enfrie a la persona pulverizando o frotando agua fría con una esponja y ventilando para bajar la temperatura.
- • Vigile atentamente.

Llame al 911 si la condición de la persona se deteriora, especialmente si experimenta cualquiera de los siguientes síntomas, que pueden ser signos de insolación:

- • Desmayo
- • Confusión
- • Convulsiones
- • Falta de sudoración a pesar del calor.
- • Piel roja, caliente y seca.
- • Respiración rápida y superficial.
- • Fiebre de 104 F (40 C) o más

El golpe de calor es una emergencia médica; Puede matar, causar daños cerebrales o daños en los órganos internos.

Puede ser una progresión de calambres por calor o agotamiento por calor, o suceder sin previo aviso. Si sospecha un golpe de calor, llame al 911 inmediatamente y dé primeros

auxilios hasta que lleguen los paramédicos. Los pasos incluyen:

- • Mueva a la persona a un ambiente con aire acondicionado –o por lo menos a un área fresca y sombrea– y quite cualquier ropa innecesaria.
- • Si es posible, tome la temperatura corpórea de la persona y trate de llevarla a 101° a 102°. Si no hay termómetros disponibles, simplemente siga los pasos a continuación.
- • Coloque un ventilador dirigido a la persona mientras moja la piel con agua de una esponja o manguera de jardín.
- • Aplique bolsas de hielo en las axilas, ingle, cuello y espalda de la persona para reducir la temperatura corporal.
- • Ponga a la persona en una ducha o tina de agua fría.
- • Si la persona es joven y saludable y sufrió el golpe de calor mientras hacía ejercicio vigoroso –qué se conoce como golpe de calor por esfuerzo– se puede utilizar un baño del hielo para ayudar a refrescar el cuerpo.

### **Envejeciendo con papá en junio** por el Pastor Roger Johnson

Papá cumple 94 años este mes. El Día del Padre, su cumpleaños y el aniversario de mis padres ocurrían a mediados de junio y, dependiendo del año calendario, a veces dos de estos importantes eventos familiares coincidían en el mismo día, causando confusión sobre que día era su cumpleaños, y cual su fecha de aniversario.

Duante los últimos diez años, junio es también el mes del Walla Walla Chamber Music Festival. Como profesor de música retirado y afinador de pianos, a pesar de su discapacidad auditiva, mi papá todavía puede disfrutar de la música de esos talentosos músicos. Incluso mientras escribo esta pieza, estoy planeando estar con mi padre en la Casa Kirkman para escuchar otro ensayo abierto. Hace dos días estábamos en la biblioteca del Whitman College y nos alegramos de poder escuchar música procedente de dos instrumentos fabricados en Italia en 1758, interpretados por músicos cuya habilidad coincidía con el valor de esos famosos instrumentos italianos.

Papá todavía toca sus violines y viola. A menudo me sorprende lo bien que interpreta, incluso con sus deficiencias visuales y auditivas. Tenemos que anunciar en voz alta en qué medida comenzar, y él desearía tener la fuerza necesaria para mejorar su tono con vibrato. Le encanta escucharme tocar a Bach, y comparar los diversos instrumentos que podemos encontrar. Escucharlo acompañar mi interpretación es música a mis oídos. Personalmente he tocado para él durante 59 años.

Cada año nuestro país, al celebrar el Día del Padre, reconoce la sabiduría del quinto mandamiento cuando dice: “Honra a tu Padre ya tu Madre, para que vivas mucho tiempo en la tierra que Jehová tu Dios te va a dar” (Éxodo 20:12 traducido de la versión en Inglés contemporáneo, CEV).

