

# Conéctate

a la Red de Promotoras y Trabajadores Comunitarios



El verano ya está aquí y con él celebramos el mes de la concienciación sobre los rayos UV. Queremos motivarlos a todos a mantenerse activos y disfrutar de los días soleados, pero también a mantenerse seguros. Dicho esto, queremos agradecerles a todos ustedes por hacer que este medio año sea exitoso con su participación en nuestros eventos y capacitaciones. De enero a junio, ¡hemos realizado 43 eventos/capacitaciones con más de 1793 participantes! Gracias por confiar en nosotros mientras continuamos trabajando para brindarle temas relevantes. Hasta ahora hemos cubierto los siguientes temas:

- **Vivienda** • **Consejos y cuidados del corazón** • **Salud mental** • **Autoestima** • **Cambio climático** • **Inseguridad alimentaria** • **Bienestar comunitario** • **Salud de nuestros adultos mayores** • **Patrocinio y servicios sociales para inmigrantes** • **Semana legislativa** • **Salud y recursos para niños** • **Actividad física en la comunidad latinx** • **Eventos de vacunación** • **Conferencias regionales** • **Camino a la ciudadanía** • **Reuniones con legisladores** • **Expansión del Medi-Cal** • **Crédito tributario infantil** • **Uniendo vínculos comunitarios** • **Temas sobre el COVID-19** • **Beneficios públicos** • **Derechos del trabajador** • **Trabajadoras embarazadas** • **Cafecitos virtuales** • **Facebook Lives** • **Menopausia y andropausia**

A medida que avanzamos en el año, continuaremos planificando eventos y capacitaciones para ustedes. Por ahora, echen un vistazo a lo que han estado haciendo las promotoras y los futuros eventos y conferencias que los ayudarán a obtener herramientas para seguir sirviendo mejor a su comunidad. Sigamos avanzando hacia una vida sana y digna.

*Norma Benitez, Network Director*

## julio

MES DE  
CONCIENCIACIÓN  
SOBRE LOS RAYOS  
SOLARES



REMEMBER TO PROTECT YOUR  
EYES, SKIN AND BODY!

¡RECUERDA, PROTEGE  
TUS OJOS, PIEL Y CUERPO!



- ✓ shade ✓ sunglasses
- ✓ breaks ✓ hat
- ✓ sunscreen
- ✓ protective clothing
- ✓ drink water

## July

UV SAFETY  
AWARENESS  
MONTH

- ✓ sombra ✓ lentes de sol
- ✓ descansos ✓ sombrero
- ✓ protector solar
- ✓ ropa que proteja
- ✓ tomar agua

# Actividades sobresalientes

## SAN BERNARDINO/RIVERSIDE

♥ El 24 de junio, promotores de la región de San Bernardino/Riverside y otras regiones se reunieron para tomar un curso de Primeros Auxilios Mentales. En los Estados Unidos, 1 de cada 5 adultos experimenta algún tipo de enfermedad mental. Esta capacitación enseñó a las promotoras, técnicas para evaluar, escuchar y como ser ese apoyo inicial para las personas que necesitan apoyo con su salud mental. Después del curso, una promotora mencionó: “Excelente clase hoy. Muchas gracias por todo. Mis compañeros y yo salimos del curso muy satisfechos y llenos de información.” Les agradecemos por su servicio de corazón y su amor por su comunidad.



## SAN DIEGO

♥ Quince promotores participaron en el evento virtual “La autoestima de la comunidad latina” que dio cabida a un taller más personal. Los participantes estuvieron muy comprometidos y la facilitadora, la psicóloga clínica Grace Soria, hizo un excelente trabajo facilitando este tema y asegurándonos de nuestro valor. Hacia el final de la sesión, Psy. Soria presentó una evaluación para medir la autoestima de los participantes. Nos emocionó ver el impacto que tuvo este evento único en levantar el ánimo y recordarles a los promotores su valor y valía.



## CONDADO DE ORANGE

♥ La crisis de vivienda afecta a muchos promotores y sus familias en el estado y en todo el país. Más de 20 promotores de todo California participaron en cinco sesiones semanales de la serie de talleres “Consejeros de vivienda”. Debido a que cubrió el tema altamente prioritario de la vivienda, las cinco sesiones tuvieron una gran participación. Esbeydy del Área de la Bahía y Estela Chamu del Norte del Condado de San Diego y muchos otros promotores compartieron sus testimonios. Es increíble ver a los promotores unirse y vincularse por una preocupación comunitaria seria y poder trabajar juntos y planificar soluciones.



## TULARE

♥ Después de más de dos años de pandemia y de solo tener reuniones virtuales, el comité regional junto con el grupo de Bailoterapia de Wittman Center y Family HealthCare Network, realizaron su primer taller presencial en mes pasado. Este taller es el primero de 8 sesiones de la serie Bienestar emocional que tendrá temas relacionados con el amplio tema de nuestra salud mental. El primer taller sobre la menopausia y la andropausia no solo les dio a las promotoras información importante en el tema, sino que también sirvió como oportunidad para conectar unas con otras y conversar sobre lo que están experimentando, dialogar sobre sus miedos y sus preocupaciones.



## KERN

♥ ¡El comité regional de Kern celebró su primer taller presencial el 28 de junio desde que comenzó la pandemia! Este evento se centró en el cambio climático, qué acciones tomar y cómo eso afecta nuestra salud. Los asistentes tuvieron la oportunidad de hacer un limpiador ecológico, fácil y sencillo, para empezar a cuidar el medio ambiente. Si desea comenzar a marcar la diferencia creando su propio producto de limpieza ecológico, comience haciendo limpiador rápido y fácil para todo uso. →

### INGREDIENTES

1 taza de agua  
½ taza de vinagre blanco destilado  
1 cucharadita de jabón líquido (de tu elección)  
Unas gotas de aceites esenciales (opcional)



## COSTA CENTRAL

♥ Nos sentimos muy emocionados en poder darle la bienvenida a las tres nuevas integrantes al Comité de Promotoras de la Costa Central! Les damos la bienvenida a nuestras colegas Lourdes Cordero del área de Goleta, a Eliza Aguilar del área de Santa Barbara y a Rosalba García del área de Santa Maria. Junto con nuestro coordinador regional, Leonardo Galan, estaremos organizando y planeando actividades para fortalecer el desarrollo personal y profesional de más promotoras y líderes comunitarios de esta región. Gracias por tomar el reto y decir que si y les damos la bienvenida a la familia de Visión y Compromiso.



*Si desea formar parte del gran trabajo que realizan las promotoras en esta región, comuníquese con Verónica Arciga, Gerente Regional a [veronica@visionycompromiso.org](mailto:veronica@visionycompromiso.org).*

## LOS ÁNGELES

♥ El 24 de junio tuvimos el gran honor de graduar a 35 participantes de nuestra capacitación virtual de 9 semanas “Promotores transformando familias y comunidades”, gracias al patrocinio del comité regional de Los Ángeles en colaboración con nuestro Departamento de Educación. Esta capacitación de Visión y Compromiso proporciona habilidades y herramientas para una transformación comunitaria efectiva. Todos los participantes compartieron sus increíbles testimonios de su propia transformación durante este entrenamiento. Gracias a nuestro comité en Los Ángeles por siempre pensar en cómo equipar a los promotores comunitarios en esta región para servir mejor a su comunidad. ¡Felicitaciones a todos los graduados!



*¿Están interesados en participar en un futuro entrenamiento de PTFC? Visite nuestra [página de eventos](#) donde encontrará información actualizada sobre nuestros eventos.*

## SAN FERNANDO/ VALLE DE ANTÍLOPE

♥ ¡Donde hay una necesidad, encontrarás a los promotores de Visión y Compromiso! El 18 de junio nuestro comité regional de San Fernando/Valle del Antílope, en colaboración con SALVA y AVPH, realizó su primer evento comunitario en el Valle del Antílope llamado “Foro de Bienestar Comunitario” donde pudimos ofrecer información relevante para nuestra comunidad inmigrante, como la nueva expansión de Medi-Cal de cobertura completa para personas mayores de 50 años, e información sobre la nueva expansión del programa Cal Fresh para personas mayores de 55 años, independientemente de su estatus migratorio. También ofrecieron apoyo para registrarse a Cal Fresh y formas de conectar



a los miembros de la comunidad con los servicios gratuitos de la nueva red BAILA que ofrece información y asistencia legal sobre carga pública. Además, nos relajamos con una clase de ZUMBA y consejos sobre cómo mantener el bienestar emocional. Además, si eso no fuera suficiente, también abordamos la inseguridad alimentaria preparando una receta saludable y donando varias tarjetas de regalo de \$100.00 de nuestros patrocinadores Albertsons y Vallarta Supermarket. ¡Felicitaciones a nuestro comité en esta región por hacer la diferencia!



## NEVADA

♥ Tomar control de la salud de nuestro corazón, es algo que las promotoras Mary Olliden y Yani Rojas en Las Vegas, NV han tomado de manera muy comprometida. Dos veces al mes ofrecen talleres sobre diferentes temas de la Campaña de la Asociación Americana del Corazón que impactan de una manera más directa la salud del corazón. Además, ellas siempre están motivando a los participantes a que se unan a nuestro reto “Pequeños cambios hacen grandes mejoras”.

*Si desea participar, busque el flyer en nuestra página de [facebook.com/vycnevada](https://www.facebook.com/vycnevada) e inscribese en [www.visionycompromiso.org/events](https://www.visionycompromiso.org/events). ¡Todos son bienvenidos a participar en cualquiera de los temas!*

### Visión y Compromiso™

El Comité Regional de la Red de Promotoras y Trabajadores Comunitarios de Nevada, en colaboración con la Asociación Americana del Corazón de Nevada te invitamos a que nos acompañes a:

### La serie de talleres mensuales EmPoderad@s para Servir

¡Muévete al ritmo y toma control de tu latido!

En esta serie de 12 talleres, los participantes tendrán la oportunidad de:

- ♥ Aprender temas relacionados al “Cuidado de su Salud” y “Abogacía”
- ♥ Tendremos conversaciones “De Corazón a Corazón”
- ♥ Implementaremos el reto: “Pequeños cambios hacen grandes mejoras”
- ♥ Conocerán los recursos que ofrece la Asociación Americana del Corazón para la comunidad.

Ofreceremos 2 HORARIOS para su participación. Usted decide cual le conviene mejor.

#### SERIE DE TEMAS

- **APRENDA A USAR RCP**  
Jueves, 19 de mayo de 12 a 1 pm – Yani Rojas  
Miércoles 25 de mayo de 5:30 a 6:30 pm Mary Olliden
- **CONTROLE SU PRESION ARTERIAL**  
Jueves, 2 de junio de 12 a 1 pm – Yani Rojas  
Miércoles 8 de junio de 5:30 a 6:30 pm Mary Olliden
- **DETECTE UN ACCIDENTE CEREBRO VASCULAR CON EL METODO FAST**  
Jueves, 16 de junio de 12 a 1 pm – Yani Rojas  
Miércoles 22 de junio de 5:30 a 6:30 pm Mary Olliden
- **MANTENGANSE ACTIVO**  
Jueves, 7 de julio de 12 a 1 pm – Yani Rojas  
Miércoles 13 de julio de 5:30 a 6:30 pm Mary Olliden
- **LIBRE DE CIGARRILLO**  
Jueves, 21 de julio de 12 a 1 pm – Yani Rojas  
Miércoles 27 de julio de 5:30 a 6:30 pm Mary Olliden
- **TENGA FE EN EL CORAZON**  
Jueves, 4 de agosto de 12 a 1 pm – Yani Rojas  
Miércoles 10 de agosto de 5:30 a 6:30 pm Mary Olliden

Para inscribirse en este taller, use el siguiente enlace:

[www.visionycompromiso.org/events](https://www.visionycompromiso.org/events)

Si tiene preguntas sobre el evento, comuníquese con: Verónica Arciga, Gerente de la Red de Promotoras en Nevada (323) 407-4816 o por correo electrónico a [veronica@visionycompromiso.org](mailto:veronica@visionycompromiso.org).

## STANISLAUS

El comité de promotoras del condado de Stanislaus llevó a cabo dos Facebook Live con temas muy interesantes para nuestra comunidad.

### **15 de junio: Cómo hablar con nuestros hijos de la violencia en las escuelas.**

Con la participación de Giovanni Choque Ladino que brindó información y herramientas importantes para padres de familia.

[fb.watch/ehKb3hDaec](https://fb.watch/ehKb3hDaec)

### **29 de junio: Actualización de la vacuna del COVID-19 para menores de edad.**

Margarita Perez del Departamento de Salud Pública explicó los avances de la vacunación y motivó a vacunar a nuestros hijos antes de regresar a la escuela. [fb.watch/ehK4qonb5n](https://fb.watch/ehK4qonb5n)

*Para mantenerse al tanto de los Facebook Lives de la región visiten nuestra página de de Facebook: [facebook.com/vycstanislaus](https://facebook.com/vycstanislaus)*

## ÁREA DE LA BAHÍA

Last month the Bay Area committee had one Facebook Live and participated in a community event in San Francisco.

### **15 de junio: Sanando las heridas del pasado.**

El maestro Ricardo Berrocal presentó este tema que despertó gran interés en los participantes, quienes pidieron una segunda presentación como parte del autocuidado del promotor.

*Los motivamos a [ver la grabación](#) y visitar [nuestra página de Facebook](#) para mantenerte informado de la segunda parte de este tema.*

### **18 de junio: Bailoterapia**

Nuestra amiga Norma Carrera, secretaria del comité, cerró una serie de talleres presentados por el Instituto Familiar de la Raza en San Francisco con una divertida sesión de Bailoterapia.



EMPLEOS EN VISIÓN Y COMPROMISO

*¡Estamos contratando!*

Visite [nuestro sitio web](#) para ver los anuncios de trabajo actuales.

¿LES GUSTARÍA INVOLUCRARSE MÁS? ¿QUIEREN PARTICIPAR EN FUTURAS VISITAS LEGISLATIVAS? ¿QUIEREN HACER UNA DIFERENCIA EN SU COMUNIDAD? Comuníquese con Peter Phillips, Gerente de Abogacía a [peter@visionycompromiso.org](mailto:peter@visionycompromiso.org) o (213) 500-6262.

## UNIDOS EN LA ABOGACÍA

¡DESPUÉS DE AÑOS DE ABOGACÍA, LOS BENEFICIOS DE SALUD CUBRIRÁN A TODOS LOS INMIGRANTES SIN IMPORTAR SU ESTADO LEGAL!

Después de muchos años de abogacía por parte de los promotores de Visión y Compromiso, el gobernador de California, Gavin Newsom, y la legislatura de California acordaron un presupuesto para expandir Medi-Cal a todas las personas indocumentadas de edades entre 26 a 49 años. ¡Esto ahora significa que todas las personas indocumentadas tendrán acceso a atención médica que salvará sus vidas, independientemente de su edad o lugar de nacimiento! El alcance completo de los beneficios de Medi-Cal entrará en vigencia el 1 de enero de 2024. Gracias @drarambulaAD31 y @SenMariaEDurazo por defender #Health4All

#Health4All 

## TRIUNFO HISTÓRICO DE #HEALTH4ALL:

California es el primer estado de la nación en eliminar las exclusiones de Medi-Cal para **TODOS** los residentes elegibles por ingresos, independientemente de su estado migratorio!

## CAMPAÑA PARA RECOGER TESTIMONIOS PARA LA REFORMA MIGRATORIA

El subcomité de inmigración de la Red de Visión y Compromiso ha lanzado una campaña para abogar por la reforma migratoria en nuestra delegación del Congreso de California. El enfoque será compartir historias que les recuerden a nuestros funcionarios electos que muchos continúan sufriendo diariamente políticas federales de inmigración injustas.

Pueden ayudar compartiendo su historia o la historia de otro y enviarlo a Arturo Palato, Gerente Regional de la Red al correo electrónico [arturo@visionycompromiso.org](mailto:arturo@visionycompromiso.org). Los invitamos a que miren este video para que les sirva de guía de cómo escribir una historia convincente. En resumen, estos son los puntos que aparecen en el video que creemos que serán un poderoso testimonio:

Su nombre, país de origen, estado civil, si tienen hijos, y su trabajo actual.

¿Por qué emigró a los Estados Unidos? No cómo llegaste aquí, sino las razones por las que viniste a este país.

¿Qué dificultades y retos has superado viviendo como indocumentado en USA?

¿Cómo usted contribuye positivamente a la economía y sociedad de este país? (Trabajo, educación, actividades, apoyo en la escuela de sus hijos, etc.)

¿Cómo cambiaría tu vida tener documentos para vivir y trabajar legalmente en los EE. UU.? (Cambiar de trabajo, estudiar, viajar a tu país, abrir un negocio, etc.)

Pedir directamente al congresista y senador que apoyen la aprobación de la reforma migratoria.

# • Nuestro calendario •

Para detalles y más eventos, por favor visita [nuestra página de eventos](#).

## PRÓXIMAS CONFERENCIAS—¡RESERVE LAS FECHAS!

### CONFERENCIAS REGIONALES

San Fernando: Conferencia Regional  
20 de agosto • 9am a 3pm

Condado de Orange: Conferencia Regional  
y Feria de Salud y Recursos  
16 de septiembre • 9am a 12pm

Stanislaus: Conferencia de Salud Mental  
29 de octubre • 9am a 1pm

Área de la Bahía: Conferencia Regional  
12 de noviembre • 9am a 2pm

### 20ª ANUAL

### CONFERENCIA NACIONAL

“El papel del promotor comunitario  
hacia una cultura de prevención y de  
equidad”

6–8 de octubre del 2022  
Los Ángeles • Híbrida

[www.vyconference.org](http://www.vyconference.org)

### ¿TE PERDISTE ALGUNO DE NUESTROS EVENTOS PASADOS?

¡No te preocupes! Puedes encontrar [las grabaciones de algunos de nuestros eventos pasados](#).

*¿Tienes preguntas sobre el trabajo del promotor? ¿Les gustaría saber más acerca de un comité en su región? ¿Estás interesado en abogar por tu comunidad?*

## COMUNÍQUESE CON NOSOTROS:



**Norma Benítez**  
Directora de la Red  
[norma@visionycompromiso.org](mailto:norma@visionycompromiso.org)



**Verónica Arciga**  
Gerente Regional de Los Angeles, Valle de San Fernando, Costa Central y Las Vegas, NV  
[veronica@visionycompromiso.org](mailto:veronica@visionycompromiso.org)



**Arturo Palato**  
Gerente Regional del Área de la Bahía, Napa y Stanislaus  
[arturo@visionycompromiso.org](mailto:arturo@visionycompromiso.org)



**Mariaelena Aguilar**  
Gerente Regional del Condado de Orange y San Diego  
[mariaelena@visionycompromiso.org](mailto:mariaelena@visionycompromiso.org)



**Nataly Santamaria**  
Gerente Regional de Kern, Madera y Tulare  
[nataly@visionycompromiso.org](mailto:nataly@visionycompromiso.org)



**Peter Phillips**  
Gerente de Abogacía  
[peter@visionycompromiso.org](mailto:peter@visionycompromiso.org)

Gerente Regional del San Bernardino/ Riverside y Coachella  
[norma@visionycompromiso.org](mailto:norma@visionycompromiso.org)

Visit [www.visionycompromiso.org](http://www.visionycompromiso.org)

