



CITY OF BLOOMINGTON
Latino Programs
and Outreach

Boletín Comunitario

DICIEMBRE 2021



Eventos y actividades durante el mes de diciembre

Por: La Biblioteca Publica Condado de Monroe

Par más información sobre otros eventos visite: mcpl.info/events

DICIEMBRE 12, 2021 12PM-6:00PM

¿Tienes curiosidad por el espacio para adolescentes de la planta baja, pero no eres un adolescente? Los usuarios de todas las edades están invitados a verlo el segundo domingo del mes; ¡hay un estudio de diseño de bricolaje, videojuegos, realidad virtual y más!

DICIEMBRE 14

3:30-4:30

DIY HOT COCOA

¡Prepárate para el invierno aprendiendo a hacer tu propia mezcla de chocolate caliente! Se proporcionan todos los suministros. De 12 a 19 años. En la Biblioteca Pública de Ellettsville

DICIEMBRE 17, 2021

4-5:30PM

PING PONG PALOOZA

¡Aprenda a jugar, divertirse y mejorar sus habilidades en un ambiente seguro y amigable! Entrar un momento. Todas las edades.

Diciembre 16, 2021 4:30-6PM

MINECRAFT CON LA BIBLIOTECA

¿Eres un experimentado profesional de Minecraft que busca nuevas formas de jugar? ¿Nunca jugaste pero quieres aprender con otros niños de tu comunidad? ¡Únete a nuestro servidor privado de Minecraft! Nos reuniremos para explorar, construir, esquivar enredaderas y luchar contra zombis, y organizaremos una reunión de Zoom para que puedas charlar y hacer preguntas mientras juegas con un nuevo grupo de amigos. De 7 a 12 años.

CIERRE DE LA BIBLIOTECA 24 & 25 DE DICIEMBRE

18 DE DICIEMBRE DE 2021 12-6PM

Maratón de Películas

¡Los sábados son el día perfecto para pasar el rato y ver películas con amigos! De 12 a 19 años.

Índice:

Editorial.....	p2
Crecimiento	p3
Cielito Lindo	p4
Centro Comunal.....	p5
Noche de.....	p6

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:

Josefa Madrigal

josefa.madrigal@bloomington.in.gov
Tel. 812-349-3860 Cel. 812-327-2259
City Hall Building
401 N. Morton Street, Suite 260
Bloomington, IN 47404

Directora: Beverly Calender-Anderson

Diseño: Josefa Madrigal

Portada: Israel Ruz

Gracias a todos nuestros contribuyentes.

La fecha de cierre para recibir material para el mes de febrero 2021 es el 15 de diciembre

Las fiestas y el bienestar

Por Claire Williams consejera del Centro de Crecimiento Humano

Se asocia el mes de diciembre con las fiestas; y este año con las vacunaciones, volvemos a la normalidad poco a poco. Este diciembre traerá oportunidades de volver a socializar, reunirnos con seres queridos, y celebrar juntos. Muchas de las celebraciones en diciembre se basan en tradiciones culturales, religiosas y/o familiares. Por eso, esta estación sirve para recordarnos de los valores que se pueden olvidar en otros momentos del año.

Las tradiciones religiosas, familiares, étnicas, culturales, etc., son claves para la identidad. Las prácticas culturales reforzarán quiénes somos, qué nos importa, y el orgullo que tenemos de los grupos a los que pertenecemos. Las prácticas que están conectadas a aspectos de una identidad de una persona pueden cultivar la expresión de emociones positivas, la autoestima, y el bienestar. Investigaciones sobre la identidad étnica y racial apoyan que las personas -- adultos/as y niños/as-- que tienen perspectivas positivas de su grupo racial o étnico desarrollan un autoconcepto más positivo de sí mismo también. Por eso, estar con familiares o personas de su o grupo cultural durante las fiestas puede ser una oportunidad de fortalecer orgullo de la cultura de uno y autoestima.

Pero, hay que notar que esta estación no es siempre tan agradable como nos gustaría imaginar que será. A pesar de que las festividades pueden ayudarnos, después de la pandemia, volver a estar en contacto con la gente también puede abrumarnos. Las Navidades pueden ser emocionantes, pero también pueden ser estresantes para la gente. Este año, habrá mucha gente que se siente engentado/a y no va a querer participar en las festividades; ya sea por ansiedad, preocupaciones sobre viajar o el COVID, o la idea de que será más fácil quedarse en casa y ver a Netflix que salir al mundo -- y esto está completamente bien. Rehusarse a socializar no tiene nada de malo, es una manera de recargar las pilas emocionales.

Tal vez no haya opción: TODOS van a la casa de su suegra, es firme. Si está en una situación donde tiene que pasar las fiestas con familia o amigos/as, intente recargar sus pilas después de que todos se marchan. Para recargar energía después de mucha socialización se puede:

- Desconectar y dar un paso afuera o hacer otro ejercicio suave
- Meditar o hacer respiraciones profundas para que el cuerpo se relaje
- Promover su higiene del sueño -- es decir, establecer una rutina para calmarse cada noche y dormir bien y suficiente
- Divertirse con amigos o personas con quienes se lleva bien. Charlas simples y ligeras pueden llenarnos de energía. Y los amigos queridos nos ayudan a desempacar las interacciones estresantes con familiares y amigos no tan queridos

Utilice este mes para hacer inventario de sus provisiones de energía: ¿Dónde, con quién, y cómo tiene que recargar? Porque -- ni importa la cultura ni religión -- el bienestar es algo que todos debemos celebrar.

Claire Williams

Consejera y estudiante doctoral de psicología, Centro para el Crecimiento Humano

Llame al 812-856-8302 o envíe un correo electrónico a centgrow@indiana.edu para solicitar una cita de admisión gratuita.

Horas

De lunes a jueves: de 12 a 8 p. M.

Viernes: 12 a 17 h

Lugar:

201 N Rose Ave, Ste 0001, Bloomington, IN 47405



Tradiciones navidenas Latinoamericanas Llega Navidad, la fiesta más esperada por chicos y grandes, milenios han pasado desde que el emperador Constantino en Roma, permitió el culto cristiano, se convirtió en cristiano y lo adecuó a su época, y así con el paso del tiempo, imperios caídos, guerras ganadas, algunas más pérdidas, el curso de la historia siguió, hasta llegar a nuestros días y a nuestro continente Americano.

De tan largo camino que ha recorrido la Navidad en todos los países tienen celebraciones muy especiales y específicas que solo ahí se levantan a cabo, daremos un breve recuento para conocer qué se hace en estas fechas en diferentes latitudes.

GUATEMALA

7 de diciembre. La quema del diablo.

Esta festividad distintiva guatemalteca se lleva a cabo el 7 de diciembre, normalmente a las 6 de la tarde en punto. La gente quema figuras en forma del diablo afuera de sus casas y en las calles, simbolizando una limpieza. Las figuras que representan al diablo están hechas de basura y otros artículos que ya no se utilizan y de los que la gente quiere deshacerse. El quemar estos objetos, simbolizan el proceso de purificación y renovación: fuera lo viejo, bienvenido lo nuevo.

Esta purificación sucede en la víspera de la fiesta de la Inmaculada Concepción de la Virgen María, que de acuerdo a la iglesia católica romana se conmemora al día siguiente, el 8 de diciembre.

NICARAGUA

7-8 de diciembre. La Gritería y La Purísima.

Mientras tanto, en Nicaragua, también el 7 de diciembre, se prepara el festín de la inmaculada concepción en una celebración completamente diferente. La Gritería es una tradición que data del año 1857. Un grito suena por las iglesias y catedrales: "¿Quién causa tanta alegría?" a lo que la gente responde: "¡La concepción de María!". En esta ruidosa celebración, numerosos grupos de nicaragüenses toman las calles a las 6 de la tarde en punto para alabar y cantarle a la virgen María mientras la pirotecnia y la música amenizan la celebración. La gente visita iglesias y altares a la virgen en casas particulares durante la tarde y noche, mientras que los dueños de las casas dan pequeños regalos y comida a los visitantes.

Para leer otros artículos visite <https://blog.remitly.com/es/cultura-y-estilo-de-vida/tradiciones-decembrinas-america-central/>

PANAMÁ

8 de diciembre. Día de las madres.

En una tradición única que coincide con las fiestas de invierno, Panamá celebra El día de las madres como fiesta nacional el 8 de diciembre. Este día coincide con el festejo de la iglesia católica romana de la Inmaculada Concepción, mismo que se celebra en otros países y que ha estado en el calendario nacional por cerca de un siglo. ¡Las familias se reúnen en este popular festejo para celebrar a mamá.

COSTA RICA

26 de diciembre. El Tope Nacional.

Los Topes, que son cabalgatas, son muy populares y son parte de la cultura de Costa Rica. Desde 1940, muchos pueblos a lo largo del país organizan procesiones a caballo cada año. La más importante de todas es la del Tope Nacional, misma que se ha llevado a cabo en San José por más de 80 años. Miles de jinetes, caballos y espectadores acuden a las actividades, mismas que además de ser un gran espectáculo en sí, proveen la oportunidad de ir de compras y pasar momentos memorables con amigos y familiares.

MÉXICO

12 de Diciembre La celebración de la Virgen de Guadalupe es un auténtico acontecimiento en México que, cada año, atrae tanto a mexicanos como a extranjeros que quieren conocer a la llamada 'morenita' y se acercan a su santuario, la Basílica de Guadalupe, en Ciudad de México. Este lugar sagrado presume de ser el segundo centro católico más visitado del mundo, solo por detrás de la Basílica de San Pedro, en Roma. El 12 de diciembre es el día de la Virgen de Guadalupe y debido a que cada año se va convirtiendo en un evento cada vez más multitudinario, en 2011 se inauguró la plaza Mariana, diseñada para recibir a las más de 3000 peregrinaciones que se estaban realizando anualmente.

ARGENTINA

La fecha de la Navidad en Argentina es igual que en el resto del mundo: 25 de diciembre. No obstante, al encontrarse en el Hemisferio Sur, aquí reciben esta fiesta con sol y calor: es verano. Este festejo significa para los argentinos el nacimiento de Jesús.

Es el mes de diciembre y te invito a detenerte por un momento y apreciarte, porque gracias al uso de tu libre albedrío has llegado hasta aquí, exactamente dónde te encuentras hoy.

¿Qué es el libre albedrío? Se define como la facultad de tomar decisiones. * Si te encuentras leyendo este artículo significa que todas las decisiones que has tomado en tu vida, hasta este momento, fueron favorables para continuar viviendo en este espacio vital.

La Doctora Elisabeth Kübler-Ross en su libro *La rueda de la vida*. El cual considero fabuloso y deseo compartirlo con quienes deseen leerlo. Lo he leído gracias a que una querida amiga me lo regaló en su última visita a Bloomington. Es un relato de la historia de sus experiencias de vida desde su nacimiento hasta la adultez. La Dra. Kübler-Ross nos cuenta que durante una etapa difícil de su carrera uno de sus guías espirituales llegó a revelarles que: “El libre albedrío es el mayor regalo que recibió el hombre al nacer en el planeta Tierra.” Por tanto, los seres humanos siempre tenemos opciones de elegir lo mejor para nosotros mismos y para los que nos rodean.

Disfrutemos el hecho de poder celebrar estas navidades en el año 2021 utilizando nuestro libre albedrío para seguir las sugerencias de *Marianella Sáenz* en el siguiente poema:

Exhortación Navideña

¡Es tiempo de abrigar la esperanza,
de avivar juntos su tímido
corazón de brasa!

Es tiempo para hacer
de nuestro pecho
un albergue de luz
capaz de transmitir la bondad,
la felicidad, el cariño
y los buenos recuerdos.

¡Es tiempo de abrigar la esperanza!
ahora mientras la naturaleza se adormece y cambia,
haz que tu voz, tu palabra amable,
tus manos, tu sonrisa,
el interés sincero por el otro
sean pesebre y regalo.

Es tiempo de abrigar la esperanza y prepararnos para vivir la Navidad renaciendo desde nuestro corazón agradecidos por esta oportunidad de compartir y disfrutar. ***

*El Pequeño Larousse Ilustrado. Edición colombiana 2004., ** La rueda de la vida 2da edición 2018, ***Marianella Sáenz, autora costarricense.



UNA NOCHE DE PAZ

Por: Sergio Lema



“Noche de Paz,
Noche de Amor,
Todo duerme en
derredor
entre los astros
que esparcen su
luz viene
anunciando al
niño Jesús...”

Estoy más que seguro que esta estrofa te es tan familiar como a mí, pero si no lo recuerdas esta estrofa pertenece a una canción llamada **“Noche de Paz”** en su traducción al español, de hecho, esta es la canción más famosa en Navidad, tanto así que se ha considerado un patrimonio cultural inmaterial de la humanidad de la UNESCO. Pero quiero hablarte un poco acerca de la historia de esta canción, pues creo que ayudara a que tu percepción de la Navidad se haga más profunda, esta canción se escribió en el invierno de 1816 y el autor de la letra fue un Sacerdote austriaco de nombre Franz Mohr, quien junto a su amigo, profesor y músico Franz Xaver Gruber desarrollaron esta melodía, la connotación de sucesos creo que tienen un gran impacto en el sentido de esta canción, durante los años previos una serie de azotes climáticos que disminuyeron la cantidad de alimentos, las guerras napoleónicas causaron un inestabilidad social y política, pero fue aún peor cuando en el mismo año 1816 las temperaturas heladas jamás se fueron, este año fue conocido como el “año sin verano” debido a un erupción volcánica que incremento el descenso de la temperatura en todo el planeta.

Que increíble, parece el escenario de una película, pero durante estos años cada uno de los sucesos fue muy real, creo que entendiendo este panorama, hallaremos un mayor sentido a la letra de la canción, “Noche de paz, noche de amor” ¿acaso no suena al grito profundo que sale del alma?, un clamor paz, en medio de un tiempo lleno de caos, un clamor, por un momento de amor al salir de las garras de la guerra, un grito por paz y amor en medio de un mundo de inestabilidad, una súplica por una noche de descanso verdadero no del cansancio físico, sino de la angustia.

La verdad, es que esas sensaciones en estos personajes no están lejos de cómo nos sentimos hoy, esta canción es tan especial, porque nos ayuda a evocar estas emociones conocidas que están ahí, habitando dentro, en nuestro corazón. Pero el autor hizo esta canción más especial aún, colocando en la letra un recordatorio, ayudando a que cada vez que la cantemos podamos recordar que la esperanza que es más grande y fuerte en el corazón es la que encontramos al ampararnos en Jesús, puede ser de nuestro gusto o no, pero la llegada del hijo de Dios a esta tierra trajo esperanza como ninguna otra, porque en él no solamente vemos a un niño que nació, si no, vemos a un Rey, vemos a un Salvador, vemos perdón y paz, vemos un restauración, vemos dirección, vemos la verdad, vemos el único camino a Dios, él es la vida y a esperanza, así que cuando Morh escribía estas palabras en su mente llena de aflicción, había una parte que le mostraba y recordaba hay una esperanza más grande en Jesús, la misma que está anunciando en nuestro interior hoy y en estas fechas donde el corazón percibe más que nunca esta verdad.

El significado de la noche de paz y noche de amor, son más profundos al igual que la navidad, son así porque todas estas cosas nos muestran a Jesús sobre todas las cosas, y esto puede darnos esperanza que jamás se ira de nuestro corazón, en esta Navidad al cantar “Noche de paz” recuerda la historia, habla con Jesús y halla un verdadero descanso para tu alma.

“Todas las cosas fueron hechas por medio de Él, y sin El nada de lo que ha sido hecho, fue hecho.” Juan 1:3



Iglesia Hispana les desea una
Feliz Navidad y un Año 2022
lleno de muchas bendiciones!

SERVICIO EN ESPAÑOL Domingos 11 am

*Pregunta por nuestros tiempos de oración y estudios bíblicos



Sherwood Oaks Christian Church
2700 E Rodgers Rd Bloomington, IN
Puerta 5. La Capilla / The Chapel



slema@socc.org
nlandgrauff@socc.org



ID: 322 736 7244



(317)654 9391
(812)325 3488



@IglesiaHispanaSO



**IGLESIA
HISPANA**
SHERWOOD OAKS



CITY OF BLOOMINGTON
Departamento para La Comunidad y La Familia

401 N. MORTON STREET, SUITE 260
BLOOMINGTON, IN 47404