TAN ENTERPRISES

JOB AVAILABLE

For all Factory and Warehouse Position:
(Untuk segala posisi di pabrik dan warehouse)

General Labor, Machine Operator, Quality Control, Supervisor, with or without experiences.
Tenaga kerja umum, operator mesin, Quality Control, supervisor, dengan atau tanpa pengalaman

Must have proper paperwork to work in U.S
Harus memiliki dokumen kerja di AS

Please call 215-833-9686 for more information.
Silahkan telepon 215-833-9686 untuk informasi

LOWONGAN KERJA

Dibutuhkan tenaga kerja untuk posisi-posisi dibawah ini:

- Operator Mesin Insert (Berpengalaman)
- Operator Mesin Folding (Berpengalaman)

Dibutuhkan untuk Shift 1, Shift 2, dan Shift 3.
Bekerja setiap hari dengan gaji sangat memuaskan.

Hubungi: 215-253-1029

Juga tersedia training untuk menjadi Sorter and Operator Mesin Insert
syarat: usia max. 40 thn, bersedia bekerja setiap hari.

edisi ke-214 - 21 November 2009

Dunia Kita

1 US$: Rp. 9,455.00

Pemberantasan Mafia Hukum Segera Dirumuskan

Pemerintah segera merumuskan langkah-langkah pemberantasan mafia hukum sehingga dapat segera diimplementasikan. Ketua Unit Kerja untuk Pengawasan dan Pengendalian Pembangunan (UKP4) Kuntoro Mangkusubroto, usai rapat kabinet di Kantor Presiden Jakarta, Kamis, mengatakan pihaknya diberi tugas oleh Presiden untuk menyiapkan dan menjalankan rencana aksi tersebut dalam rangka 100 hari kerja pemerintah.

"Tugas akan segera dirumuskan dalam rencana aksi sehingga dalam waktu dekat sudah bisa terasa dampaknya. Ini adalah tugas yang diberikan Bapak Presiden dalam sidang kabinet tadi," katanya.

Kuntoro menambahkan tak diperlukan pembentukan lembaga baru karena salah satu tugas unit kerja yang dipimpinnya adalah seperti yang disampaikan Presiden dalam rapat kabinet tersebut.

"Saya kira tak perlu. Ini adalah bagian dari tugasnya UKP, tapi dalam pengerjaannya, tentu tak bisa bekerja sendirian, dan melakukan koordinasi dengan lembaga-lemabga lain, seperti Kejaksaan Agung, Mahkamah Agung, Departemen Hukum, Polri, BPKP dan lainnya," katanya.

Diungkapkan, Kamis (19/11) sore dan Jumat (20/11), pemetaan masalah dan aksi yang akan dilakukan terkait hal tersebut. "Jadi sore (Kamis 19/11) ini akan dibicarakan, tugas sudah diberikan, dan segera dijabarkan dalam bentuk kegiatan dan rencana aksi, sore ini, dan besok akan segera dirumuskan," tegasnya.

Sementara itu Menteri Hukum dan

Ham Patrialis Akbar, usai rapat kabinet menyatakan sejumlah departemen bersama kepala unit kerja tersebut pada Jumat (20/11) akan membahas rancangan aksi. "Pak Kuntoro yang mengkoordinir itu, kemudian Depkumham, Kepolisian, Kejaksaan, Depdagri yang terkait semua," tegasnya.

Patrialis menambahkan tak perlu dibentuk badan baru untuk mengurusi hal tersebut. "Nanti kalau rumusan sudah sempurna, bisa saja dicarikan payung hukumnya. Sebetulnya arah banyak komprehensif, ini kembali kepada program reformasi hukum, jadi artinya bagaimana ke depan pemerintah ingin betul memberikan pelayanan maksimal," katanya.

Senada dengan Kuntoro dan Patrialis, Menko Polhukam Djoko Suyanto di tempat sama mengatakan unit kerja presiden itu akan segera merumuskan program aksi pemberantasan mafia-mafia hukum.

Terkait batas akhir penyelesaian program aksi, Kuntoro mengatakan Presiden tidak memberi tenggat namun akan diselesaikan secepatnya. Sebelumnya, Presiden Susilo Bambang Yudhoyono membahas langkah pemerintah dalam program 100 hari untuk memberantas mafia kasus hukum sebagai upaya menjamin rasa keadilan masyarakat. (Ant)
Sumber: Harian Analisa

Dibutuhkan tenaga kerja
di toko dry cleaner, center city. hanya yang berpengalaman counter lady. Telp. 215 543 2905 (1)

Antar Jemput anak sekolah
Hub: 267-231-7695 (5)

*** L U C I A * -** Menerima Pijat Setiap hari, pegal linu, capai-capai, turun berok, kerokan. 267 973 8909 (124)

Nichiren Shoshu Buddhism
Sembahyang dan melawat ke kuil bersama Jojo telp. 267 265 5559 atau Rosalinda telp. 215 921 0907 (68)

Antar jemput, dlm Philla & JFK airport
telpon saja Bang John 267-505-0703 (2)

Kamar Kosong
Ada kamar kosong bagi yang tidak urus surat dan tidak merokok di Mercy dan 20th st. Hub. 215-873-3907 (3)

Sedia Produk dari Amway
Global, seperti: QUIXTAR, ARTISTRY, Multivitamin NUTRILITE, Minuman dan Protein Bars XS, Skin Care Kits, segala pembersih rumah tangga dan GIFT CARD RIBBON. Product USA yang terjangkau dan populer. Untuk memesan produk2, Hub: Erika, 215-626-8317 (17)

Pasang Iklan di
DUNIA KITA
Terjangkau & Efektif
di desain secara khusus
oleh Desainer Pengalaman,
Gratis Konsultasi untuk
meningkatkan Efektifitas
Iklan Anda.

www.dunia-kita.com
Pasang Iklan (Ads)
215-459-4057
267-231-7695

enche@dunia-kita.com
Sebelum Kamis Siang

Penitipan Pemasangan Iklan
dapat melalui toko berikut:
*Djing Kuo 1506 Morris St.

Operasi Karena Digigit Anjing

Paimin adalah seorang Tukang Kebun di rumah seorang Dokter ahli Bedah. Suatu ketika Paimin sedang bekerja di pekarangan rumah majikannya, tiba-tiba seekor Anjing jantan milik majikannya menerkam Paimin hingga pingsan.

Melihat musibah itu, sang Dokter segera membunuh Anjingnya. Lalu memeriksa keadaan Paimin yang sedang pingsan. Ternyata buah zakar Paimin telah rusak akibat gigitan Anjing itu.

Paimin segera dibawa ke rumah sakit. Begitu tiba di Rumah Sakit, Dokter Ahli Bedah, majikannya segera melakukan operasi untuk menyelamatkan jiwa Paimin. Setelah tujuh jam kemudian operasi selesai dan dinyatakan berhasil oleh Dokter Ahli Bedah itu.

Sepuluh hari kemudian, Paimin telah sembuh dan diperbolehkan pulang. Setelah beberapa jam di rumah, Paimin kembali menemui majikannya.

Paimin : "Dokter, ada kelainan."

Dokter :"Apa maksudmu ?"

Paimin :"Buah zakar saya, Dokter ganti dengan apa ?"

Dokter :"Saya ganti dengan buah zakar Anjing yang menggigitmu."

Paimin :"Pantas ! Sekarang saya kalau kencing, angkat kaki sebelah!"

Bayi Raja Copet Tertukar

Seorang raja copet yang terkenal menjemput istrinya untuk dibawa pulang setelah habis melahirkan anaknya. Mungkin karena groginya suster yang melayani bayi sang raja copet itu, hingga bayinya itu tertukar dengan bayi yang lain.

Istri : "Hai! Pak, ini bukan anak kita."

Copet : "Diam kamu, hayo cepat jalan."

Istri : "Tunggu dulu pak, ini bukan bayi kita, bayi kita ada tanda merah di tangan kirinya."

Copet : "Bodoh kamu, biar ini bukan bayi kita, tapi di tangan kirinya ada gelang emas!"

MINGGU

Ucapan Syukur

29-Nov'09 @ 9 a.m

bersama

Pdt. David Tjakra

hamba Tuhan dari kota Bandung
yang mengembalakan 15 ribu jemaat
datang dengan full team:

- Ivana Talar
- Gideon Sulaiman
- Daniel Leonard Sinaga

GBI Snyder Philadelphia
711 Snyder Ave.
Phila., PA 19148
more info:
267 304-5973

Happy Thanksgiving

Gembala : Pdt. Lukas Kusuma
Bethany Miracle Center - 1709 S. Broad St Phila
215 833 2923 Tollfree : 1 888 413 3933
www.bethany-phila.org www.philly4jc.org

BETHANY Philadelphia

Ibadah Special...

Secret Of
RECOVERY
Minggu, 22 Nov 2009
jam 8 pagi ; 10 pagi ; 6 sore

JAM - Jangkau Anak Muda

Senin, 23 Nov 2009 jam 7.30 pm *'Better Future'*

BETHANY BERBAGI BAHAGIA

Setiap SELASA JAM 12 Siang ***Acara Bagi Yang Belum Bekerja***
Pelajaran Bahasa Inggris - Pelajaran Nilai - Nilai Kehidupan
Pembagian Token / Sembako - Makan Siang Gratis

PERAYAAN **Thanksgiving 2009**

Pdt. Natanael Makarawung

Happy Thanksgiving

Bethany Miracle Center
1709 S. Broad St Philadelphia
215 833 2923

Kamis, 26 Nov 2009 jam 10 pagi
Sabtu, 28 Nov 2009 jam 3.30 sore
Minggu, 29 Nov 2009 jam 8 pagi ; 10 pagi ; 6 sore

JK: SBY bisa selesaikan Masalah

MAKASSAR - Mantan Wakil Presiden Jusuf Kalla menyatakan keyakinan kalau gejolak hukum yang terjadi saat ini dapat diselesaikan dengan baik oleh Presiden Susilo Bambang Yudhoyono (SBY).

"Saya yakin, Presiden SBY bisa menyelesaikan semua persoalan yang terjadi saat ini. Saya juga melihat kondisi negara akan lebih baik, asal saja semua benar-benar bekerja dengan baik," ujar Kalla di Bandar Udara (Bandara) Internasional Sultan Hasanuddin, Makassar, Sulsel, Kamis (19/11).

Ketika dicecar berbagai pertanyaan menyangkut kondisi negara saat ini, Kalla menolak memberikan jawaban dan hanya tersenyum sambil melambaikan tangan. "Kalian yakin saja. Kondisi negara akan lebih baik. Asal saja semua bersabar menunggu Pak SBY menyelesaian masalah yang sedang dihadapi," katanya.

Menurutnya, tidak ada agenda khusus kepulangannya ke Makassar, selain hanya untuk beristirahat dan rencananya akan merayakan Idul Adha di Makassar, Jumat (27/11). Selama berada di daerah ini, Kalla akan mengisi kegiatannya dengan silaturahmi bersama keluarga dan sahabatnya.

Ketua Mahkamah Konstitusi (MK) Mahfud MD mengatakan, sebaiknya publik menunggu komitmen Presiden SBY untuk mengumumkan sikap yang bakal diambil terkait rekomendasi Tim 8. "Kita tunggu saja," ujarnya kepada SP, kemarin.

Dia enggan berkomentar terhadap sikap SBY yang terkesan berhati-hati dan lamban. Menurutnya, Presiden masih memerlukan waktu untuk mempelajari dan mempertimbangkan rekomendasi Tim 8. Mahfud optimistis ada penyelesaian kasus dua pemimpin KPK nonaktif Bibit S Rianto dan Chandra M Hamzah yang berbuntut konflik di antara dua institusi penegak hukum itu.

- Suara Pembaruan

Attorney At Law

Stanley J Ellenberg Esq & Associates

Anda Punya Masalah Hukum?

Kami Bekerja untuk Mencari Solusi untuk Anda.

Kasus Imigrasi
- Kasus Asylum
- Witholding Removal
- BIA Appeals (1)
- Circuit Court Appeals (2)
- Greencard, Citizenship
- Credit Repair
- Ubah Visa Status F1, H1
- Imigrasi ke Kanada

Kasus kecelakaan
- Personal Injury
- Kecelakaan lalu lintas

Lain-Lain
- Business License, Pajak
- Criminal Defense
- Mortgage, Loan Modification

Stanley J. Ellenberg
(215) 790-1682
1528 Walnut St #600
Philadelphia, PA 19102
(Bahasa Inggris)

Shirley
(215) 279-0567
1528 Walnut St #600
Philadelphia, PA 19102
(Bahasa Indonesia)

Sistem operasi Google 2010

Mesin pencari internet Google telah mengungkapkan sistem operasinya yang disebut Chrome OS.

Sistem yang gratis dan terbuka ini semua ditujukan untuk netbook harga murah dan tidak memasukkan banyak fitur program tradisional.

Semua aplikasi dirancang untuk dijalankan dalam "web browser" dan semua pengguna data akan disimpan di komputer Google.

Teknisi dari perusahaan itu mengatakan komputer yang akan menjalankan sistem ini akan tersedia sebelum akhir tahun 2010.

"Kami berusaha menawarkan pilihan bagi para pengguna," ujar Sundar Pichai, wakil presiden manajemen produk selama acara Google di markasnya di California.

"Model komputer ini secara fundamental berbeda," katanya.

Acara itu berlangsung menyusul peluncuran Microsoft's Windows 7 dan sistem operasi Apple, Snow Leopard. - BBC

DEBT RESOLVERS USA

Apakah Anda Berhutang?

KITA BISA MEMBANTU ANDA KELUAR DARI HUTANG SEKARANG!

Hilangkan 40-60% dari hutang Anda dari kartu kredit dan tagihan perawatan kesehatan!

	Consolidation Loan	Credit Counseling	Tidak berbuat apa-apa (bayar minimum)	Debt Resolvers USA
Total Hutang	$20,000	$20,000	$20,000	$20,000
Total bulan pembayaran	60	60	293	30
Bunga	11.0%	Variable	14.9%	Nihil
Tambahan bunga	$6,090	$14,200	$19,159	Nihil
Bayaran bulanan	$434	$570	$600	$414
Total biaya	$26,090	$34,200	$39,159	$11,000

Debt Resolvers USA memiliki rahasia yang mana perusahaan kartu kredit tidak ingin Anda mengetahuinya!

Konsultasi Gratis hubungi:
Hally,
Senior Debt Counselor
at: **888-332-8990 ext. 142**
Cell Phone: 718-687-3359
hally@debtresolvers.com

www.debtresolvers.com
39 BROADWAY STE 530, NEW YORK, NY 10006

Jasa Layanan Fotografi

(Merekam momen terindah dalam hidup Anda)

Melayani:

1. Pernikahan (Resepsi, Gereja atau Potret)
2. Potret Keluarga, bayi dan anak
3. Acara ulang tahun
3. dan lain-lain

http://www.enchetjin.com

Hubungi: 215 459 4057

Biaya terjangkau, paket per jam atau per hari

10th & Market Street - Philadelphia

Di dalam Gallery Mall, lantai dasar, diantara Radioshack dan Foot Locker.

Telp: (215) 925-9830 - Fax: (215) 925-0792 | Jam Buka: Senin-Selasa, Kamis, Sabtu 10:00am - 7:00pm, Rabu, Jum'at 10:00am - 8:00pm Minggu: 12 pm - 5:00 pm

Pelayanan :

* Pelayanan mata berstandar tinggi dalam suasana yang hangat.
* Menyediakan pemeriksaan mata yang menyeluruh untuk segala usia
* Menyediakan berbagai macam lensa kontak, spesialisasi dalam lensa bifocal.
* Berbahasa Inggris dan Cina

Dr Wang berpengalaman dalam kesehatan mata, termasuk manajemen dan perawatan penyakit mata, fitting lensa kontak, operasi refraktif co-manajemen. Kami melayani pasien segala usia dan mengatasi masalahnya masing- masing dari sederhana ke rumit.

Di Antara Kami Tidak Ada yang Akan Mundur

JAKARTA - Kapolri Bambang Hendarso Danuri (BHD) kembali menegaskan dirinya dan para pejabat Polri lainnya tak akan mundur dari jabatannya. Hal ini menyusul desakan mundur yang semakin santer digaungkan oleh banyak pihak, termasuk juga Tim 8.

"Tidak ada yang akan mengundurkan diri di antara kami," ujar Kapolri dalam rapat kerja Komisi III DPR dengan Polri, Kejagung, KPK di Gedung DPR RI Senayan, Jakarta Selatan, Kamis (19/11).

Terkait berbagai macam isu yang menghantam Polri akhir-akhir ini, BHD menegaskan Polri akan tetap solid. Dia bahkan menyatakan tidak ada prinsip di Polri untuk mundur.

"Tidak ada yang akan mundur kecuali masa pensiun, kecuali diundurkan oleh Yang Maha Kuasa. Prinsipnya untuk mundur tidak ada, prinsipnya kesatuan Polri solid," tegas BHD.

Pada kesempatan itu, Kapolri juga ditanya salah satu anggota Komisi III DPR bahwa Polri adalah lembaga superbody. Hal ini menyusul kondisi terakhir yang merupakan dampak dari kasus kriminalisasi KPK di mana kekuatan Polri nampak seperti tak terbatas. Atas pertanyaan itu, BHD dengan tegas membantahnya.

"Kami tidak sama sekali lembaga superbody, kami menyadari kami adalah pelayan, pengayom dan penegak hukum," tegas dia.

BHD menjelaskan bahwa Polri sebagai lembaga penegak hukum di Indonesia akan senantiasa melakukan tugas sesuai prosedur yang ada.

"Kalau ada fitnah oknum kami di lapangan dan melakukan tindakan tidak percaya, pastinya akan kami tindak dengan hukum. Tidak benar bahwa kami lembaga superbody," tutur BHD.

MABES POLRI BUNGKAM

Sementara itu rencana pemanggilan dua media cetak, Kompas dan Seputar Indonesia oleh Mabes Polri terkait pemberitaan mereka tentang transkrip penyadapan di Mahkamah Kontitusi (MK). Pejabat Polri yang kebetulan sedang rapat di ruang Komisi III pun langsung diserbu wartawan. Wakabareskrim Mabes Polri Irjen Pol Dik Dik Mulyana menjadi buruan media. Ia berondong latar belakang dipanggilnya dua media tersebut.

"Kenapa polisi panggil media? Apa alasannya?" tanya wartawan usai rapat kerja antara Komisi III dengan Polri, Kejagung, dan KPK di Gedung DPR Senayan, Jakarta, Kamis (19/11) malam.

Bukannya menjawab, Dik Dik justru seperti menghindar. Ia sengaja tidak langsung keluar ruangan dan lebih memilih bertahan beberapa saat di dalam ruang rapat.

- Harian Analisa

Kalau SBY Tak Takut Salah, Buka Saja Semua

Mantan Jaksa Agung Muda Intelijen (Jamintel) Mayjen (Purn) TNI Syamsu Djalal mempertanyakan sikap Presiden Susilo Bambang Yudhoyono (SBY) yang terkesan lambat dalam menyikapi kasus bailout Bank Century yang merugikan negara sebesar Rp 6,7 triliun. Jika tidak takut bersalah, SBY sebaiknya tak ragu-ragu membuka kasus bailout Bank Century ini.

"Ya kalau orang takut pasti ada salahnya," kata Syamsu di Hotel Nikko, Jl MH Thamrin, Jakarta Pusat, Jumat (20/11/2009).

Syamsu mengharapkan SBY untuk mengambil tindakan tegas dan berani dalam menuntaskan kasus Bank Century. "Kalau nggak takut salah buka aja. Jangan hiraukan suara sumbang yang mengatakan Wakil Presiden terlibat," ujarnya.

Selain SBY, Syamsu juga mengkiritik tindakan para wakil rakyat di DPR yang tidak mendukung pengusutan kasus bailout Bank Century.

"Kita menghendaki pemimpin jujur dan tegas. DPR itu bukan wakil dari partainya tetapi wakil dari rakyat," tegasnya.

- detikcom

Wapres Kunjungi Industri Kecil di Italia

JAKARTA - Wapres Boediono dan rombongan dalam kunjungan kerjanya ke Italia menyempatkan diri mengunjungi industri kecil kerajinan keramik di Dereto, sekitar satu jam perjalanan dengan menggunakan perjalanan darat dari Roma.

Dalam kunjungan tersebut, Boediono yang didampingi istri Herawati disambut Walikota Dereto, Alfaro Verbena, di salah satu industri kecil, Kamis pagi (siang WIB).

Boediono berada di Italia 17-19 November mewakili Presiden Susilo Bambang Yudhoyono dalam KTT Ketahanan Pangan Dunia di markas besar Organisasi Pangan PBB (FAO).

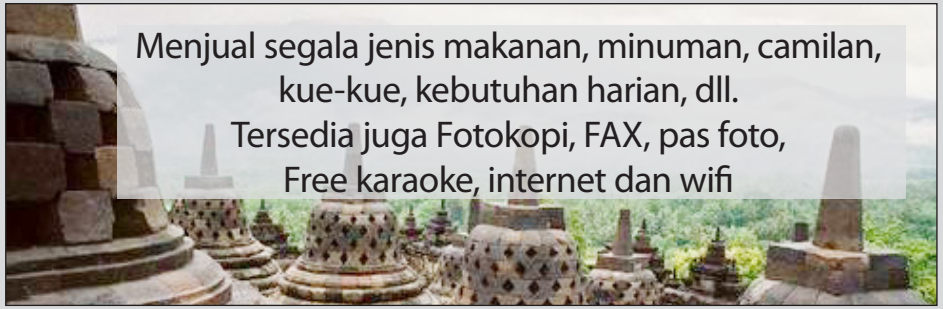
Industri keramik di kota kecil tersebut sudah ada sejak 1280. Sekitar 25 persen dari jumlah angkatan kerjanya bekerja di industri Keramik. Jumlah penduduk Dereto sendiri hanya sekitar 10.000 orang. Namun demikian, sekitar 80 persen produk keramik daerah tersebut diekspor ke manca negara sepert ke negara-negara Eropa Barat lainnya dan juga ke Amerika.

Keramik yang dihasilkan selain untuk hiasan juga untuk keperluan rumah tangga dengan harga yang lumayan mahal. Di daerah tersebut juga terdapat tiga sekolah kerakin yang terdiri dari satu sekolah pemerintah dan dua sekolah swasta. Selain itu juga terdapat satu museum keramik.

Boediono dan rombongan menyempatkan diri melihat cara pembuatan keramik di kota tersebut. Lukisan pada keramik tersebut dibuat dengan menggunakan tangan. (Ant) - Harian Analisa

BOROBUDUR MINI MARKET

INDONESIAN - ASIAN FOOD & GROCERIES



Menerima pelayanan kirim

Buka Setiap hari
pukul 8 pagi -
8 malam
telp. 215 389 0185
cell: 215 360 5158

MoneyGram
International Money Transfer

Lokasi
1849 S. 17th St.
Philadelphia,
PA 19145
Corner 17th & Mifflin

Diprotes, Anggun Bantah Di-endorse Perusahaan Rokok

JAKARTA - Konser Anggun C Sasmi yang bertajuk LA Light Concert Anggun Indonesia Roadshow 2009 yang diselenggarakan di kota Bandung (17/11), menuai protes dari Komnas Perlindungan Anak. Pasalnya Anggun yang notabene adalah duta FAO, dinilai telah mencederai predikatnya itu, karena menerima sponsor rokok untuk konsernya.

"Aku bukan di-endorse oleh perusahaan rokok," kilah biduanita pemilik nama lengkap Anggun Cipta Sasmi tersebut.

Selanjutnya, penyanyi yang juga piawai menulis lagu itu lantas mengatakan jika produsen rokok memang telah mendominasi sponsorship hampir semua event, baik musik maupun olahraga.

"Karena memang hampir semua event di

Indonesia identik dengan rokok. Event olahraga aja ada yang disponsori rokok, mereka bisa berpikir mana yang baik dan mana yang buruk," ujarnya blak-blakan.

Ditemui KapanLagi.com di Kementrian Negara Pemberdayaan Perempuan, Jl. Merdeka Barat No.15 Jakarta Pusat, Jumat (20/11), Anggun nampaknya masih berkomitmen dengan predikat duta FAO yang disandangnya. Buktinya, ia akhirnya meminta pihak perusahaan rokok untuk mengurangi promosinya di atas panggung dan setiap konsernya. (kpl/buj/bar) -Kapanlagi.com

Kursus Penulisan Memoir

"My Life in Philadelphia"

Ayo berbagi cerita. Tuangkan kisah hidup Anda dalam antologi memoir "My Life in Philadelphia." Anda akan dibimbing oleh instruktur berpengalaman dalam kursus selama 4 minggu. Hasil karya Anda akan diterbitkan dalam bentuk buku berbahasa Indonesia dan Inggris. Kursus akan berlangsung di: Tasty Asia (18th and Washington Avenue, Philadelphia, PA 19146) setiap hari Minggu pukul 11 AM sampai 1 PM. Tempat terbatas. Kursus ini bebas biaya dan kali ini hanya untuk wanita. Sertifikat tersedia bagi yang memenuhi syarat.

Untuk pendaftaran dan informasi, hubungi :
Indah Nuritasari (267-632-1833)

Sehat ala Susan Bachtiar

Sehat sepertinya sudah menjadi syarat mutlak bagi presenter cantik Susan Bachtiar (36). Ditemui usai menjadi host seminar awam tatalaksana kolesterol terkait penyakit jantung, perempuan bernama lengkap Anastasia Emmanuelle Susan Meilani Bachtiar itu mengatakan usia 30an merupakan awal masuknya beragam penyakit degeneratif. Karena itu, sejak 6 tahun terakhir Susan menerapkan pola hidup sehat.

Duta Yayasan Jantung Indonesia itu menilai tidak perlu berpantang makan supaya tetap sehat. Dia mengaku tetap mengonsumsi makanan apa saja. Presenter acara rohani ini juga tak menghindari masakan Padang yang bersantan dan pedas.

Baginya makan apa saja tidak akan menimbulkan masalah selama tidak berlebihan.

Selain itu, Susan menyebut untuk memperoleh hidup sehat setidaknya ada dua hal yang dia lakukan, olahraga dan diet.

Alumni Unika Atma Jaya Jakarta ini gemar sekali berolah raga. Agar badan tetap sehat, dia rutin berolahraga setiap hari atau paling tidak tiga kali seminggu.

"Perbanyak olahraga low impact seperti gym, atau treadmill. Namun saat weekend, saya biasa bermain squash, biar lebih seimbang"ujar Istri Sunardi Supangat itu.

Selain olahraga wanita yang mengawali karirnya dari pemilihan gadis sampul majalah Mode itu juga melakukan diet golongan darah. Dia mengkonsumsi sayuran, buah yang mengandung serat serta nasi merah. Sesekali Susan juga mengecek kadar gula darahnya.

Hal yang tak kalah penting, kata Susan, meninggalkan kebiasaan merokok.

Hasilnya, selain tubuhnya sehat, Susan juga merasa segar dan lebih semangat dalam menjalani aktifitasnya. Tak hanya menerapkan kebiasaan sehat tersebut pada dirinya, guru bahasa inggris yang mempunyai hobi travelling itu juga menularkannya kepada orang lain termasuk ibu dan suaminya.- perempuan.com

Tinggi badan anak

Tinggi badan tak hanya dipengaruhi oleh faktor genetis atau hormonal. Kebanyakan masyarakat beranggapan bahwa bila orang tuanya pendek maka anaknya tidak mungkin tumbuh tinggi. Padahal orang tua yang pendek pun masih bisa memiliki anak yang bertubuh tinggi. Semua itu tergantung nutrisi dan asupan gizi yang masuk ke dalam tubuh anak selama periode emas perkembangan tubuhnya.

Para orang tua pastinya senang bila anak-anaknya tumbuh dengan sehat. Namun sayang, tak banyak orang tua yang memahami bahwa berat badan bukan merupakan ukuran sehat atau tidaknya seorang anak. Anak yang terlalu gemuk (obesitas) justru bukan merupakan tanda bahwa dia sehat.

dr Briliantono SpOT,FICS,MD,PhD,MBA, spesialis tulang Halimun Medical Centre mengatakan berat badan bukan merupakan satu-satunya parameter untuk menentukan kondisi kesehatan anak.

Dokter yang akrab disapa dr Toni itu menyebut bahwa tinggi badanlah yang sebenarnya merupakan salah satu parameter penting bagi pertumbuhan anak. "setidaknya anak lebih tinggi 8,5 cm dari orang tuanya" jelas dr Toni.

Terlebih pada usia bayi (0-2 tahun), balita (3-5 tahun) hingga remaja (13-18 tahun). Dimana pertumbuhan tulangnya masih sangat berkembang pesat. Bukan cuma untuk tulang, tetapi juga gigi, syaraf dan fisik secara keseluruhan membutuhkan asupan gizi dan nutrisi yang cukup dan seimbang.

Untuk pertumbuhan tulang yang optimal, anak-anak usia 4-8 tahun membutuhkan konsumsi kalsium sebanyak 800mg per hari. Susu pastinya merupakan asupan kalsium yang terbaik.

dr Toni menggaris bawahi dua hal agar anak dapat tumbuh optimal dengan tinggi badan dan berat yang ideal. Pertama, berikan asupan nutrisi yang tepat dan seimbang. Kedua, berikanlah aktifitas atau kegiatan yang merangsang kinerja tulang untuk dapat menyerap kalsium lebih baik seperti bola basket dan berenang - perempuan.com

Antasari: Penyidikan Banyak Pembelokan Fakta

JAKARTA - Mantan Ketua Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK), Antasari Azhar, menyatakan penyidikan Polri terhadap dirinya dalam dugaan pembunuhan Direktur PT Putra Rajawali Banjaran (PRB), Nasruddin Zulkarnaen, banyak pembelokan fakta.

"Kenyataannya banyak pembelokan fakta (penyidikan oleh Polri)," katanya dalam persidangan dirinya di Pengadilan Negeri (PN) Jakarta Selatan, Kamis.

Antasari Azhar, mantan Ketua KPK, menjadi terdakwa dalam pembunuhan Direktur PT PRB, Nasruddin Zulkarnaen. Selain itu, Kombes Pol Wiliardi Wizar, Sigit Hermawan Lo, dan Jerry Hermawan Lo, turut menjadi pesakitan bersama lima eksekutor lainnya.

Antasari menyatakan pembelokan fakta itu terkait dengan rekonstruksi penyerahan amplop berisi foto Nasruddin yang dilakukan di Jalan Adipati Unus, Jakarta Selatan yang merupakan kediaman Sigit Haryo Wibisono. "Yang menyerahkan foto ke Wiliardi Wizar adalah Sigit Haryo," katanya.

Hal itu membantah apa yang dikatakan saksi verbalisan dari penyidik Polri, Kompol Iwan Setiawan bahwa penyerahan amplop berisi foto itu dilakukan Antasari Azhar kepada Wiliardi Wizar.

Seperti diketahui, dalam BAP disebutkan adanya pertemuan antara Sigit Haryo Wibisono, Antasari Azhar dan Wiliardi Wizar di Jalan Adipati Unus, Jaksel. Antasari menyebutkan rekonstruksi merupakan hal yang signifikan hingga dirinya tidak mau melakukan rekonstruksi penyerahan foto tersebut. "Waktu itu, keberatan saya (melakukan rekonstruksi), faktanya tidak ada penyerahan amplop itu," katanya.

Sebelumnya, tim kuasa hukum Antasari Azhar, mempertanyakan keterangan saksi verbalisan dari penyidik Polri banyak yang rancu dan bertentangan dengan berita acara pemeriksaan (BAP) yang ada.

KPK
Komisi Pemberantasan Korupsi

"Ini ada keganjilan dan semakin memperkuat adanya rekayasa," kata anggota tim kuasa hukum Antasari Azhar, Ari Yusuf Amir, dalam sidang lanjutan mantan ketua KPK, Antasari Azhar, di PN Jakarta Selatan, Kamis.

Kuasa hukum mempertanyakan mengenai foto rekonstruksi penyerahan amplop yang berisi foto Nasruddin di Jalan Adipati Unus atau di kediaman terdakwa lainnya, Sigit Haryo Wibisono, yang tidak ada di dalam BAP Sigit Haryo Wibisono. "Tidak ada fotonya (rekonstruksi penyerahan amplop) dalam BAP," katanya dalam sidang yang dipimpin hakim Herry Swantoro.

Saksi verbalisan, Kompol Arief Setiawan beralasan tidak ada foto itu karena terdakwa Antasari Azhar tidak bersedia melakukan rekonstruksi. "Karena Antasari Azhar tidak bersedia (melakukan rekonstruksi)," katanya. (Ant)

- Suara Pembaruan

Polisi panggil dua media

JAKARTA - Polisi memanggil dua pimpinan redaksi media untuk dimintai keterangan terkait pemuatan transkrip rekaman penyadapan pembicaraan Anggodo Widjojo dengan aparat penegak hukum yang diputar di Mahkamah Konstitusi.

Polisi mengatakan pemangilan ini berkaitan dengan upaya polisi untuk menjerat Anggodo Widjojo sebagai tersangka.

Namun salah satu media mengatakan, pemeriksaan itu berkaitan dengan laporan Anggodo ke kepolisian.

Sementara di tengah pemeriksaan itu, puluhan wartawan melakukan aksi demo di depan Markas Besar Kepolisian di Jakarta.

Mereka memprotes pemanggilan dua pimpinan redaksi media nasional masing-masing, Kompas dan Seputar Indonesia untuk dimintai keterangan terkait pemuatan transkrip rekaman hasil penyadapan telepon Anggodo Widjojo yang diputar di Mahkamah Konstitusi 3 November lalu.

Juru Bicara Kepolisian Indonesia Nanan Soekarna menjelaskan pemanggilan ini sebagai upaya polisi mencari keterangan yang bertujuan untuk menjerat Anggodo.

Namun menurut penjelasan Redaktur Pelaksana Nevy Hetaria pemeriksaannya ini berkaitan dengan laporan yang disampaikan oleh Anggodo Widjojo dan Indra Sahnun Lubis dari Konggres Advokat indonesia yang mewakili KAI kepada Polisi terkait pemberitaan tentang transkip rekaman yang telah diperdengarkan di Mahkamah Konstitusi.

Selain Nevy, Redaktur Pelaksana Kompas Budiman Tanuredjo juga juga memenuhi panggilan polisi hari ini.

Pengacara Anggodo Wijodjo, Bonaran Situmeang sebelumnya mengatakan pemanggilan pimpinan redaksi kedua media itu berkaitan dengan laporan kliennya soal penyadapan yang dilakukan Komisi Pemberantasan Korupsi atas tuduhan penyalahgunaan wewenang dalam proses penyadapan.

Menteri Komunikasi dan Informatika, Tifatul Sembiring menilai hal tersebut tak sepatutnya terjadi.

"Sekarang bukan zamannya lagi pemanggilan media," kata Tifatul Sembiring di kantornya, Jakarta, Jumat 20 November 2009.

Menurut dia, jika pemanggilan itu berupa sebuah undangan untuk berdiskusi, tidak masalah.

Namun, media juga berhak menolak jika keberatan dengan undangan itu. "Kalau keberatan tidak datang ya tidak apa-apa," kata dia.

Tifatul meminta segala permasalahan terkait hal itu diselesaikan sesuai dengan prosedur masing-masing. "Kalau yang berkaitan dengan hukum selesaikan secara hukum," kata dia.

Ketika ditanya apakah akan melakukan klarifikasi ke Mabes polri terkait pemanggilan itu, Tifatul menyatakan tidak perlu.

- BBC dan VivaNews

Penutupan Guantanamo meleset

BEIJING- Presiden Obama mengatakan penutupan kam tahanan di Teluk Guantanamo tidak sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan, yaitu bulan Januari 2010.

Presiden Obama mengatakan ada persoalan teknis dan politis menyebabkan kam tersebut tidak bisa ditutup tepat waktu.

Berita bahwa pemerintahan Presiden Obama tidak akan menutup kam Guantanamo sebagaimana tenggat waktu yang sudah diputuskan, masih menjadi perbincangan di kam itu.

Namun berita itu tidak akan menjadi kejutan besar bagi para komandan militer yang sudah menyaksikan sendiri kesulitan politik disekitar upaya penutupan Guantanamo.

Upaya paling sulit adalah mencari lokasi dimana para tahanan Guantanamo akan dipindahkan. Masih ada sekitar 200 tahanan di Guantanamo sekarang.

Sejauh ini belum nampak ada bukti yang menunjukkan persiapan penutupan kam sedang dilakukan.

Menurut perwira militer yang bicara pada para tahanan itu, penundaan nampaknya tidak mengejutkan mereka. Meski demikian sebagian besar tahanan merasa tidak yakin bagaimana masa depan mereka kelak.

Para pejabat yang bertanggungjawab terhadap pengelolaan kam Guantanamo mengatakan suasana di Guantanamo membaik sejak Presiden Obama mengumumkan rencana penutupan kam, serangan terhadap para sipir AS di kam itu menurun, bahkan 17% tahanan kini dibolehkan berbaur bersama sepanjang 20 jam sehari.

. - BBC

Cina tingkatkan 'spionase cyber'

BEIJING - Mata-mata Cina dengan agresif mencuri rahasia untuk membangun kekuatan dan militer Cina, demikian peringatan panel Amerika Serikat mengenai hubungan Cina-Amerika.

Anggota panel itu mendesak Kongres Amerika Serikat untuk menjamin negaranya cukup terlindung dari mata-mata Cina.

Laporan itu diterbitkan bersamaan dengan kunjungan resmi pertama Presiden Barack Obama ke Cina

Juru bicara Kedutaan Besar Cina di Washington menolak tuduhan itu sebagai sesuatu yang tanpa dasar dan tidak bertanggung jawab.

Laporan yang menyatakan spion Cina semakin intensif dan canggih dihasilkan oleh Komisi Kajian Ekonomi dan Keamanan AS-Cina.

"Cina mengubah cara melakukan spionase," kata Carolyn Bartholomew, ketua komisi itu.

Kolonel Gary McAlum, seorang perwira militer senior, mengatakan kepada komisi bahaw Departemen Pertahanan telah mendeteksi 54.640 insiden cyber yang berbahaya kepada sistemnya tahun 2008.

Angka itu merupakan peningkatan 20 % dari setahun sebelumnya.

Tahun ini, katanya, angka itu diperkirakan naik 60 %.

Tidak semua serangan itu dari Cina, namun Cina kata laporan itu, merupakan pelaku terbanyak.

Dalam dokumen 367 halaman itu dikatakan, "Bukti-bukti forensik menunjukkan bahwa pemerintah Cina terlibat dalam aktivitas seperti ini." - BBC

SBY terima rekomendasi tim 8

TANGERANG - Tim Pencari fakta dalam kasus penahanan dua pimpinan KPK non aktif atau tim Delapan merekomendasikan kepada Presiden Susilo Bambang Yudhoyono untuk memberikan sanksi kepada para pejabat penegak hukum yang bertanggungjawab dan terlibat dalam kasus penahanan pimpinan Komisi Pemberantasan Korupsi non aktif Bibit Samad Rianto dan Chandra Hamzah.

Tim Delapan dalam rekomendasinya menyebut proses hukum atas kasus Bibit-Chandra dipaksakan.

"Untuk memenuhi rasa keadilan menjatuhkan sanksi kepada pejabat-pejabat yang bertanggungjawab dalam proses hukum yang dipaksakan," kata anggota Tim Delapan Anies Baswedan saat memberikan keterangan kepada wartawan usai melaporkan hasil rekomendasi tim kepada Presiden di Kantor Presiden, Jakara, Selasa (17/11).

Tim Delapan juga memberikan rekomendasi bagi Presiden untuk melakukan reformasi pada lembaga hukum.

Anies Baswedan anggota tim delapan yang juga merupakan rektor Universitas Paramadina mengatakan, "Presiden harus melanjutkan reformasi institusional dan reposisi personal pada tubuh Kepolisian, Kejaksaan, KPK, serta Lembaga Perlindungan Saksi dan Korban, tentu dengan tetap menghargai independensi lembaga-lembaga tersebut, utamanya KPK''.

Sebelumnya, Menteri Koordinator bidang Politik, Hukum dan Keamanan Djoko Suyanto menyampaikan, rekomendasi yang diberikan TPF bersifat terbuka untuk publik.

"Rekomendasi itu akan diteliti dan akan disampaikan kepada masyarakat Senin nanti. Kapolri dan Jaksa Agung diberi waktu tiga hari untuk mempelajari rekomendasi," kata Djoko.

Namun Djoko enggan berspekulasi saat ditanya seputar kemungkinan pencopotan jabatan Hendarman Supandji sebagai Jaksa Agung dan Bambang Hendarso Danuri sebagai Kapolri.

Menurut Djoko tanggapan resmi Pemerintah akan diumumkan secara langsung oleh Presiden Senin nanti, "Tunggu hari Senin, saya belum dengar berita soal pencopotan,'' katanya.

Selain itu Tim Delapan juga merekomendasikan agar proses hukum terhadap Bibit dan Chandra dihentikan.

"Tim Delapan merekomendasikan kepolisian menerbitkan SP3 atau Surat Perintah Penghentian Penyidikan dan Kejaksaan menerbitkan SKP2, Surat Keputusan Penghentian Penuntutan''.

Anies menambahkan, ''Jika jaksa berpendapat demi kepentingan umum perkara perlu dihentikan, atau jaksa agung dapat mendeponir perkara ini''.

"Setelah mempelajari fakta-fakta lemahnya bukti-bukti materil maupun formil dari penyidik dan demi kredibilitas hukum, dan tegaknya penegak hukum yang jujur, objektif, maka proses hukum terhadap Chandra M Hamzah dan Bibit Samad Riyanto sebaiknya dihentikan," tegas Anies.

Presiden Susilo Bambang Yudhoyono saat bertemu dengan tim delapan di kantor presiden berjanji sebagai Kepala Negara dan Pemerintahan menangani kasus tersebut sesuai dengan konstitusi, undang -undang, dan peraturan yang berlaku.

SBY mengatakan akan bergerak cepat dan tepat menangani kasus hukum Chandra Hamzah dan Bibit Samad Rianto,

"Tentu saja setelah laporan ini diterima, saya ingin bergerak cepat untuk merespon ini semua. Untuk meresponnya, ada proses internal dari jajaran pemerintah untuk kita lakukan menyusul rekomendasi ini," kata Yudhoyono.- BBC

FRIENDLY GROCERY

1515 Morris St. Philadelphia, PA 19145
Tel: 215-755-5094 / 215-467-4064

MENJUAL KARTU TELEPON PARTAI DAN ECERAN
JUGA MELAYANI LUAR KOTA ATAU STATE
MENYEDIAKAN KEBUTUHAN SEHARI-HARI

Menerima Pelayanan Pengiriman Uang via

MoneyGram International

Kartu Pre-paid CellPhone
Kini Sedia pulsa isi ulang untuk Handphone

TracFone nationwide prepaid wireless · T-Mobile · boost mobile · Virgin mobile

Menyediakan kartu telepon lainnya seperti:
Vietnam Best, Vietnam 88, Philippines Direct, Pinoy Choice, Mega Philippine, Latino Star, Kumusta Philipinas, JMD lain lain

Jumlah penduduk pengaruhi iklim

Satu laporan baru dari Badan Kependudukan PBB mengungkapkan bahwa membendung peningkatan jumlah penduduk merupakan faktor yang sangat menentukan dalam upaya menangani masalah perubahan iklim.

Laporan yang disebut Keadaan Penduduk Dunia 2009 itu mengemukakan bahwa upaya keluarga berencana yang sudah diperbaiki serta usaha mengubah peran wanita dapat mempengaruhi arah perubahan iklim di masa depan.

Laporan tersebut mengungkapkan perjanjian-perjanjian Internasional mengenai iklim, besar kemungkinan akan berhasil jika masalah penduduk diperhitungkan.

Peran pertumbuhan penduduk sudah lama merupakan masalah yang memancing pertikaian pendapat ketika memperdebatkan berbagai penyebab dan pemecahan masalah perubahan iklim.

Sekarang untuk pertama kalinya, badan yang mengurusi masalah kependudukan PBB menyoroti masalah tersebut melalui laporan tahunannya dengan memusatkan perhatian pada peran yang dimainkan oleh rakyat pada umumnya dalam masalah peningkatan suhu udara, dan dalam kesulitan-kesulitan yang mereka derita sebagai akibatnya.

Jumlah penduduk Bumi sekarang mencapai hampir 7 miliar, dan diperkirakan akan terus bertambah mencapai sekitar 9 miliar menjelang pertengahan abad ini. Menurunkan laju pertumbuhan tersebut, kata laporan itu, secara berarti akan mengurangi emisi gas rumah kaca di masa depan.

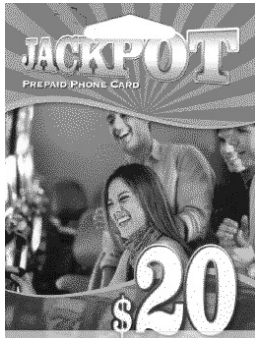
Menurut PBB, kaum wanita adalah yang paling rentan tehadap perubahan cuaca, lebih besar kemungkinan mereka tewas akibat bencana alam, dan Jumlah mereka lebih besar dalam angkatan kerja sektor pertanian di banyak negara.

Memperbaiki peran mereka dalam kaitannya dengan keluarga berencana serta pertumbuhan ekonomi akan merupakan satu senjata penting dalam upaya memerangi pemanasan global.

Direktur Eksekutif Dana Penduduk PBB Thoraya Ahmed Obaid mengatakan peran perempuan sangat penting, ''Itu adalah pemberdayaan pertama untuk menentukan jumlah anggota keluarga mereka, serta kapan dan berapa jumlah anak yang akan dimiliki''.

''Sedangkan hal lain adalah memberdayakan mereka untuk menjadi bagian dalam pembuatan keputusan dan untuk mendapatkan alternatif hidup yang akan terkena akibat perubahan iklim,'' tambah Obaid.

Masalah lain yang diprihatinkan adalah dampak perubahan iklim terhadap perpindahan penduduk. BBC



JAKARTA 10 JAM
SURABAYA 10 JAM
INDONESIA 4 JAM

HP $20 = 320 menit
HP $10 = 160 menit
HP $2 = 32 menit