

NÚMERO 55 - GRATUITA

LA LATINA

SPOKANE

#LATINPOWER



LA LATINA **SPOKANE**

CULTURA

4/PELÍCULAS

10/ RITUALES MILENARIOS

12/ENGLISH VERSION

16/ DESPIDIENDO

A UN AMIGO

ESTILO DE VIDA

18/RECETA:

ALFAJORES

NUESTRA GENTE

21/PATRICIA CRUZ

VIAJES

30/ BRASIL



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

 @lalatina_us



18
ALFAJORES



RITUALES MILENARIOS
10

CINE LATINO QUE TIENES
QUE VER

4



!

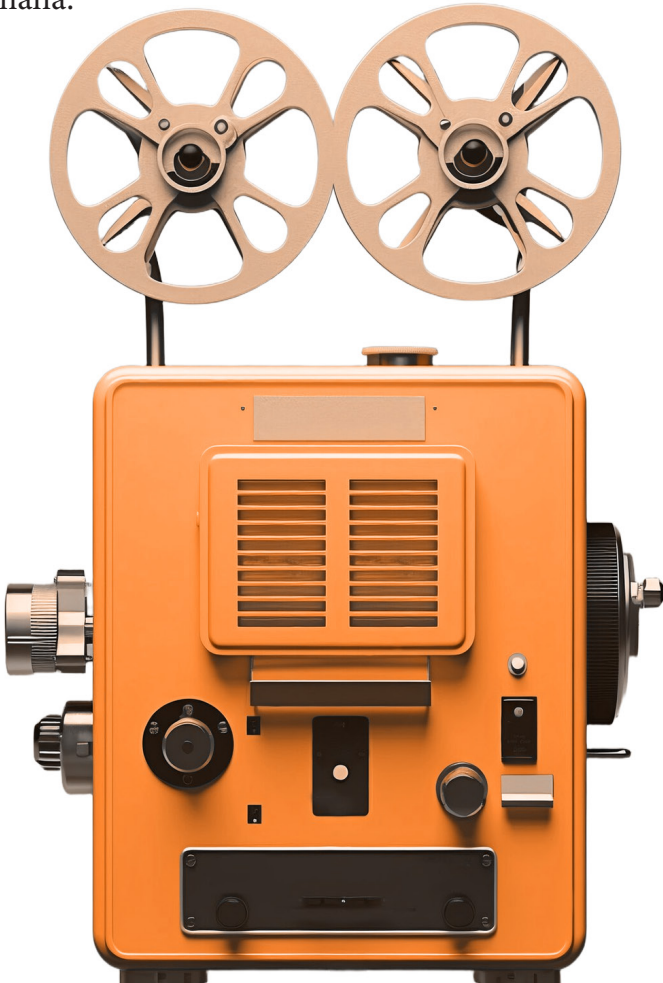
¿Quieres
anunciarte
en La
Latina?

Escribenos un
correo a

lalatina@qmode.es

PELÍCULAS LATINAS QUE TIENES QUE VER

El cine latinoamericano siempre se ha caracterizado por abordar diversas cuestiones sociales, especialmente la desigualdad y las difíciles condiciones en las que vive gran parte de la población. Entre tantas producciones, hay algunas que destacan como nuestras favoritas. Si aún no las han visto, son una excelente opción para el fin de semana.

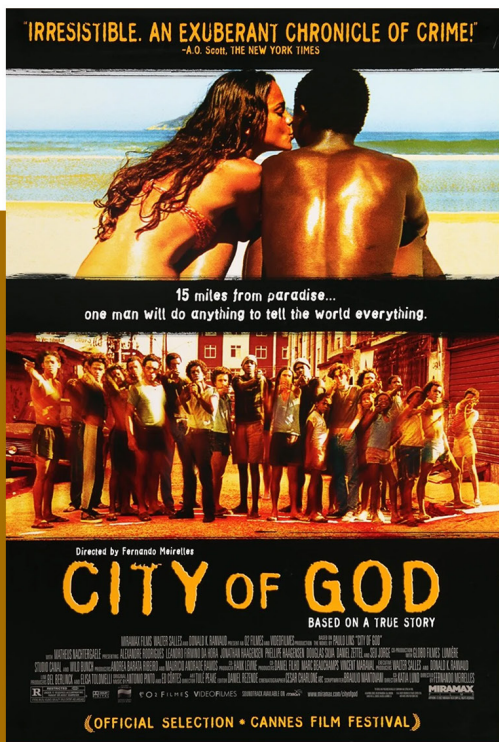




Y TU MAMÁ TAMBIÉN

2001

Dirigida por Alfonso Cuarón, esta película mexicana es un viaje físico y emocional para dos adolescentes, Julio y Tenoch, y una mujer mayor, Luisa. Juntos emprenden un road trip por el México rural, donde exploran su sexualidad, las relaciones humanas y los cambios en sus vidas. La película captura la complejidad de la adolescencia, el deseo y la transición a la adultez, todo en el contexto de una crítica social.



CIUDAD DE DIOS

2003

Dirigida por Fernando Meirelles y Kátia Lund, esta película brasileña narra la vida de jóvenes en las favelas de Río de Janeiro. A través de los ojos de Buscapé, un joven que aspira a ser fotógrafo, se muestran los horrores y la violencia de la vida en las favelas, y cómo el crimen y la pobreza marcan a las nuevas generaciones. La historia refleja una lucha por la supervivencia y las ilusiones en un entorno marcado por la desigualdad.



NUEVE REINAS

2000

Dirigida por Fabián Bielinsky, esta película argentina sigue a dos estafadores que se embarcan en un complicado fraude. A través de un juego de engaños y mentiras, se plantea una reflexión sobre la moralidad, la desconfianza y el arte de la manipulación. Es un thriller de suspenso con giros inesperados que mantiene al espectador intrigado hasta el final.



WWW.QMODE.ES



**iDele un arcoíris de
comida a su
familia todos
los días!**

Consulte srhd.org/WIC para
ver si su familia cumple
los requisitos para recibir
beneficios alimenticios.

srhd.org/WIC 
Creado: Marzo de 2025



LA PEREGRINACIÓN A WIRIKUTA: EL SAGRADO VIAJE HUICHOL

Cada año, los huicholes (wixárikas), uno de los pueblos indígenas más emblemáticos de México, emprenden una peregrinación sagrada a Wirikuta, un desierto en San Luis Potosí considerado el lugar donde nació el sol y el centro de su cosmovisión espiritual. Este viaje es una tradición ancestral que simboliza la conexión con los dioses y la búsqueda del conocimiento.

El Significado Espiritual

Para los wixárikas, Wirikuta es el hogar de Tatewari, el abuelo fuego, y de Kauyumari, el venado azul, su guía espiritual. Durante la travesía, los peregrinos—liderados por un mara'kame (chamán)—siguen una ruta sagrada en la que recolectan el hikuri (peyote), considerado un mensajero divino que les permite comunicarse con los dioses.

El Viaje y sus Rituales

La peregrinación sigue senderos milenarios que atraviesan montañas y desiertos. Los wixárikas realizan ofrendas, cantos y danzas, pidiendo protección y sabiduría. Al llegar a Wirikuta, consumen peyote en ceremonias que los conectan con el mundo espiritual, buscando visiones y orientación para la comunidad.

Conservación y Amenazas

Hoy, esta tradición enfrenta amenazas por la explotación minera y el desarrollo agrícola en Wirikuta, lo que pone en peligro su valor espiritual y ecológico. Diversas organizaciones luchan por su preservación, resaltando la importancia de respetar este sitio sagrado. La peregrinación a Wirikuta es más que un viaje físico: es un camino de transformación, fe y resistencia cultural, manteniendo viva una tradición que ha perdurado por siglos.



THE PILGRIMAGE TO WIRIKUTA: THE SACRED HUICHOL JOURNEY

Every year, the Huichol people (Wixárika), one of Mexico's most emblematic indigenous groups, embark on a sacred pilgrimage to Wirikuta, a desert in San Luis Potosí considered the birthplace of the sun and the center of their spiritual worldview. This journey is an ancient tradition symbolizing their connection with the gods and the pursuit of wisdom.

Spiritual Significance

For the Wixárika, Wirikuta is the home of Tatewari, the Grandfather Fire, and Kauyumari, the Blue Deer, their spiritual guide. Led by a mara'akame (shaman), the pilgrims follow a sacred route where they collect hikuri (peyote), regarded as a divine messenger that allows them to communicate with the gods.

The Journey and Its Rituals

The pilgrimage follows ancient paths through mountains and deserts. Along the way, the Huichol people perform offerings, chants, and dances, seeking protection and wisdom. Upon reaching Wirikuta, they partake in ceremonies involving peyote, which helps them receive visions and guidance for their community.

Conservation and Threats

Today, this tradition faces threats from mining and agricultural development in Wirikuta, endangering both its spiritual and ecological significance. Various organizations are working to preserve the site and protect its sacred value. The pilgrimage to Wirikuta is more than a physical journey; it is a path of transformation, faith, and cultural resilience, keeping a centuries-old tradition alive.





In loving
Memory of



Ivan Torres

01.20.1985 - 02.15.2025



*A cherished community leader, colleague,
friend, youth soccer coach, father, husband,
brother, and son.*

A la familia Mazcot-Torres,

Con profundo pesar, queremos expresar nuestras más sinceras condolencias por la partida de nuestro querido Iván Vamvan Torres. Acompañamos su dolor en este difícil momento y enviamos nuestro cariño y fortaleza a toda la familia y seres queridos.

Que su recuerdo permanezca siempre vivo en sus corazones.

Con respeto y solidaridad,
La Latina Team





ALFAJORES CON DULCE DE LECHE POR MELY'S KITCHEN

El mes pasado aprendimos a hacer dulce de leche, este mes haremos los famosos alfajores, rellenos del delicioso dulce.

INGREDIENTES (20):

Para las galletas:

- 200 g de harina de trigo
- 300 g de maicena (fécula de maíz)
- 200 g de mantequilla (a temperatura ambiente)
- 150 g de azúcar glas
- 3 yemas de huevo
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1 cucharadita de polvo para hornear
- 1 pizca de sal
- Relleno y decoración:
- 300 g de dulce de leche
- Coco rallado (opcional)
- Azúcar glas (opcional)

¿Cómo preparalo?

Preparar la masa:

Tamiza la harina, la maicena, el polvo para hornear y la sal en un tazón.

En otro recipiente, bate la mantequilla con el azúcar glas hasta obtener una mezcla cremosa.

Agrega las yemas de huevo una a una y la esencia de vainilla, mezclando bien.

Incorpora los ingredientes secos poco a poco, formando una masa suave y homogénea.

Refrigerar la masa:

Envuelve la masa en plástico film y refrigérala por 30 minutos para que sea más fácil trabajarla.

Cortar las galletas:

Precalienta el horno a 180°C (350°F).

Estira la masa sobre una superficie enharinada hasta que tenga un grosor de 5 mm.

Corta círculos de aproximadamente 5 cm de diámetro con un cortador o vaso.

Hornear:

Coloca las galletas en una bandeja con papel para hornear y hornea por 10-12 minutos, hasta que estén apenas doradas en la base. Déjalas enfriar completamente.

Rellenar y decorar:

Une las galletas de dos en dos con una capa generosa de dulce de leche en el centro.

Si deseas, rueda los bordes en coco rallado o espolvorea azúcar glas por encima.

¡Listos para disfrutar con un café o té!



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 es **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 numero de ITIN o SSN, al igual que los dependes 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 PATRICIA CRUZ

Patricia Cruz llega a la sesión de fotos con su energía contagiosa. Siempre dejamos que nuestros invitados elijan la ropa con la que se sientan más cómodos, y ella, sin dudarlo, saca su camiseta de la selección de Brasil. Entre risas, samba y una mezcla de portugués, español y más, vivimos una entrevista vibrante y llena de color, al puro estilo brasileño

Maquillaje por @7thskin



HÁBLANOS SOBRE TÍ, TUS ORÍGENES, PORQUÉ ESTÁS EN SPOKANE

Nací y crecí en Brasilia, Brasil. A los 19 años, me mudé a EE. UU. para vivir con mi padre y me enamoré del país, pero al no tener documentación, regresé a Brasil después de nueve meses. Allí enfrenté desafíos, pero estudié Psicología mientras trabajaba a tiempo completo. Tras graduarme, trabajé en Recursos Humanos, aunque mi verdadera pasión era ayudar a los demás. Fundé una organización para apoyar a víctimas de violencia, pero la falta de financiamiento ético me llevó a retomar mi carrera en RH y cursar un MBA. Años después, mi interés por la salud mental y el desarrollo profesional me llevó a especializarme en Comportamiento Humano y abrir mi consultorio en 2013. Como terapeuta y consultora, trabajé con fuerzas del orden y gané reconocimiento, lo que me permitió escribir un capítulo sobre salud mental en la aplicación de la ley.

En 2019, tras una relación difícil, decidí cambiar mi vida y me mudé a Spokane, donde conocí a mi esposo. Continué con la terapia en línea y mi trabajo fue adoptado por el Ministerio de Justicia de Brasil. En 2021, comencé a explorar nuevas oportunidades, trabajando incluso como cocinera en Feast World Kitchen. En 2023, obtuve mi certificación PHR y en 2024 la SPHR, logros que consolidaron mi carrera en EE. UU.

Hoy, soy contratista de Recursos Humanos para varias organizaciones sin fines de lucro y no podría estar más feliz con el camino que he construido.





Hoy tengo una empresa llamada Efficient HR Solutions, que ofrece servicios de RR. HH. a pequeñas empresas y organizaciones sin fines de lucro. Lo creas o no, el trabajo a menudo se siente como un pasatiempo porque lo disfruto mucho. También me encanta viajar con mi esposo, pasar tiempo en casa con él y nuestras mascotas (Linda, la perra, y Mia, la gata), disfruto del clima cálido (siempre estoy volando desde Spokane en invierno y primavera), me encanta cocinar y recibir amigos.

He tenido una vida desafiante, pero esas dificultades moldearon quién soy hoy y estoy orgullosa de eso. Cuando reflexiono sobre mis logros, me siento en paz. Todos mis sueños se han hecho realidad y he construido mi éxito de forma independiente.

¿EN QUÉ PROYECTO ESTÁS ACTUALMENTE?

Ayudo a otros a desarrollarse. Al reflexionar sobre mi recorrido, a menudo pienso en cuánto más rápido podría haber alcanzado mis objetivos si alguien me hubiera guiado cuando llegué por primera vez a Spokane. Ahora, estoy considerando capacitar a amigos brasileños para que se asocien conmigo en mi negocio para poder concentrarme en desarrollar un programa de capacitación en línea para que los latinos tengan éxito en los EE. UU.

A nivel personal, mi objetivo en 2025 es ser la mejor versión de mí misma como ser humano, esposa, amiga, hija y hermana.

¿DÓNDE PUEDEN COMUNICARSE CONTIGO?

Puedes comunicarte conmigo por correo electrónico a [contato.patriciacruz@gmail.com](mailto:patriciacruz@gmail.com) o por teléfono al (509) 919-2174.

UN MENSAJE PARA LOS LECTORES DE LA LATINA.

Somos más fuertes de lo que pensamos y podemos lograr todo lo que merecemos si trabajamos de manera más inteligente. Si decidiste vivir en los EE. UU., aprende el idioma, entiende las leyes y todo lo que necesitas para tener éxito. Adopta la cultura para aprovecharla al máximo. Ayúdense unos a otros en lugar de pisotear a los demás y recuerden: hay oportunidades para todos.

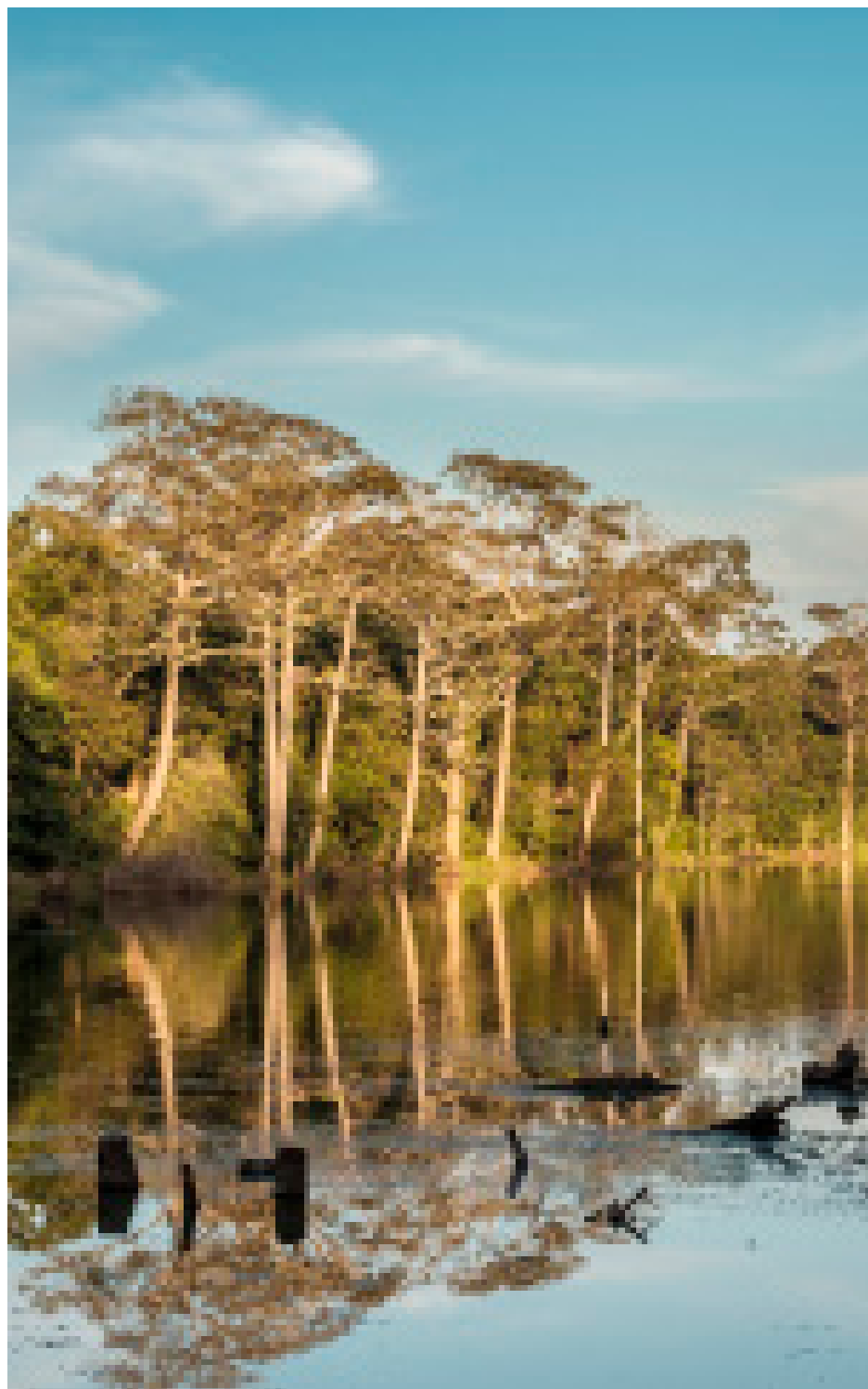


Viajes

Parque Nacional de Lençóis Maranhenses

Brasil

El Parque Nacional Lençóis Maranhenses, ubicado en el estado de Maranhão, Brasil, es un espectáculo natural único en el mundo. Con sus vastas dunas de arena blanca que se extienden hasta donde alcanza la vista y sus lagunas de agua cristalina formadas por las lluvias estacionales, este paisaje parece sacado de un sueño. Durante la temporada de lluvias, entre enero y junio, las lagunas se llenan y crean un contraste impresionante con la arena, ofreciendo un paraíso para los visitantes. Es un destino ideal para quienes buscan aventura, belleza natural y una conexión única con la naturaleza.





LA LATINA **SPOKANE**