

NÚMERO 45 · GRATUITA

# LA LATINA

SPOKANE

#LATINPOWER



# LA LATINA **SPOKANE**

## **CULTURA**

4/DÍA DE LA MADRE

10/PALABRAS VIVAS

**DÍA DE LA MADRE**

14/ESTHER SOSA

18/ENGLISH VERSION

**ESTILO DE VIDA**

22/RECETA: GUACAMOLE

**NUESTRA GENTE**

26/ NORALIS

RODRÍGUEZ-COSS

**VIAJES**

30/ARGENTINA



 @lalatina\_us



**22**  
GUACAMOLE



DÍA DE  
LA MADRE

**4**

ESTHER SOSA,  
UN EJEMPLO

**14**



!

¿Quieres  
anunciarte  
en La  
Latina?

Escríbenos  
un correo a

[lalatina@qmode.es](mailto:lalatina@qmode.es)



**Feliz Día de la Madre**  
**Feliz Día de la Madre**  
**Feliz Día de la Madre**  
**Feliz Día de la Madre**  
**Feliz Día de la Madre**

En la tela tejida de la sociedad, las madres son los hilos invisibles que mantienen unida la trama de la vida. Su influencia, tan poderosa como sutil, permea cada aspecto de nuestra existencia.





Son arquitectas de hogares, maestras de amor incondicional y pilares de fortaleza en tiempos turbulentos. Las madres, con su abrazo cálido y su guía sabia, construyen el futuro con cada gesto, enseñanza y sacrificio.







Su presencia es el faro que ilumina el camino hacia un mundo más amoroso y compasivo. En su honor, celebramos la esencia misma de la vida y el corazón de la humanidad.



# LA LATINA PALABRAS VIVAS



## Palabras Vivas • ¡Gracias a todos!

Disfrutamos de la actividad “Palabras Vivas” en la biblioteca, donde los cuentacuentos nos transportaron a la vida de Celia Cruz y cultura latina. Fue una experiencia emocionante y enriquecedora, llena de color y aprendizaje. Gracias a todos los que vinieron a compartir con nosotros.









# ESTHER SOSA: UNA MADRE MODERNA Y LLENA DE VIDA

En este Día de la Madre, honramos a las mujeres que nos han dado vida, amor y lecciones invaluableles. Entre estas figuras maternas excepcionales se encuentra Esther Sosa, la madre de nuestra editora Eva Vigouroux, una mujer de 86 años que encarna la esencia de la modernidad, la adaptabilidad y la pasión por la vida.



Nacida en Maiquetía, Venezuela, Esther ha tenido una vida extraordinaria, que ha sido un testimonio de resiliencia y vitalidad. Desde sus días como reina de la marina o la crianza de sus 6 hijos, hasta su reciente incursión en las redes sociales a través de TikTok, Esther ha demostrado una capacidad innata para adaptarse a los cambios y abrazar nuevas experiencias con entusiasmo. Durante casi toda su vida, Esther llamó a Venezuela su hogar, donde dejó una huella indeleble como una mujer carismática. Sin embargo, los últimos años la han llevado a emprender un nuevo capítulo en España.

Su traslado no solo ha sido un cambio geográfico, sino también un testimonio de su espíritu intrépido y su disposición para enfrentar nuevos desafíos con valentía. Lejos de apegarse al pasado, Esther ha abrazado esta nueva fase de su vida con una mentalidad abierta y una determinación inquebrantable.

Esther Sosa no es solo una madre en toda regla, sino también un ejemplo viviente de cómo la edad no es un impedimento para vivir la vida al máximo. Su historia inspiradora nos recuerda la importancia de adaptarnos, superarnos y abrazar cada momento con gratitud y alegría. En este Día de la Madre, celebramos a Esther y a todas las madres que nos inspiran a ser mejores cada día.



Article sponsored by:



# ESTHER SOSA: A MODERN AND VIBRANT MOTHER

On this Mother's Day, we honor the women who have given us life, love, and invaluable lessons. Among these exceptional maternal figures is Esther Sosa, an 86-year-old woman who embodies modernity, adaptability, and zest for life.

Born in Maiquetía, Venezuela, Esther has lived an extraordinary life that is a testament to resilience and vitality. From her days as queen of the navy, raising her 6 children, to her recent foray into social media via TikTok, Esther has demonstrated an innate ability to adapt to change and embrace challenges and experiences with enthusiasm.

For most of her life, Esther called Venezuela her home, where she left an indelible mark as a charismatic woman. However, recent years have seen her embark on an exciting chapter in Spain.

Her move has not only been a geographical change but also a testament to her fearless spirit and willingness to face challenging challenges with courage. Far from clinging to the past, Esther has embraced this upcoming phase of her life with an open mind and unwavering determination.

Esther Sosa is not just a mother in every sense of the word. She is also a living example of how age is not a barrier to living life to the fullest. Her inspiring story reminds us of the importance of adapting, overcoming, and embracing each moment with gratitude and joy. On this Mother's Day, we celebrate Esther and all the mothers who inspire us to be better every day.







## RECETA DE GUACAMOLE POR *MELY'S KITCHEN*

### INGREDIENTES:

- 2 aguacates maduros
- 1 tomate grande, picado
- 1/4 de cebolla roja, picada finamente
  - 1 diente de ajo, picado
- 1/4 de taza de cilantro fresco, picado
  - 1 lima, el jugo
  - Sal y pimienta al gusto
- 2 huevos hervidos duros , picados en cuadritos pequeños

## ¿CÓMO PREPARALO?

Usando una cuchara saca los aguacates de su concha y quita la semilla, ponlos en un envase grande y aplástalos con un tenedor hasta hacerlos puré.

Pica la cebolla, los jalapeños y el cilantro lo más pequeño que puedas y mezclarlo junto con los aguacates, pon limón y sal a gusto.

Agrega el tomate, la cebolla, el ajo y el cilantro al tazón con el aguacate, también los huevos duros picados.

Sirve y disfruta tu guacamole con huevo junto con tus platos favoritos.

Puedes acompañar tus comidas, con ceviche o una tostada para desayunar también es perfecto.

¡Espero que te guste esta versión con huevo!



# A veces nos vemos atrapados sintiéndonos tristes, desesperanzados o enojados.

*Esto les sucede a muchos, pero con un poco de ayuda, vuelven a encontrar la esperanza.*

**Llama al 988 para hablar con alguien entrenado para ayudarte.**

Tenemos una línea en español.



**PROVIDA HEALTH** srhd.org

Creado: Mayo 2024



# NORALIS RODRÍGUEZ-COSS

## #SPOKANE

Llegamos al campus de la Universidad de Gonzaga, donde asistimos a una fascinante conferencia sobre el machismo y su vínculo con los femicidios. La ponente, Noralis Rodriguez-Coss, con una sonrisa radiante y un entusiasmo contagioso, amablemente nos permite tomarle fotografías tras su exposición. Durante nuestro encuentro, comparte detalles sobre su investigación, su trayectoria profesional, así como aspectos de su vida personal y familiar.

Maquillaje por @7thskin



*Háblanos sobre tí, Noralis, tus orígenes ¿Por qué estás en Spokane?*

Nací y crecí en Puerto Rico. A los 25 años me mudé a los Estados Unidos para hacer una maestría en estudios feministas en Southern Connecticut State University. En 2009, me mudé a Seattle para continuar estudios doctorales en la Universidad de Washington en la misma disciplina. Cuando estaba por terminar el doctorado, surgió una plaza en Gonzaga University y así es como llegué a Spokane.

*¿Cómo es el día de una profesora universitaria?*

Llego a mi oficina por la mañana y me preparo para dar clases asegurándome cómo explicar el tema y estudiar más de ser necesario. Luego de dar las clases regreso a mi oficina para corregir, trabajar en proyectos de investigación, contestar emails o ir a reuniones de algún comité a los que pertenezco. De cierta forma no tengo supervisión directa como sucede en otros trabajos, pero es una profesión que demanda mucho tiempo.

*¿En qué proyecto profesional estás en estos momentos?*

Estoy trabajando con Ebanistería, una compañía en Puerto Rico liderada por mujeres que ofrece talleres de trabajo manual o handywork. Empleo varios métodos de investigación para entender cómo los talleres rompen los roles de género tradicionales que establecen que las niñas o las mujeres no pueden usar un martillo, o un taladro, o arreglar/instalar cualquier cosa que ellas quieran hacer en sus casas.

Los talleres también reciben personas no binarias, cuir, o de otras comunidades históricamente marginalizadas. Estudio el género en todas sus diversidades y defendiendo la importancia de la inclusión de las personas en todas las áreas de la sociedad.

*¿Dónde pueden nuestros lectores seguirte o contactar contigo?*

Me pueden conseguir a través de mi email [rodriguez-coss@gonzaga.edu](mailto:rodriguez-coss@gonzaga.edu).

*Un mensaje para nuestros lectores:*

Actuar reconociendo la plena humanidad de cada persona, incluyendo la nuestra, puede hacer de este mundo uno más sano y equitativo.





# RINCÓN ALEMÁN

## EN EL CORAZÓN DE CÓRDOBA ARGENTINA



Sigue el viaje de María Luisa en su Instagram  
[@lamarialuisaflores](https://www.instagram.com/lamarialuisaflores)

En este paisaje serrano, rodeado de bosques y surcado por arroyos se encuentran dos pequeñas ciudades de arquitectura Bávara fundadas por colonos centroeuropeos en el departamento de Córdoba en Argentina.

Villa General Belgrano brinda una experiencia cultural única con su deliciosa gastronomía alemana y una vibrante escena de cerveza y chocolate artesanal.

La Cumbrecita es un encantador pueblo peatonal de pintorescas calles adoquinadas, tiendas de artesanías y acogedores restaurantes. Sus senderos te llevarán a través de exuberantes bosques, cascadas cristalinas y majestuosas cumbres, perfectos para aquellos que disfrutan de las actividades al aire libre como la pesca y el senderismo.

ELEV8  
RECORDS

**Nueva**  
**música URBANA**  
**made in**  
**LATINOAMÉRICA**

@Elev8records

