



THE HELPING CENTER

BOLETIN DE CLIENTES

DICIEMBRE 2024

NUESTRA MISIÓN:

El Centro de Ayuda de Marble Falls (The Helping Center of Marble Falls) proporciona alimentación y apoyo financiero limitado a nuestros vecinos necesitados en un lugar digno y lleno de esperanza. Somos una comunidad unida y Cristiana, y les brindamos oportunidades para educación, compañerismo y referencias para la autosuficiencia.

¿NECESITAS AYUDA?

¿QUIERES AYUDAR?

Horario de Operación:

Lunes-Viernes 9:30 am - 1:30 pm
Martes 5:00 pm - 7:00 pm
Jueves 5:00 pm - 7:00 pm

Dirección física

1016 Broadway, Marble Falls TX 78654

Dirección postal

P. O. Box 402, Marble Falls TX 78654

Teléfono | 830-693-5689

Sitio web | helpingcenter.org

Facebook | [Marble Falls Helping Center](https://www.facebook.com/MarbleFallsHelpingCenter)

Instagram | [thehelpingcenter](https://www.instagram.com/thehelpingcenter)

HORARIO DE FIESTAS

24, 25, 26 de Diciembre: CERRADO

23, 27 de Diciembre: ABIERTO de 9:30am - 1:30pm

31 de Diciembre: ABIERTO de 9:30am - 11:30am

1 de Enero: CERRADO

Amor, Alegría y Paz
para tí en esta temporada festiva
de
El Centro de Ayuda



CLASE | "LA MAGIA DE LOS ALIMENTOS FERMENTADOS" | Martes, 3 de Diciembre | 10:00 - 11:00 a.m. | ¿Conoces los beneficios para la salud de los alimentos fermentados? Únete a nosotros para aprender sobre ellos y preparar alimentos fermentados deliciosos y seguros. Tarjeta de regalo de H-E-B por \$10 para los participantes. Sala de reuniones del CRC.

DEMOSTRACIÓN DE COCINA | "SPRITZER NAVIDEÑO DE ARÁNDANO Y NARANJA" | Lunes, 9 de Diciembre | 9:30 a.m. - 1:30 p.m. | Visita nuestra mesa de bienvenida para probar este refrescante spritzer navideño. Se ofrecerán tarjetas con la receta y un adorno de Navidad GRATIS.

CLASE | "FORTALECE TU SISTEMA INMUNOLÓGICO" | Martes, 10 de Diciembre | 10:00 - 11:00 a.m. | La temporada de resfriados y gripe ha llegado, y The Helping Center se asocia con Humana para ofrecerte consejos útiles para fortalecer tu sistema inmunológico. Tarjeta de regalo de H-E-B por \$10 para los participantes. Sala de reuniones del CRC.

RECETA DEL MES | Crema de Salmón Navideña | ¡Perfecta para reuniones festivas con familiares y amigos! Muy fácil de preparar y llevar. Toma una copia de esta deliciosa receta en nuestro exhibidor.

TRADICIONES NAVIDEÑAS ALREDEDOR DEL MUNDO

En **Finlandia**, las familias visitan la sauna en la víspera de Navidad y visitan los cementerios de los familiares fallecidos.

La decoración del árbol de Navidad comenzó en **Alemania** a principios de 1600.

En **México**, las piñatas se llenan de dulces y monedas; los niños se turnan para golpear la piñata hasta que se rompe, enviando una lluvia de golosinas al suelo para que los niños las recojan.

En 1828, un ministro estadounidense en **México**, Joel R. Poinsett, trajo plantas rojas y verdes de México a América. Para 1870, las tiendas estadounidenses comenzaron a venderlas en Navidad, donde se les llamó "poinsettias".

El canto de villancicos comenzó en **Inglaterra**. Músicos errantes viajaban de pueblo en pueblo visitando casas de personas ricas, esperando una comida caliente o dinero a cambio.

En muchos **Países Africanos**, es tradicional donar a las iglesias y orfanatos artículos como ropa, libros, jabón, velas y juguetes. También es tradicional decorar árboles; sin embargo, estos árboles suelen ser cipreses, mangos o palmas (en lugar de abetos o pinos).

Las personas **Judías** celebran **Hanukkah** encendiendo una menorá, jugando al dreidel, regalando gelt (dinero), comiendo alimentos cocinados en aceite y cantando canciones de Hanukkah.

En **Australia**, donde la Navidad llega en el verano, las familias pasan tiempo en la playa disfrutando de una barbacoa.

En **Ucrania**, las familias tradicionalmente preparan una comida de 12 platos. El niño más pequeño de la familia vigila a través de la ventana la aparición de la estrella de la tarde, lo que indica que la fiesta puede comenzar.

En **Kenia**, se cree que Santa llega en camello o bicicleta en lugar de en trineo.

La celebración **AfroAmericana** de **Kwanzaa** incluye la preparación de una comida especial, la elaboración de regalos hechos a mano, y el uso de ropa tradicional Africana.