



CITY OF BLOOMINGTON

DEPARTAMENTO PARA LA COMUNIDAD Y LA FAMILIA

Boletín Comunitario

AGOSTO 2012



El Calentamiento Global Y Sus Consecuencias

Por Daniel Soto, Editor
(Extractos del trabajo de Lillian Bird y José Molinelli)

Desde fines del siglo XIX, los científicos han observado un aumento gradual en la temperatura promedio de la superficie del planeta. Este aumento se estima que ha sido de entre 0.5°F y 1.0°F. Los diez años más calientes del siglo XX ocurrieron entre 1985 y 2000, siendo 1998 el año más caliente del que se tenga datos hasta que llego el 2012 cosa que todos recordamos.

Este calentamiento ha reducido las áreas cubiertas de nieve en el hemisferio norte, y ha ocasionado que

muchos de los témpanos de hielo que flotaban en el Océano Ártico se hayan derretido. Recientemente también se ha observado cómo, debido a este aumento en temperatura, grandes porciones de hielo de Antártica se han separado del resto de la masa polar, reduciendo así el tamaño del continente helado.



Causas del calentamiento global

Gracias a la presencia en la atmósfera de CO₂ y de otros gases responsables del **efecto invernadero**, parte de la radiación solar que llega hasta la Tierra es retenida en la atmósfera. Como resultado de esta retención de calor, la temperatura promedio sobre la superficie de la Tierra alcanza unos 60°F, lo que es propicio para el desarrollo de la vida en el planeta. No obstante, como consecuencia de la quema de combustibles fósiles y de otras actividades humanas

asociadas al proceso de industrialización, la concentración de estos gases en la atmósfera ha aumentado de forma considerable en los últimos años. Esto ha ocasionado que la atmósfera retenga más calor de lo debido, y es la causa de lo que hoy conocemos como el calentamiento o cambio climático global.



Efectos en la agricultura - Debido a la evaporación de agua de la superficie del terreno y al aumento en la magnitud y frecuencia de lluvias e inundaciones, los suelos se tornarán más secos y perderán nutrientes con mayor facilidad al éstos ser removidos por la escorrentía. Esto cambiará las características del suelo, haciendo necesario que los agricultores se ajusten a las nuevas condiciones. La necesidad de recurrir a la irrigación será esencial durante las épocas de sequía, que debido a la evaporación serán más comunes que al presente. Las temperaturas más elevadas también propiciarán la reproducción de algunos insectos como la mosca blanca y las langostas (un tipo de esperanza), que causan enfermedades de plantas y afectan la producción de cultivos.

La flora y la fauna - Debido a los cambios climáticos y a los cambios en los ecosistemas terrestres, la vegetación característica de cada región se verá afectada. Los bosques de pinos se desplazarán hacia latitudes más altas, la vegetación tropical se extenderá sobre una franja más ancha de la

Índice:

Editorial	p 2
Intocable	p 3
Cielito Lindo	p 5
Enfermedades ETS.....	p 6
Ensalda de ¿Qué?.....	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
Coordinadora del Programa: Melissa Britton
Editor: Daniel Soto
Diseño: Merridee LaMantia, Danielle St. Pierre
Portada: Israel Ruz

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

Intocable

Por Jacques Mandelbaum

Traducido de Frances al Español

por Daniel Soto

superficie terrestre, y la flora típica de la tundra y la taiga ocupará un área más reducida. Como consecuencia, al alterarse la vegetación característica de muchas reservas naturales, así designadas para proteger el hábitat de especies amenazadas, estas reservas podrían dejar de ser el hábitat ideal para las mismas, ocasionando su extinción. De igual manera, al ocurrir el proceso de desertificación en algunas áreas también se destruirá el hábitat de muchas especies, causando su extinción.

En cuanto a los hábitats acuáticos, al aumentar la temperatura de los cuerpos de agua superficiales la concentración de oxígeno disuelto presente en los mismos se reducirá. Esto hará que algunas de las especies acuáticas no puedan sobrevivir bajo estas condiciones, causando su eliminación en dichos cuerpos de agua. De afectarse los estuarios y manglares por el exceso de salinización y el oleaje, muchas especies de animales que inician su vida allí tampoco subsistirán.

¿Podemos hacer algo para reducir la emisión de gases de invernadero y las consecuencias del calentamiento global?



Todos podemos hacer algo para reducir la emisión de gases de invernadero y las consecuencias del calentamiento global. Entre otras cosas, debemos:

- Reducir el consumo de energía eléctrica
- Utilizar bombillas fluorescentes
- Limitar el consumo de agua
- Hacer mayor uso de la energía solar
- Sembrar árboles alrededor de la casa
- para reducir el uso de acondicionadores de aire
- Reciclar envases de aluminio, plástico y vidrio, así como el cartón y el papel
- Adquirir productos sin empaque o con empaque reciclado o reciclable
- Utilizar papel reciclado
- Caminar o utilizar transportes públicos
- Hacer uso eficiente del automóvil
- Crear conciencia en otros sobre la importancia de tomar acciones
- dirigidas a reducir el impacto del calentamiento global

De los productores de “Los

Seductores”, “Intocable” está dirigida por la pareja de realizadores formada por los franceses Olivier

Nakache y Eric Toledano y protagonizada por François Cluzet (“Pequeñas mentiras sin importancia”, “No se lo digas a nadie”) y Omar Sy (“Micmacs”). Presentada en la pasada edición de San Sebastián, donde clausuró el festival, el éxito y la buena recepción de “Intocable”.

Su banda sonora no ha conseguido colarse, pero os prometo que es un bombazo e ilustra perfectamente esta historia emotiva e ingeniosa, basada en hechos reales, sobre dos hombres que nunca deberían haberse encontrado: un aristócrata herido en un accidente y un joven de los suburbios de París quien se convierte en su asistente y le devuelve las ganas de vivir. El creador de score original ha sido Ludovico Einaudi, pero los realizadores han elegido toda una gran variedad de música para dibujar el perfil psicológico de los personajes. Básicamente encontraremos estandartes de la música disco de la década de los ochenta para la personalidad de Driss, un hombre salido de las calles. Así el largometraje comienza con “September” de Earth, Wind & Fire, la banda Illinois, fundado por Maurice White en 1969. Utiliza varios géneros de música, en este tema fusionan el funk con el pop. Concretamente este tema fue uno de los revienta pistas del momento, corría el año 1979 y sonaba en todas las emisoras a cualquier hora y en cualquier programa de televisión que se preciara, como por ejemplo “Aplauso”, a Urribarri tenía verdadera pasión por este grupo así como por el videoclip lleno de efectos psicodélicos dignos del momento. Eso sí, no cabe duda que es un tema que hace que te vengas arriba y te pone de muy buen humor, como es el personaje espontáneo y divertido.



Anuncios de la Comunidad

ULTIMATE GARAGE
Automotive Center

Calidad, servicio y confianza nos respaldan.
Nueva Ubicación lado Oeste

Diagnóstico por computadora
Sistema eléctrico
Frenos
Afinaciones
Calefacción y Aire acondicionado
Reparación de llantas
Rotación y balanceo
Cambio de aceite
Mofles



Servicio de grúa
24 horas
Local y Larga Distancia

Abierto de Lunes a Sábado de 8:00 a.m. to 6:00 p.m.
Llamanos para información y citas
Tel.: 812.219.81.36
1999 N Packing House Rd. Bloomington, In. 47404

IU Canine Behavior and Cognition Lab

En IU Canine Behavior and Cognition Lab estamos buscando perros científicos para que participen en un estudio sobre comunicación entre perros y humanos. El propósito de este estudio es investigar cómo los perros se comunican con las personas. Estudiamos perros que sean mayores de 1 año y, en el caso de las hembras, que no estén embarazadas (todas las razas de perros bienvenidas!).

El estudio es completamente seguro y no invasivo (grabaremos el comportamiento de tu perro con una cámara) y debería ser entretenido para tí y tu mascota. La sesión dura aproximadamente 20 minutos. El laboratorio está localizado en 674 E. Cottage Grove Avenue, Room 001 (primer piso). Los participantes reciben en contribución golosinas para perros y un diploma.

Si estás interesada(o) en participar, por favor contáctanos a cbclab@indiana.edu o llena este formulario

Muchísimas gracias de antemano!
— CBC Lab

Productos nutrillite

Productos de limpieza biodegradables para usar en el hogar, productos para uso diario personal, en el cuidado de la piel de la famosa marca Artistry y tenemos mucho más cosas.

Interesados llamar a los números..
Bernardina 812-679-8478 o Gerardo 812-678-8605.

Rento habitación

Rento habitación amueblada para una sola persona
Con facilidad de uso del resto de la casa. La casa es un lugar muy limpio y tranquilo donde se puede vivir y/o estudiar sin interrupciones. Su precio es de \$450 incluyendo los servicios públicos y limpieza de la casa. Sólo sería responsable de la limpieza de su habitación. La casa es a 4 kilómetros de IU en el lado oeste de la ciudad, y está en la ruta del autobús.

Por favor comunicarse con Janneth Vargas al (336) 671-1164

Mes Nacional de la Herencia Hispana

14 de Septiembre 2012
4-6 PM en La Casa, 715 E. 7th Street

Llama Ya! **Karaoke party** Llama Ya!

Los grandes éxitos
De tus artistas favoritos
La mejor diversión para
tu fiesta o reunión

Más de
4000 canciones

Canciones
En inglés y
En español

Llevamos a tu casa TODA la diversión
NO TE QUEDES ATRAS, CONOCENOS!!!

Aparta tu espacio YA!!!
Incluye equipo, conexión y servicio
No tienes que hacer nada, solo llama y disfruta
Informes: 812-369-3181





El verano es la oportunidad perfecta para hacer aquellas cosas para las que no se tiene tiempo el resto del año. He aquí algunas sugerencias divertidas. He aquí varias sugerencias de actividades para hacer en el verano, desde culturales, de cuidado personal y del hogar, educativas y de esparcimiento

Cultura

Los meses de vacaciones escolares son perfectos para llevar a los niños o adolescentes a ampliar su horizonte cultural, algunas sugerencias para lograrlo son:

- Visitar un museo.
- Leer un libro.
- Escribir un libro.
- Ir a ver una obra de teatro.
- Ir a ver ballet.
- Ir a un concierto.
- Ir a una exposición de pintura.

Diversión

El verano es la estación del año perfecta para divertirse con los amigos, la familia o la pareja. Algunas actividades que se pueden hacer son:

- Visitar un parque de diversiones.
- Ir al boliche.
- Ir al billar.
- Ir a nadar.
- Hacer una fiesta al aire libre en el día.
- Ir de día de campo.
- Ir a patinar sobre ruedas o en hielo.
- Ir al cine.
- Salir a andar en bicicleta.
- Ir a bailar.
- Organizar un juego de baloncesto, fútbol u otro deporte.
- Tomar unas fotos familiares.

- Visitar el zoológico.
- Hacer un campamento.
- Organizar una tarde de juegos de mesa en familia o con amigos.

Aprender algo

El verano es el pretexto perfecto para aprender algo nuevo, por ejemplo:

- Aprender a hacer una receta nueva de cocina o incluso aprender a cocinar.
- Entrar a un taller de pintura, baile o teatro.
- Aprender a hacer alguna manualidad, ya sea un regalo, algo útil para la casa o una linda decoración.
- Tomar clases de canto.
- Aprender las reglas y cómo se juega un deporte desconocido.
- Aprender a manejar.
- Aprender a hacer un pastel o decorarlo.
- Plantar y aprender a cuidar una planta.
- Aprender un nuevo idioma.
- omar clases de fotografía.

Organización y limpieza

Se puede aprovechar el tiempo de verano para mejorar el aspecto de la casa, algunas ideas para lograrlo son:

- Sacar del closet toda la ropa que ya no se usa.
- Cambiar las cortinas de alguna habitación, incluso se pueden hacer en casa si se sabe usar un poco la máquina de coser.
- Encontrar la manera de organizar la basura para que sea más fácil reciclarla.
- Organizar los Cds, libros y Dvds .
- Donar la ropa que ya no se quiere conservar.

- Organizar los álbumes de fotos y si se tienen fotos digitales sin imprimir llevarlas a imprimir y hacer un álbum nuevo.
- Hacer una selección entre los objetos que se quieren regalar o tirar y aquellos que se quieren conservar.
- Guardar en cajas los objetos que se quieren conservar pero que no son de uso frecuente y guardarlos en un closet o cuarto de servicio.

Mejorar el aspecto personal

Estas son ideas para cambiar la apariencia personal:

- Hacerse un manicure y pedicure, puede ser entre madre e hija o con amigas.
- Probar un nuevo corte pelo o cambio de color, puede ser algo menos drástico como unas ligeras luces sobre el color natural del cabello.
- Comprar algunas prendas nuevas para renovar un poco el guardarropa.
- Hacerse un tratamiento facial como una mascarilla casera.
- Comprar algunos accesorios para hacer que un mismo cambio de ropa luzca diferente, pueden ser: un cinturón, unos aretes o un brazalete.
- Componer aquellas prendas que les falte un botón, necesiten un dobladillo o se hayan descosido.
- Probar un nuevo peinado.

Estas son algunas recomendaciones de cómo emplear el tiempo libre extra que se tiene en el verano, lo más importante es divertirse y hacerlo en compañía de amigos, familia o pareja.



Indiana University Health Bienestar

Enfermedades de Transmisión Sexual Es mejor Prevenir que Tener que Lamentar
Un Programa de Positive Link

iHola amigo Latino! ¿Qué tanto saben de las Enfermedades de Transmisión Sexual? En Bienestar le proporcionaremos datos importantes sobre estas enfermedades y modos de prevención. Recuerde, es mejor precaver que tener que lamentar!

¿Qué son las Enfermedades de transmisión sexual?:

Las enfermedades de transmisión sexual (ETS), alguna vez llamadas enfermedades venéreas, se definen como un grupo de enfermedades causadas por diversos agentes infecciosos que se adquieren por la actividad sexual. Es importante tomar medidas de precaución al iniciarse en prácticas sexuales, esto con el propósito de prevenir el contagio con las ETS. Existen varias maneras de protegerse, aquí le ofreceremos algunas de las maneras en las que usted puede evitar el contagio.

Formas de evitar el contagio:

La mejor forma de protegerse es no tener relaciones sexuales. También es seguro tener relaciones sexuales sólo con una persona que este sana y que a la vez tenga relaciones con usted solamente.

Algunas de las prácticas que puede ejercer en orden de evitar el contagio:

- Hable con su compañero/a acerca de su pasado sexual y el uso de drogas.
- Antes de tener relaciones observe cuidadosamente el cuerpo de la otra persona. Fíjese en indicios de una ETS: sarpullido, llagas, irritación de la piel o secreción. Si ve algo que le preocupa evite tener

relaciones sexuales con una persona que parezca tener una ETS!

- Use condones de goma (látex) al tener relaciones sexuales por la vagina, ano o boca. La mayor parte de las veces, los condones le protegerán contra una ETS.
- Hágase un análisis de ETS cada vez que tenga un examen de salud. Si usted tiene relaciones sexuales con más de una persona, hágase un análisis y examen de ETS cada vez que crea estar en riesgo, aun cuando no tenga síntomas.
- Infórmese y utilice los recursos comunitarios en los que puede obtener pruebas de ETS gratuitas!

Porque es importante el hacerse pruebas de ETS?:

- No espere a tener síntomas de alguna ETS para hacerse una prueba. Es aconsejable hacerse una prueba cada vez que tenga una nueva pareja y/o haya tenido prácticas sexuales de riesgo.
- Hacerse una prueba le permitirá saber si usted tiene alguna ETS. De ser positivo a alguna de estas enfermedades, el próximo paso es buscar ayuda en agencias de salud comunitaria!

Bienestar ofrece pruebas de VIH gratuitos, confidenciales, y anónimos cada martes de 2 a 4 pm en la oficina de Positive Link, 333 E. Miller Drive. Para más información en español sobre pruebas y servicios de clientes, llame a 812.353.3249.

SOURCE: www.childrennow.org/index.php/learn/twk_sex



sexploración

TU FUENTE DE INFORMACIÓN DE SALUD SEXUAL...LO QUE TUS PADRES NUNCA TE DIJERON.

**98.1 FM WFHB
¡HOLA!
BLOOMINGTON
VIERNES 6-7 PM**

Ensalada de ¿Qué? De Aguacate

Por José Toledo

Conversando con un colega rabino sobre la bella Guatemala salió el tema de las frutas y demás bellos regalos de la naturaleza. Hasta que salió el tema de la increíble, nutritiva y añorada Persea Americana conocida en diversos lugares del planeta como: Palta (Quechua-Inca), aguacate (Nahuatl-Mexico, Salvador, Guatemala, EEUU, Canadá, Guatemala, Nicaragua) o avocado, Abacate (Brasil), etc.

Este fruto es rico en diferentes nutrientes como: aceites vegetales, como el Omega 3, vitaminas E, A, B1, B2, B3, ácidos grasos, proteínas y minerales. Su consumo forma parte del historial y tradición alimenticia de nuestros pueblos en América Latina y el Caribe, conociéndose, ahora, en gran parte del planeta.

Las diversas formas de preparación forman parte de la variedad de fantasías culinarias que podemos tener. En Brasil suelen prepararlo en sumos o jugos, combinado con leche y azúcar se puede disfrutar de una inusual y refrescante bebida. Para lugares como el Perú, Chile, Argentina y Centro América en donde se consume con sal esta receta suena algo extraña. La forma mas acostumbrada de preparación es en ensaladas o con la maravillosa y nada menos famoso Guacamole mexicano (Salsa de Aguacate, proveniente del vocablo náhuatl ahuacamolli. También es conocida como aguaco o ahuaca).

Nos aborda en este momento recuerdos de la infancia en donde nunca faltaba en la lonchera para el colegio un buen pan con palta y un poquito de sal. Nos podíamos comer varios panes sin cansarnos. Al

pasar de los años mi ensalada favorita es la que suelo preparar con betarraga (Beta vulgaris, conocida como: remolacha, beterrada, betabel, acelga blanca y betarava) y si a esta ensalada le agregamos atún, papa (patata) sancochada, vinagre o limón, pimienta y algo de miel de abeja podríamos estar tocando el cielo de las delicias del paraíso callejero culinario.

Anoche le preguntaba a una amiga si sabia el significado de Aguacate y muy lista en su respuesta y por una inmediata asociación semántica respondió: "‘Agua’ y ‘cate’ no me acuerdo". Cuando le comenté que este buen amigo rabino me descubrió al esplendido mundo lingüístico simbólico de nuestras culturas originarias de Mesoamérica, no hizo más que abrir la boca sorprendida por la respuesta: Aguacate en náhuatl significa testículos.

Si se animan a preparar cualquier receta sugerida o se atreven a aventurarse a crear a partir de este sabroso fruto, no lo dude en ningún momento, solo bondades - nutricionales y simbólicas - podrá recibir.

De una u otra forma, este maravilloso y bondadoso regalo de la madre natura nos brinda la posibilidad de recrear nuestra imaginación nutritiva disfrutando del arte de alimentarnos con placer y salud.





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 ☎812-369-3191**





mcpl.info

Monroe County Public Library

Práctica

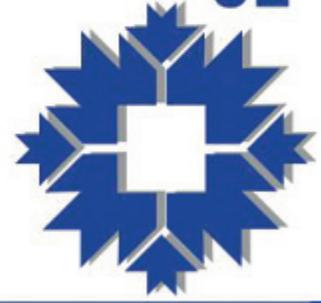
Linglés

con nativos de EE.UU

Es tu responsabilidad
por ti y por tus hijos

**Ven a la Librería
Aula/salón 1C**

**Domingos
2-4:30 PM**



**CITY OF
BLOOMINGTON**



CITY OF BLOOMINGTON

Departamento para La Comunidad y La Familia

PO BOX 100

401 N. MORTON STREET, SUITE 260

BLOOMINGTON, IN 47404