

# EL MIGRANTE

Noticias que se pueden usar

No.34: 20 de Octubre de 2020



## Noticias

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que el 10% de la población en todos los países han sido infectadas por Covid-19. <https://bit.ly/34Hg3ub>

Menos del 10 por ciento de las solicitudes de refugio en **México** son por motivos económicos o personales para huir de sus lugares de origen. Según la comisión Mexicana de Ayuda a Refugiados (Comar), la mayoría de las causas se relacionan con amenazas de pandillas, violencia y persecución. <https://bit.ly/37mXu13>

La Comisión Nacional de los Derechos Humanos (CNDH) denunció el riesgo de contagios de Covid-19 por la falta de medidas sanitarias del Instituto Nacional de Migración (INM) en centros de detención de Chiapas <https://bit.ly/2HF5mRd>

La empresa mexicana de electrodomésticos Mabe se ha convertido en un empleador de refugiados, según la Agencia de la ONU para los Refugiados (ACNUR). <https://bit.ly/37v50XW>

La Casa del Migrante Saltillo, un albergue para personas migrantes en el norte de México, se prepara para reabrir sus puertas en las próximas semanas tras el cierre durante la emergencia por Covid-19. <https://bit.ly/3jD2a5G>

En Veracruz fueron detenidos 221 migrantes indocumentados en diferentes operativos de la Secretaría de Seguridad Pública (SSP) y del INM. La autoridad dijo que el flujo de migrantes se normalizó luego de una disminución debido a la pandemia <https://bit.ly/3osYPJZ>

**Estados Unidos** extiende nuevamente las restricciones al tránsito terrestre no esencial en su frontera con México hasta al menos el 21 de noviembre. Esto incluye procesos de asilo <https://bit.ly/34cvven>

El departamento de Justicia asegura que 80 miembros de pandillas llegaron a la frontera de México y Estados Unidos con las caravanas migrantes del 2019, con la intención de hacerse pasar por solicitantes de asilo. <https://bit.ly/3e13NZK>

El muro fronterizo, la migración y la lucha contra el crimen organizado son los temas que estarían en la agenda con México si el presidente estadounidense Donald Trump gana la reelección, indican expertos. <https://bit.ly/2HC95Po>

Compra de viviendas y visado a trabajadores temporales entre las políticas por las que latinos apoyan reelección del presidente Donald Trump <https://bit.ly/3nOdRtg>

Si quieres recibir información y noticias vía WhatsApp, envíanos un texto/nota de voz al 664-853-5904; o vía email, a: [mx-elmigrante@internews.org](mailto:mx-elmigrante@internews.org)

**Salvadoreños** residentes en Estados Unidos alertan que misión diplomática haya pactado un acuerdo de retornos con administración de Trump. <https://bit.ly/2SwpXCM>

Luego de siete meses de restricciones por la pandemia COVID-19, **Honduras** abre fronteras con El Salvador, Guatemala y Nicaragua. <https://bit.ly/3jb2KqL>

Mandos militares de Estados Unidos arribaron a Ciudad de **Guatemala** para reunirse con sus homónimos de este país centroamericano, y replantear la estrategia de seguridad en la frontera de Centroamérica con los países de Norteamérica. <https://bit.ly/31Nibjb>

Organización de los Estados Americanos alerta de persistentes violaciones hacia los derechos humanos en **Nicaragua** por parte del gobierno. <https://bit.ly/3lUUeyo>

Mujeres **nicaragüenses** forman agencia de viajes luego de perder sus empleos por la pandemia del Covid-19. <https://bit.ly/2GL7rKN>

El 79% de pacientes infectados por el Covid-19 en **Haití** se han recuperado. Esto representa un total de 6 mil 992. <https://bit.ly/3nAuyZp>

Tras siete meses de suspensión, la aerolínea haitiana Sunrise Airways anunció que reanudará a partir del 1 de noviembre sus vuelos comerciales con Cuba aunque está sujeto a la autorización del gobierno de la isla. <https://bit.ly/37E6H5o>

Ministerio de Relaciones Exteriores de **Cuba** extiende prórrogas de estancia a nacionales y residentes que se encuentran en el exterior. <https://bit.ly/2IBW9Jp>

25 grupos armados de la República **Democrática del Congo** expresan disposición a entregar las armas en el este del país. <https://bit.ly/3jWzJR1>

Según la ACNUR, 50 mil desplazados **congoleños** han tenido que huir de grupos armados durante este verano. <https://bit.ly/3lzh3XK>

## TEMA DE LA SEMANA

### Promueven arte y recreación en adultos para fortalecer salud mental en pandemia



- ❖ Actividades lúdicas dan espacios para relajarse y expresión y fortalecen autoestima: psicóloga
- ❖ La organización Families Belong Together imparte talleres en albergues y en su centro comunitario en Tijuana

*Las actividades artísticas o culturales son muy comunes para los niños en los albergues que acogen a personas migrantes, pero Estefanía Coronado de Families Belong Together (FMT) México considera que tienen muchas posibilidades terapéuticas también para los adultos.*

*Como coordinadora de Proyectos Culturales de dicha organización para migrantes en Tijuana, la psicóloga encabeza un grupo de personal y voluntarios que imparten talleres tanto en los albergues como en el Centro 32, ubicado en la colonia Revolución. Estos talleres consisten de actividades muy sencillas, pero que tienen un impacto significativo en la condición emocional y mental de los migrantes, un sector de la población especialmente afectado por situaciones relativas a la pandemia, su situación legal en México, traumas de situaciones dolorosas, separación de familias, entre otros. Los talleres ayudan a los asistentes a expresarse de maneras lúdicas y artísticas; a canalizar a quienes tienen este tipo de habilidades o intereses, y a los primerizos, a conocerse a sí mismos desde otras experiencias.*

“Desde el julio pasado, tenemos una serie de talleres que llevamos a los albergues o impartimos en nuestras oficinas, como dibujo, cerámica, computación, inglés, encuadernados, entre otros. Lo que buscamos con ellos es acercar a las personas migrantes actividades que sean recreativas, que brinden un espacio de relajamiento durante el día. Hemos notado que algunas de ellos tienen ciertas habilidades e intentamos acercar actividades que ayudan a potenciarlas. Por ejemplo, tenemos un taller de escritura que se llama Palabras Amigas, que se trabaja con una colectiva feminista, llamada Plumas Sororas, en el que con técnicas narrativas y técnicas arteterapéuticas grupos de mujeres escriben historias; en algunas talleres hemos detectado mujeres que escriben poesía o les gusta llevar un diario. Estas actividades son muy lindas porque potencian esas habilidades de ellas y les brinda un espacio para poder desarrollar más esta habilidad. Al final de este taller creamos un fanzine (una revista).

**¿Cómo fueron surgiendo estos programas? ¿A qué necesidad que ustedes identificaron responden?**

Responde a esta falta de actividades y de espacios para personas adultas. Hay muchas que son para menores y la población adulta también a veces requiere este tipo de atención, actividades lúdicas que puedan ayudarlo. Y justo en este momento de pandemia, se busca crear esos espacios porque algunas personas se quedaron sin empleo y las situaciones como el confinamiento no nos permiten salir. Entonces se crean estos espacios dentro del albergue y buscamos llenarlos con esas actividades o mostrarles cuáles actividades ellos pueden realizar. Incluso, las personas mismas con que a veces solamente les llevamos hojas y colores y tijeras y goma, se abre una puerta para expresar los materiales que puedan comenzar a crear, en ratos libres, con sus hijos, con sus hijas o ellos y ellas solos.

**¿Qué ventajas representan todas estas actividades para la salud mental de las personas? Sobre todo como lo mencionas en este tiempo de pandemia.**

Brindan este espacio de relajamiento, liberan un poco el estrés o la ansiedad de tus sentimientos y emociones que nos trae el confinamiento, la incertidumbre. Buscamos un canal de desahogo, un poco de esa manera intentamos que funcionan las actividades que llevamos.

**¿Qué casos ha notado que destacan de personas entre sus clases que tú recuerdas?**

Podemos observar por ejemplo que hay personas que ya tienen habilidades y que esta situación de confinamiento les ha dado el espacio con actividades como para sentirse un poco más libres, y expresarlo. Podemos ver que a veces es difícil, incluso aunque estemos nosotros en el espacio físico, que las personas quieran acercarse. y es ahí donde entra nuestro trabajo de seguir yendo hasta hacer incidencia. Es complicado porque puede pensarse que se tiene todo el tiempo libre, sin embargo, hay situaciones que atraviesa en la mente que no permiten que que la persona se concentre o que pueda permitirse tener un espacio que le ayuda a relajarse. Como estrés, ansiedad, depresión, esa parte de no querer salir o hablar, podrían ser algunos indicadores.

Entonces justamente brindar de espacios donde no tienes que ir y hablar, sino simplemente vas y creas, recortaras, dibujas y en algún momento ya como que surge o comenzamos a tejer esa conversación, esas redes o círculos de apoyo en las mismas actividades, que vamos brindando, que también es una finalidad, que entre ellas y ellos puedan reconocerse, crear vínculos con otras personas que están en el albergue y también con las que no estamos dentro de los albergues.

**¿Qué tal han respondido?**

Es variado. Depende mucho de la expresiones emocionales que podamos encontrar en los espacios, pero en general es grata la vista de nosotros. Cuando nos ven llegar, han sido bastante cálidas las personas, han sido bastante amables y abiertos a participar. A veces este algunas actividades se quedan como que son para niños y niñas y no quieren acercarse a hacer esas actividades. Por ejemplos los barcos. Les genera un shock. O dicen Leer cuentos es para niños. Entonces, también vamos haciendo que sus actividades sean más comunes para ellos y ellas. Algunos nos dicen Me siento como cuando estuviera en preescolar o en la primaria. También traer a sus mentes esas memorias lindas o agradables que tiene, también es

# VACUNACIÓN

DURANTE LA PANDEMIA DE LA COVID-19

## 10 CONSEJOS PARA LOS PADRES

LA VACUNACIÓN ES ESENCIAL



- 1.** Vacunar a tu recién nacido y a tu niño/niña con las vacunas de rutina es seguro durante la pandemia de la COVID-19.
- 2.** Asegúrate que tu niño/niña esté al día con sus vacunas: revisa su carnet de vacunación o contacta al servicio de salud que lo atiende regularmente y pregunta si le falta alguna dosis.
- 3.** Si le falta alguna vacuna a tu niño/niña, pregúntale al personal de salud que lo atiende regularmente cómo obtenerlas.
- 4.** Solo una persona debe acompañar a tu niño/niña al centro de salud para sus vacunas. Protégete y protege a los demás usando cubrebocas/mascarilla.
- 5.** Si tú o tu niño/niña no se sienten bien antes de ser vacunados, notifica al servicio de salud antes de ir. El personal decidirá si deberás reprogramar tu visita.
- 6.** Si tú o tu niño/niña han dado positivo a la COVID-19 espera para vacunar(a). Tu proveedor de salud te dejará saber cuándo pueden regresar por la vacuna.
- 7.** La vacunación no disminuirá tus defensas o las de tu niño/niña.
- 8.** Los servicios de salud han tomado todas las precauciones para protegerte y están esperando por ti y tu familia.
- 9.** Tu familia tiene derecho a la protección ofrecida por las vacunas.
- 10.** La pandemia de la COVID-19 nos recuerda lo valiosas que son las vacunas. Aprovecha las que ya tenemos para proteger a tu familia.





### #VACUNATE



Organización  
Panamericana  
de la Salud



Organización  
Mundial de la Salud

Conócelo. Prepárate. Actúa.

www.paho.org/coronavirus

**BOLSA DE RECURSOS GRATUITOS**



Si saliste de tu país y no puedes volver porque tu vida, seguridad o libertad estaría en peligro, contacta a la Agencia de la ONU para los Refugiados (ACNUR).

Número gratuito: 800 226 8769  
 Correo: mexme@unhcr.org  
 WhatsApp: 55 20462974



En el Facebook de El Jaguar encontrarás consejos para tu camino, datos de organizaciones que pueden apoyarte, orientación e información sobre trámites y servicios. Búscalo en Facebook @ConfiaEnElJaguar



TEL. CDMX 555209-8800 Ext. 30208, 30226 y 30154



TEL. GRATUITO EN MX 800 00 46264

**TAPACHULA**

Centro de Derechos Humanos para Migrantes Fray Matías de Córdoba  
 Asesoría jurídica urgente: 962 232 36 17  
 Atención emocional: 962 136 30 44  
 Orientación para regulación migratoria (INM): 962 139 24 46  
 Asesoría/personas en estación migratoria (Siglo XXI): 962 139 24 46

Servicio Jesuita de Refugiados.  
 Tel. 962 625 6961

Si tienes miedo, tristeza, preocupaciones, problemas para dormir, pesadillas, entre otros, puedes llamar y recibir atención psicológica CONFIDENCIAL que te ayudará a sentir mejor durante tu camino. Llámanos GRATUITAMENTE al:



lunes a viernes de 8:00 a 17:00  
 (Tiempo del centro de México)



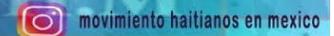
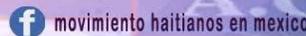
**ASOCIACION CIVIL MOVIMIENTO HAITIANOS EN MEXICO**

**(A.C.M.H.M)**

**LISTA DEL SERVICIO OFRECEMOS.**

- PASAPORTE
- LEGALISACION DE DOCUMENTO
- ACTA DE NACIMIENTO
- EXTRAIT DES ARCHIVES
- ACTE DE MARIAGE ETC.
- SINDICATO DE TRABAJO
- TRADUCCION
- CITAS
- ACTE DE CELIBATAIRE

AV.ZUAZUA #433 ,ZONA CENTRO BC  
 E-MAIL .acmhn2020@gmail.com  
 686-253-08-00/962123-69-75/ 686-584-19-68



**Tijuana**

**Clínica comunitaria Justicia en Salud**

De Refugee Health Alliance (RHA)

Ubicación:  
 Zona Centro, Tijuana

Horario: Por cita, vía telefónica  
 Teléfono: 664 617 6504

Atienden emergencias y a mujeres en labor de parto; orientación sobre COVID-19 solo vía llamada o videollamada

**Al otro lado**

Asesoría legal solicitantes de asilo en Estados Unidos

Nueva ubicación:  
 Cristóbal Colón y Avenida H, Zona Centro, (Edificio verde y anaranjado)

El servicio se da vía llamada o mensaje de Whatsapp, lunes a viernes, de 9:00am a 5:00 pm

Para abrir su proceso por primera vez:  
 +52 1 (664) 732 0303  
 Para personas con corte o cita para ver al juez +52 1 (664) 1946209

**Comedores Gratuitos**

◆ Desayunador Padre Chava

Calle Ocampo, al lado de Smart & Final  
 Zona Centro, Tijuana  
 Horario: de 8am a 11am

◆ Enclave Caracol

Entre avenida Revolución y calle Madero, Tijuana  
 Casi frente al Museo de Cera  
 Horario: Entre 1 y 3pm

muy grato escucharlas, que pueden viajar en el tiempo y esa emoción les queda durante el día. Que puedan decir hice algo lindo, me recordó al momento que yo pasaba que era agradables, tal vez. Aunque hay actividades que mezclamos, niños y adultos, porque son actividades de juego, que son divertidas, también es necesario que los adultos tengan su propio espacio, donde no tenga que pensar en que tengo que estar cuidando a mis hijos. Estos 5, 10 o 15 minutos que puedan dedicarse a ellos y a ellas mismas, son sus momentos de recreo durante el día.

En el albergue Ágape, está la señora Teo, ella escribe poemas. Cuando le mencionamos este programa de Palabras Amigas, le encantó porque además le gustaría que sus hijas desarrollaran ese gusto por escribir. Entonces en una sesión hicimos una actividad de un cuento con una de sus hijas y estaba súper emocionada de ver que su hija había creado un cuento. Ella es uno de esos casos que evidencian los beneficios de este tipo de actividades junto con otras de apoyo psicológico. Tiene más seguridad al expresarse, puede platicar un poco más, ya tiene estas habilidades para relacionarse, para poder defenderse, que también que son importantes.

Sucede que en alguna que otra actividad por los temas que son relativas a las experiencias de las personas se remueven alguna experiencia pasada y somos bastante cuidadosos con estas situaciones. Al ser psicóloga, tenemos también esta cobertura en estas actividades, por eso intentamos brindar la atención que la persona necesite. Nuestra intención siempre es dejar una incidencia positiva, y dejar las cosas, así como estaban, sumarle a las personas y no restar. Nunca dejarles en un estado emocional afectado o afligido.



**Interesados deben contactar vía e-mail a la OIM, a las direcciones [iommexicoretornos@iom.int](mailto:iommexicoretornos@iom.int) y [agilbert@iom.int](mailto:agilbert@iom.int), o al teléfono en CDMX 55 1910 5599.**

### **¿Qué deberían saber otras organizaciones sobre la experiencia de este programa de FMT como para que puedan replicarlo?**

Creo que buscar o darles una oportunidad a las personas que tienen una habilidad, aunque no hayan dado clases anteriormente, simplemente abrir el espacio para construir conocimiento creo que ya eso es clave. Acá lo hacemos con materiales que son sencillos: cartón, hojas recicladas, tijeras. A veces, con muy poco podemos cómo comenzará a crear. Pero no solamente dar el material, si no crear el espacio para que las personas se reúnen de manera diferente. Nos reunimos a comer o nos reunimos como fuera a tomar el fresco, pero sentarnos a construir o compartir experiencias, crear más experiencias y conocimientos más ricos entre las y los migrantes.

En los albergues, usamos los espacios que nos ofrecen o están libres las personas porque tienen actividades de limpieza y demás. En el Centro es con el tiempo que el voluntario o la voluntaria que nos brinda su tiempo. Generalmente son grupos por la mañana y otro en la tarde. Todas las actividades son gratuitas.

El plan de duración de programa estaba pensando de julio a septiembre, pero estamos queriendo extenderlos según la disposición de los voluntarios y recursos que pone la organización. Espero que pueda sumar que incluso más voluntarios y voluntarias para poder ofrecer otras actividades, incluso de manera remota y poder extender el proyecto o brindar otras clases.

### **¿Cuál sería el impacto que les gustaría que dejara este proyecto en la población migrante de Tijuana?**

Lo que queremos construir es esta red de aprendizaje seguro, donde quienes participen puedan desarrollarse y aprender y también conocerse entre ellos. Y que al final de la clase o el proyecto, sepan que puedan regresar acá y si necesitan algo y podemos apoyarles, estamos también para eso. Que se forme una red de personas que empiecen a mover cosas en sus casas o comunidades y hacer que las otras personas se movilicen, también es importante y puede ser algo muy beneficioso para todos". ♦

SI TE INTERESAN ESTE TIPO DE ACTIVIDADES, ACUDE AL CENTRO 32, EN AVE. RÍO TIJUANA # 1106, COL. REVOLUCIÓN. VISITA SU FACEBOOK CENTRO 32 FBT MÉXICO. O MARCA AL TEL 664 686 5925. SI VIVES EN OTRA CIUDAD, COMUNÍCATE CON EL MIGRANTE PARA CONTACTARTE CON ORGANIZACIONES LOCALES QUE REALICEN ACTIVIDADES SIMILARES.

Los cambios de ánimo que notamos son positivos. Por ejemplo, tenemos clases inglés, en un albergue que se llama Pro Amore. Entonces, cuando somos adultos estamos iniciando a aprender inglés, nos da un poco de pena hablarlo. Después de varias sesiones, vemos que los participantes empiezan a bromear entre ellas o a atreverse a decir las palabras en inglés, y ya no sienten esa pena de hablarlo. Eso nos habla de que han logrado sentirse seguros, de que sus habilidades se han desarrollado. Se vuelven personas seguras, pueden expresarse de manera más cómoda, más abierta porque esto les brinda esta autoestima, al sentir que están intentando algo que les era complicado, le están echando ganas, lo están haciendo bien. Entonces les permite continuar desarrollando otras cosas que a la mejor creían que no podían o que no tenían la habilidad. Es algo que también es super bueno.

### **¿Cómo ha sido este cambio de hacerlo en los albergues a hacerlo aquí? ¿Qué medidas han tomado con respecto a la situación de salud?**

Es un reto, pero continuamos haciendo actividades por medio de internet por la plataforma de Zoom en la vía remota. En algunos espacios, solo vamos entregamos materiales y clave para conectarse a Zoom, y ellos se conectan en el albergue. En espacios donde no tienen computadora o internet, entonces voy yo, los conecto y los monitoreo. Seguimos las medidas necesarias como el distanciamiento, el cubrebocas, el uso de gel y careta. Es un reto porque es nuevo para todas y todos. Durante las actividades soy yo la que mantiene la distancia con ellos, porque ellos conviven diariamente de manera normal. A través de Zoom también es una experiencia novedosa porque ven a una maestra o maestro a través de la pantalla, se conecta incluso desde otras ciudades para dar las clases. De esa manera conocen estas nuevas formas y aprenden una actividad nueva. Las actividades que realizamos en el Centro 32, intentamos que sean máximo 4 personas para poder cuidar las medidas.

## PERFIL DEL MIGRANTE

### Retornado encontró gusto y habilidad para enseñar inglés a otros migrantes



- ❖ Julio César Venegas tengo 52 años de Nayarit.
- ❖ Estuvo en la cárcel por años; y tomó ese aprovechó para ocuparse y encontró una vocación enseñando el idioma que pudo abrirle puertas en EEUU

Yo trabajé en un supermercado de coreanos en Los Ángeles por 12 años. (Yo fui deportado) aproximadamente hace seis años a México. Tengo una historia criminal que va más allá de hace muchos años y eso no se borra, se queda archivado y es permanente, no es que yo pagué porque me borren mis antecedentes. No se borran.

Tengo mamá, papá, hijos, hermanos, hermanas, tíos, tías en Estados Unidos. Estoy vivo, gracias a dios, estoy vivo. Impartiendo clases en Families Belong Together México.

(Yo estuve encarcelado) 4 años y enseñé clases de inglés por un año en detención en Texas. De esa experiencia me quedó una idea, cómo saber tratar a personas que quieren aprender. Y es muy obvio, que lo practique por un año y el deseo todavía estaba ahí nada más que en veces uno no quiere hacer, pero bueno, se le dio la oportunidad y aquí estoy. Gracias a dios soy bilingüe.

**¿Qué es lo más importante para usted que ellos aprendan de sus clases de inglés, en qué se enfoca más usted en estar en el aprendizaje de este nuevo idioma?**

El que no sabe gramática, sus palabras son muy limitadas. Después de la gramática nos vamos a la práctica, conversaciones aquí y te vas con palabras y cosas así. Pero yo se los aconsejo siempre el diccionario todo bien Usen el diccionario. Lean periódicos. Escuchen música. Canten. Mirensen en el espejo practicando. Miren las noticias.

Yo siento una conexión con los alumnos migrantes porque donde ellos quieren ir, yo ya vine. Sí lo van a necesitar, van a mentar el idioma donde vayan. Soy de las personas que migró en los ochentas. Había mucho racismo y muchas barreras por el idioma, había muchas barreras. Yo sabía cero palabras de inglés. Ellos van a saber mucho más que yo. Pero sí me siento una conexión con ellos porque ellos van para donde yo ya estuve.

Estuve en una escuela en el otro lado. Aprendí inglés también en la calle. Nunca deja de ser que un idioma de segunda lengua. Primera lengua de uno es el español no es inglés, yo no puedo decir en ingles es mi primera lengua, es mi segunda lengua.

No pensé a regresar a Nayarit, mi pueblo de origen, al contrario, yo quería regresar por al otro lado. Yo no quiero ir para atrás. Siempre para adelante. Pero encontré aquí a una mejor vida, preferí a quedarme aquí en Tijuana.

Sino que no al regresar eso es una condena, yo mejor les aconsejó mejor que sí, si tienes una historia como yo no he tenido mejor que no le urge nena, que se queda en dónde están o encuentran en otro lugar donde puedan vivir y tan se acabó o si no, ya nos vemos en la prisión otra vez.

Todos los días que yo vengo aquí a ver las clases a ellos impartir clases y aprendo también. Yo siempre te lo repito. Me hace mejor tutor. Yo quiero que sean mejores estudiantes.

Para escuchar la versión podcast o recibir la copia digital, envía un texto/Whatsapp: 664-853-5904 o email: [MX-ELMigrante@internews.org](mailto:MX-ELMigrante@internews.org)