



Donald Trump

## Grupo de derechos inmigrantes se oponen a que Trump corte acceso a la ciudadanía

Los defensores se apresuran a desafiar los cambios que eliminarían la política de la era de Obama que permite la exención de tarifas para los inmigrantes de edad avanzada y trabajadores pobres que solicitan la ciudadanía

—por los servicios de cable de *El Reportero*

Un grupo creciente de defensores de los derechos de los inmigrantes exige que el Departamento de Seguridad Nacional (DHS, por sus siglas en inglés) retire su reglamento propuesto que impide el acceso a la ciudadanía a cientos de miles de inmigrantes elegibles y lo condena como una medida antiamericana que afectaría a los ancianos y trabajadores pobres inmigrantes.

El reglamento revertiría una política promulgada por la administración de Obama, según la cual

Ver BREVES LATINOS página 5

## Immigrant rights groups oppose Trump's cutting off access to citizenship

Advocates rush to challenge changes that would eliminate Obama-era policy allowing fee waivers for elderly and working poor immigrants applying for citizenship

—by the *El Reportero*'s wire services

A growing group of immigrant rights advocates is demanding that the Department of Homeland Security (DHS) withdraw its proposed regulation cutting off access to citizenship for hundreds of thousands of eligible immigrants and condemning it as a un-American measure that would target elderly and working poor immigrants.

The regulation would reverse a policy enacted by the Obama administration, whereby an applicant for citizenship can apply for a fee waiver if they are unable to afford the expensive fee of \$725, among other applications and their fees.

Under current policy,

See LATIN BRIEFS page 5

Donald Trump

# ‘Fuera hondureños, no los queremos aquí:’ sentimiento anti-migrante continuo

Ayer hubo marchas en Tijuana a favor y en contra de la caravana de Centroamérica

—por Mexico News Daily

Los residentes de Tijuana están divididos por la presencia de un gran número de migrantes centroamericanos en su ciudad.

Las protestas a favor

y en contra de miembros de la primera caravana de migrantes se llevaron a cabo ayer en la ciudad de la frontera norte.

Alrededor de 500 personas se reunieron frente a una estatua del gobernante azteca Cuauhtémoc que se encuentra en lo alto del círculo de tráfico de

Ver HONDUREÑOS página 3

## “Out Hondurans, we don’t want you here:” anti-migrant sentiment continues

There were marches in Tijuana yesterday both for and against the caravan from Central America

—by Mexico News Daily

Residents of Tijuana are divided over the presence of large numbers of Central American migrants in their city.

Protests both for and

against members of the first migrant caravan were held yesterday in the northern border city.

Around 500 people gathered in front of a statue of Aztec ruler Cuauhtémoc that stands atop a Tijuana traffic circle and began an anti-migrant march towards a sports complex serving as a temporary shelter for about 2,500 Central Americans.

During the march, protesters demanded that the caravan members be sent back to their countries of origin.

“Out Hondurans, we don’t want you here” and “long live Mexico” were among the slogans chanted by the demonstrators as they waved Mexican flags and held up signs declaring “Basta de migración” (Migration, enough already) and “Primero nuestra gente” (Our people first).

Some protesters claimed that there are gang members, thieves and rapists mixed in with the migrants in the first caravan, whose members began arriving at the border city early last week.

“Their presence here makes me very afraid. I don’t know if something is going to happen to me or my neighbors . . . They could break into a business . . . or assault someone. That worries me,” Tijuana business owner María de Jesús told the newspaper Milenio.

Others said they are not against migration per se but rather the way in which many of the caravan members entered the country.

“They arrived and kicked down the door and that makes them criminals,” said Emilio Zúñiga, a Guanajuato native who has called Tijuana home for the past 20 years.

The marchers were stopped from reaching the entrance to the Benito Juárez sports center by a large contingent of municipi-

PHOTO BY FERNANDO TORRES



Una miembro de organización judía presenta al Padre Moisés Agudo. A Jewish organization member introduces Father Moises Agudo.

## Nuevo centro de ayuda a los sin-casa se inaugura en el Distrito de la Misión de SF

—por Fernando A. Torres

Caridades Católicas informó que el nuevo centro de ayuda social denominado Punto de Acceso La Misión se unirá a sus programas de prevención de familias sin-casa y a los servicios de ayuda sobre inmigración en un nuevo local en el 3270 de la Calle 18 con South Van Ness.

La presencia de Caridades Católicas y sus programas sociales no es nueva en La Misión. Ya llevan más de cincuenta años provey-

endo servicios en el barrio latino mas grande del norte de California. Esta vez la nueva ubicación, unirá a todos los servicios sociales bajo un solo techo, para continuar brindando una “atención compasiva e integral a las familias e individuos que luchan por sobrevivir y prosperar”.

José Cartagena, director de programas, dijo que en la recién-inaugurada ubicación funcionaran los programas para ayudar a los sin-casa,

Ver CENTRO página 3

## New help center for the homeless is inaugurated in the SF Mission District

—by Fernando A. Torres

Catholic Charities reported that the new social assistance center called Access Point The Mission, will join its program of prevention of homeless families and help services on immigration in a new location at 3270 18th Street with South Van Ness.

The presence of Catholic Charities and their social programs is not new to the Mission. They have been providing services for more than fifty years in the larg-

est Latino neighborhood in Northern California. This time the new location will unite all social services under one roof, to continue providing “compassionate and comprehensive care to families and individuals struggling to survive and thrive.”

José Cartagena, director of programs, said that programs to help the homeless, immigration and financing to pay rent, will work in the recently inaugurated location. “We are very happy

SEE CENTER page 3

See HONDURANS page 3

## Una dieta saludable y orgánica reduce el riesgo de cáncer en un 65%

—por Ellaine Castillo

Mucha gente cree que tener una dieta orgánica saludable ayuda a disminuir el riesgo de ciertas enfermedades. Un estudio reciente ayudó a probar esa afirmación, estableciendo que una dieta saludable puede reducir el riesgo de cáncer hasta en 65 por ciento.

Para el autor principal, el Dr. Ashish Deshmukh de la Universidad de Florida, los hallazgos del estudio revelan que es importante que la dieta total de una persona permanezca equilibrada, en lugar de centrarse en

componentes nutricionales específicos. Esto significa que la dieta de una persona debe contener diferentes nutrientes derivados de diversas fuentes, como verduras,

frutas y productos lácteos. Aparte de esto, el alimento consumido también debe ser orgánico y debe con-

Ver SALUD página 3

## A healthy, organic diet reduces the risk of cancer by a whopping 65%

—by Ellaine Castillo

Many people believe that having a healthy organic diet helps decrease the risk of certain diseases. A recent study helped prove that claim, establishing that a healthy diet can reduce the risk of cancer by up to 65 percent.

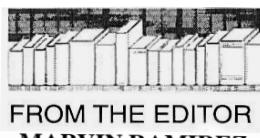
For the lead author, Dr. Ashish Deshmukh of the University of Florida, the study findings reveal that it is important that a person’s total diet remain balanced, rather than focusing on specific nutritional components. This

means that a person’s diet must contain different nutrients derived from various sources, such as vegetables, fruits and dairy products. Apart from this, the food consumed should also be organic and should contain clean proteins, unprocessed carbohydrates and non-toxic fats.

The researchers came to this conclusion when evaluating the information from the Third National Survey of Health and Nutrition Examination (NHANES III), which collected data from al-

See HEALTH page 6

## Editorial & Comentarios Editorial & Commentaries



FROM THE EDITOR  
MARVIN RAMIREZ

## Acción de Gracias: ¿Por qué algunos estadounidenses no celebran la polémica fiesta

### NOTA DEL EDITOR

Queridos lectores:

Justo el día de la celebración del Día de Acción de Gracias, trago dos perspectivas diferentes de por qué este día festivo es algo de lo que no debemos sentirnos orgullosos. Uno es de Alexandra Wilts y Chelsea Ritschel; y el otro por Nicolo Breedove. - Marvin R.

**La fiesta es vista por muchos como una celebración de la conquista de los nativos americanos**

por Alexandra Wilts y Chelsea Ritschel

Para muchos estadounidenses, el Día de Acción de Gracias es un día

festivo muy querido por comer pavo, o una opción vegetariana de plato principal, y pasar tiempo con amigos y familiares.

Sin embargo, para otros, la celebración es profundamente controvertida, ya que el Día de Acción de Gracias tiene una historia contenciosa que va mucho más allá cuando se realizó la primera fiesta.

Además de un día festivo impregnado de apropiación cultural, el período de la historia en los Estados Unidos con frecuencia es blanco, lo que lleva a muchos estadounidenses a ignorar el día festivo.

El Día de Acción de Gracias es considerado por algunos como un "día nacional de luto"

Al igual que el Día de

Colón, muchos consideran que la festividad es una celebración de la conquista de los nativos americanos por parte de los colonos.

Muchos nativos americanos ven el Día de Acción de Gracias como una narración embellecida de "Peregrinos y nativos que buscan más allá de sus diferencias" para romper el pan.

El profesor Robert Jensen de la Universidad de Texas en Austin dijo: "Una indicación del progreso moral en los Estados Unidos sería el reemplazo del Día de Acción de Gracias y su auto-indulgente fiesta familiar con un Día Nacional de la Expiación acompañado de un ayuno colectivo auto-reflexivo."

Ver EDITORIAL página 3

## Thanksgiving: Why some Americans don't celebrate the controversial holiday?

### NOTE FROM THE EDITOR

Dear readers:

Right on the day of celebration of Thanksgiving, I bring two different perspectives of why this holiday is something that we should not feel proud of. One is from Alexandra Wilts and Chelsea Ritschel, and the other one by Nicolo Breedove. - Marvin R.

**The holiday is viewed by many to be a celebration of the conquest of Native Americans**

by Alexandra Wilts and Chelsea Ritschel

For many Americans, Thanksgiving is a special, beloved holiday for eating turkey – or a veg-

itarian main course option – and spending time with friends and family.

However, for others, the celebration is deeply controversial – as Thanksgiving has a contentious history that goes far beyond when the first feast was held. In addition to a holiday steeped with cultural appropriation, the period of history in America is frequently white-washed – which leads many Americans to ignore the holiday.

Thanksgiving is considered by some to be a "national day of mourning"

Like Columbus Day, the holiday is viewed by many to be a celebration of the conquest of Native Americans by colonists. Many Native Americans see Thanksgiving as an embellished narrative of "Pilgrims and Natives

looking past their differences" to break bread.

Professor Robert Jensen of the University of Texas at Austin said: "One indication of moral progress in the United States would be the replacement of Thanksgiving Day and its self-indulgent family feasting with a National Day of Atonement accompanied by a self-reflective collective fasting."

Americans are frequently guilty of cultural appropriation in their celebrations

Young children are taught about Thanksgiving in school, where they often learn of the first feast through crafts and drawings. In addition to depictions of turkeys, the Mayflower and the Pilgrims, many children decorate Native American headdresses – which fre-

See EDITORIAL page 3

Del 23 al 30 de noviembre de 2018

El propósito de *El Reportero* es informar sobre lo que afecta a los latinos en los Estados Unidos. También contiene artículos políticos y de interés general sobre cultura y eventos sociales. Lo que se publica en *El Reportero* no necesariamente refleja el punto de vista y la línea ideológica del periódico. El personal que labora en el periódico es voluntario, siendo la mayoría estudiantes de colegio con deseos de aprender periodismo o asuntos relacionados.

Para más información y para enviar artículos, ideas, anunciar sus eventos o negocio en *El Reportero*, por favor llámenos al (415) 648-3711 o envíenos un correo electrónico a: Lreportero@aol.com, o escríbanos a: 2601, Mission Street, Suite 105, San Francisco, California [94110]. [www.elreporteroSF.com](http://www.elreporteroSF.com).

*El Reportero's* aim is to cover people and issues that affect Latinos in the U.S. It also contains political and general interest articles on cultural and social events. What is printed in *El Reportero* does not necessarily reflect the views and opinions of the newspaper. Our staff is volunteer, being mainly students wanting to learn journalism or office skills.

For more information and to submit articles and story ideas, announce your events, or advertise your business in *El Reportero*, please call us at (415) 648-3711 or e-mail: Lreportero@aol.com or write to: 2601 Mission St., Suite 105, San Francisco, California [94110]. [www.elreporteroSF.com](http://www.elreporteroSF.com).

Horas de oficina: L-V: 10 a.m.-5 p.m.  
Office Hours: Mon-Fri: 10 am-5 p.m.

Member of the National Association of Hispanic Journalists and National Association of Hispanic Publications

## Mensaje de urgencia sobre la avalancha de migrantes que se avecina a Tijuana

— por Bernardo Méndez

@AmericasInmuros, su presidente Kino Miquirray y su director Bernardo Méndez Lugo informan con carácter de urgencia y emergencia nacional:

Escenario posible con la llegada de las caravanas éxodos migrantes a la frontera de México con EE.UU.: el caso de Tijuana, urge acciones de los tres niveles de gobierno.

Es muy posible que de las tres Caravanas Éxodo Migrante procedente de Centroamérica, la mayor parte de los migrantes se concentren en la región de Tijuana.

Hacia mediados de diciembre o antes estarán presentes entre 9, y 10 mil Centroamericanos en Tijuana y se ha anunciado una cuarta Caravana de 10 mil personas procedentes de El Salvador que saldrían a mediados de este diciembre (en un mes aproximadamente) rumbo a frontera con México con destino a Tijuana.

Muchos menos estarán llegando a Mexicali, Nogales y otros puntos fronterizos con EE.UU. sobre este punto la Dra. Alejandra Castañeda indica que "necesita considerarse la capacidad de atención que puede tener Tijuana en un escenario donde el cruce a Estados Unidos es a cuenta gotas". Los trasladados que se están financiando deberían hacerse hacia diferentes puntos de la frontera. Reitero además que es muy importante concientizar a las personas sobre la situación en Estados Unidos donde permanecerán detenidos por meses, sepa-

rados de sus familias".

Sobre este punto escribe la Dra. Leticia Calderón Chelius del Instituto de Investigaciones Dr. José María Luis Mora: "Esperar por lo menos dos meses en Tijuana en invierno para ver si pasan el filtro que los lleve a una prisión en EE.UU. a en lo que esperan a estar frente a un juez para defender su caso... que difícil dilema cuando no hay opciones." Esta opción será viable para menos del 10 por ciento de los miembros de la Caravana Éxodo Migrante. La gran mayoría deberán permanecer en territorio mexicano.

La mayor parte de ellos no podrán cruzar a EE.UU. por restricciones extremas que ha impuesto el gobierno de Trump entre ellas, la orden ejecutiva (que es anticonstitucional) de 90 días que niega el Derecho a pedir asilo a los miembros de la Caravana, la militarización de toda la frontera y la presencia de grupos armados antiinmigrantes conocidos como "Minutemen".

Muchos menos estarán llegando a Mexicali, Nogales y otros puntos fronterizos con EE.UU. sobre este punto la Dra. Alejandra Castañeda indica que "necesita considerarse la capacidad de atención que puede tener Tijuana en un escenario donde el cruce a Estados Unidos es a cuenta gotas". Los trasladados que se están financiando deberían hacerse hacia diferentes puntos de la frontera. Reitero además que es muy importante concientizar a las personas sobre la situación en Estados Unidos donde permanecerán detenidos por meses, sepa-

re las necesidades de cerca de 10 mil personas migrantes en Tijuana es de gran magnitud y el gobierno municipal y estatal no podrán resolverlo. Sin el apoyo del gobierno federal cada día que pase se irá agravando la situación de los migrantes en especial de niños y niñas no acompañados, menores en general, madres embaraza-



Bernardo Méndez

das y adultos mayores.

Estos retos son de una amplia gama: capacidad de los albergues pensando que al no existir alternativa de cruzar la frontera deberán quedarse por un tiempo indefinido en Tijuana y esto implica: mantener la capacidad de los albergues, alimentación, atención médica y salud preventiva, dotación de ropa invernal, capacidad para que menores y adolescentes puedan integrarse al sistema escolar, transporte y para los adultos mayores condiciones adecuadas.

Si bien hay un número cercano a 3,500 personas que han solicitado Refugio en Mexico, deberá fortalecerse el presupuesto para tareas de COMAR para poder procesar estos miles de solicitudes, debe generarse ya un presupuesto de emergencia para COMAR.

Los miembros de la Caravana que llegan a Tijuana no son los que han solicitado refugio y en su inmensa mayoría buscarán pedir la solicitud de asilo en EE.UU. y se puede adelantar que a la inmensa mayoría le será negado. No más de 7 por ciento logrará

Ver COLUMNA página 7

## Message of urgency about the avalanche of migrantstaht is approaching Tijuana

— by Bernardo Méndez

@AmericasInmuros, its president Kino Miquirray and its director Bernardo Méndez Lugo inform as a matter of urgency and national emergency:

Possible scenario with the arrival of caravans exodus migrants to the border of Mexico-US: the case of Tijuana, urgent actions of the three levels of government.

It is very possible that of the three Exodus Migrant Caravans coming from Central America, most of the migrants are concentrated in the Tijuana region.

By the middle of December or before, between 9,000 and 10,000 Central Americans will be present in Tijuana and a fourth caravan of 10 thousand people from El Salvador has been announced that would leave in the middle of December (in a month) towards the border of Mexico-US border.

Many less will be arriving in Mexicali, Nogales and other border points with the United States. On this point, Dr. Alejandra Castañeda indicates that "Tijuana needs to be considered for attention in a scenario where the crossing to the United States is at the drop rate. Transferees who are being financed should go to different points of the border. I also reiterate that it is very important to make people aware of the situation in the United

States where they will be detained for months, separated from their families".

On this point, Dr. Leticia Calderón Chelius of the Dr. José María Luis Mora Research Institute writes: "Wait at least two months in Tijuana in winter to see if they pass the filter that takes them to a prison in the United States while they wait to be in front of a judge to defend their case ... what a difficult dilemma when there are no options." This option will be viable for less than 10 percent of the members of the Exodus Migrant Caravan. The vast majority must remain in Mexican territory.

Most of them will not be able to cross into the US due to extreme restrictions imposed by the Trump government, including the 90-day executive order (which is unconstitutional) that denies the right to seek asylum from members of the Caravan, the militarization of the entire border and the presence of armed anti-immigrant groups known as "Minutemen".

The ability to process asylum applications for the US is very limited and the more applicants arrive, the greater the rigidity and closure to process and accept asylum from Central America.

The challenge to meet the needs of about 10,000 migrant people in Tijuana

is of great magnitude and the municipal and state governments can not solve it. Without the support of the federal government, every day that goes by will aggravate the situation of migrants, especially unaccompanied children, minors in general, pregnant mothers and older adults.

These challenges are of a wide range: capacity of the shelters thinking that since there is no alternative to cross the border they will have to stay for an indefinite time in Tijuana and this implies: maintaining the capacity of the shelters, feeding, medical attention and preventive health, endowment of winter clothing, capacity for minors and adolescents to be integrated into the school system, transportation and for older adults adequate conditions.

While there are a number of around 3,500 people who have requested Refuge in Mexico, the budget for COMAR tasks must be strengthened in order to process these thousands of requests, an emergency budget must already be generated for COMAR.

The members of the Caravan that arrive in Tijuana are not those that have requested refuge and in the vast majority they will seek to apply for asylum in the US and it can

See COLUMNA página 7

**HONDUREÑOS de la página 1**

Tijuana y comienza una marcha contra los migrantes hacia un complejo deportivo que sirve como refugio temporal para unos 2,500 centroamericanos.

Durante la marcha, los manifestantes exigieron que los miembros de la caravana regresaran a sus países de origen.

"Fuera de los hondureños, no los queremos aquí" y "viva México" estaban entre los lemas cantados por los manifestantes mientras agitaban banderas mexicanas y mostraban carteles que decían "Basta de migración" (Migración, ya es suficiente) y "Primero nuestra gente" ("nuestra gente primero").

Algunos de los manifestantes que son miembros del grupo, ladrones y violadores se mezclaron con los migrantes en la primera caravana.

"Su presencia aquí me pone serio. No sé si algo me va a pasar a mí o a mis vecinos... Ellos podrían romper un negocio... Atacar a alguien con oro. Eso me preocupa", María de Jesús, propietaria de un negocio en Tijuana. Le dijo al diario milenio.

Otros dijeron que no están en contra de la migración sino que han ingresado al país.

"Han salido y los han convertido en criminales", dijo Emilio Zúñiga, un nativo de Guanajuato que ha llamado a Tijuana su hogar durante los últimos 20 años.

Las marchas fueron arrestadas por llegar al centro deportivo Benito Juárez por un gran contingente de policías municipales con equipos antidisturbios.

Un enfrentamiento duró varias horas, y los manifestantes arrojaron agua y cerveza a los oficiales antes de dispersarse.

A solo una calle de donde comenzó el antimigrante, un pequeño grupo de manifestantes realizó su propio mitin en el que denunciaron el racismo y la discriminación y declararon que los migrantes son bienvenidos en Tijuana y que se deben respetar sus derechos humanos.

Las protestas de ayer fueron seguidas por una semana de mayor tensión en Tijuana durante la cual algunos residentes dejaron en claro que los migrantes no son bienvenidos.

Las publicaciones en las redes sociales destinadas a incitar a la violencia contra los centroamericanos comenzaron a aparecer en grupos antimigrantes en Facebook.

En el servicio de mensajería móvil WhatsApp circulaban rumores de que los migrantes habían saqueado tiendas, se referían a los mexicanos como "perros" e incluso habían asesinado a alguien que solo servía para alimentar el sentimiento contra los migrantes.

Rumors circulando on the mobile messaging service WhatsApp that the migrants had looted stores, referred to Mexicans as "dogs" and even murdered someone only served to fuel the anti-migrant sentiment.

A confrontation occurred Wednesday night between an angry mob and migrants sleeping on the beach next to the border fence that separates Mexico from the United States.

El presidente de los Estados Unidos, Trump, aprovechó ayer la oposición

aimed at inciting violence against the Central Americans began appearing in anti-migrant groups on platforms such as Facebook virtually as soon as they arrived in the city.

Just one street away from where the anti-migrant march started, a smaller group of demonstrators held their own rally at which they denounced racism and discrimination and declared that the migrants are welcome in Tijuana and that their human rights must be respected.

Yesterday's protests followed a week of heightened tension in Tijuana during which some residents made it clear that the migrants are not welcome. Social media posts

See HONDURANS page 8

Ver HONDUREÑOS página 5

# Mission Council on Alcohol for the Spanish Speaking

## Concilio de la Misión sobre abuso de Alcohol

**Concilio de la Misión ha ofrecido el servicio de consejería en Abuso de Drogas y Tratamiento de Alcohol a la comunidad latina por más de 30 años**

**Ofrecemos los siguientes servicios:**

- \* Personal profesional que habla Español
- \* Servicios confidenciales
- \* Terapias a familia, individuales y de grupos
- \* Evaluaciones sobre alcohol y drogas
- \* Para clientes con más de un diagnóstico: Abuso de drogas, problemas de salud mental, SIDA, o alguna otra condición médica.

**No rechazamos a nadie por falta de fondos**

**Mission Council recibe sus fondos de**  
**Department of Public Health,**  
**Community Behavioral Health Services**

Mission Council is funded by the Department of Public Health, Community Behavioral Health Services

**Mission Council**  
Adult Services

**Servicio para adultos**

154-A Capp St.  
(entre las calles 16 y 17)  
San Francisco, CA 94110  
Tel. 415-826 6767  
Fax: 415-826 6774

**Nuestras horas de oficina son:**  
de Lunes a Viernes de 9:00 a.m.  
a 9:00 p.m.  
y sábado de 8:30 a 4 p.m.

**Office Hours:**  
Monday through Friday  
from 9:00 a.m. to 9:00 p.m.

### Ofendedor DUI Habitual

DUI for Multiple Offender

Open 6 days a week

### DUI PROGRAM FOR

### MULTIPLE OFFENDERS

**Do you have multiple offenses of DUI (2 or more)?**

**Have you lost your driver license for more than one DUI? Call DRY ZONE to help you to recover your license back.**

415-920-0722 or 415-920-0721

Mission Council has been providing substance abuse / alcohol treatment to the Latino community for over 30 years. Services provided:

- \* Spanish Speaking bilingual professional staff
- \* Confidential services
- \* We offer family, individual, and group treatment
- \* Assessments and evaluations for dual diagnosed clients.

No one is turned away for lack of funds

### Mission Council

Family Services

### Servicios para familias

Tel. 415- 864 0554  
Fax: 415-701 1868

**Nuestras horas de oficina son:**

de Lunes a Viernes de 9:30 a.m.  
a 7:30 p.m. y los Sábados

de 7:00 a.m. a 1:00 p.m.

**Office Hours:**

Monday through Friday  
from 9:30 a.m. to 7:30 p.m. and

Saturday from 7:00 a.m. to 1:00 p.m.

### CENTER from page 1

to be opening this Access Point center, which is the center, the connection of homeless families to receive services in the city. Our function is to establish and be the bridge so that homeless families can receive the services they need, be it shelter and shelter, be it references for low-cost housing, or subsidized rent programs," said Cartagena.

Founded in 1907, Catholic Charities is part of the Archdiocese of San Francisco but its actions are independent. With the motto of "charity and justice" the organization was created in the Bay Area to help the orphans of the San Francisco earthquake.

At the opening of the premises last week, attended by various personalities and officials of the city. Mayor London N. Breed said the problem of the homeless is great especially in California. Of all the homeless people in the country, 24 percent are in California, Breed said.

"This center will pro-

### SALUD de la página 1

tener proteínas limpias, carbohidratos no procesados y grasas no tóxicas.

Los investigadores llegaron a esta conclusión al evaluar la información de la Tercera Encuesta Nacional de Examen de Salud y Nutrición (NHES III), que recopiló datos de casi 34,000 personas desde 1988 hasta 1994. Del grupo de datos, 1,200 participantes fueron diagnosticados con cáncer en el momento de el estudio.

Los que participaron en la encuesta mantuvieron un diario de alimentos donde rastreaban lo que comían durante el día. Estas dietas documentadas se clasificaron según la calidad nutricional, siguiendo las pautas dietéticas del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA).

Luego se realizó un seguimiento de los partici-

antes durante 17 años; durante ese tiempo, la mitad de los encuestados iniciales ya murieron. Sin embargo, aquellos que pudieron mantener una dieta balanceada y nutritiva redujeron su riesgo de morir temprano debido al cáncer y otras causas en un 65 por ciento, en comparación con aquellos cuyas dietas se consideraron de baja calidad nutricional.

### EDITORIAL de la página 2

Los estadounidenses son frecuentemente culpables de apropiación cultural en sus celebraciones.

A los niños pequeños se les enseña sobre el Día de Acción de Gracias en la escuela, donde a menudo aprenden de la primera fiesta a través de manualidades y dibujos. Además de las representaciones de pavos, el Mayflower y los peregrinos

most marginalized, those who are most defenseless. Families that are losing their homes; families that suffer from fear and even the terror of going out on the street. Every man needs to live with dignity. This center stands as a center that will enlighten and empower the Hispanic community. That they are not afraid, that they leave, that the church is with them," Agudo said.

In a city where a one-bedroom apartment is worth 3,000 or 4,000 dollars; One of the biggest problems is economic, said Cartagena. "This implies that many families can not afford a rent. The rent is very high and the income of the family is much less ... We are forced to have to share an apartment with three or four families to be able to sustain this. We are talking about Latino immigrant families who earn less than twelve hundred dollars a month; It is not enough to pay the rent and there is the problem of the homeless.

"Cartagena concluded

See CENTER page 6

nos, muchos niños decoran tocados nativos americanos, que a menudo no se parecen a los tocados, la ropa y las plumas que usaban los indios Wampanoag.

Estas referencias históricas inexactas se realizan cada año, lo que hace que la batalla por la igualdad y la representación precisa sea una constante para los nativos americanos

Ver EDITORIAL página 5

"También es crucial que los sobrevivientes de cáncer trabajen con sus dietistas para identificar un régimen de dieta balanceada y luego seguir ese régimen", agregó Deshmukh. "No hay daños [por] una alimentación saludable".

Otras formas de re-

Ver SALUD página 6

teachers made it seem like Thanksgiving was a holiday to look forward to. The New York City public education system told me what Thanksgiving was all about.

I was very careful to regurgitate what they taught me when tested so I wouldn't get a failing grade. When I was older though I was told the truth by my family.

My great, great, great grandfather was a part of a band of Black Indians in Florida, hence my unique and Native American-sounding last name. It seems I come from a long line of warriors and activists. I am a revolutionary not by choice but by lineage. When I did finally learn, there was no stopping me. Whenever someone asked what I was doing for Thanksgiving I proudly stated that I no longer celebrate it. Thanksgiving day should be known

### CENTRO de la página 1

inmigración y financiamiento para pagar arriendos. "Estamos muy contento de estar abriendo este centro de Punto de Acceso que es el centro, la conexión de familias sin-casa para recibir servicios en la ciudad.

Nuestra función es establecer y ser el puente para que familias sin-casa puedan re-

as National Land Theft and American Genocide Day.

I learned that in 1637 the body of a white man was discovered dead in a boat. Armed settlers — which we tell our children were God fearing, gentle, sharing, kind Pilgrims — invaded a Pequot village. They also set the village, which included many children, on fire. Those who were lucky enough to escape the fire were systematically sought, hunted down and killed.

While many, including historians, still debate what exactly happened this day, also known as the Pequot Massacre, it directly led to the creation of "Thanksgiving Day." This is what the governor of Bay Colony had to say days after the massacre, "A day of thanksgiving. Thanking God that they

See EDITORIAL page 6

cibir los servicios que ellos necesiten, ya sea abrigo y refugio, ya sea referencias para vivienda de bajo costo, o programas de renta subsidiada", dijo Cartagena.

Fundada en 1907, Cárdenas Católicas es parte de la arquidiócesis de San Francisco pero su accionar es independiente. Con el

Ver CENTRO página 5

## Arte & Entretenimiento Arts & Entertainment



Bailarines de Veracruz

### Bailarines de Veracruz rompen récord Guinness con *La Bamba*

Más de 2,000 personas bailaron simultáneamente al famoso himno

—por los servicios de noticias de *El Reportero*

Otro récord mundial de Guinness se estableció ayer en suelo mexicano: 2,370 hombres, mujeres y niños bailaron simultáneamente con la canción popular mexicana *La Bamba*.

El exitoso intento de registro tuvo lugar en el centro histórico de Xalapa, la capital de Veracruz.

*La Bamba*, un ejemplo del estilo musical de hijo jarocho de Veracruz, se considera un himno del estado de la costa del Golfo.

La canción fue tocada en vivo durante el baile de masas de ayer por el grupo Tlen Huicani.

Sin embargo, no fueron solo los jarochos, como se conoce a los nativos de Veracruz, quienes tuvieron el honor de reclamar el

nuevo disco como bailarines del estado de México, Puebla, Hidalgo y Morelos, entre otros estados, que también participaron.

Todos los participantes se vistieron con trajes blancos tradicionales adornados con corbatas rojas para los hombres y bufandas rojas para las mujeres.

El intento de récord anual fue organizado por el conjunto de ballet folklórico de la Universidad de Veracruz.

El anterior récord de *La Bamba* fue establecido hace un año por 1,938 bailarines profesionales y aficionados.

Todo tipo de extraños y maravillosos Guinness World Records se han establecido en México.

Incluyen el mazapán más grande del mundo, el mosaico de cuentas más grande, el torneo más grande de futbolín y, por supuesto, la preparación de la mayor cantidad de flautas o tacos fritos crujientes.

Fuente: Excélsior (sp),

Al Calor Político (sp).

#### Matar a Jesús, ganador de los premios Macondo en Colombia

La película Matar a Jesús, película premium de la colombiana Laura Mora, fue la gran ganadora en esta capital de los Premios Macondo 2018, ganando cinco de las 11 nominaciones.

La película ganó las categorías de Mejor Película, Mejor Dirección, Mejor Guión, Mejor Sonido y Mejor Actor de reparto para Camilo Escobar.

La película, que también es candidata de Colombia a Goya, narra la vida de Paula (Natasha Jaramillo), una niña de 22 años que conoce al asesino de su padre y decide hacerse cargo de la justicia.

La película se filmó con actores no profesionales durante 36 días en la ciudad de Medellín,

Ver ARTES página 6

### Veracruz dancers break a Guinness record with *La Bamba*

Over 2,000 people danced simultaneously to the famous anthem

—by the *El Reportero's* news services

Yet another Guinness World Record was set on Mexican soil yesterday: 2,370 men, women and children danced simultaneously to the Mexican folk song *La Bamba*.

The successful record attempt took place in the historic center of Xalapa, the capital of Veracruz.

*La Bamba*, an example of Veracruz's son jarocho musical style, is considered an anthem of the Gulf coast state.

The song was played live during yesterday's mass dance by the group Tlen Huicani.

However, it was not just jarochos, as natives of Veracruz are known, who had the honor of claiming the new record as dancers from México state, Puebla, Hidalgo and Morelos, among

other states, also took part.

All the participants dressed in traditional white costumes adorned with red neck ties for men and red scarves for women.

The annual record attempt was organized by the folkloric ballet ensemble of the University of Veracruz.

The previous *La Bamba* record was set a year ago by 1,938 professional and amateur dancers.

All manner of weird and wonderful Guinness World Records have been set in Mexico.

They include the world's biggest marzipan, the biggest bead mosaic, the largest foosball tournament and – of course – preparation of the largest number of flautas, or crispy, fried tacos.

Source: Excélsior (sp), Al Calor Político (sp).

#### Matar a Jesus, Winner of the Macondo Awards in Colombia

The film Matar a Jesus, premium film by Colombian Laura Mora,

See ARTS page 6

## Calendario & Turismo Calendar & Tourism



El Gran Cascanueces ruso. The Great Russian Nutcracker

### Anunciando el tour de la Paloma de la Paz de Moscú en Cupertino

Compilado por el equipo de *El Reportero*

Tour de Paz Paloma! Las entradas están a la venta en Cupertino.

Experimente el Tour de la Paloma de la Paz de Ballet de Moscú, extendiendo la buena voluntad en más de 100 ciudades de América del Norte en esta temporada de vacaciones, y presentando intérpretes de clase mundial.

Leyendas populares rusas Papá Noel y Snow Maiden, telones de fondo pintados a mano por maestros rusos; y una Paloma de la Paz con una envergadura de 20 pies: el Gran Cascanueces ruso hace que el espíritu navideño cobra vida para todas las edades.

El 18 de diciembre. Visite [www.nutcracker.com/your-city](http://www.nutcracker.com/your-city) para obtener los mejores asientos.

#### No te pierdas esta espectacular exposición de arte

Anthony Holdsworth exhibirá una variedad de pinturas creadas en Oakland, San Francisco, Ita-

lia y México, así como pinturas de jardines.

Exposición de vacaciones

Los trabajos publicados aquí son algunos ejemplos de las puntuaciones de pinturas, grandes y pequeñas, disponibles para comprar en mi estudio. Muchos también existen como impresiones de archivo en papel o lienzo, a precios mucho más bajos.

La mayoría de estas obras fueron creadas en la ubicación. Transmiten la experiencia, durante muchas horas o días, de un lugar en particular. Deben ser vistos en el original, no en una pantalla, para disfrutarlos al máximo.

Se servirán refrescos y capuchinos. En sábado - domingo 24 al 25 de noviembre, de 1 p.m. a 6 p.m.

#### John Santos con Kenny Washington y José Roberto Hernández

El percusionista, director de orquesta, ganador del Premio de las Artes de la Herencia Latina de San Francisco 2012, el Direc-

tor Artístico Residente de SFJAZZ (2013 y 2014) y el miembro de los Artistas Fontanals, John Santos, es uno de los principales exponentes de la música afro-latina en el mundo de hoy, conocido por su uso innovador de formas e instrumentos tradicionales en combinación con la música contemporánea.

Santos se ha ganado mucho respeto y reconocimiento como prolífico intérprete, educador, compositor, escritor, programador de radio y productor de eventos / grabaciones cuya carrera abarca más de 40 años.

El viernes 30 de noviembre, 11:30 Puertas: 7:30 p.m. / Show: 8:00 p.m.

#### Downtown Redwood City Hometown Holidays

Sumérgete en el espíritu navideño y únete a las festividades mientras Downtown Business Group de Redwood City organiza Hometown Holidays, una fiesta para celebrar las fi-

Ver CALENDARIO página 5

### Announcing the Paloma de la Paz tour of the Moscow Ballet in Cupertino

Compiled by the *El Reportero's* staff

Peace Dove! Experience the Moscow Dove of Peace Ballet Tour, extending goodwill in more than 100 cities in North America this holiday season, and featuring world-class interpreters.

Russian folk legends Santa Claus and Snow Maiden, backdrops hand-painted by Russian masters; and a Dove of Peace with a wingspan of 20 feet: the Great Russian Nutcracker makes the Christmas spirit come alive for all ages.

On Dec. 18. Tickets are for sale in Cupertino. Visit [www.nutcracker.com/your-city](http://www.nutcracker.com/your-city) to get the best seats. Sunday, December 16, 2018 - 3:00 p.m. and 7 p.m. shows.

#### Do not miss this spectacular art exhibition

Anthony Holdsworth will be exhibiting a variety of paintings created

in Oakland, San Francisco, Italy and Mexico as well as garden paintings.

#### Holiday Exhibition

The works posted here are a few examples of the scores of paintings, large and small, available for purchase in my studio. Many also exist as archival prints on paper or canvas - at much lower prices.

Most of these works were created on location. They convey the experience, over many hours or days, of a particular place. They need to be viewed in the original not on a screen, to be fully enjoyed.

Refreshments and capuccinos will be served. On Sat - Sun - Nov 24 - 25, from 1 - 6 p.m.

#### John Santos w/ Kenny Washington and José Roberto Hernández

John Santos, a Multi Grammy-nominated percussionist, bandleader,

2012 San Francisco Latino Heritage Arts Award winner, SFJAZZ Resident Artistic Director (2013 & 2014) and US Artists Fontanals Fellow, is one of the foremost exponents of Afro-Latin music in the world today.

He's known for his innovative use of traditional forms and instruments in combination with contemporary music. He has earned much respect and recognition as a prolific performer, educator, composer, writer, radio programmer, and record/event producer whose career has spanned over 40 years.

Fri Sept 30, doors: 7:30 p.m. Show: 8 p.m. At Yoshi's, 510 Embarcadero West, Oakland.

#### Downtown Redwood City Hometown Holidays

Get in the holiday spirit and join the festivities as

See CALENDARIO página 5

**EDITORIAL de la página 3**

nos en los Estados Unidos.

**¡Feliz Día Nacional del Genocidio (Acción de Gracias)!**

por Nicole Breedlove

En 1637 el cuerpo de un hombre blanco fue descubierto muerto en un bote. Los colonos armados, que les decimos a nuestros hijos eran peregrinos temerosos de Dios, gentiles, compartidos y amables, invadieron una aldea de Pequot. También incendiaron la aldea, que incluía a muchos niños.

Acción de gracias nunca ha sido una fiesta de celebración en mi familia. Cuando mi familia cocinaba, siempre agrava-

decíamos a todos los nativos americanos que no fueron eliminados cuando Colón "descubrió" América. Nunca entendí por qué mi familia estaba tan en contra del Día de Acción de Gracias. En la escuela dibujamos pavos con nuestras manos y fue un momento feliz. Significaba un par de días libres de la escuela. Mis maestros hicieron parecer que el Día de Acción de Gracias era un día festivo para esperar. El sistema de educación pública de la ciudad de Nueva York me dijo de qué se trataba el Día de Acción de Gracias. Tuve mucho cuidado de regurgitar lo que me enseñaron cuando me hicieron la prueba para no obtener una calificación reprobatoria. Cuando era mayor, aunque mi fa-

milia me dijo la verdad. Mi tío, tatarabuelo, formó parte de una banda de Black Indians en Florida, de ahí mi apellido único y de origen nativo americano. Parece que vengo de una larga lista de guerreros y activistas. Soy un revolucionario no por elección sino por linaje. Cuando finalmente aprendí, no hubo forma de detenerme. Cada vez que alguien me preguntaba qué estaba haciendo para Acción de Gracias, afirmaba con orgullo que ya no lo celebro. El día de Acción de Gracias debe ser conocido como el Día Nacional de Robo de Tierras y el Día del Genocidio Americano.

Me enteré de que en 1637 el cuerpo de un hom-

bre blanco fue descubierto muerto en un bote. Los colonos armados, que les decimos a nuestros hijos eran peregrinos temerosos de Dios, gentiles, compartidos y amables, invadieron una aldea de Pequot. También incendiaron la aldea, que incluía a muchos niños. Los que tuvieron la suerte de escapar del fuego fueron sistemáticamente buscados, perseguidos y asesinados. Si bien muchos, incluidos los historiadores, todavía debaten qué sucedió exactamente este día, también conocida como la Masacre de Pequot, condujo directamente a la creación del "Día de Acción de Gra-

**Ver EDITORIAL página 7**

**CENTRO de la página 3**

lema de "caridad y justicia" la organización fue creada en el Área de la Bahía para ayudar a los huérfanos del terremoto de San Francisco.

A la inauguración del local la semana pasada, asistieron diversas personalidades y oficiales de la ciudad. La alcaldesa London N. Breed dijo que el problema de los sin-casa es grande sobre todo en California. De todas las personas sin-casa en el país, el 24 por ciento está en California, dijo Breed.

"Este centro proveerá servicios no solo para las familias sin-casa que trimestralmente batallan en nuestras calles, pero también para

nuestra comunidad de inmigrantes. Como sabemos, tenemos un Presidente que todos los días ataca a nuestra comunidad de inmigrantes... pero a pesar de estos ataques y las amenazas, continuaremos ofreciendo recursos para nuestra comunidad", aseveró Breed.

La alcaldesa informó que este nuevo centro es parte de un sistema municipal coordinado de cinco centros para familias que han perdido sus hogares; para que entren a un sistema de ayuda de protección, albergue y vivienda permanente. La ciudad provee ayuda a 50 personas semanalmente y esperando en la fila

**Ver CENTRO página 6**

**HONDUREÑOS de la página 3**

adicional a cualquier intento de escalarlo ilegalmente. Con otras dos caravanas que actualmente viajan a través de México, los funcionarios de Tijuana han estimado que la cantidad de migrantes en la ciudad podría alcanzar los 10,000, lo que aumenta las preocupaciones sobre la capacidad de la ciudad para hacer frente a una gran cohorte.

En el mismo tweet, agregó: "Del mismo modo, los EE. UU. No están preparados para esta invasión y no lo tolerarán. Están causando crimen y grandes problemas en México. ¡Vete a casa!"

En una publicación posterior de Twitter, Trump escribió: "Los inmigrantes ilegales que intentan ingresar a los EE. UU., A menudo orgullosamente enarbolan la bandera de su nación cuando solicitan el Asilo de los EE. UU., Serán detenidos o rechazados. ¡Los dems deben aprobar Border Security & Wall AHORA!

El gobierno de los Estados Unidos ha desplegado 5,900 soldados en la frontera sur para reforzar la seguridad y también se está colocando alambre de púas en la valla fronteriza para actuar como un elemento disuasivo

"Si muero en el camino, al menos habré luchado por algo", dijo José Adán Núñez, de 24 años, a *The New York Times*.

Fuente: *El Universal* (sp), *Milenio* (sp).

**LATIN BRIEFS from page 1**

one way to show this inability to pay is through an applicants' use of a means-tested public benefit (like SNAP, Medicaid, SSI, and TANF). The proposed regulation would make that use of public benefits no longer a sufficient reason for receiving a fee waiver, effectively blocking over 244,000 eligible immigrants from citizenship because they simply cannot afford it.

"Encouraging citizenship is part of our tradition of welcoming immigrant communities. By excluding people from citizenship based on their level of wealth or class, the Trump administration is once again undermining our national values of equal treatment and diversity," said Gustavo Torres, Executive Director of CASA.

The National Partnership for New Americans (NPNA) and others fought for the fee waiver policy during the Obama administration and won in 2010. Since then, well over a million immigrants applied for the fee waiver in conjunction with their citizenship application. In 2017 alone, around 370,000 applicants for citizenship requested a fee waiver.

The proposed regulation would make it more difficult for eligible immigrants to apply for citizenship with U.S. Citizenship and Immigration Services (USCIS), which, according to new data released by the agency in late October, currently has a backlog of over 750,000 citizenship applications.

**IACRH's MESENI expresses concern over Nicaragua's strategy to prevent social protest**

Nov. 20, 2018 - The Special Follow-Up Mechanism for Nicaragua (MESENI) of the Inter-American Commission on Human Rights (IACRH) confirms with

**See LATIN BRIEFS page 7**

**GRAN APERTURA - VISITENOS!****Mariscos Culiacancito**

- Linguini Pesto & Mussels
- Seafood Tacos & Burritos
- Caldo de Pescado y Camarón

TODO ES FRESCO Y SALUDABLE

**KAROEKE 10pm-2am**

Viernes y Sábados

Reservar para Cumpleaños, Quinceañeras y Bautizos

2627 El Camino Real, Redwood City, CA  
Llámenos al 650.222.8177

**CALENDAR from page 4**

Redwood City's Downtown Business Group throws Hometown Holidays, a party to celebrate the holiday season, rain or shine! Guests can enjoy a parade, live entertainment, carnival rides, snow, Santa Claus photos and more. Plus, new

this year, there will also be a Children's Play area, featuring inflatable jump houses by Kidzz Star Jumpers, located on Broadway between Jefferson and Middlefield Streets. Hometown Holidays, a free, family-friendly event, takes place Decem-

**See CALENDAR page 8**

**THINKING OF BUYING OR SELLING A HOME?**

¿ESTÁ PENSANDO EN COMPRAR O VENDER UNA CASA?



Alex Mora

REALTOR®

**KELLER WILLIAMS**

REALTY

San Francisco Properties

Direct: 415-533-0688

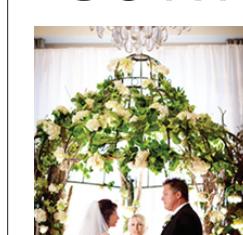
SFNativeAgent@gmail.com

www.SFNativeAgent.com

BRE License #01327712

MLS

AN INDEPENDENT MEMBER BROKER

**CONNY PRADO**

PREPARACIÓN DE IMPUESTOS INCOME TAX

MATRIMONIOS/BODAS  
PRIVATE & CONFIDENCIAL  
MATRIMONIES

3462 Mission St. SF 415-94110 - 415-826-1530

**Pancho Villa Taqueria**

**HANDCRAFTED QUALITY MEXICAN FOOD**

**SFPANCHOVILLA.COM**

3071 - 16TH ST., SFENTRE VALENCIA Y MISSION  
PANCHO VILLA EN SAN MATEO 'B' STREET 4TH AVE.

**COMIDA MEXICANA  
DE CALIDAD  
PREPARADA A MANO**



**EL TORO TAQUERIA**

**ESQUINA DE: 17TH Y VALENCIA STREETS TLF. 415-431-3351**

**CALENDARIO de la página 4**

estas, ¡llueva o truene! Los huéspedes pueden disfrutar de un desfile, entretenimiento en vivo, juegos mecánicos, nieve, fotos de Papá Noel y más. Además, como novedad este año, también habrá un área de juegos para niños, con casas de salto inflables de Kidzz Star Jumpers, ubicadas en Broadway entre las calles Jefferson y Middlefield.

Hometown Holidays, un evento gratuito para familias, se lleva a cabo el 1 de diciembre a partir de las 10 am en Courthouse Square.

• Las características de la celebración:

• Desfile tradicional de vacaciones para niños.

• Entrada gratuita al Museo de Historia del Condado de San Mateo.

• Una increíble zona de juegos de nieve agradable para los niños.

• Entretenimiento en vivo mostrando SOJ Big Band

• Área de juegos para niños

• Fotos de Papá Noel

en el Museo de Historia.

- Paseos de carnaval
- Vendedores de comida y artesanía

Iluminación anual del árbol del ayuntamiento en la esquina de Hamilton y Broadway

El tren de la colección de juguetes Holiday Train de Caltrain llega a la plataforma de la estación Sequoia de Redwood City aproximadamente a las 6:10 pm. Con miles de luces y adornos navideños, el Holiday Train hace paradas en la estación de 20 minutos, donde Santa, la Sra. Claus, Frosty y la pandilla bajan del tren para saludar a los niños y difundir la alegría de las fiestas. Traiga a la familia a unirse a la diversión, junto con un juguete nuevo y sin envolver para donar a Holiday Train Toy Drive.

Los detalles se pueden encontrar en www.hometownholidays.org, o llame a la línea directa de Hometown Holidays al 650-455-5144 o envíe un correo electrónico a info@hometownholidays.org.

**CALENDAR from page 4**

ber 1st starting at 10am on Courthouse Square. The celebration features:

• Traditional children's holiday parade

• Free admission to the San Mateo County History Museum

• An incredible, kid-pleasing snow play area

- Live entertainment showcasing SOJ Big Band
- Kids' Play Area
- Santa Claus Photos in the History Museum
- Carnival Rides
- Food and Craft Vendors
- Annual City Hall Tree Lighting on the corner of Hamilton and Broadway

**Ver CALENDARIO página 6**

**SALUD de la página 3****ducir el riesgo de cáncer**

Además de tener una dieta saludable, otras formas de reducir naturalmente el riesgo de tener cáncer incluyen:

- Evitar el tabaco: diferentes tipos de cáncer, como el cáncer de garganta, pulmón y riñón, ya se han relacionado con la exposición al tabaco. Esto no solo se limita a fumar tabaco, sino que también incluye masticarlo, así como la exposición al humo de segunda mano.

- Ejercicio: mantener un estilo de vida saludable no solo incluye una dieta

saludable, también incluye tener suficiente actividad física durante el día. Esto le ayudará a mantener un peso saludable, lo cual es importante ya que se ha determinado que la obesidad es un factor de riesgo para algunos tipos de cáncer. Para los adultos, se recomiendan al menos 150 minutos de actividad de intensidad moderada (como una caminata rápida) o 75 minutos de actividad vigorosa (o actividades que lo hagan sudar) a la semana.

- Mantenerse alejado de demasiada luz solar: los daños rayos del sol

**CENTER from page 3**

that it is more economical to keep that family in their apartment or house than having to afford them shelter and shelter. The average cost to give refuge to a family is between 30 and 40 thousand dollars. "It's much cheaper to help them pay the rent so that it is not evicted ... we do not feel bad because we need help. Let's not have grief or fear. If we need help, let's look

for it. There are programs like ours and we are here to serve them," he said. Jilma Meneses, Executive Director of Catholic Charities, said the organization has been working in San Francisco, Mari and San Mateo for more than 150 years. Similar programs are also developed in the Bayview neighborhood. The city of San Francisco is helping to finance the center. But the fundraising campaigns must continue "to

pueden provocar el desarrollo de cáncer de piel, uno de los tipos más comunes de cáncer. Estos son más fuertes entre las 10:00 a.m. a las 4:00 p.m., así que evite salir durante estos horarios. Cubrir las áreas expuestas y evitar las lámparas solares también reduce el riesgo de cáncer de piel.

Lea más noticias y desarrollos sobre la prevención y el tratamiento del cáncer visitando *Cancer.news*.

Las fuentes incluyen: NaturalHealth365.com MedicalXpress.com MayoClinic.org Cancer.org

**HEALTH from page 1**

most 34,000 people from 1988 to 1994. From the data set, 1,200 participants were diagnosed with cancer in the time of the study.

Those who participated in the survey kept a food diary where they tracked what they ate during the day. These documented diets were classified according to nutritional quality, following the dietary guidelines of the United States Department of Agriculture (USDA).

Then the participants were followed for 17 years; During that time, half of the initial respondents have already died. However, those who were able to maintain a balanced and nutritious diet reduced their risk of dying early due to cancer and other causes by 65 percent, compared to those whose diets were considered of low nutritional quality.

"It is also crucial that cancer survivors work with their dietitians to identify a balanced diet regimen and then follow that regimen," Deshmukh added. "There is no harm [from] healthy eating."

**Other ways to reduce the risk of cancer**

In addition to having a healthy diet, other ways to naturally reduce the risk of cancer include:

- Avoid tobacco: different types of cancer, such as throat, lung and kidney cancer, have already been linked to tobacco exposure. This is not only limited to smoking tobacco, it also includes chewing it, as well as exposure to secondhand smoke.

- Exercise: maintaining a healthy lifestyle not only includes a healthy diet, it also includes having enough physical activity during the day. This will help you maintain a healthy weight,

which is important since it has been determined that obesity is a risk factor for some types of cancer. For adults, at least 150 minutes of moderate intensity activity (such as a quick walk) or 75 minutes of vigorous activity (or activities that make you sweat) a week are recommended.

- Stay away from too much sunlight: the harmful rays of the sun can cause the development of skin cancer, one of the most common types of cancer. These are stronger between 10:00 a.m. at 4:00 p.m., so avoid going out during these times. Covering exposed areas and avoiding sunlamps also reduces the risk of skin cancer. Read more news and developments about cancer prevention and treatment by visiting *Cancer.news*.

The sources include: NaturalHealth365.com MedicalXpress.com MayoClinic.org Cancer.org

**ARTES de la página 4**

Original y Mejor Edición. Por otro lado, Amalia la Secretaria, dirigida por Andrés Burgos, fue la ganadora en las categorías de Mejor actriz principal para Marcela Benjumea, Mejor actor principal para Enrique Carrizo y Mejor Actriz de reparto para Patricia Tamayo.

"Esta es una película que invita al reconocimiento del otro en un momento muy relevante de nuestra historia política en el que tenemos que reconocernos", dijo su director, cuyo debut ha recibido múltiples premios en todo el mundo en el último año.

La película *Virus Tropical* ganó el premio Macondo a la Mejor Animación, Mejor Canción Original para Adriana García Galán y popularidad; mientras que *Amazona* fue seleccionada como Mejor Documental y recibió otros dos premios: Mejor Música

**Ver ARTES página 6**

Marcela Benjumea, Best Lead Actor for Enrique Carrizo and Best Supporting Actress for Patricia Tamayo.

The film *Sal* won the categories of Best Direction of Photography for David Gallego, Best Costume and Best Art Direction for Marcela Gómez.

The annual gala of the Colombian Academy of Cinematographic Arts and Sciences also awarded two prizes to the production Sie-

**See ARTS page 6**



Serving over 3,000 children, youth, seniors, and families at 11 sites in San Francisco with empowering social services and a continuum of care.

362 Capp St.  
San Francisco, CA 94110  
415-206-7752  
[www.mnccsf.org](http://www.mnccsf.org)

**El Reportero Anúnciese con nosotros.**

COCINA & PIZZA INDIA  
FREE DELIVERY  
COCINA INDIA & PIZZA

**ZANTE**  
3489 Mission St. San Francisco, CA 94110

Tel: 415-821-3949 Fax: 415-821-3971

[www.zantespizza.com](http://www.zantespizza.com)

"La cultura de una persona se define en cuanto se ha viajado, y de la variedad de comidas que uno ha probado - de las diferentes culturas y los diferentes países. Zante cuenta con unos platillos exquisitos y con ricas especies de la Cocina India".

TONY, propietario

**UNIVERSAL Bakery and restaurant guatemalteco**

Exquisitos  
platillos de la  
cocina  
Guatemalteca



PAN FRESCO SALUDO DEL HORNO TODOS LOS DÍAS

dos localidades  
3458 Mission St  
San Francisco

2803 Geneva Ave  
Daly City  
(415) 821-4971  
[universalbakeryinc.com](http://universalbakeryinc.com)

**COLUMNA de la página 2**

obtener asilo en EE.UU. El gobierno federal de Mexico deberá generar visas humanitarias con permisos de trabajo. Y en este rubro, el Gobierno de México deberá integrar a las empresas fronterizas en la oferta de empleos en el marco del Programa "Jóvenes Construyendo el Futuro" que inicia el 1ero de diciembre 2018 que incluya migrantes Mexicanos retornados y transmigrantes.

Además deberá activarse a la brevedad el Plan de Cooperación con Centroamérica que coordina el futuro Canciller Mtro Marcelo Ebrard Casaubon con mayor involucramiento del Consejo Asesor de Empresarios, varios de ellos con fuertes inversiones en Centroamérica como @Ricardo Salinas Pliego de Grupo Salinas. Este Plan debe estar avanzado en sus propuestas a ejecutar en por lo menos 80 por ciento de acuerdo a declaraciones de Ebrard. La meta principal del Plan es generar empleos dignos especialmente en los tres países con mayor expulsión de manera que mayor desarrollo económico disminuya sensiblemente la migración.

Es urgente que el gobierno federal genere una

partida presupuestal para apoyar a la red de albergues de Tijuana, no debe esperarse al cambio sexual ya que las próximas dos semanas son cruciales. No atender la magnitud de este problema rebasaría al gobierno municipal de Tijuana y podrían estallar crisis inéditas y conflictos sociales inimaginables. Ya hay señales preocupantes de malestar y brotes antiinmigrantes radicalizados de núcleos de población tijuanense como se ha observado en la Colonia Playas de Tijuana.

Es hora de que manera coordinada gobierno federal saliente y entrante se coordinen con gobierno municipal de Tijuana y Gobierno Estatal de Baja Califor para atender el problema y evitar que la situación conflictiva crezca. No hay tiempo que perder. No hay muchas opciones y debe actuarse de inmediato. Es también una tarea para empresarios y sociedad civil. No es saludable esperar que la situación se agrave para actuar y generar respuestas que deberán ser de corto, mediano y largo plazo.

La última noticia es que un Juez de SF ha impuesto un veto a la legislación ejecutiva de Trump que limita el derecho a pedir asilo en la frontera a los miembros de la Caravana por 90 días.

En mi percepción esta orden del Juez no limitará la efectividad temporal de la orden ejecutiva de Trump y me parece serán muy pocos los que logren tramitar sus peticiones y deberán esperar varios meses en Tijuana o en otras ciudades fronterizas.

Ahora la gran mayoría han optado por Tijuana y las autoridades de la Ciudad dicen que solo pueden sostener a los migrantes de la Caravana por seis días. Intuyo que se acercan días muy difíciles para los migrantes en la frontera de Tijuana.

(Bernardo Méndez es director del América Sin Muros y ex Cónsul de México).

**LATIN BRIEFS from page 5**

concern that the State of Nicaragua has adopted a strategy to prevent any form of social protest or demonstration.

Since the publication of press releases by the National Police, which first blamed those who called for public demonstrations for the violent events that occurred there, and later declared illegal any demonstration that did not have prior authorization from the police authority, the MESENI identified limitations that violate international human rights standards.

The disproportionate preventive deployment of riot police personnel, as well as other police units in traditional protest locations, now joined the occupation of commercial establishments where small acts of protest had taken place. Thus, this pattern of extreme limitation of the right to protest manifested itself more concretely.

The arrests in Somoto and in a shopping center



in Managua in recent days, with the subsequent indictment of criminal charges for singing the national anthem in a small act of public protest or for photographing the police deployed in the shopping center, now show the decision to criminalize any demonstration of dissent.

As the IACHR has insistently told the State of Nicaragua, social protest and freedom of expression cannot be seen as a threat in democratic societies. In particular, in the context in which the country lives today, social protest and freedom of expression are tools that

will contribute to exploring dialogue mechanisms that ensure peace, reconciliation and guarantee truth, justice and reparation to which the victims are entitled, especially the hundreds of families who have lost their loved ones.

The IACHR calls for the generation of actions that also ensure the non-repetition of the human rights violations that have been observed during the crisis that the country has been facing since last April. The exercise of freedom of expression and the right to protest will also contribute to the construction of these actions in dialogue.

**ARTES de la página 6**

**Guerra Mundial** El encarcelamiento japonés-estadounidense recibió el Premio Charles Redd 2018 a la Excelencia en Exposición por parte de la Asociación de Museos Occidentales en su reunión anual el 22 de octubre. Es el principal galardón de exhibición otorgado anualmente por la organización profesional de la industria, que sirve el oeste de Estados Unidos, el oeste de Canadá y el Pacífico. Los ganadores se eligen independientemente

de la ubicación geográfica, el tamaño, el presupuesto o la disciplina. Entre los ganadores anteriores se incluyen el Museo de Arte Boise, el Museo de Oakland de California, el Museo de Vancouver y el Museo J. Paul Getty, entre otros.

La Asociación de

Museos Occidentales es-

cribió: "Exclusión: el

Papel del Presidio en la

Segunda Guerra Mun-

dial El Encarcelamiento

Japonés-Estadounidense

verdaderamente ejem-

plifica la excelencia de

la exposición por su im-

portante examen de un tema complejo, ya que tiene un impacto en el oeste de los Estados Unidos, y más allá".

El premio reconoce el logro sobresaliente de exposiciones temporales que alientan a los museos y al público a estudiar el oeste americano; utilizar la exposición innovadora y la programación pública; resultado de la colaboración creativa con comunidades u organizaciones externas; e involucrar al público en el tema de la exposición de manera convincente.

los últimos días, con la posterior acusación de cargos penales por cantar el himno nacional en un pequeño acto de protesta pública o por fotografiar a la policía desplegada en el centro comercial, ahora muestran la decisión de criminalizar cualquier manifestación de disidencia.

Como la CIDH ha dicho insistentemente al Estado de Nicaragua, la protesta social y la libertad de expresión no pueden considerarse una amenaza en las sociedades democráticas. En particular, en el contexto en el que vive el país hoy en día, la protesta social y la libertad de expresión son herramientas que contribuirán a explorar mecanismos de diálogo que garanticen la paz, la reconciliación y garantice la verdad, la justicia y la reparación a las que tienen derecho las víctimas, especialmente los cientos.

De las familias que han perdido a sus seres queridos.

La CIDH llama a la generación de acciones que también aseguren la no repetición de las violaciones a los derechos humanos que se han observado durante la crisis que el país ha estado enfrentando desde el pasado abril. El ejercicio de la libertad de expresión y el derecho de protesta también contribuirán a la construcción de estas acciones en el diálogo.

jobs, especially in the three countries with the greatest expulsion, so that greater economic development significantly reduces migration.

It is urgent that the federal government generate a budget to support the network of Tijuana hostels, we should not wait for the

See COLUMN page 8

**El Reportero**  
The Reportero | The bilingual newspaper  
**CLASIFICADOS / CLASSIFIED**  
(415) 648-3711  
2601 Mission St., Suite 105, San Francisco, California 94110  
email: Lreportero@aol.com web: www.elreporteroSF.com

**PUBLIC NOTICES****OPORTUNIDADES EMPLEOS  
JOB OPPORTUNITIES****EDITORIAL de la página 5**

cias". Un día de acción de gracias. Agradeciendo a Dios que habían eliminado a más de 700 hombres, mujeres y niños ". William B. Newell, un indio de Penobscot y ex presidente del Departamento de Antropología de la Universidad de Connecticut declaró: "Reunidos en este lugar de reunión, fueron atacados por mercenarios, ingleses y holandeses. Los indios fueron ordenados del edificio y cuando salieron fueron derribados, el resto fue quemado vivo en el edificio. Al día siguiente, el gobernador declaró el Día de Acción de Gracias. Durante los siguientes 100 años, cada Día de Acción de Gracias ordenado por un Gobernador fue en honor de la sangrienta victoria, agradeciendo a Dios que la batalla había sido ganada ". Cuando finalmente

**ARTS from page 6**

te Cabezas: Best Makeup and Best Visual Effects.

The Macondo de Honor Prize was awarded to the actor Alvaro Rodriguez, for his long professional career in the seventh art.

Presidio's Exclusion awarded the 2018 Charles Redd Award for Exhibition Excellence by the Western Museums Association for Work Illuminating the American West

Presidio's exhibition Exclusion: The Presidio's Role in World War II Japanese American Incarceration was awarded the 2018 Charles Redd Award for Exhibition Excellence by the Western Museums Association at their Annual Meeting on October 22. It is the major exhibition accolade granted annually by the professional industry organization that serves the Western United States, Western Can-

Piensa en los innumerables nativos americanos que perdieron la vida para que puedas tallar un pavo y obtener las mejores ofertas el Viernes Negro. Haga una oración por ellos, especialmente por los niños, que murieron simplemente por el color de su piel.

ada, and the Pacific. Winners are chosen regardless of geographical location, size, budget, or discipline. Past winners have included the Boise Art Museum, the Oakland Museum of California, the Museum of Vancouver, and the J. Paul Getty Museum among others.

Western Museums Association wrote, "Exclusion: The Presidio's Role in World War II Japanese American Incarceration truly exemplifies exhibition excellence for its important examination of a complex issue as it impacts the Western United States - and beyond."

The award recognizes outstanding achievement of temporary exhibitions that encourage museums and the public to study the American West; utilize innovative exhibition and public programming; result from creative collaboration with outside communities or organizations; and engage audiences in the exhibition subject in compelling ways.

**COLUMNA de la página 2**

be said that the vast majority will be denied. No more than 7 percent will be able to obtain asylum in the US.

The federal government of Mexico must generate humanitarian visas with work permits. And in this area, the Government of Mexico must integrate border companies in the supply of

jobs within the framework of the "Youth Building the Future" Program that begins on December 1, 2018 that includes returning and transmigrant Mexican migrants.

In addition, the Cooperation Plan with Central America that coordinates the future Chancellor Mtro Marcelo Ebrard Casaubon with greater involvement

**COLUMNA de la página 7**

sexennial change since the next two weeks are crucial. Failure to address the magnitude of this problem will overtake the Tijuana municipal government and unprecedented crises and unimaginable social conflicts could erupt. There are already worrying signs of discontent and radicalized anti-immigrant outbreaks of Tijuana population centers, as has been observed in the Colonia Playas de Tijuana.

The latest news is that a SF judge has imposed a veto on Trump's executive legislation that limits the right to asylum at the border to members

of the Caravan for 90 days.

In my opinion this order of the Judge will not limit the temporary effectiveness of Trump's executive order and it seems to me that very few will be able to process their requests and will have to wait several months in Tijuana or other border cities.

Now the vast majority have opted for Tijuana and the City authorities say they can only hold the migrants of the Caravan for six days. I sense that very difficult days are approaching for migrants on the Tijuana border.

(*Bernardo Méndez is director of América Sin Muros and ex Consul of Mexico.*)

**HONDURANS from page 3**

labeled Tijuana's Trump, has also spoken out against the caravan, declaring that the migrants are not wanted.

United States President Trump yesterday seized on the mayor's opposition to the migrants, writing on Twitter that "The Mayor of Tijuana, Mexico, just stated that 'the City is ill-prepared to handle this many migrants, the backlog could last 6 months.'

In the same tweet, he added: "Likewise, the U.S. is ill-prepared for this invasion, and will not stand for it. They are causing crime and big problems in Mexico. Go home!"

In a subsequent Twitter post, Trump wrote: "Il-

legal Immigrants trying to come into the U.S.A., often proudly flying the flag of their nation as they ask for U.S. Asylum, will be detained or turned away. Dems must approve Border Security & Wall NOW!"

The United States government has deployed 5,900 troops to the southern border to bolster security and barbed wire is also being affixed to the border fence to act as an additional deterrent to any attempts to scale it illegally.

With two other caravans currently traveling through Mexico, Tijuana officials have estimated that the number of migrants in the city could reach 10,000, stoking concerns about the city's ability to cope

with such a large cohort.

There are already around 3,000 migrants on a waiting list to apply for asylum in the United States, meaning that the new arrivals, and future ones, face a lengthy wait just to have the opportunity to plead their case.

But after traveling more than 4,000 kilometers to reach Mexico's northern border, the vast majority are determined to do all they can to enter the United States, even if that means attempting to cross illegally.

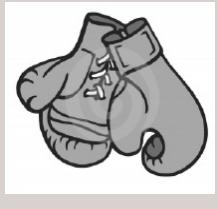
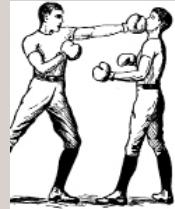
"If I die on the way, at least I will have fought for something," 24-year-old José Adán Núñez told The New York Times.

*Source: El Universal (sp), Milenio (sp).*

## Deportes Sports

### Boxeo – Boxing El Deporte de los Caballeros

The Sport of Gentlemen



**Saturday, November 24, 2018**

Sky Sports, DAZN - Click For More Details Denis Lebedev (31-2, 23 KOs) vs Mike Wilson (19-0, 8 KOs) -

**Saturday, November 24, 2018**

Hard Rock Hotel & Casino, Atlantic City HBO 10:00 p.m. ET -

Click For More Details Dmitry Bivol (14-0, 11 KOs) vs Jean Pascal (33-5-1, 20 KOs) -

**Friday, November 30, 2018**

Suncorp Stadium, Brisbane, Australia Check Your Local Listings - Click For More Details Jeff Horn (18-1-1, 12 KOs) vs Anthony Mundine (48-8, 28 KOs) -

**Saturday, December 1, 2018** Staples Center, Los Angeles, California Showtime, BT Sport - Click For More Details Deontay Wilder (40-0, 39 KOs) vs Tyson Fury (27-0, 19 KOs) -

**Saturday, December 8, 2018** Hulu Theater, Madison Square Garden, New York City



Juntos, Construimos una Mejor California

Más de 100,000 clientes de PG&E actualizan la información de contacto, se inscriben para recibir alertas de emergencia y se preparan, tanto para los incendios forestales como condiciones climáticas extremas.

Pacific Gas and Electric Company (PG&E) los clientes están respondiendo al llamado de acción por parte de la compañía de energía para actualizar su información de contacto, como parte de una campaña que exhorta a los clientes a tener un plan para la creciente amenaza de clima extremo e incendios forestales.

Para ayudar a educar a los clientes, PG&E ha enviado cartas, postales y correos electrónicos a más de 570,000 hogares y negocios atendidos por líneas eléctricas que pasan por áreas de alto riesgo de incendio, desde Bakersfield hasta la frontera de Oregon. La compañía está informando a los clientes que puede ser necesario que PG&E desconecte temporalmente la energía eléctrica, como último recurso de seguridad, en caso de que ocurran condiciones extremas de peligro de incendio.

Hasta ahora, más de 100,000 clientes de PG&E han actualizado sus números de teléfono móvil, direcciones de correo electrónico, entre otra información de contacto, para que PG&E pueda comunicarse con ellos a través de importantes mensajes de alertas de seguridad contra incendios forestales.

"Con el peor comienzo de la temporada 2018 de incendios forestales en los últimos 10 años, todos necesitamos estar mejor preparados para mantenernos prevenidos ante emergencias y salvaguardar a nuestros familiares y amigos", explicó Laurie Giannonna, vicepresidenta senior y directora de Servicio al Cliente de PG&E. "Estamos pidiendo a nuestros clientes que vivan en áreas con alto riesgo de incendio, o cerca de ellas, que se cercioren de que tenemos la información de contacto más reciente, para que podamos hacer todo lo posible al comunicarnos con ellos, ante la eventualidad de un posible apagado o desconexión general de energía por la seguridad pública (Public Safety Power Shutoff event)."

El programa de Apagado de Energía por Seguridad Pública es una de las muchas medidas adicionales de resguardo preventivo que la compañía está implementando, como parte de su Programa de Seguridad para la Comunidad contra Incendios Forestales, cuyo objetivo es reducir, aún más, las amenazas de incendios forestales y fortalecer a las comunidades para el futuro.

objetivo de PG&E es enviar alertas a los clientes a través de llamadas, mensajes de texto y correos electrónicos automatizados con 48 horas de anticipación, nuevamente, 24 horas antes, y al momento previo de cortar la energía.

Además de notificar a los clientes directamente, PG&E proporcionará actualizaciones e información sobre los apagones a través de canales comunitarios, tales como redes sociales, noticieros locales, radio, así como el sitio web: pge.com.

Es importante destacar que estas notificaciones previas son para un posible evento de apagado o desconexión de la energía por la seguridad pública, y ayudar así, a reducir el riesgo de fuegos forestales durante las condiciones de peligro de incendio más extremas. Sin embargo, la pérdida de energía puede ocurrir por una variedad de razones, tales como tormentas o respuesta ante emergencias y no se emitirán avisos previos. Incluso, cuando PG&E necesite desconectar la energía a petición de un organismo de respuesta inmediata, debido a un incendio forestal activo u otra situación en respuesta a emergencias.

#### Cómo Pueden los Clientes Tomar Acciones

PG&E agradece a aquellos clientes que han tomado medidas para asegurar que recibirán sus alertas de seguridad contra incendios forestales. Para los clientes que aún no han confirmado o actualizado su información de contacto, PG&E recomienda encarecidamente a todos que lo hagan ingresando en pge.com/mywildfiresafety o llamando al centro de contacto de PG&E (1-866-743-6589).

Los clientes pueden visitar pge.com/wildfiresafety para ingresar su dirección y averiguar si su hogar o negocio les corresponde una línea eléctrica que pueda estar apagada o desconectada por seguridad durante amenazas de incendios forestales (haga clic en "Check Your Address", bajo la pestaña "Shutting Off Power For Safety").

Los clientes también encontrarán consejos para preparar sus propios planes de emergencia.

#### Acerca de PG&E

Pacific Gas and Electric Company, filial de PG&E Corporation (NYSE: PCG), es una de las mayores compañías combinadas de gas natural y energía eléctrica en los Estados Unidos. Con sede en San Francisco, y más de 20,000 empleados, la compañía ofrece parte de la energía más limpia del país a casi 16 millones de personas en el norte y centro de California. Para obtener más información, visite www.pge.com y pge.com/news.

### EMBASSY SUITES – SAN FRANCISCO AIRPORT

# ¡El Lugar Ideal Para Tu Siguiente Celebración!



Para obtener más información, comuníquese con Erika Rodriguez al (650) 246-3178 o por correo electrónico a erika.rodriguez3@hilton.com



EMBASSY SUITES®

San Francisco Airport - S San Francisco

250 Gateway Blvd, South San Francisco, CA 94080

*El Reportero necesita representantes de ventas de publicidad con experiencia. Por favor llamar al 415-648-3711*

Para colocar un aviso publicitario en **El Reportero** para su empresa, llámenos al 415-648-3711