

CITY OF BLOOMINGTON

DEPARTAMENTO PARA LA COMUNIDAD Y LA FAMILIA

Boletín Comunitario

ENERO 2015



Felicidades



Nuevas



Ya tienes las tuyas?

Queridos miembros de la comunidad de

Bloomington y Condado de Monroe,

Feliz Año Nuevo para todos ustedes. Les deseo a todos lo mejor en este nuevo año.

Mirando hacia atrás, 2014 tuvo muchos grandes eventos. Nos dirigimos hacia una reforma migratoria funcional, los precios del gas están en su punto más bajo y la economía no está tan mal. En mi vida personal, comencé a trabajar para la Ciudad de Bloomington y me gusta mucho trabajar en mi departamento y me encanta mi nueva posición. Ha sido genial conocer a algunos de ustedes (los miembros de la comunidad) y he disfrutado de la organización de todos los eventos y fiestas que hemos celebrado hasta el momento. Volviendo a este año pasado estoy muy agradecida por el fantástico grupo de voluntarios dedicados que contribuyen a nuestra división. No tengo idea de lo que yo habría hecho sin la ayuda de los voluntarios de HOLA Bloomington, los voluntarios del Boletín Comunitario y los miembros de la comisión. Estoy contenta que puedo interactuar con estas personas semanalmente y ha sido un placer conocerlos y trabajar con todos ellos.

Para el nuevo año tengo muchas cosas organizadas para nuestra comunidad. En primer lugar tenemos el servicio de impuestos gratuito, con la ayuda de United Way hemos contratado a muchos voluntarios



bilingües con el fin de dar servicio a los miembros de la comunidad de habla hispana. Por primera vez, vamos a tener tres lugares bilingües, dos en la iglesia católica St. Paul después de la misa en español y uno en el Ayuntamiento. Planeamos tener estos sitios para su conveniencia en febrero y en marzo. Esta es una gran opción si usted gana menos de 53 mil dólares al año debido a que obtendrá su declaración de impuestos en forma gratuita. Los Programas Latino también están inscribiendo a personas y familias en el Affordable Care Act, recuerde que si usted es un ciudadano de este país debe tener un seguro de salud o tendrá que pagar una cuota. Si usted tiene alguna pregunta sobre la atención de salud por favor venga a mi oficina y yo estaré encantada de ayudarle. Este mes tendremos nuestra

segunda asamblea comunitaria para informar a la comunidad acerca de la acción ejecutiva del presidente Obama sobre la inmigración. La primera reunión fue un gran éxito y abogadas de inmigración Christie Popp y Laura Pointus fueron una gran ayuda y respondieron a muchas preguntas. Si necesita más información acerca de la acción ejecutiva por favor póngase en contacto conmigo o lea el artículo en esta edición. Recuerde, no vaya a un notario para preguntas de inmigración y no llene ningún documento hasta mayo.

Espero que todos hagan resoluciones alcanzable de año nuevo este año y sobre todo les deseo a todos un feliz y próspero año nuevo.

Un saludo cordial,
Araceli Gómez-Aldana

Índice:

Editorial	p 2
El Centro Comunal Latino	p 3
Cielito Lindo	p 4
Inmigración.....	p 5
Seguro de Salud	p 6
Voluntariado	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:

Araceli Gómez-Aldana

gomeza@bloomington.in.gov
Tel. 812-349-3860 Fax : 812-349-3483
City Hall Building
401 N. Morton Street, Suite 260
Bloomington, IN 47404

Directora: Beverly Calender-Anderson

Editor: Araceli Gómez-Aldana

Editor Colaborador: Iván Maceda

Diseño: Merridee LaMantia

Portada: Israel Ruz

La fecha de cierre para recibir material para el mes de Marzo 2015 es el 28 de Enero

SMART para el año nuevo

Por La Junta Directiva Del Centro Comunal Latino

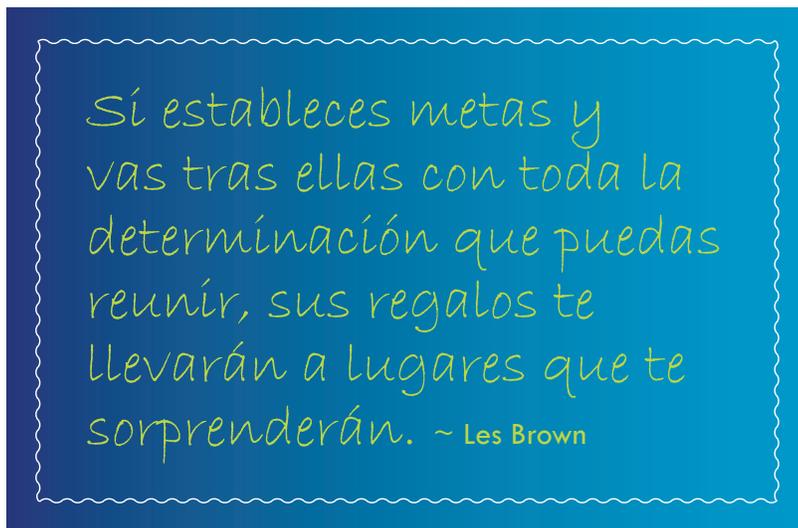
¿Sabías que 25% de las resoluciones hechas en año nuevo se rompen en la primera semana? Para los que van al gimnasio, 80% deja de ir entre las primeras ocho semanas del año. Mucha gente intenta hacer metas irrealistas como ir al gimnasio diario empezando el año nuevo. Si no estás acostumbrado a ir diario, va a ser mucho más difícil llegar a esta meta.

Para crear una meta realista, tienes que saber lo que realmente quieres lograr. Por ejemplo, tal vez quieras bajar 30 libras en 5 meses o viajar a otro país para vacaciones, pero tienes que ahorrar dinero. Lo primero que tienes que hacer es escribir tus metas en un papel. Un estudio sobre atletas y metas vio que los atletas que escribieron sus objetivos, tuvieron mejores resultados y trabajaron más duro que los que no los escribieron.

Sé específico y medible



Si tu meta es bajar de peso, tienes que saber cuánto quieres bajar; entre más específico, es mejor. La idea es tener un número en tu mente para que sea más fácil llegar a tu meta. Por ejemplo, una meta que muchos hacen es “hacer más ejercicio.” Una mejor manera de decirlo puede ser “inscribirse en un gimnasio e ir 3 veces a la semana”. Para empezar cada meta, es mejor dar pasos chiquitos. Con este ejemplo de empezar a ir al gimnasio, lo primero puede ser, acostúmbrate a ponerte los zapatos y llegar al gimnasio. Por hacer tu meta del día solo llegar al gimnasio, te motivará a empezar a hacer ejercicio ya que estés allí.



Ten un plan

Los arquitectos no crean edificios sin un plan. Entonces, ¿por qué comenzar a trabajar hacia un objetivo sin un plan?

Hazte preguntas como:

¿Cuánto cuesta?

¿Cuántos?

¿Cómo voy a saber cuando he terminado?

Se necesita tiempo para que un cambio se convierta en un hábito establecido

No te desanimes si te estás tardando un tiempo para ver resultados. Lo importante es que estás empezando a ser más consciente de tu salud y que estás trabajando en llegar a tus metas. Por eso es importante tener un tiempo específico para completar tu objetivo. Los impedimentos no significan fracasos y son necesarios para poder crecer.

Recuerda el porqué de lo que estás haciendo

Es por tu salud, por competir en un evento, porque siempre has querido hacerlo, etc.

La clave para hacer que un cambio que sea permanente es encontrar el deseo de que el cambio ocurra dentro de ti — tienes que hacerlo porque realmente lo quieres, no porque un amigo, amiga, entrenador, padre u otra persona quiere que los complazcas.



Mucho se ha dicho y se sigue diciendo del caso de Ayotzinapa: que si se ha capturado a los gobernadores y a sus cómplices, que si el procurador no va a descansar hasta que los encuentren. El mismo presidente se ha comprometido a seguir la búsqueda y castigar a los culpables. Este caso se ha vuelto el más mediático de la historia de México. Gracias a las redes sociales, los países de todo el mundo han vuelto sus ojos a México y reaccionan indignados ante semejante tragedia; pero esto es la punta del iceberg, "narcocorrupción mexicana."

Para mí es muy triste hablar de esto. Me duele saber que la muerte de estos 43 estudiantes en nada va a cambiar el rumbo ni el futuro de mi amado país. Antes de Ayotzinapa, hubo otros casos que ya son parte de nuestro pasado y que nunca se resolvieron. Mencionaré solo algunos: La matanza de estudiantes en 1968, donde ellos protestaban sobre el dinero que se iba a gastar en las olimpiadas. Los estudiantes del IPN y de la UNAM marcharon a la plaza de las tres culturas a hacer un mitin. ¿Cuál fue la sorpresa? Que ya los estaba esperando el ejército con tanques. La cifra de muertos fueron miles. ¿Y qué pasó? Nada. Hasta la fecha, se sigue recordando el 2 de octubre.

La guardería ABC; no cumplía con los lineamientos

de seguridad: no tenía salidas de emergencia ni extintores. El día de la tragedia, una bodega de al lado se incendió y las llamas se pasaron a la

guardería. Ésta, se quemó toda mientras los niños tomaban la siesta. Los padres de los niños siguen clamando justicia. Dicha guardería era de la propiedad de la prima de la esposa del presidente de México. Solo se le revocó su permiso de negocio, y tampoco nunca se hizo nada. La ley en México no existe. La presidencia está coludida con el narco. El presidente en turno es una marioneta. El que en verdad gobierna es el antiguo presidente: Carlos Salinas de

Gortari, el que robo al país, el que tiene sus cuentas bancarias en Suiza.

Ahora, el movimiento de Ayotzinapa es el pretexto perfecto para una guerra civil, revolución o revuelta, pero se necesita de un líder que de verdad quiera lo mejor para el pueblo de México; ese líder no existe. La presidencia de este sexenio que va en curso ya vendió Pémex; hizo una reforma de telecomunicaciones para quitar el internet y que nadie se pueda comunicar. El avión del presidente costó una fortuna. El escándalo de la "primera dama" y su casa de 7 millones de pesos que ganó con sus actuaciones de telenovelas de "medio pelo" es ridículo. La gente ya no cree nada. Vivimos en el narcoestado y la desconfianza total.

El panorama es muy agrio para México. En este momento estamos a la mitad del sexenio de Peña Nieto. Faltan más cosas por venir y el presidente que tomará su lugar ya está escogido. Como se dice: "el dedazo". Es muy triste para mí, pero la esperanza muere al último. Espero que la muerte de los 43 estudiantes no sea en vano. Espero que tampoco lo sean las muertas de Juárez, la matanza del 68, ni los niños de la guardería; y que con esto, los mexicanos abran los ojos, se revelen y que ya no se queden en su zona de confort y que actúen. Como dicen, la unión hace la fuerza. Hay que sacar el coraje y demandar un gobierno legítimo.



El nuevo anuncio de Inmigración

Por Christie Popp, abogada de la Oficina de Derecho Popp

Como mucha gente, yo estaba emocionado de escuchar el anuncio de acción ejecutiva sobre inmigración del presidente Obama. Sus acciones cubren todo, desde la re-priorización de quien será deportado a ofrecer permisos de trabajo a algunos padres de ciudadanos estadounidenses y residentes permanentes legales (poseedores de la mica). El espacio no me permite abordar todas las acciones en detalle, pero aquí son tres de las más emocionantes:

1 La expansión de la acción diferida para los llegados en la infancia (DACA). DACA proporciona permisos de trabajo por dos años a las personas traídas aquí antes de la edad de 16 años, que habían residido continuamente en los Estados Unidos desde 2007, que estaban indocumentados a partir de junio de 2012, y que actualmente asiste o se había graduado de la escuela secundaria u obtenido un GED. La edad máxima para aplicar era 31 años. El programa ampliado eliminará la restricción de edad máxima, cambiar la fecha de la presencia inicial de 2007 al 1 de enero de 2010 y otorgará permisos de trabajo por tres años en lugar de dos. Todos los demás requisitos siguen siendo los mismos. Este programa

ampliado entrará en efecto en los fines de febrero de 2015.

2 Nueva Acción Diferida para los padres de estadounidenses (DAPA). DAPA, como DACA, ofrece permisos de trabajo a personas que son elegibles para el programa. Este programa entrará en vigor en mayo de 2015. Para calificar, tiene que haber estado viviendo en los Estados Unidos sin estatus legal y ser el padre de un ciudadano de los Estados Unidos o residente legal permanente antes del 20 de noviembre de 2014. Tiene que tener una presencia continua en los Estados Unidos desde el 1 de enero de 2010. Al igual que con DACA, ciertos crímenes le impedirá obtener el estatus, y no pueden ser una "prioridad de la fuerza," lo que significa una prioridad para la deportación. Si alguna vez ha tenido un contacto con inmigración, o si usted ha sido arrestado, acusado o condenado por un delito, incluso si usted cree que los cargos fueron retirados o la convicción se borró de su expediente, usted debe consultar con un abogado de inmigración antes de aplicar para DAPA.



Alcalde Mark Kruzan



individuos con DACA (y posiblemente DAPA) son capaces de obtener permiso previo para viajar. Pero viajar tiene sus riesgos. Yo no recomendaría que cualquier persona solicite permiso anticipado sin antes consultar con un abogado de inmigración con experiencia. Este proceso sólo funciona para las personas con ciertas violaciones de inmigración, no todos, y usted podría ser detenido al volver al país.

Para obtener más información sobre estos programas, y todas las demás acciones que el Presidente asumió, usted puede ir a www.dhs.gov/accionmigratoria

Como con cualquier programa de este tipo, sin duda, muchas personas sin escrúpulos intentarán hacer dinero de estas iniciativas. Recuerde, la ley de inmigración es complicada. Protéjase. No reciba ayuda de nadie (incluyendo un buen amigo o miembro de la familia), excepto un abogado experimentado en inmigración o una organización sin fines de lucro que es "BIA Acreditado", lo que significa que tienen un permiso especial y la capacitación para ayudar en casos de inmigración, incluso sin un abogado. Aquí está una página Web con más información sobre cómo protegerse: <http://www.stopnotariofraud.org/index-es.php>

3 El presidente Obama también requerirá Servicios de Inmigración para permitir que personas con DACA que regresan a los Estados Unidos obtengan el permiso anticipado obtener una "green card" si tienes familiares elegibles quién pueden solicitar por ellos. Los

Asistencia de inscripción para la Cobertura de Seguro de Salud

Por Nancy Woolery, Coordinadora de Proyectos de Salud

La Ley de Cuidado de Salud Asequible (Affordable Care Act), la ley de seguro de salud que proporciona una buena calidad de seguro y una atención médica asequible para todos los estadounidenses, expone a los individuos, las familias y propietarios de pequeñas empresas en control del cuidado de su salud, reduce lo que las familias tendrán que pagar por el cuidado de la salud al limitar gastos de su propio bolsillo y que requieren la atención preventiva para estar totalmente cubiertos sin ningún gasto de su propio bolsillo. También reduce los costos de los pagos para millones de familias trabajadoras y pequeños negocios, proporcionando cientos de miles de millones de dólares en recortes tributarios -el mayor recorte de impuestos de la clase media para el cuidado de la salud en la historia.

Estadounidenses sin cobertura de seguro podrán escoger la cobertura de seguro que funciona mejor para ellos en un mercado de seguros competitivo y abierto. La Ley de Cuidado de Salud Asequible protege a los consumidores de una posible negación del seguro médico debido a condiciones preexistentes. Los adultos jóvenes pueden permanecer en el seguro de sus padres hasta que tengan 26 años de edad, y todos los planes de seguro de salud deben proporcionar atención preventiva gratuita. **Hay una multa para los estadounidenses que no se inscriban para la cobertura de atención de la salud.** La cuota por no tener seguro en el 2015 es de \$325 por adulto y \$162.50 por niño (hasta \$975 para una familia) o el 2% de su ingreso tributable, lo que sea mayor. Es por eso que es importante inscribirse en un programa de atención de salud como Medicaid, Hoosier Healthwise, el Plan Healthy Indiana, o un seguro

de salud del mercado de Indiana. Actualmente el Plan Healthy Indiana (HIP) no está aceptando solicitudes hasta nuevo aviso. Si actualmente se encuentra en el Plan Healthy Indiana, deberá volver a inscribirse con el fin de permanecer en el plan. Usted recibirá una carta de la Administración de Familias y Servicios Sociales (FSSA) cuando sea el momento para que usted pueda volver a inscribirse en el HIP.

Hay navegantes certificados (personas capacitadas para la inscripción de ACA) en nuestra comunidad que pueden ayudar a inscribir a las personas y familias en un plan de atención de la salud. Eventos de la comunidad se están planeando para educar al público sobre la cobertura de atención de la salud. La siguiente es una lista de recursos de la comunidad:

Navegantes de Asistencia en estas organizaciones se proporciona de forma gratuita:

- **Individual Solutions:** IU Health: 1-800-313-1328 para hacer una cita y para ver un navegante certificado.
- **Cubierta de Monroe:** 812-269-2991 ó visite www.covermonroe.org para información y eventos de inscripción.
- **Ciudad de Bloomington:** Llame 812-349-3851 para asistencia de inscripción. Para español llame al 812-349-3860 ó latinoprograms@bloomington.in.gov.
- **Premier Healthcare, LLC:** Danacia Wiechers, Navegador de Indiana Certificada, al 812-355-2762 ó dwiechers@premierhealthcare.org.

Para obtener más información acerca de cobertura de salud póngase en contacto con Nancy Woolery al 812.349.3851 ó wooleryn@bloomington.in.gov. Póngase en contacto con Araceli Gómez-Aldana para ayuda en español al 812.349.3860 ó latinoprograms@bloomington.in.gov.

• Otras opciones de atención médica

Algunas personas son elegibles para otros tipos de cobertura del gobierno. Un navegador puede ayudarle aprender acerca de estos programas:

• Medicaid de Indiana:

El programa Medicaid de Indiana ofrece varias maneras de obtener cobertura, incluyendo "Medicaid Tradicional." Hay programas para las personas que tienen bajos ingresos, las personas con discapacidad, embarazadas, o con necesidades médicas especiales. Para ver si usted es elegible para cualquier programa de Medicaid de Indiana, visite <http://member.indianamedicaid.com/programs--benefits/medicaid-programs.aspx>.

• Plan de Healthy Indiana (HIP):

HIP es para Hoosiers de bajos ingresos sin seguro de salud entre las edades de 19 a 64 que no califican para Medicaid o Medicare. Para ver si usted puede calificar o para aprender más sobre HIP, visite <http://member.indianamedicaid.com/programs--benefits/medicaid-programs/healthy-indiana-plan.aspx>. Es posible que haya una nueva versión de HIP en 2015. Mira el periódico para obtener información sobre 'HIP 2.0'.

(Continued on page 7)

Reconocimiento para niños y adolescentes!

Gane un premio
a través

del servicio a su
comunidad.



Cada hora de servicio voluntario que usted realiza en el transcurso de un (cualquier período de 12 meses) año se puede contar hacia su total de la adjudicación. Millones de estudiantes voluntarios cada día mejoran las comunidades y hacen de Estados Unidos una sociedad más justa. Las solicitudes se aceptan durante todo el año y se procesan trimestralmente (1 de enero, 1 de abril, 1 de julio, 1 de octubre). *Por favor, espere 8 semanas para el procesamiento de premios.*

Menores de 14 años

- Premio de Bronce - 50 horas
- Premio de Plata - 75 horas
- Premio de Oro - 100 horas

Edad de 15 a 18

- Premio Bronce - 100 horas
- Premio de plata - 175 horas
- Premio de Oro - 250 horas

Los ganadores reciben:

- Pin Premio oficial Presidente al Servicio Voluntario
- Un certificado personalizado de logro y una nota de felicitaciones del Presidente de los Estados Unidos
- Un pin oficial de la ciudad de Bloomington
- Una carta de felicitación del Alcalde de la Ciudad de Bloomington



• Hoosier Healthwise:

Hoosier Healthwise es un programa de atención médica para los padres de bajos ingresos / cuidadores, mujeres embarazadas y niños. Para ver si usted puede calificar o para aprender más acerca de Hoosier Healthwise, visite <http://member.indianamedicaid.com/programs--benefits/medicaid-programs/hoosier-healthwise.aspx>.

• Programa Seguro de Salud Infantil (CHIP):

Plan de Seguro de Salud para Niños (CHIP) es para jóvenes de 19 años o menos. Para ver si su hijo puede calificar o para aprender más sobre CHIP visite <http://www.in.gov/fssa/ompp/2545.htm>.

• Medicare:

Medicare es un programa federal de seguro médico para personas de 65 años o más, y para las personas elegibles que son menores de 65 años y discapacitados. Para ver si usted puede calificar o para obtener más información sobre Medicare vaya a <http://www.in.gov/idoi/2497.htm>.

• Voluntarios en Medicina (VIM)

VIM, ubicado en Bloomington, ofrece atención médica gratuita, dental y de salud mental; tratamiento de condiciones agudas y crónicas; y educación de salud preventiva para adultos no asegurados que viven en los condados de Monroe y Owen, y que cumplen los criterios de elegibilidad. Para ver si usted puede calificar o para aprender más sobre VIM visite <http://vimmonroecounty.org/services.php>.

También puede llamar al 2-1-1 ó visite www.in211.org/healthcare-project para aprender cómo hacer una solicitud, pruebe una calculadora de costos de seguro de salud, y obtenga la información más local.

Visite www.in.gov/healthcarereform/2468.htm para encontrar un navegador de Indiana Certificado cerca de usted. (Tenga en cuenta que no todos los navegadores certificados de esta lista proporcionan servicios gratuitos. Confirme que los servicios son gratuitos antes de hacer una cita.)

Regístrese para la
Clase de Ciudadanía y Naturalización

Primer clase: Feb. 3, 2015
.....

**Martes y jueves de
6:30 p.m.-8:00 p.m.**
.....

**Clases ubicadas en el
Ayuntamiento de la Ciudad
Costo \$25.00**
.....

**Fecha límite para registrarse:
Enero 23, 2015**

Aprendices del Idioma Inglés bienvenidos

Póngase en contacto con Araceli Gómez-Aldana al 812-349-3860

Ciudad de Bloomington Departamento hacia la Comunidad y Recursos Familiares.



CITY OF BLOOMINGTON

Departamento para La Comunidad y La Familia

PO BOX 100

401 N. MORTON STREET, SUITE 260

BLOOMINGTON, IN 47404