

NÚMERO 63 · GRATUITA

LA LATINA

SPokane
#LATINPOWER



LA LATINA **SPOKANE**

CULTURA

4/LAS MANOS DE MI TIERRA

10/EL PODER DE LAS

ABUELAS

ESTILO DE VIDA

16/RECETA:

MOFONGO

NUESTRA GENTE

20/ EVEE POLANSKI

VIAJES

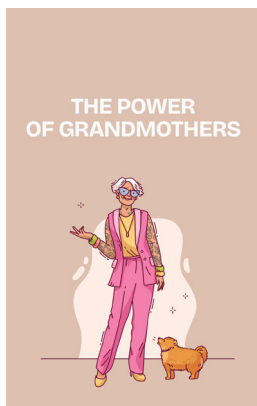
30/COLOMBIA



 @lalatina_us



16
MOFONGO



EL PODER DE LAS
ABUELAS

10

LAS MANOS DE MI
TIERRA

4



!

¿Quieres
anunciarte
en La
Latina?

Escríbenos un
correo a

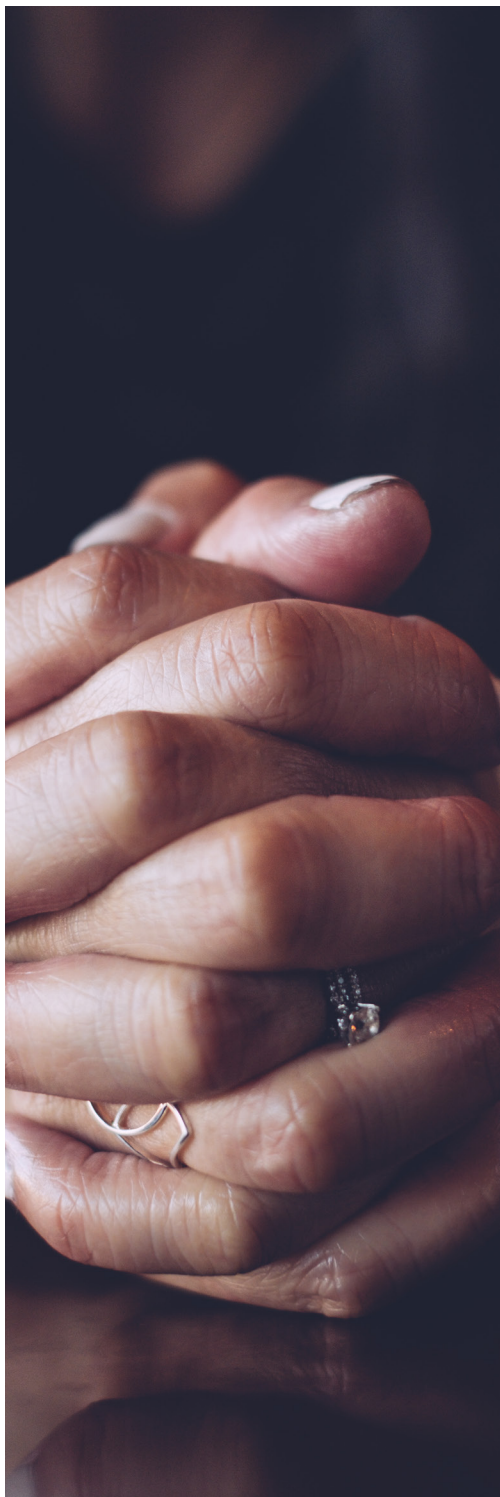
lalatina@qmode.es



**LAS MANOS DE MI
TIERRA**

Las manos de mi tierra son fuertes, creativas, y llenas de sueños. Son manos que siembran, que cocinan, que construyen y acarician; manos que transforman el trabajo en arte y la esperanza en movimiento. Cada una de ellas forma parte de una comunidad hermosa, trabajadora, que día a día crea futuro para las próximas generaciones.

En esas manos vive el alma de América Latina: la voluntad de no rendirse y la ternura de seguir creyendo.







The hands of my land are strong, creative, and full of dreams. They are hands that sow, cook, build, and nurture—hands that turn work into art and hope into motion. Each one belongs to a beautiful, hardworking community, building a brighter future for the generations to come. In those hands lives the soul of Latin America: the will to never give up and the tenderness of still believing.





WWW.QMODE.ES

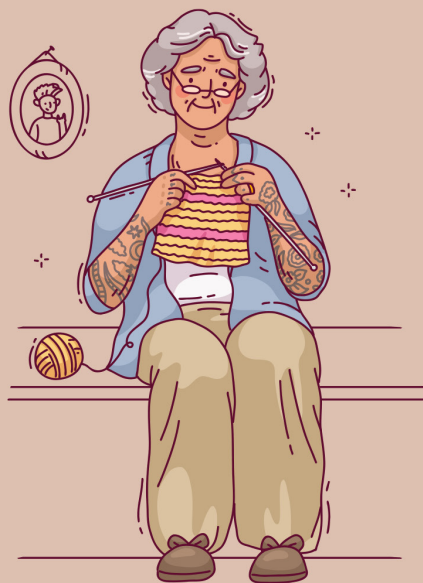
Deje de fumar o vapear. Un pequeño objetivo a la vez.

1. Elija una fecha para dejarlo.
2. Llame a Washington State Quit Line al 855-DÉJELO-YA para crear un plan.



srhd.org
SMOKE
Y
VAPOR
KILLS
HEALTH
COUNCIL
OF WASHINGTON
Creado: Noviembre de 2025

EL PODER DE LAS ABUELAS



EL PODER DE LAS ABUELAS: LAS RAÍCES DEL MatriARCADO LATINO

En el corazón de América Latina late una verdad silenciosa: nuestras familias, nuestros barrios, nuestras comunidades, han sido sostenidos por mujeres. Desde tiempos precolombinos, las culturas indígenas ya reconocían el poder femenino como fuente de sabiduría y equilibrio. Las mamás quechuas, las curanderas mayas, las madres africanas traídas en barcos de dolor, todas tejieron con paciencia los cimientos de lo que hoy entendemos como el matriarcado latinoamericano.

El matriarcado no siempre fue una estructura formal, sino una fuerza invisible que organizó la vida cotidiana. Mientras los hombres salían a trabajar la tierra o enfrentar guerras, las mujeres se quedaban como las guardianas del hogar, las tradiciones y la fe.

En sus manos estaba la educación de los hijos, la transmisión del idioma, de las costumbres, de las recetas que alimentan el cuerpo y del cariño que alimenta el alma. Las abuelas se convirtieron en el eslabón entre el pasado y el futuro, en el puente que une generaciones y mantiene vivas las raíces.

En muchas regiones de México, del Caribe o los Andes, las abuelas no solo son figuras familiares: son líderes silenciosas. Su palabra pesa tanto como la de cualquier autoridad, su sabiduría guía las decisiones importantes y su abrazo es refugio en tiempos de dificultad. En ellas habita la historia oral de un continente entero, la resistencia y la fe que sobrevivieron a la conquista, a la pobreza y al exilio.

El poder de las abuelas es espiritual, cultural y profundamente humano. Son el rostro del amor incondicional y la memoria colectiva. Gracias a ellas, la familia latina conserva su alma, su lengua, su identidad. Porque en cada historia contada al calor del fogón, en cada rezo susurrado antes de dormir, las abuelas siguen sosteniendo el mundo.

THE POWER OF GRANDMOTHERS: ROOTS OF THE LATIN MATRIARCHY

At the heart of Latin America beats a quiet truth: our families, our neighborhoods, our communities have always been held together by women. Since pre-Columbian times, indigenous cultures have recognized feminine power as a source of wisdom and balance. The Quechua mamas, the Mayan healers, and the African mothers brought across the ocean in chains—all patiently wove the foundations of what we now understand as Latin matriarchy.

This matriarchy wasn't always a formal structure, but rather an invisible force that shaped daily life. While men worked the land or went to war, women became the guardians of the home, of tradition, and of faith

THE POWER OF GRANDMOTHERS



In their hands rested the education of children, the transmission of language, customs, and the recipes that feed both body and soul. Grandmothers became the link between past and future—the bridge that connects generations and keeps roots alive.

In many regions of Mexico, the Caribbean, and the Andes, grandmothers are not just family figures—they are silent leaders. Their word carries the weight of wisdom, their guidance shapes decisions, and their embrace becomes refuge in times of hardship. Within them lives the oral history of an entire continent: the resilience and faith that endured conquest, poverty, and exile.

The power of grandmothers is spiritual, cultural, and deeply human. They are the face of unconditional love and collective memory. Through them, the Latin family preserves its soul, its language, and its identity. Because in every story told by the fire, in every prayer whispered before sleep, grandmothers continue to hold the world together.





MOFONGO

El mofongo tiene sus raíces en la fusión cultural de Puerto Rico, con influencias africanas, taínas y españolas. Nació como una adaptación del “fufu” africano, hecho con plátanos machacados, que los esclavos trajeron al Caribe. Con el tiempo, se mezcló con ingredientes locales como el ajo y el chicharrón, convirtiéndose en uno de los platos más emblemáticos y queridos de la cocina puertorriqueña.

INGREDIENTES

3 plátanos verdes
3–4 dientes de ajo
3 cucharadas de aceite de oliva
(o manteca de cerdo)
½ taza de chicharrón
(puede ser de cerdo o tocineta frita)
Sal al gusto
Caldo de pollo o vegetales
(unas ½ taza aprox., para humedecer)

¿CÓMO PREPARALO?

Pelar y cortar los plátanos en rodajas de unos 2.5 cm.

Freírlos en aceite caliente (350°F / 175°C) hasta que estén dorados y cocidos por dentro, unos 6–8 minutos. Sácalos y ponlos sobre papel absorbente.

Machacar el ajo en un mortero con un poco de sal y aceite de oliva.

Añadir los plátanos fritos al mortero y machacar poco a poco, mezclando con el ajo, el chicharrón y un chorrito de caldo para que quede húmedo pero firme.

Formar bolas o servir en pilones (vasijas de madera).



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



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

real

¡Hablamos español!

#SPOKANE

EVEE POLANSKI

Evee llegó a la sesión de fotos con una energía tranquila pero poderosa, esa que solo tienen las personas que han recorrido largos caminos para llegar a donde están. Con una sonrisa cálida y una presencia segura, comenzó a contarnos su historia: una vida marcada por el esfuerzo, la resiliencia y el profundo compromiso con su comunidad. En esta entrevista, nos comparte el camino que la trajo hasta Spokane y cómo ha convertido su experiencia en inspiración para otros.

Evee arrived at the photo session with a calm yet powerful energy — the kind that only those who have traveled long, meaningful roads possess. With a warm smile and a confident presence, she began to share her story: a life shaped by effort, resilience, and a deep commitment to her community. In this interview, she tells us about the journey that brought her to Spokane and how she has transformed her experiences into inspiration for others.

Maquillaje por @7thskin



CUÉNTANOS UN POCO SOBRE TI Y CÓMO LLEGASTE A SPOKANE.

Soy una inmigrante indígena y queer nacida en Guadalajara, Jalisco, México, y llegué a los Estados Unidos con mis padres y mi hermano mayor cuando tenía 3 años. Mis padres eran inmigrantes indocumentados y solo tenían estudios de tercer grado, pero ambos sacrificaron todo lo que tenían para traernos a los Estados Unidos, donde mi hermano y yo pudimos recibir la educación que ellos nunca tuvieron la oportunidad de recibir. Gracias a su arduo trabajo y sacrificio, fui una de las primeras personas de mi familia en graduarse de la escuela preparatoria y lo hice como la mejor de mi clase.

Desafortunadamente, también fui una inmigrante indocumentada durante 32 años, con DACA durante los últimos 8, y finalmente conseguí la residencia permanente legal en 2023, por lo cual avanzar en mi educación después de la preparatoria no fue una opción para mí.

Al principio trabajé en cualquier trabajo que pude encontrar, ya que no tenía títulos ni educación formal, pero a lo largo de los años pude adquirir diferentes tipos de experiencia profesional, así como recibir formación patrocinada por mi empleador, lo que me permitió acceder a mejores oportunidades de empleo y, en última instancia, crecer en la carrera en la que me encuentro ahora.

Crecí y viví en el norte de Nevada con mi familia durante casi 29 años, 14 de los cuales fueron en Reno, Nevada, pero como necesitaba un cambio de aires, mi entonces prometido y yo vinimos a visitar Spokane un fin de semana y nos enamoramos de la zona. Nos casamos, compramos una casa aquí y nos mudamos a Spokane en la primavera de 2020, y seguimos encantados de vivir aquí.

¿QUÉ TIPO DE PROYECTOS REALIZAS Y QUÉ ES LO QUE MÁS DISFRUTAS DE TU TRABAJO?

Soy una persona muy franca, por lo que muchos de los proyectos en los que suelo participar consisten en defender a nuestras comunidades de inmigrantes y queer, ya sea a nivel personal o profesional. He dedicado gran parte de mi tiempo a ayudar a inmigrantes buscando asilo y refugiados en sus trámites de inmigración, interpretando para ellos en sus citas con los abogados o traduciendo formularios. En los últimos dos años, he tenido el

honor de trabajar con muchos activistas locales para llamar la atención al genocidio en Palestina. Durante este tiempo, mi marido y yo, con la ayuda de muchos artistas y creadores locales, hemos recaudado fondos para alimentar a los niños y niñas de Gaza y, a principios de este año, recaudamos mucho dinero para nuestra comunidad 2SLGBTQIA+, para que puedan seguir teniendo acceso a cuidados que afirman su género. Actualmente tengo el privilegio de trabajar en SCAR (La Comunidad de Spokane contra el Racismo), una organización local sin fines de lucro que trabaja activamente para identificar y abordar las disparidades raciales en nuestra comunidad a través de una variedad de esfuerzos comunitarios que incluyen la educación, la participación comunitaria y el impacto de las políticas.

Lo que más me gusta de mi trabajo allí es que puedo colaborar estrechamente con muchos otros líderes locales de color y organizaciones que también luchan por los miembros más vulnerables de nuestra comunidad, y estoy rodeada de muchas personas solidarias de diferentes orígenes que trabajan colectivamente para lograr un cambio en nuestras comunidades afroamericanas, indígenas e inmigrantes.

¿QUÉ PROYECTOS ESTÁS DESARROLLANDO ACTUALMENTE O QUÉ VIENE PRONTO QUE TE ENTUSIASME COMPARTIR?

En este momento estoy supervisando el programa «Burritos For The People» (Burritos para el pueblo) de SCAR, que se prolongará hasta finales de año y, si hay fondos disponibles, esperamos que también después de enero. Todos los sábados por la mañana colaboramos con uno de los negocios locales patrocinado por inmigrantes para preparar 200 burritos de desayuno que luego repartimos entre los miembros sin hogar de nuestra comunidad.

También estamos trabajando para ampliar nuestro alcance este invierno y estamos en proceso de adquirir suministros para preparar más de 500 paquetes de ayuda que se repartirán entre los necesitados en las próximas semanas.

En mi vida personal, también soy ministra ordenada y notaria pública en el estado de Washington, así como traductora certificada de documentos, y me he dedicado a trabajar específicamente con nuestras comunidades queer e hispanohablantes durante estos tiempos difíciles.

¿DÓNDE PUEDEN ENCONTRARTE NUESTROS LECTORES O SEGUIR TU TRABAJO?

Animo a todos a seguir a SCAR en nuestras redes sociales, facebook.com/SCARSpokane e instagram.com/scarspokane/, o a visitar nuestra página web, scarspokane.org, para obtener más información sobre cómo pueden ayudarnos. Cualquier persona que necesite los servicios que ofrezco en mi tiempo libre puede ponerse en contacto conmigo por correo electrónico en ivonne.polanski@outlook.com.

¿QUÉ MENSAJE TE GUSTARÍA DAR A LA COMUNIDAD LATINA DE SPOKANE?

Nadie es “ilegal” en tierras robadas. La mayoría de nosotros somos originarios de estas tierras y continentes, y los animo a todos a explorar más a fondo nuestra identidad indígena y a descolonizar nuestras mentes. Solo así podremos dejar de temer colectivamente a quienes colonizaron y siguen colonizando nuestras tierras, defendernos unos a otros y celebrar nuestras culturas sin miedo ni vergüenza. Mientras tanto, debemos seguir luchando por nuestros hermanos y hermanas que sufren opresión, por aquellos que tienen que vivir con miedo y por aquellos que no tienen voz, sean hispanos/latinos o no. Sean valientes y recuerden que “el pueblo unido jamás será vencido”.

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

I'm an indigenous and queer immigrant born in Guadalajara, Jalisco, Mexico and I came to the U.S. with my parents and older brother when I was 3 years old. Both of my parents were undocumented immigrants and each only had a 3rd grade education, but they both sacrificed everything they had to bring us to the states where my brother and I could both get the education they never had the opportunity to receive. Due to their hard work and sacrifices, I was one of the first people in my family to graduate high school and I did it at the top of my class. Unfortunately, I was also an undocumented immigrant for 32 years, with DACA for the last 8 of those, and I finally became a Legal Permanent Resident in 2023, so advancing my education after high school wasn't an option for me.



In the beginning I worked whatever jobs I could find since I had no degrees or formal education, but throughout the years I was able to gain different types of work experience, as well as receive some employer sponsored education that allowed me to move into better job opportunities and ultimately grow in the career I'm in now.

I grew up and lived in Northern Nevada with my family for almost 29 years, 14 of which were in Reno, Nevada, but needing a change of scenery my then fiance and I came to visit Spokane one weekend and fell in love with the area. We got married, bought a home here, and moved to Spokane in Spring of 2020 and continue to love it here.

WHAT TYPES OF PROJECTS DO YOU WORK ON, AND WHAT DO YOU ENJOY MOST ABOUT YOUR JOB?

I am outspoken at heart, so many of the projects I usually participate in involve speaking up for our immigrant and queer communities whether it's on a personal OR professional level. I have spent a large part of my time assisting asylum seekers and refugees as they go through their immigration process, by interpreting for them at their attorney appointments or translation forms. In the last 2 years I have had the honor of working with many local activists in raising awareness about the Genocide in Palestine. During this time, my husband and I, with the help of many local artists and performers, have successfully fundraised money to feed the children of Gaza and earlier this year we raised a lot of money for our 2SLGBTQIA+ community, so they can continue to have access to gender affirming care.

I currently have the privilege to work at SCAR (Spokane Community Against Racism), a local nonprofit that actively works to identify and address racial disparities in our community through a variety of community efforts which include education, community engagement, and policy impact. My favorite part of what I do there is that I am able to work closely with many other local leaders of color and organizations that are also fighting for our most vulnerable community members and I am surrounded by so many caring people from so many different backgrounds while collectively working towards change for our Black, Indigenous, and Immigrant communities.



WHAT PROJECTS ARE YOU CURRENTLY WORKING ON OR HAVE COMING UP SOON THAT YOU'RE EXCITED TO SHARE?

Right now I'm overseeing SCAR's "Burritos For The People" program that is running through the end of the year, and hopefully after January if funding is available, where every Saturday morning we collaborate with one of our local immigrant businesses to make 200 breakfast burritos that we then hand out to our unhoused community members.

We are also working on furthering our outreach this Winter and are in the process of acquiring supplies to put together over 500 care packages that will be handed out to those in need in the coming weeks. In my personal life, I am also an Ordained Minister and a Notary Public in Washington State, as well as a certified document translator and have been focusing on working specifically with our queer and Spanish speaking communities during these difficult times.

WHERE CAN OUR READERS FIND YOU OR FOLLOW YOUR WORK?

I encourage everyone to follow SCAR on our social media platforms, facebook.com/SCARSpokane and instagram.com/scarspokane/ or check out our website, scarspokane.org for more information on how you can get involved. For anyone that is in need of the services I provide in my spare time, they are welcome to reach out to me via email at ivonne.polanski@outlook.com.

WHAT MESSAGE WOULD YOU LIKE TO GIVE TO THE LATINO COMMUNITY IN SPOKANE?

No one is "illegal" on stolen land. Most of us are indigenous to these lands and continents and I encourage all of us to explore our indigeneity further and decolonize our minds.

Only then can we collectively stop fearing those that colonized and continue to colonize our lands and stand up for each other and celebrate our cultures without fear and shame. In the meantime, we must continue to fight for our brothers and sisters who face oppression, for those that have to live in fear, and those without a voice whether they're Hispanic/Latino or not. Be brave and remember that "the people united will never be defeated."



Viajes

MOMPOX

COLOMBIA

Mompox es un suspiro detenido en el tiempo, un rincón bañado por el río Magdalena donde la historia parece habitar cada calle empedrada. Sus balcones coloniales y su calma dorada al atardecer evocan los ecos de un pasado que aún respira. Este pueblo mágico es más que un destino: es una pausa para el alma, un lugar donde la tradición y la belleza se entrelazan como las aguas que lo rodean.

Mompox is a breath suspended in time, a corner bathed by the Magdalena River where history seems to live in every cobblestone street. Its colonial balconies and golden sunsets evoke echoes of a past that still breathes. This magical town is more than a destination—it's a pause for the soul, a place where tradition and beauty flow together like the waters that surround it.



LA LATINA

SÍGUENOS EN @LALATINA_US

