

La Semilla

Revista para la Comunidad Inmigrante

Centro del Pueblo. Wiyot. (Humboldt)



Diciembre 2020

CARTA EDITORIAL

En marzo de 2020 una noticia sacudió la tranquilidad de las personas que migramos a territorio indígena Wiyot, se declaró el llamado “Quédate en tu casa o Shelter at home por la amenaza a la salud pública del virus COVID19”. Quienes pudieron, continuaron trabajando desde sus hogares, haciendo uso de la tecnología, pero en otros casos, hubieron personas que tuvieron que seguir yendo a trabajar a las fábricas, hospitales, granjas, a la calle.

Otros, simplemente perdieron sus trabajos, y como en este país los inmigrantes tenemos que pagar miles de dólares para que nos exploten o bueno para tener un “permiso de trabajo”, pues muchos que no tenemos la mica nos fuimos a casa sin recibir apoyo. Muchos pagamos más impuestos que el derrotado y racista Trump, pero, para la obrera no hay apoyo, para la madre soltera no hay nada, para el padre en en el campo sólo hay enfermedad y abuso, para los niños sigue habiendo frío y hambre.

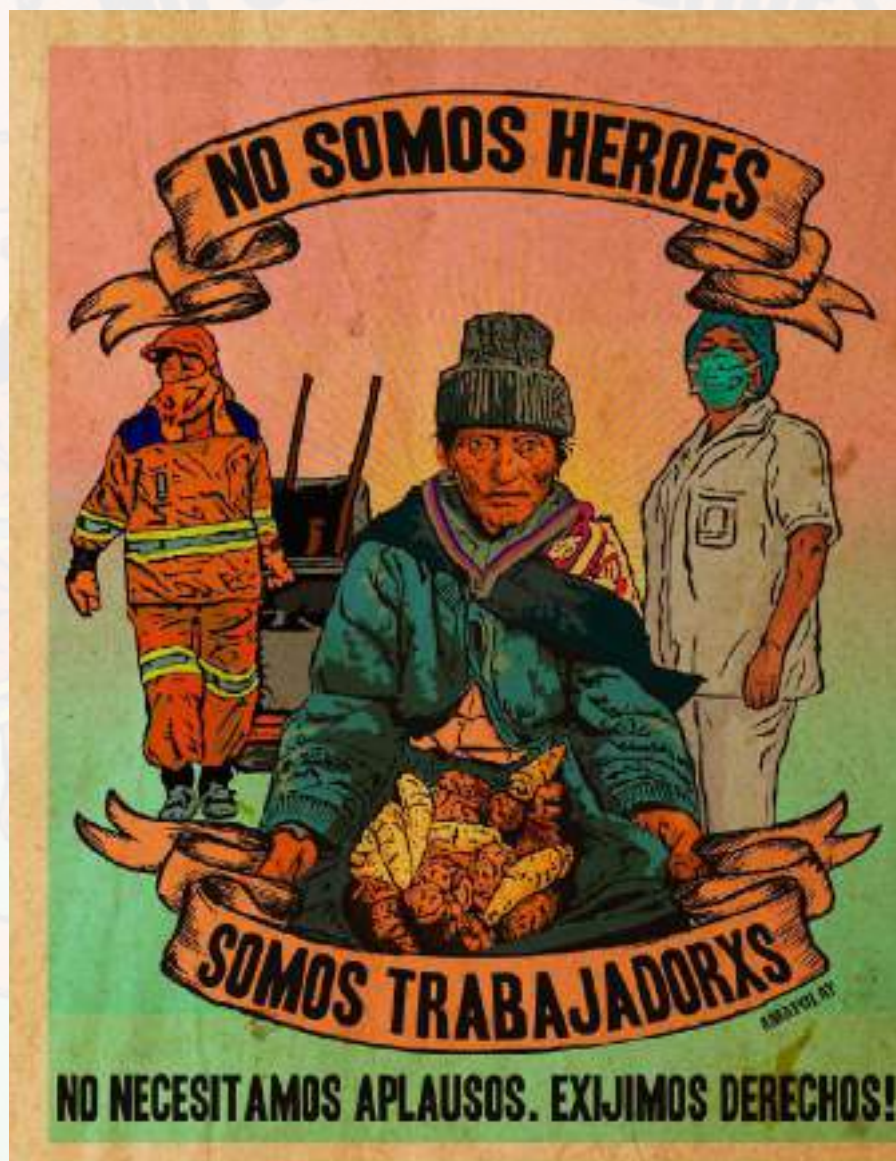
Somos humanos esenciales, “No hay humanos ilegales” eso es un invento del gobierno de este país para crear una policía especial dedicada a perseguir a personas por su color de piel, así se creó la migra, para tenernos al margen de las decisiones políticas y en silencio. Este invento del gobierno ha sido usado por siglos para empoderar a un grupo de la población que cree el discurso de la supuesta superioridad blanca.

En el Centro del Pueblo pensamos que nuestro empoderamiento es diferente, nos empodera la generosidad de ayudar a otras personas sin importar la raza, nos empodera el servir con amor a la comunidad inmigrante, nos empodera el reconocimiento de nuestra profunda raíz indígena. Piénselo, ¿se considera usted indígena y Latinx? Si no sabe la respuesta, venga a los Encuentros del Centro del Pueblo, Le invitamos a crear soluciones en colectivo y a que siga sonriendo, mantenga el ánimo y la salud.

Le invito a inspirarse con este tercer número de La Semilla, encontrará los ejemplos de valentía de Reyna y Omar, dos personas extraordinarias de nuestra comunidad indígena inmigrante. Además, le presentamos nuestro reporte de actividades del 2020, y una guía de recursos y oportunidades para que se anuncie. Participe en el siguiente número de La Semilla, contamos con ustedes. Nos leemos a la próxima y mientras, cuidese y cuide a su familia en tiempos de pandemia.

Alza la VOZ en “La Semilla”.

Brenda Pérez
Organizadora comunitaria en el Centro del Pueblo
FB: @CharlandoconlaRaza
centrodelpueblohelp@gmail.com



NO NECESITAMOS APLAUSOS. EXIJIMOS DERECHOS!

Reporte de Fin de Año de sus Amigxs de Centro del Pueblo

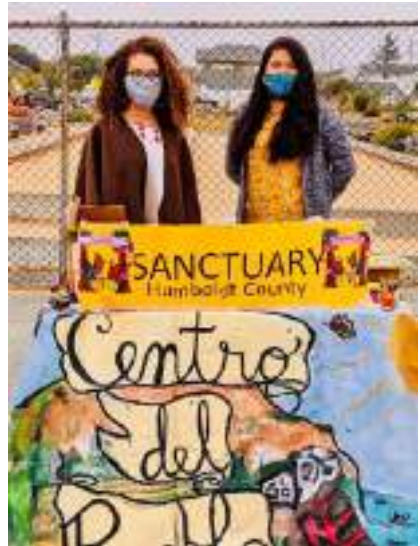
La pandemia nos ha afectado a todos en diferentes formas. Pero nuestra comunidad mirante se ha empoderado y ha compartido lo que tiene para ayudar a los demás. Centro del Pueblo está agradecido de poder ver estos actos de compasión entre nuestra comunidad y nos han motivado a seguir con nuestro trabajo. Algunos programas, actividades o eventos que hemos organizado incluyen:

Apoyos para comida

Sabiendo de la necesidad de tener alimentos saludables que nos mantengan fuertes y listos para enfrentar la pandemia, Centro comenzó a distribuir comida a la comunidad. Ahora estamos recibiendo alimentos saludables y publicando cuando recibimos estos regalos en Facebook. @centrodelpueblo Por favor manténganse atentos a nuestra página si esto les interesa. Recurso de comida gratuita: www.foodforpeople.org/espanol

Apoyo para la Comunidad Inmigrante Afectada por COVID-19

En 2020 fuimos invitados para dirigir un programa de asistencia para Covid. Este programa tomó forma de asistencia monetaria para familias que han sufrido la pérdida de trabajo, reducción de horas, y/o no pudieron aplicar para asistencia del gobierno (desempleo/stimulus check). Aunque este programa fue muy exigente para nuestro pequeño equipo de cuatro



empleados y voluntarios, fue satisfactorio escuchar las historias de muchas familias que vienen a este país. Muchas familias trabajadoras que resisten cualquier problema que se les ponga al frente. Por esta razón, en nuestra conclusión de este programa quisiéramos agradecer a las familias que fueron beneficiadas de este apoyo y a los donadores que pudieron hacer esto posible.

Asistencia con la aplicación: Apoyo para la Renta de la Ciudad de Eureka

La ciudad de Eureka propuso una aplicación para asistencia de renta. Este programa fue dirigido con la intención de ayudar a familias que habían sido afectadas por la pandemia financieramente. Este programa es dirigido por la ciudad de Eureka, lo que centro del pueblo está haciendo es facilitar esta aplicación ya que se necesitan documentos y un ITIN

number o Seguro Social. Nuestro rol es explicarle la aplicación, ayudarle y traducir cualquier documento o correo electrónico. Hasta ahora hemos podido ayudar a 27 aplicantes. ¡Muchas gracias a los voluntarios que han ayudado a tomar casos! Brenda, Karen, Johanna, Ivonne y Octavio, sin ustedes esto no se podría haber hecho. Para más información por favor ir a <https://www.ci.eureka.ca.gov/civicax/filebank/blobdload.aspx?BlobID=17729>.

Apoyo de Comida para Nuestros Abuelitxs

El apoyo de comida para nuestros abuelitxs fue un apoyo que vino de Area 1 Agency on Aging. Este apoyo comenzó de una alianza que Centro del Pueblo tiene con AIAA en la que ellos ofrecieron apoyar a nuestra comunidad mayor. Este programa fue de apoyo monetario en forma de tarjeta de Winco y las personas beneficiarias formaron parte de la red de apoyo creada



por Centro. Gracias a A1AA por pensar en nuestros familiares! Para más información en español llame a Rosana Bruhnke al (707) 502-7688

La Campaña Contra el COVID-19

Esta campaña nació de un artículo que se publicó hace meses en el que se relaciona a nuestra comunidad Latinx con Covid. El equipo de Centro del Pueblo sintió que este artículo fallaba al delinear las razones por las que hemos sido afectados por esta pandemia y mandó una carta a la secretaria de salud en ese momento, la Doctora Teresa Frankovich. Ella y su equipo propusieron aliarse con nosotros para crear una campaña contra el Covid en nuestro idioma y con nuestra cultura. ¡Espere más de esta campaña en 2021!

Rolling Justice Caravanas

Las Caravanas de Rolling Justice comenzaron como una protesta contra las injusticias que trajo la pandemia, estas incluyen; desalojos y derechos de inquilinos. Pero después creció para incluir las injusticias de la policía. Esta protesta ha sido organizada por nuestros aliados de Cooperation Humboldt. Ellos han creado una forma de protesta que minimiza el contacto social y aún nos une como comunidad. Esta protesta es en los primeros días del mes, sientanse libres de unirse a la próxima! Para más información siguenos en Facebook!

Procesión para las Mujeres Migrantes Indígenas en Centros de Detenciones

Este evento fue una carta para nuestras



parientes en centros de detenciones que han sido abusadas y esterilizadas sin su consentimiento. Estas fuertes mujeres han tenido histerectomías forzadas hechas sin autorización en centros de detenciones que siguen esta práctica de genocidio. ¡Nuestro corazón va con ustedes y esperamos que un día sean libres de este abuso! En este evento usamos nuestra voz para denunciar esta y otras violencias contra los inmigrantes.

La Procesión del Día de Muertos.

La procesión del Día de Muertos es un evento que sucede cada año como tradición del Centro del Pueblo. Este evento es una caminata desde Fortuna a Eureka en la que mantenemos a nuestros ancestros en mente y convivimos todo un día. Este año por razón de la pandemia, hicimos una caminata de 20 millas. Esta caminata fue de 18 personas que tuvieron el valor de embarcar en una aventura que duró 12 horas.

Paseos en kayak gratuitos de Humboldt Baykeepers para la comunidad de Centro del Pueblo

Gracias a esta organización dedicada a cuidar e informar sobre la vida en la naturaleza, la comunidad inmigrante tuvo la experiencia de navegar en kayak por la bahía de Humboldt. Pudimos conocer y honrar la historia de Tuluwat (Bahía de Humboldt), también pudimos admirar la belleza de la vida marina y compartir vivencias entre personas de lugares como El Salvador, Oaxaca, Puebla, Michoacán. Gracias querida Jasmin Segura por organizar este paseo inolvidable. <https://www.humboldtbykeeper.org/>



Voces de la Raza

Cuahcihuahatl

FB: @Charlandoconlaraza

Con las historias de Reyna Bonilla y Omar Hernández Sánchez, quiero invitarles a que pensemos en nuestra comunidad como un motor de cambio, somos juntos los que hacemos latir la esperanza en nuestros hogares, las guardianas de saberes que nos han traído salud en tiempos de pandemia, con recetas de tés y cuidados especiales. Somos voces necesarias que circulan para revelar las injusticias del llamado “sueño americano”.

Reyna es una mujer valiente, su corazón comenzó a latir en San Gerónimo Nuchita, en la nación indígena pluricultural de Oaxaca. Cuando Reyna habla sobre la situación de injusticia que enfrentamos los migrantes sus hermanas y hermanos la observan con admiración. Ella es madre de familia, y a su joven edad tiene nietos que disfrutan de su compañía.

Conoce a Reyna Bonilla

Reyna es una mujer valiente, su corazón comenzó a latir en San Gerónimo Nuchita, en la nación indígena pluricultural de Oaxaca. Cuando Reyna habla sobre la situación de injusticia que enfrentamos los migrantes sus hermanas y hermanos la observan con admiración. Ella es madre de familia, y a su joven edad tiene nietos que disfrutan de su compañía.

“En México, mi papá nunca dejaba que sus hijas salieran a la calle, él decía: las mujeres se quedan en la casa y los hombres salen a trabajar”. Sin embargo, ella tomó la deci-



sión valiente de migrar a Estados Unidos, rompiendo muchas barreras “en aquellos tiempos cruzar la frontera era distinto, no te separaban de tu familia”.

“Me vine a Humboldt muy joven, llegué a finales de los años ochenta, el día 6 de octubre a la 1 de la tarde, y lo recuerdo porque fue un gran cambio en mi vida, es muy difícil llegar a un país que no es tuyo, donde no hablas el idioma, y sobre todo porque no está tu familia contigo”.

“Cuando llegué me daba miedo salir, cuando te encuentras a una persona que te discrimina de cualquier forma es muy impresionante, porque no estaba acostumbrada a eso en México. La primera vez me discriminaron en el restaurante donde empecé a

trabajar cuando llegué, uno de los clientes me dijo: Tienes que regresar a tu país, porque nos estás robando el trabajo y las comodidades que tenemos aquí”.

Reyna sorprendida respondió: “Si no te gusta que los mexicanos estemos aquí, ni modo, no podrás parar a todos los que seguimos viniendo a Estados Unidos, y en este lugar con ese pensamiento no eres bienvenido”. Reyna defendió su espacio de trabajo con dignidad.

“Para mi es muy importante este lugar, he pasado 30 años aquí, mi familia vive aquí. Reyna comparte sus recuerdos en la Radio Bilingüe para inspirar un cambio, para mostrarle a las nuevas generaciones de inmigrantes que es posible detener el racismo cuando nos unimos.

Reyna trabaja en el hospital San José. Durante la pandemia ella ha estado a cargo de mantener la higiene de los espacios críticos del hospital, su delicada labor la ha mantenido cercana a los padecimientos de los enfermos de COVID19.

“Ha sido muy estresante estar en el hospital en este tiempo de pandemia, sobre todo al inicio, porque no había mucha información sobre la enfermedad, tuvimos que mantenernos con cuidados extremos para que el hospital siguiera funcionando, también para cuidarnos del contagio, siempre pienso en mi familia cuando hago mi trabajo”.

Al ser un virus que circula en el aire y permanece en las superficies por tiempo prolongado, la función de Reyna al limpiar y sanitizar las áreas delicadas en el hospital ha permitido la recuperación de los enfermos, ella ha trabajado para disminuir y eliminar el riesgo de contagio para los doctores y los pacientes, su labor ha permitido salvar vidas.

Reyna Bonilla y sus compañeras son el Corazón del Pueblo. Gracias Reyna por tu servicio humanitario.

Reyna Bonilla y sus compañeras son el Corazón del Pueblo. Gracias Reyna por tu servicio humanitario.

Conoce a Omar Hernández Sánchez

Adela Sánchez y Gilberto Hernandez son los padres de Omar, él dio sus primeros pasos en Santa María Tocatlán, Tlaxcala, a él y a su hermano Osvaldo los conocemos en Humboldt como Los Giles, el nombre es en honor a su padre “nuestra familia es nuestra bandera y nuestro estandarte, la llevamos con orgullo”



Desde hace varias décadas Omar ha estado en este condado aportando con su talento en distintas labores, desde la cocina nos deleita con platillos que tienen el delicioso sabor tlaxcalteca, “Cocinar con amor es el secreto del sazón, a mi me enseñó a cocinar mi hermano Osvaldo, dice con alegría Omar”.

Entre sus platillos favoritos se encuentra el chileatole “recuerdo los platillos de la feria de todos los santos, el pan de muerto que hacía mi padre que era maestro panadero”.

Omar recuerda que cuando llegó a Humboldt fue difícil adaptarse por el idioma, “pero había gente que nos ayudaba, a veces íbamos a la escuela para aprender inglés, aunque no queda mucho tiempo después del trabajo”.

Omar es heredero de tradiciones familiares que abrazan el esfuerzo colectivo, la labor en conjunto, “donde todos compartimos, el trabajo sale mejor”. La belleza de Tlaxcala fue el escenario en el que este compañero desarrolló su alto sentido de generosidad y solidaridad, él creció entre el Santuario de luciérnagas y los volcanes.

Omar habla sobre su labor para proteger a las personas de la infección

del virus COVID19 “En marzo de 2020 comenzamos a diseñar escudos en CPRAquaris, pensamos en crear barreras protectoras para detener el virus, después de varios meses somos expertos en la fabricación de materiales y productos antiviral, yo soy encargado de producir cientos de escudos para usos distintos, nuestros barreras protectoras son exitosas y gracias a eso se han distribuido en Humboldt y de aquí salen a todo el país”.

“La política es muy áspera ahorita, el racismo es muy alto, afortunadamente no he estado en una situación donde mis derechos sean atropellados con violencia, pero no es lo mismo para todos y por eso estoy en apoyo con toda mi comunidad. Apoyo a todos los chavos que se ponen al servicio de nuestro pueblo, donde me necesiten ahí estaré. Estoy en contra de cualquiera que quiera pasar por encima de nuestra dignidad, sobre todo aquellos que abusan de la comunidad por el simple hecho de no tener documentos, porque para mi ese abuso no es válido ya que todos somos iguales, pensamos y sentimos de la misma manera”.

Estos escudos antiCOVID19 llevan impreso el esfuerzo de un guerrero tlaxcalteca que pone la energía y el amor al prójimo en cada acción. Gracias Omar Hernández Sánchez por tu fuerza y por proteger a las personas en territorio Wiyot y en todo el país.

APOYA A LOS



TRABAJADORES

La esperanza se mantiene: Después de 4 años de división bajo Trump, los líderes locales continúan hacia adelante

Trump perdió y ahora qué ¿Es el final o la continuación de un episodio en el gobierno de Estados Unidos?

Como inmigrantes indígenas latinx en los Estados Unidos, el régimen de Trump ha sido uno de los períodos más oscuros y crueles de la historia reciente para nuestra comunidad. Todavía lloramos a nuestros familiares:

- Los Dreamers de DACA que fueron asesinados luego de ser deportados: te honramos Manuel Cano.
- Las mujeres inmigrantes que fueron víctimas de esterilización forzada en un centro de detención de Georgia.
- Las familias asesinadas en el tiroteo masivo contra la comunidad latinx en Texas.
- Los niños que encontraron la muerte en un centro de detención y los desaparecidos luego de ser separados de sus padres en la frontera. ¿Dónde están?
- A todos nuestros familiares masivamente infectados de COVID-19 dentro y fuera de los centros de detención debido a la desigualdad económica y a la persecución de ICE.

Durante los últimos cuatro años hemos recibido ataques raciales. En Humboldt, la oficina del Sheriff ayudó a los agentes de ICE en uno de los momentos más traumáticos para nuestra comunidad, en la redada de Fortuna de 2017.

Traducción: Brenda Pérez
Artículo publicado en el North Coast Journal
el 12 de noviembre de 2022

Hemos estado en mítines pidiendo Santuario, exigiendo protección para nuestras familias, la respuesta de los supervisores sigue siendo no a los inmigrantes. Eso nunca nos detuvo, hemos estado dando forma al condado que nos merecemos, en el Centro del Pueblo trabajamos para aprobar la ley del Santuario del Condado de Humboldt en 2018. La primera de su tipo en los EE. UU. En 2020 estamos trabajando para apoyar a los afectados por la pandemia en nuestra comunidad.

*Si usted pudo votar,
no se siente en la comodidad
de su voto*

Siga el ejemplo de los inmigrantes latinx organizados por la justicia social, porque el partido en la casa blanca es simbólico hasta que encontremos justicia.

Vivimos entre personas potencialmente violentas con más de setenta millones de votantes a favor de Trump, y ICE todavía amenaza con separar a nuestras familias. Celebre la alternancia, pero más importante, organícese.

El Santuario salva a los niños

Jeff Blanck & Brenda Pérez

Todos los padres quieren lo mejor para sus hijos. Quieren alimentar, proteger y vestirlos bien, verlos crecer, educarlos y mantenerlos a salvo. Estos deseos existen en todos los padres independientemente del país en el que vivan.

¿Qué haría usted para proteger a su niño pequeño?

En los Estados Unidos, todos los estados tienen leyes contra el abuso infantil, nadie puede alejar a un niño de un padre que de ninguna manera representa una amenaza para el niño. Tampoco está permitido alojar a un hijo en una jaula o estructura metálica, privarlo de atención médica o contacto familiar. Sin embargo, eso es exactamente lo que el régimen de Washington le está haciendo a los niños migrantes en nuestra frontera sur y potencialmente en nuestra comunidad.

Traducción al español por Brenda Pérez
Artículo publicado en el periódico Times
Standard el 28 de octubre 2020

Aquí vienen inmigrantes de todo el mundo con sus familias en busca de una vida mejor o tratan de escapar del peligro de muerte. Esto es cierto, ya sea que estén huyendo de Siria, Irak, México y Centroamérica. Pero los inmigrantes que cruzan la frontera desde México están siendo abusados y aterrorizados, no por sus antiguos compatriotas, sino por funcionarios del gobierno estadounidense.

Los niños son separados por la fuerza de sus padres y colocados en instalaciones deficientes que son inhumanas. Según el último recuento oficial, había más de 500 niños detenidos en la frontera de Estados Unidos porque no es posible encontrar a sus padres que fueron deportados.

Algunos afirman que esta práctica deshumanizante disuadirá a las familias de venir al país sin la debida documentación. Pero la mayoría de los inmigrantes indocumentados en el país no cruzan la frontera a pie.

*Desde 2010, el 62%
de las personas
indocumentadas han
estado aquí porque
sobrepasaron sus
visas frente al 38%
que cruzaron la
frontera*

Aún así, solo se aplica este trato cruel a las poblaciones Latinx e indígenas en la frontera sur y no a otras. Niños inocentes son sometidos a lo que es una forma abierta de tortura. Esto no es nuevo en Estados Unidos, los hijos de las víctimas de la esclavitud fueron separados de sus familias al ser vendidos.

Ya entrado el siglo XX niños indígenas en el norte fueron llevados lejos de sus familias e internados para “civilizarlos”, para convertirlos en estadounidenses “blancos”.

Este país tiene una larga historia de

secuestro de niños y de aterrorizar a familias que permanece impune.

La Ordenanza Santuario del Condado de Humboldt es un primer paso para reconocer que **las familias pertenecemos unidas**, esta ley protege a los niños de ser separados de sus padres. Como está declarado en la Sección Bienestar de los hijos de padres deportados: “Los Tutores designados por los padres mediante proceso formal o poder notarial serán reconocidos y respetados, y la tutela según lo previsto por los padres no será negada sobre la base de estado de residencia o ciudadanía”.

Pero es necesario hacer aún más para ayudar a quienes están atrapados en la pesadilla que está ocurriendo en la frontera sur con México. ¿Cómo puede alguien de buena fe, permitir que niños inocentes sufran así y sean utilizados para los fines de las políticas racistas del gobierno?

Somos un condado Santuario para inmigrantes. Necesitamos estar seguros de que también somos un santuario para todos los niños que están siendo abusados simplemente por ser latinx o indígenas en nuestro país.

Northcoast Children's Services

Dirección:

1266 9TH ST., ARCATA, CA 95521
P.O.BOX 1165, ARCATA, CA 95518

Teléfono principal

(707) 822-7206

Gratuito/a: 1-800-808-7206

Fax principal: (707) 822-7962

www.ncsheadstart.org

Plan virtual para los programas basados en el hogar durante Covid 19.

Las familias tendrán la oportunidad de tener visitas semanales por zoom o visitas de distancia social fuera del hogar. Como siempre, nuestras visitadoras de hogar se asociarán con padres para explorar el desarrollo de su niño/a con actividades, observaciones, y evaluaciones. Las familias recibirán un paquete cada semana de información y materiales para complementar el ambiente del hogar y para que se pueden preparar para su actividad y junta semanal.

Preescolar en persona

¡Hemos preparado la bienvenida para su hijo/a y familia al salón y la seguridad ha sido nuestra prioridad! Siguiendo las directrices de nuestros departamentos de salud local y nacional, hemos hecho cambios a nuestros salones para asegurar que nuestra comunidad de salones esté más segura. Ofrecemos clases 4 días de la semana con diferentes horarios.

Centro virtual durante Covid 19

Su hijo/a tendrá la oportunidad de participar regularmente en actividades preescolares con materiales de aprendizaje que mandamos al hogar cada semana para apoyar las interacciones cara a cara sobre el programa Zoom. La clase de su niño/a se unirá como un grupo virtualmente tres días de la semana, y la maestra se encuentra con su niño/a individualmente por lo menos cada dos semanas para conectarse y cumplir una actividad con él/ella que apoya sus metas individuales.

Todas las familias recibirán información y referencias basado en él solicitó de la familia, incluyendo temas como clases parentales, vivienda, presupuesto, cuidado médico y dental y necesidades básicas.

Preguntas frecuentes para hacerse las pruebas

1. ¿Dónde puedo hacerme la prueba de COVID-19?

Comuníquese con su proveedor de atención médica, centro de urgencia o sala de emergencias si está experimentando síntomas de COVID-19, incluyendo:

- Fiebre o escalofríos
- Tos
- Dificultad para respirar o (sentir que le falta el aire)
- Fatiga
- Dolores musculares o corporales
- Dolor de cabeza
- Nueva pérdida de sabor u olor
- Dolor de garganta
- Congestión o moqueo
- Náuseas o vómitos
- Diarrea.

Si usted no está experimentando ningún síntoma, las pruebas están disponibles con cita previa en Redwood Acres en Eureka de 7 a.m. a 7 p.m., de lunes a viernes.

Por favor, vaya a <https://LHI.care/covidtesting> para hacer una cita, o llame al 888-634-1123.

Las pruebas estarán disponibles en fechas limitadas en otras áreas del condado.

Se puede tomar 5-8 días hábiles para recibir <https://humboldt.gov> para obtener la información más actualizada sobre las ubicaciones de las pruebas.

2. ¿Cuánto tiempo tomara para obtener los resultados de las pruebas de OptumServe?

Sus resultados del sitio de pruebas de OptumServe en Redwood Acres. La demanda de pruebas ha aumentado considerablemente en las últimas semanas y los laboratorios que procesan estas pruebas están teniendo dificultades para mantenerse al día.

3. Necesito la prueba y el resultado para volver al trabajo / asistir a una cita médica / obtener en un vuelo / etcétera. ¿Cuál es la forma más rápida de obtener un resultado de la prueba?

La demanda de pruebas es muy alta, ya que el condado sigue abriéndose y la gente vuelve al trabajo. El sitio de OptumServe en Redwood Acres no puede cumplir con un tiempo de respuesta de 72 horas. Debe ponerse en contacto con su proveedor de atención médica para ver qué recursos son disponibles para usted.

4. ¿Cómo puedo hacer una cita para el sitio OptumServe en Redwood Acres?

Por favor, vaya a <https://LHI.care/covidtesting> para hacer una cita, o llame al 888-634-1123.

5. ¿Por qué no puedo programar una cita en el sitio de OptumServe en Redwood Acres?

El sistema web utilizado por OptumServe para hacer citas permite a los pacientes programar sólo dos semanas adelantado. Debido a un gran aumento en la demanda de pruebas, puede que las citas no sean disponibles en ese periodo de tiempo. Vuelve a tratar a programar una cita. Comuníquese con su proveedor de atención médica, centro de urgencia o sala de emergencias si presenta síntomas.

6. ¿Cómo recibiré el resultado de mi prueba de OptumServe?

Cuando haga una cita para la prueba de COVID-19 con OptumServe, se le pedirá información de contacto como su número de teléfono, número de teléfono celular y dirección de correo electrónico. Usted tendrá la oportunidad de optar por la notificación por texto o correo electrónico.

7. Recientemente estuve en contacto con alguien que dio positivo de COVID-19. ¿Debo hacerme la prueba?

Si tiene preguntas o inquietudes sobre una posible exposición a alguien con COVID-19, llame al Centro de Información Conjunta al 441-5000, y serás conectado con una Enfermera de Salud Pública.

8. He estado cerca de alguien que puede haber estado expuesto, pero no se ha confirmado que tenga COVID-19. ¿Debo hacerme la prueba?

Si tiene preguntas o inquietudes sobre una posible exposición a alguien que estuvo expuesto a alguien con COVID-19, llame al Centro de Información Conjunta al 441-5000, y serás conectado con una Enfermera de Salud Pública.



COVID-19

Servicios ofrecidos durante la pandemia

Debido a la pandemia, no siempre hay un miembro del equipo que hable español en la oficina, así que puede dejar mensajes en español.

Nos pueden encontrar en First 5 Humboldt 325 2nd St STE 201, Eureka, CA 95501 o bien llamarnos al (707) 445-7389

Algunos de los servicios que brindamos son:

Distribuciones

- Participamos en distribuciones con nuestros socios comunitarios. Hemos ofrecido bolsas bilingües de recursos (libros, información para padres, etcétera) para niños de 0 a 5 años. Ver folletos para horarios y sitios. Cada mes las bolsas tienen diferentes recursos.
 - En diciembre, las bolsas incluirán un diario para que las familias lo usen para hablar sobre la pandemia con los niños.

Círculo de Padres- orto empieza en diciembre

- Una conversación sobre la crianza que apoya al bienestar social y emocional para niños de 0 a 8 años.
- Interpretación a español disponible.

Apoyo para proveedores de cuidado infantil de habla hispana

- Apoyo financiero a proveedoras elegibles de cuidado infantil para ayudar a mantener y reabrir sus servicios esenciales durante esta pandemia. El proyecto de capacidad de guardería proviene de fondos de First 5 Humboldt y fondos de respuesta regional a COVID 19 de Humboldt Area Foundation.
- Apoyo y asistencia técnica a proveedores de cuidado infantil a través de la participación en el programa IMPACT. Esto ha incluido entrenamiento y capacitación ofrecidos en español, apoyo para completar formularios y acceder a recursos y fomentar una red de apoyo de otros proveedores de cuidado infantil.
- Publicación de volantes en redes sociales de recursos, información, capacitación y clases para proveedores de cuidado infantil.

También:

- Participamos y apoyamos el comité de Promotores.
- Folletos de recursos y actividades traducidos al español para compartir en redes sociales.
- Se aseguró de que un hispano hablante estuviera capacitado para enseñar el Modelo de Bienestar para la Comunidadw

Humboldt Mutual Aid - Ayuda Mutua en Humboldt

Humboldt Mutual Aid, red de base de ayuda en casos de desastre basada en los principios de solidaridad, ofreció comidas calientes y productos agrícolas durante la pandemia de 2020. En los primeros meses de la pandemia, HMA pudo utilizar la cocina comercial en Bayside Community Hall para proporcionar comidas calientes tanto a la comunidad sin hogar como a la comunidad que se estaba refugiando en lugar o en cuarentena.

Casi 8 meses después y todavía hay cocineros que se aseguran de que las personas reciban alimentos nutritivos algunas veces a la semana

Otro proyecto importante que surgió bajo la pandemia fueron dos puestos de productos agrícolas gratuitos disponible 24 horas al día. Estos puestos de productos agrícolas hacen que sea accesible para la comunidad y que los jardineros y los agricultores compartan alimentos **gratis, sí, gratis! fresco, orgánico y local.**

Tenga en cuenta que la abundancia de alimentos disponibles puede variar dependiendo de la temporada, pero no se desanime ni deje de revisar si hay productos disponibles.

Para obtener información adicional, visite el Instagram de HMA: @HumboldtMutualAid

Promotores de recursos

Open Door Member Services

La fecha límite es Diciembre 15, 2020 para escoger un plan de Inscripción abierta para Covered CA que estará en efecto Enero 1, 2021 Si necesita ayuda con la aplicación: 707 - 269 - 7073.

Paso a Paso

En colaboración con Redwood Coast Regional Center seguimos ofreciendo un grupo de apoyo para padres de niños con discapacidades el primer y segundo jueves del mes durante todo el año.

Para información pueden contactar a Jorge Matias, teléfono 707-273-9722 o checar información para esta junta a la página de Facebook "Grupo de Apoyo Humboldt".

Food for People

Para información sobre distribución de comida visite la página: Foodforpeople.org/espanol

Bertha de la Cruz, 707-445-3166 ext.318
bdelacruz@foodforpeople.org

English Express

Para clases de Inglés y ciudadanía gratuitas visite

el sitio web : <https://englishexpressemPOWERED.com/> y seleccione la opción para traducir en español en su mano izquierda bajo la foto de título. O llame a el número: (707) 443-5021.

Facebook:
[@EnglishExpressEmpowered](https://www.facebook.com/EnglishExpressEmpowered)

Visión y Compromiso

Si desea aplicar a MediCal los promotores le pueden ayudar de manera gratuita, llame a los teléfonos: (530) 524-8068 / 530 524 7836 / 530 524 0754

Una Oportunidad en Tiempo de Pandemia

¿Cansado/a de proponerse aprender a hablar inglés cada año nuevo sin cumplir este propósito? ¡Aquí le ofrecemos una solución! English Express es un programa dirigido por la profesora Mary Ann que se ha movido al internet.

La profesora Mary Ann ha sido maestra de inglés desde la temprana edad de 10 años cuando ayudó a su amiga y vecina a aprender inglés

Mary Ann ahora tiene 35 años de experiencia profesional enseñando, tanto que ha sido reconocida internacionalmente. English Express es un programa ofrece enseñarle a escribir, leer, pronunciar, mantener conversaciones y aprender expresiones populares en el idioma de inglés todo bajo la comodidad de su casa.

Por eso, ahora que aproximamos el invierno durante un tiempo de pandemia tome este tiempo para hacer realidad ese propósito de año nuevo que le puede cambiar la vida y ayudar a relacionarse con este país a otro nivel.

Aproveche que ahora la profesora Mary Ann está dando clases gratis por internet y si todavía no está convencido/a entonces visite su página de youtube en English Express Empowered donde la profesora tiene videos de pronunciación.

Para más información cheque su sitio web : <https://englishexpressempowered.com/> y seleccione la opción para traducir en español en su mano izquierda bajo la foto de título.

Siga a English Express en Facebook en: @
EnglishExpressEmpowered
o llame al (707) 443-5021.



“La Fuerza de una Comunidad”

Carmen Herrera Mancilla

Tras los pasos de los años
líderes de todas partes del mundo,
en especial del mundo hispanico
han tomado las fuerzas
de comunidades que han perdido su libertad
a causa de la corrupción, violencia y pobreza.

La fuerza que una comunidad
puede brindar a un pueblo que está sufriendo,
en cualquier aspecto de la vida,
con el poder más grande que existe en el
mundo,
la educación, lo puedo salvar.

La fundación más efectiva de cualquier
movimiento
es y siempre será la educación!

La manera más positiva de unir a una
comunidad es la educación.
la fuerza más grande contra la violencia y la
pobreza es la educación.

Con la fuerza que brinda la educación
organizaciones como estas, tiene el poder de
cambiar a todo un pueblo.

El poder de la naturaleza

Todos los días puede comenzar tomando este té, si lo desea agregar un poco de yerba mate para obtener su cafeína.

O puede terminar su día con este té y agregar hierbas relajantes como flores de rosa y menta. Si está enfermo, puede beberlo 3-5 veces al día (sin cafeína).

Té para aumentar la inmunidad y el bienestar general

Ingredientes base:

- ½ lima
- ½ cucharada de mesa de miel
- ½ cucharada de mesa, de jengibre
rallado

Opcional:

- ½ cucharada de mesa: cúrcuma rallada,
ajo, yerba mate (contiene cafeína),
pétalos de rosa
- Pizca de: canela, hongos medicinales
rallados, sal
- Fresco: diente de león, menta, ortigas

Instrucciones:

1. Hervir agua
2. Rallar el jengibre con un rallador fino para obtener un producto pulposo y colocarlo en un recipiente de remojo. (También puedes rallar estos ingredientes opcionales: ajo, cúrcuma, champiñones)
3. Exprime una mitad entera de lima en un recipiente de remojo y agregue miel (agregue cualquier otro ingrediente opcional en este momento)
4. Vierte agua hirviendo y deja reposar durante 2-3 minutos
5. Colar y disfrutar

Historias de esperanza

Durante la pandemia la pregunta de los ingresos ha sido una batalla, especialmente con nuestra comunidad inmigrante. Sin recursos del estado o el gobierno federal esta recesión económica ha sido una maldición.

Sin embargo, han salido historias de esperanza. En el condado de Humboldt se han realizado un par de negocios creados por personas chingonas. Personas que vieron oportunidad en el desastre. Unos ejemplos que hemos visto son negocios de pupusas (doña Esperanza y doña Imelda), tamales, pan dulce vegano (Sueña con Dulce), textiles y máscaras para el COVID hechas a mano.

Pero ¿cuál es el secreto de establecer un negocio Casera en Humboldt Country? Cada persona tiene sus secretos, pero lo que he notado es que lo más importante es tener un producto bueno o sabroso y hecho con amor.

En este siglo XX estamos rodeados de productos con falta de autenticidad y lo que se hace con amor y con un poco de crítica, se nota por el consumidor

Segundo, hay que conocer los mercados y los clientes. Dos posibles mercados poderosos en Humboldt son los estudiantes de la universidad y los consumidores de la cultura de “Makers” (hacedores).

Por Octavio Acosta
centrodelpueblohelp@gmail.com
707 683-5293

Entre los estudiantes hay una necesidad para los productos auténticos y sabrosos por culturas diversas. Los estudiantes de la universidad muchas veces vienen de ciudades y áreas diversas en donde es fácil de sumergirse en varias culturas. Lejos de sus familias y las culturas que pertenecen, buscan comodidad en comidas y aspectos de su cultura. Si puedes cultivar ese sentido en tus productos serás una fuente de salvación.

El mercado de “Makers” es creado por personas con sus propios negocios chicos dedicados a productos hechos a mano y naturales. Esto incluye productos como son jabones de cabra, cremas y té de plantas locales, alimentos veganos, trabajos de metal y joyas. Desgraciadamente a este mercado también le hace falta diversidad. La introducción de tu producto artesanal, hecho a mano y natural será un éxito en este mercado.

En estos dos mercados una herramienta poderosa es el manejo de Instagram, y aquí es en donde todas las horas que los hijos se la pasan en el teléfono valdrán la pena.

El “Centro del Pueblo” puede ayudarte a anunciar tus productos de calidad en este mercado. Si tienen un producto o si quieres sugerencias sobre cómo entrar a los mercados por favor comuníquese con nosotros.

CENTRO

CENTRO DEL PUEBLO

Tianguis Kiosco

VENGA A VISITAR NUESTRO KIOSCO Y
COMPRAR PRODUCTOS LOCALES DE
NUESTRA COMUNIDAD.

LOCALIZADO EN REDWOOD RETRO
4000 N ST
EUREKA CA.
EMAIL: HELLO@THEREDWOODRETRO.COM

TIANGUIS

**Buscando
Creadores de:**

*Artesanías, Tejidos
y más*

PARA CONSULTAR
NUESTRA PÁGINA
ECONOMÍA
PRECIANDO PERSONAS
DE PASADORA

HAREMOS UN MENSAJE
TEL: 707-433-2293
FACEBOOK: CENTRO DEL PUEBLO
INSTAGRAM: CENTRO DEL PUEBLO

Weekend de:

TIANGUIS DEL CENTRO COP

**PUPUSAS
LA ESPERANZA**
TEL: (707) 407-7485

Organizado por: *El Centro de la Esperanza*

¡Reserva tu pupusa favorita hoy!

WEEKENDS CON

PUPUSAS DOÑA IMELDA

CALL, ORDER, PICK UP (SAT., SUN.)
CALL: 707-590-1261
EUREKA, CA.

EUREKA CA.

EMAIL: HELLO@THEREDWOODRETRO.COM

Cómo solicitar una prueba COVID-19



Antes de empezar va a necesitar:

- Cuenta de correo electrónico
- Número de teléfono

No se requiere seguro de salud, las pruebas son gratuitas.

Para comenzar:

- Crea una cuenta con LHI en <https://LHI.Care/covidtesting>.
- La prueba nasal es para virus COVID-19 activo y la infección, esta no es una prueba de anticuerpos.
- Los pacientes menores de 12 años no son elegibles para la prueba a través de este programa.
- Para crear una cuenta, deberás completar algunas preguntas.
- Después de crear la cuenta, inicia sesión para hacer una cita.
- Los resultados estarán listos de 48 a 72 horas.
- Cuando lleguen a Redwood Acres en Eureka necesitarás usar una máscara, debes llevar tu número de cuenta del paciente. Pueden necesitar un correo para confirmar su cita.
- Después de registrarse tendrá que esperar ser llamado para la prueba. La prueba es un poco incomoda, el administrador de la prueba insertará un instrumento en su nariz y lo girará para obtener la muestra.

Recuerda mantener los cuidados personales



PARTICIPA EN

La Semilla

La Semilla te invita a plasmar tus obras, a expresar tus ideas, contar tu historia, compartirnos experiencias.

BASES

Formato de artículo

- Extensión mínima 2 cuartillas, máxima 6 cuartillas en Arial 12 en word
- Título del artículo
- Nombre del autor
- Ocupación
- Contacto

GRÁFICOS

Si gustan agregar gráficos para acompañar el artículo deben enviarse en JPG como archivo adicional

PUBLICIDAD

- Archivos en PDF o JPG
- Medidas 14 cm de base por 22 de alto, con margen interno de .7cm

FECHA DE ENTREGA

14 de diciembre

Envía tu colaboración a:

FB: @CENTRODEL PUEBLO
<https://cdpueblo.com>

Teléfono: 7076835293
cdphumboldt@gmail.com

¡Forma parte de nuestra comunidad!

¡TÚ PUEDES ESTAR AQUÍ!

Anúnciate con nosotros

INFORMES:

Brenda Pérez

Organizadora comunitaria en el Centro del Pueblo

FB: @CharlandoconLaRaza

centrodelpueblohelp@gmail.com

