

# MUJERES UNIDAS Y ACTIVAS

Mujeres Unidas y Activas



## Estimados Miembros y Amigos,

¡BIENVENIDOS A NUESTRO PRIMER BOLETÍN INFORMATIVO DE MUA! Esperamos que, con la información que sigue, se sientan más parte de MUA y conozcan nuestros logros y planes futuros—los que no sería posible realizar sin su apoyo personal, participativo o monetario.

Los últimos seis meses han sido muy emocionantes para nosotros. A partir de octubre 29 que fue el día de nuestra celebración de los quince años de MUA, hemos formado nuestra mesa directiva compuesta por 7 miembros y dos aliados. ¡Gracias a todos los que vinieron a celebrar con nosotros (vean las fotos de página 2)! Como quizás ya saben, desde el 1° de Enero de 2006, MUA es una organización independiente con nuestro 501(c)(3). Estamos muy orgullosos de nuestra independencia y estamos trabajando fuertemente para establecer nuevos sistemas de contabilidad y administración. Nuestros agradecimientos a la Fundación de la Mujer de California por su apoyo en los últimos cinco años, como nuestra patrocinadora fiscal.

---

continúa en la página 14

## Dear Members & Friends,

WELCOME TO THE FIRST MUA NEWSLETTER! We hope that with the information that follows you will feel more a part of MUA and informed of our accomplishments and future plans – which wouldn't be possible without your help, participation, and donations.

The last six months have been very exciting for us. Since October 29 – the day we celebrated the 15th Anniversary of MUA, we have had our own Board of Directors composed of 7 members and 2 allies. Thanks to everyone who came out to celebrate with us (*see the photos on page 2*). As you may already know, since January 1, 2006, MUA obtained our 501(c)3 status and became an independent organization. We are very proud of our independence and are working hard to establish new accounting and administrative systems. We are grateful to the Women's Foundation of California for their help over the past five years as our fiscal sponsor.

---

continue on page 14

# quinceañera

EL 27 DE OCTUBRE DE 2005, MÁS DE 300 miembros y aliados de MUA se unieron para celebrar quince años en la historia de MUA. Con un grupo mariachi, un desfile de trajes típicos, testimonios poderosos de las miembros, y una presentación visual, la Quinceañera de MUA fue una oportunidad de compartir nuestra diversidad cultural con la comunidad, celebrar nuestra historia y logros, y mostrar el liderazgo y poder de nuestras miembros. MUA agradece a todos los donantes, negocios, miembros, fundaciones, y voluntarias que hicieron un éxito del evento. Con su apoyo recaudamos más de \$50,000 para el futuro de MUA.

On October 27, 2005, over 300 MUA members and supporters came together to celebrate MUA's 15 year history. With mariachi singers, a parade of traditional clothing, powerful testimonies from our members, and a moving slideshow, MUA's Quinceañera Celebration was an opportunity to share our cultural diversity with the community, celebrate our history and accomplishments, and demonstrate the leadership and power of our members. MUA thanks all of the donors, businesses, members and volunteers that made this event a success. With your help we raised over \$50,000 for MUA's future!



Photos by / Fotos: Ana Vilanova and Noemi Onega



Para mantener creciendo y floreciendo a MUA, la organización necesita su apoyo financiero continuo. MUA esta lanzando un programa sostenido para construir una base de fondos mas fuerte y confiable para desempeñar nuestro trabajo. Su compromiso asegurara que MUA pueda realizar entrenamientos y reuniones accesibles a la mujer latina inmigrante, ofrecer compensación a mas de 50 miembros que ofrecen su trabajo voluntario, crear nuevas posiciones interinas y permanentes, emprender una campana exitosa para los derechos de las mujeres inmigrantes trabajadoras y lanzar nuevos programas como nuestro programa nacional de asistencia técnica. Por favor haga un compromiso hoy llenando el sobre adjunto!

To keep thriving and growing, MUA needs your continued financial support. MUA is launching a Sustainer Program to build an even stronger, more reliable funding base for our work. We hope that you will consider making a quarterly or annual pledge to MUA. Your commitment will ensure that MUA is able to make our trainings and meetings accessible to Latina immigrants, offer stipends to more than 50 member volunteers, create new intern and staff positions, wage a successful campaign for immigrant women's workers rights, and launch new programs such our nation-wide technical assistance program. Please make your pledge today by filling out the enclosed envelope!



**Ordene sus fotos / Order your photo**

**Guarde sus recuerdos del evento de la Quinceañera de MUA!**

Compre su DVD de la Quinceañera hoy día!  
 Fotos del Evento con música (\$8)  
 Historia de MUA (\$8)  
 Oferta Especial: Los dos por \$15

**Save your Memories of MUA's Quinceañera Event!**

Buy your Quinceanera DVD today!  
 Event photos with music (\$8)  
 MUA's History (\$8)  
 Special Offer: Both DVDs for \$15

**Llame a / Call Andrea 415.621.8140x302**

# El Otro Mundo es Posible

Por Josefina Maldonado

EN ENERO, YO TUVE UNA EXPERIENCIA MUY BONITA Y MUY SORPRENDENTE AL VIAJAR A VENEZUELA con tres miembros del personal de MUA. Fuimos a participar en el Foro Social Mundial que es una conferencia donde los pueblos del mundo pueden compartir sus experiencias y visiones para el mundo e informar sobre el debate político.

Durante el foro, yo aprendí a desarrollar más mi liderazgo y a involucrarme con otras personas de otras nacionalidades y organizaciones de base de todo el mundo. Compartimos el trabajo de nuestras organizaciones y nos involucramos en nuestro compañerismo. También conocí a dos organizaciones de mujeres trabajadoras domésticas de otros países que nos va a ayudar en nuestra campaña para los derechos de trabajadores de casa. Participé en una charla que se enfocó en el cambio que Venezuela está haciendo políticamente para los derechos de la mujer trabajadora. Me impresionó mucho aprender que la nueva Constitución de Venezuela reconoce el trabajo de las amas de casa y va a comenzar a pagar a las mujeres pobres por el trabajo de cuidar a sus niños, familiares, y por hacer el trabajo de casa.

Desde que regresé de Venezuela, he estado informando a la membresía de MUA y a otra gente de mi comunidad lo que aprendí. Siempre estoy hablando de como me impactó el cambio que esta haciendo el pueblo de Venezuela en su gobierno para lograr un futuro mejor. Hablando con la gente, obtuve información y supe de las tácticas que han usado para hacer el cambio. La gente se ha organizado muy bien para llevar la voz al presidente. Y, el pueblo y el presidente se están uniendo para hacer los cambios y exigir sus derechos. En Venezuela todos tienen el derecho a la salud, a la vivienda, a la educación y a estar en un ambiente saludable y de igualdad. El pueblo está muy entusiasmado y bien unido defendiendo a sus derechos.

Yo quiero seguir transmitiendo a la gente que SI SE PUEDE HACER UN CAMBIO Y TENER UN MUNDO MEJOR. Ahora estoy participando más fuertemente en las actividades encaminadas a lograr cambios políticos en este país, especialmente en contra de las malas propuestas de reforma migratorio, porque yo sé que el poder del pueblo es grande. Estoy movilizándolo a la gente para que cuando griten: "¡Si, se puede!" que de verdad lo crean y sientan en su corazón. Porque yo vi, en Venezuela, que el pueblo creyó en este lema y se están haciendo los cambios.



# Another World is Possible

By Josefina Maldonado

IN JANUARY, I HAD THE BEAUTIFUL AND SURPRISING EXPERIENCE OF TRAVELING TO VENEZUELA with three members of MUA's staff. We went to participate in the World Social Forum – a conference that brings together people from around the world to share their experiences and visions for the world and to make their voices heard about current political debates.

During the Forum, I learned so much that helped me to develop my leadership and build relationships with individuals from other countries as well as grassroots organizations from around the world. We taught each other about our organizations' work and committed ourselves to building solidarity. I also met representatives from two organizations of domestic workers from other countries and these contacts will help MUA as we develop our own campaign for household workers' rights. I participated in a workshop that focused on Venezuela's commitment to the rights of women workers. I was most impressed to learn that Venezuela's Constitution recognizes women's work in the home and that the government is going to start paying poor women for their work as caregivers and homemakers.

Since I returned from Venezuela, I have been informing the MUA membership and other members of my community of what I learned. I am always talking about how I have been impacted by the changes the Venezuelan people are making in their government to ensure a better future. Speaking with Venezuelan people, I gained new information and tactics on how to achieve these types of changes. The Venezuelan people are very well organized and make their voices heard by their president. Together, the people and the President are united to make changes and demand their rights. In Venezuela, everyone has the right to health, housing, education, a healthy environment, and equality. The people enthusiastically unite to defend their rights.

I want to continue transmitting to the people here that IT IS POSSIBLE TO MAKE A CHANGE AND HAVE A BETTER WORLD. Now, I am participating more strongly in activities to make political changes in this country, especially against bad immigration reform proposals, because I know that the power of the people is huge. I am mobilizing my community so that when they chant, "Yes! It's possible." they really believe it and feel it in their hearts. Because I saw that in Venezuela the people believe in this saying and they are making changes.



La delegación de MUA reporta a las miembros y aliados su experiencia política en Venezuela.

The MUA delegation reports to members and allies their political experience in Venezuela.



# Huelga de Hambre

## Porque Participe

por Maria Reyes, Presidenta de la Mesa Directiva de MUA

CUANDO YO ESCUCHÉ QUE IBAN A TENER UNA HUELGA DE HAMBRE, yo pensaba que solo los hombres hacían esto. Pero de allí, me di cuenta que algunas de mis heroínas, con la abogada Renée Saucedo, iba a participar. Me inspiró a participar también.

El motivo principal de hacer este pequeño sacrificio fue para elevar la consciencia del público sobre estas propuestas de ley sobre la reforma migratoria tan injustas, racistas, inhumanas, y anti-inmigrantes como la HR4437. Esta ley criminalizaría a los 12 millones de personas que no tenemos documentos y también a las organizaciones sin fines de lucro, iglesias, maestros, enfermeras y cada persona que apoya a los inmigrantes sólo por darnos ayuda. Me parece que los poderosos no toman en cuenta que este país ha crecido económicamente por el trabajo y esfuerzo de todos los inmigrantes.

Cuando yo tomé la decisión de participar, yo dije que solo podía por un día. Después aumenté a dos días. Luego a tres. Por fin vi que si pude tres días, lo haría por siete días. Le doy gracias a Dios, por haberme dado el valor y la fuerza para tomar esta decisión y sobrevivir siete días, afuera en la lluvia y viento, sin comer.

Yo agradezco muy sinceramente a cada una de las organizaciones que nos apoyaron, a la Coalición Deporten a la Migra, y a los cientos de personas que a diario nos visitaban. A mí en lo personal me daba tanta fuerza espiritual y física, que no me hacia falta comer. La huelga también requiso mucha coordinación logística. Gracias a las personas que se preocupaban continuamente y monitorearon que estuviéramos tomando agua.

La lucha por la justicia para los inmigrantes no ha terminado. Seguiremos en la lucha. Nadia nos detendrá.

photos credit: Jill Shenker



# Hunger Strike

## Why I Participated

By Maria Reyes, MUA Board President

WHEN I HEARD THAT THERE WAS GOING TO BE A HUNGER STRIKE, I thought only men do that. But then I noticed that one of my heroes, lawyer Renee Saucedo, was going to strike. I was inspired to participate.

The main reason we decided to make this small sacrifice was to raise the public's consciousness about unjust, racist, inhuman, and anti-immigrant immigration reform bills such as HR4437. This law would criminalize the 12 million undocumented immigrants and also nonprofit organizations, churches, teachers, health care workers, and everyone that help immigrants. It seems to me that those with power are not taking into account that this country has grown economically because of the work and effort of all immigrants.

When I made the decision to participate in the strike, I said at first that I would do it only for a day. Then, I said okay two days. Later, I said, I think I can make it three days. Finally, I saw that if I was able to strike for three days, I could go without food for seven days. I thank God for giving me the courage and strength to make this decision and enabling me to survive seven days living outside in the rain and wind without food.

I sincerely thank every single organization that helped us, the Deporten a la Migra Coalition, and the hundreds of people who visited us every day. Your support gave me the spiritual and physical strength to go without eating. The hunger strike also required great logistical coordination. Thank you to the people who were constantly monitoring us and making sure that we drank water.

The struggle for justice for immigrants has not ended. We will continue with the struggle – and no one will stop us.





# Trabajadoras de Casa Exigen Igualdad y Respeto

Por Maria Carrillo, líder del comité corazón de MUA, y Andrea Cristina Mercado, organizadora comunitaria de MUA

HACE TRES AÑOS EMPEZAMOS A BUSCAR UN TEMA PARA LA CAMPAÑA DE MUA. Después de mucha investigación, análisis y discusiones, decidimos enfocarnos en una campaña de Derechos Laborales, Dentro y Fuera de la Casa., puesto que todas trabajamos dentro de nuestras casas, y la gran mayoría de la membresía de MUA trabaja o ha trabajado en casas privadas haciendo limpieza, cuidado de niños y cuidado de pacientes y ancianos. El trabajo que hacemos en nuestro hogar no se valoriza ni reconoce en la sociedad, ni tampoco el trabajo que realizamos en las casas de los demás. De hecho, el trabajo de casa esta excluido de muchas de las leyes laborales en California. Nosotros decidimos que queríamos luchar para cambiar esta situación.

Empezamos con una coalición local, diseñando y haciendo casi 300 encuestas para analizar las condiciones de trabajo y vimos que muchas trabajadoras son madres solteras; que la mayoría de ellas está sosteniendo, en promedio, dos adultos y dos niños, aunque mas de un 80 por ciento no gana lo suficiente para mantener una familia de cuatro. Una de cada tres trabajadoras reporta que, en los últimos dos meses, ha trabajado más de lo acordado inicialmente. Encima de eso, muchas son intimidadas, y les hacen creer que no tienen derechos.

En Mujeres Unidas y Activas nosotras estamos organizando a trabajadoras de casa, y uniéndonos con otros grupos para lograr cambios y justicia para estas trabajadoras. Hemos formado una coalición estatal para las trabajadoras de casa que incluye grupos como: La Colectiva de Mujeres de La Raza Centro Legal, POWER, CHIRLA y el Centro de Trabajadores Filipinos en Los Ángeles. Juntos escribimos una propuesta de ley AB2536 que incluye dos puntos: la inclusión de las trabajadoras de casa en las leyes que exigen el pago de horas extras y la aplicación de multas para los empleadores morosos. Aunque necesitamos mucho mas, como salud y seguridad en el trabajo, seguro medico, protección contra la discriminación y leyes más fuertes contra el acoso sexual, esta propuesta es un paso importante para poner un alto a los abusos en la industria y empezar a valorar el trabajo de casa.

Continúa en la página 10



# Household Workers Demand Equality and Respect

By Maria Carrillo, leader in MUA's Campaign Committee and Andrea Cristina Mercado, MUA community organizer

AFTER MANY HOURS OF RESEARCH, ANALYSIS AND DISCUSSIONS, MUA members decided to focus our first long-term strategic campaign on Workers Rights: Inside and Outside the Home, given that we all work within our homes and the majority of MUA members work or have worked in private homes as well, taking care of children, cleaning and caring for the elderly and patients. The work we do in our homes is not valued or recognized by society and neither is the work we do in other peoples homes. In fact, household workers are excluded from many labor laws in California. We decided that we wanted to fight to change this.

We began with a local coalition doing a participatory research project, designing and completing over 250 surveys to analyze the working conditions of household workers. We found out that most household workers are supporting on average, two adults and two children, but more than 80 percent are not making enough to support a family of four. One in three workers reported that in the last two months they worked more hours than agreed. On top of this we are intimidated and made to think that we don't have rights.

At MUA we are organizing household workers and uniting with other groups to win equality, justice and dignity. We've formed a statewide coalition for household workers rights that includes organizations like The Womens Collective of La Raza Centro Legal, POWER, CHIRLA, and the Pilipino Worker Center in Los Angeles. Together we wrote a proposal for a law, that includes overtime for household workers and fines for abusive employers. We know that we need many other changes as well, like occupational safety and health, health care, and protection from discrimination. This proposal is the first step to put an end to the abuses in the industry and begin to value household work.

On International Women's Day, March 8, 2006, we launched AB2536, introduced by Assemblywoman Cindy Montanez, in a press conference in front of the Women's Building in San Francisco. We also championed the successes of organized domestic workers around the world. Both Peru and Bolivia have passed laws defending domestic

---

Continued on page 11





#### de la página anterior

El Día Internacional de la Mujer, el 8 de marzo, lanzamos nuestra propuesta AB2536—que está siendo apoyada por la Asambleísta, Cindy Montañez— en una conferencia frente del Edificio de la Mujer en San Francisco. También celebramos ese día los logros de las trabajadoras de casa en otros países: Perú y Bolivia han aprobado ya leyes para la protección de las trabajadoras domesticas. De hecho, Casimira Rodríguez, una líder en esa lucha, es ahora Ministra de Justicia de Bolivia. La Republica Bolivariana de Venezuela es el primer país en reconocer en su constitución, el valor económico del trabajo del hogar y concede el derecho al seguro social a las mujeres que laboran en sus casas.

El día 30 de marzo, que es el Día de la Trabajadora Doméstica, 40 mujeres y niños de MUA se unieron, en Sacramento, a otras trabajadoras de casa de todo el estado para hablar con los legisladores sobre nuestra propuesta de ley. Los dejamos saber que el trabajo que hacemos dentro y fuera de nuestras casas, cuidando niños, casas, ancianos y pacientes, es un trabajo importante y estamos orgullosas de hacerlo. Demandamos igualdad y respeto para nuestro trabajo.

Para involucrarse en la campaña entre en contacto con Andrea Cristina, [andreacristina@mujeresunidas.net](mailto:andreacristina@mujeresunidas.net)

#### from the previous page

workers and one of the leaders of that struggle, Casimira Rodriguez, is now Minister of Justice of Bolivia. The Bolivarian Republic of Venezuela is the first country to recognize the economic value of domestic work in its constitution and entitles women who work in their homes to social security.

On March 30, Domestic Worker Day, 40 MUA members and their children joined domestic workers from all over the state in Sacramento to talk with legislators about our proposal. We let them know about the work that we do inside and outside our homes, taking care of children, homes, elders and the sick is important work, and we are proud to do it. We demand equality and respect for this work.

To get involved in the campaign please contact [andreacristina@mujeresunidas.net](mailto:andreacristina@mujeresunidas.net)

10



# Superando la **Violencia** Domestica

Por Yesenia Castillo

MI NOMBRE ES YESENIA. Yo soy miembro de MUA por 8 años. Soy madre de tres niños. Soy sobreviviente de violencia domestica. La sufrí por más de 12 años.

De Febrero a Marzo, yo participé con 14 otras miembras de MUA en un entrenamiento de 40 horas sobre violencia domestica que ofreció el Riley Center a MUA. Cada sábado, por cinco semanas, llegamos con nuestros niños al Edificio de la Mujer en San Francisco (la mitad de las participantes llegaron de Oakland) a aprender sobre la historia de violencia domestica y como ayudar a una mujer a sobrevivir la violencia.

Yo tomé el entrenamiento porque me interesaba mucho poder entender mas por todo lo que pasa una mujer victima de la violencia domestica. El entrenamiento me sirvió mucho, el conocer todo el proceso y los tipos de violencia, la lucha que han enfrentado las mujeres, y las organizaciones que existen que luchan por el derecho a vivir una vida libre de abusos.

Ahora me siento preparada para poder apoyar e informar a una mujer que sufre violencia domestica. Gracias a este entrenamiento, estoy capacitada para defender los derechos de la mujer y para atender a las compañeras que llegan a MUA y necesitan apoyo.

## Overcoming **Domestic** Violence

By Yesenia Castillo

MY NAME IS YESENIA AND I HAVE BEEN A MUA MEMBER FOR 8 YEARS. I am the mother of three children. I am a survivor of domestic violence, which I suffered for more than 12 years.

From February until March, I participated with fourteen other members of MUA in a 40 hour domestic violence training offered by MUA and the Riley Center. Every Saturday for five weeks, we arrived at the San Francisco Women's Building (half of us came from Oakland) to learn about the history of domestic violence and skills for helping a woman surviving violence.

I took this training because I wanted to be able to understand everything that happens to a woman who is a domestic violence victim. The training helped me to understand the stages and types of violence, the struggles women have faced, and organizations that advocate for a women's right to live free from abuse.

Now I feel prepared to be able to help and inform another woman who is suffering domestic violence. Thanks to this training, I am trained to defend women's rights and to assist my sisters who come to MUA needing help.



Yesenia Castillo entrega el reconocimiento al Fondo para la Prevención de Violencia Familiar durante el evento de la Quinceañera.

Yesenia Castillo presents an award to the Family Violence Prevention Fund during the Quinceañera event.

# Hacia Un Futuro Mejor



Por Verónica Corral, Vice Presidenta de la Mesa Directiva de MUA

MI NOMBRE ES VERÓNICA CORRAL. Soy mexicana de origen y desde hace dos años, miembro de MUA en Oakland. Gracias a MUA he tenido un cambio positivo en mi persona y, como madre de dos hijos, he aprendido a cortar con la cadena de violencia familiar; a tener mejor comunicación con los niños y a darles tiempo de calidad y valores morales para una vida mejor, comenzando por ser un ejemplo consecuente para ellos.

Dentro de MUA, he tomado diferentes entrenamientos; más recientemente, el Entrenamiento para Proveedoras de Cuidado a Pacientes en el Hogar del Programa de Manos Cariñosas. Fue un poco difícil decidirme a tomar este entrenamiento por el compromiso que requiere no solamente de mí pero también de mis niños. Por más de dos meses, cada sábado y martes viajamos de Oakland a San Francisco donde yo estudié con 17 de mis compañeras de MUA, mientras nuestros niños jugaban, seguros, en el cuidado.

Este entrenamiento me enseñó mucho. Me ayudó a concientizarme más sobre la anatomía de los seres humanos, la salud personal y de mi familia, sobre la preparación y consumo de alimentos más sanos, la importancia de la higiene en la salud y sobre la protección personal y del medio ambiente, evitando productos tóxicos en la limpieza del hogar. Aprendí de las necesidades de las personas de la tercera edad, las enfermedades más comunes, como el Alzheimer, diabetes, el cáncer, enfermedades mentales. Lo que más me gustó es aprender a bañarlos y cuidarlos mientras están en su cama, cuidando de su higiene. Aprendí que debo observar si hay señales de abuso y denunciarlo a los servicios protectores de ancianos del condado. Aprendí a aplicar el RCP y como existe la opción de los pacientes a negarse a ellos y los aspectos legales de la ley del Buen Samaritano. También practiqué técnicas por mover personas u objetos sin lastimarme la espalda. Nos enseñaron sobre los recursos que hay en la comunidad y a identificar las señales de emergencia cuando tengo que llamar al 9-1-1. El curso me enseñó que las fases terminales del paciente pueden ser muy estresantes para la cuidadora—yo aprendí como debo cuidarme emocional y físicamente en una situación de estas.

Este entrenamiento sirve mucho a las participantes y a su familia, ya sea que trabaje o no en este ramo. Muchos de nosotros tenemos pacientes crónicos o personas de la tercera edad en la familia y el entrenamiento nos ayuda mucho a entenderlos y a apoyarlos. También aprendimos sobre nuestros derechos como trabajadores y como defendernos con empleadores abusivos. Estoy emocionada a usar las nuevas habilidades que he aprendido. Como nueva miembro de la Asociación de Trabajadores de Manos Cariñosas y líder del comité Corazón de la campana estoy lista de ser líder en nuestra lucha para los derechos laborales de trabajadoras domesticas.

12



# On the Way to a **B**etter **F**uture

By Verónica Corral, MUA Board Vice President

MY NAME IS VERÓNICA CORRAL. I am originally from Mexico and two years ago I became a member of MUA in Oakland. Thanks to MUA I have positively changed my life and as the mother of two children, I have learned to break the chain of family violence, have better communications with my kids, and give them quality time, and teach them values for a better life – beginning by being a consistent role model for them.

Within MUA, I have taken different trainings. Most recently, I took the Caring Hands In-Home Health Care Training. It was difficult to decide to participate in this training given the commitment it required not only from me but from my children. For more than two months, every Saturday and Tuesday, we traveled from Oakland to San Francisco where I studied with 17 other participants while our kids played in childcare.

The training taught me so much. It helped raise my consciousness about human anatomy, my own health and the health of my family, the preparation of a more healthy diet, the importance of good hygiene, and the importance of protecting myself and the environment by avoiding the use of toxic chemicals in housecleaning. I learned about the needs of older people, the most common forms of illness, such as Alzheimer's, diabetes, cancer, and mental illnesses. What I enjoyed the most was learning how to bath and care for bed-ridden patients while attending to their personal hygiene. I also learned the need to be alert to signs of abuse and notify elder protective services if I suspect abuse. I learned how to apply CPR, about a patient's right to refuse resuscitation, and the legal aspects of the Good Samaritan Law. I practiced techniques for moving people and heavy objects without hurting my back. We were taught about community resources available and how to identify when to call 911. The course made me realize that the end of a patient's life can be very interesting for the caregiver. I learned how to care for myself emotionally and physically as someone I am caring for is dying.

This training is very useful for participants and their families whether we go on to work in this field or not. Many of us have chronic patients or older people in our families and the training helps us to understand and help them. We also learn about our rights as workers and how to defend ourselves against abusive employers. I am excited to use the new abilities that I have learned. As a new member of the Caring Hands Workers Association and a leader of MUA's Campaign Coordinating Committee, I am ready to be a leader in our struggle for household workers' rights.



*Looking for high quality  
Home health care, childcare or  
housecleaning services?*

**Caring Hands  
Workers Association**

*¿Busca usted  
Cuidado de pacientes en el hogar,  
cuidado de niños o limpieza de casa?*

**Asociación de Trabajadoras de  
Manos Cariñosas**

**(415) 626-2128**

## Lista de Deseos de MUA MUA's Wish List

En Marzo, MUA cambio su oficina de Oakland. Nuestra nueva oficina es más grande y nos permite hacer mejor trabajo. MUA necesita las siguientes cosas para nuestra nueva oficina de Oakland:

In March, MUA moved to a new office in Oakland. Our new office is much larger and allows us to do our work better. MUA needs the following items for our new Oakland office:

- 1) Televisión y DVD
- 2) Aspiradora/Vacuum
- 3) Juguetes, libros, DVDs, materiales de arte para el cuidado/Games, books, DVDs, and art materials for our childcare room
- 4) Juegos de jardin para niños chiquitos/Outdoor playground set for young children
- 5) Materiales de Jardinería/Gardening supplies
- 6) Trastes y cosas de la cocina/Kitchenware
- 7) Tostador/Toaster
- 8) Camara Digital/Digital Camera
- 9) Computadoras/Laptop Computers



**¡Gracias a nuestros niños por motivarnos a seguir luchando por nuestros derechos!**

**Thanks to our children for motivating us to keep us fighting for our rights!**

### de la primera página

Como pueden darse cuenta, nuestros programas siguen creciendo. Los entrenamientos desarrollan la capacidad de la membresía (vea página 11). Nuestra campaña para los derechos laborales de las trabajadoras de casa está marchando. Pedimos su apoyo para lograr que los legisladores pasen el AB2536 (vea página 8). Finalmente, MUA ha estado muy activa en la lucha local por los derechos inmigrantes, estuvimos presentes en la movilización para alcanzar una reforma migratorio (vea página 6).

Gracias por creer siempre en nuestro trabajo de apoyo a la mujer inmigrante, a fin de que ella descubra su fuerza y haga cambios en su vida y en su comunidad. *¡En la lucha!*

Juana Flores  
Co-Directora de MUA

### from the first page

As you will read, our programs are growing. We have new trainings that are developing the capacity of our membership (see page 11). Our campaign for household workers' rights is marching forward. We ask for your support in convincing state legislators to pass AB2536 (see page 8). Finally, MUA has been very active in the local struggle for immigrant rights. We have been present in the mobilization for immigration reform (see page 6).

Thank you for always believing in our work of helping immigrant women discover their strength and make changes in their lives and communities.

*In struggle!*

Juana Flores  
MUA Co-Director



## Calendario / Calendar

- 5.10.06 Día de las Madres (oficinas de MUA)/*Mother's Day at MUA offices*
- 5.22.06 Día del Inmigrante en Sacramento/*Immigrant Day in Sacramento*
- 6.24.06 Graduación del Entrenamiento de Liderazgo en San Francisco/*Leadership Training Graduation in San Francisco Office*
- 8.xx.06 Graduación de Entrenamiento de Consejeras en Oakland./*Peer Counseling Training Graduation in Oakland office*
- 9.16.06 Baile para recaudar fondos en El Rio/*El Rio Fundraising Event*
- 9.30.06 Graduación de Entrenamiento de Facilitadoras en San Francisco /*Group Facilitator's Training Graduation in San Francisco*

### Es usted una mujer latina inmigrante?

Les invitamos a las reuniones de Mujeres Unidas y Activas  
Siempre hay cuidado de niños y refrigerio!

### En San Francisco

Donde: El Edificio de la Mujer, 3543 Calle 18 (entre Valencia y Guerrero), 3er piso  
Cuando: Los Miércoles a las 10:30 de la mañana y Jueves a las 5 de la tarde

### En Oakland

Donde: 2647 Internacional Blvd., edificio 3, cuarto 701  
(Atras del edificio central en el edificio 3 al final del estacionamiento a la derecha.)  
Cuando: Martes a las 10:30 de la mañana y Jueves a las 4 de la tarde

### Temas del Mes

- Mayo: Inmigración
- Junio: Derechos Laborales
- Julio: Tema Abierto
- Agosto: Vivienda
- Septiembre: Servicios de la Comunidad

Do you know a Latina immigrant woman who should be part of MUA? Call, email, or visit our website for more information.  
 In Oakland - 510.261.4498  
 In San Francisco - 415.621.8140  
[mua@mujeresunidas.net](mailto:mua@mujeresunidas.net)  
[www.mujeresunidas.net](http://www.mujeresunidas.net)



Presorted  
Standard  
US Postage  
**PAID**  
Oakland, CA  
Permit #2508



**MUA - San Francisco**  
3543 18th Street, Box 23  
San Francisco, CA 94110

**MUA - Oakland**  
2647 International Blvd., Suite 108  
Oakland, CA 94601



Mujeres Unidas y Activas (MUA) es un grupo de base de mujeres latinas inmigrantes con la doble misión de transformación personal y poder comunitario. Creando un ambiente de comprensión y confidencialidad, MUA empodera y educa a nuestras miembros, promoviendo el apoyo mutuo y la capacitación para ser líderes de sus propias vidas y de la comunidad. Trabajando en alianzas diversas, MUA fomenta la unidad colectiva y la participación cívica-política para lograr la justicia social.

Mujeres Unidas y Activas (MUA) is a grassroots organization of Latina immigrant women with a dual mission of personal transformation and community power. Creating an environment of understanding and confidentiality, MUA empowers and educates our members through mutual support and training to be leaders in their own lives and in the community. Working with diverse allies, MUA promotes unity and civic-political participation to achieve social justice.

[www.mujeresunidas.net](http://www.mujeresunidas.net)