



CITY OF BLOOMINGTON

DEPARTAMENTO PARA LA COMUNIDAD Y LA FAMILIA

Boletín Comunitario

AGOSTO 2013

QUIÉN DIJO

YO!

**PORQUE SER VOLUNTARIO ES DAR
MUCHO Y RECIBIR MÁS**



Verano es época ideal para ser voluntario

Es fácil encontrar oportunidades de voluntariado en la comunidad

Por Daniel Soto

Misión

La Ciudad de Bloomington Volunteer Network existe para movilizar a los voluntarios para atender asuntos de la comunidad y construir sobre las actividades de la comunidad.

Visión

La Ciudad de Bloomington Volunteer Network busca construir una comunidad fuerte, sana y comprometida mediante la conexión de los voluntarios de todas las edades la oportunidad de servir y proporcionando recursos a los voluntarios y las agencias con el fin de construir creativas y efectivos proyectos, programas y asociaciones.

Nuestro objetivo es inspirar, apoyar y celebrar el voluntariado en nuestra comunidad.



Cocina Comunitaria

Valores

Los valores de la red de voluntarios de la Ciudad de Bloomington:

La gente – y su diversidad de talentos, perspectivas y aportaciones que cada persona brinda a nuestra comunidad crea un ambiente donde se enriquecen todas las vidas.

Participación - voluntariado ofrece oportunidades para el crecimiento personal a través del intercambio de habilidades, intereses y talentos.

Comunidad - la colaboración y la cooperación entre los individuos y las organizaciones son la base para una comunidad más fuerte y más productiva.

Creemos que el poder del voluntariado va a cambiar el mundo.

Funciones básicas

La Ciudad de Bloomington Volunteer Network tiene cinco funciones principales:

1. Conecte los individuos y grupos a las oportunidades de voluntariado en Bloomington y el condado de Monroe.



Alimentos sobre Ruedas

2. Desarrollar la capacidad para el voluntariado efectivo a través de apoyo sin fines de lucro, los recursos y las oportunidades de formación profesional.
3. Promover y celebrar el voluntariado.
4. Participar en alianzas e iniciativas estratégicas para movilizar voluntarios para fortalecer nuestra comunidad.
5. Relacionar las necesidades materiales de las organizaciones sin fines de lucro locales con miembros de la comunidad y las empresas que puedan satisfacer esas necesidades. Lo hacemos a través de la Lista de deseos en Comunidad.

Índice:

Editorial	p 2
Fiesta del Otoño	p 3
La Cocina Comunitaria	p 4
Positive Link	p 5
Cielito Lindo	p 6
Receta/Inmigración	p 7

Boletín Comunitario

es una publicación en español del Departamento de Recursos Comunitarios y Familiares de la ciudad de Bloomington. Su objetivo es proveer información en español entre las familias y residentes hispano hablantes sobre servicios, programas y temas de actualidad para facilitar su participación en la comunidad. ♦ Los artículos de opinión que se incluyen en Boletín Comunitario son responsabilidad de su autor. Si usted desea ser voluntario del Boletín Comunitario, tiene alguna sugerencia o desea contribuir información puede comunicarse con nosotros en la siguiente dirección:

Daniel Soto

sotod@bloomington.in.gov
Tel. 812-349-3465 Fax : 812-349-3483
City Hall Building
401 N. Morton Street, Suite 260
Bloomington, IN 47404

Directora: Beverly Calender-Anderson

Editor: Daniel Soto

Diseño: Merridee LaMantia, Whitney Alderson

Portada: Israel Ruz

La fecha de cierre para recibir material para el mes de Octubre es el 28 de Agosto

Mes de Herencia Hispana/Latina Nacional

¡CELEBRAMOS con Fiesta del Otoño! Septiembre 15–Octubre 15

Por Prisma Lopez-Marin



El evento de “Fiesta del Otoño” se acerca el 21 de Septiembre de 10am-12pm en el sitio la Plaza en el ayuntamiento de Bloomington’s Farmer’s Market aquí en frente del edificio de la ciudad.

“Fiesta del Otoño” a sido un evento coordinado desde el 2006 por parte de Melissa Britton y Daniel Soto aquí en City Hall. Este evento es en honor del mes de Herencia Hispana/Latina Nacional (HHLN) que se celebra en los EE.UU. Este año eh tenido la dicha de organizar este evento en equipo con Lylian Martinez y Daniel Soto.

Más información sobre el mes de Herencia Hispana/Latino Nacional el 17 de Agosto 1988 fue aprobado en los EE.UU. como ley oficial de que ocurriera durante un mes dentro del 15 de Septiembre al 15 de Octubre. También, es para celebrar las contribuciones que los Latinos hemos hecho en los EE.UU.

Aunque se presenta como un mes de herencia Hispana/Latina, animamos a todos para que siempre encuentren tiempo para celebrar nuestra comunidad todo el año. Si tomamos el tiempo para aprender no solo de nuestro país, pero de nuestros vecinos Latinos tendremos



una noción más amplia en como permanecer unidos y triunfar como comunidad sólida y apoyándonos.

Así que vengan con toda la familia a celebrar el mes de Herencia Hispana/Latina Nacional en “Fiesta del Otoño” aquí en la ciudad de Bloomington, IN! Habrá familias e individuos que representarán su país o un país Latino en general ademas talentos de música y arte de nuestra comunidad de Bloomington llenaremos el día con cultura y diversión. ¡Los Esperamos!

De parte de su equipo de la ciudad del Latino Outreach Program del Departamento de Familia y Recursos.



Foto de 2012 en la Ciudad de Bloomington, IN

CELEBREMOS SEPTIEMBRE

el mes que da inicio al mes de la Hispanidad con eventos alrededor de la ciudad de Bloomington.

Promociona tu evento, tu negocio o tu agencia Patrocinando el Boletín Comunitario ya que el mes de Septiembre estará espectacular en más información que nunca, se parte de la Celebración y de la nueva reforma migratoria. Para averiguar más sobre como patrocinar en el Boletín Comunitario escríbele a sotod@bloomington.in.gov o llámanos al (812) 349-3465 y de esta manera ayuda y alcanza a toda la comunidad Latina en Bloomington y sus alrededores.

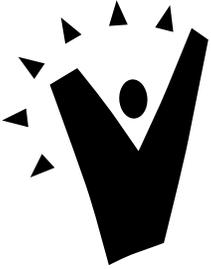


Es divertido ser Voluntario

El Trabajo Voluntario nos Llena el Corazón

Por Juliana Pardo

El trabajo voluntario es algo que nos llena el corazón de alegría porque nos permite servir a los demás y contribuir al mejoramiento de nuestra comunidad.



Hábitat for Humanity es uno de los más populares en Bloomington donde los jóvenes pueden aprender a construir casas y al mismo tiempo trabajar para la comunidad.

También se puede ser voluntario en el museo de los niños que además de que aprendes, ayudas y también es muy divertido.

Tenemos El Animal Shelter para los que aman los animales y en internet siempre se pueden encontrar lugares para ser voluntarios.

El trabajo voluntario no es solo una acción, es una inversión de tiempo donde el beneficio es la



Arriba: Alexandra Nin Velez
Be More Awards Winner 2013
Izquierda: Hábitat for Humanity



experiencia y la satisfacción que trae el dar sin esperar nada a cambio.

Aquí les dejo los siguientes links donde pueden encontrar bastante información.

- bloomingtonvolunteernetwork.org
- bloomington.in.gov/facets/viewFacet.php?facet_id=5
- simplycl.org/
- www.facebook.com/VolunteerNetwork

La Cocina Comunitaria

Por Daniel Soto

La Cocina Comunitaria o CK (Como sus siglas en Ingles) ha pasado de ser una pequeña organización que sirve comidas tres veces a la semana a servir comidas seis días a la semana a tiempo parcial.

Ofreciendo otros servicios a sus clientes. Un trabajador social a tiempo parcial esta disponibles para su consulta al igual que representantes de varias agencias de servicios sociales que visitan periódicamente CK para prestar servicios.

CK responde a las necesidades de sus clientes. Algunas personas necesitan ayuda por años, mientras que otros lo necesitan sólo en situaciones de emergencia o en ciertos momentos del mes. Cualquiera que sea la necesidad, los clientes de CK encuentran un lugar donde no sólo se alimentan, pero hay conversaciones con otros clientes, voluntarios y miembros del personal. El apoyo social es a menudo tan importante, o tal vez más importante, que las comidas, CK también proporciona comidas para entregarles a los ancianos

La comunidad Latina, nos organizaremos por primera vez el Lunes 29 de Agosto entre las 3:30 y las 6:30 si deseas ofrecer tus servicios de voluntariado, hazlo llamando a Daniel Soto al (812) 349-3465 antes del 10 de Agosto.

2013
Gran Torneo
Karst Farm Park 6x6

FECHAS DEL TORNEO:
Domingo 29 de Septiembre
Domingo 06 de Octubre

SEMIFINALES:
Domingo 13 de Octubre

INSCRIPCIONES EN:
El Centro Comunal Latino
Monroe County Public Library
303 E. Kirkwood Street
Cuarto 200, en el segundo piso
Bloomington, IN 47401
Ph. 812.355.7513

DIRECCION AL PARQUE KARST FARM
5200 W Airport Rd
Bloomington, IN 47403
(812) 825-9753

El Centro Comunal Latino los invita a la Copa Bloomington 2013, del 29 de Septiembre al 13 de Octubre. De las 6pm a las 9pm en el parque Karst Farm!

El plazo para inscribir a tu equipo es el día 13 de Septiembre de 2013. El valor de la inscripción es de \$200 dólares por equipo y se podrán inscribir hasta un máximo de 10 jugadores por equipo.

El futbol es nuestra PASION!!!

¡Inscribe a tu equipo!

El Centro Comunal Latino
TE INVITA

Diseño por Israel Ruz



Indiana University Health Bienestar

Un Programa de Positive Link

Agosto es el mes Nacional de Concientización sobre la Vacunación

iHola Amigos! Las vacunas (inyecciones) ayudan a prevenir enfermedades peligrosas ya veces mortales. Este mes de Concientización sobre la Vacunación es el momento perfecto para promover las vacunas y recordar familiares, amigos y compañeros de trabajo para ponerse al día en sus vacunas.

¿Cómo puede el Mes Nacional de Concientización sobre la Vacunación hacer una diferencia?

Todos podemos utilizar este mes para crear conciencia acerca de las vacunas y compartir lo que sabemos con nuestra comunidad.

Estas son sólo algunas ideas:

- Hable con sus amigos y familiares acerca de cómo las vacunas no son sólo para niños.
- Personas de todas las edades pueden recibir las vacunas para protegerlos de enfermedades graves.
- Animar a la gente en su comunidad para obtener la vacuna contra la gripe cada año.

Su hijo necesita todas las siguientes vacunas para mantenerse saludable:

- La hepatitis A y la hepatitis B vacunas para ayudar a proteger contra las enfermedades graves del hígado.
- Vacuna contra el rotavirus para ayudar a proteger contra la causa más común de diarrea y vómitos en bebés y niños pequeños (y la causa más frecuente de hospitalización en niños pequeños debido a vómitos y diarrea).
- Vacuna DTaP para ayudar a proteger contra la difteria, el tétanos (trismo) y la tos ferina (tos convulsiva).
- Vacuna contra Hib para ayudar



a proteger contra el Haemophilus influenzae tipo b (a causa de la meningitis espinal).

- La vacuna neumocócica para ayudar a proteger contra la meningitis bacteriana y las infecciones de la sangre.
- Vacuna contra la polio para ayudar a proteger contra una enfermedad viral paralizante que puede causar parálisis.
- Vacuna contra la gripe para ayudar a protegerse contra la gripe. Esta vacuna se recomienda para todas las personas a partir de las 6 meses o más.
- Vacuna MMR para ayudar a proteger contra el sarampión, las paperas y la rubéola (sarampión alemán).
- Vacuna contra la varicela para ayudar a proteger contra la varicela y sus complicaciones, como muchos carnívoros estreptococo, esta filococo shock tóxico, y la encefalitis (inflamación del cerebro).
- La vacuna meningocócica para ayudar a proteger contra las enfermedades bacterianas graves que afectan a la sangre, el cerebro y la médula espinal.

- Vacuna contra el VPH (virus del papiloma humano) para prevenir las infecciones virales en los adolescentes y adultos que causan los cánceres de la boca y la garganta, el cuello uterino, y los genitales.

Los adultos necesitan vacunas, también

Las inmunizaciones específicas que necesita como adulto están determinadas por factores tales como su edad, estilo de vida, las condiciones de salud, lugares de viaje, y las inmunizaciones previas. A lo largo de su vida adulta, necesita vacunas para obtener y mantener la protección contra:

- La influenza estacional (gripe) (todos los adultos)
- El tétanos, la difteria y la tos ferina (tos convulsiva) (para todos los adultos que no han recibido previamente la vacuna Tdap)
- Culebrilla (para adultos de 60 años y mayores)
- La enfermedad neumocócica (para adultos de 65 años o mayores y adultos con problemas de salud específicos)
- La infección por hepatitis B (para los adultos que tienen diabetes o están en riesgo de contraer la hepatitis B)

Bienestar ofrece pruebas de VIH y Hepatitis gratuitos, confidenciales, y anónimos cada martes de 2 a 4 pm en la oficina de Positive Link, 333 E. Miller Drive y también en El Centro Comunal Latino todos los Jueves de 2:30pm a 3:30pm. Para más información en español sobre pruebas y servicios de clientes, llame al 812.353.3249.



El voluntariado es una de las expresiones más básicas del comportamiento humano y surge de antiguas tradiciones profundamente arraigadas, basadas en el compartir y los intercambios mutuos. En el corazón del voluntariado se encuentran las relaciones humanas y el potencial de estas para mejorar el bienestar de las personas y las comunidades. La cohesión social y la confianza, por ejemplo, florecen allí donde prospera el voluntariado.

El voluntariado no es solo la piedra angular de las organizaciones de la sociedad civil y de los movimientos políticos y sociales; también es fundamental en numerosos programas de salud, educación, vivienda y medio ambiente así como en otras iniciativas de la sociedad civil y de los sectores público y privado. Es una parte consustancial a toda sociedad.

En muchos países, el voluntariado está profundamente enraizado en las creencias y prácticas comunitarias tradicionales. En Noruega, por ejemplo, el término Dugnad describe el trabajo voluntario colectivo: un programa tradicional de cooperación dentro de un grupo social como la familia, el barrio, la comunidad, la zona geográfica, el sector profesional o la nación.

Cabe citar, a modo de ejemplo, la limpieza de exteriores en zonas urbanas durante la primavera. El Dugnad consiste en aportar tiempo o dinero, pero también en crear un sentimiento de comunidad y en establecer relaciones entre los vecinos y miembros de la comunidad.

En el mundo árabe, el voluntariado se ha asociado al hecho de ayudar a otras personas en celebraciones o en tiempos de dificultad y se considera un deber

religioso además de una obra de caridad. En árabe, "voluntariado" se dice tatawa'a (تطوع), que significa "donar algo". También quiere decir comprometerse con una actividad caritativa que no constituye una obligación impuesta por la religión. El término

tiene su origen en la palabra altaw'a (الطوع), que significa cumplimiento, delicadeza y flexibilidad.

Ubuntu no significa que las personas no deban enriquecerse. Por tanto, la cuestión es la siguiente: ¿lo vais a hacer para que la comunidad que os rodea pueda mejorar?"



Nelson Mandela saluda a los voluntarios en South Africa

El voluntariado no es una reliquia nostálgica del pasado. Es nuestra primera línea de defensa contra la atomización social en un mundo en vías de globalización. Hoy, puede que mucho más que nunca, el hecho de compartir y preocuparse por los demás es una necesidad, no un acto de caridad.

Este concepto está adoptando formas nuevas como consecuencia de la modernización y del desarrollo de las instituciones gubernamentales y no gubernamentales. En el sur de África, el concepto de Ubuntu define a la persona en relación con los demás. Como dijo Nelson Mandela: "Una persona que viaje por un país se detendrá en un pueblo y no tendrá que pedir comida ni agua. Cuando pare, la gente le proporcionará comida y cuidará de ella. Esta es una de las facetas de Ubuntu, pero hay otras.

El voluntariado es una expresión de la participación del individuo en la comunidad a la que pertenece. La participación, la confianza, la solidaridad y la reciprocidad son valores basados en la comprensión compartida y en un sentimiento de deber común, que se refuerzan mutuamente y ocupan un lugar central en las esferas de la gobernanza y la buena ciudadanía.



La Receta

Por *Déborah Azevedo*

Ensalada de garbanzos y feta

Tiempo de preparación: **20 min.**

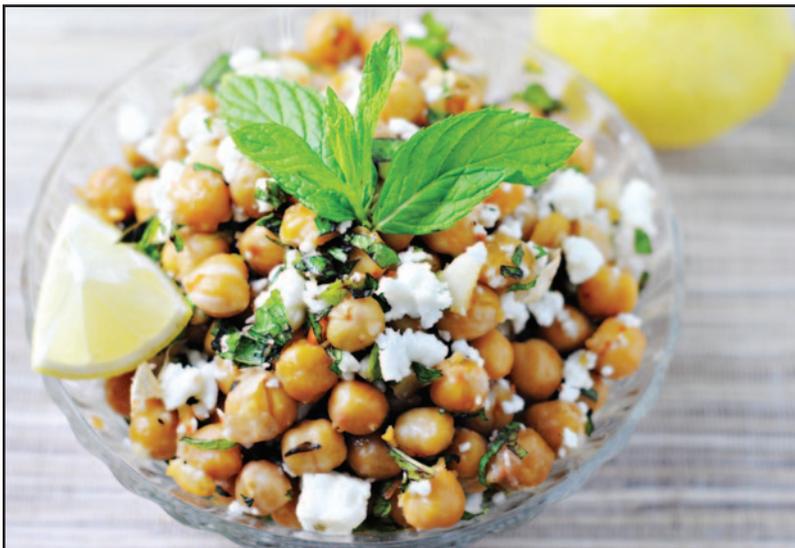
Porciones **6**

Ingredientes:

- 1/3 de taza de cebolla morada picada fina
- 1 cda. de ralladura de limón
- 1/2 taza de jugo de limón
- Sal al gusto
- 2 latas de garbanzos en agua (600 gramos escurridos en total)
- Salsa de chile picante al gusto
- 1/4 de taza de aceite de oliva
- 1/2 taza de culantro picado fino
- 6 onzas de queso feta en pedazos pequeños

Preparación:

1. En un tazón, marine la cebolla picada en el limón durante 15 minutos. Agregue la ralladura de limón. Añada la sal, los garbanzos, el chile picante, el aceite de oliva y el culantro. Mezcle bien, con cuidado de no romper los garbanzos.
2. Espolvoree por encima el queso feta, e incorpórelo en forma envolvente. Sírvalo en una cama de lechuga o solo. Se puede hacer un día antes sin el queso, lo agrega antes de servir.
3. Si quiere hacer esta receta más alta en proteína, agregue una taza de quinoa cocinada, y dos onzas más de queso.



Inmigración

¿Quiénes nos apoyan?

Por Daniel Soto



Fotografías por Eduardo Isidro

El pasado 10 de Julio en conferencia de prensa el Condado, la ciudad y la oficina del Alcalde nos dieron todo su apoyo a una Reforma Migratoria humanitaria. En especial que no separe las familias por medio de deportaciones.

“Aparte de los nativos americanos, todos los demás hemos sido inmigrantes en algún momento”, dijo Kiesling. “Este país ha prosperado a causa de ello y me alegro de que estoy aquí y me alegro de que soy parte de ella.”

El Alcalde Mark Kruzan citó un estudio del Center for American Progress que estima la institución que de ocurrir una masa de deportación podría equivaler a una pérdida de \$2,6 billones de dólares entre el producto interno bruto del país en 10 años.

El Presidente del Consejo Municipal Darryl Neher, como el Alcalde Mark Kruzan, lo calificó como una cuestión de compasión.

“La reforma migratoria integral, nosotros podemos hablar de todos sus componentes, pero este es el punto la dignidad”, dijo Neher, “la dignidad de la creación de una cultura del trabajo y el honor de las personas para mantener a sus familias y hacer más fuerte a la comunidad.”

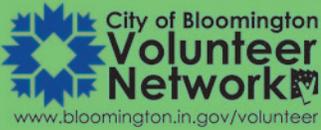
Los Republicanos en la Cámara de Representantes se reunieron para decidir cuál va a ser la estrategia sobre la reforma migratoria en la Cámara y cuando salieron de esa reunión anunciaron que no van a estar discutiendo la propuesta de reforma que fue aprobada por el Senado, sino que van a tener sus propias propuestas y no una grande que trate con todos los problemas de Inmigración, es decir, una serie de propuestas más pequeñas y mas específicas de los diferentes aspectos de Inmigración en el país, solo nos queda esperar a ver en que termina el proceso en la Cámara de Representantes.



Darryl Neher



¡Entre todos, sí podemos!



Encuentranos en el internet o llamanos 812.349.3464.

El Voluntariado Nos Une



CITY OF BLOOMINGTON
Departamento para La Comunidad y La Familia
PO BOX 100
401 N. MORTON STREET, SUITE 260
BLOOMINGTON, IN 47404