

NÚMERO 54 • GRATUITA

LA LATINA

SPokane
#LATINPOWER



LA LATINA **SPOKANE**

CULTURA

4/EL CARIBE

10/ PAREJAS LATINAS

14/ENGLISH VERSION

ESTILO DE VIDA

18/RECETA:

DULCE DE LECHE

NUESTRA GENTE

21/ELIA MENDOZA

VIAJES

30/CUSCO



Nuestro correo lalatina@qmode.es · Nuestro teléfono: +1 509 505 0672

 @lalatina_us



18

DULCE DE LECHE



PAREJAS LATINAS

10

EL CARIBE

4

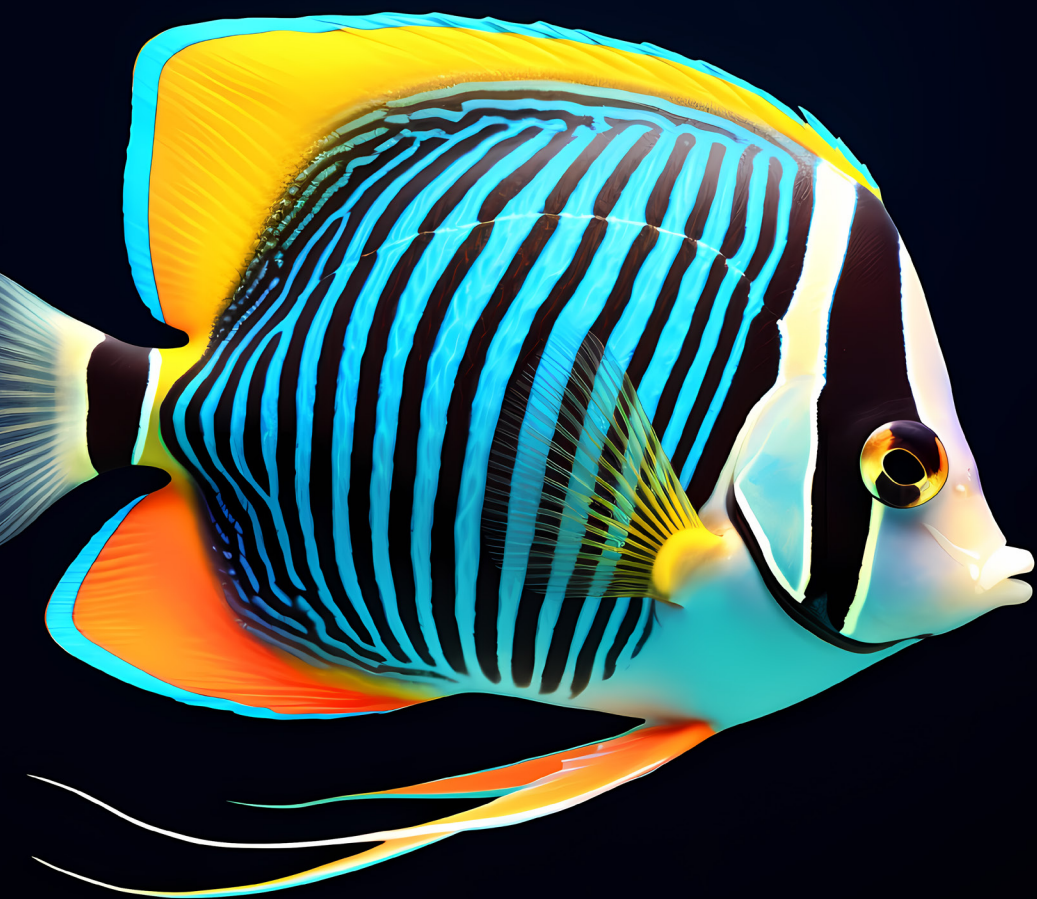


!

¿Quieres
anunciarte
en La
Latina?

Escríbenos un
correo a

lalatina@qmode.es



EL CARIBE MARINO

Los peces del Caribe son un tesoro de biodiversidad que habita en uno de los ecosistemas marinos más ricos del planeta. Entre sus aguas cristalinas se encuentran especies emblemáticas como el pez loro, que contribuye a la formación de playas de arena blanca al triturar corales, y el pez león, una especie invasora que, aunque fascinante, amenaza el equilibrio ecológico del arrecife. También destacan los coloridos peces ángel, peces damisela y meros, esenciales para la salud del ecosistema.



Estos peces no solo embellecen los arrecifes de coral, sino que también son vitales para las comunidades costeras, ya que apoyan la pesca sostenible y el turismo, sectores clave para la economía local. Sin embargo, el cambio climático y la contaminación representan desafíos significativos para la conservación de esta riqueza marina.





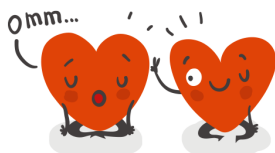


¡Juntos, los corazones
son más sanos!

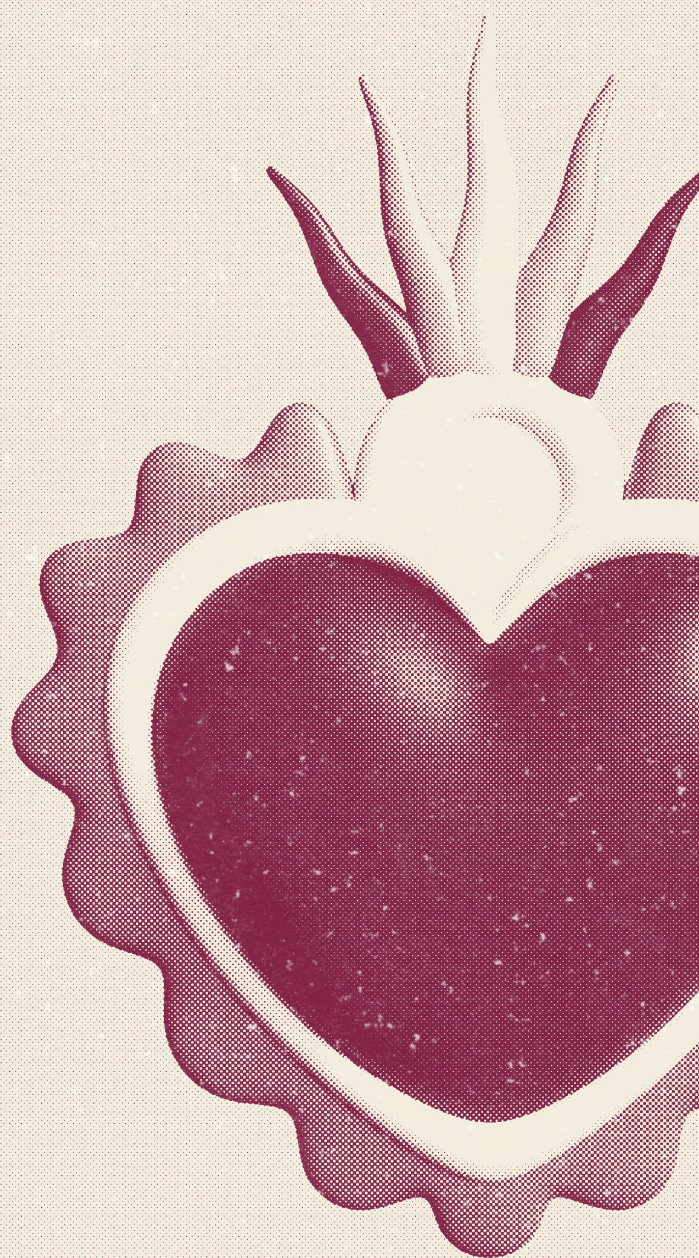


¡Las relaciones positivas
favorecen la salud del corazón!

¡Busca a familiares, amigos o un
grupo que te acompañe...



mientras te vuelves más activo, comes
alimentos más sanos y encuentras la
alegría de vivir!



PAREJAS LATINAS DE LA HISTORIA

Este mes de los enamorados recordemos Las parejas más emblemáticas y controversiales de la historia latinoamericana.

Hernán Cortés y La Malinche

La relación entre Hernán Cortés y La Malinche ha sido interpretada por algunos como una historia de amor, aunque está envuelta en la complejidad de la conquista, marcada por desigualdades de poder y tensiones culturales. Cuando Malintzin, una joven indígena de noble origen, fue entregada a los españoles como esclava, su destino cambió radicalmente. Su inteligencia y habilidades como intérprete la hicieron indispensable para Cortés, quien pronto confió en ella como aliada estratégica. Ella tradujo no sólo palabras, sino también los matices culturales, y desempeñó un papel clave en las alianzas entre los españoles y los pueblos indígenas.

Con el tiempo, su cercanía dio lugar a una relación personal. Se dice que Cortés veía en Malintzin no solo a una aliada, sino a una mujer excepcional, y juntos tuvieron un hijo, Martín, considerado uno de los primeros mestizos de México. Sin embargo, la relación no estuvo exenta de controversia. Mientras algunos ven un vínculo afectivo entre ellos, otros argumentan que la dinámica estaba marcada por el poder que Cortés tenía sobre ella, dado el contexto de la época. La figura de La Malinche ha sido mitificada y romantizada, pero también condenada, simbolizando la unión, el choque y las heridas entre dos mundos. Si hubo amor entre ellos, este estuvo entrelazado con la tragedia de la conquista y la transformación cultural de un continente.





Eva y Juan Perón

Eva y Juan Perón vivieron una intensa historia de amor que marcó la política argentina. Se conocieron en 1944 durante un evento benéfico, y su conexión fue inmediata. Eva, una joven actriz de origen humilde, encontró en Juan, un militar y político ambicioso, un compañero en la vida y en la lucha social.

Juntos, formaron una pareja inseparable que trabajó por los derechos de los trabajadores y las mujeres. Eva, conocida como “Evita”, se convirtió en la voz de los humildes, mientras Juan gobernaba como presidente. Su amor era evidente en la forma en que se apoyaban mutuamente en cada desafío.

La relación terminó trágicamente con la muerte de Eva en 1952, a los 33 años. Sin embargo, su legado de amor y justicia social perdura en la memoria del pueblo argentino.

Frida Kahlo y Diego Rivera

Frida Kahlo y Diego Rivera vivieron una intensa y apasionada historia de amor, marcada por el arte, la admiración mutua y el conflicto. Se conocieron cuando Frida, joven y talentosa, buscó a Diego, ya un reconocido muralista, para que evaluara su trabajo. La conexión entre ellos fue inmediata, y en 1929 se casaron.

Su relación fue tan creativa como tumultuosa, llena de amor, infidelidades y reconciliaciones. Aunque enfrentaron múltiples desafíos, incluyendo la frágil salud de Frida y las diferencias en sus personalidades, compartían una profunda pasión por el arte y la política, incluyéndose mutuamente en sus obras.

A pesar de sus altibajos, su amor perduró hasta la muerte de Frida en 1954. Diego confesó que perderla fue el momento más doloroso de su vida, y ambos dejaron un legado eterno como una de las parejas más icónicas del arte mexicano.



LATIN COUPLES IN HISTORY

This month we want to talk about the iconic and emblematic couple in the history of Latin America.

Hernán Cortés and La Malinche

The relationship between Hernán Cortés and La Malinche has been interpreted by some as a love story, though it is deeply entwined with the complexities of the conquest, marked by power imbalances and cultural tensions. When Malintzin, a young indigenous woman of noble origin, was given to the Spaniards as a slave, her destiny changed dramatically. Her intelligence and skills as an interpreter made her indispensable to Cortés, who soon trusted her as a strategic ally. She not only translated words but also cultural nuances, playing a key role in forging alliances between the Spaniards and indigenous peoples.

Over time, their closeness developed into a personal relationship. It is said that Cortés saw in Malintzin not just an ally but an exceptional woman, and together they had a son, Martín, considered one of the first mestizos of Mexico. However, their relationship was not without controversy. While some see an emotional bond between them, others argue that the dynamic was shaped by the power Cortés wielded over her, given the context of the era. La Malinche's figure has been mythologized and romanticized but also condemned, symbolizing the union, the clash, and the wounds between two worlds. If there was love between them, it was intertwined with the tragedy of the conquest and the cultural transformation of a continent.

Eva and Juan Perón

Eva and Juan Perón shared an intense love story that shaped Argentina's history. They met in 1944 at a charity event, and their connection was immediate. Eva, a young actress from humble beginnings, found Juan, a military officer and rising politician, a partner in life and in the fight for social justice.

Together, they became an inseparable pair, championing the rights of workers and women. Eva, lovingly called "Evita," became the voice of the poor, while Juan led the nation as president. Their love was evident in the unwavering support they gave each other through every challenge.

Their story ended tragically with Eva's death in 1952 at the age of 33, but their legacy of love and social justice lives on in the hearts of the Argentine people.

Frida Kahlo y Diego Rivera

Frida Kahlo and Diego Rivera shared an intense and passionate love story, marked by art, mutual admiration, and conflict. They met when Frida, young and talented, sought out Diego, already a renowned muralist, to critique her work. Their connection was immediate, and they married in 1929.

Their relationship was as creative as it was tumultuous, filled with love, infidelities, and reconciliations. Despite facing numerous challenges, including Frida's fragile health and their contrasting personalities, they shared a deep passion for art and politics, profoundly influencing each other's work.









RECETA DULCE DE LECHE POR *MELY'S KITCHEN*

Endúlzate la vida con esta receta que
encanta a todos.

INGREDIENTES:

- 1 litro de leche entera
- 300 g de azúcar
- 1/4 de cucharadita de bicarbonato de sodio
- 1 cucharadita de esencia de vainilla (opcional)

¿Cómo preparalo?

Mezclar los ingredientes:

En una olla de fondo grueso, mezcla la leche, el azúcar y el bicarbonato de sodio. Revuelve bien para disolver el azúcar.

Cocinar a fuego medio:

Lleva la mezcla a fuego medio hasta que hierva, removiendo constantemente para evitar que se pegue.

Cocción a fuego bajo:

Reduce el fuego al mínimo y sigue cocinando, removiendo ocasionalmente. La mezcla se irá espesando y tomando un color dorado. Esto tomará entre 1 hora y 1 hora y media.

Agregar la vainilla (opcional):

Cuando alcance la consistencia deseada, añade la esencia de vainilla y mezcla bien.

Enfriar:

Deja enfriar a temperatura ambiente. Al enfriarse, espesa un poco más.

Guárdalo en un frasco hermético en el refrigerador. ¡Perfecto para acompañar postres, pan o simplemente comer a cucharadas!



CRÉDITO TRIBUTARIO PARA FAMILIAS TRABAJADORAS WASHINGTON

El **CRÉDITO TRIBUTARIO PARA FAMILIAS TRABAJADORAS** está aquí para quedarse. Este programa fue diseñado para aportar un estímulo adicional para los residentes que vivieron más de medio año en **WASHINGTON** y trabajaron. Desde el 2022 existe este crédito fiscal y lo mejor de todo es que el estado está brindando la oportunidad de someter la aplicación del 2022 y 2023 aun este año, ¡así que aprovechen! Cabe recordar a los residentes, que el estado de Washington no tiene impuesto de ingreso laboral, sin embargo diseñaron esta ayuda de los impuestos de venta que paga el consumidor. Los individuos o familias que califiquen podrían recibir hasta \$1290 dólares. Algo muy importante que queremos que tomen en cuenta, es que los contribuyentes califican si tienen su número de ITIN o SSN, al igual que los dependientes califican mientras tengan uno de esos números. Nos hemos unido con la ciudad de Spokane en un esfuerzo para asegurarnos que todos los que califiquen hayan aplicado.

La solicitud es corta, pero contiene lenguaje técnico que en veces confunde al contribuyente. Para eso estamos aquí, para ayudarles a llenar la aplicación sin costo, ya que muchos servicios de impuestos cobran una tarifa adicional por llenar el formulario. Pueden venir a nuestro centro todos los miércoles de 9-7 pm para ayudarles a llenar la solicitud, ya sea de el 2024 o los dos años anteriores.

También nos hemos certificado con el IRS como un sitio VITA, así que estaremos ayudando con la declaración de impuestos federales al IRS de manera gratuita a todos los que califiquen. Desde el 11 de Febrero estaremos operando el sitio VITA para asistir a los contribuyentes a declarar sus impuestos, todos los martes de 9-5 pm y los miércoles de 9-6pm.

☎ **509-557-0566**

✉ **OFFICE@HBPAOFSPokane.ORG**

📍 **1214 E SPRAGUE AVE. SPOKANE, WA 99202**



#SPOKANE ELIA MENDOZA

Elia llega a nuestra oficina con sus 3 hijos, una madre a todo lo que da, lista para su sesión de fotos pero pendiente de todo, dulce y tranquila, pero con una convicción impresionante, es la energía que nos demuestra y la que plasma tanto en sus fotos como en su entrevista.

Maquillaje por @7thskin



HÁBLANOS SOBRE TÍ, TUS ORÍGENES, PORQUÉ ESTÁS EN SPOKANE

Soy Elia Mendoza, una mujer apasionada por el empoderamiento de comunidades minoritarias y liderada por mujeres. Mis raíces latinas me inspiran a promover el cambio y la equidad en todas mis iniciativas. Mi conexión con Spokane surge a través de mi trabajo como alcance comunitario para la Oficina de Pequeñas Empresas de Minorías y Mujeres del estado de Washington. En esta labor, ayudó a empresarios de minorías y mujeres a crecer, desarrollar sus negocios y acceder a contratos gubernamentales, fomentando una comunidad más fuerte y diversa.

¿A QUÉ TE DEDICAS? CUÉNTANOS.

Soy una profesional dedicada al alcance comunitario, trabajando para apoyar a pequeñas empresas de mujeres y minorías en su crecimiento y éxito. Mi camino hasta aquí ha estado lleno de aprendizajes, superando desafíos y conectándome con personas increíbles que comparten mi visión de crear oportunidades para todos. Es un orgullo ver cómo el trabajo que realizó abre puertas y transforma vidas. Además, he encontrado en la escritura una manera de compartir experiencias y crear conciencia, reflejado en mis libros *Silent Strength* y *Fuerza Silenciosa*.





¿EN QUÉ PROYECTO ESTÁS ACTUALMENTE?

Actualmente, estoy desarrollando iniciativas que amplían el acceso a recursos para pequeños negocios en Spokane. Esto incluye talleres, y apoyo directo a empresarios de minorías y mujeres que buscan fortalecer sus negocios y participar en contratos gubernamentales. Al mismo tiempo, sigo promoviendo mis libros, usando mi voz para crear conciencia sobre temas como la violencia doméstica y los prejuicios laborales, abriendo conversaciones que generan cambios significativos.

¿DÓNDE PODEMOS CONTACTAR CONTIGO?

Puedes encontrarme en Elia.Mendoza@omwbe.wa.gov . También puedes seguir mi trabajo y eventos en redes sociales, Facebook ([elia.mendoza.52012](https://www.facebook.com/elia.mendoza.52012)) y LinkedIn. Mis libros están disponibles en Amazon, Barnes & Noble, Kindle, Google, Apple entre otros. Estaré encantada de conectar contigo.

UN MENSAJE PARA LOS LECTORES DE LA LATINA

A los lectores de La Latina, quiero decirles que el cambio comienza con pequeños pasos y que nuestra fuerza está en nuestra comunidad. No importa lo difíciles que sean los retos, siempre hay una luz al final del camino. Con apoyo mutuo y resiliencia, podemos superar cualquier obstáculo y alcanzar nuestras metas. ¡Nunca dejen de creer en ustedes mismos y en su capacidad para hacer la diferencia!



Viajes

Cusco • Perú

CUSCO, la antigua capital del Imperio Inca, es una ciudad vibrante en los Andes peruanos que combina historia, cultura y paisajes impresionantes. Con sus calles empedradas, majestuosos templos coloniales contruidos sobre bases incas y su proximidad a Machu Picchu, Cusco es un destino único donde el pasado y el presente se entrelazan. Su gastronomía, festividades tradicionales y la calidez de su gente hacen de esta ciudad un lugar inolvidable para quienes la visitan.

Fue declarado patrimonio de la humanidad por la Unesco y por ella pasan más de 2 millones de turistas al año al igual que Machu Picchu.





LA LATINA **SPokane**