

# WILD TONGUES

## HOW I LIKE MY CARE

May 19, 2022  
7:00 - 9:00 PM EST



a virtual zoom event made by survivors for  
survivors about the care we need

the **Network la Red**

## Wild Tongues: How I Like My Care

How does community show up for community? When a crisis unfolds, what actually helps? As awareness continues to grow around the systemic violence faced by many Black, Indigenous, and People of color, these are challenging and necessary questions we ask ourselves as we divest from systems of harm.

Wild Tongues: How I Like My Care is an opportunity for LGBTQ+ survivors of partner abuse to explore the care we remember had a real impact on us.

Survivors are the experts of their own lives and hold powerful, transcendent knowledge about what truly helps and doesn't help those being abused by partners. When we share how we like our care, we teach our communities how to help us without harming us. We are growing the practices of community care which already exist. We are shifting the systems in place. It is important that we — along with our communities — know how we like our care (before, during, and after crisis).

Thank you for joining us for this event made by and for LGBTQ+ survivors of partner abuse, and for exploring the care you need.

Warmly,

Mary Kuan  
Survivor Leadership Associate



## Lenguas Indomables: Como me gusta mi cuidado

¿Cómo se presenta la comunidad para la comunidad? Cuando se desata una crisis, ¿qué realmente ayuda? Según continúa creciendo la concientización ante la violencia sistémica a la que se enfrentan muchas personas negras e indígenas de color, estas son preguntas retantes y necesarias que nos hacemos según nos desligamos de los sistemas de daño.

Lenguas indomables: Como me gusta mi cuidado es una oportunidad para que les sobrevivientes de abuso de pareja LGBTQ+ exploren el cuidado que recordamos que tuvo un impacto real en nosotros.

Los sobrevivientes son los expertos de sus propias vidas y tienen conocimiento poderoso y trascendental sobre lo que verdaderamente ayuda o no ayuda a aquellos siendo abusados por sus parejas. Cuando compartimos como nos gusta nuestro cuidado, le enseñamos a nuestras comunidades como ayudarnos sin lastimarnos. Estamos aumentando las prácticas de cuidado comunitario que ya existen. Estamos cambiando los sistemas existentes, es importante que nosotros — junto a nuestras comunidades — sepamos cómo nos gusta nuestro cuidado (antes, durante y después de las crisis).

Gracias por unirte a nosotros para este evento por y para sobrevivientes de abuso de pareja LGBTQ+ para explorar el cuidado que necesitan.

Sinceramente,

Mary Kuan  
Asociado de Liderazgo de Sobrevivientes



## Our Mission • Nuestra Mision

The Network/La Red is a survivor-led, social justice organization that works to end partner abuse in lesbian, gay, bisexual, transgender, SM, polyamorous, and queer communities. Rooted in anti-oppression principles, our work aims to create a world where all people are free from oppression. We strengthen our communities through organizing, education, and the provision of support services.

The Network/La Red es una organización de justicia social, dirigida por sobrevivientes, que trabaja para acabar con el abuso de pareja en las comunidades lesbianas, gay, bisexuales, transgénero, BDSM, polyamorosas, y cuir. Arraigado en principios antiopresivos, nuestro trabajo tiene como objetivo crear un mundo donde todas las personas son libres de la opresión. Fortalecemos a nuestras comunidades por organizar, educar, y proveer servicios de apoyo.

the **Network** **la Red**

**WE ARE HIRING !**

- COMMUNICATIONS ASSOCIATE
- ADVOCATE

Email your resume and cover letter to [hiring@tnlr.org](mailto:hiring@tnlr.org)

# Wild Tongues • Lenguas Indomables

## emcees • anfitriones

Mary Kuan & Carleen Jeffers

## artists • artistes

Mariassunta  
Desiree Bumanglag  
Lou Tandon  
Maddie Yazel

## special thanks • gracias especiales

Charly Robles  
Kenny Montalvan  
Cristina Dones  
Kai Lee  
Chris Barcelos  
Jessie Lowell  
Patrick McGuire  
Miriam Priven  
Wepa! Translations  
Raymi Huerta  
Miles Boucher

the **Network la Red**

**¡ESTAMOS  
¡CONTRATANDO!**

- ASOCIADE DE COMUNICACIONES
- DEFENSORE



Envía un resumé y una carta de  
presentación a [hiring@tnlr.org](mailto:hiring@tnlr.org)

## Artists

MARIASSUNTA



Mariassunta is the solo music project of Kay Belardinelli, interdisciplinary artist and frontperson of the experimental doom band Mar. Her work explores catharsis, radical honesty, and ritual healing as a means of transforming pain into power. Kay lives in Providence, Rhode Island with her dog, surrounded by plants.

How she likes her care:

“I like my care warm, honest, and present. I like my care steady, rhythmic, and slow.

Sometimes I feel strong. Sometimes I just collapse.

I like my contact mindful, loving, and firm. I try to be careful but not too careful.

I am my own girlfriend. I share love with myself, and I take care of me.”

You can support and find Kay here:

- Website: [mariassunta.net](http://mariassunta.net)
- Bandcamp: [mariassunta.bandcamp.com](http://mariassunta.bandcamp.com)
- Email: [k@kangabell.com](mailto:k@kangabell.com)

## Artistes

MARIASSUNTA



Mariassunta es el proyecto de música como solista de Kay Beladinelli, artista interdisciplinaria y líder de la banda experimental de doom, Mar. Su trabajo explora la catarsis, la honestidad radical y la sanación ritualista como medios para transformar el dolor en poder. Kay vive en Providence, Rhode Island con su perro, rodeada de plantas.

Así es como le gusta su cuidado:

“Mi cuidado me gusta cálido, honesto y presente. Mi cuidado me gusta estable, rítmico y lento.

A veces me siento fuerte. A veces simplemente colapso.

Me gusta mi contacto a conciencia, amoroso y firme.  
Trato de ser cuidadosa, pero no demasiado.

Soy mi propia novia. Comparto mi amor conmigo misma y me cuido a mí.”

Puedes apoyar y encontrar a Kay aquí:

- Website: [mariassunta.net](http://mariassunta.net)
- Bandcamp: [mariassunta.bandcamp.com](http://mariassunta.bandcamp.com)
- Email: [k@kangabell.com](mailto:k@kangabell.com)

## Artists

DESIREE BUMANGLAG



Desiree (she/her/they/them) is a proud queer, Asian-American survivor. She holds a BS in Chemistry from the University of Connecticut and currently works as a data analyst. She is also part of the IEEE Special Interest Group on Humanitarian Technology with a passion for exploring ways in which technology and engineering can solve problems in areas of health equity and sustainability, disaster response, and the refugee crisis. In her spare time, she enjoys writing poetry, hiking, and playing the piano. As a poet, her work explores mental health, nature, sexuality, and philosophy drawing inspiration from Sylvia Plath, Cath Simard, and Coeur de Pirate.

How Desiree likes their care:

- Not providing unsolicited advice
- Avoid asking ‘why’ questions
- Just listening
- Joining a women’s trauma support group
- Finding community and coming out of isolation
- Just stopping and smelling the flowers

You can support and find Desiree by emailing them at [desiree.r.bumanglag@gmail.com](mailto:desiree.r.bumanglag@gmail.com)!

## Artistes

### DESIREE BUMANGLAG



Desiree (ella/elle) es una sobreviviente asiática-americane queer orgulloso. Tiene un BS en Química de la Universidad de Connecticut y actualmente trabaja como analista de datos. También es parte del Grupo de Interés Especial sobre Tecnología Humanitaria de IEEE con una pasión por explorar maneras en las que la tecnología y la ingeniería pueden solucionar problemas en áreas de equidad de salud y sustentabilidad, respuesta al desastre y la crisis de refugiados. En su tiempo libre, disfruta escribir poesía, hacer caminatas y tocar piano. Como poeta, su trabajo explora la salud mental, la naturaleza, la sexualidad y la filosofía tomando inspiración de Sylvia Plath, Cath Simard y Coeur de Pirate.

Como a Desiree le gusta su cuidado:

- No proveyendo consejos no solicitados
- Evitando preguntar “por qué”
- Solo escuchando
- Uniéndose a un grupo de apoyo de trauma para mujeres
- Encontrando comunidad y saliendo del aislamiento
- Simplemente deteniéndose y oliendo las flores

Puedes apoyar y encontrar a Desiree enviándole un correo electrónico a [desiree.r.bumanglag@gmail.com](mailto:desiree.r.bumanglag@gmail.com)!

## Artists

L O U T A N D O N



Lou Tandon (they/them) is a painter and composer/producer from Pittsburgh, PA. They make figurative paintings and drawings and write alternative music with the bass and their computer. Inspired by somatics, their work seeks to reflect the ways that different life experiences layer, exist with the mind/body and shift our present. Lou's work stems from a deep interest in color (musical and visual) and from questioning how perception, gender and systems confront the physical and inner self.

How Lou likes their care:

- Reaching out with love, listening, cracking each other up, holding each other
- Sharing time, sharing energy, sharing love — mutually
- Full trust, taking turns, communicating
- Allowing and encouraging our real selves to come out
- Catching spots the other can't see, honesty, kindness
- Hearts beating next to each other, weaving together shared energy
- Love

You can support and find more of Lou's work here:

Instagram: [@loutandon](#) (personal) [@tofanamusic](#) (their band)

Website: [loutandon.com](#)

Venmo: [@rachel-tandon](#)

## Artistes

L O U T A N D O N



Lou Tandon (elle) es una pintora y compositora/productora de Pittsburgh, PA. Hace pinturas y dibujos figurativos y escribe música alternativa con el bajo y su computadora. Inspirada por la somática, su trabajo busca reflejar las maneras en que diferentes experiencias vividas se estratifican, existen con la mente/el cuerpo y cambian nuestro presente. La obra de Lou surge de un interés profundo en el color (musical y visual) y de cuestionar cómo la percepción, el género y los sistemas se enfrentan al ser físico e interior.

Como a Lou le gusta su cuidado:

- Alcanzando con amor, escuchando, haciéndose reir, apoyándose uno a otro
- Compartiendo tiempo, compartiendo energía, compartiendo amor — mutuamente
- Confianza plena, tomando turnos, comunicándose
- Permitiendo y motivando a nuestros seres reales a salir a flote
- Capturando puntos que le otro no puede ver, honestidad, gentileza
- Corazones latiendo uno al lado del otro, tejiéndose juntos en energía compartida
- Amor

Puedes apoyar y encontrar más de la obra de Lou aquí:

Instagram: [@loutandon](#) (personal) [@tofanamusic](#) (su banda)

Página web: [loutandon.com](#)

Venmo: [@rachel-tandon](#)

## Artists

MADDIE YAZEL



"Hiya! I'm Maddie Yazel (they/them) and I am a queer Jewish creative from the Boston area. I just graduated with my BFA in Theatre Design & Technology with a focus in costumes from Emerson College. In the costume world, I specialize in dyeing fabric and making costume magic. Despite focusing on the technical side of things for my degree, I have always had a love for performing and moving my body. Creating has always been cathartic and healing for me and I am grateful to be able to explore and expand into different mediums."

How Maddie likes their care:

- Communication and consistency, full stop.
- Basking in the sunshine with loved ones.
- Keeping me company, even if we are quiet together.
- Quality time with quality people.
- My cat purring next to me in bed.

You can support and find more of Maddie's work here:

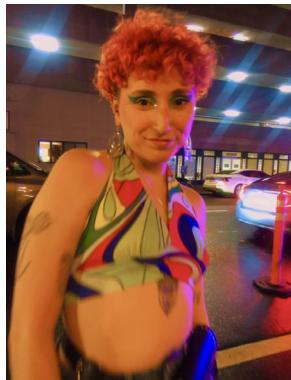
Website: [maddieyazel.com](http://maddieyazel.com)

Venmo: [@maddie-yazel](https://venmo.com/@maddie-yazel)

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

## Artistes

MADDIE YAZEL



“¡Hola! Soy Maddie Yazel (elle) y soy une creative judíe queer del área de Boston. Me acabo de graduar del Colegio Emerson con un BFA en Diseño y Tecnología Teatral con un enfoque en vestuario. En el mundo del vestuario, me especializo en teñir telas y hacer vestuarios mágicos. Aunque me enfoqué en el aspecto técnico de las cosas para mi grado, siempre me ha encantado actuar y mover mi cuerpo. Crear siempre ha sido catártico y sanador para mí y estoy agradecida de poder explorar y expandir en diferentes medios.”

Como a Maddie le gusta su cuidado:

- Comunicación y consistencia, de lleno.
- Disfrutando del sol con seres queridos.
- Haciéndome compañía, aunque estemos callados juntos.
- Tiempo de calidad con personas de calidad.
- Mi gato ronroneando a mi lado en la cama.

Puedes apoyar y encontrar más de la obra de Maddie aquí:

Página web: [maddieyazel.com](http://maddieyazel.com)

Venmo: [@maddie-yazel](https://venmo.com/@maddie-yazel)

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

# Our Services

for survivors of partner abuse in LGBTQ+, BDSM,  
and Polyamorous communities



## Hotline: 800-832-1901

Provides emotional support, information, and safety planning.



## Housing Pathways Program

Offers a safe home for survivors and their families.



## Phone-Based Support Groups

A secure space where survivors can be their whole selves.



## Individual Support

Assistance with accessing medical, legal, housing, or other social services, and much more.



## Survivor Leadership Series

Training space for survivors to lead conversations in their communities about partner abuse and its connection to oppression.



## SURVIVOR LEADERSHIP SERIES

summer/fall 2022

via Zoom

**APPLY AT [TNLR.ORG](http://TNLR.ORG)**

ASL & Spanish interpretation available

Our services are free and confidential.

Visit [tnlr.org](http://tnlr.org) for more information.

# Nuestros Servicios

para sobrevivientes de abuso de pareja de comunidades  
LGBTQ+, BDSM y Poliamorosas



## Línea de crisis de 24 horas: 800-832-1901

Proporciona apoyo emocional, información y planificaciones de seguridad.



## El programa de caminos a vivienda

Ofrece un lugar seguro para sobrevivientes y sus familias.



## Grupos de apoyo

Un espacio más seguro donde sobrevivientes pueden mostrarse como seres enteros.



## Apoyo individual

Asistencia para obtener servicios médicos, legales, de vivienda u de otro tipo, y mucho más.



## Serie de liderazgo para sobrevivientes

Espacio de capacitación para que les sobrevivientes lideren conversaciones en sus comunidades sobre el abuso de pareja y su conexión con la opresión.



## SERIE DE LIDERAZGO PARA SOBREVIVIENTES

verano/otoño 2022

por Zoom

**APLICAR EN TNLR.ORG**

Interpretación de ASL y español disponible

Nuestros servicios son gratuitos y confidenciales.

Visite [tnlr.org](http://tnlr.org) para más información.

# Support Our Work

As a donor, you can fund our hotline, help cover the cost of housing for someone fleeing their abusive partner, continue our support group, provide community education, and expand our programming. You can contribute:



## Online

Make a one-time donation or become a weekly, monthly, or yearly sustainer at [tinyurl.com/SupportTNLR](https://tinyurl.com/SupportTNLR)



## By Check

Send a check or money order to The Network/La Red, PO Box 6011 Boston, MA 02114 with the memo, "TNLR Donation."



## At Buffalo Exchange

Donate to TNLR just by shopping at Buffalo Exchange in Somerville through June 2022. Instead of a plastic bag, the Tokens for Bags® program offers every customer who makes a purchase one “token” valued at five cents (the cost to produce a bag) to donate to one of several local charities selected by the store.

The graphic features a woman with dark hair sitting at a desk, looking at a computer screen. She is wearing a black top and a necklace. To her right is a large orange circle containing a grid of small icons representing various organizational tasks like event planning and policy implementation. Above the woman is the text "Join Our BOARD". Below the woman is a call-to-action button labeled "APPLY NOW". At the bottom left is a search bar with the website address "www.tnlr.org". At the top right is a small orange box containing the text "THE NETWORK/LA RED".

There are several ways to support our work. For more information, please visit [tnlr.org/en/donate/](https://tnlr.org/en/donate/)

# Apoye Nuestre Trabajo

Como donante, puede ayudar a proporcionar fondos para la línea de crisis, para el costo del alojamiento en una casa segura para alguien huyendo de su pareja abusiva, para el grupo de apoyo, para proporcionar educación comunitaria y ampliar nuestrxs programas. Usted puede contribuir:



## En Línea

Haz un donativo individuo o puedes hacerte sostenedore semanal, mensual o anual en [tinyurl.com/SupportTNLR](http://tinyurl.com/SupportTNLR)



## Por Cheque

Enviar un cheque/giro postal a: The Network/La Red, PO Box 6011 Boston, MA 02114 con el memo, "Donación TNLR."



## En Buffalo Exchange

Donar a TNLR simplemente comprando en Buffalo Exchange en Somerville hasta junio de 2022. En lugar de una bolsa de plástico, el programa Tokens for Bags® ofrece a cada cliente que hace una compra una "ficha" valorada en cinco centavos (el costo de producir una bolsa) para donar a una de varias organizaciones benéficas locales seleccionadas por la tienda.

THE NETWORK/LA RED

Únase a nuestra  
**JUNTA  
DIRECTIVA**

APoya NUESTRE CRECIMIENTO

**GANÁ EXPERIENCIA EN:**

- ✓ Organización comunitaria
- ✓ Planificación de eventos
- ✓ Implementación de políticas
- ✓ Recaudación de fondos de base
- ✓ Planes estratégicos

**APLICA YA**

www.tnlr.org

A graphic showing a woman with dark hair sitting at a desk, looking at a computer screen. Behind her is a large orange circle containing icons related to organization and administration.

Hay varias formas de apoyar nuestro trabajo.  
Para más información, por favor visite [tnlr.org/es/dona/](http://tnlr.org/es/dona/)



# Pride Month **VIRTUAL SILENT AUCTION**

**PLANNING IN PROCESS  
CALL FOR ITEMS**

Are you an artist with a craft you'd like to share? Or small business owner hoping to support LGBTQ+ communities?

Do you have a favorite lunch spot or manicurist you want us to contact? Or know a friend who can teach a skill?

Visit [tinyurl.com/Items4TNLR](https://tinyurl.com/Items4TNLR)  
to donate items.

June 1 - June 24 2022

AUCTION ITEMS FROM:  
MASS MOCA  
TRIDENT BOOKSELLERS & CAFE  
CRASHPAD  
SAID AND DONE TATTOO  
PORTER SQUARE BOOKS  
BOOMERANGS  
DOWN UNDER SCHOOL OF YOGA

AND MORE!

**theNetwork laRed**

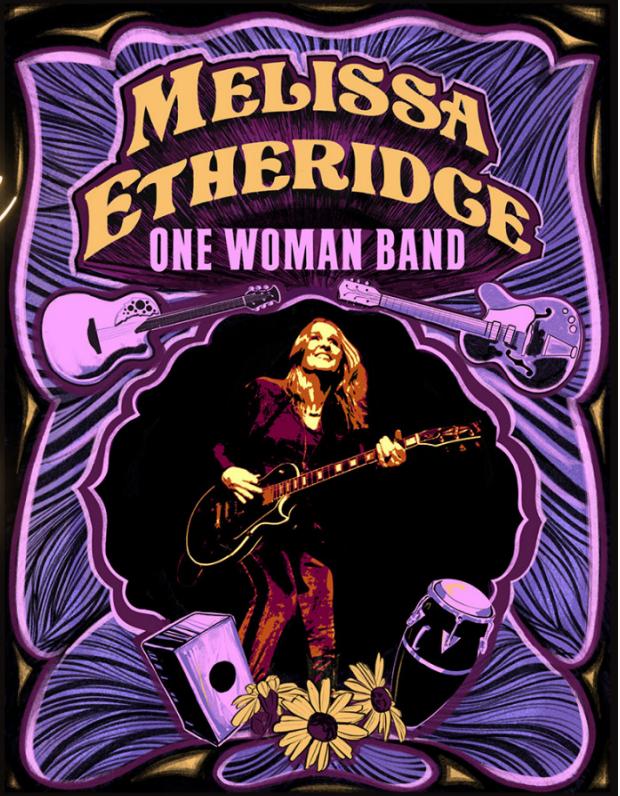
check out what we've got so far at [tinyurl.com/Bid4TNLR](https://tinyurl.com/Bid4TNLR)

JUNE SILENT AUCTION  
*teaser*

BID NOW!

BIDDING ENDS MAY 26  
<https://tinyurl.com/4xmu6sn7>

theNetwork la Red



BOSTON JUNE 5, 6, 8 & 9

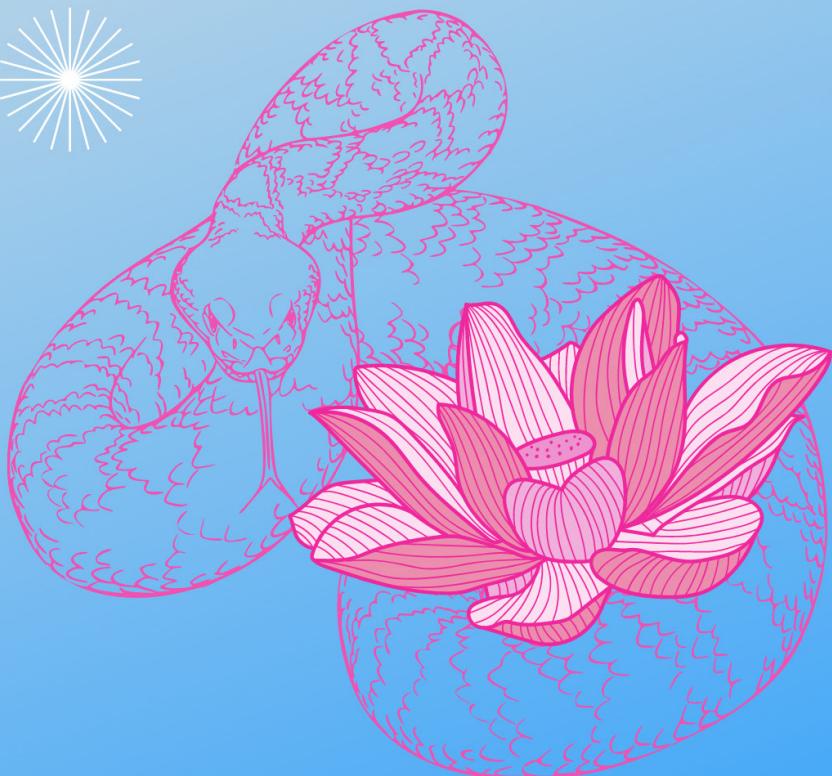
CITY WINERY

# LENGUAS INDOMABLES

COMO ME GUSTA MI CUIDADO

el 19 de mayo de 2022

7:00 - 9:00 PM EST



un evento virtual por zoom hecho por  
sobrevivientes para sobrevivientes sobre el  
cuidado que necesitamos

the **Network la Red**