



CITY OF BLOOMINGTON
Latino Programs
and Outreach

Boletín Comunitario

OCTUBRE 2025





Querida comunidad de Bloomington,

En este número del Boletín Comunitario abordamos temas que tocan lo más profundo de nuestro ser: la salud mental, el duelo y, sobre todo, la fuerza que encontramos en nuestras raíces. Como comunidad latina, sabemos que la vida está hecha de momentos de celebración, pero también de desafíos.

Los invito a leer, compartir y reflexionar con los artículos de esta edición. Que cada página sea un recordatorio de que nuestra comunidad sigue creciendo más fuerte cuando nos apoyamos unos a otros, con orgullo y con fe en un futuro mejor.

En esta edición:

Editorial	p 2
La Historia y Evolución de Halloween	p 3
Otoño, el Arte de Dejar Ir	p 4
10 de octubre, Día Mundial de la Salud Mental	p 5
El Proceso de Duelo en Nuestras Comunidades	p 6
¡Comer Saludable con MiPlato en Bloomington!	p 7
Sabores de Nuestra Tierra	p 8



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: CFRD
Portada: Israel Ruz
Gracias a todos nuestros voluntarios.
La fecha de cierre para recibir material para el mes de noviembre es el 15 de octubre.

LA HISTORIA Y EVOLUCIÓN DE HALLOWEEN

POR SANDY LÓPEZ



Halloween, una festividad celebrada el 31 de octubre, tiene sus raíces en antiguas tradiciones celtas y ha evolucionado hasta convertirse en una celebración global con disfraces, dulces y diversión.

Orígenes Celtas

Los orígenes de Halloween se remontan a la antigua festividad celta de Samhain, que marcaba **el final de la cosecha y el comienzo del invierno**. Los celtas creían que en la noche de Samhain, los espíritus de los muertos regresaban a la tierra. Para ahuyentar a estos espíritus, encendían hogueras y usaban disfraces. Además, se realizaban rituales de adivinación para predecir el futuro, especialmente sobre el matrimonio y la muerte.

Influencia Romana

Con la expansión del Imperio Romano, las festividades romanas de Feralia y Pomona se fusionaron con Samhain. Feralia era **una celebración en honor a los muertos**, mientras que Pomona **honraba a la diosa de los frutos y los árboles**. Esta mezcla de tradiciones contribuyó a la evolución de Halloween. Durante esta época, se introdujeron prácticas como la recolección de manzanas, que aún hoy en día se asocia con Halloween.

La Iglesia Católica y el Día de Todos los Santos

En el siglo VIII, el Papa Gregorio III designó el 1 de noviembre como **el Día de Todos los Santos, una festividad para honrar a todos los santos y mártires**. La noche anterior se conoció como **All Hallows' Eve**, que eventualmente se convirtió en **Halloween**. Esta festividad cristiana absorbió muchas de las tradiciones paganas de Samhain. En el siglo IX, la Iglesia también estableció el **Día de los Difuntos** el 2 de noviembre, una jornada para **honrar a los muertos**, lo que reforzó aún más la conexión entre Halloween y las prácticas de recordar a los fallecidos.



Halloween en América

Los inmigrantes europeos trajeron consigo las tradiciones de Halloween a América del Norte. En el siglo XIX, la festividad comenzó a ganar popularidad en EEUU, especialmente con la llegada de inmigrantes irlandeses que huían de la Gran Hambruna. Las tradiciones de **tallar calabazas** (jack-o'-lanterns) y **pedir dulces** (trick-or-treating) se popularizaron este tiempo. Las calabazas talladas se inspiraron en la leyenda irlandesa de Stingy Jack, un hombre astuto que engañó al diablo y fue condenado a vagar por la tierra con solo un nabo hueco iluminado por una brasa.



Evolución Moderna

En el siglo XX, Halloween se transformó en una celebración más secular y comercial. Las fiestas de disfraces, las casas embrujadas y las películas de terror se convirtieron en elementos esenciales de la festividad. La industria del cine y la televisión también jugó un papel importante en popularizarlo con películas icónicas como "Halloween" de 1978 y series de televisión. Hoy en día, Halloween es una celebración global que trasciende fronteras y culturas, con personas de todas las edades participando en las festividades. En muchos países, se organizan desfiles y eventos comunitarios, y las decoraciones adornan hogares y negocios.

Conclusión

La evolución de Halloween es un reflejo de la mezcla de culturas y tradiciones a lo largo de la historia. Desde sus raíces celtas hasta su forma moderna, Halloween ha pasado de ser **una festividad para ahuyentar espíritus** a una **celebración de diversión y creatividad**. La capacidad de Halloween para adaptarse y evolucionar con el tiempo ha asegurado su lugar como una de las festividades más queridas y esperadas del año.

OTOÑO, EL ARTE DE DEJAR IR.

POR SERGIO LEMA



Llegó octubre y nos regala uno de los paisajes más hermosos del año: el otoño. Los árboles, antes vestidos de verdes intensos, comienzan a teñirse de tonos rojos, naranjas y dorados. Sus hojas, que durante meses fueron señales de vida, se desprenden lentamente, flotando en el aire antes de reposar en el suelo y ofrecer un espectáculo que todos admiramos, pero este paisaje también nos invita a la reflexión: ¿qué significa para nosotros la caída de estas hojas?

En la naturaleza, la caída de las hojas no es un accidente ni una tragedia. De hecho, este desprendimiento es un proceso necesario. El árbol sabe que necesita soltar lo viejo para conservar energía y prepararse para la siguiente temporada. Sin este desprendimiento, no tendría la fuerza suficiente para soportar el invierno ni para renacer en la primavera. Esta imagen también pasa en nuestra vida, hay momentos en que necesitamos dejar ir lo que ya no nos nutre ni nos da vida.

En ocasiones nuestra decisión es de cargar con culpas, resentimientos o recuerdos que solo nos pesan. Nos aferramos a malos hábitos, a relaciones dañinas o a formas y maneras de pensar que nos impiden avanzar. Igual que las hojas secas, estos aspectos se quedan sin propósito y nos quitan energía. Sin embargo, nos cuesta soltarlos porque forman parte de lo que hemos sido hasta ahora, los consideramos parte de nuestra identidad. El problema es que mientras no los dejemos ir, nunca habrá espacio para lo nuevo.

La carta a los hebreos lo dice de esta manera: "...quitémonos todo peso que nos impida correr..." (Hebreos 12:1). La imagen es clara: si llevamos demasiado peso, no podremos correr ni avanzar. Dejar ir no significa pérdida, sino liberación y oportunidad. Es como cuando el árbol se desprende de lo viejo para tener la fuerza de enfrentar la siguiente estación. La acción de dejar ir no siempre es sencilla. Requiere valentía para reconocer que hay cosas que ya no deben acompañarnos. Pero cuando lo hacemos, experimentamos una sensación de ligereza, como si de pronto el aire entrara más libremente en nuestros pulmones. Esa ligereza es la antesala de la renovación.

La renovación empieza cuando soltamos el pasado para abrir espacio a lo nuevo. Igual que el otoño prepara al árbol para la primavera, nosotros también necesitamos temporadas de desprendimiento que nos preparen para florecer. Un recordatorio similar es ofrecido como una invitación "Sí alguno está en Cristo, nueva criatura es; las cosas viejas pasaron; he aquí todas son hechas nuevas" (2 Corintios 5:17) esta invitación es más que una página nueva, es una invitación a una nueva vida. Con el paisaje otoñal, aunque anuncia la llegada del frío invierno, se llena de colores vibrantes. Eso nos enseña que los procesos de cambio, incluso cuando implican soltar, también pueden ser hermosos. **Hay belleza en aprender a cerrar ciclos, en perdonar, en sanar y en dar un paso hacia adelante.**

Quizás este octubre sea tu oportunidad de preguntarte: ¿qué hojas secas necesito dejar caer en mi vida? Tal vez es un hábito que ya no te hace bien, una preocupación que no puedes controlar, o un recuerdo que solo trae tristeza. Te animo, ¡atrévete a soltarlo! El otoño nos recuerda que dejar ir no es el final, sino el inicio de un proceso de renovación, donde puedes abrazar algo que producirá crecimiento, un nuevo hábito, nuevos retos o pensamientos o una comunidad de fe. Como todo árbol, cuando llega la primavera, lo nuevo que nacerá será más fuerte, más fresco y lleno de vida, este otoño puede ser el mejor de tu vida.

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 Landgraff al (317)6549391

Facebook @IglesiaHispanaSO - 2700 E. Rogers Rd. Bloomington, IN 47401



IGLESIA HISPANA
SHERWOOD OAKS

La salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. Es parte fundamental de la salud y el bienestar que sustenta nuestras capacidades individuales y colectivas para tomar decisiones, establecer relaciones y dar forma al mundo en el que vivimos. La salud mental es, además, un derecho humano fundamental. Y un elemento esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico.



La salud mental es más que la mera ausencia de trastornos mentales. Se da en un proceso complejo, que cada persona experimenta de una manera diferente, con diversos grados de dificultad y angustia y resultados sociales y clínicos que pueden ser muy diferentes.

Tod@s estamos expuestos a experimentar alguna situación que requiera ayuda para mejorar nuestra salud mental, no dude en buscar apoyo.

Determinantes de la salud mental

A lo largo de la vida, múltiples determinantes individuales, sociales y estructurales pueden combinarse para proteger o socavar nuestra salud mental y cambiar nuestra situación respecto a la salud mental.

Factores psicológicos y biológicos individuales, como las habilidades emocionales, el abuso de sustancias y la genética, pueden hacer que las personas sean más vulnerables a las afecciones de salud mental.

La exposición a circunstancias sociales, económicas, geopolíticas y ambientales desfavorables, como la pobreza, la violencia, la desigualdad y la degradación del medio ambiente, también aumenta el riesgo de sufrir afecciones de salud mental.

Los riesgos pueden manifestarse en todas las etapas de la vida, pero los que ocurren durante los períodos sensibles del desarrollo, especialmente en la primera infancia, son particularmente perjudiciales. Por ejemplo, se sabe que la crianza severa y los castigos físicos perjudican la salud infantil y que el acoso escolar es un importante factor de riesgo de las afecciones de salud mental.

Los factores de protección se dan también durante toda la vida y aumentan la resiliencia. Entre ellos se cuentan las habilidades y atributos sociales y emocionales individuales, así como las interacciones sociales positivas, la educación de calidad, el trabajo decente, los vecindarios seguros y la cohesión social, entre otros.



**MAKE A
DONATION TODAY!**

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.**

EL PROCESO DE DUELO EN NUESTRAS COMUNIDADES

POR JESÚS NAVARRO

Perder a un ser querido es una de las experiencias más dolorosas que podemos enfrentar. En la comunidad latina, el duelo no solo es un proceso individual, sino también colectivo: las familias, amistades, y hasta las iglesias acompañan y sostienen a quienes atraviesan el dolor de la pérdida. Sin embargo, muchas veces no hablamos abiertamente sobre el duelo, lo que puede hacer que nos sintamos solos.

¿Qué es el duelo?

El duelo es la respuesta natural que sentimos después de una pérdida significativa. Puede incluir tristeza, enojo, culpa, ansiedad, o incluso alivio en algunos casos. Estos sentimientos no tienen un “tiempo correcto” ni una sola manera de expresarse. Cada persona lo vive de forma distinta.

Etapas comunes del duelo

Aunque no todos experimentan las mismas fases, muchas personas atraviesan algunas de estas etapas:

- **Negación:** dificultad para aceptar la pérdida.
- **Enojo:** sentir coraje con uno mismo, con otros, o incluso con la persona que falleció.
- **Negociación:** pensamientos como “si hubiera hecho algo diferente...”.
- **Depresión:** tristeza profunda y sensación de vacío.
- **Aceptación:** aprender a vivir con la pérdida, integrando el recuerdo de la persona en nuestra vida.

Estas etapas no son lineales; uno puede ir y venir entre ellas.

Recordemos honrar a quienes partieron también significa cuidar de quienes seguimos aquí

Factores culturales en el duelo

En la cultura latina, el valor de la familia y la fe suelen ser pilares fundamentales. Los rezos, novenarios, altares, y celebraciones como el Día de los Muertos son formas de honrar y mantener vivo el recuerdo de quienes ya no están. Estas tradiciones pueden ayudarnos a sentirnos conectados con nuestros seres queridos y a encontrar consuelo en comunidad. Sin embargo, también existen presiones culturales, como la expectativa de “ser fuerte” o no mostrar emociones. En particular, los hombres pueden sentir que deben ocultar su dolor. Es importante recordar que expresar tristeza o pedir apoyo no nos hace débiles; al contrario, es un paso necesario para sanar.

¿Cómo cuidarnos en el proceso?

- **Permítete sentir:** no hay emociones correctas o incorrectas.
- **Busca apoyo:** hablar con familiares, amistades, líderes religiosos o profesionales de la salud mental puede ser de gran ayuda.
- **Mantén las tradiciones:** crear rituales o espacios para recordar puede traer consuelo.
- **Cuida tu salud física:** descansar, comer bien y moverte ayudan a sobrellevar el estrés emocional.

El duelo no es un camino fácil, pero no tienes que recorrerlo solo. En nuestras comunidades, la unión y el apoyo mutuo son una fuerza poderosa. Hablar de la pérdida, recordar juntos y apoyarse en la fe y la familia son maneras de sanar. **Si sientes que el dolor es muy fuerte o persiste, buscar ayuda profesional es una opción valiosa y valiente.**

¡COMER SALUDABLE CON MIPLATO EN BLOOMINGTON!

POR VERÓNICA SAMBRA

El programa **MiPlato**, desarrollado por el **Departamento de Agricultura de los EEUU**, es una guía práctica para ayudar a las familias a mantener una alimentación equilibrada. Su objetivo es mostrar cómo llenar el plato con la proporción adecuada de frutas, verduras, granos, proteínas y lácteos, de manera sencilla y adaptada a nuestras tradiciones latinas.

Recetas Saludables para Compartir

Opciones representativas de distintos países, adaptadas a 6 porciones cada una, ideales para cocinar en casa y disfrutar en familia.

🌮 Tacos de Pescado (México)

- 6 tortillas de maíz (6 pulgadas)
- ¾ lb (≈ 350 g) filete de pescado blanco (tilapia o merluza)
- 1 cda aceite de oliva, 1 cda mezcla de especias mexicanas, ¼ cda sal
- Ensalada: 2 tazas repollo morado rallado, 1 taza zanahoria rallada, ¼ taza cilantro, jugo de 2 limones, ¼ cda sal
- Crema: ¼ taza crema mexicana, ¼ taza yogur griego, 2 cdas mayonesa ligera, 2 cdas jugo de limón, 1 cda especias
- Hornear el pescado sazonado por 18–20 min, mezclar ensalada y crema, y armar los tacos.
- Opcional: aguacate o queso fresco.

🌽 Arepas Saludables (Colombia/Venezuela)

- 2 tazas masarepa (harina de maíz precocida)
- 1 ½ tazas agua tibia
- ¾ taza queso bajo en grasa rallado
- 1 cda aceite en la masa + 1 cda para dorar en sartén
- 1 cda ajo en polvo, 1 cda cebolla en polvo, ¼ cda sal
- Rellenos sugeridos: 1 aguacate, ½ taza pico de gallo, 1 taza pollo desmenuzado,
- Mezclar los ingredientes hasta formar una masa suave, dividir en 6 arepas, dorar en sartén y rellenar con pollo, aguacate o pico de gallo.

Consejos Clave de MiPlato

- ✓ Llene la mitad del plato con frutas y verduras.
- ✓ Prefiera granos integrales.
- ✓ Incluya proteínas magras como pescado o frijoles.
- ✓ Consuma lácteos bajos en grasa.
- ✓ Use especias y hierbas en lugar de sal.

Con estas recetas disfrutará de los sabores tradicionales de nuestra cultura mientras cuida su salud. Descubra más en www.myplate.gov/es/myplate-plan.

Soy **Verónica Sambra**, nutricionista chilena y estudiante de doctorado en nutrición en IU 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!

Comienza Simple con MiPlato Para Comer Más Saludable

A continuación hay ejemplos de comida para cada grupo de alimentos, junto con las cantidades de cada uno, necesarios para obtener 2000 calorías por día.*



*Las necesidades calóricas varían. Visite: www.myplate.gov/es/myplate-plan para obtener el plan adecuado para usted.



Datos importantes por porción

\$0.96

- 1 onza equivalente de granos
- 1/2 taza de verduras
- 1 1/4 onza equivalente de proteína

Datos importantes por porción

\$0.91

- 1/2 onza equivalente de granos
- 1/4 taza de lácteos



Sabores de Nuestra Tierra



Un año más nos encontramos en la vitrina del City Hall. En el corazón de nuestra ciudad, Bloomington, celebrando el mes de la Herencia Hispana. Esta vez nos enfocamos en resaltar los ingredientes base de la comida latinoamericana, intentando ser lo más inclusivos posible, apenas logramos introducir una pista de toda la variedad culinaria que nos caracteriza.

Porque cada detalle cuenta, buscamos representaciones visuales de los ingredientes que íbamos a exponer, utensilios de cocina tradicional, como canastas, vasijas de barro, arcilla, latón y madera. Colocamos con amor cada elemento que invita a nuestra mesa y provoca muchos antojos. Muchas de las piezas expuestas son originarias de países como Colombia, Costa Rica, México y Guatemala.

La comida nos conecta. Alrededor de sus prácticas se puede celebrar, llorar, hacer duelo, gozar, encontrar unión, viajar al pasado y a diferentes regiones. Permite la creatividad y la exploración. Nos otorga libertad y permanencia. Porque la gastronomía cuenta nuestra historia, nos representa. ¡Somos Latinoamérica!

Carina Leiva



En el fondo de la vitrina, de izquierda a derecha, colocamos estas imágenes como un refuerzo para indicar e incluir estos ingredientes base, que incluyen sazones, vegetales, granos y lácteos. Estaban acompañadas de las siguientes descripciones:

“Cada platillo resalta con el refuerzo de los condimentos o especias como la sal, el achiote, orégano, laurel, tomillo...”



“La gastronomía hispana se reconoce por sus abundantes reposterías, panes y postres. Tanto dulces como salados. Entre sus recetas no pueden faltar el café, el chocolate, el coco, semillas, lácteos como la mantequilla, crema y queso”.



“Los ingredientes más comunes en la cocina latinoamericana son la base de muchos platos tradicionales y populares. Incluyen maíz, frijoles, arroz, chile o pimientos, tomate, plátano, yuca, carnes y condimentos como ajo, cebolla, pimienta y culantro”.

Carina Leiva

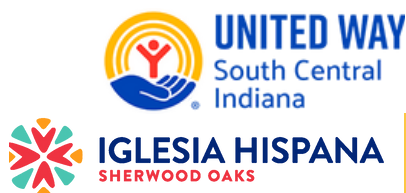


Del Otoño

La Fiesta del Otoño 2025 was a huge success! ¡Muchas gracias a todos!

With **5 incredible performances**, a lively Latino Dance **Zumba lesson**, and opening remarks from **Mayor Thomson**, the energy was unstoppable! Huge thanks to our **12 amazing sponsors** and over **50 community partners** who made it all possible. Over **700 attendees** brought the joy, the culture, and the community spirit. We couldn't have done it without YOU! ¡Mil gracias! See you next year!

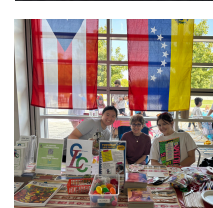
THANK YOU FIESTA SPONSORS!





CITY OF
BLOOMINGTON

Del Gtoño





 **Escuche con WFHB 98.1 & 91.3 FM todos los viernes de 6 – 7 pm**



¡NUEVOS EPISODIOS!

 **ALEJANDRA ROSAS**
 **Mother Hubbard's Cupboard**

 **WHITNEY CÓRDOBA**
 **Salud Cerebral**

 **RENA COHEN, ESTELA URBINA Y MOIRA TWEEDIE**
 **Fiesta del Otoño y Guía para la Universidad**



EPISODIOS PASADOS

 **IU LATINO STUDIES Y SERGIO OSPINA DE LA SALSOTECA**
EVENTOS EN HONOR A LOS 100 AÑOS DE CELIA CRUZ

 **RUBEN MARTÉ**
SHERIFF DEL CONDADO DE MONROE

 **DRA. CLAUDIA AVELLANEDA**
PROFESORA DE IU O'NEILL

 **DRA. CLAUDIA LARA,**
NEURO CIENCIAS Y DESARROLLO INFANTIL

 **ANDREA ARRENDOS, BETH ROSALES Y DINORAH**
GIRL SCOUTS BILINGUES TROPAS 2670 Y 3129

 **ANDREA ARRENDOS,**
STEPS IU PROGRAMA BILINGÜE PARA TERAPIA

 **ANA C. CARNEIRO,**
TEATRO BABEL

 **SCCAP EARLY HEAD START**
PROGRAMA DE ESCUELA PARA NIÑOS

 **LILLIAN CASILLAS,**
IU LA CASA LATINO CULTURAL CENTER

 **CAROL MESA,**
DESTREZAS EN EL LENGUAJE DE NIÑOS LATINOS

 **JAVIER LEÓN,**
IU JACOBS SCHOOL OF MUSIC

¡TAMBIÉN DISPONIBLES EN LA WEB Y SPOTIFY!

<https://bloomington.in.gov/latino>

<https://www.facebook.com/HolaBloomington/>

<https://wfhb.org/category/public-Affairs/holabloomington/>

OFF NIGHT PRODUCTIONS PRESENTA:

OFF NIGHT STORIES: INMIGRANTES, REFUGIADOS Y SOLICITANTES DE ASILO

Off Night Productions se complace en presentar **"Off Night Stories: Inmigrantes, Refugiados y Solicitantes de Asilo"**, con historias reales de miembros de la comunidad inmigrante de Bloomington. La obra se presentará del **9 al 11 de noviembre en el Constellation Playhouse** (107 W 9th Street, en Bloomington).

Desde la decisión de perseguir tus sueños en un nuevo país, hasta huir de la violencia en un hogar que nunca pensaste dejar, las historias de esta producción muestran las diversas experiencias de la comunidad inmigrante de Bloomington.

Tres de estas funciones contarán con historias en inglés: (domingo 9 de noviembre - 2:00 pm, lunes 10 y martes 11 de noviembre - 7:00 pm) y una cuarta se presentará en español.



La presentación en español se ofrecerá de manera **GRATUITA** el **domingo 9 de noviembre** a las **7:00 p m.**

Para reservar boletos llame a **El Centro Comunal Latino** al **812-335-7513** o envíe un correo electrónico a **elcentrocomunal@gmail.com**

¡SE BUSCAN ACTORES Y NARRADORES!

**Off Night Stories:
Inmigrantes, Refugiados
y Solicitantes de Asilo**

.....

Buscamos 5 actores que hablen inglés y 5 actores que hablen español para una presentación de narración en vivo con historias reales de la comunidad inmigrante de Bloomington.

La directora artística **Aubrey Seader**, quien dirigirá la producción, comentó "El tema se ha vuelto aún más oportuno. A medida que vemos a inmigrantes, refugiados y solicitantes de asilo ser discriminados y desprestigiados en todo el país y en el mundo, necesitamos un espacio para hacer lo contrario. Necesitamos una oportunidad para celebrar, valorar y admirar a estas personas que han hecho esfuerzos increíbles para llegar hasta aquí, como nuestros amigos, nuestros vecinos, como fuerza central de nuestra economía.

Estoy muy orgullosa de trabajar con nuestra familia de Off Night, la directora asistente **Ana Cordero** y nuestros socios comunitarios para producir esta producción como un espacio de celebración y esperanza."



MÁS INFORMACIÓN EN EL SITIO WEB DE OFF NIGHT PRODUCTIONS
OFFNIGHTPRODUCTIONS.ORG



María Pantall

Profesional de Seguros con Licencia (Fluida en Inglés y Español)

540-855-8223

mpantall@asb.insure

Quien es María?

Asesora de seguros con licencia dedicada a guiar a familias e individuos en la protección de su salud, sus finanzas y el futuro de su legado.

Con formación en contabilidad y trabajo social, y con la sensibilidad que le brindan sus vivencias culturales, entiende que cada decisión —ya sea sobre la salud o la estabilidad económica de la familia— tiene un profundo impacto en la vida diaria. María combina conocimiento técnico con un trato humano, brindando orientación clara y cercana en cada etapa del proceso. Gracias a sus vivencias culturales, comprende cómo la identidad y los valores de cada familia influyen en decisiones clave de salud y estabilidad económica, ofreciendo soluciones adaptadas a cada realidad.

Como orgullosa madre de dos hijos adultos jóvenes, María entiende de primera mano las preocupaciones y esperanzas que mantienen despiertos a padres y abuelos por la noche acerca del futuro. Esta perspectiva le brinda una comprensión de la 'gran visión' necesaria para guiar a las familias en decisiones financieras y de salud importantes.

Valores Fundamentales

✓ Confianza e Integridad
✓ Comprensión Cultural

✓ La Familia Primero
✓ Seguridad a Largo Plazo

El Poder de los Planes Personalizados

- Cobertura Personalizada – Protección que se ajusta a tus metas
- Flexibilidad – Se adapta a los cambios de la vida
- Seguridad Mejorada – Tranquilidad para tu familia
- Mejor Planificación Financiera – Estabilidad para el futuro

Agenda tu consulta gratuita hoy mismo.

Protege a tu familia. Asegura tu futuro.

Talent and Business Fair

Ingreso Libre

12 DE OCTUBRE
3:00 – 18:00 hrs.

Sycamore Farm
1720 W. That RD
Bloomington IN 47403

Te invitamos a vivir la experiencia de nuestra GRAN FERIA FAMILIAR: un día para disfrutar, compartir e inspirarte.

Sorpréndete con sabores internacionales, postres irresistibles, bebidas refrescantes y una gran variedad de moda, bisutería, maquillaje, tejidos, cómics ¡y mucho más!

Todo en un mismo lugar, acompañado de música en vivo que hará de tu visita una experiencia única e inolvidable.

Logos for Sycamore Farm and Gracious Catering.

PERIOD SUPPLY DRIVE:

Sep. 10th–Oct 10th drop off period supplies at our amazing host sites:

- Banneker Community Center
- Nourishing Heart Yoga Studio
- The Greater Bloomington Chamber of Commerce
- Dynasty Haven
- The Center of Excellence for Women & Tech at IU
- Baxter Credit Union in Spencer, Indiana
- Hoosier Beauties

PERIOD ACTION DAY:

Join us for a period pouch party on October 10th at the Girls Inc Center from 11:00am–1:00pm

Want to receive period supplies?
Contact gimc@girlsinc-monroe.org
| 812-336-7313

girls inc.



INDIANA UNIVERSITY
CINEMA

15 YEARS
2011
2026

- **Mutt** Oct. 2, 7pm
- **Gaucha Gaucha** Oct. 3, 7pm y Oct. 4, 7pm
- **Cuadecuc, Vampir** Oct. 24, 7 pm
- **Hola Frida!** Nov. 1, 4 pm
- **Pan's Labyrinth** Nov. 20, 7 pm
- **El Conde** Dec. 4, 7pm

<https://cinema.indiana.edu/upcoming-films/index.html>



Upcoming films and events at IU Cinema

Join us for movies, filmmaker visits, and more.

Indiana University Cinema

EL CENTRO COMUNAL LATINO



TUTORIAS EN EL CENTRO

El primer día es el
8 de septiembre de
5:30 p.m. a 8:00 p.m.

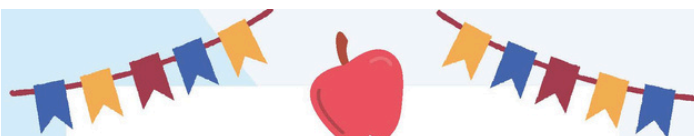
¿LE GUSTARIA
TENER AYUDA
PARA SUS HIJ@S
CON SUS TAREAS
ESCOLARES?

- Para todos los niños de grados 1 a 12.
- Para todas las materias
 - Lunes a miércoles
 - Horario de tutorías: 5:30pm-8:00pm

Venga a vernos en El Centro!
Estamos localizados en de la
Biblioteca Pública del Condado
de Monroe en el segundo piso,
salón 206.

Estamos para apoyar a sus hij@s
con sus tareas escolares.

EL CENTRO COMUNAL LATINO
303 E. Kirkwood Ave.
Bloomington, IN 47408
Telefono: (812) 355-7513
www.elcentrocomunal.com
tutoringelcentrocomunal@gmail.com



EL CENTRO COMUNAL LATINO PRESENTA LA ESCUELITA

LA ESCUELITA PARA TODOS ES UN
PROGRAMA DE IDIOMA,
ALFABETIZACIÓN Y CULTURA EN
ESPAÑOL PARA QUE LOS NIÑOS DE
NUESTRA COMUNIDAD SE CONECTEN
CON SU HERENCIA LATINA

**¡INSCRIBA A SUS
HIJOS HOY!**



LA ESCUELITA SE LLEVARÁ A
CABO SEMANALMENTE LOS
SÁBADOS POR LA MAÑANA
DURANTE DOS HORAS,
COMENZANDO EN SEPTIEMBRE

PARA MÁS INFORMACIÓN: (812) 355-7513 O
ELCENTROCOMUNAL@GMAIL.COM



EL CENTRO COMUNAL LATINO



**MAKE A
DONATION TODAY!**



El Centro Comunal Latino
is a Bloomingfoods
Positive Change candidate

The **Positive Change Register Roundup program** is a community-driven fundraising campaign that gives shoppers the opportunity to **round up their purchases** to the nearest dollar or donate more if they wish.



**IF YOU'RE A MEMBER OF THE CO-OP, PLEASE CONSIDER VOTING FOR US IN-STORE OR ONLINE
9/24-10/24**



HELP US CONTINUE SERVING THE LATINO COMMUNITY DURING THESE DIFFICULT TIMES.



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.



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