



CITY OF BLOOMINGTON
Latino Programs
and Outreach

Boletín Comunitario

MAYO 2025

Día de las Madres



Bloomington IN 2025



Querida comunidad Latina de Bloomington,

Mayo es un mes que nos invita a celebrar el amor, la entrega y la fortaleza de quienes ocupan un lugar tan especial en nuestras vidas: las madres. En esta edición de El Boletín Comunitario, dedicamos un espacio especial a honrar la maternidad en todas sus formas: biológica, adoptiva, abuelitas que crían, tías que acompañan, vecinas que cuidan y todas aquellas mujeres que, con su amor y ejemplo, sostienen y nutren a nuestras familias. Nos llena de alegría compartir artículos en los que se reflexiona sobre el significado de ser madre, se reconoce el impacto de las mujeres latinas en la crianza de futuras generaciones, y se celebran historias reales que inspiran y conmueven.

Este mes es una oportunidad para agradecer, reconocer y abrazar a las madres de nuestra comunidad. Que nunca falten las palabras de amor, los gestos de gratitud y el reconocimiento que merecen cada día del año.

En esta edición:

Editorial	p 2
Día de las Madres en la Comunidad Latina en EEUU: Integración a través de la Educación y el Apoyo Materno.....	p 3
El Eco de la Primera Promesa	p 4
Día Mundial de la Hipertensión	p 5
Reflexiones sobre la Maternidad mas allá de la Celebración	p 6
La Importancia de Identificar y Expresar Nuestras Emociones	p 7
¡Qué tus Frutas y Verduras Duren Más!	p 8
Edulcorantes no Calóricos o no Nutritivos (ENN): Lo que debes saber.....	p 9



Boletín Comunitario es una publicación en español del Departamento de Recursos para la Familia y la Comunidad 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 el Boletín Comunitario son responsabilidad de su autor. Si usted desea ser voluntario del Boletín Comunitario, tiene alguna sugerencia o desea contribuir con información, por favor comuníquese con nosotros.

Editora: Ximena Martínez Ruiz
ximena.martinez@bloomington.in.gov
Tel. 812-349-3860
City Hall Building
401 N. Morton Street
Bloomington, IN 47404

Directora: Shatoyia Moss
Diseño: Estela Urbina
Portada: Israel Ruz
Gracias a todos nuestros voluntarios.
La fecha de cierre para recibir material para el mes de junio es el 15 de mayo.

DÍA DE LAS MADRES EN LA COMUNIDAD LATINA EN EEUU: INTEGRACIÓN A TRAVÉS DE LA EDUCACIÓN Y EL APOYO MATERNO

POR SANDY LÓPEZ

El Día de las Madres es una celebración universal que honra el amor, sacrificio y dedicación de las madres. **Dentro de la comunidad latina en EEUU**, esta fecha adquiere un significado aún más profundo, ya que destaca el papel fundamental que las madres desempeñan en la **integración y desarrollo de sus familias en un país extranjero**. **A través de la educación y el apoyo inquebrantable que brindan**, las madres latinas no solo preservan sus tradiciones, sino que también contribuyen significativamente al crecimiento y fortalecimiento de sus comunidades dentro de la sociedad americana.



El Papel de las Madres en la Integración de la Comunidad Latina

La migración latina a EEUU ha sido un proceso histórico de gran impacto, y en este fenómeno social, las madres han sido agentes clave en la adaptación de sus familias al nuevo entorno. Muchas de ellas llegan con el sueño de ofrecer mejores oportunidades a sus hijos y se convierten en pilares de estabilidad y protección. Además de ser proveedoras de amor y guía, las madres latinas tienen un rol activo en la integración cultural, ayudando a sus hijos y familiares a desenvolverse en una sociedad con diferentes normas, costumbres y sistemas educativos.

Uno de los aspectos en los que las madres contribuyen significativamente es el aprendizaje del idioma inglés. Aunque muchas familias latinas continúan utilizando el español en sus hogares para mantener su identidad cultural, las madres comprenden la importancia del bilingüismo y motivan a sus hijos a dominar el idioma para acceder a mejores oportunidades educativas y laborales. Al participar en clases de inglés, asistir a reuniones escolares y fomentar la lectura, estas madres les refuerzan la capacidad para navegar en un ambiente bilingüe.

La Educación Como Herramienta de Progreso

La educación es uno de los pilares más importantes en el proceso de integración de la comunidad latina en Estados Unidos, y las madres juegan un papel crucial en asegurar el acceso y el éxito académico de sus hijos. Muchas de ellas enfrentan barreras como la falta de recursos, el desconocimiento del sistema educativo americano y, en algunos casos, la necesidad de trabajar largas jornadas. A pesar de estos desafíos, las madres latinas muestran una determinación excepcional al involucrarse en la educación de sus hijos.

Un aspecto destacable es su participación en programas comunitarios y escolares. A través de asociaciones de padres, tutorías y eventos educativos, las madres latinas se aseguran de que sus hijos tengan acceso a materiales escolares, becas y apoyo académico adicional. Este esfuerzo no solo mejora el desempeño educativo de sus hijos, sino que también fortalece la relación entre la comunidad latina y el sistema educativo americano.

Impacto del Apoyo Materno en la Comunidad

El respaldo y guía materna tienen un efecto duradero en la integración y éxito de la comunidad latina en EEUU. Más allá de la educación formal, las madres fomentan valores como la responsabilidad, el respeto y la perseverancia, los cuales son esenciales para la superación personal y profesional de sus hijos. A través de su ejemplo, estas madres inspiran a futuras generaciones a trabajar duro y aprovechar las oportunidades que el país les ofrece.



En conclusión, el **Día de las Madres dentro de la comunidad latina en EEUU** es más que una celebración; es un **reconocimiento al invaluable esfuerzo de las madres en la educación** y el progreso de sus familias. Su apoyo y determinación no solo fortalecen a sus hijos, sino que también **enriquecen la sociedad en su conjunto**, demostrando que el amor materno es un motor poderoso para la integración y el crecimiento comunitario.

EL ECO DE LA PRIMERA PROMESA

POR SERGIO LEMA



Hay escenas que atraviesan el tiempo como un susurro persistente. Una de ellas surge en los primeros capítulos de la Biblia: una pareja que amanece en un mundo roto y, aun así, recibe el nombre más optimista que pueda darse: madre de todos los vivientes. Sí, Eva estrena la maternidad en medio del desconcierto, justo después de escuchar que un día llegará quien arregle lo que se ha estropeado. Su historia, tan antigua como la humanidad, sigue resonando cada vez que celebramos este Día.

El relato hebreo describe un jardín que se oscurece por un error decisivo. Sin embargo, antes de que la pareja sea expulsada, se anuncia una promesa: de la descendencia de la mujer nacerá alguien capaz de vencer al mal. No se ofrecen detalles ni fechas, solo la certeza de que la vida continuará y que, misteriosamente, la esperanza vendrá a través de la maternidad. Ese eco «vendrá alguien que traerá luz» quedó grabado en la memoria humana. Tal vez por eso, aun quienes no se describen como creyentes tienden a vincular el vientre materno con un futuro mejor. Cada bebé lleva implícita la idea de una nueva página en blanco, de la posibilidad de corregir errores y multiplicar aciertos. En un mundo donde abundan los titulares sombríos, el nacimiento de un hijo obliga a imaginar una oportunidad.

Cuando pensamos en las madres que conocemos –biológicas, adoptivas, madrinas, mentoras– notamos patrones comunes: abrazan, enseñan, corrigen, consuelan. Todo ello se resume en un verbo: sembrar. Sembrar paciencia en tardes de tarea, creatividad cuando el presupuesto es escaso, valentía para pedir disculpas, y, sobre todo, la convicción de que la vida puede florecer incluso en suelo pedregoso.

Ese trabajo cotidiano no siempre brilla en redes sociales ni recibe medallas, pero detiene pequeños derrumbes antes de que se conviertan en tragedias. Una madre que escucha sin juzgar, que celebra un dibujo torcido o que intuye lágrimas detrás de una puerta cerrada, está escribiendo capítulos de esperanza que otros leerán más tarde.

El hilo invisible, el eco de la promesa también aparece en mujeres anónimas de todas las culturas: la abuela que escondía pan durante la guerra “por si mañana”, la madre migrante que empaca su idioma y su fe en una maleta de mano, la voluntaria que presta pecho y tiempo para bebés sin familia. Ninguna de ellas conoce el desenlace completo, pero actúa como si supiera que algo bueno se acerca. Ese optimismo práctico es su forma de responder al rumor antiguo: la historia no terminará en oscuridad.

Celebrar a las madres, entonces, no es solo comprar flores o repetir un discurso correcto. Es reconocer que siguen amplificando aquella primera promesa: la vida merece ser cuidada porque un día será reparada del todo. ¿Cómo agradecerles? Tal vez con regalos simples y coherentes con lo que ellas mismas siembran: tiempo compartido sin distracciones, palabras que nombren sus logros invisibles, gestos que alivien sus cargas diarias.

Si eres madre, recuerda que tu labor posee un alcance que quizá nunca midas con exactitud; cada caricia y cada frontera que marcas son ladrillos en un edificio de esperanza más grande que tú. Y si hoy celebras a la mujer que te trajo al mundo –o a quien ejerció ese papel–, mira sus manos: en líneas discretas se dibuja el eco de una antigua promesa que, generación tras generación, sigue diciendo que la vida vale, que el futuro importa y que el bien terminará por abrirse paso.

REUNIONES TODOS LOS DOMINGOS 11AM – EN ESPAÑOL

Reuniones de Oración / Estudios bíblicos / Consejerías

¿Te gustaría aprender sobre el tema? Contacta a Sergio Lema al (812)3253488

o Norma Landgraaff al (317) 6549391 – Facebook @IglesiaHispanaSO

2700 E. Rogers Rd. Bloomington, IN 47401



IGLESIA HISPANA
SHERWOOD OAKS



La hipertensión es el principal factor de riesgo para sufrir una enfermedad cardiovascular. Cada año ocurren 1.6 millones de muertes por enfermedades cardiovasculares en la región de las Américas, de las cuales alrededor de medio millón son personas menores de 70 años, lo cual se considera una muerte prematura y evitable. La hipertensión afecta entre el 20-40% de la población adulta de la región y significa que en las Américas alrededor de 250 millones de personas padecen de presión alta.



La hipertensión es prevenible o puede ser pospuesta a través de un grupo de intervenciones preventivas, entre las que se destacan la **disminución del consumo de sal**, una **dieta rica en frutas y verduras**, el **ejercicio físico** y el **mantenimiento de un peso corporal saludable**.

Datos clave

- La **presión arterial alta** igual o por encima **de 140/90 mmHg** es hipertensión.
- La hipertensión es el **principal factor de riesgo para muertes** por enfermedades cardiovasculares.
- Las enfermedades cardiovasculares son la principal causa de muerte en la mayoría de los países de las Américas, y son responsables del 30% de las muertes en la región.
- Un alto consumo de sal, bajo consumo de frutas y vegetales, uso nocivo del alcohol e inactividad física son los principales **factores de riesgo** para tener hipertensión.
- La presión arterial alta combinada con el uso de tabaco, obesidad, diabetes o colesterol alto, aumenta aún más el riesgo de tener una enfermedad cardiovascular.
- Las **personas con menos recursos socioeconómicos** tienden a tener más riesgo de padecer enfermedades cardíacas y accidentes cerebrovasculares, y menos acceso a prevención tratamiento.
- Cada año, **millones de personas caen en la pobreza** como resultado de los gastos en servicios de salud, vinculados a las complicaciones que les genera la hipertensión.
- La **reducción del consumo de sal** a nivel de la población es la intervención más costo- efectiva en salud pública para reducir la hipertensión.
- La reducción de la sal combinada con una **reducción en el consume de tabaco** podría prevenir un estimado de 3,5 millones de muertes en las Américas en los próximos diez años.



Si necesitas ayuda para contactar un proveedor de salud o te gustaría hablar más de este tema y recibir información, no dudes en ponerte en contacto con nosotros.

El Centro Comunal Latino está localizado en la **Biblioteca Pública** de la ciudad **303 Kirkwood Ave. Salón 206**. Puedes escribir al correo electrónico **elcentrocomunal@gmail.com** ó llamarnos al **812 355 7513** y **dejar un mensaje**.



Cada mes de mayo, las calles se llenan de flores, tarjetas y mensajes que exaltan el amor incondicional de las madres. Se celebra su ternura, su sacrificio y su entrega como si fueran virtudes casi divinas. Sin embargo, pocas veces se reflexiona con profundidad sobre lo que realmente significa ser madre. Más allá del reconocimiento simbólico que se les otorga un solo día al año, la maternidad es una responsabilidad inmensa que transforma para siempre la vida de una mujer.



Ser madre implica mucho más que dar a luz. Es cuidar, sostener, acompañar, enseñar y proteger a otro ser humano desde su más absoluta vulnerabilidad. Es enfrentar noches sin dormir, lidiar con enfermedades, temores, crisis económicas y emocionales, y aun así levantarse cada mañana para continuar. Muchas mujeres lo hacen sin redes de apoyo, sin pareja, sin recursos, sin descanso. Lo hacen en silencio, con una fortaleza que no siempre es reconocida como debería ser.



En nuestras comunidades, especialmente entre las mujeres Latinas, la maternidad está rodeada de ideales tradicionales. Se espera que la madre sea abnegada, que anteponga las necesidades de sus hijos y su familia por encima de las suyas, que no se queje, que siempre esté disponible. Esta visión, profundamente influenciada por valores como el marianismo, romantiza el sacrificio materno sin ofrecer apoyo concreto ni estructural. ¿Quién cuida a la madre cuando ella lo da todo?

Tener un hijo también implica una decisión ética y social. Criar a un niño requiere tiempo, dinero, salud mental y física, educación y acceso a servicios que muchas veces no están disponibles. En contextos de pobreza, migración o violencia, esta tarea se vuelve aún más compleja. No se trata solo del amor maternal, sino de condiciones que garanticen una vida digna tanto para la madre como para el hijo. Y aún así, muchas mujeres asumen esta tarea con valentía, aunque el sistema las abandone.

Además, ser madre no debería ser una expectativa automática ni una obligación. Hay mujeres que eligen no ser madres, y su decisión es igual de válida y valiente. La maternidad debe ser una opción consciente, deseada, acompañada y respetada.

Este Día de las Madres, más allá de las flores y los mensajes bonitos, es importante detenernos a pensar: ¿qué necesita una madre para cuidar y cuidarse? ¿Cómo podemos apoyar verdaderamente su labor? Celebrar a las madres también significa exigir políticas públicas que garanticen derechos reproductivos, acceso a salud mental, guarderías accesibles y condiciones laborales justas.



Las emociones son una parte esencial de nuestra vida. Nos ayudan a tomar decisiones, a conectar con los demás y a entendernos mejor. Sin embargo, muchas personas, especialmente los hombres, han crecido sin aprender a identificar o expresar lo que sienten, lo que puede llevar a estrés, aislamiento y conflictos en sus relaciones.

Cuando reprimimos lo que sentimos, el cuerpo y la mente lo resienten. La falta de expresión emocional puede generar ansiedad, depresión, enojo reprimido y hasta problemas físicos como tensión muscular y enfermedades cardiovasculares. Además, afecta nuestras relaciones, ya que la falta de comunicación emocional puede generar malentendidos, distancia y resentimiento.

Los Hombres y la Expresión Emocional

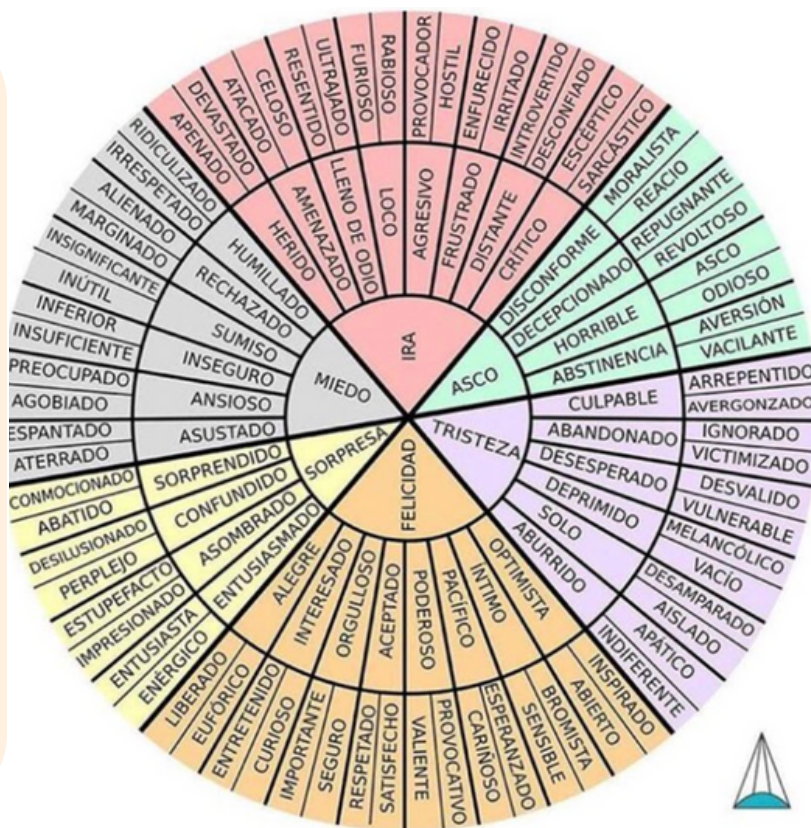
A muchos hombres se les enseña desde niños a “aguantar” y no mostrar vulnerabilidad, como si sentir fuera un signo de debilidad. Esta mentalidad puede hacer que enfrenten sus emociones con enojo, aislamiento o evitación, lo que a largo plazo afecta su bienestar. Sin embargo, expresar emociones no solo libera tensiones internas, sino que también ayuda a evitar explosiones de ira y conflictos innecesarios. La verdadera fortaleza está en conocerse y comunicarse de manera honesta.

1. Identifica lo que sientes: Usa la rueda de las emociones proporcionada para precisar exactamente lo que estás sintiendo. En lugar de decir simplemente “Estoy enojado” o “Estoy triste,” la rueda te ayuda a reconocer si se trata de frustración, decepción, soledad u otra emoción específica. Cuanto más preciso seas, más fácil será manejar y expresar tus emociones.

2. Comparte con alguien de confianza: Hablar sobre tus emociones con un amigo, familiar o pareja ayuda a procesarlas mejor.

3. Encuentra formas de expresión: Escribir, hacer ejercicio, crear arte o incluso hablar en voz alta solo puede ser útil.

4. Cuestiona los estereotipos: Expresar emociones no te hace menos fuerte; al contrario, te ayuda a tener mayor control sobre tu vida.



Reprimir las emociones no las hace desaparecer, solo las entierra hasta que salen de manera negativa. En cambio, aprender a reconocerlas y expresarlas nos hace más libres, más sanos y nos permite conectar mejor con quienes nos rodean. No se trata de volverse alguien completamente emocional, sino de aprender a usar las emociones como herramientas para una vida más plena y equilibrada.

¡QUÉ TUS FRUTAS Y VERDURAS DUREN MÁS!

POR CARINA LEIVA

¡Que tus frutas y verduras duren más!

He sido vegetariana por más de 5 años y desde antes de cambiar mi dieta investigué, leí y me prepare mucho para hacer una transición responsable. Te comparto unos de mis tips más eficientes para que las **frutas y verduras me duren más**, tanto dentro como fuera de la refrigeradora.



Una vez secos, **colca una servilleta o paño en el fondo del recipiente.**

Tanto para guardar lechuga, espinaca, kale y bayas. Absorbe la humedad y evita que se pudran o se haga moho. Siempre ponles tapa.



Lava todas las frutas y verduras inmediatamente después de que haces las compras, así crearás el hábito.

Puedes **sumergirlos en agua con un poco de sal o vinagre**. Sécalos bien y pícalos o guárdalos enteros en **recipientes de vidrio**.



Reutiliza los recipientes donde vienen salsas para pasta, mermeladas, dips....puedes lavarlos con agua caliente para quitarles las etiquetas.



Guarda las papas en una bolsa de papel, tela o una panty media en la alacena (lugar oscuro) junto con las manzanas, ¡no las pongas junto con las cebollas!



Coloca los cebollines, espárragos, culantro y hierbas (albaca, menta, romero) en recipientes de vidrio con unos 2cm de agua, permitirá que crezcan mientras los usas. Refrigera los vegetales y las hierbas colócalas junto a una ventana con buena iluminación

Carina Leiva



Los edulcorantes no calóricos o no nutritivos (ENN) son sustancias que proporcionan sabor dulce sin aportar energía significativa. Se utilizan como sustitutos del azúcar, especialmente por personas con diabetes o quienes buscan reducir su ingesta calórica.



Tipos y Usos en Cocina

No todos los ENN reaccionan igual al calor. Algunos, como la alulosa y tagatosa, son ideales para hornear porque caramelizan. El eritritol también es útil en repostería por su volumen y sabor (70% del dulzor del azúcar). En cambio, la stevia puede dejar un regusto amargo y el aspartamo no resiste bien altas temperaturas, por lo que se recomienda para preparaciones frías. La sucralosa, en cambio, sí es estable al calor y apta para hornear.

¿Son Seguros?

Sí, dentro de los límites establecidos por organismos como la OMS, FDA y JECFA. Sin embargo, su consumo excesivo podría afectar la percepción del dulzor natural y causar molestias gastrointestinales (especialmente con eritritol o alulosa). Se sugiere un uso moderado y adaptado a las necesidades de cada persona.

Ingesta Diaria Aceptable (IDA)

Stevia	4 mg/kg
Aspartamo	40 mg/kg
Sucralosa	15 mg/kg
Alulosa	0,9 g/kg
Eritritol	0,5 g/kg
Tagatosa	No established

Ingesta Diaria Aceptable (IDA):

- Stevia:** 4 mg/kg de peso/día.
- Aspartamo:** 40 mg/kg/día (no recomendado para personas con fenilcetonuria). Aunque clasificado como posiblemente carcinógeno (Grupo 2B) por el CIIC, la IDA fue ratificada por JECFA.
- Sucralosa:** 15 mg/kg/día.
- Alulosa:** No tiene IDA formal, pero se recomienda no exceder 0,9 g/kg/día para evitar efectos laxantes.
- Eritritol:** IDA de 0,5 g/kg/día. Es seguro, pero en personas con alto riesgo cardiovascular se ha observado una posible asociación con eventos cardíacos (se necesita más investigación).
- Tagatosa:** Sin IDA establecida; su uso excesivo puede causar molestias gastrointestinales.

Recomendaciones Finales:

- ✓ Elige el edulcorante según su uso (hornear, bebidas, etc.).
- ✓ Usa la menor cantidad posible para no acostumbrarte al exceso de dulzor.
- ✓ Prefiere opciones naturales como frutas o dátiles.
- ✓ Consulta a un/a nutricionista si tienes condiciones de salud particulares.
- ✓ Lee siempre la etiqueta para conocer la IDA y los ingredientes.



Soy Verónica Sambra, nutricionista chilena y estudiante de doctorado en nutrición en la Universidad de Indiana Bloomington. Si te gustó esta información o tienes dudas sobre alimentación, no dudes en escribirme a mi Instagram: [nutricionista_veronicasambra](#). También estoy abierta a sugerencias sobre temas de nutrición que te interesaría leer en próximos boletines. ¡Espero tus ideas!



CITY OF BLOOMINGTON
Commission on Hispanic
and Latino Affairs

IU CREDIT UNION /
COMISIÓN DE ASUNTOS HISPANOS Y LATINOS

OPORTUNIDAD DE BECA

ESTUDIANTES DEL ÚLTIMO AÑO
DE PREPARATORIA QUE VAN A LA
UNIVERSIDAD 2025-2026

\$1,500

FECHA LÍMITE: **22 DE MAYO 2025**

CRITERIOS DE ELIGIBILIDAD*

- El solicitante se identifica como **hispano/latinx**, además de ser ciudadano estadounidense, residente legal permanente o elegible para DACA, ITIN.
- El solicitante debe estar **inscrito o tener la intención de inscribirse en un programa de licenciatura** en una universidad o colegio acreditado durante el año académico 2025-2026.
- El solicitante debe ser un **estudiante de último año en una escuela preparatoria** de Bloomington (IN).
- El solicitante debe estar al día y tener al menos un **GPA de 3.0**
- El solicitante debe demostrar **participación activa y contribuciones a la comunidad**.



**ESCANEA EL CÓDIGO
QR PARA APLICAR!**



Comuníquese con la CHLA al correo electrónico latinoprograms@bloomington.in.gov si tiene alguna pregunta.

* Los empleados, funcionarios y familiares directos de IU Credit Union no son elegibles y los miembros de la NAACP del condado de Monroe por favor consulten su sitio web.

[HTTPS://BLOOMINGTON.IN.GOV/BOARDS/HISPANIC-LATINO-AFFAIRS](https://bloomington.in.gov/boards/hispanic-latino-affairs)

VITAL Programs April-May 2025

Volunteers in Tutoring Adult Learners (VITAL) provides a safe and respectful learning environment for adults who want to improve their reading, writing, or English-language skills. It offers tutoring, English language groups, and helps learners prepare for the driver's license and citizenship tests.

Learning Lab

Study on your own, but with friends! Drop in and get help from VITAL staff to find learning resources and materials to improve your reading, writing, or English language skills. Age 18 and up

Fridays, 1:30-3pm | April 25-June 6
Downtown Library, VITAL

English Language Groups

New English speakers will practice everyday language skills in a relaxed, informal atmosphere. Age 18 and up. See [VITAL English Language Groups](#) for schedule and information.

Drop in | March 23-May 24
Downtown Library, VITAL

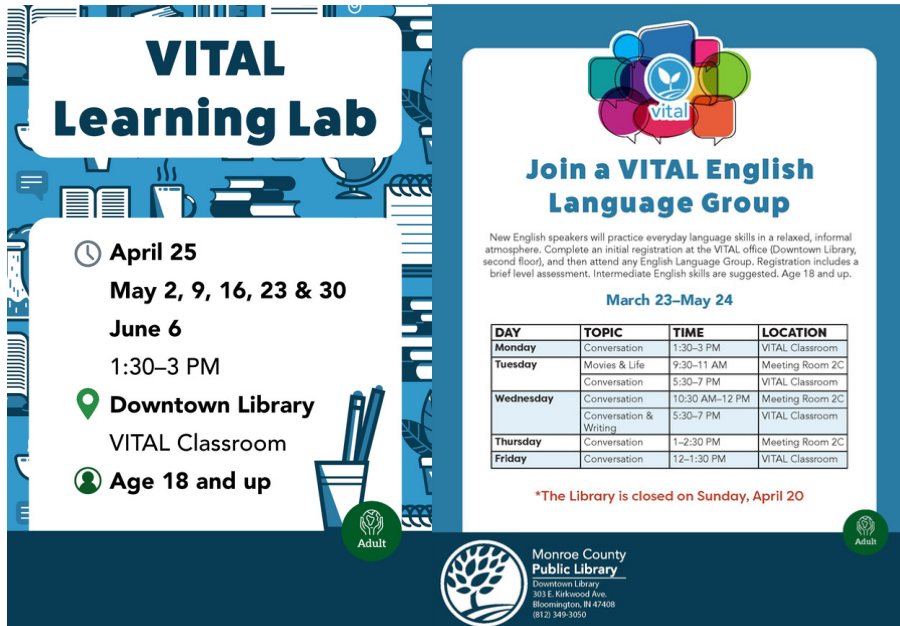


¡Tenemos ropa para toda la familia y artículos para el hogar!

Closet Comunitario Gratis

Lunes a Jueves
9am a 4pm

IGLESIA HISPANA SHERWOOD OAKS
2700 E Rogers Rd
Bloomington, IN 47401 Puerta 2
Preguntas? Llama al (317)654-9391



VITAL Learning Lab

April 25
May 2, 9, 16, 23 & 30
June 6
1:30-3 PM

Downtown Library
VITAL Classroom

Age 18 and up

Join a VITAL English Language Group

New English speakers will practice everyday language skills in a relaxed, informal atmosphere. Complete an initial registration at the VITAL office (Downtown Library, second floor), and then attend any English Language Group. Registration includes a brief level assessment. Intermediate English skills are suggested. Age 18 and up.

March 23-May 24

DAY	TOPIC	TIME	LOCATION
Monday	Conversation	1:30-3 PM	VITAL Classroom
Tuesday	Movies & Life	9:30-11 AM	Meeting Room 2C
	Conversation	5:30-7 PM	VITAL Classroom
Wednesday	Conversation	10:30 AM-12 PM	Meeting Room 2C
	Conversation & Writing	5:30-7 PM	VITAL Classroom
Thursday	Conversation	1-2:30 PM	Meeting Room 2C
Friday	Conversation	12-1:30 PM	VITAL Classroom

*The Library is closed on Sunday, April 20

Monroe County Public Library
Downtown Library
201 E. Kirkwood Ave.
Bloomington, IN 47408
(812) 349-3550



EL BANCO DE COMIDAS HOOSIER HILLS
FOOD BANK HARÁ ENTREGA DE

ALIMENTOS GRATIS

La despensa de alimentos Familia Primero
CAMBIA DE UBICACIÓN

A PARTIR DEL 17 DE FEBRERO,
ENTREGAREMOS LOS ALIMENTOS GRATIS EN LA

IGLESIA CRISTIANA SHERWOOD OAKS
2700 EAST ROGERS ROAD - PUERTA 4
Ingrese por el lado suroeste del edificio
por la entrada del preescolar.

CONTINUAREMOS EL TERCER LUNES
DE CADA MES DE 2 PM A 4 PM



PREGUNTAS? LLAMA AL (812)334-8374 o
memberagency@hhfoodbank.org

¡Prepárate con las Girl Scouts!

ÚNETE ANTES DEL 6/30



Prepárate con las Girl Scouts y comienza el verano con divertidas aventuras en las que desarrollarás tus habilidades y harás nuevas amistades. Su estudiante lo hará al aire libre, jugará y ganará confianza en sí misma, a la vez que desarrolla habilidades esenciales para la escuela, como el trabajo en equipo y el seguimiento de instrucciones.

Aproveche esta promoción especial, ¡disponible sólo para los nuevos miembros que comenzarán kindergarten o primer grado en el otoño del 2025!

Únete antes del 6/30/2025 por sólo \$63 y recibe:

- Hasta 18 meses de membresía a partir del 1 de abril hasta septiembre de 2026
- Tres libros de actividades de Get Ready with Girl Scouts repletos de juegos, manualidades y habilidades esenciales para prepararse para el próximo año escolar
- Un regalo especial de Girl Scouts

¡Únete a nosotros en una Fiesta de Baile de Animales!
¡Inscríbete y gana su primer parche!

Sábado * 5 de abril * 11 AM

Biblioteca Pública del Condado de Monroe * Sucursal Suroeste
890 W Gordon Pike, Bloomington, IN

Especialmente para CHICAS que se inician en Girl Scouts.
Asiste a nuestras reuniones de verano el segundo jueves de cada mes.
¿Preguntas? Llama al 317-924-6800.
Para obtener ayuda financiera e inscribirte:
www.girlscoutsindiana.org/getready



Escanea el código QR para empezar hoy mismo y seguir viviendo aventuras hasta septiembre de 2026. Por tiempo limitado*, las niñas pueden unirse por \$63. Asistencia financiera disponible!



Boletín Comunitario

¿TE GUSTARÍA CAMBIAR AL BOLETÍN COMUNITARIO DIGITAL?

Para inscribirte o actualizar tus datos,
escanea con tu celular el código QR o visita
<https://bloomington.in.gov/latino>



**CITY OF
BLOOMINGTON**

Departamento de Recursos para la Comunidad y la Familia

PO BOX 100
401 N. MORTON STREET, SUITE 260
BLOOMINGTON, IN 47404