

NÚMERO 20
GRATUITA
SPOKANE

Q
MODE

LATINA



LALATINA

EN FOTOS

4/LAS 100 CARAS
DE FRIDA

CULTURA

12/NUUESTRO PATRIMONIO

ESTILO DE VIDA

16/MICHELADA

ENTREVISTA

21/MARÍA LUISA FLORES

VIAJES

28/LAGO TITICACA



 @lalatina_us



16
MICHELADA



**CULTURA:
NUESTRO PATRIMONIO**

12

SIEMPRE FRIDA

4



!

**¿Quieres
anunciarte
en La
Latina?**

**Escribenos
un correo a**

lalatina@qmode.es

LAS 100

CARAS DE FRIDA



1954

FRIDA KAHLO FALLECIÓ EN 1954, PERO SU ARTE Y SU IMAGEN ESTÁ MUY VIGENTE EL DÍA DE HOY ENTRE LAS NUEVAS GENERACIONES.





LAS NUEVAS GENERACIONES

REINVENTAN EL ARTE Y LA IMAGEN DE FRIDA Y LO HACEN SUYO, NO SOLO EN LAS CALLES, TAMBIÉN EN SU PROPIA PIEL.





POR SIEMPRE

FRIDA SERÁ SIEMPRE UNA DE LAS ARTISTAS MÁS INFLUYENTES DE LA HISTORIA Y UNA DE LAS REPRESENTACIONES DE LA CULTURA LATINA MÁS INTERNACIONAL.





Spokane International Translation

**SERVICIOS DE
NOTARIA PÚBLICA**

45\$ POR DOCUMENTO



MEDICAL · LEGAL · BUSINESS · PERSONAL

SERVICIOS DE INTÉRPRETES EN MÁS DE 80 IDIOMAS
SERVICIOS DE NOTARIA PÚBLICA PARA DOCUMENTOS

SIT@PERCIBA.COM · 509.327.8064 · SPOKANETRANSLATIONS.COM

Celebrando la **Semana Nacional de la Salud Pública**

del 4 al 10 de abril



HEALTH srhd.org
Created: marzo 2022



PETTY
WRAPS

INSTAGRAM: @PETTYWRAPS
FACEBOOK: PETTY WRAPS
PHONE NUMBER: 208 6596661





CULTURA

EL PATRIMONIO MUNDIAL DE LA UNESCO EN AMÉRICA LATINA

En América Latina hay 147 bienes inscritos en la lista del Patrimonio Mundial de la UNESCO. Lugares o monumentos cuyo valor histórico o cultural para la humanidad es tal, que amerita un esfuerzo mayor para garantizar su conservación. Estos son algunos de ellos.

ISLA DE PASCUA • CHILE

Ubicada en medio del océano Pacífico, esta isla es actualmente el parque Nacional Rapa Nui. Alberga alrededor de 900 estatuas monumentales llamadas moáis, esculpidas en piedra por un pueblo de origen polinesio que habitó la isla alrededor del año 300 d.C.

QUITO • ECUADOR

Fundada en el siglo XVI por los españoles, la capital de Ecuador tiene el mérito de ser el primer Patrimonio Cultural de la Humanidad de la UNESCO en América Latina, en reconocimiento a su centro histórico, el mejor conservado de la región. Entre sus más de 100 edificios destacan los de carácter religiosos, iglesias y conventos coloniales donde convergen influencias indígenas, españolas, flamencas, italianas e incluso mudéjares.

MACHU PICCHU • PERÚ

Es el enorme complejo arquitectónico de la que una vez fue una importante ciudadela inca que, según se cree, fue construida alrededor del año 1450. Está situada en medio de un bosque tropical de los Andes. Sus paredes, rampas y terrazas están en excelente estado de conservación, y son consideradas ejemplo excepcional de arquitectura e ingeniería.

CARTAGENA DE INDIAS • COLOMBIA

Fundada en 1533, es un ejemplo de conservación de arquitectura del período colonial hispano. Destacan tanto el conjunto de fortificaciones más completo de toda Sudamérica, su catedral y sus palacios de estilo andaluz.

TEOTIHUACÁN • MÉXICO

Ciudad prehispánica sagrada, construida por etnias anteriores a los aztecas en el siglo I d.C. Entre los restos mejor conservados está la Calzada de los Muertos, una suerte de gran avenida que une el Templo de Quetzalcóatl, la Pirámide de la Luna y la Pirámide del Sol.





MICHELADA

LA MICHELADA ES UNA DE LAS BEBIDAS MEXICANAS MÁS FAMOSAS. ESTA CERVEZA ALIÑADA ES UNA DE LAS MÁS PEDIDAS DENTRO Y FUERA DE MÉXICO.

INGREDIENTES

Para un vaso de Michelada:

- Zumo de 1 limón
- 1 cerveza rubia
- 1 cucharadita de salsa picante
- 1 cucharadita de salsa Worcestershire
- Una pizca de sal
- Hielo al gusto

Si te apetece un poco de chile o cayena molida.

PREPARACIÓN

Pon los vasos en el congelador para que cuando hagas tu michelada el vaso esté bien frío.

Exprime las limas. Pon la sal en un plato y si te decides por poner la cayena molida o el chile molido y mezclamos todo.

Humedece con las cáscaras de limón el borde del vaso y apóyalo en el plato con la mezcla de sal.

Luego pon en zumo de limón, la salsa picante, la salsa Worcestershire, el hielo y mezcla muy bien.

*Completa el vaso con la cerveza.
¡Listo para tomar!*

VISITA MARANDOS



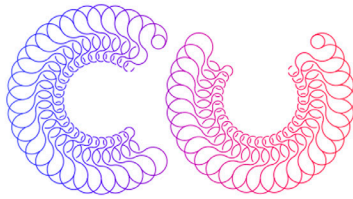
**TACOS
TAMALES
Y MÁS**

**BUENA
MÚSICA
+
SABOR
LATINO**



**RESERVAS:
(509) 381-5956**

11420 E. Sprague, Spokane, WA 99206



Culturas Unidas
WASHINGTON

www.culturasunidas-us.org

#LATINPOWER

ENTREVISTA

MARÍA LUISA FLORES



María Luisa Flores, actriz, presentadora y amante de la cocina visitó Spokane y hablamos con ella sobre su vida y nuestra cultura latina

#LatinPower

HÁBLANOS UN POCO DE TÍ ¿CÓMO HA SIDO TU EVOLUCIÓN PROFESIONAL?

Comencé a trabajar muy joven de modelo en Venezuela. A los 17 iniciaron los viajes y las mudanzas frecuentes. Viví en diferentes países: Japón, Italia, Francia, Alemania, Colombia, México, USA y visité muchos otros para hacer campañas y diferentes proyectos.

Pronto me iniciaría también como presentadora y actriz para canales y plataformas como RCN, Caracol, Telemundo, HBO y Netflix. Tuve la suerte de participar en proyectos dirigidos por Zack Snyder, Lana Wachowski, Fina Torres y Luis Mandoki entre muchos otros. A raíz de un accidente cree con unas amigas una fundación para personas sobrevivientes de quemaduras llamada Inti y decidí hacer una pausa en mi carrera como actriz para estar detrás de los fogones y crear una pequeña cadena de restaurantes en Bogotá llamados Malú, especializados en cocina mediterránea y de comida orgánica y responsable.

Hoy decidí volver a actuar y empezar a construir mi propio canal de cocina en Twitch. Me gusta enseñar. Vamos a ver que sorpresas nos trae la vida.

¿QUÉ ES LO QUE MÁS TE GUSTA AL MOMENTO DE CREAR UN PLATILLO?

Amo los platos que despiertan memorias, que





por eso me gusta tanto la cocina tradicional, especialmente la mediterránea, vengo de una familia inmigrante española donde el centro de la vida era la cocina de mi abuela.

¿DÓNDE PODEMOS SEGUIR TU TRABAJO?

En Instagram, TikTok (ya casi, he tenido unos problemitas técnicos) y Twitch me pueden buscar como @maluisaflores . En Facebook y YouTube estoy como Maria Luisa Flores.

EN TU ÚLTIMA VISITA A SPOKANE ESTUVISTE PASEANDO POR EL CENTRO DE LA CIUDAD Y SUS ALREDEDORES ¿QUÉ TE PARECIÓ?

Es una ciudad hermosa. Me gustó muchísimo, espero volver pronto.

UN MENSAJE PARA NUESTRA COMUNIDAD LATINA DE SPOKANE

Creo que ser Latino/a es realmente una suerte, durante mucho tiempo nos han estigmatizado, pero venimos de una cultura muy rica, tenemos muchos sabores, ritmos y tradiciones de las que nos sentimos muy orgullosos. Creo que es importante mantener nuestras culturas vivas y transmitir las a las próximas generaciones. Comenzar a sentirnos orgullosos de lo mucho que tenemos para aportar.





VIAJA CON NOSOTROS
LAGO TITICACA



El **Lago Titicaca** es uno de los lagos más grandes de Sudamérica y el cuerpo de agua navegable más alto del mundo.

Se extiende por la frontera entre **Perú y Bolivia** en la cordillera de los Andes y su biodiversidad es un espectáculo.





Alrededor se encuentra la Reserva Nacional del Titicaca que alberga especies poco comunes.

La embarcación tradicional en el Lago Titicaca es la balsa de totora, uno de los atractivos turísticos más llamativos de la región.

Visitar el lago Titicaca es uno de esos paseos que se tiene que hacer una vez en la vida y disfrutar.

¿Te animas a visitar el Lago Titicaca?



**¿QUIERES ANUNCIARTE
EN NUESTRA REVISTA LA
LATINA?**

**PUEDES ESCRIBIRNOS UN CORREO A
LALATINA@QMODE.ES O LLAMARNOS
AL +1 509 505 0672**

