

Bien Hallados



La voz del emigrante

Eduardo

Parra

*La música
es mi hilo vital*

*Lethy
Hernández*

celebra
el Grito
de Dolores

CEO

Martín C. Abreu A.

Directora

Marlenis Castellanos Querales

Diseño

Jaime Santana

Equipo de redacción

Carmen Gómez Piñeres

Alberto Alain Acosta

Hugo Boscán

Andreína Alcántara

Xiomara Yamil Zambrano

Adriana Agudo Vicci

Anny Viloría Herrera

Italia Ángela Ameruoso

Argentina Martha Cobos Castellanos

México Ana María Zambrano

Apoyo editorial

Aminta Urdaneta Troconis

Carla Galíndez

bienhallados.org



Editado por



BienHallados es editado en por **Islas K**.
Las Palmas de Gran Canaria. Piletas. 35018.

Distribución nacional e internacional.
Se puede compartir el material, sin fines de lucro otorgando el debido crédito.

Portada: Eduardo Parra.

BienHallados está alineada con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de la Agenda 2030





“Es fácil llegar aquí”

“Es fácil llegar aquí”, dijo un político español refiriéndose a los inmigrantes. Quizás lo dijo con ligereza. Quizás olvidó —o nunca entendió— que migrar no es solo cruzar una frontera, abordar un avión o atravesar un mar. Migrar es arrancarse de raíz, es despedirse de una vida entera y enfrentarse a lo desconocido con más esperanza que certezas.

Lo que es fácil ver desde afuera rara vez lo es desde adentro. Dejar tu país no es una elección sencilla. No lo es dejar a tu familia, amigos, idioma y costumbres. No lo es llegar a un lugar donde tu nombre suena “raro”, donde tu acento delata que no naciste allí, donde tienes que empezar de cero. La migración es una experiencia profundamente humana, y como tal, está llena de complejidades emocionales, culturales y sociales.

Por eso, al hablar de migración, necesitamos cambiar la narrativa. No se trata de contar solo cuántos llegan, sino cómo llegan, por qué llegan, y qué ocurre después. Es momento de enfocarnos en los puntos que nos unen, no en los que nos

separan. En lugar de ver al inmigrante como *otro*, debemos vernos reflejados porque todos compartimos sueños, miedos, aspiraciones. Todos buscamos vivir con dignidad.

Migrar no es solo una historia de pérdida, también lo es de riqueza. Cuando se mezclan culturas, lenguas y experiencias, surge una oportunidad única: la de crear una sociedad más amplia, más empática, más humana. Las personas que viven entre dos mundos —el que dejaron y el que los acoge— tienen una visión más profunda de la vida. Y esa visión es una contribución valiosa que no debe ser ignorada, sino celebrada.

Decir que “es fácil llegar aquí” simplifica una realidad compleja. Reconocer lo que significa realmente migrar es el primer paso hacia una convivencia más justa y enriquecedora para todos.

Marlenis Castellanos

Contenido

Eduardo Parra Istúriz:
La música
es su hilo vital



6

El Grito de Dolores
resonó en Canarias



8

Café con Lethy



9

Las Palmas de Gran Canaria
quiere ser
Capital Europea de la Cultura



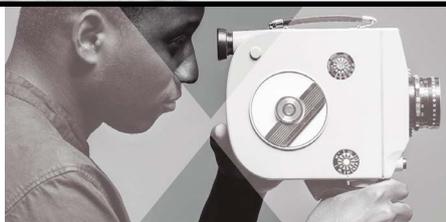
10

Cajas para un Sueño
2025



12

XI Muestra
de Cine Casa África



13

Mujer Salvaje:
retiro de dos días



14

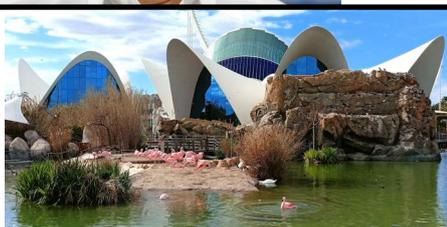
OCTUBRE 2025

15



La Ley Zerolo

16



Ciudad de las Artes
y las Ciencias
para toda la familia

18



Robert Redford
y la memoria emocional

20



Ratu Ratu Queens:
Cuatro indonesias
en Nueva York

22



Cada día me despierto
en una vida diferente

26



TalQualvos:
Puericultora Valeria Solohaga

27



El Alpende



Eduardo Parra Istúriz

La música

es su *hilo vital*

Martha Alejandra Cobos

Buenos Aires

Eduardo Parra Istúriz, natural de Caracas, Venezuela, se autodefine como un multi instrumentista. Para él, es un “hilo vital” que atraviesa toda su vida. En su infancia asistió a la *Casa de la Cultura de Yare*, donde aprendió a tocar cuatro, mandolina, timbales, guitarra y participó en el coro infantil, construyendo así una base que combinaba la tradición local con la curiosidad sonora.

Lleva varios años en Argentina donde, con voz propia y variada expresión instrumental, ha transformado sus raíces en puente cultural entre ambas naciones. Su carrera musical, rica en géneros y escenarios, lo posiciona como un referente de la fusión venezolana en suelo porteño, un artista que lleva su historia consigo, mientras genera comunidad y sonido.

Eduardo tenía 7 años cuando su familia se mudó a los Valles del Tuy (zona del centro de Venezuela). Desde pequeño estuvo en contacto con la cultura popular y vinculado al arte y a la música. En su casa se escuchaba música venezolana, y por eso lleva en la sangre la pasión y la investigación por este arte. Su padre le enseñó a tocar el timbal con una mesa y un vaso de vidrio, un recuerdo que aún lo acompaña.

En su adolescencia dirigió la Estudiantina de Sidetur (empresa siderúrgica) y fundó *Noche Gaitera*, su primera agrupación con proyección comercial.

Buscó orientación vocacional porque no sabía lo que quería estudiar. El resultado fue que podía ser un sociólogo, psicólogo o periodista. Se decidió por el periodismo, pensando que cerca de la radio o la televisión podía ser famoso con la música. “*En ese momento mi ideal era ser como Ricardo Montaner, porque me gustaba mucho*”, comentó Parra con orgullo.

Mientras estudiaba, empezó a trabajar en el Diario de Caracas, donde conoció a una de las referencias

del periodismo musical latinoamericano, Lil Rodríguez, quien lo inspiró a especializarse en este género informativo. Fue entonces cuando comenzó a compartir información en su [blog personal](#), revistas y publicaciones incluyendo las de investigación, y a canalizar el tema musical en todos los canales posibles.

Regresó a la música y ella lo llevó a escenarios internacionales, entre ellos el concierto de Silvio Rodríguez en Alamar, La Habana, junto a la Tropa Cósmica Venezolana.

En el 2006 trabajó en el *Centro de la Diversidad Cultural* en Caracas y allí conoció diversos artistas importantes, y afianzó su proceso investigativo con el testimonio de músicos como Serenata Guayanesa, Francisco Pacheco, Cecilia Todd, Gualberto Ibarreto, Hernán Gamboa, y otros artistas del folclore venezolano.

Desde su llegada a Buenos Aires su tránsito artístico ha estado activo, siendo un puente cultural entre Venezuela y Argentina. Desde 2017 se ha presentado en locales porteños y de Rosario, cantando canciones propias y con un repertorio de Silvio Rodríguez y Joan Manuel Serrat, en un acto que lleva por nombre **CanSiones con S de Silvio y Serrat**. También ha colaborado con las bandas de gaita Posta Gaitera y Gaiteros de CABA.

Luego de la pandemia se unió a *La Peña Venezolana*, como cuatrista y mandolinista.

En el 2023 creó junto a otros músicos, **Canções de la Esquina** y el espectáculo **Así Canta Venezuela**, con el deseo persistente de compartir identidades. Con ellos recibió el reconocimiento como música nacional del [Instituto Nacional de la Música](#) (INAMU) que da cuenta de que “*la obra de Parra Ortiz no solo tiene espacio, sino relevancia institucional en su país adoptivo*”.

YouTube: [eduparra75](#)

Instagram: [@eduparra75](#)



El *Grito de Dolores* resonó en Canarias

El martes 16 de septiembre el pueblo de Moya, al norte de Gran Canaria, compartió con los ciudadanos mexicanos el **Grito de Dolores**, Día de la Independencia de México.

Aunque México se independizó formalmente de España el 27 de septiembre de 1821, este importante acontecimiento se celebra el 16 de septiembre porque en esa fecha Miguel Hidalgo y Costilla llamó al pueblo a levantarse en armas contra el gobierno colonial.

En la madrugada de ese día, se produjo el conocido *Grito de Dolores*, en la Parroquia de Dolores (actual estado de Guanajuato), el sacerdote Miguel Hidalgo reunió a los habitantes del pueblo y desde el atrio de la iglesia los exhortó a tomar las armas contra el dominio español y la desigualdad social.

Este acto desencadenó un levantamiento popular que finalmente produjo la independencia.

“Los migrantes mexicanos que vivimos en Gran Canaria, quisimos disfrutar de este día como lo hacíamos cuando vivíamos en nuestro país, donde en plazas y ayuntamientos se celebra con ceremonias oficiales, música de mariachis y danzas folclóricas. Disfrutamos de la música, de la comida y las plazas se llenan de espectáculos y de decoraciones en verde, blanco y rojo”, explicó Leticia Hernández, presidenta de la **Asociación Mexicanos Unidos en Canarias**.

Recordó que, aunque las palabras exactas del Grito no están documentadas con precisión, al sacerdote se le atribuyen frases como *“¡Viva la Virgen de Guadalupe!”* y *“¡Viva México!”* Y que por ello este grito es el símbolo de la lucha por la libertad y la justicia de los mexicanos.



Café con Lethy

Marlenis Castellanos
Moya, Gran Canaria

Leticia Hernández está empeñada en compartir la historia, la cultura, el arte y la belleza de su México lindo y querido.

En su exposición pictórica **Artistas mexicanos**, inaugurada el 15 de septiembre en la Casa de la Cultura del Ayuntamiento Villa de Moya (Gran Canaria), muestra una serie de cuadros donde se plasma la evolución artística del país azteca.

Explica Leticia que con este proyecto se busca presentar la historia cultural a través del arte: *“Es una exposición que celebra la riqueza y diversidad cultural de México. En ella se reúnen obras de renombrados artistas contemporáneos y emergentes que, a través de su arte, capturan la esencia cultural, así como el folclor de México”,* explicó durante la inauguración.

Agregó que la pintura en México ha sido un medio de expresión que durante años ha tenido una alta presencia, incluso desde la pintura prehispánica, dado que las antiguas civilizaciones que se alojaron en tierras mexicanas ya utilizaban el arte para representar a sus dioses.

“Claro está que, así como ha sucedido en casi todo el mundo, el arte evoluciona. Los cambios son los que han permitido que elementos como la pintura o la escultura sean lo que conocemos a día de hoy. México ha sido un país que ha vivido mucho de su cultura, enriqueciéndola y honrando sus raíces en todo momento”, comentó mientras compartía café con los invitados al encuentro.

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

Fotos: Leticia Hernández



Las Palmas de Gran Canaria quiere ser *Capital Europea de la Cultura*

Carmen Gómez Piñera
Las Palmas de Gran Canaria

Las Palmas de Gran Canaria ya cuenta con el vídeo promocional para su candidatura a **Capital Europea de la Cultura 2031**. En un evento realizado en el *Espacio Cultural Jesús Arencibia*, en Tamaraceite, la alcaldesa de la ciudad, Carolina Darias, otras autoridades del ayuntamiento y diferentes colectivos culturales de los cinco distritos de la capital, presentaron la propuesta audiovisual realizada por el cineasta

Gonzalo López Gallego.

Explicó el realizador que el mensaje nació de una idea experimental, innovadora y sobre todo humana, que tiene como eje principal a las personas y sus potencialidades artísticas individuales y colectivas, entendiendo la riqueza de diversidad cultural con la que cuenta la capital grancanaria.

Agregó que el propósito del video, es proyectar las potencialidades y mejorar el ecosistema cultural donde los vecinos sean protagonistas de su propia cultura porque ésta se construye desde la base con la participación activa de la ciudadanía de la isla y todo el archipiélago.

“La candidatura no es un proyecto pensado solo para el año 2031, sino que busca contribuir con la transformación del modelo de gestión de cultura y en ese proceso de crecimiento, las comunidades ganan porque el contexto cultural se edifica desde la crítica, y Las Palmas de Gran Canaria tiene un potencial y un talento valioso por descubrir”, dijo.

Este es el tercer acto que se celebra para afianzar la propuesta en la que habrá más encuentros públicos, masivos y de calle, con colectivos artísticos y culturales. A la fecha, más de 100 proyectos han formalizado su inscripción, dijeron los voceros oficiales.

“El archipiélago canario es parte de una Europa diferente que sueña con protagonizar una auténtica rebelión, dando voz a miles de ciudades isleñas europeas que, pese a su situación geográfica, aspiran a estar en el centro de una nueva cultura europea. Los condicionantes naturales, económicos

y sociales, así como el respeto por el pluralismo cultural y la capacidad de superación, pueden tener un enorme valor para otras ciudades, tanto insulares, como continentales”, indicaron las autoridades municipales.

La candidatura es una invitación a la ciudadanía para actualizar modos de vida tradicionales y, al mismo tiempo, experimentar nuevos modos de vida urbana, así como a la co-creación de un equilibrio dinámico entre el desarrollo urbano y el desarrollo humano basado en la integración del arte, la cultura y el conocimiento en la vida de las personas.

Son estos dos grandes objetivos los que dan sentido y orientan el *Programa Artístico y Cultural*, un programa con el que se pretende ampliar y mejorar la capacidad actual del sistema cultural, incorporando nuevos agentes, nuevas actividades, dotándolo de más recursos y de una mejor financiación, tanto pública como privada que aumente las oportunidades de que los ciudadanos puedan ejercer de un modo efectivo sus derechos culturales.

Web: rebeliondelageografia.com





Cajas para un Sueño

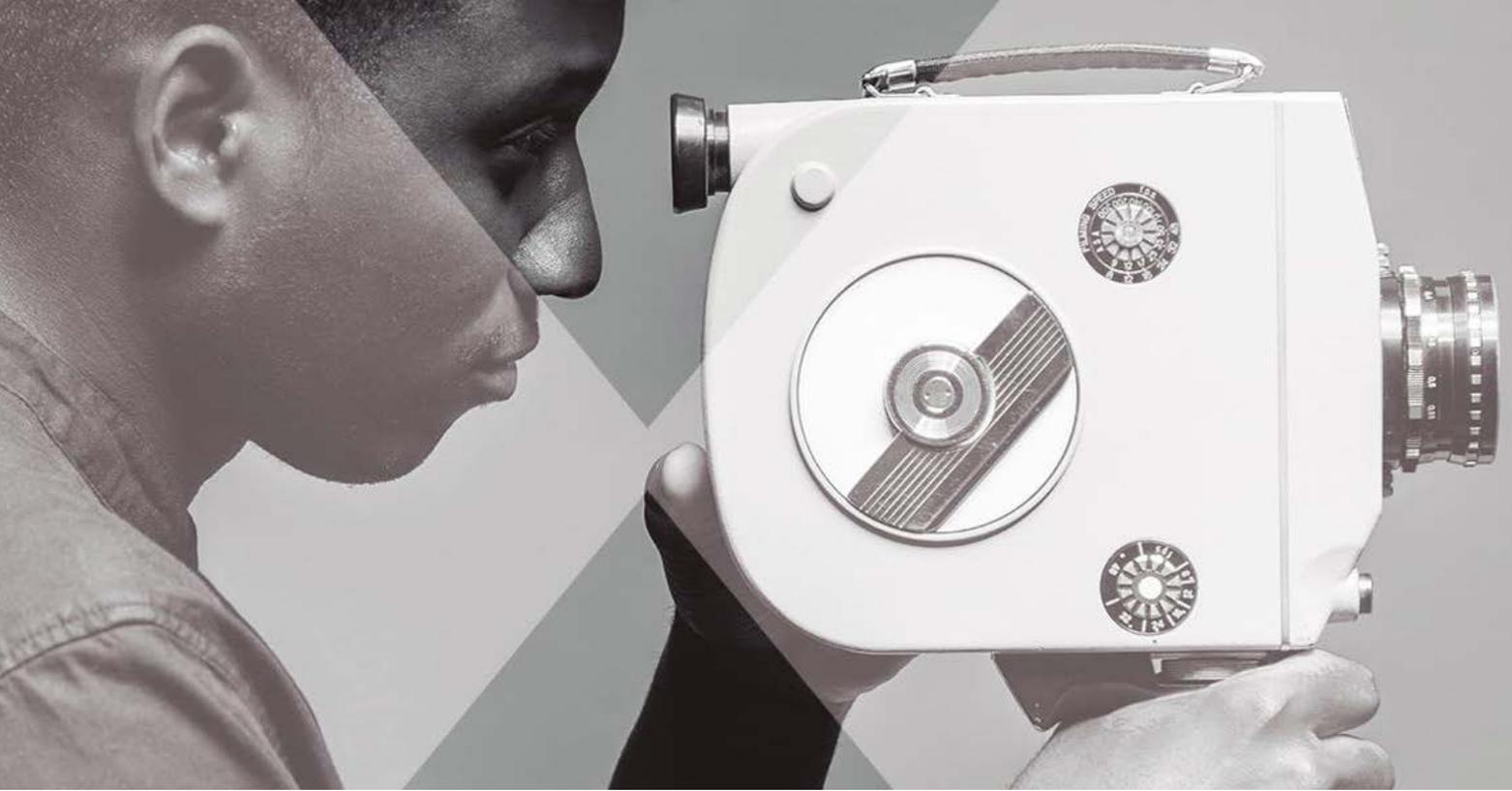
2025

Casa África colabora un año más con la ONGD *Aldeas Infantiles SOS España* para acoger una nueva edición de ***Cajas para un Sueño***, un proyecto solidario en el que participan diversos artistas nacionales e internacionales a favor de proyectos de Aldeas Infantiles SOS impulsados en el continente africano y en

Canarias a beneficio de la infancia.

Todas las cajas artísticas serán subastadas el 9 de octubre a las 17h en Casa África, una vez finalizada la exposición. Todo será dirigido por la delegación de Aldeas Infantiles en Las Palmas.

Web: casafrica.es



XI Muestra de Cine Casa África

Del 7 al 9 de octubre, **Casa África** presentará la **XI Muestra de Cine**, un espacio abierto al público para mostrar la voz de los narradores audiovisuales de África y su diáspora con el objeto de dar a conocer África y su gente.

La 11ª Muestra de Cine Casa África cuenta con la colaboración del programa *Cinenómada* – FCAT y será en la sede del [Museo Elder de la Ciencia y la Tecnología](#) (Parque de Santa Catalina en Las Palmas de Gran Canaria).

En esta edición seguirán apostando por el género documental, ficción y drama como herramienta de sensibilización y de transformación social con trabajos actuales realizados en Etiopía, Camerún, Mauricio, RDCongo, Mauritania y Somalia.

La entrada es gratuita. Aforo limitado.

Web: casafrica.es



mujer salvaje

Mujer Salvaje: retiro de dos días

Equipo de Redacción de BienHallados

Entre el 25 y 26 de octubre, se llevará a cabo el retiro para mujeres en la sede de **Anatot Espacio Creativo**, ubicado en Arucas (Gran Canaria).

“Te invitamos a experimentar un viaje hacia el interior de tu ser para despertar a la Mujer Salvaje y a la Diosa que te habita, a través de las herramientas que te ofrecemos: Arteterapia gestalt, arte ritual, biodanza SRT, yoga, canto, meditación, ceremonia de cacao y mucha naturaleza”, informaron las facilitadoras de este retiro, Lourdes Sosa Peñate y Tarha Erena.

El encuentro iniciará el sábado 25 desde las 10:00 hasta el domingo 26 de octubre a las 20:00 horas.

“Nuevos comienzos se inician ante tus pies, la vida te pide que te reencuentres contigo con tu propia transformación. Escucha tu voz interior, ella no se equivoca”, explican las facilitadoras sobre el objetivo del taller vivencial.

Tarha Erena facilitará las actividades a través de

la Arteterapia Gestalt, Constelaciones Familiares, Biodanza y Sexualidad Consciente. Por su parte Lourdes, quien es Trabajadora social y coach de bienestar emocional, realizará las actividades de Biodanza y SRT.

Al explicar que será una experiencia muy especial, agregaron que este retiro *“es para ti si sientes que es hora de encender tu fuego interno y de descubrir tu mujer salvaje y conectar con tu diosa. El día a día nos desconecta de quienes somos, de nuestra propia fuerza interior, no dejes que te lleve la corriente, es momento de ponerte nuevamente de pie”*.

Para mayor información o efectuar la inscripción, escriban al WhatsApp de Tarha 666 785 060 o al de Lourdes 692 24 03 65

Tarha: [@tarhaerenaarteyterapia](https://www.instagram.com/tarhaerenaarteyterapia)

Lourdes: [@lule.coach](https://www.instagram.com/lule.coach)

Web: [anototcanarias.es](https://www.anatotcanarias.es)



La Ley Zero

M.C. Abreu

Ley 15/2022, de 12 de julio, Integral para la Igualdad de Trato y la No Discriminación (**Ley Zero**).

Motivación:

Cerrar un vacío legal histórico en España para combatir de forma unificada la discriminación hacia personas y colectivos vulnerables.

Finalidad (Tres ejes):

1. Prevenir las conductas discriminatorias.
2. Erradicar cualquier forma de discriminación.
3. Proteger, reparar a las víctimas y sancionar las infracciones.

Ámbito de aplicación:

Protege por motivos como origen racial o étnico, discapacidad, edad, orientación sexual, identidad de género, situación socioeconómica, o cualquier otra condición personal o social (lista abierta).

Mecanismos de garantía clave:

- **Autoridad Independiente para la Igualdad de Trato:** Organismo con poderes para investigar y mediar.
- **Inversión de la carga de la prueba:** Facilita la defensa de las víctimas en los procesos.
- **Medidas de acción positiva:** Legitima políticas específicas para compensar desventajas y promover la igualdad real de colectivos como inmigrantes o minorías étnicas.

En esencia: La ley establece un marco único que combina la prohibición de discriminar con instrumentos activos para hacer efectivo el derecho a la igualdad.

Correo: marcarabal@gmail.com

Pedro Zero nació en Caracas y pasó su infancia y adolescencia en Tenerife. Fue un activista LGBT que destacó por su labor como promotor de la ampliación del derecho al matrimonio y a la adopción de parejas homosexuales.



Ciudad de las Artes y las Ciencias

para toda la familia

Adriana Agudo Vicci
Unaymasrutas.com

Viajeros **BienHallados**, en esta oportunidad nos trasladamos a Valencia. Concretamente, a la **Ciudad de las Artes y las Ciencias**, un ícono de la ciudad, de la comunidad autónoma y de España. Fue diseñada por Santiago Calatrava y Félix Candela e inaugurada en 1998. Desde entonces se ha convertido en un referente internacional por su fusión de arte, ciencia y vanguardia arquitectónica.

Este imponente centro te transportará por

diferentes zonas, cualquiera de ellos tan apasionante como los otros. Porque esa es su particularidad, es un complejo compuesto en su interior y exterior por varios espacios.

El **Hemisfèric**, con forma de ojo gigante, alberga un cine IMAX y un planetario. El **Museo de las Ciencias Príncipe Felipe** ofrece exposiciones interactivas pensadas para aprender ciencia de manera divertida. El **Oceanogràfic**, es el acuario más grande de Europa y recrea diferentes

ecosistemas marinos, desde el Ártico hasta el Mediterráneo. La **Ópera Palau de les Arts Reina Sofía** es un auditorio de estética monumental dedicado a la música y las artes escénicas. Y finalmente, a ellos se suman el **Ágora**, espacio multifuncional para eventos, y el **Umbracle**, encantador paseo ajardinado con esculturas y vistas panorámicas.

Nuestro preferido es el Oceanográfico. Es sorprendente. Es mucho más que un acuario como los que ya conoces. Tiene la particularidad de estar espléndidamente decorado, con jardines, cafeterías y un restaurante submarino. Su arquitectura moderna imita formas marinas y alberga ecosistemas de todo el planeta. Logró reunir más de 45.000 animales de 500 especies diferentes, desde tiburones hasta belugas. El oceanográfico se ha convertido en el lugar preferido de grandes y chicos y esto es debido a que es un espacio dinámico, didáctico, de ocio, de conservación, educativo, con un toque especial tan atrayente en su decoración que es imposible no visitarlo. Este parque marino muestra al público la riqueza de los océanos, con actividades en vivo, un restaurante bajo el agua, programas escolares, eventos y el túnel submarino más grande de Europa.

Todo este complejo arquitectónico es

estéticamente sorprendente.

Si no dispones del tiempo necesario para disfrutar de todos o algunas de sus actividades, regálate una visita a los exteriores. Te hará sentir más que satisfecho. Descubrirás que toda la Ciudad de las Artes y la Ciencias está rodeada de jardines y unos lagos artificiales que reflejan la luz, el escenario perfecto de sesiones *instagrameables* a cualquier hora del día.

El **Umbracle** es la zona superior ajardinada y protegida por un techo de arcos como si se tratara de un tejido de hierro blanco que le da un aspecto mágico a todo el conjunto, y desde el que puedes admirar el lago y las actividades que en ocasiones representan allí junto al resto del conjunto arquitectónico.

Es sin duda, una de esas rutas perfectas para un fin de semana o, si lo prefieres, para una escapada al atardecer en busca de las mejores puestas del sol sobre el lago artificial.

Web: unaymasrutas.com

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

Fotos: unaymasrutas.com





BienEstar, allá donde vayas

Robert Redford

y la memoria emocional

Adriana Agudo Vicci
Especial Grupocieg.org

¿Cómo no usar esta ventana a la que amablemente dedicas unos minutos sin mencionar a quien nos ha acompañado en buena parte de nuestras vidas?

Al final, sin que lo hayamos notado, ciertas conversaciones, vivencias, metas, noticias, avances, ilusiones o desilusiones, se dieron en un momento que tiene que ver con las películas que nos marcaron en una época determinada. Y hoy, tendremos muy presente a **Robert Redford**.

Si lo piensas bien, puedes identificar uno o varios acontecimientos con la vigencia de una película en una época en particular. ¿Qué hacías cuando se estrenó *Íntimo y personal*, con quién viste *El hombre que susurraba a los caballos* o dónde vivías cuando estaba de moda *Un paseo por el bosque*, o *Juego de espías*?

Esto ocurre porque todos los eventos de nuestras vidas van acompañados con otro u otros que los marca. Así sea una frase, un color, una comida. Cuando queremos recordar qué le dijimos, qué vestimos o qué hacíamos en un momento determinado, lo hacemos, la mayoría de las veces, porque lo relacionamos con algo que vimos, que nos dijeron, que usamos.



En esta etapa que estás viviendo, tendrás la oportunidad de decir: *“recuerdo que me mudé”, o “...que compré”, o “...que comencé a trabajar en el 2025 porque fue el año que falleció uno de mis actores y directores favoritos y recuerdo qué estaba haciendo cuando escuché la noticia”.*

De esa misma manera, puedes hacer ahora un repaso por situaciones determinadas de tu vida ¿quieres hacer este ejercicio?

Reúnete con tus amigos y comienza esta divertida actividad comentando la primera película de este entrañable actor, director y activista y añade qué hacías, hacia dónde te dirigías, qué fase de tu vida atravesabas; y, sobre todo, cuáles sentimientos y emociones evocas. Y anima a que lo hagan todos con el resto de sus películas.

Será una entretenida manera de traer de vuelta esas vivencias que te marcaron, como lo hizo esa película que no has olvidado y evocarás tanto sensaciones, como emociones y circunstancias particulares. Ten presente que el hecho de hacerlo en este juego, le dará otro significado a esos recuerdos.

Al compartir, compartes no solo tus imágenes, sino también las de todos los participantes.

Esto que estarás haciendo mientras pones en práctica el ejercicio, lo llamamos **memoria emocional**: la unión de recuerdos a percepciones físicas y emocionales que vuelven a pesar del

tiempo transcurrido.

Es como si los recuerdos quedan grabados en un kit que contiene la emoción que sentías, la sensación física y, a veces también, la percepción sensorial del momento: el olor, la temperatura...

Dependiendo de la intensidad de esa situación tan particular que viviste, puede ocurrir que también lo rememores como si lo vivieras realmente.

¿Te parece traer esa memoria emocional teniendo como protagonista a Redford? Juguemos a recordar con entusiasmo, y no olvides comentarnos, si con este ejercicio cambiaron un poco las sensaciones de ese evento pasado con que iba acompañada esa memoria emocional. Etiquétanos, comparte y comenta. Hagamos crecer esta comunidad.

Todo es demasiado serio para ser tan serio.

Tal como éramos.

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

Web: GrupoCIEG.org

El contenido de los artículos de *BienEstar allá donde vayas*, es meramente orientativo. Recomendamos, en caso de requerirlo, el asesoramiento con un profesional en el área.

CINE

Ratu Ratu Queens:

Cuatro indonesias en Nueva York





Andreína Alcántara

De acuerdo con las estadísticas oficiales, los indonesios representan el decimoquinto grupo de emigrantes más grande de origen asiático registrado en los Estados Unidos en los últimos años, así como uno de los de más rápido crecimiento. En este contexto de migración acelerada se desarrolla la comedia dramática **Ratu Ratu Queens: La Serie**, cuya historia explora las realidades socioeconómicas de la vida inmigrante en Nueva York, centrándose en la cotidianidad de cuatro mujeres indonesias que emigran a la localidad de Queens.

Party, Chinta, Ance y Biyah forman una inesperada amistad cada una con personalidad y motivaciones propias. Durante su estancia en la Gran Manzana se enfrentan a diversas situaciones como la convivencia forzada, y dilemas ante el reto de comenzar una nueva vida en el extranjero. Es así como el seriado examina temas universales como la búsqueda de identidad, la amistad, la adaptación cultural y la presión social, todos ellos mostrados a través de la experiencia de la diáspora indonesia.

El audiovisual igualmente aborda, de manera

ligera y grata, la temática de la formación de una *familia elegida* edificada ante la necesidad y el apoyo mutuo, como respuesta al desplazamiento, la soledad y las dificultades económicas.

La dirección de la serie estuvo a cargo del joven realizador indonesio Lucky Kuswandi, autor de películas como *Madame X* (2010) y *In the Absence of the Sun* (En ausencia del Sol) Las actuaciones principales las ejecutan Nirina Zubir, Happy Salma, Tika Panggabean y Asri Welas, que asumen sus roles en cada capítulo mostrando sus luchas individuales por la realización profesional, la maternidad soltera y la independencia tras el divorcio, como símbolos de exploración de la feminidad.

En indonesio, la palabra "*ratu*" significa Reina. También puede ser un título para líderes, especialmente reyes o nobles, y se usa en varios idiomas de la región, como el javanés, balinés y samoano, refiriéndose a un líder de alto rango.

La miniserie de seis episodios está disponible en la plataforma de streaming Netflix.

An abstract painting with a rich palette of purple, pink, and red. The composition is layered and textured, with a prominent, bright pink and red central form that resembles a stylized flower or a cluster of brushstrokes. The background is a mix of soft, blended purple and pink washes, with some darker, more saturated areas. The overall effect is one of depth and vibrancy, with a sense of movement and organic growth.

Cada día me despierto
en una **vida diferente**



Elvana Tufa

Refugiada política en Bex, Suiza

Podemos irnos tranquilos, acompañados de la idea de la vuelta a un lugar que es nuestra casa: las cosas retomarán su curso, objetos y lugares estarán de nuevo ahí. La salida es temporal.

Pero hay regresos que no se producen nunca. Hablo de un pasado que desaparece vivo.

Estos son los últimos seis años de mi existencia. Una huida que ha roto mi vida. Palabras como hogar, familia, sentido de pertenencia... Son cosas que pasaron del lugar de los recuerdos al lugar del olvido: mis cosas. No soy, no estoy. El dolor inaugural de no haber un sitio llamado *tu casa*. ¿Es el dolor una identidad?

Vivo bajo la etiqueta "*Emigrante*". Y ando al paso de un mundo que sigue ritmos inimaginables. Voy lenta, cargada. Mi tiempo ya no es fluido: camino subiendo una cuesta invisible.

La lengua me pareció la primera frontera hacia la reclusión. Aunque para mí esta fue la puerta verdadera, para otros daba a un campo cercado de alambres: entran amputados y no salen. La lengua propia como puente al mundo se corta.

La ausencia de lengua legítima es esa tragedia

concreta al llegar. Miedo, frustración, duda, silencio incómodo y pérdida de imagen de uno mismo. Volver a nacer con las palabras justas, volver a nacer cada vez. Llegar sin nada. ¿*Na-da* = *Na-cer*?

Y habla así la emigrante invisibilizada.

Soy mujer, esposa, madre de cinco hijos; con un olvido académico y artístico que, pasado, fue y tuvo sentido y contenido. Se erige ahora, delante de mí, un monstruo administrativo. Yo le miro, le escucho, le digo... El monstruo eres tú, me responde. Estás sobrecalificada: calla, corre.

Tengo una vida cotidiana y ninguna vida para ver los cambios con emoción... Nunca es el momento. ¿Nunca lo será?

Somos *Emigración* y yo. Mi identidad pasada y supresente ausencia. Sé lo que le sigue y le digo: ¡Rechazada!

Traducción libre de María Santamaría

Imágenes:

Página anterior: *Ese otro sitio* de Maurice Voelke.

Arriba: Secrétariat d'Etat aux Migrations (SEM), Berna, Suiza.



Servicios de comunicación para organizaciones

Comunicación Externa

Elaboración de Notas de Prensa
Convocatorias a la prensa
Relaciones Públicas
Organización de Eventos
Publicidad y material POP

Comunicación Interna

Clima organizacional
Diseño de comunicación interna
Gestión de la comunicación

Comunicación Digital

Diseño y optimización web
Mantenimiento y actualización
Gestión de Redes Sociales

ISLAS
K



WhatsApp: (+34) 600 82 96 01



Correo: asociacionislask@gmail.com



SERVICIO PARA COFFEE BREAK,
DESAYUNOS, ALMUERZOS, CENAS.

ATENDEMOS EN EVENTOS:

- FAMILIARES
- BODAS
- CUMPLEAÑOS
- CONFERENCIAS
- INSTITUCIONALES
- TALLERES

Y MUCHO MÁS...

CONTACTO

+34 604122268 micocina2601@gmail.com



Into



DISEÑO GRÁFICO



SALUD



MIGRACIÓN



SEXODIVERSIDAD



NOTICIAS



COACHING

Una comunidad de apoyo y transformación personal

Acompañamiento y mentoría
a migrantes, pacientes oncológicos
y comunidad sexodiversa.

Youtube: [@intohumano](https://www.youtube.com/@intohumano)

Web: [intohumano.com](https://www.intohumano.com)

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



Valentia Solohaga



Virginia Nestor



Naty Lara

TalQualvos

Puericultora Valeria Solohaga

Valeria Solohaga, técnica en puericultura, especializada en el cuidado y desarrollo de los más pequeños. Ha dedicado su vida a comprender las necesidades de mamás y bebés, transmitiendo su conocimiento a padres y cuidadores de forma práctica y accesible.

Valeria, a partir de sus experiencias tanto personales como profesionales, nos trae consejos valiosos para mejorar la crianza, reflexiones sobre la importancia del vínculo afectivo en los primeros años de vida.

En este episodio nos habla de los desafíos que ha enfrentado en su carrera y cómo ha logrado superarlos, convirtiéndose en una referencia en el campo de la puericultura.

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

Correo: talqual12@gmail.com

Escúchalo en YouTube o en Spotify:



El Alpende



EL ALPENDE

Queridos lectores de **BienHallados**, ¿jino se imaginan la alegría que nos da volver a disfrutar de nuevo de su compañía!! Y en esta temporada con más ilusión y fuerza que nunca, pues **cumplimos 10 años** contando historias de todos los rincones del mundo, de los cinco continentes y de más de 90 países.

En este emblemático espacio dedicado a la multiculturalidad, los derechos humanos y las historias de quienes han hecho de Canarias su hogar, ha convertido este programa en un cobijo de voces sin fronteras, un punto de encuentro donde se han tejido muchos puentes, por lo que no podemos estar más felices de poder seguir contando con su compañía. Por lo tanto, queremos agradecerles su fidelidad, con muchas sorpresas y novedades que les van a encantar y que iremos descubriendo durante el desarrollo de la temporada, incluyendo una nueva imagen renovada que desvelaremos pronto. De momento, comenzamos con los nuevos y frescos episodios, que ya pueden escuchar y descubrir. Espero que lo disfruten. Seguimos viajando a recónditos y maravillosos lugares bajo el techo de **El Alpende**.

Estos son los últimos programas:

06/09/25

Una década y más de 90 países: *El Alpende* celebra su 10º aniversario abriendo por primera vez sus micrófonos a la cultura de Surinam.

13/09/25

Artistas y promotores presentan en *El Alpende* la gran exposición de **pintura mexicana** que llega a Canarias.

20/09/25

De la reflexión a la acción: *El Alpende* se adentra en *Generación Viva*, el evento donde jóvenes de todas las culturas plantan un futuro mejor para Canarias.

Web: rtvc.es/el-alpende

BienHallados

La voz del emigrante

Pueden leernos y seguirnos
por nuestra web y redes sociales
o escribir a nuestro correo



bienhallados.org

[↑ Volver al inicio](#)