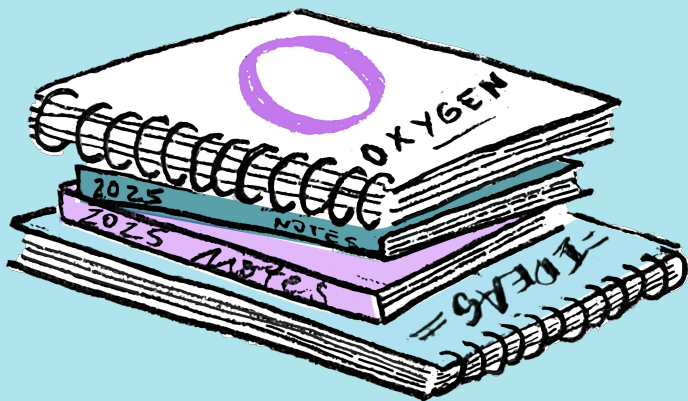


COMUNIÓN

INFORME DE IMPACTO DE 2025 COLECTIVO DE LIDERAZGO MAVEN



CAPÍTULO 3. ENSAYO 1

Prueba & Observa

Maven Nzingah Onisowa (ella)
Instructora de Bienestar de Maven

maven.
Maven Leadership Collective

Prueba y ve

COMMUNION 2025 Informe de impacto de Maven Capítulo

3 | Ensayo 1

Narrador(e) ([00:02](#)):

Todos los días se nos pide que tomemos decisiones sobre cómo nos cuidamos a nosotros mismos, a nuestras familias y a nuestras comunidades. Lo que comemos. Cómo nos movemos. Cómo protegemos nuestra paz. Pero en un mundo marcado por la desinformación, las desigualdades de salud y las brechas en el cuidado de la salud, esas decisiones no siempre son fáciles, especialmente para las comunidades que enfrentan enfermedades crónicas, acceso limitado a los recursos y sistemas que nunca se diseñaron con nosotros en mente. Entonces, hacemos una pausa y respiramos. En Maven, creemos que el cuidado comienza en la comunidad. Nuestro trabajo se centra en líderes creativos de impacto social que están construyendo comunidades más saludables y resilientes. Incluso ante la crisis y el cambio, ese espíritu inspiró Taste the Rainbow (Saborea el arcoíris), una serie web de siete episodios que lanzamos en el 2025 para hacer que la comida nutritiva sea más accesible, alegre y con raíces culturales. Presentado por la instructora de bienestar de Maven, Nzingah Oniwosan, cada episodio nos invita a comenzar con pequeños cambios, agregando más color, más plantas y más nutrición a nuestras mesas.

Narrador(e) ([01:16](#)):

A través de recetas llenas de vida y demostraciones, los queridos platos caseros del Caribe se reimaginan con una fresca inspiración basada en plantas porque la alimentación es más que una comida. Es el combustible para la labor de construir el mundo que merecemos. Más de mil personas ya han dado la bienvenida a Maven en sus cocinas, creando un puente entre para cerrar la brecha entre el conocimiento y la acción. Y ahora nuestra comunidad pide más: más recetas, más conexión, más herramientas para el cuidado colectivo. Únete a nosotros, comparte este trabajo, apoya este trabajo. Juntos, podemos nutrir a los líderes y las comunidades que están dando forma a un futuro más justo y resiliente.