

abril/mayo/junio 2018



Sirviendo a la comunidad Latina desde 1998.

Gratis - Por Favor tome uno.

Ud. puede enviar artículos u otra información para publicación en ediciones futuras de *Conexiones Latinas*. **Los artículos para el folleto de julio 2018 deben ser recibidos antes del día 15 de mayo.** Favor de enviar la información a: info@conexioneslatinas.org o puede mandar por fax al número (920) 568-5023

Nota: Por el espacio limitado que tenemos, reservamos el derecho de escoger apropiadamente los artículos para cumplir con la misión de esta organización. Conexiones Latinas no se hace responsable por la información que nos envíe para este folleto.

¡Conexiones Latinas Celebra su Vigésimo Aniversario!

Conexiones Latinas es una organización cuya misión es informar y educar a la comunidad Hispana de los servicios disponibles en los condados de Dodge, Jefferson, Rock y Walworth.

Conexiones Latinas fue originalmente creada en 1997 para mejorar la entrega del sistema de servicios de salud en el Condado de Jefferson. Nuestro grupo pronto se diversificó mediante la contratación de representantes del área de los cuatro condados actuales y la formalización de su estructura con el establecimiento de una junta directiva y funcionarios electos.

Desde entonces nosotros hemos alcanzado el estado de “sin fines de lucro” bajo la protección de Fort HealthCare quien nos ha permitido asegurar fondos a través de la generosidad de United Way de Jefferson/North Walworth, United Way de Dodge, y Watertown Area United Way. También recibimos fondos de las empresas, organizaciones y personas que colocan anuncios en el folleto. Este apoyo financiero nos permite proveer este folleto a la comunidad de forma gratuita.

Estos recursos nos permiten publicar nuestro folleto cada tres meses (circulamos 2,400 copias) que contiene artículos que tratan sobre una amplia variedad de temas sobre salud, problemas sociales y legales, y hasta temas de días festivos. La primera edición del folleto de Conexiones Latinas se imprimió y distribuyó en abril de 1998. A través de los años, también se creó un sitio web y una página de Facebook para compartir la información con más gente.

Queremos agradecer el apoyo de las organizaciones que han permitido a sus empleados a ser parte de nuestra junta directiva y/o asistir a nuestras reuniones. Estas organizaciones incluyen; Fort HealthCare, Jefferson County Literacy Council, Jefferson County Workforce Development Center, ADRC of Jefferson County y Dodge County, APFV, Dodge County Health Department, Legal Action of Wisconsin, YWCA of Janesville, Jefferson County Head Start, Comprehensive Family Services, UMOs, HBC Services, Agrace Hospice, BadgerCare Plus, UW Extension Walworth County, OSHA (voluntaria).

Nosotros estamos buscando personas que crean en el poder de la diversidad; personas que quieren hacer una diferencia en su comunidad; personas que creen que unas pocas personas dedicadas pueden hacer la diferencia. Sí, es posible. Nosotros somos la prueba viviente. Si usted es esa clase de persona, por favor, únase a nosotros. Nosotros necesitamos su ayuda y le daremos la bienvenida a su participación.

info@conexioneslatinas.org



Socios Comunitarios del Condado de Jefferson

Tuvieron el honor de reunirse con el Sheriff Paul Milbrath del Condado de Jefferson. Esta reunión se organizó con el propósito de informar a nuestra Comunidad Hispana del trabajo que realizan y aclarar los mitos que circulan sobre la posible unión con ICE.



Conozcamos al Sheriff Milbrath,

Paul Milbrath ha estado a cargo del departamento del sheriff del condado de Jefferson por 37 años. Durante su cargo las reglas han sido las mismas hasta el día de hoy. Si un oficial miente durante cualquier investigación, inmediatamente es despedido. Si hay cualquier discriminación ante un ciudadano no es tolerado. La manera que debe trabajar cualquier oficial en el Condado de Jefferson debe ser honestamente y con respeto.

Sheriff Milbrath nos comentó que hace un año en la Feria de Jefferson, el último día del evento tuvo muchas llamadas de organizaciones y algunas personas de la comunidad Hispana preocupadas de que iban a ser detenidos por ICE y que la policía del condado iba a actuar como oficiales de inmigración. El Sheriff Paul no tenía idea de que esta noticia estaba circulando y afectando un día para disfrutar en familia. “La feria de Jefferson o cualquier evento es para que todos los que vivan en este condado lo disfruten” comentó el Sheriff, “sin tener miedo a que alguien siempre nos esté vigilando por nuestra etnicidad”. Sheriff Milbrath no tiene suficientes oficiales para participar con ICE y de cualquier manera no lo haría. Lo más importante para él y sus oficiales es mantener el condado de Jefferson seguro. La única manera que un policía del condado puede detener a una persona es por cometer un delito grave. Si usted no tiene licencia de manejo americana pero tiene una de su lugar de nacionalidad, puede mostrar esa licencia o mostrar la matrícula consular como identificación. Ellos no tienen derecho a detenerlo la primera o segunda vez por no tener una licencia. Si usted tiene ofensas múltiples, sí podría ser detenido, pero no procesado por su estatus migratorio. El Condado de Jefferson y los condados cercanos tienen varios abogados de inmigración disponibles para ayudarles.

Sin embargo lo que ellos necesitan es ayuda de la comunidad Hispana para denunciar cualquier delito y para mantener este condado libre de casos impunes. Los oficiales no quieren intimidar y si tiene preguntas o dudas ellos pueden ayudar. No importa su estatus legal, todos tenemos derecho al igual que aquellos que son ciudadanos estadounidenses. Por favor si han sido testigo de un delito o fueron parte de abuso no lo piensen y llamen a las autoridades. Las líneas están disponibles las 24 horas del día.

Sheriff Milbrath quisiera tener más información en español para hacerle llegar a todos o tener oficiales bilingües. El grupo de Socios Comunitarios se ofreció a trabajar con él y su departamento para hacer esta comunidad mejor.

Finalmente terminamos la reunión con una frase del Sheriff Paul Milbrath “Si fuiste bueno ayer, serás bueno hoy”. Socios Comunitarios de Jefferson County están aquí para contestar sus preguntas sobre esta reunión. Puede comunicarse con Vianey Z Haas al número 920-674-5542 de lunes a viernes.

**NO SOLO
CORRAS,
CORRE UNITED**



**¡RESERVA!
Sábado, 16 de
junio de 2018**

Comienzo de carrera 8:15 a.m.

**Inscripción en línea
abierta el 15 de abril.**

Babe Mann Park, Elkhorn, WI
5K Run ~ 5K Walk ~ 1 Mile Fun Run

Para más información y para registrarse:
www.uw-wc.org

Conexiones Latinas

Jefe de edición: Jodi Roberts

Editores: Alejandra Muñoz, Araceli Wence

Contribuyentes: CPJC, Dodge County Health Dept.,
Fiesta Cultural, WIC, Jefferson County Health Dept.,
OSHA, ADRC, APFV



www.FortHealthCare.com

611 Sherman Ave. East • Fort Atkinson, WI 53538
(920) 568-5000

Agradecemos a United Way del condado de Jefferson y North Walworth, del condado de Dodge y de Watertown por su apoyo financiero.

Agradecemos a Fort HealthCare por su apoyo financiero para el diseño de este folleto.

¿No le Alcanza el Dinero para Comprar los Alimentos?

FoodShare ayuda a estirar su presupuesto mediante el depósito de dinero una vez al mes en una tarjeta débito para ayudar a comprar comida. FoodShare podría darle depósitos mensuales para ayudar con la compra de alimentos, liberando dinero para cuentas, los medicamentos y otras necesidades. Podría calificar si su ingreso bruto es bajo de las normas de elegibilidad. Aplicar es más fácil que nunca e incluso se puede obtener asistencia gratuita y confidencial.

¿Sabía Ud. que...?

- Muchas personas que trabajan, no tienen niños, reciben el Seguro Social, el SSI o el desempleo pueden ser elegibles también.
- 2/3 de la gente mayor que son elegibles no están inscritos.
- FoodShare es una manera sencilla para aumentar su presupuesto.
- Los niños de inmigrantes indocumentados pueden obtener los beneficios si son ciudadanos o residentes por más de cinco años.

Tamaño del hogar	Se puede ser elegible si su ingreso familiar es menos de lo siguiente por mes (antes de los impuestos)...
1	\$2,010
2	\$2,708
3	\$3,404
4	\$4,100
5	\$4,798
6	\$5,494

Para más información, llama la Línea de Asistencia para FoodShare gratuito a 1-877-366-3635!

Programa de Nutrición del Mercado de Agricultores de Wisconsin

¿Qué es el Programa de Nutrición del Mercado de Agricultores?

Este programa le ofrece la oportunidad de adquirir frutas, verduras y hierbas frescas producidas localmente por agricultores certificados.

Los cheques del Farmers' Market Program se pueden utilizar desde el 1 de junio hasta el 31 de octubre. Puede buscar los cheques en la agencia de WIC o ADRC en su condado empezando el 1 de junio.

Usted puede utilizar los cheques en cualquier mercado de agricultores o puesto de ruta participante. Casi todos los condados en el estado cuentan con al menos un mercado participante. ¡Hasta puede llevar sus cheques con usted cuando viaja dentro del estado!

Diríjase a un mercado autorizado (su agencia le dará una lista) y busque el letrero amarillo que dice "Wisconsin Farmers' Market Nutrition Program (FMNP) VENDOR".

Cuando usan los cheques recuerde:

- No recibirá el cambio si su compra es menor al valor del cheque(s).
- Si el precio de su compra supera la cantidad del cheque(s), puede abonar la diferencia en efectivo o con otro cheque.
- Los cheques no se pueden usar en los supermercados.

Recetas

En el momento en que recibe sus cheques, su agencia local tiene también algunas deliciosas recetas para ofrecerle. Su nutricionista local está disponible para responder a sus preguntas y sugerir maneras de preparar sus productos naturales frescos producidos



localmente. A continuación se muestra un ejemplo.

BAYAS (Berries)

Temporada del mercado de agricultores:

Desde junio hasta septiembre

Consejos de compra

Seleccione las bayas que son de color brillante, firmes y sin moho. Si están en una caja, asegúrese de que la caja no está manchada o goteando.

Cómo guardar las bayas

Guárdelas en el refrigerador. Son mejores si se consumen dentro de uno a tres días. Las bayas se pueden congelar.

Preparación

Lave las bayas en agua fría. Las bayas pueden comerse crudas o cocidas.

Receta

Parfait de bayas

½ taza – 1 taza de bayas como desee

½ taza de yogur bajo en grasa

2 cucharadas de granola

Ponga el yogur en un plato. Añada la granola sobre el yogur. Riegue las bayas lavadas por encima. ¡Disfrute!

¡Nuevas Tarjetas de Medicare!

Medicare enviará nuevas tarjetas por correo entre abril de 2018 y abril de 2019. Para proteger su identidad, su nueva tarjeta de Medicare tendrá un número exclusivo en lugar de su número del Seguro Social. La nueva tarjeta no cambiará su cobertura o beneficios. Esto es lo que necesita saber:

- No necesita hacer nada para obtener su nueva tarjeta, pero debe asegurarse de que su dirección postal esté actualizada.
- Si su dirección necesita ser corregida, comuníquese con el Seguro Social en ssa.gov/myaccount o llame al 1-800-772-1213. Los usuarios de TTY pueden llamar al 1-800-325-0778.
- Medicare nunca lo llamará sin invitación ni le pedirá su información personal. Tenga cuidado con cualquier persona que se comuniquen con usted sobre su nueva tarjeta de Medicare.
- Recibirá más información de Medicare cuando se envíe su nueva tarjeta.



Enseñar a los Niños como Cocinar

Enseñar a los niños cómo cocinar es una habilidad de por vida que les ayudará en muchas maneras cuando crezcan. Medir puede enseñar conteo y matemáticas, hornear y cocinar enseña algo de ciencia, y la lectura de las recetas y nombrar alimentos ayuda con el lenguaje y seguir instrucciones.

También ayuda con los que son melindroso para comer - los niños que son capaces de ayudar a elegir y preparar alimentos son más propensos a comer esos alimentos, sobre todo cuando han tenido algún tiempo para tocar, sentir y oler nuevos alimentos para que se sientan más a gusto con ellos. ¡Los niños tan jóvenes como de 2 años de edad pueden empezar a ayudar a preparar las comidas en la cocina!

- **A los 2 años**, los niños pueden: limpiar las mesas, lavar las frutas y verduras, usar ingredientes y separar las verduras (como el brócoli o lechuga).
- **A los 3 años**: amasar o dar forma a la masa, mezclar y verter los ingredientes, verter ingredientes sobre los alimentos, difundir ingredientes sobre las comidas, tirar cosas a la basura.
- **A los 4 años**: pelar las frutas y huevos duros; hacer puré de plátanos, papas y otros productos blandos; cortar las hierbas con tijeras para niños, y poner la mesa.
- **A los 5 años en adelante**: medir ingredientes, utilizar un batidor de huevos, y todas las demás tareas de edades anteriores.

Si desea obtener más información o le gustaría ver si califica para WIC (El Programa Especial de Nutrición Suplementaria para Mujeres, Bebés y Niños) llame a nuestra oficina al 262-741-3146. ¡La tarjeta de eWIC hace las compras fácil y podemos proporcionar mucha ayuda para mantener a su familia activa y sana!

Cuida los Dientes

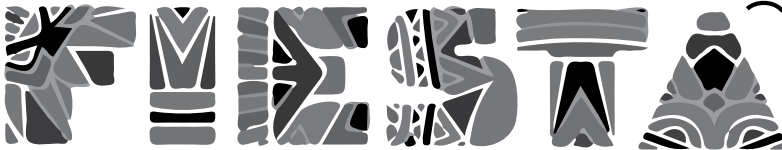
¡El Programa WIC del Condado de Rock se complace en anunciar que nos hemos asociado con los dentistas de BACHC y tendremos una clínica dental mensual en nuestra oficina de Beloit un viernes por mes! En la clínica dental, los higienistas harán un examen rápido de los dientes del niño y aplicarán un tratamiento con fluoruro. Si se encuentran problemas dentales, los higienistas pueden referir al niño a uno de los dentistas de BACHC. Cualquier persona que sea referida al dentista de la clínica dental en la oficina de WIC tendrá una programación prioritaria con un dentista. Con esta nueva asociación, es bueno revisar las recomendaciones para una buena salud bucal para bebés y niños.



Los padres pueden comenzar a cepillarse los dientes de sus bebés tan pronto como salga el primer diente. Los dentistas recomiendan usar un punto de pasta dental con fluoruro del tamaño de un grano de arroz durante el cepillado dental dos veces al día desde el momento en que salga el primer diente hasta los 3 años de edad. Después de los 3 años, se recomienda usar un punto del tamaño de un chícharo de pasta dental con fluoruro dos veces al día. También se recomienda que un bebé se haga su primer chequeo dental después de la erupción del primer diente, y antes de su primer cumpleaños. Los dentistas generales normalmente no atienden a niños antes de los 3 años, pero los dentistas pediátricos verán a un bebé o niño tan pronto como tengan un diente.

También hay muchas formas en que la dieta puede ayudar a promover una buena salud oral. Limitar las bebidas endulzadas con azúcar como Gatorade, jugo y refrescos, así como los dulces ayudará a prevenir las caries. Es importante ofrecer todos los líquidos, excepto la fórmula infantil para el bebé, en una taza de sippy. A la hora de acostarse, un niño a partir de la edad de un año solo debe tener agua en una taza, no en una botella, para ir a la cama. Finalmente, las familias que usan agua embotellada o de pozo deben hablar con el médico o dentista de su hijo sobre un suplemento de fluoruro, ya que las fuentes de agua embotellada y de pozos no contienen fluoruro.

Para preguntas relacionadas con la dieta y la salud bucal, o para programar una cita en la clínica dental, ¡llame a su oficina de WIC hoy mismo!



Cultural en Watertown, 2 de junio, 2018

Este festival celebra la cultura Latinoamericana la cual se reconoce por sus vibrantes colores, música viva, comidas populares, y el calor amable de su gente.

Todos están invitados a disfrutar las festividades, experimentar la cultura, y convivir un día con sus vecinos ya sean mayores o menores. ¡Qué más que abrir la estación del verano con una fiesta cultural en nuestro hermoso parque Riverside! Una variedad de eventos están planeados incluyendo bailables Folklóricos, una banda mariachi, concursos, juegos para niños, carrera en costales, fútbol, y baile. Se presentará el Ballet Folklórico Hermanos Escamilla de Milwaukee. Además comida auténticamente Mexicana y lo favorito de comida Americana. “Venga y disfrute un día con toda su familia y amigos”.

La venta de comida, refrescos y bebidas dará principio a las 10 am y terminará a las 7:00 pm. El baile dará principio a las 5:00 pm y terminará a las 7:00 pm.

No olvide buscar este evento en: www.fiestacultural.org

Promotores de Salud para los Pacientes

Quiénes somos:

El Center for Patient Partnerships [Centro de Alianzas con los Pacientes] entrena alumnos graduados y profesionales en el apoyo a los pacientes. Bajo la supervisión de nuestro profesorado interdisciplinario y de nuestro personal estos alumnos trabajan con clientes que tienen enfermedades graves y serias y con sus familias, sin tener en cuenta sus ingresos ni su residencia. Nuestros servicios de apoyo a los pacientes son gratuitos y confidenciales.

Lo que hacemos:

Somos promotores de pacientes. Trabajamos con los clientes para ayudarles a tomar decisiones médicas más informadas, conseguir atención médica, analizar temas relativos al trabajo, y encontrar apoyo. El cliente y su promotor deciden juntos qué tipo de ayuda se necesita y qué pasos tomar.

Los servicios de apoyo pueden incluir:

- Diagnóstico y tratamiento: Ayudarle a entender su diagnóstico y las opciones de tratamiento.
- Coordinación de atención y apoyo: Ayudarle a crear y mantener un equipo médico.
- Temas familiares: Apoyo emocional y sugerencias sobre fuentes de ayuda para esposos e hijos.
- Empleo: Estrategias para preservar su trabajo durante la enfermedad y ayudar para re-evaluar sus opciones laborales.
- Facturas médicas/Seguro: Si no tiene seguro médico, le ayudamos a buscarlo, le ayudamos a establecer un plan de pagos, le explicamos su cobertura médica y sus opciones.
- Beneficios públicos o discapacidad pública/privada: Evaluar si tiene derecho a recibir beneficios y darle los contactos necesarios.

Lo que no hacemos:

- Proveer consejos legales
- Proveer consejos médicos

* Le pondremos en contacto con servicios comunitarios de ayuda siempre que sea posible.

Se dispone de intérpretes telefónicos

Para solicitar nuestros servicios: Llame a nuestra línea de ayuda al 608-890-0321 o mándenos un mensaje por correo electrónico aladvocacy@patientpartnerships.org



Servicios de la Clínica del Departamento de Salud del Condado de Jefferson

1541 Annex Road • Jefferson, WI 53549
(920) 674-7213

Abierto lunes, martes y viernes, 8am-4pm

Vacunas para los niños (edades 0-18) sin seguro médico O que tienen una tarjeta activa de Asistencia Médica

Cualquier niño con seguro privado debe visitar a su pediatra o farmacia local para obtener vacunas.

- Todas las vacunas infantiles son disponibles
- \$15 por administración para cada niño O presenta una tarjeta active de Asistencia Médica (Forward Health/BadgerCare).
- Ningún niño será rechazado si no puede pagar.

Vacunas para los adultos (edades 19+) sin seguro O si no tienen seguro suficiente * (incluye inmigrantes, refugiados, evacuados)

- \$10 por vacuna. Vacunas disponibles incluyen: Hepatitis A & B combinados, Hepatitis A, Hepatitis B, MMR (sarampión, paperas, rubeola), Polio, Tdap (tétanos, difteria, tos ferina), Varicela, Meningococo y VPH (virus del papiloma humano)
- \$35 para la vacuna contra la gripe

Vacunas para los adultos con seguro

El Departamento de Salud no puede facturar la Asistencia Médica para adultos. Cualquier adulto con Asistencia Médica debe visitar a su médico o farmacia local para obtener vacunas.

- Vacuna de Td/Tdap - por favor llama al Departamento de Salud para elegibilidad.

Pruebas de piel TB a cualquier persona *

- \$15 por administración. Solo se administra los martes y los viernes.

Pruebas de embarazo

- GRATIS, se requiere cita.

Aplicación de barniz dental para niños (edades 0-17) sin seguro O con Forward Health/BadgerCare/Asistencia Médica

- GRATIS

* Tasa obligatoria para vacunas para adultos y pruebas de piel TB, deben ser pagados antes de dar, sin excepciones.

Anuncio Pagado

- BUFETE DE ABOGADOS DE INMIGRACION -

DEPORTACIONES - PETICIONES FAMILIARES - VISAS - ASILOS -

VIOLENCIA DOMESTICA - RESIDENCIA Y OTROS

El abogado Mateo Gillhouse y su equipo están para ayudarle a usted y su familia con precios razonables y planes de pagos para su conveniencia.

6333 Odana Road Suite #13, Madison, WI 53719 - 608.819.6540

→ Nueva oficina en Madison!

Hablamos su idioma - Llame hoy para su consulta gratis e información sobre nuestras clínicas gratuitas en Beloit y waukesha

MMGLaw

Agradecemos la contribución de los negocios que hacen posible este folleto.

Espacio disponible. Para más información, llame a
Jodi Roberts al (920) 568-5018
 o mande un correo electrónico a
info@conexioneslatinas.org



Centro de recursos para personas con discapacidades y de la tercera edad del Condado de Jefferson

Información ✦ Asistencia ✦ Asesoría



Llámenos para hablar con un Especialista en recursos para personas con discapacidades y de la tercera edad

Las horas de servicio desde lunes a viernes 8 am a 4:30 pm

Utilizamos servicio telefónico de interpretación en casos en que necesitamos asistencia con la comunicación.

Teléfono: 920-674-8734
 Fax: 920-674-7603
 TTD: 920-674-5011
 TTY: 1-800-947-3529
 Número gratuito: 1-866-740-2372

E-mail: adrc@jeffersoncountywi.gov
 En línea: www.jeffersoncountywi.gov
www.facebook.com/jeffersoncounty
 web <http://jeffersoncountyradrc.assistguide.net>



Al servir el público en general como una fuente de información sobre recursos para personas con discapacidades y de la tercera edad

ADRC del Condado de Jefferson
 1541 Calle de Anexo Jefferson, WI 53549

¡Atención sin turno previa!



Visítenos en el internet

www.conexioneslatinas.org

Servicios de Interpretación y Traducción

Información Legal
 Casos de Divorcio
 Custodia, Mediación, Child Support
 Casos Criminales
 Ordenes de Protección
 Violencia Doméstica
 Abuso Sexual
 Inmigración
 Etcetera.....

¿Se habla Español?

Alejandra - deja un mensaje
608-201-0060

Conexiones Latinas tiene una página Facebook



facebook


Encuétranos en
www.facebook.com/conexioneslat

¿TE ESTAN LASTIMANDO?

Ayuda GRATUITA para Víctimas de Abuso Doméstico y Abuso Sexual en Español.

En la Asociación para la Prevención de la Violencia en la Familia
 735 N. Wisconsin St., Suite 101 Elkhorn
262-723-4653
 Abierto de lunes a viernes de 8:00 AM a 4:30 PM.

- Línea de crisis las 24 horas (262-723-4653)
- Grupos de apoyo para niños y adultos
- Consejería
- Defensoría legal, médica y personal
- Ordenes de protección



Uniendo familias por el mundo.



ALICIA C. ARMSTRONG LAW OFFICE, LLC



ABOGADA DE INMIGRACIÓN

- Inmigración
- Deportación
- Tramite de Visa
- Naturalización

¡Nos hemos mudado!

701 LOIS DRIVE,
 SUN PRARIE, WI 53590

Para hacer una cita llame al
(262) 298- 9677



HEAD START
 Comprehensive Family Services, Inc.
 Rock & Walworth Counties

Oficina central en
 1221 Henry Ave., Beloit, WI
 Teléfono 1-800-774-7778
 o (608) 299-1500 ext. 39

Jefferson County Head Start CESA #2
 1541 Annex Rd., Jefferson, WI
 Teléfono (920) 674-5577
 Fax (920) 674-6865

Head Start es un program integral y gratis para niños de 3 a 5 años de edad y sus familias.

Head Start provee servicios educativos, sociales, de nutrición, salud mental, y de necesidades especiales. Head Sart también ofrece servicio de transporte cuando es posible