



CITY OF BLOOMINGTON
Latino Programs
and Outreach

Boletín Comunitario

MAY 2026





Querida comunidad de Bloomington,

En esta edición, queremos dedicar un espacio especial a reconocer la fuerza, el amor y la resiliencia de todas las madres en nuestra comunidad. Ser mamá es un acto de entrega constante. Es acompañar, guiar, cuidar y, muchas veces, sanar mientras criamos. Es también aprender todos los días, encontrar equilibrio entre nuestras responsabilidades y recordar que, para cuidar de otros, también debemos cuidarnos a nosotras mismas. En estas páginas encontrarán reflexiones sobre la maternidad, mensajes de cariño, así como herramientas para fomentar el bienestar físico y emocional de nuestras familias. Porque cuando una madre se siente apoyada, valorada y fuerte, toda la comunidad crece con ella.

En esta edición:

Editorial	p 2
Día de las Madres: Sanar Mientras Criamos	p 3
Feliz Día Mamá	p 4
Comer Saludable y Mantenerse Activo	p 5
Mayo: Mes de la Ensalada - Color, Sabor y Salud en tu Plato	p 6
El Tiempo	p 7
Visiones de un Mundo más Pacífico a través del Arte y la Poesía	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: 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.



El Día de las Madres suele celebrarse con flores, palabras de agradecimiento y recuerdos entrañables. Sin embargo, detrás de esta fecha también existe una realidad más profunda: la maternidad no solo es un acto de amor hacia los hijos, sino también un proceso interno de transformación. Hoy en día, muchas mujeres están viviendo la maternidad desde un lugar distinto, más consciente y reflexivo, lo que ha dado paso a una nueva generación de madres.

Sin embargo, en la actualidad, muchas mujeres han comenzado a cuestionar esos patrones heredados. A través de la terapia, la reflexión personal y el acceso a información sobre una crianza respetuosa, están tomando conciencia de las heridas emocionales que no fueron atendidas en su momento. Este proceso no es sencillo, pues implica mirar hacia adentro, reconocer el dolor y, en muchos casos, enfrentar historias familiares complejas.

Desde la psicología, se sabe que gran parte de lo que aprendemos sobre el cuidado, el afecto y los vínculos se forma durante la infancia. Las niñas, de manera inconsciente, observan y absorben la forma en que sus propias madres aman, corrigen, protegen o incluso se equivocan. Estas experiencias dejan huellas emocionales que, años después, influyen en la manera en que ellas mismas ejercerán la maternidad.



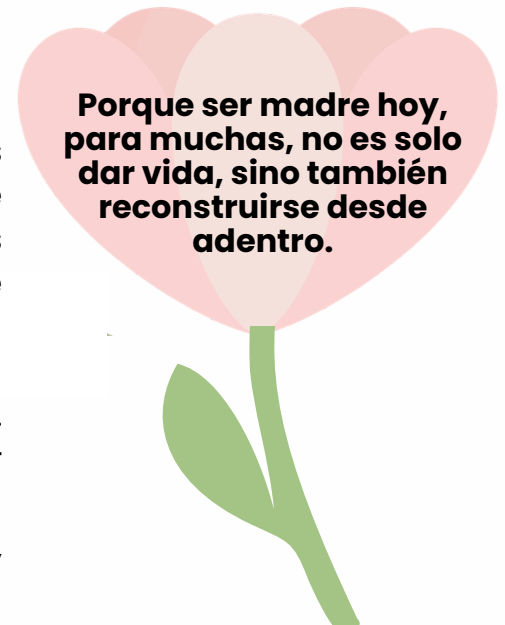
Lo valioso de esta nueva forma de maternar es que no se trata de ser madres perfectas, sino madres conscientes. Mujeres que, mientras crían a sus hijos, también se están criando a sí mismas. Cada límite puesto con respeto, cada emoción validada y cada acto de paciencia no solo impactan en el desarrollo de los hijos, sino que también representan un acto de sanación personal.



En este sentido, la maternidad se convierte en una oportunidad para romper ciclos. Lo que antes se repetía de generación en generación, como la falta de comunicación emocional o los métodos de disciplina basados en el miedo, hoy puede transformarse en vínculos más sanos y empáticos. Estas madres están construyendo nuevas formas de amar, más libres de heridas no resueltas.

Así, el Día de las Madres adquiere un significado más profundo. No solo se celebra el cuidado y la entrega, sino también el valor de aquellas mujeres que se atreven a sanar. Madres que, en medio de sus propias luchas internas, eligen criar con amor, consciencia y responsabilidad emocional.

**Porque ser madre hoy,
para muchas, no es solo
dar vida, sino también
reconstruirse desde
adentro.**



Feliz día MAMÁ



En este Día de las Madres queremos expresar nuestro cariño, gratitud y admiración por cada una de ustedes. Hoy reconocemos la fuerza, la ternura, la sabiduría y la dedicación con la que cuidan, acompañan y sostienen a sus familias.

Una madre muchas veces ama en silencio, sirve sin llamar la atención y permanece firme aun en los días más difíciles. En sus palabras hay consejo, en sus brazos hay consuelo, y en su presencia hay una seguridad que deja huella en el corazón de quienes la rodean.

Hoy queremos honrar a las madres que animan, que escuchan, que trabajan sin descanso, que siguen adelante con valentía y que, con pequeños y grandes actos de amor, ayudan a dar forma al hogar y a la vida de sus hijos.

Gracias por cada esfuerzo, por cada desvelo, por cada abrazo oportuno y por cada muestra de amor que, aunque a veces parezca sencilla, tiene un valor inmenso. Su labor es profundamente valiosa y merece ser reconocida y celebrada.

Deseamos que este día esté lleno de cariño, alegría y gratitud, y que cada una pueda sentirse amada, apreciada y recordada por la hermosa huella que deja en la vida de los demás.

*¡Feliz Día de las Madres!
Con cariño,*



IGLESIA HISPANA
SHERWOOD OAKS

REUNIONES TODOS LOS DOMINGOS 11AM – EN ESPAÑOL

Reuniones de Oración / Estudios bíblicos / Consejerías

¿Te gustaría aprender sobre el tema?

Contacta a Sergio Lema (812) 325-3488 o Norma Landgraff (317) 654-9391

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



IGLESIA HISPANA
SHERWOOD OAKS

El Plato para Comer Saludable, creado por expertos en nutrición de la Escuela de Salud Pública de Harvard y los editores en Publicaciones de Salud de Harvard, **es una guía para crear comidas saludables y balanceadas**. El mensaje principal de El Plato para Comer Saludable es enfocarse en la calidad de la dieta.



Haga que la mayoría de sus comidas sean vegetales y frutas – ½ de su plato:

Intente incorporar color y variedad, y recuerde que las papas no cuentan como un vegetal por su efecto negativo en la azúcar en la sangre.



Escoja granos integrales – ¼ de su plato: Granos integrales e intactos – trigo integral, cebada, granos de trigo, quinua, avena, arroz integral, y las comidas preparadas con estos ingredientes como pasta de trigo integral – tienen un efecto más moderado en la azúcar en la sangre y la insulina que el pan blanco, arroz blanco, y otros granos refinados.



El valor de la proteína – ¼ de su plato: Pescado, pollo, legumbres (habichuelas / leguminosas / frijoles), y nueces son fuentes de proteínas saludables y versátiles – pueden ser mezcladas en ensaladas, y combinan bien con vegetales en un plato. Limite las carnes rojas, y evite carnes procesadas como tocineta ("bacon") y embutidos (salchichas).



Aceites de plantas saludables – en moderación: Escoja aceites vegetales saludables como oliva, canola, soya, maíz, girasol, maní (cacahuete), u otros, y evite los aceites parcialmente hidrogenados, los cuales contienen las grasas trans no saludables. **Recuerde que "bajo en grasa" no significa "saludable"**.



Tome agua, café, o té: Omita las bebidas azucaradas, limite la leche y productos lácteos a una o dos porciones al día, y limite el jugo (zumo) a un vaso pequeño al día.



Manténganse activo.

El **tipo de carbohidratos** en la dieta es más importante que la cantidad de **carbohidratos en la dieta**, porque algunas fuentes de carbohidratos – como los vegetales (otros que no sean papas/papas), frutas, granos integrales, y legumbres (habichuelas/leguminosas/frijoles) – son más saludables que otros.



En el Centro Comunal Latino nos preocupamos por su salud y queremos ayudarte a mejorar su alimentación. Si estás interesado en participar en un taller de nutrición ponte en contacto con nosotros al 812 355 7513, 812 517 3464 o al correo electrónico

elcentrocomunal@gmail.com

El tiempo

Este mes he estado pensando mucho en el tiempo. En cómo percibimos el uso del tiempo. Y en cómo usamos el tiempo que tenemos.

No es secreto para nadie que cuando nos toca esperar, los segundos se extienden y todo parece suceder en cámara lenta. Cuando sufrimos, queremos que todo acabe de inmediato y cuando estamos disfrutando, nunca es suficiente. Son instantes y luego todo pasa. La verdad es que mi mente se ha enfocado en lo siguiente que leí:



**“Si la vida es tan corta....
¿Por qué haces tantas cosas que no te gustan?
¿Por qué te gustan tantas cosas que no haces?”**

Me encanta lo directo que pegan estos 3 renglones. En lo sencillo de su mensaje te despiertan. Su llamada de atención es bien clara. El tiempo es un privilegio, siempre pasaremos por momentos de disfrute y por momentos de prueba.

Creo que una de las formas más fáciles de desperdiciar este regalo es cuando no vivimos presentes. Vivimos en un pasado, irónicamente, extrañando y pensando en cosas que ya sucedieron. Si lo vemos desde la forma más realista, los últimos 5 minutos que pasaron, son pasado....no te estanques en lo que pasa, ni te pierdas pensando en lo que viene, porque solo encontraremos aflicción. Solo pertenece.

Cambia tu enfoque y tu mentalidad en lo que sí hay, en lo que sí tienes, en quienes sí están. Y tu vida florecerá bajo un abanico de gratitud. Abraza las incomodidades. Redefine los fracasos como pequeños pasos necesarios para el éxito. Deja de comparar. Cada vida, cada persona es como un libro. Conoce tus páginas y avanza con gracia en el camino que llevas.

Celebra el esfuerzo y no los resultados. Reconoce que no somos los mismos cada día, que cambiamos a diario, que retrocedemos y avanzamos. Porque el tiempo nos permite soltar, dejar de hacer tanto para en cambio, recibir y permitir.

Que el tiempo te sea dado para vivir en ti y no fantasear ser alguien más, que no busques lo imposible, sino la magia del mundo que habitamos. Que tengas deseos de vivir, ganándole a lo profundo de las heridas y al peso de lo que duele. Que busques conocer, interesarte por el mundo, por los demás. Que tu valioso tiempo sea tuyo.

Carina Leiva



POR VERÓNICA SAMBRA

En EEUU, **mayo** se celebra como el **Mes Nacional de la Ensalada**, una excelente oportunidad para promover una alimentación variada, accesible y nutritiva para toda la familia.

Las ensaladas no tienen que ser aburridas ni complicadas. **Pueden ser comidas completas si combinamos alimentos de distintos grupos:** verduras, frutas, proteínas (como huevo, pollo, legumbres o queso), granos (como arroz o quinoa) y grasas saludables (como palta o aceite de oliva). Esta combinación ayuda a mantener la energía durante el día y aporta distintos nutrientes que el cuerpo necesita.

Uno de los aspectos más interesantes de las ensaladas es su color. **Los tonos verdes, naranjos, rojos y amarillos de frutas y verduras provienen de compuestos llamados carotenoides**, que son pigmentos naturales presentes en muchos alimentos vegetales. Estos compuestos no solo dan color, sino que también **cumplen funciones importantes en el organismo**.

Algunos carotenoides como el **beta-caroteno** pueden convertirse en vitamina A, que es esencial para la visión, el sistema inmunológico y el crecimiento. La **luteína y la zeaxantina**, se acumulan en los ojos y ayudan a proteger la vista, especialmente frente a la luz azul. Además, los **carotenoides** participan en procesos antioxidantes que contribuyen al bienestar general.

Un consejo práctico: los carotenoides se absorben mejor cuando se consumen con una pequeña cantidad de grasa saludable. Por ejemplo, agregar aceite de oliva, semillas o palta a una ensalada puede ayudar a aprovechar mejor estos nutrientes.

Este mes, te invitamos a explorar nuevas combinaciones, incluir más colores en tu plato y compartir en familia recetas simples y nutritivas. **Pequeños cambios, como agregar una ensalada al día, pueden marcar una gran diferencia en la salud a largo plazo.**

Alimentos fuente de CAROTENOIDES

Los carotenoides son pigmentos naturales que dan color a frutas y verduras. Son importantes para la salud de nuestros ojos, la piel y el sistema inmunológico.

NARANJAS Y AMARILLAS Ricos en beta-caroteno, alfa-caroteno						
ROJAS Rico en licopeno y beta-caroteno						
VERDES Ricos en luteína y zeaxantina						
AMARILLAS Ricas en luteína y zeaxantina						

¡Consejo!
Para aprovechar mejor los carotenoides, combina estos alimentos con una fuente de grasa saludable como aceite de oliva, aguacate, nueces o semillas.

¡Come colores, vive mejor!
Incluye una variedad de frutas y verduras de diferentes colores todos los días.

Consulta con un profesional de la salud para recomendaciones personalizadas.

Diversos estudios muestran que los carotenoides presentes en frutas y verduras pueden medirse en el cuerpo y se asocian con el consumo habitual de estos alimentos, lo que refuerza la importancia de incluirlos en la dieta diaria.

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. ¡Espero tus ideas!

POR DEBBI CONKLE



The **Sister Cities International Young Artists and Authors Showcase (YAAS)** is a national annual contest that encourages youth worldwide to express the mission of Sister Cities International through original art.

Bloomington Sister Cities is an active member of Sister Cities International. For the past nine years, the **Bloomington-Posoltega Sister Cities Committee** has invited student artists in Bloomington and in our sister city of Posoltega, Nicaragua, to create art and take part in the contest. We have had some wonderful submissions from both cities.

This year the theme for the **2026 YAAS** was **“Voices of Today, Visions of Tomorrow.”** It invited **young artists and authors, aged 12-18, to raise their voices during a historic moment as the United States celebrates 250 years since its founding, and Sister Cities International honors 70 years of building global friendships and cultural understanding.** It reflects the ongoing journey from the country’s founding ideals toward a more interconnected, peaceful world!

The Bloomington-Posoltega Sister Cities Committee reached out to our Bloomington high schools, finding teachers who were excited to share the contest opportunity with their students. **We accepted entries in classic art and poetry, and received wonderful creations from the students.**



Please come see how each student has expressed their vision of a world where today’s voices shape tomorrow’s global community.

- What: **Bloomington Sister Cities YAAS Awards Ceremony and exhibit**
- When: **Saturday, May 2, at 10am** – arrive early to find parking
- Where: **In the atrium of City Hall, 401 N. Morton St.**
- More: **The YAAS art and poetry exhibit will remain in the lobby throughout May**

Join us in celebrating the work and vision of our students!



POR DEBBI CONKLE



El **Young Artists and Authors Showcase (YAAS)** de **Sister Cities International** es un concurso anual a nivel nacional que invita a jóvenes de todo el mundo a expresar, mediante obras originales, la misión de esta organización. Bloomington Sister Cities es un miembro activo de Sister Cities International. Durante los últimos nueve años, el **Comité de Ciudades Hermanas Bloomington-Posoltega** ha invitado a estudiantes artistas de ambas ciudades a crear obras y participar en el concurso. Hemos recibido propuestas maravillosas de ambas comunidades.

Este año, el tema del **YAAS 2026** fue **“Voces de Hoy, Visiones del Mañana”** y se invitó a jóvenes **artistas y escritores, de entre 12 y 18 años, a alzar su voz en un momento histórico, mientras Estados Unidos celebra 250 años desde su fundación y Sister Cities International conmemora 70 años promoviendo la amistad global y el entendimiento cultural.** Este tema refleja el camino continuo desde los ideales fundacionales del país hacia un mundo más interconectado y pacífico.

El Comité de Ciudades Hermanas Bloomington-Posoltega se puso en contacto con las escuelas de Bloomington y obtuvimos gran entusiasmo entre sus estudiantes. Recibimos creaciones realmente inspiradoras en las categorías de arte tradicional y poesía.



Les invitamos a conocer cómo cada estudiante ha expresado su visión de un mundo en el que las voces de hoy construyen la comunidad global del mañana.

- **Ceremonia de premiación y exposición YAAS de Bloomington Sister Cities**
- **Sábado 2 de mayo, a las 10:00 a. m.** (se recomienda llegar temprano para encontrar estacionamiento)
- **Atrio del City Hall, 401 N. Morton St.**
- **La exposición de arte y poesía YAAS permanecerá en el vestíbulo durante todo el mes de mayo**

¡Ven a conocer el talento y la visión de nuestros estudiantes!








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

 **¡NUEVOS EPISODIOS!**

 **LETICIA MAKI TERAMOTO**
 **Consulado de México en Indianápolis**

 **CLAUDIA LARA**
 **Adolescencia y Salud Mental**

 **EPISODIOS PASADOS**

-  **ERICK ESPINOSA**
INTERNATIONAL SISTER CITY POSOLTEGA
-  **CYNTHIA ROBERTS**
INTERNATIONAL SISTER CITY CUBAMISTAD
-  **STEPHANIE MARTINEZ**
ADVANCING LATINA MENTORSHIP ACCESS
-  **LAURA WONG HUDSON**
ARFID, TRASTORNO ALIMENTICIO EN NIÑOS
-  **DINORAH SAPP Y PATRICIA PENABAD**
BROADVIEW LEARNING CENTER

-  **DIANA ARIAS**
DC LATIN TAX
-  **MARILUZ PEREZ**
HABITAT FOR HUMANITY
-  **MÓNICA GUERRA**
REALTOR AND OFFICER LOANER
-  **GABINO, COMMUNITY MEMBER**
COMUNIDAD CATÓLICA EN ESPAÑOL
-  **MARÍA DEL PILAR PANTALL**
SEGUROS MÉDICOS E INVERSIÓN FINANCIERA

**¡TAMBIÉN DISPONIBLES COMO
PODCAST, EN LA WEB Y SPOTIFY!**



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

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

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

IU CREDIT UNION Y LA COMISIÓN DE ASUNTOS HISPANOS Y LATINOS

¡Ya está abierta la convocatoria de la Beca 2026 para estudiantes de último año de preparatoria que continuarán sus estudios universitarios!

FECHA LÍMITE
21 MAYO 2026

\$1,500



CRITERIOS DE ELIGIBILIDAD*

Para ser considerado/a para esta beca, el/la solicitante debe cumplir con los siguientes requisitos:

- Identificarse como hispano/a, latino/a o latiné
- Ser estudiante de último año de preparatoria (high school senior) en una escuela de Bloomington, IN
- Estar inscrito/a o tener la intención de inscribirse en un programa de licenciatura en una universidad o institución de educación superior acreditada durante el año académico 2026–2027
- Tener un promedio mínimo acumulado (GPA) de 3.0
- Demostrar participación activa y contribuciones a la comunidad

Para dudas o información escriba a latinoprograms@bloomington.in.gov

**¡ESCANEA EL
CÓDIGO QR
PARA APLICAR!**



* La situación económica del/de la solicitante será considerada como parte del proceso de selección. Los empleados, funcionarios y familiares directos de IU Credit Union no son elegibles para esta beca. Los miembros de la NAACP del condado de Monroe pueden consultar su sitio web para conocer otras oportunidades de beca disponibles.

<https://bloomington.in.gov/boards/hispanic-latino-affairs>



¡Inscripción al Campamento de Verano inicia el 6 de marzo!

Horario 7:30 am - 5:30 pm ● Para grados K-7

bloomington.in.gov/kidcity

 [kidcitybloomington](https://www.instagram.com/kidcitybloomington)



Kid City Original & Kid City Quest

SESIÓN	FECHAS	CUOTA DE INSCRIPCIÓN (dentro/fuera de la ciudad)	LÍMITE PARA INSCRIPCIÓN Y PAGO
A	6/1 - 6/5	Original: \$205 / \$210 Quest: \$195 / \$200	5/26
B	6/8 - 6/12	Original: \$205 / \$210 Quest: \$195 / \$200	6/1
*C	6/15 - 6/18	Original: \$164 / \$169 Quest: \$157 / \$162	6/8
D	6/22 - 6/26	Original: \$205 / \$210 Quest: \$195 / \$200	6/15
*E	6/29 - 7/2 (no hay campamento 3 de julio)	Original: \$164 / \$169 Quest: \$157 / \$162	6/22
F	7/6 - 7/10	Original: \$205 / \$210 Quest: \$195 / \$200	6/29
G	7/13 - 7/17	Original: \$205 / \$210 Quest: \$195 / \$200	7/6
H	7/20 - 7/24	Original: \$205 / \$210 Quest: \$195 / \$200	7/13
I	7/27 - 7/31	Original: \$205 / \$210 Quest: \$195 / \$200	7/20
J	6/26 todo campamento, Noche Padres	\$35 / \$40	6/22
K	7/23 - 7/24 (durante la noche)	\$60 / \$65	7/20

- * Sesiones C y E: No hay campamento el 19 de junio ni el 3 de julio. El costo de estas sesiones se prorroga.
- Para todos, se incluye una tarifa administrativa no reembolsable e intransferible de \$50 por sesión por niño.
- Toda cancelación debe completarse antes de la fecha límite de inscripción para ser elegible a reembolso.
- Todas las inscripciones tardías requieren una tarifa administrativa de \$50 además de la tarifa de inscripción.

El Bloomington Parks Foundation otorga becas a jóvenes residentes de Monroe County. Para más información sobre cómo solicitar una beca de cualquier programa de Parks and Recreation, póngase en contacto con la oficina del Bloomington Parks Foundation al 349-3700 o visite bloomington.in.gov/node/3874. La solicitud de beca debe entregarse 2 semanas antes de la fecha límite de inscripción al programa. Para más información, visita: <https://bloomington.in.gov/recreation/camps/kid-city-summer>



Los campistas exploran el mundo con excursiones y eventos especiales. Los programas diarios les brindan la oportunidad de probar actividades especializadas en la naturaleza, al aire libre, deportes, juegos, artes y medios de comunicación. La proporción de personal por campista es de 1:6 para kínder y de 1:8 para 1° a 4° grado

¿Está mi hijo preparado para el campamento?

Con el fin de garantizar el éxito y la seguridad de todas las personas inscritas y participantes en los campamentos de verano de Kid City, es importante que los participantes estén realmente “preparados para el campamento” a través de los siguientes criterios:

- Es capaz de participar en el programa de forma independiente o con adaptaciones razonables.
- Debe tener al menos 5 años y estar en el kínder.
- Puede usar el baño de manera independiente o con un mínimo de indicaciones verbales.
- Se siente cómodo e interactúa con facilidad en un entorno grupal.
- Interactúa y participa en el campamento de manera física y emocional.
- Puede seguir las indicaciones e instrucciones del personal.



Nuestros campamentos son inclusivos y atienden a niños con y sin discapacidades. Se ofrecen servicios de inclusión para las necesidades de adaptación y opciones de apoyo para su hijo. Las solicitudes de adaptaciones razonables y la inscripción en los servicios de inclusión deben realizarse al menos dos semanas antes de la fecha límite de inscripción. Para obtener más información, comuníquese con la coordinadora de recreación inclusiva, **Amy Shrake**, especialista certificada en recreación terapéutica, al **349-3747** o a shrakea@bloomington.in.gov.

Los padres son responsables de llevar y recoger a sus hijos al campamento. Ahí se utilizarán autobuses urbanos y minibuses con conductores cualificados y con licencia para transportar a los campistas a las excursiones que no se pueden realizar a pie. Por favor, no olvide enviarles: un almuerzo, botella de agua, traje de baño, toalla, protector solar, repelente de insectos, medicamentos. Recomendamos que su hijo lleve una mochila resistente para estos artículos. No envíe dinero, juguetes ni teléfonos.

Todos los programas de Kid City Original y Quest se enorgullecen de estar acreditados por la American Camp Association. Esta acreditación reconocida a nivel nacional se centra en la calidad de los programas, la salud y la seguridad, y nos obliga a revisar todos los aspectos de nuestro funcionamiento. Kid City se ha sometido voluntariamente a esta evaluación independiente realizada por expertos en campamentos y ha obtenido esta marca de dedicación.

OPEN HOUSE
Sábado 2 de mayo 1-2:30 pm
Allison-Jukebox Community Center 351 S Washington St.

El personal de nuestro campamento está compuesto por adultos entusiastas y bien formados. Todo el personal está certificado en RCP y primeros auxilios y cumple con los más altos estándares profesionales establecidos por la American Camp Association y el departamento de Bloomington Parks and Recreation

QUEST Los jóvenes de 5° - 7° grado buscan una experiencia de campamento diferente y aquí los campistas participan activamente en actividades diferentes a las de los más pequeños de Kid City Original. Hay un espacio dedicado a los Questers donde pueden pasar tiempo con sus amigos y ser ellos mismos. El campamento ofrece un descanso de la tecnología, reemplazándola por la participación en la comunidad. Kid City Quest también mantiene a los campistas involucrados en las actividades tradicionales del campamento, como natación, artesanía, tiempo en la biblioteca, juegos y excursiones. La proporción de personal por campista es de 1:10.

Preescolar

Banneker Community Center

“Programas de Preescolar” en el Banneker Community Center del 5 de enero al 22 de mayo.

No tiene costo.

No hay clases cuando Banneker está cerrado.

Para menores de 5 años. Deben estar acompañados de papá, mamá o tutor legal.

Little Tyke Actividades Preescolar

Acompáñanos en nuestras actividades para preescolares durante toda la semana.

Hora de Jugar: lunes-viernes ~ 9 a.m.-2 p.m.

¡Acompáñenos en el tercer piso para disfrutar de un rato de juego libre! Banneker ofrece una gran variedad de juguetes para niños en edad preescolar y lugares para los adultos.

Hora de aventuras con cuentos: lunes ~ 11 am a 12 pm

¡Los cuentos se hacen realidad en el tercer piso con música, movimiento y nuevos amigos!

Picassos en miniatura: martes ~ 11 a.m. - 12 p.m.

¡Los niños exploran un mundo de colores y formas a través de varios medios artísticos y crean obras de arte que querrás colgar en tu refrigerador!

Pequeños exploradores: miércoles ~ 11 a.m. - 12 p.m.

¡Sumérgete en divertidas aventuras mientras nos embarcamos en una exploración sensorial a través de una serie de actividades interactivas!

Pequeños innovadores: jueves ~ 11 a.m. - 12 p.m.

¡Despierta la curiosidad y la creatividad explorando conceptos de ciencia, tecnología, ingeniería y matemáticas a través de experimentos y actividades!

Viernes físicos: viernes ~ 9 a.m. - 2 p.m.

¡Traiga a sus pequeños al gimnasio Banneker para que disfruten del espacio y los juguetes! ¡Hay patinetes, balones de fútbol, balones de baloncesto, aros de hula-hula, colchonetas y mucho más!

Center for Lifelong Learning

Ivy Tech Compamiento de Verano

Junio 1 - Julio 24

Ivy Arts

Grados 1-5 + 6-8 (Ingresando)
Lun - Vier | Medio + Día Completo

- Arte 2D
- Técnica Mixtas
- Cerámicas

Constellation Film & Screen

Grados 1-12 (Ingresando)
Lun - Vier | Medio + Día Completo

- Cine
- Teatro y Improv
- Teatro Musical

College for Kids & Teens

Grados 6-8 + 9-12 (Ingresando)
Lun - Vier | Medio Día

- STEM (Ciencia, Tecnología, Ingeniería y Matemáticas)
- Artes
- Repostería y Cocina

WFEB

Grados 8-12 (Ingresando)
Lun - Juev | Medio Día

- Producción Musical
- Periodismo Radiofónico
- Ingeniería de Radio

BECAS DISPONIBLES PARA PROGRAMAS JUVENILES!

Inscripción en línea: ivytech.edu/CLL




APOYANDO LAS HABILIDADES LINGÜÍSTICAS DE SU HIJO BILINGÜE

Aprenda cómo fortalecer las habilidades lingüísticas de su hijo bilingüe. Invitamos a usted y a su hijo de 3 a 5 años a participar en nuestro estudio de investigación. Si califica para el estudio y con su consentimiento:

CREAR JUNTOS

Participará en sesiones para padres en grupos pequeños, entrevistas individuales y sesiones de lectura entre padres e hijos. Esto es necesario para comprender sus intereses y hacer que el programa sea relevante para su familia.




APRENDER JUNTOS

Participará en ocho sesiones individuales sobre bilingüismo, idioma materno y lectura de libros con niños.



SU FAMILIA ES UNA PRIORIDAD

Usted y su hijo recibirán una colección de libros para elegir. Todas las actividades se llevarán a cabo en el centro Head Start, la escuela, la biblioteca o el hogar de su hijo. Su participación y la de su hijo son voluntarias, y pueden retirarse en cualquier momento. No es necesario que paguen por su participación ni la de su hijo, ni por los materiales.



PARA MÁS INFORMACIÓN

CAROL MESA
CORREO ELECTRÓNICO: CMESA@IU.EDU
CIENCIAS DE LA SALUD ACADÉMICAS REGIONALES, CUARTO C3042
TELÉFONO: 855-5166

INFORMACIÓN DE UTILIDAD PARA ADULTOS



ELL SUMMER SCHOOL ENROLLMENT



Join us for our summer ELL classes! Space is limited, register soon!

JUNE 1 - 25, 2026

- ✓ Monday - Thursday
- ✓ In-person or online
- ✓ Multiple classes available

REGISTER BY MAY 15

MORE INFORMATION :

- 📞 812-330-7731
- 🌐 adult.mccsc.com



¡NECESITAMOS SUS RECETAS!



¡El Centro Comunal Latino busca recetas de sus comidas favoritas/caseras!



Como proyecto de recaudación de fondos, buscamos personas que estén dispuestas a compartir sus recetas para hacer un libro de recetas bilingüe de la comunidad de Bloomington.

La comida es parte de nuestra herencia y queremos celebrar a nuestra comunidad, compartiendo nuestro conocimiento.

¡Escríbala en español o en inglés, llámenos y denos la información, visite nuestra oficina!

De estar interesado/a, favor de llenar la información vía este código:

Para más información, puede comunicarse con nosotros:

El Centro Comunal Latino:
(812) 355-7513
elcentrocomunal@gmail.com
Raquel Anderson:
raanderscor@icloud.com



SERVICIOS DE CONSEJERÍA EN ESPAÑOL

FORTALECIENDO EL BIENESTAR DE NUESTRA COMUNIDAD JUNTOS

PREOCUPACIONES
PROBLEMAS
ESTRÉS

EMPODERAMIENTO
HERRAMIENTAS
APOYO



TERAPIA INDIVIDUAL PARA ADULTOS (+18)

¡CONTÁCTANOS PARA AGENDAR TU CITA Y COMENZAR A RECIBIR SERVICIOS DE CONSEJERÍA GRATUITOS!

- 📞 812-856-6975
- ✉ chgunido@iu.edu



SCHOOL OF EDUCATION
COUNSELING AND WELLNESS CLINIC

Todos son bienvenidos!
REUNIÓN DE ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS
Gratuita y sin ningún compromiso

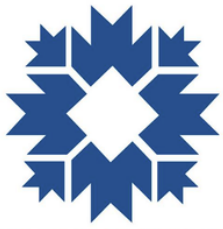
TE ESPERAMOS TODOS LOS LUNES DE 6:00 P.M. A 7:00 P.M.

Aquí encontrarás un lugar seguro para escuchar, hablar y compartir lo que llevas dentro, con personas que entienden tu camino.

2700 E ROGERS RD, BLOOMINGTON
IN 47401 - PUERTA 2 - SALON 218
PREGUNTAS? COMUNÍCATE AL (812) 606-8417



CONFIDENCIAL



CITY OF BLOOMINGTON
Latino Programs
and Outreach

Boletín Comunitario

¿TE GUSTARÍA RECIBIR EL BOLETÍN
COMUNITARIO IMPRESO O DIGITAL?

Para suscribirte o actualizar tus datos,
escanéea 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