



BOLETÍN DEL CENTRO COMUNITARIO

212 9th St. 5th floor. Pittsburgh, PA 15222

Phone: (412) 335 7446

Website: www.latinocommunitycenter.org

Diciembre 2020 - December 2020



ROSAMARÍA CRISTELLO
EXECUTIVE DIRECTOR

QUERIDAS FAMILIAS Y COMUNIDAD LATINA

Espero que cuando estén leyendo este mensaje, se encuentren bien de salud. Esta edición será un poco diferente, porque queremos enfocarnos en lo que es esta realidad del virus y cómo protegernos.

Estamos en un momento muy difícil como país, y como comunidad Latina. **El Coronavirus y esta pandemia aún están aquí, más fuerte que antes.** Se entiende que estemos cansados de estar siempre cuidándonos, manteniéndonos en casa y sin poder salir y celebrar momentos especiales que nos llenan de felicidad, algo que necesitamos ahora más que nunca.

Yo también estoy cansada y muy frustrada. Viendo cuántas familias están perdiendo su trabajo, cuántas personas que han estado trabajando duro por sus negocios están sufriendo porque tienen que cerrar, cuántas familias están sufriendo por no tener suficiente comida para alimentarse **y viendo como los números de personas que nos llaman que han obtenido un resultado positivo del virus están subiendo cada día más me preocupa bastante.**

Nunca nos imaginamos estar en esta situación. Pero la realidad es que esta es la situación, y tenemos que seguir cuidándonos, porque si no lo hacemos nunca saldremos de esto y peor, muchos de nosotros no sobreviviremos.

Nosotros entendemos que muchos de ustedes no tienen una opción, tienen que trabajar. Tienen a muchas personas que están dependiendo de ustedes, aquí y en sus países. Pero es importante que **tomen cada precaución que puedan mientras está afuera.**

Por favor, lean la información que está en este boletín. Cada uno de ustedes tiene una responsabilidad en contener el virus. Si tienen que posponer un evento grande, como quinceañeras, cumpleaños, bodas, **VALE LA PENA POSPONERLO.** No será fácil, pero créame pueden salvar vidas. Nuestra comunidad no es una que tenga acceso a un seguro médico, por varias razones. No nos pongamos en una situación donde uno de nuestros miembros tiene que estar en el hospital y después se quede con una deuda grande.

Cuidémonos por favor. Manténgase en casa. Y como saben, nosotros estamos aquí para apoyarlos en estos momentos. No duden en llamarnos.

Rosamaria Cristello.

CONTENIDO

Contents

Índice	2
Recursos para la comunidad	3
COVID-19	4 - 6
Eventos mensuales	7 - 8
Actividades especiales	9
Calendario mensual	10
LCC Team	11



Para hacer realidad un **gran sueño**, el primer requisito es una gran capacidad de soñar; el segundo es la **persistencia**. **CESAR CHAVEZ**



Horario

Lunes & Viernes

9am - 5pm

Martes a Jueves

11am - 7pm

Sábados

10am - 3pm

Monday & Friday

9am - 5pm

Tuesday through Thursday

11am - 7pm

Saturday

10am - 3pm

Phone: (412) 335 7446 Email: info@latinocommunitycenter.org

¡Búscanos en redes sociales! / Look for us on social media!



www.facebook.com/latinocommunitycenter



[@latinocommunitycenter](https://www.instagram.com/latinocommunitycenter)

SOLICITUDES DE FONDOS URGENTES

El fondo apoya a las familias que han tenido problemas económicos durante este tiempo. Les ayudamos a pagar facturas médicas, alquiler, recibos o electricidad y otros gastos que debido a la contingencia por COVID-19 no ha podido pagar.

Periodo de Solicitud

**16 de Noviembre
al 3 de Diciembre**

Revisión de Solicitudes

14 de Diciembre

Distribución de fondos

**Inicia el
15 de Diciembre**

Solo para residentes del Condado de Allegheny

CANASTAS DE ALIMENTOS Y PAÑALES

El Centro Latino Comunitario está haciendo entregas de canastas de comida y pañales a domicilio los días viernes. Les pedimos que si recibieron comida, esperen al menos 2 semanas para registrarse de nuevo.

Para registrarse llame al (412) 335 7446 Opción 1 o directamente a su administrador de caso de Lunes a Miércoles dentro de nuestro horario de servicio.

APOYO EN EDUCACIÓN

Sabemos que son momentos muy confusos, especialmente por no saber qué está pasando con las escuelas este año. Por eso estamos aquí.

Nos pueden llamar para hacer preguntas sobre las escuelas, y si no tenemos las respuestas las vamos a conseguir.

Nuestro enlace Familiar de Educación: Adriana Rudat
estará atendiendo esta línea: (412) 335 7446 Opción 3.

¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS?

Es una enfermedad respiratoria que puede ocasionar serios problemas respiratorios o inclusive la muerte.

¿CÓMO SE TRANSMITE?

El COVID-19 se contagia mediante partículas de saliva cuando una persona estornuda o tose, o simplemente cuando habla o respira.

Síntomas comunes

- Fiebre.
- Tos seca.
- Cansancio.

Menos comunes

- Dolor de garganta.
- Diarrea.
- Pérdida de olfato y sabor.

Síntomas serios

- Dificultad respiratoria.
- Dolor en el pecho.
- Pérdida de movimiento/ habla.



PERSONAS DE ALTO RIESGO

Los que tienen ciertas afecciones subyacentes tienen mayor riesgo:

- Cáncer.
- Diabetes mellitus tipo 2.
- Obesidad.
- Fumadores.
- Embarazadas.
- Enfermos renales crónicos.
- EPOC (Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica).
- Afecciones cardíacas (enfermedades de la arteria coronaria, miocardiopatías).
- Personas inmunodeprimidas.
- Enfermedad de células falciformes.

Las personas con las siguientes condiciones podrían tener mayor riesgo:

- Asma.
- Fibrosis quística.
- Enfermedad cerebrovascular.
- Hipertensión/presión alta.
- Enfermedad hepática.
- Fibrosis pulmonar.
- Talasemia
- Diabetes mellitus tipo 1.
- Sobrepeso.
- Afecciones neurológicas

CONCEPTOS ERRÓNEOS

“Soy joven, no puedo enfermarme de COVID” **FALSO** el COVID puede infectar a cualquier persona.

“Recibí una prueba negativa, por lo tanto no tengo COVID ahora y no voy a tener COVID en el futuro.” **FALSO** Una prueba negativa, significa que al momento del examen la persona no tiene Covid. No significa que sea inmune al virus.

“El usar cubrebocas ocasiona que la persona se intoxiquen por altos niveles de dióxido de carbono” **FALSO**, el usar mascarillas no causa intoxicación.

CÓMO SER DIAGNOSTICADO Y PRUEBAS GRATUÍTAS

El examen de laboratorio es necesario para un diagnóstico exacto.

CVS

Varias ubicaciones están ofreciendo pruebas de COVID gratuitas. Antes de programar una cita, tienes que completar una encuesta de elegibilidad que se puede hacer usando este enlace: www.cvs.com/minuteclinic/covid-19-testing. Si te aprueban para el examen tendrás que traer prueba de identidad y residencia. Las siguientes ubicaciones están ofreciendo el examen:

- 3893 William Penn Highway, Monroeville (15146).
- 4664 Browns Hill Road, Squirrel Hill (15217).
- 611 Duncan Ave, McCandless (15237).
- 4849 William Flinn Highway, Allison Park (15101).
- 1740 Washington Road, South Hills (15241).
- 5703 Steubenville Pike, McKees Rocks (15136).
- 328 Cochran Road, Mt. Lebanon (15228).
- 70 West Steuben St., Crafton (15205).

Rite Aid

Varias ubicaciones están ofreciendo pruebas gratuitas para personas mayor de 18 años. Se puede programar una cita con Project Baseline usando este enlace: www.projectbaseline.com/study/covid-19/. El día de la prueba tendrás que traer identificación.

- 4111 William Penn Highway, Monroeville (15146). Todos los días de 9 am a 5 pm.

McKeesport

Pruebas auto-administradas en carro y con cita previa. Aquellos que no puedan conducir hasta el sitio pueden contactar con la línea directa de COVID-19 en el +1 888 856 2447 ó 2-1-1 para opciones y recursos adicionales. Para realizar una cita se tiene que registrar en curative.com/sites/10851/#9/40.3423/-79.847 o bien puede llamar al 412 209 2262 de Lunes a Viernes, de 8:30AM a 4:30PM.

○ 455 Industry Road en McKeesport. Abierto desde las 9AM a 5PM de Lunes a Viernes.

PREVENCIÓN

- Lavarse las manos con jabón y agua, desinfectar llaves y teléfono cuando regrese a la casa.
- Evite tocarse la boca, la nariz, y la cara.
- Cubrirse la boca y nariz cuando estornudando o tosiendo con la parte interna del codo.
- Usa el cubrebocas no solo para protegerte pero para proteger a otros.
- Practica distancia social y abstente de viajes innecesarios o estar en lugares con mucha gente.

¿Cómo usar la mascarilla?

La mascarilla o cubrebocas tiene que cubrir la nariz y la boca. La mascarilla se debe usar cuando salgas de la casa o si vas a estar en contacto físico con otras personas. Por favor, use el diagrama a continuación.



Lávese las manos antes y después de tocar la mascarilla



Asegúrese de usar el lado correcto



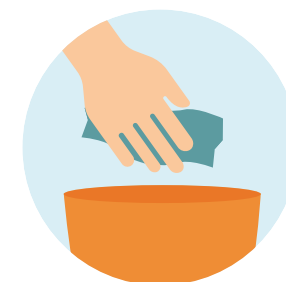
Cúbrase la boca y la nariz



Evite tocar la mascarilla mientras la usa. Si lo hace, lávese las manos antes.



Reemplace la mascarilla tan pronto como esté húmeda



Retírese la mascarilla por detrás, y deseche inmediatamente en un contenedor cerrado

10 cosas que puede hacer para manejar sus síntomas de COVID-19 en casa

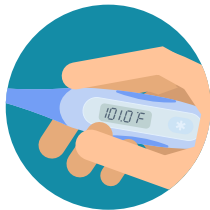
Versión accesible: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html>

Si tiene COVID-19 presunto o confirmado:

1. **Quédese en casa** y no vaya a trabajar ni a la escuela. Evite visitar otros lugares públicos. Si debe salir, evite usar transporte público, vehículos compartidos o taxis.



2. **Monitoree sus síntomas** con mucha atención. Si sus síntomas empeoran, llame de inmediato a su proveedor de atención médica.



3. **Descanse y manténgase hidratado.**



4. Si tiene una cita médica, **llame al proveedor de atención médica** antes de ir, e infórmele que tiene o podría tener COVID-19.



5. Si tiene una emergencia médica, llame al 911 y **avísele a la operadora** que tiene o podría tener COVID-19.



6. **Al toser y estornudar, cúbrase la nariz y la boca** con un pañuelo desechable o hágalo en la parte interna del codo.



7. **Lávese las manos frecuentemente** con agua y jabón por al menos 20 segundos o límpieselas con un desinfectante de manos que contenga al menos 60 % de alcohol.



8. En la medida de lo posible, **quédese en una habitación específica y alejado de las demás personas** que viven en su casa. Además, de ser posible, debería utilizar un baño separado. Si debe estar en contacto con otras personas dentro o fuera de su casa, use una mascarilla.



9. **Evite compartir artículos personales** con las demás personas en su casa, como platos, vasos, cubiertos, toallas y ropa de cama.



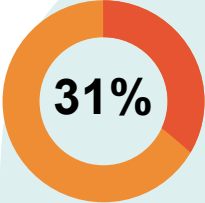
10. **Limpie todas las superficies** que se tocan frecuentemente, como los mesones, las mesas y las manijas de las puertas. Utilice limpiadores de uso doméstico, ya sea en rociador o toallitas, según las instrucciones de la etiqueta.



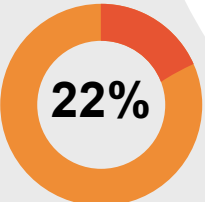
cdc.gov/coronavirus

COVID EN LA COMUNIDAD LATINA

La comunidad Latina constituye el 18.5% de la población de los Estados Unidos, pero, desde el 13 de agosto, los Latinos constituyen el 31% de casos de Coronavirus.

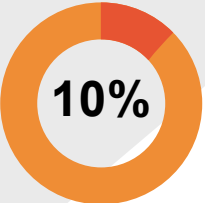


31%



22%

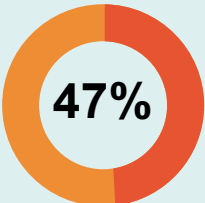
Los Latinos actualmente constituyen el 22% de individuos sin trabajo, aunque los Latinos constituyen solo el 17.5% de trabajadores en los Estados Unidos.



10%

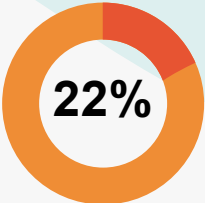
Agravando las consecuencias financieras de perder el trabajo, los Latinos constituyen solamente el 10% de individuos sin trabajo que reciben beneficios de desempleados. En un estudio realizado por UNIDOSUS en Arizona, Florida y Texas, encontraron que la mitad de los Latinos desempleados no aplicaron para beneficios de desempleados porque pensaron que no calificarían o porque el proceso era muy inaccesible.

A partir del 21 de julio, los datos más recientes del censo, revelan que el 21% de hogares Latinos con niños reportaron no tener suficiente para comer. Un estudio de parte de la Universidad Northwestern sugiere que un porcentaje más grande de familias Latinas están experimentando hambre debido a la pandemia. En su estudio, el 47% de familias Latinas reportaron no tener suficiente comida, o dinero para comprar más comida -la tasa más alta de cualquier grupo racial o étnico encuestado.



47%

Antes de COVID-19, el 19% de Latinos no tenían seguro médico mayormente por asequibilidad y barreras para acceder a él. A partir del 21 de julio, el 22% de Latinos reportaron no tener seguro médico.



22%



EVENTOS

mensuales

Triple P: Parentalidad positiva



Descripción: Introducción sobre los cinco principios básicos de la parentalidad positiva que forman las bases de Triple P.

Horario: Lunes 30 de Noviembre 6:00 - 7:30pm.

Registro: Hablar con Daniel Santander al (412) 335 7446 Extensión 107.

Transmisión: Zoom.

Clases de inglés para adultos

Descripción: Clases de inglés de nivel principiante para adultos que quieren obtener una fundación en el idioma inglés.

Horario: Opción A: lunes y martes 9:30-11:00 am; Opción B: martes y jueves 12:00-1:30 pm; Opción C: lunes y miércoles 7:30-9:00 pm.

Registro: Hablar con Vanessa Goyes al (412) 335-7446 Opción 208.

Transmisión: Zoom.

Latina Youth Support Group



Descripción: Grupo de apoyo para jóvenes Latinas en Middle School y High School. En este grupo hablaremos sobre temas de interés tales como sentimiento, salud mental, educación sexual, relaciones saludables, entre otros temas. Nuestro cupo es limitado y tenga en cuenta que si quiere ser parte tendremos que hacerle una entrevista.

Horario: Martes y Miércoles 4:00pm durante 6 semanas desde el 10 de Noviembre.

Registro: Hablar con Romina Kalmeijer al (412) 810-7545 o con Andrea Peraza (412) 810-7543.

Transmisión: Zoom.

Grupo de apoyo para madres

Descripción: Un grupo de apoyo para madres de todo tipo, para discutir temas como - empoderamiento, los hijos, relaciones saludables, etc.

Horario: Viernes 18 de Diciembre 6:00 - 7:30pm.

Registro: Hablar con Tania Piña al (412) 335 7446 Extensión 103.

Transmisión: Zoom.

EVENTOS

mensuales

Triple P: Niños competentes y seguros



Descripción: Introducción a los padres y madres los seis elementos básicos fundamentales para que los niños tengan confianza y éxito en el colegio y en las etapas posteriores.

Horario: Lunes 7 de Diciembre 6:00 - 7:30pm.

Registro: Hablar con Daniel Santander al (412) 335 7446 Extensión 107.

Transmisión: Zoom.

Reunión Comunitaria

Descripción: Les invitamos a que formen parte de esta reunión donde estaremos hablando de preocupaciones, prevenciones y cuidados para poder enfrentar y parar entre todos el contagio de COVID-19. Únanse y hagan preguntas o compartan sus preocupaciones.

Horario: Jueves 10 de Diciembre 6:00 - 7:00pm

Registro: No es necesario

Transmisión: Facebook Live

Triple P: Criar niños resilientes



Descripción: Introducción a los padres y madres los seis elementos básicos fundamentales para que los niños puedan manejar sus sentimientos y ser resilientes en el manejo del estrés de la vida cotidiana.

Horario: Lunes 14 de Diciembre 6:00 - 7:30pm.

Registro: Hablar con Daniel Santander al (412) 335 7446 Extensión 107.

Transmisión: Zoom.

Informados

Descripción: Aprenda más sobre la importancia de controlar los niveles de plomo de sus hogares. Haga preguntas y conozca dónde y cómo pueden hacerse los exámenes. Proteja a su familia e infórmese con nuestros invitados: Priscila Jasso y Rafael Bullones.

Horario: Jueves 17 de Diciembre 6:00 - 7:30pm

Registro: No es necesario

Transmisión: Facebook Live

¡POR LO QUE MÁS QUIERAS!

USA MASCARILLA.

LÁVATE LAS MANOS.

MANTÉN LA DISTANCIA SOCIAL.

PENNSYLVANIA
SE UNE CONTRA EL
COVID

Pagado con los fondos de los contribuyentes de Pennsylvania.



Navidad
in
Pittsburgh

VIERNES, 11 DE DICIEMBRE

4:00 a 5:30PM

LATINO COMMUNITY CENTER

Felices Fiestas

24, 25 y 31
estamos cerrados

EL APRENDIZAJE DE PITTSBURGH COLABORATIVO

LÍNEA DIRECTA FAMILIAR

OFERTA DE APOYO Y PREGUNTAS DE RESPUESTA PARA LAS FAMILIAS DE NUESTRA REGIÓN

Para llamadas en español
(412) 335-7446

Para llamadas en inglés*
(412) 256-8536

*Esta línea también puede aceptar mensajes de voz en todos los demás idiomas.

HORAS DE OPERACIÓN
Las llamadas se pueden recibir 24/7.
Un representante puede responder, pero si no, ¡deje un correo de voz!
Recibirá una devolución de llamada en su idioma nativo.

La línea directa familiar es operada por representantes de:

LATINO COMMUNITY CENTER

(412) 335 7446

SERVICIOS FAMILIARES MARQUE 1

- Preguntas en general
- Fondos Urgentes
- Canastas de comida
- Admisión de casos

LINEA DIRECTA FAMILIAR MARQUE 3

- Para cualquier pregunta relacionada a Educación
- Acceso a Internet
- Necesita dispositivos para las clases

EDUCACIÓN MARQUE 2

- Programa de educación temprana
- Programas de después de la escuela
- Para asuntos de escuela secundaria y universidad

ADMINISTRACIÓN MARQUE 4

LATINO COMMUNITY CENTER

CALENDARIO

Diciembre

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
29	30 Clases de inglés Opción A y C 	1 Clases de inglés Opción A y B 	2  Clases de inglés Opción C	3 Clases de inglés Opción B	4 Reparto de canastas de alimentos y pañales	5
6	7 Clases de inglés Opción A y C 	8 Clases de inglés Opción A y B 	9  Clases de inglés Opción C	10 Clases de inglés Opción B Reunión Comunitaria	11 	12
13	14 Clases de inglés Opción A y C 	15 Clases de inglés Opción A y B 	16  Clases de inglés Opción C	17 Clases de inglés Opción B Informados	18 Reparto de canastas de alimentos y pañales Grupo de apoyo para madres	19
20	21 Clases de inglés Opción A y C	22 Clases de inglés Opción A y B	23 Clases de inglés Opción C	24 Noche Buena LCC cerrado	25 Navidad LCC cerrado	26
27	28 Clases de inglés Opción A y C	29 Clases de inglés Opción A y B	30 Clases de inglés Opción C	31 Noche Vieja LCC cerrado	1	2

LCC TEAM



ADMINISTRATION TEAM

Executive Director

Rosamaría Cristello

Director of Development

Angelica Perry

Operations Manager

Sofía Bermeo

Special Project and Outreach Coordinator

Laura Sánchez

EDUCATION TEAM

Director of Education

Emily Blair

SOY Pgh Elementary Coordinator

Aleira Gilbert

SOY Pgh Assistant & Volunteer Coordinator

Jennifer Geiser

Child Development Specialist

Victoria Rodríguez

SOY Pgh Middle School Coordinator

Amanda Alexandre

Student Success Specialist

Edgar Morales

Education Family Liaison

Adriana Rudat

AmeriCorps Vista

Kiran Pande

ESL Instructor - AmeriCorps

Vanessa Goyes

FAMILY SERVICES TEAM

Director of Family Services

Alyssa Giron

Case Manager

Cristina Ballarta

Promotor

Ernesto García

Promotor

Tania Pina

Promotor

Wendy Santos

Housing & Benefits Navigator

Jennie O'Donoghue

Parent Educator

Daniel Santander

Intake Specialist - AmeriCorps

Andrea Peraza

MSW Intern - Youth Case Manager

Romina Kalmeijer

Intake Specialist - AmeriCorps

Madison Dodds

MSW Intern - Intake Specialist

Suzanna Carnavali-Doan

Food Campaign Assistant

José Flores

Social Worker

Elisa Portillo Wein