

NÚMERO 62 · GRATUITA

LA LATINA

SPOKANE
#LATINPOWER



LA LATINA **SPOKANE**

CULTURA

4/LOS ALTARES

10/SANTERÍA Y SINCRETISMO

14/ENGLISH VERSION

ESTILO DE VIDA

16/RECETA:

SOPA CARIBEÑA

NUESTRA GENTE

20/GLORIA OCHOA

VIAJES

30/PUNO, PERÚ



📷 @lalatina_us



18
SOPA DE
CALABAZA



SANTERÍA Y
SINCRETISMO
10

LOS ALTARES
4



!

¿Quieres
anunciarte
en La
Latina?

Escríbenos un
correo a

lalatina@qmode.es

A vibrant Day of the Dead altar is the central focus, featuring three decorated sugar skulls, numerous yellow and orange marigolds, and several lit candles. The altar is draped with a blue lace cloth. In the background, a large, colorful paper flower hangs from the ceiling, and two decorative paper lanterns with intricate cutouts are visible. The scene is warmly lit by the candles, creating a festive and solemn atmosphere.

**Y VAMOS DE NUEVO CON
NUESTROS ALTARES...**

Y volvemos otra vez a esa fecha donde colocamos nuestros altares de muertos para honrar a quienes ya no están. Ya todos conocemos los elementos tradicionales — las flores de cempasúchil, el pan de muerto, las velas, las fotos—, pero un dato curioso es que en muchos pueblos de México se cree que el aroma del copal no solo guía a las almas, sino que también purifica el hogar, creando un puente invisible entre el mundo de los vivos y el de los muertos. Es un recordatorio de que la memoria no muere, simplemente encuentra nuevas formas de quedarse con nosotros.







And once again, we return to that special date when we set up our altars of the dead to honor those who are no longer with us.

We all know the traditional elements — marigold flowers, pan de muerto, candles, photographs—, but here's a curious fact: in many towns in Mexico, it is believed that the scent of copal not only guides the souls, but also purifies the home, creating an invisible bridge between the world of the living and the world of the dead.

It is a reminder that memory never dies— it simply finds new ways to remain with us.





No te pierdas la diversión.

Vacúnate contra el COVID-19,
la gripe y la tos ferina.

 srhd.org/getvaccinated
Creado: Octubre de 2025



YEMAYÁ



SANTERÍA Y SINCRETISMO: LA FE QUE VIAJÓ EN BARCOS Y SE TRANSFORMÓ EN AMÉRICA

La santería es mucho más que un conjunto de rituales: es la memoria viva de la diáspora africana en América. Nació del dolor y la resistencia de los pueblos yoruba traídos a la fuerza durante la esclavitud. Para sobrevivir, ocultaron sus deidades —los orishas— detrás de los santos católicos que les imponían. Así nació el sincretismo: Changó convertido en Santa Bárbara, Yemayá en la Virgen de Regla, Eleguá en el Santo Niño de Atocha.

En este cruce de creencias, lo africano y lo europeo se mezclaron, creando una espiritualidad única, profundamente americana. La santería no es solo religión: es música, danza, comida, colores. Es tambor que llama, ofrenda de flores y velas, historias que se transmiten en secreto y con respeto.

Hoy, la santería sigue viva en Cuba, Puerto Rico, Venezuela, México y en comunidades migrantes de todo el mundo. Es testimonio de que la fe también migra, se adapta y resiste, manteniendo encendida la llama de los ancestros.

SANTERÍA AND SYNCRETISM: FAITH THAT TRAVELED AND TRANSFORMED IN THE AMERICAS

Santería is more than a set of rituals—it is the living memory of the African diaspora in the Americas. It was born from the pain and resilience of the Yoruba people, forced into slavery. To survive, they hid their deities—the orishas—behind the Catholic saints imposed upon them. This is how syncretism was born: Changó became Saint Barbara, Yemayá the Virgin of Regla, Eleguá the Holy Child of Atocha.

In this fusion, African and European beliefs intertwined, creating a unique spirituality that is deeply American. Santería is not just religion—it is music, dance, food, color. It is the drum that calls, the offering of flowers and candles, the stories whispered with reverence and passed down through generations.



Today, Santería is alive in Cuba, Puerto Rico, Venezuela, Mexico, and among migrant communities around the world. It stands as proof that faith also migrates, adapts, and resists—keeping the ancestral flame burning.





SOPA DE CALABAZA CARIBEÑA

Una sopa perfecta para esta temporada y cargada de sabor.

INGREDIENTES

- 1 kg de calabaza (ahuyama o zapallo),
pelada y cortada en cubos
- 1 cebolla mediana, picada
- 2 dientes de ajo, machacados
- 1 pimiento rojo, picado
- 1 zanahoria, en rodajas
- 1 papa mediana, en cubos
- 1 litro de caldo de pollo o vegetal
- 200 ml de leche de coco
- 2 cdas de aceite de oliva
- 1 ramita de cilantro fresco
- Sal y pimienta al gusto

¿CÓMO PREPARALO?

Sofríe la cebolla, el ajo y el pimiento en una olla con aceite de oliva hasta que estén suaves y fragantes.

Añade la zanahoria, la papa y la calabaza, mezcla bien y cocina unos minutos.

Vierte el caldo, lleva a ebullición y luego cocina a fuego medio hasta que los vegetales estén tiernos (20–25 min).

Tritura con batidora de mano hasta obtener una crema suave.

Incorpora la leche de coco, ajusta la sal y la pimienta.

Sirve caliente con cilantro fresco picado encima.

Tip latino: en algunas islas se sirve con trocitos de plátano frito o tostones como acompañamiento.



**Tu nueva vida, comienza en
TU NUEVO HOGAR**



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

¡Hablamos español!

#SPOKANE

GLORIA OCHOA

Tuve la oportunidad de conocer a la jueza Gloria Ochoa durante un discurso que ofreció en el Simposio sobre la Salud de la Mujer Latina. Fue un momento motivador, pues aunque ya venía siguiendo su trayectoria, no había coincidido con ella en persona. Aproveché la ocasión para invitarla a participar con nosotros, ya que sus valores y su trabajo van de la mano con la ideología de nuestra revista. Sin pensarlo dos veces, ella aceptó, y al día siguiente ya estábamos realizando la sesión de fotos. Fue una experiencia muy agradable: es una persona con una energía hermosa que transmite mucho, y tuvimos la fortuna de tenerla en nuestras páginas.

I had the opportunity to meet Judge Gloria Ochoa during a speech she gave at the Latina Women's Health Symposium. It was an inspiring moment, as although I had been following her career for some time, I had never met her in person. I took the opportunity to invite her to collaborate with us, since her values and her work align closely with the mission of our magazine. Without hesitation, she said yes, and the very next day we were already doing the photo shoot. It was such a pleasant experience—she is a person with a beautiful energy that truly shines through, and we are fortunate to have her featured in our pages.

Maquillaje por @7thskin



CUÉNTANOS UN POCO SOBRE TI Y CÓMO LLEGASTE A SPOKANE.

Nací en Tijuana, México, y emigré a Estados Unidos con mis padres cuando tenía apenas 4 meses. Mi familia trabajó en la agricultura y crecí mudándome con las cosechas, asistiendo a 11 escuelas primarias distintas. Tras la Ley de Amnistía de 1986, mis padres pudieron regularizar su estatus migratorio, lo que me inspiró a estudiar leyes.

Trabajé durante mis estudios hasta graduarme en Administración de Empresas en WSU Tri-Cities, y más tarde cumplí mi sueño de convertirme en abogada. En 2009 me mudé a Spokane, donde abrí Ochoa Law, PLLC. Desde entonces he participado activamente en la comunidad a través de asociaciones como Hispanic Business Professionals Association y Leadership Spokane. En 2021 me convertí en la primera latina elegida como jueza en el condado de Spokane, un momento especial que mi madre pudo presenciar en mi ceremonia de juramento.

Soy madre orgullosa de cuatro hijos y disfruto correr, leer, hacer senderismo y viajar con mi esposo Nick y nuestros dos perritos.

¿CÓMO HA SIDO TU TRABAJO CON LA COMUNIDAD LATINA?

Desde el inicio de mi carrera representé a clientes hispanohablantes y defendí a familias inmigrantes. En Spokane, he colaborado en juntas como la Comisión de Asuntos Hispanos del Estado de Washington, Raíces, Manzanita House y Providence Community Mission Board, entre otras. Mi propósito siempre ha sido apoyar y dar mayor acceso a la justicia a nuestra comunidad.

TU CARGO ES CLAVE PARA LA REPRESENTACIÓN DE MUJERES, LATINAS Y OTROS GRUPOS. ¿QUÉ SIGNIFICA PARA TI?

Como mujer latina, muchas veces tuve que demostrar mi capacidad en espacios donde la representación es escasa. Con más de 25 años de experiencia legal —como fiscal, defensora, jueza Pro Tem y jueza tribal— he trabajado en reformas de justicia criminal, equidad y accesibilidad para inmigrantes, la comunidad LGBTQIA2S+, personas con discapacidades y de diversas religiones. También obtuve una maestría en Justicia Penal y otra en Administración de Empresas.

Estoy consciente de que camino sobre el legado de líderes latinos que me precedieron, y mi compromiso es abrir camino y acompañar a las futuras generaciones.

¿DÓNDE SE PUEDE ENCONTRAR MÁS INFORMACIÓN SOBRE TU CAMPAÑA?

En www.gloriaforjudge.com y en mis redes sociales: Facebook, Instagram y LinkedIn.

#GENTEDESPOKANE



TELL US A LITTLE ABOUT YOURSELF AND HOW YOU CAME TO SPOKANE.

I was born in Tijuana, Mexico, and immigrated to the U.S. with my parents when I was just 4 months old. My family worked in agriculture, and I grew up moving with the harvest, attending 11 different elementary schools. After the 1986 Farmworkers Amnesty Act, my parents were able to adjust their immigration status, which inspired me to pursue a career in law.

I worked my way through college, earning a Business degree from WSU Tri-Cities, and later fulfilled my dream of becoming an attorney. In 2009, I relocated to Spokane and opened Ochoa Law, PLLC. Since then, I have invested in my community through organizations such as the Hispanic Business Professionals Association and Leadership Spokane. In 2021, I became the first Latine elected to the judiciary in Spokane County, serving as Spokane Municipal Court Judge—an honor my mother witnessed at my Investiture ceremony. I am also a proud mother of four and enjoy running, hiking, reading, and traveling with my husband Nick and our two dogs.

HOW HAS YOUR WORK CONNECTED WITH THE LATINO COMMUNITY?

Since the start of my career, I have represented Spanish-speaking clients and advocated for immigrant families. In Spokane, I have served on boards such as the Washington State Commission on Hispanic Affairs, Raíces, Manzanita House, and Providence Community Mission Board, among others. Through these roles, I strive to uplift our community and expand access to justice.

YOUR POSITION REPRESENTS WOMEN, LATINAS,
AND OTHER GROUPS. WHAT DOES THAT MEAN
TO YOU?

As a Latina woman, I've often had to prove my competence in spaces where representation is limited. With over 25 years of legal experience—as prosecutor, defense attorney, Pro Tem Judge, and Tribal Court Judge—I've worked on criminal justice reform, equity, and accessibility for immigrants, LGBTQIA2S+, people with disabilities, and diverse faith communities. I also hold Master's degrees in Criminal Justice and in Business Administration.

I stand on the shoulders of those who came before me and am committed to mentoring and keeping doors open for the next generation of Latine leaders.

WHERE CAN PEOPLE FIND MORE INFORMATION
ABOUT YOUR CAMPAIGN?

Visit www.gloriaforjudge.com and follow me on Facebook, Instagram, and LinkedIn.

#GENTEDESPOKANE



¿QUÉ MENSAJE QUIERES COMPARTIR CON LOS LECTORES DE LA LATINA MAGAZINE?

La participación electoral suele ser baja, sobre todo en elecciones locales. Solo alrededor del 30% de las personas deciden la representación de toda la comunidad. Si eres elegible, regístrate y asegúrate de que tu voto cuente. Es fundamental.

WHAT MESSAGE WOULD YOU LIKE TO SHARE WITH LA LATINA MAGAZINE READERS?

Voter turnout is often low, especially in local elections. Remember, only about 30% of people decide representation for the entire community. If you are eligible, register and make sure your vote is counted—it truly matters.



Viajes

PUNO

PERÚ

Puno, a orillas del majestuoso Lago Titicaca —el cuerpo de agua navegable más alto del mundo—, es una ciudad vibrante en tradiciones culturales. Con menos de 150,000 habitantes, ofrece una mezcla única de festivales de danzas, música folclórica y paisajes naturales. Desde recorrer las islas flotantes hasta contemplar el frío cielo altiplánico, Puno es un destino que combina magia, historia y naturaleza en cada rincón.

Puno, located on the shores of the majestic Lake Titicaca—the highest navigable body of water in the world—is a city rich in cultural traditions. With fewer than 150,000 inhabitants, it offers a unique blend of festive dances, folk music, and breathtaking natural landscapes. From visiting the floating islands to experiencing the crisp highland skies, Puno is a destination where magic, history, and nature intertwine in every corner.



LA LATINA

SÍGUENOS EN @LALATINA_US

