CITY OF BLOOMINGTON

Boletín Comunitario

DEPARTAMENTO PARA LA COMUNIDAD Y LA FAMILIA

DICIEMBRE 2013

Supersticiones de Año Nuevo

Siga las indicaciones para la buena suerte

Por Daniel Soto

Hay muchas supersticiones con respecto a la noche de año nuevo así que si eres supersticioso, sigue estos pasos!

Pasos:

1. Asegúrate de tener dinero en tus bolsillos y que haya comida en tu plato a la medianoche. Bolsillos y plato vacíos traerán un año de pobreza.

Foto: dreamstime.com

2. Bailar alrededor del árbol te traerá un año de suerte y salud.

3. Haz todo el ruido que puedas la noche de año nuevo para alejar a los espíritus malos.

Foto: visualphotos.com, John Ferrentino

Foto: dimosonline.gr/2012

4. No rompas nada el día del año nuevo o tendrás un año de promesas y amores rotos.

5. No saques nada de tu casa el día de año nuevo, ni siquiera la basura. La buena suerte puede estar contenida en un objeto que arrojes.

6. Viste algo nuevo el primer día del año para que sea un año lleno de cosas nuevas.

7. Sé el que beba la última gota de la botella de champagne y tendrás un año nuevo con mucha buena suerte.

Foto: dellascorner.blogspot.com

Índice:

Editorial ..... p 2

El Centro Comunal Latino ..... p 3

Ley de Asistencia Asequible .... p 4-5

Cielito Lindo ..... p 6

La Receta ..... 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 Febrero es el 28 de Diciembre

¡Diciembre es el mes de juguetes y regalos seguros!

Tenga en cuenta estos consejos

Por Madeline Makielski

- Según la Comisión de Seguridad de Productos de Consumo, en 2010 hubo 251.700 heridas causadas por juguetes en los Estados Unidos.
- 72% de las personas heridas eran jóvenes que tenían menos de 15 años.
- En el año 2007, productores de juguetes retiraron más de 19 millones de juguetes en todo el mundo debido a una preocupación de seguridad, por ejemplo contenían pintura con plomo o magnetos pequeños con gran riesgo de ahogo.

Antes de comprar regalos para la familia, es importante que piense en la seguridad y el rango de edad de los juguetes. Revise los siguientes consejos:

- Ud. pregúntese ¿Este juguete es seguro para mi niño(a)? ¿Mi niño(a) es capaz de jugar con este juguete? ¿Cuándo mi niño(a) juegue con este juguete, requiere mi supervisión?
- Examine cada juguete antes de comprarlo. Evite los juguetes que tienen muchas partes o partes que vuelan, juguetes con objetos afilados o que se pueden romper muy fácilmente.
- Compruebe que los juguetes que su niño(a) recibe de otras personas. Verifique el rango de edad, nivel de competencia, y si son apropiados para el nivel de desarrollo del niño(a) antes que se los den a jugar.
- Busque las etiquetas que aseguran que los juguetes son aprobados o que han cumplido con los requisitos de seguridad. El sello "ATSM" significa que ésta aprobado.
- Si Ud. compra un regalo deportivo, asegure que también tiene laspartes protectoras como un casco o rodilleras.
- Aprende sobre la pintura con plomo. Es buena idea lavar las manos de los niños después de jugar.
- No les dé a niños de menores de 3 años un juguete que puede caber en el rollo de cartón de papel higiénico, o un juguete con partes que puede caber en ese rollo porque el tamaño no es apropiado y puede causar ahogo.
- No le dé juguetes con cuerdas o calefacción eléctrica.
- No le dé ceras o marcadores que no tienen el sello "no tóxico"

Imágenes: corporate.youpping.com/2012/12/10-regalos-de-exito-esta-navidad, kidshealth.org, bmx.transworld.net

Doulas para Bloomington Area Birth Services (BABS)

Bloomington Area Birth Services (BABS) está en busca de mujeres de hispanohablantes que esten interesadas en capacitarse como doulas comunitarias. Doulas ayudan a madres y familias antes, durante y después del nacimiento de un bebé, al proporcionar apoyo emocional, el acceso a la información y medidas de comodidad física. BABS ha recibido una beca para entrenar doulas que trabajarán con familias dentro de sus propias comunidades. La capacitación se iniciará en enero de 2014, y se reunirá durante tres horas una vez a la semana durante 20 semanas. Los solicitantes deben hablar Inglés, ya que la formación se lleva a cabo principalmente en Inglés. Las mujeres que han sido aceptadas en la capacitación recibirán un bono de $25 por semana durante el entrenamiento. Si usted está interesada en aplicar para este programa de doulas comunitarias, por favor póngase en contacto con Molly Mendota al 812-269-2510 o molly@bloomingtonbirth.org.

Ley de Asistencia Asequible

¿Que significa para usted y su familia?

2013 Línea de guía de lo que se considera nivel de pobreza en el estado de Indiana. Numero de personas y lo que debe ganar para poder aplicar.

1 persona $11,490
2 personas $15,510
3 personas $19,530
4 personas $23,550
5 personas $27,570
6 personas $31,590
7 personas $35,610
8 personas $39,630

¿Qué necesitan saber las familias inmigrantes?

Las familias inmigrantes deben tener en cuenta ciertos requisitos de elegibilidad importantes. Esta página les ayudará a entender sus opciones de cobertura.

Los inmigrantes legales y el seguro privado

Para poder comprar un seguro médico a través del Mercado, usted debe ser un ciudadano estadounidense o debe estar presente legalmente en los Estados Unidos. El término "Presente legalmente" incluye a los inmigrantes:

- No ciudadanos calificados" sin período de espera (vea la definición abajo)
- Con estatus humanitario o circunstancias especiales (por ejemplo el Estatus de Protección Temporal, Estatus Especial para Jóvenes, solicitantes de asilo, protegidos por la Convención en contra de la tortura y las víctimas del tráfico humano)
- Con una visa de no inmigrante válida
- Con una situación legal otorgada por otras leyes (estatus de residencia temporal, Ley LIFE, Unidad familiar)

Vea una lista más completa de las situaciones inmigratorias elegibles

El acceso de los inmigrantes a la cobertura de Medicaid y de CHIP

Los inmigrantes considerados como "no ciudadanos calificados", por lo general pueden conseguir la cobertura de Medicaid y del Seguro Médico para los Niños (CHIP), si son elegibles para el programa Medicaid y CHIP de su estado (por ejemplo si cumplen los requisitos de ingresos estipulados por el estado).

El término "no ciudadano calificado" incluye a:

- Los residentes permanentes legales (LPR/con la tarjeta verda)
- Asilados
- Refugiados
- Inmigrantes Cubanos/Haitianos
- Permiso condicional para estar en los EE.UU. al menos por un año
- Ingreso condicional otorgado antes de 1980
- Cónyuges, hijos y padres abusados que no son ciudadanos
- Víctimas del tráfico humano/de personas y sus cónyuges, hijos, hermanos o padres, o individuos con una solicitud pendiente para una visa de víctima de tráfico humano
- Personas a las que les han interrumpido la deportación
- Miembro de una tribu indígena reconocida federalmente o Indio-americano nacido en Canadá.

Para obtener la cobertura de Medicaid y de CHIP, de acuerdo con las leyes actuales, la mayoría de los LPR o de los que tienen la tarjeta verde tienen que esperar cinco (5) años. Lo

que significa que deben pasar cinco años después de que tengan una situación inmigratoria autorizada, antes de que sean elegibles para Medicaid o CHIP. También hay excepciones – Ciertos LPR que no tienen que esperar 5 años - como las personas que antes fueron refugiados o asilados.

Los estados pueden eliminar el período de espera de 5 años para que los niños residentes legales y mujeres embarazadas elegibles para Medicaid reciban los beneficios completos. Un niño o una mujer embarazada se considera "residente legal" si está presente en los Estados Unidos legalmente y es elegible para Medicaid o CHIP en el estado (incluye a los que son residentes del estado).

Esta opción de proveer los beneficios de Medicaid a los niños y embarazadas con residencia legal, sin la espera de 5 años, ya está vigente en 25 estados, más el Distrito de Columbia y el Estado Libre Asociado de las Islas Marianas del Norte. Veinte de estos estados han decidido ofrecerles la cobertura de CHIP, a los niños y mujeres embarazadas con residencia legal. Averigüe si su estado ofrece esta opción. Las personas sin una situación inmigratoria elegible y

que por lo tanto, no son elegibles para Medicaid, podrían obtener Medicaid para servicios de emergencia limitados, siempre que cumplan todos los otros requisitos del estado para recibir Medicaid.

Solicitar los beneficios de Medicaid, CHIP u obtener ayuda para pagar por un seguro a través del Mercado no significa ser una "carga pública.". No afectará sus posibilidades de conseguir la residencia permanente o la ciudadanía estadounidense. La única excepción son las personas que viven en una dependencia de cuidado a largo plazo pagada por el gobierno. Estas personas tal vez tengan inconvenientes para conseguir la tarjeta verde.

Opciones de cobertura para las familias con estatus mixto

Muchas familias inmigrantes tienen "estatus mixto" con integrantes con distintas situaciones inmigratorias y de ciudadanía. Algunas familias podrían tener entre sus miembros a contribuyentes que no puedan comprar un seguro médico a través del Mercado, mientras que otros miembros pueden hacerlo en calidad de ciudadanos o de inmigrantes presentes legalmente.

La misma situación puede darse en familias en las que algunos miembros no puedan obtener los beneficios completos de Medicaid mientras que otros son elegibles para Medicaid y CHIP.

Las familias con "estatus mixto" pueden solicitar el crédito impositivo o las reducciones de gastos del bolsillo del seguro privado para los dependientes elegibles para la cobertura del Mercado, Medicaid y CHIP. A los miembros que no estén solicitando la cobertura a través del Mercado para ellos, no se les preguntará si tienen una situación inmigratoria elegible.

Divulgación de su situación inmigratoria

Los Mercados de seguros federal y estatal, así como los programas estatales Medicaid y CHIP, no pueden obligar a los solicitantes a proporcionar información sobre la ciudadanía o la situación inmigratoria de cualquier integrante de la familia que no esté solicitando la cobertura. Los estados no pueden negarle los beneficios a un solicitante porque un miembro que la familia que no solicita la cobertura, se haya negado a dar información sobre su ciudadanía o situación inmigratoria.

Generalmente, los Mercados de seguros y los programas estatales Medicaid y CHIP pueden pedirles el Número de Seguro Social (SSN) a los solicitantes, beneficiarios y ciertas personas de las que se necesitan saber sus ingresos para el cálculo de los créditos impositivos.

Los estados pueden pedirles a los no solicitantes su SSN, solamente si les indican claramente que dicha información es voluntaria y les explican cómo será utilizada. Los estados no pueden negarle los beneficios porque el solicitante no haya proporcionado los SSN de las personas que no desean ni son beneficiarios de Medicaid o CHIP, o aquellos a los que no se les requiere que provean su SSN.

Los Mercados de seguros federal y estatal, así como los programas estatales Medicaid y CHIP verifican la información de las solicitudes a través de un "centro de datos" que les permite procesar la solicitud de una manera segura. El gobierno federal les devuelve información para verificar los datos.

La información proporcionada por los solicitantes o beneficiarios no se usará para propósitos de control inmigratorio.

Más información para las familias inmigrantes

Las clínicas/centros de salud subvencionadas federalmente, que son las organizaciones comunitarias que atienden a las poblaciones con acceso limitado a los servicios de salud, están obligadas a proporcionar los servicios de salud principales a todos los residentes, incluidas las familias inmigrantes, en el área de servicio de la clínica.

Los estados pueden decidir ofrecerles cobertura médica a otros grupos de inmigrantes. Aproximadamente un tercio de los estados ofrecen cobertura médica subvencionada exclusivamente por fondos estatales, a otros individuos que no son ciudadanos y que no satisfacen las definiciones federales.

Los inmigrantes indocumentados no son elegibles para los beneficios públicos federales de la Ley del Cuidado de Salud a Bajo Precio. Por ejemplo, los inmigrantes indocumentados no pueden comprar la cobertura médica a través del Mercado de seguros, ni obtener los créditos tributarios.

Los inmigrantes indocumentados pueden seguir comprando un seguro privado fuera del Mercado y pueden recibir servicios de emergencia limitados a través de Medicaid, si fueran elegibles para el programa Medicaid de su estado. Los inmigrantes indocumentados no están sujetos al cumplimiento del requisito de responsabilidad individual compartida.

Cielito lindo

Inicia Temporada "Guadalupe-Reyes"

por Sandy Lopez

En México existe una "temporada" que se llama Guadalupe-Reyes, que comprende las fiestas que van desde el 12 de Dic. (Día de la Virgen de Guadalupe) hasta el 6 de Enero (día de los Santos Reyes).

Así, la mayoría de la sociedad espera con ansiedad este maratón, ya que es cuando mas fiesta, reuniones, comidas y cenas celebramos. Empezamos con el 12 de Dic. las tradicionales mañanitas a la Virgen morena que esta en el Tepeyac, gente de todos los rincones de México y zonas aledañas van a visitar a la Virgen, en el atrio de la Basílica música y danzantes de todas las etnias de los pueblos indígenas.

Conjunto a esto, las posadas, que se llevan a cabo cada semana empezando el primer viernes de Diciembre y concluyen en Navidad, las posadas se organizan en el barrio o colonia, se hace una personificación de la Virgen María y San José que buscan donde pasar la noche, buscan de casa en casa, atrás de ellos los sigue un grupo de personas que entonan canciones y llevan velas para iluminar el sendero, después de pedir posada al fin una casa les abre las puertas a María y José, entra la sagrada familia y es tiempo de compartir un rico chocolate caliente o el clásico ponche, que es a base de fruta y piloncillo.

Para la cena de Navidad el clásico bacalao con aceitunas, romeritos con camarón son los platillos principales, ensaladas de manzana, y piña son sus acompañamientos, y toda la familia reunida para la llegada de Jesús. El árbol de navidad rebosante de luces y adornos, y regalos al pie, listos los grandes y los chicos para abrirlos y disfrutarlos. Para decorar la casa no hay nada mas mexicano que las flores de nNoche Buena, con sus hojas rojas y su olor muy particular dan a los ojos un alegre colorido.

Foto: Felipe Courzo

Peregrinos rumbo a la Basílica de Guadalupe en la Ciudad de México 11 de Diciembre, 2010.

Foto: St. Mary's Episcopal School

Los estudiantes celebran el Día de Reyes dejando ir globos con mensajes.

Y para Año Nuevo las 12 uvas a las 11:59 pm de la noche es tradicional de generación en generación, los Buenos deseos y los propósitos están a flor de piel, para cenar el pavo ahumado relleno de picadillo es la estrella de la noche, y para quemar todas las calorías un buen baile que dure hasta el día siguiente.

Pero nada se compara con la víspera de el Día de Reyes, los niños hacen su carta a los Santos Reyes y pueden enviarla por dos maneras: la vía aérea o la vía terrestre. la área es muy divertida e interactiva, ya que se tiene lista su carta con la lista de los juguetes que desean la hacen rollito y la amarran a un globo, sueltan el globo y así les va a llegar a los reyes y si se han portado bien les dejaran sus juguetes. La manera terrestre consiste en dejar la carta en un zapato y este zapato estará debajo del árbol navideño, así los reyes cuando lleguen a casa buscaran la carta en el zapato. así que los niños se deben de dormir temprano para que los Reyes puedan ir de casa en casa dejando los juguetes, en algún caso que algún niño es escéptico y no cree en ellos o que no se ha ido a dormir porque esta espiando y esperando su llegada despierto, los Reyes no van a dejar obsequios, van a dejar las "gracias" de los animales que los acompañan, así que es mejor irse a dormir a la hora correcta.

Todas estas festividades tienen en común estar en familia, tener una vida armoniosa, ayudar al prójimo y celebrar todas la bendiciones que tenemos.

Feliz Navidad y nos leemos el próximo año.

La Receta

Sancocho Panameño de Gallina

Por Sandy Britton

En Panama es popular el sancocho de gallina para la Navidad. En la provincia de Chiriquí (de donde yo soy J) se estila preparar el sancocho con mayores ingredientes debido a la abundancia de productos que se cultivan en esa provincial. Le agregan yuca, ñame, otoe, zapallo (auyama) ymaíz. También se hace el pavo relleno y la gallina rellena. También se sirve el sancocho con la rosca de pan Navideña.

Ingredientes:

- 3 ½ lbs. de gallina (entera es mejor)
- 1 lb. de yuca
- 1 lb. de otoe
- 2 mazorcas de maíz
- 2 hojas de culantro (cilantro)
- 2 lbs. de ñame
- Cebolla
- Aji verde
- Sal al gusto
- 4 dientes de ajo picaditos
- 2 cucharada de oregano divididas

Preparación:

1. Parta la gallina en presas y colóquelas en una olla, agréguele alrededor de 10 tazas de agua (o cubrir la gallina con suficiente agua), ponerla al fuego.
2. Baje el fuego cuando empiece a hervir. Agregar otoe, maíz, yuca zapallo y ñame y deje que se cocine lentamente, hasta ablandarse.
3. Agregue la cebolla, ajíes, culantro, ajos y sal, 1 cda de orégano. Cocine por 10 o 15 minutos más. Apague el fuego y agregue la otra cda. de orégano y tápela a reposar durante 10 minutos y sirve.
4. Nota: Si desea cocinar las verduras aparte, lo puede hacer. Este sancocho se sirve con arroz blanco.

¡Anote la Fecha!

Todos están invitados a unirse con IU Latino and Faculty Staff Council, the Latino Graduate Student Association and La Casa/Latino Cultural Center para nuestra

Parranda Navideña

Sábado,
7 de Diciembre, 2013

2:00 p.m. a 4:00 p.m.

Neal Marshall
Black Culture Center
Grand Hall
275 N. Jordan Avenue,
Bloomington, IN

(Hay estacionamiento disponible en la segunda planta del garaje de Jordan Ave enfrente del centro)

Para más información,
contactar a lfasc@indiana.edu

12 de Diciembre
Día de la Vírgen de Guadalupe

Los invitamos a participar con su familia y amigos de las actividades en Celebración de Nuestra Señora de Guadalupe.

Miércoles 11 de Diciembre:
Serenata a la virgen 11:00 p.m.

Jueves 12 de Diciembre: *Misa a la Virgen 12 m Media Noche*

Jueves 12 de Diciembre: *Cena y Celebraciones a la 1 a.m. Tendremos deliciosos platillos méxicanos.*

Lugar: Iglesia de San Pablo (1413 E. 17th Street, Bloomington In 47408).

Acompáñanos también a rezar el Rosario a la Virgen desde el ***13 de Noviembre hasta el 10 de Diciembre a las 7 p.m.***

Recuerden tenemos Misa en Español todos los* ***Domingos a las 12 y 30 del Medio día.*

Para mayor información comunicarse con María Auxiliadora Viloria al 812.360.5906.

"No estoy yo aquí que soy tu madre?"

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