Ciudad de Bloomington | Noviembre, 2010 | Boletin No. 84 | Alcalde Mark Kruzan

Ciudad de Bloomington
Departamento para la Comunidad y la Familia

Boletín Comunitario

El Edredón Memorial sobre el SIDA

será exhibido en Bloomington

Secciones del edredón conmemorativo del SIDA serán exhibidas en el Indiana Memorial Union en Bloomington, 11 – 15 de noviembre, 2010. Con 65 piezas, la exhibición será la más grande en la historia de Indiana. El edredón es un tapiz de 54 toneladas y hecho a mano, que conmemora más de 91,000 personas que murieron del SIDA. Presentado por el Grupo Comunal de Acción para el SIDA (CAAG, por sus siglas en inglés), el edredón conmemorativo nos ayuda a celebrar el vigésimo segundo aniversario del Día Mundial del SIDA. Además, el CAAG presentará otros eventos previamente a la exhibición, incluyendo el documental "Common Threads", que subraya la historia e importancia del edredón.

El edredón conmemorativo comenzó con una sola pieza creada en San Francisco en 1987. Hoy en día, la colcha está compuesta por más de 47,000 paneles individuales, cada uno rememora la vida de alguien que ha muerto debido a enfermedades relacionadas con el SIDA. Estos paneles vienen de todos los estados de la nación y todos los rincones del mundo, y han sido cosidos por miles de amigos, amantes y familiares en esta conmemoración épica, la obra de arte comunal más grande en curso en el mundo.

Secciones del edredón están continuamente exhibidas en todo el país: en las escuelas, lugares de oración, centros comunitarios, negocios, corporaciones y una variedad de otros sitios institucionales, con la esperanza de mostrar la realidad del VIH y el SIDA, que es humana e inmediata. Hasta ahora, el edredón ha inspirado más de 18 millones de visitantes en miles de exposiciones en todo el mundo.

El programa para la exhibición es:
Jueves, 11 de noviembre: 6pm– 9pm,
con ceremonia inaugural a las 6 pm.
Viernes y sábado, 12 y 13 de nov: 10 am – 9 pm.
Domingo, 14 de nov: 11 am – 7 pm.
Lunes, 15 de Noviembre: 10 am – 4 pm, con ceremonia de cierre a las 4 pm.

La exposición y otros eventos son gratis y abiertos a todo público. Para más información, visite www.thecaag.org.

IACCRR

LA Asociación de Indiana para Recursos y Referidos en Cuidado Infantil

Construyendo redes para apoyar a las familias, los proveedores y las comunidades

INDIANA ASSOCIATION FOR CHILD CARE RESOURCE & REFERRAL

La Asociación de Indiana para Recursos y Referidos en Cuidado Infantil

La Asociación de Indiana para Recursos y Referidos en Cuidado Infantil (IACCRR) entiende que el cuidado de los niños es una decisión importante para las familias. A través de 11 agencias locales de cuidado infantil en todos los condados de Indiana, ofrecemos los siguientes servicios:

- Listados sin costo de referidos para cuidado infantil (guarderías), basadas en las necesidades de la familias, servicios especializados y verificación de vacantes para niños con necesidades especiales, infantes y niños que empiezan a caminar.
- Información sobre tipos de cuidado infantil en Indiana, incluyendo cuidado de niños en casas con licencia, centros de cuidado infantil con licencia, cuidado infantil en ministerios registrados no licenciados, opciones de pre-escolar, cuidados antes y después de a escuela.
- Información sobre como escoger cuidado infantil de alta calidad incluyendo salud y seguridad para los niños, proporción de niños y adultos, tamaño de los grupos de niños, educación de los cuidadores, cambios del personal, integración de los padres con el cuidado infantil (guardería), acreditación del sitio y programas clasificados en el sistema Caminos a la CALIDAD™
- Desarrollo profesional que incluye entrenamiento y Asistencia Técnica en la cual los proveedores de cuidado infantil mejoran la calidad de los cuidados.
- Entrenamientos para reducir el riesgo del síndrome de muerte súbita del bebé (SIDS)

Contacte IACCRR para obtener más información **gratuita** y asistencia **confidencial** en Español.

Línea gratuita en **Español 1-866-865-7056**

www.iaccrr.org

Mexicano: infórmese y conozca sus derechos

Por Ruth Molina

El Consulado de México en Indianápolis ofreció el pasado 28 de octubre una sesión informativa para recordar a los inmigrantes mexicanos sus derechos y responsabilidades en Estados Unidos. Durante la charla, Eréndira Quintero, de Coordinación del Departamento de Protección del Consulado, enumeró algunas de las situaciones que se pueden presentar en la vida del inmigrante y qué aconseja el Consulado que se haga en cada situación.

Por ejemplo, explicó que es muy importante que la persona tenga apuntados los números a los que hay que llamar en caso de emergencia, como el teléfono del Consulado de su país o los teléfonos de familiares o contactos importantes en los Estados Unidos o en su país. Asimismo, es de gran importancia detallar qué personas pueden recoger a su hijo o hijos de la escuela o guardería y quiénes no pueden hacerlo. Sobre este punto, Eréndira Quintero explicó que hay casos de parejas divorciadas en las que uno de los cónyuges tiene prohibido por un juez acercarse al niño. "En casos así, usted puede decirlo en la escuela o la guardería para que no dejen que esa persona se acerque a su hijo", añadió.

Durante la reunión, Quintero mencionó las dificultades que desde hace un tiempo están teniendo algunos padres para dar su apellido a sus hijos si no están casados con sus parejas y no tienen número de seguro social. Este es precisamente un tema que se tratará con más detalle en el próximo número de este boletín, a la espera de tener más noticias sobre el asunto.

La encargada de Coordinación del Departamento de Protección del Consulado dedicó unos minutos a explicar que el Consulado puede mediar también en casos en los que el Departamento de Estado aparta a un niño de sus padres, como puede ocurrir si éstos reprimen a su hijo pegándole. Finalmente, advirtió del peligro de manejar ebrio o sin licencia, y animó a las personas a no manejar en estos casos, y pedir a algún familiar o amigo que maneje en su lugar.

Al final de la reunión, el abogado John Broyles explicó la importancia de contactar con un abogado especializado en inmigración para conocer bien los beneficios que se pueden obtener en determinados casos. Por ejemplo, cuando el inmigrante es detenido, o se casa, o es víctima de un crimen, o tiene documentación que no entiende bien, o si no tiene planificado cómo arreglar su situación en este país, "es momento de hablar con un abogado", dijo.

ULTIMATE GARAGE Automotive Center

$25 Cambio de aceite

AHORA CON NUESTRO NUEVO HORARIO

Lunes a viernes
8:00 am a 8:00 pm
SABADO
8:00 am a 5:30 pm

Diagnosticos por computadora
Suspencion
Afinaciones
Reparacion y venta de llantas
Calefaccion y aire acondicionado
Sistema electrico

Visitanos a nuestra pagina web:
WWW.UltimateGarageLLP.com

Gratis acceso de internet
Estamos ubicados en:
2521 West 3rd st.
Bloomington in 47404

Tel: 812-333-3130
Servicio de grua 24hrs
Tel: 812-360-1219

ULTIMATE GARAGE Automotive Center

Cupon
10% de descuento
en cualquier reparacion*

*Este descuento solo se aplica en precios regulares y no es valido con otras ofertas

Mujeres Unidas

Presentamos grupos de apoyo, en su casa, con sus compañeras, hablando de tópicos que Ud. escoge: apoyo, educación, comunicación, salud,...para más información, llama a Ashley, 353-3249, o Kelly, 353-3277.

Bloomington Hospital Positive Link

El Centro Comunal Latino

Vivencias

Lección de humildad

El terremoto había desolado la ciudad. Por dondequiera se veían casas destruidas, ruinas de lo que antes habían sido edificios de apartamentos y negocios. Habíamos ido en misión de compartir y llevar esperanza a los damnificados de Guatemala mientras visitábamos algunas congregaciones cristianas que se seguían reuniendo al aire libre o en casas parcialmente destruidas.

La casa donde me quedaba con dos más que estaban conmigo le pertenecía a un pastor local. De la casa casi no quedaba nada. El cuarto donde me tocó dormir tenía dos paredes y medio techo. El resto estaba bañado por la intemperie. El agua de la ducha solo fluía por una hora temprano en la mañana, tan fría como si saliera de una nevera. Pero el amor estaba por todos lados. La esposa del pastor nos cocinaba en un fogón de tres piedras y nunca habíamos comido algo que nos supiera tan bien. El baño mañanero era algo terrible. El agua fría cortaba hasta el tuétano y solo se oía el grito de uno cuando el primer chorro nos caía encima. Todavía me río cuando recuerdo haber escuchado a uno de mis compañeros gritando mientras se bañaba. Supusimos que era debido al impacto del agua fría pero decidimos investigar. Para sorpresa nuestra él tenía la pluma abierta mientras estaba fuera de la bañera gritando para que pensáramos que se estaba duchando. Nos reímos hasta más no poder. ¡Aún recuerdo la cara que puso cuando lo sorprendimos!

Casi no podíamos dormir. Aunque cansados de caminar durante el día, era difícil conciliar el sueño en medio de tanto dolor y sufrimiento. Por dondequiera había gente en las calles. Ellos tampoco podían dormir por las noches. Dormir a la intemperie por el temor de nuevos temblores, bajo el frío que hacía no era cosa fácil. Habiendo vivido siempre bajo el calor de Puerto Rico, nosotros tampoco dormíamos bien. Sin embargo, Dios nos tenía preparado un manjar espiritual para deleitarnos en las noches.

Cada madrugada sin fallar escuchábamos como ángeles cantar a la distancia. Eran coros de voces formados por gente que tampoco podía dormir. Gente que lo había perdido todo pero que conservaban el anhelo de adorar a un Dios que no los había abandonado en la peor de las desgracias. “Tú has venido a la orilla, no has buscado ni a sabios ni a ricos, tan solo quieres que yo te sirva…” Fue la primera vez que escuché ese cántico y desde entonces se ha quedado grabado permanentemente en mi memoria.

Una noche fui a ministrar a una congregación de gente que lo había perdido todo excepto su fe. Al salir, se acercó a mi un ancianito. Me dio la mano y puso en la mía una moneda equivalente a 25 centavos o algo así. Intenté devolvérsela diciéndole que realmente yo no lo necesitaba. Pero él me indicó que “Dios le había dicho que me la diera.” Se lo agradecí y me dispuse a salir cuando me di cuenta que el ancianito quería hablarme otra vez. Esta vez estaba llorando. Entre lágrimas me dijo que por favor lo perdonara pues “Dios le había dicho que me diera las dos monedas que él tenía en el bolsillo y él solo me había dado una.” Entonces lloramos los dos. Dios me estaba dando una lección de humildad que jamás olvidaría. Yo fui a repartir. Pero la verdadera lección era aprender a recibir. Mi orgullo rodó por el piso. Dios me llevó a Guatemala para enseñarme a ser humilde. Jamás lo he olvidado.

girl scouts
of central indiana

Creando niñas con valores, la confianza en sí mismas y liderazgo para hacer del mundo un mejor lugar.

Para más información en español contacte...
Lorena Wever
Teléfono: (317) 924-6836
Correo electrónico: lwever@girlscoutsindiana.org

Cielito Lindo

Crónica del 2 de Noviembre, Día de muertos.

Sandy López

Todo empezaba el 1 de nov., con unas pequeñas veladoras blancas, las cuales eran para las almas de los niños y niñas que habían muerto siendo libres de pecados decía mi bisabuela. En el transcurso del día , sus hijas, sus nietas y demás comprábamos flores de cempaxuchil , velas, pan de muerto, incienso, papel picado, calaveritas de azúcar con nombres, fruta, bebida, se preparaba comida, se quitaba el comedor, para darle paso al enorme altar, en honor a todos los difuntos de mis bisabuelos. Al otro día, muy temprano, mi bisabuela y sus hijas mayores, rezaban y empezaban a colocar la ofrenda, como ellas eran las cabezas de familia tenían que poner toda su experiencia en eso, pasado un rato, la ofrenda estaba lista, el comedor tenía una gran mesa con tres desniveles, en los cuales había las fotos de los difuntos, cada retrato con su respectiva veladora, comida de todo tipo, arroz con mole, pozole, aporreadillo (platillo típico de guerrero) tortillas , cualquier platillo que fuera favorito de los difuntos, fruta de todo tipo, naranja, caña de azúcar, guayaba, agua para la sed , y si eran más picaros cuando tenían vida, una botella de tequila o mezcal, y si gustaban por la música, hasta una guitarra ponían, en el suelo, una cruz hecha con pétalos de cempaxuchil y un camino que iba de la puerta a la ofrenda. Cuando la ofrenda estaba lista, mi bisabuela ya no la dejaba, ella decía que sus muertos iban a visitarnos y a estar con nosotros solo ese día , por lo cual nunca debía de estar sola la ofrenda, así que entre todas la hijas mayores hacían sus "guardias ", para no descuidar y dejar solos a nuestras visitas. La Bisabuela era muy estricta, si algún chamaco trataba de comer algo de la ofrenda, rotundamente nos decía que No, que esa comida solo se podía comer hasta la noche, hasta que se fueran los difuntos. El ambiente que se vivía ese día, era muy especial, ya que, adentro de la casa, estaba la ofrenda, los olores de la comida, mezclado con el incienso y el calor de las veladoras, las fotos de los difuntos que nos veían y que estaban ahí en espíritu acompañándonos, pero afuera en la cuadra, todos los chamacos pedíamos nuestra "calaverita" la cual consistía en hacer una calabaza con lo que fuera ,y la gente nos daba una moneda, mi calabaza siempre era una caja de zapatos con unos ojos y una boca recortada y adentro una vela para que se viera más tenebrosa jeje y a pedir calaverita a quien fuera pasando, al paso de la tarde todos regresábamos a nuestras casas, felices de haber pedido calaverita y con nuestras ganancia.

Al llegar a casa ya de noche, toda la familia estaba reunida, la viva y la del más allá, el ambiente que sentía era muy diferente a otros días, se podía sentir la presencia de "alguien" a quien no conociste pero que sabias que era parte de ti, después de un rato y de rezar, la bisabuela decía que ya podíamos comer lo que quisiéramos, que nuestros difuntos ya se habían retirado, entonces todos agarrábamos lo que se nos había antojado desde la mañana, yo siempre agarraba el arroz con leche y un pan de muerto , pero la comida sabia diferente, yo le pregunte a la bisabuela la razón, así que ella me dijo con toda su experiencia en sus ojos que la comida de la ofrenda, sabia insípida, sin sabor, porque los difuntos le quitaron su sabor, ya que solo esa noche ellos pueden regresar a sus casas, comer lo que les gustaban y estar con sus seres queridos…solo una vez al año, solo el día de muertos…

91.3 FM WFHB ¡HOLA! BLOOMINGTON VIERNES 6-7 PM
• En Español •

Hola Bloomington el único programa en Español en nuestra área

No te lo pierdas todos
Viernes 6 p.m.

91·3FM FIREHOUSE BROADCASTING 98·1FM

ruz • graphic • design
DISEÑO GRAFICO PROFESIONAL
•Invitaciones personalizadas para tus eventos
•Volantes •mantas •posters •logotipos
•Tarjetas de presentacion
•Reparacion de fotografias viejas o rotas
•Escaneo de imagenes (te guardo tus fotos en un cd)
ASESORIA EN COMPUTACION E INTERNET BASICOS
BAJA TUS CANCIONES DE INTERNET, MANDA DINERO A CUALQUIER PAIS POR INTERNET, HABLA POR TELEFONO GRATIS, GRABA DVD'S Y MAS...
TENEMOS LO QUE NECESITAS, SOLO PREGUNTA
INFORMES: Israel Ruz ☎812-360-8084

La Doble Nacionalidad una Ventaja del Inmigrante

Belinda Johnson Hurtado
Abogada

Por esta época el año pasado, discutimos algunos de los beneficios de la naturalización (hacerse ciudadano de los Estados Unidos) y el proceso de naturalización. Además, también discutimos brevemente el concepto de doble nacionalidad, cuando una persona es un ciudadano de más de un país. Sin embargo, esto depende de las legislaciones de los Estados Unidos y el otro país en el cual es posible que se desee mantener la ciudadanía. Hay varias maneras de obtener la doble nacionalidad, por ejemplo, en la mayoría de los casos, si un niño nace en los Estados Unidos de padres que no son ciudadanos de EE.UU., el niño puede ser un ciudadano de los EE.UU. y un ciudadano país donde los padres son ciudadanos. Esto se debe a la primera frase de la 14 ª Enmienda a la Constitución - a menudo llamado la "cláusula de la ciudadanía" - dice lo siguiente:

Todas las personas nacidas o naturalizadas en los Estados Unidos, y sujetas a su jurisdicción, son ciudadanos de los Estados Unidos y del Estado en que residen.

Hay muchas ventajas para convertirse en un ciudadano de los Estados Unidos y de mantenimiento de su ciudadanía de su país de origen. Por ejemplo, una persona con doble nacionalidad pueden beneficiarse de:

• Votar en las elecciones en ambos países en los que él / ella es ciudadano e incluso postularse para un cargo en esos países. Mientras los dos países son amistosos, la ciudadanía por lo general no se pone en peligro.

• Posibilidad de recibir las ventajas de salud de ambos países.

• Ser dueño de propiedad en los países donde tiene la ciudadanía y la facilidad de viajar de ida y vuelta entre cada país.

• Obtener un pasaporte para cada país y viajar con dos pasaportes.

• Usted no puede ser evaluado de impuestos por ambos países; impuesto se basa normalmente en la residencia legal.

• Protección de conexión de sus hijos tanto a sus culturas, lo cual puede favorecer su continua relación con ambos países.

Por último, convirtiéndose en un ciudadano de Estados Unidos abre nuevas posibilidades para la participación ciudadana. Este es quizás uno de los mayores beneficios de la ciudadanía estadounidense (aunque los que no son ciudadanos pueden participar en el proceso también). De cualquier manera que usted decide participar, la participación ciudadana involucra a las personas que trabajan juntos para resolver problemas y ayudar a compartir el futuro de su comunidad o nación. Algunos dicen que es el deber de todo ciudadano de Estados Unidos sea cual sea el motivo de su deseo de obtener la doble nacionalidad o para obtener lo mismo para sus hijos, hay muchos recursos disponibles que explican los beneficios y responsabilidades, así como el proceso.

Puedes ponerte en contacto con el servicio al cliente en el USCIS al 1-800-375-5283. Además, el USCIS tiene un sitio Web, www.uscis.gov, donde se puede aprender más acerca de inmigración y naturalización, descargar los formularios pertinentes, y recibir una copia de la Guía para la Naturalización.
Sin embargo, asegúrese de que cualquier organización o abogado que este en contacto con usted es fiable y tiene una buena reputación.

Si usted tiene alguna pregunta o tiene una idea que le gustaría leer en esta columna en el futuro, por favor envíeme un correo electrónico a bhurtado@lawcjb.com.
Además, si desea hablar conmigo, me pueden llamar a mi oficina al (812) 332 a 1000.

Abajo podemos observar el acto de juramentacion para los nuevos ciudadanos en Indianápolis

Diabetes

La diabetes es una enfermedad que se puede encontrar en todas las personas de todas las edades. Hay dos tipos principales de diabetes, tipo 1 y tipo 2. Hoy en día los doctores diagnostican más y más personas con uno de estos dos tipos de diabetes. No existe una cura real para la diabetes, pero algunos cambios de estilo de vida y más educación de salud pueden ayudar a prevenir o retrasar el diagnostico.

Vamos a ver que sabes de la diabetes. Hicimos una prueba para que puedas chequear tus conocimientos.

1. ¿Qué es la diabetes?

a. Una enfermedad dónde el cuerpo no produce bastante insulina o no lo produce
b. Un tipo de grasa, un lípido que participa en muchos procesos fisiológicas importantes como el celular, el digestivo y en la sinterización de hormonas, entre otras funciones
c. Una enfermedad del sistema nervioso
d. Una enfermedad de cardiovascular que causa la presión arterial alta

2. La diabetes tipo 1 es…

a. el tipo más común
b. Es prevenible
c. Es cuando el cuerpo no produce bastante insulina
d. El individuo no requiere tomar inyecciones de insulina

3. ¿Dónde se produce la insulina?

a. el páncreas
b. el hígado
c. los riñones
d. la vesícula biliar

4. La insulina es una hormona que descompone los azucares y los almidones para hacer la glucosa que el cuerpo requiere para…

a. oxígeno
b. la producción de células blancas de la sangre
c. ayudar a los niveles de colesterol
d. combustible para nuestro cuerpo

5. Los altos niveles de glucosa durante muchos años puede causar daño a los ojos y ¿_____?

a. los riñones
b. los nervios
c. el corazón
d. todas de las anteriores

6. La gente que tiene la diabetes tiene más frecuencia de

a. tener presión arterial alta
b. ser bajo peso
c. necesitar reducir el ejercicio físico
d. ninguna de las anteriores

7. ¿Cual de estos factores no tiene nada que ver con el riesgo de diabetes?

a. el origen étnico
b. el genero
c. el edad
d. la historia familiar

8. ¿Qué es la diabetes gestacional?

a. un tipo de diabetes se encuentran en ciertos grupos étnicos
b. una condición que causa dolores de indigestión
c. un tipo de diabetes de las mujeres embarazadas
d. ninguna de las anteriores

9. ¿Quién tiene alto riesgo de ser diagnosticado con diabetes Tipo 1?

a. los de mayor edad
b. la descendencia africana, latino, nativo, y asiáticos
c. los niños y adultos
d. las mujeres embarazadas

10. La diabetes tipo 2 puede ser tratada con medicamentos, pero simples cambios de estilo de vida también puede ayudar como ¿_____?

a. evitar todas las comidas con azúcar
b. vivir sin fumar, comer saludable, hacer ejercicio y bajar peso
c. evitar los carbohidratos
d. no tener ningún cambio porque no hay problema ser diabética

Respuestas

1. a	6. d
2. c	7. b
3. a	8. c
4. d	9. c
5. d	10. b

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
Tel. 812-349-3465 Fax : 812-349-3483
City Hall Showers
401 N. Morton Street, Suite 260
Bloomington, IN 47404

La fecha de cierre para recibir material es el s15 de cada mes

Directora del Programa: Beverly Calender-Anderson
Editor: Daniel Soto
Diseño: Daniel Soto
(sotod@bloomington.in.gov)

Community and Family Resources Dept.
City of Bloomington
P.O. Box 100
401 North Morton, Suite 260
Bloomington, IN 47401