

NÚMERO 58 • GRATUITA

LA LATINA

SPOKANE

#LATINPOWER



Mes del orgullo



LA LATINA **SPOKANE**

CULTURA

4/AMOR ES AMOR

10/ EL SÍMBOLO DE LA
COMUNIDAD LGBTQ+

12/ENGLISH VERSION

ESTILO DE VIDA

18/RECETA:

TORTA DE JOJOTO

NUESTRA GENTE

22/ZYANYA BARRERA

VIAJES

30/PARQUE

NACIONAL YASUNÍ



@lalatina_us



18

TORITA DE
JOJOTO



EL SÍMBOLO DE LA
COMUNIDAD LGTBQ+

10

AMOR ES AMOR

4



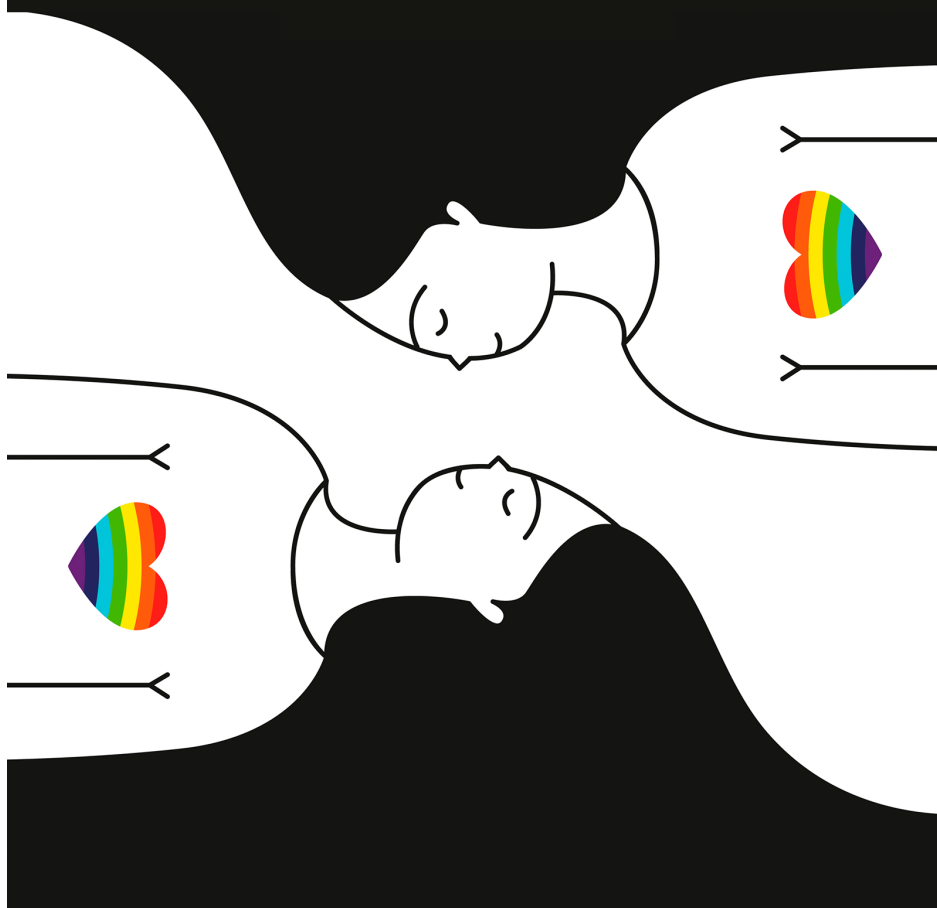
!

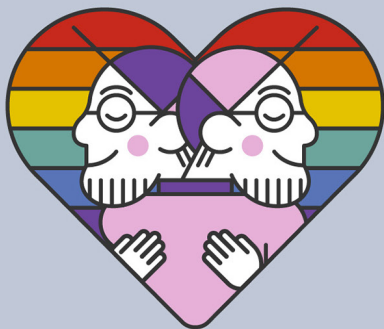
¿Quieres
anunciarte
en La
Latina?

Escríbenos un
correo a

lalatina@qmode.es

AMOR ES AMOR





- LOVE IS LOVE -

Junio es el Mes del Orgullo, un tiempo para celebrar el amor, la diversidad y la libertad de ser uno mismo. Es un recordatorio poderoso de que todas las personas merecen vivir con dignidad, respeto y sin miedo. El amor es amor, sin importar el género, la identidad o a quién elijas amar. Sigamos construyendo un mundo donde todas las formas de amor sean visibles, valoradas y celebradas.



**AMOR
ES
AMOR**

AMOR ES AMOR



**AMOR
ES
AMOR**





¿A quién podría salvar con Narcan?

Esté listo. Téngalo a mano.

"Llevo naloxona porque estoy rodeado de estudiantes universitarios que siempre están probando cosas nuevas."

— Ian, estudiante de EWU



Escanee para obtener más información:

- Signos de sobredosis
- Dónde conseguir Narcan gratis
- Cómo usar Narcan



srhd.org **HEALTH**
Created: Junio 2023



¿POR QUÉ EL ARCOÍRIS ES EL SÍMBOLO DE LA COMUNIDAD LGBTQ+?

Hoy en día es imposible imaginar una marcha del Orgullo sin ver banderas de arcoíris ondeando en todas partes. Pero, ¿alguna vez te has preguntado por qué ese símbolo se convirtió en emblema de la comunidad LGBTQ+?

La bandera del arcoíris fue creada en 1978 por el artista y activista gay Gilbert Baker, en San Francisco. En ese momento, la comunidad LGBTQ+ necesitaba un símbolo propio, uno que hablara de orgullo, diversidad, inclusión y esperanza, en un contexto aún marcado por la discriminación y la violencia



Gilbert Baker, se inspirado en la belleza de los colores del arcoíris, cosió la primera versión de la bandera con ocho franjas, la cual cada una tenía un significado:

- Rosa – Sexualidad
- Rojo – Vida
- Naranja – Salud
- Amarillo – Luz del sol
- Verde – Naturaleza
- Turquesa – Magia/arte
- Azul – Serenidad
- Violeta – Espíritu

Con el tiempo, por motivos prácticos de producción, la bandera fue reducida a seis colores, los que hoy reconocemos fácilmente: rojo, naranja, amarillo, verde, azul y violeta.

El arcoíris representa algo fundamental: la diversidad. Cada color es distinto, pero juntos crean algo hermoso, vibrante y fuerte. Así es también la comunidad LGBTQ+: compuesta por muchas identidades, orientaciones y experiencias distintas, pero unidas por una lucha común por la igualdad, la visibilidad y el amor libre.

Más allá de la bandera, el arcoíris se ha convertido en un símbolo universal de orgullo, resistencia, celebración y comunidad. Aparece en murales, ropa, perfiles de redes sociales y espacios seguros.

Es una forma de decir: aquí estamos, somos muchos, y no tenemos miedo de brillar.

Hoy, existen otras banderas dentro del espectro LGBTQ+ que representan identidades específicas —como la bandera trans, la bisexual, la asexual, entre otras— pero la bandera del arcoíris sigue siendo el símbolo unificador.

En cada color ondea una historia. En cada franja, una vida que ha decidido ser vivida con autenticidad.

WHY IS THE RAINBOW THE SYMBOL OF THE LGBTQ+ COMMUNITY?

Today, it's impossible to imagine a Pride march without rainbow flags waving everywhere. But have you ever wondered why this symbol became the emblem of the LGBTQ+ community?

The rainbow flag was created in 1978 by gay artist and activist Gilbert Baker in San Francisco. At the time, the LGBTQ+ community needed a symbol of its own—one that represented pride, diversity, inclusion, and hope, in a context still marked by discrimination and violence.



Inspired by the beauty of the rainbow's colors, Gilbert Baker sewed the first version of the flag with eight stripes, each one with its own meaning:

- Pink – Sexuality
- Red – Life
- Orange – Healing
- Yellow – Sunlight
- Green – Nature
- Turquoise – Magic/art
- Blue – Serenity
- Violet – Spirit

Over time, due to production limitations, the flag was reduced to six colors—the version we easily recognize today: red, orange, yellow, green, blue, and violet.

The rainbow represents something fundamental: diversity. Each color is different, but together they create something beautiful, vibrant, and strong.

The LGBTQ+ community is just like that—made up of many identities, orientations, and unique experiences, united by a shared struggle for equality, visibility, and the freedom to love.

Beyond the flag, the rainbow has become a universal symbol of pride, resistance, celebration, and community. It appears in murals, clothing, social media profiles, and safe spaces. It's a way of saying: we are here, we are many, and we are not afraid to shine.

Today, many other flags exist within the LGBTQ+ spectrum to represent specific identities—such as the trans, bisexual, and asexual flags—but the rainbow flag remains the unifying symbol.

In every color, a story flies. In every stripe, a life boldly lived with authenticity.







TORTA DE JOJOTO POR *MELY'S KITCHEN*

INGREDIENTES:

- 4 tazas de granos de maíz tierno
(puede ser de mazorca fresca o maíz congelado, descongelado)
- 1 taza de azúcar
(ajusta al gusto)
- 4 huevos
- 1 taza de leche
(puedes usar leche entera, evaporada o incluso leche de coco para un toque diferente)
- ½ taza de mantequilla derretida
- 1 cucharada de polvo de hornear
 - ½ cucharadita de sal
- ½ taza de queso blanco rallado
(opcional, para un toque salado que contrasta delicioso)
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
(opcional)

¿Cómo prepararla?

1. Precalienta el horno a 180°C (350°F) y engrasa un molde (puede ser redondo o rectangular).
2. Licúa el maíz junto con la leche hasta obtener una mezcla suave pero con un poco de textura.
3. En un bol grande, mezcla los huevos con el azúcar, la mantequilla derretida, la vainilla y la sal. Agrega la mezcla de maíz y revuelve bien.
4. Incorpora el polvo de hornear y el queso rallado si lo estás usando.
5. Vierte la mezcla en el molde y hornea por 45 a 60 minutos, o hasta que al insertar un palillo en el centro, éste salga limpio y la superficie esté doradita.
6. Deja enfriar antes de desmoldar. Se puede servir tibia o fría, ¡y queda deliciosa al día siguiente!

¿BUSCANDO UNA
PROPIEDAD?

PATRICK KENDRICK PATRICK



¡Hablamos español!

¡Nueva propiedad a la venta en Spokane Valley!

🌿 A 3 cuadras de Liberty Park y Ben Burr Trail

🛏️ Habitación principal amplia y luminosa

🔌🗨️ Cocina con barra, acero inoxidable y azulejos

🔧 Techo renovado, pintura nueva y electricidad actualizada

patrick-kendrick.com · [Instagram@pltfmrealestate](https://www.instagram.com/pltfmrealestate)

#SPOKANE ZYANYA

Tuvimos una sesión de fotos divertidísima: subimos a los muebles, bailamos, nos reímos y la pasamos fenomenal. Zyanya, además de ser una persona excepcional y llena de buena energía, llegó con tanta vibra que terminó llenando el disco duro de la cámara. El resultado: una infinidad de imágenes tan increíbles que fue imposible escoger una sola favorita para la portada de este número... ¡Las amamos todas! Hoy la conocemos un poquito más, y nos encanta tenerle en estas páginas.

Maquillaje por @7thskin



HÁBLANOS UN POCO DE TI Y TUS RAÍCES.

Mi nombre es Zyanya Barrera, originaria de Orange, California, pero con raíces en Michoacán, México. Me identifico como no binaria trans femenina y uso los pronombres elle, ellas. Elegí un nombre que representara mi cultura: Zyanya es náhuatl y significa “para siempre”. Soy la más joven de cinco hermanxs: tengo dos hermanas mayores y dos hermanos mayores. Mis padres son de San Antonio Tariácuri, parte del municipio de Zacapu, Michoacán, México. Me mudé a Spokane con mi mamá y mis perritas hace dos años, aunque ya llevamos casi diez años en el noroeste del Pacífico.

¿EN QUÉ PROYECTO ESTÁS ACTUALMENTE?

Mi proyecto actual es algo muy cercano a mi corazón y experiencia. Trabajo en MiA – Mujeres en Acción como gerente de proyectos de JiA – Jóvenes en Acción, un programa de liderazgo para jóvenes en el Condado de Spokane. Como sobreviviente de abuso doméstico y sexual, era importante para mí unirme a una organización que compartiera mis valores. Afortunadamente, encontré a MiA y al equipo que trabaja incansablemente por mejorar las vidas de las personas en nuestra comunidad. Pueden comunicarse conmigo vía zyanyab@miaspokane.org o al 509-994-9560.





¿QUÉ TE INSPIRA?

Para mí, el éxito se define por el impacto que dejamos. Mi motivación es convertirme en la persona que necesité en mis momentos más difíciles, especialmente en el clima político en el que vivimos. Desde pequeña supe que era diferente, y he recorrido un largo camino para descubrir mi identidad. Fue difícil, pero agradezco cada barrera que enfrenté, porque cada una de esas experiencias me ayudó a convertirme en quien soy hoy: orgullosamente latine, queer, y parte de esta comunidad.

¿QUIÉN HA SIDO TU PILAR FUNDAMENTAL?

Mi mamá ha sido la persona más influyente en mi vida. Muchas personas como yo pierden su conexión familiar, y reconozco que soy muy afortunada de tenerla. Más que nada, ella se ha convertido en mi mejor amiga. Gracias a ella aprendí a amar: sin condiciones y por completo.

¿QUÉ TE GUSTA HACER EN TU TIEMPO LIBRE?

En mi tiempo libre me gusta jugar con mis perritas, ir de compras con mi mamá, bailar salsa, merengue, cumbia, bachata, reguetón, hip-hop, R & B, rap...(honestamente, de todo un poco), y mirar documentales.

¿CUÁL ES TU MENSAJE PARA LA COMUNIDAD?

Mi mayor sueño para nuestra comunidad es que podamos vivir abiertamente, y vernos como seres humanos, sin juicios y con amor..



Viajes

Parque Nacional Yasuní en Ecuador

El Parque Nacional Yasuní, ubicado en la región amazónica de Ecuador, es una de las áreas con mayor biodiversidad del planeta. Declarada Reserva de la Biosfera por la UNESCO, alberga miles de especies de plantas, animales e insectos, muchas de ellas únicas en el mundo. Además, es hogar de comunidades indígenas como los huaoranis, así como pueblos en aislamiento voluntario. Yasuní no solo representa un tesoro ecológico, sino también un símbolo de la lucha por la conservación del medio ambiente y los derechos de los pueblos originarios.



LA LATINA

SÍGUENOS EN @LALATINA_US

