

Mi manifiesto **MIGRANTE**

UNA DECLARACIÓN DESDE EL ALMA

MIGRAR NO ES SOLO MUDARSE. ES ROMPERSE. ES RECONSTRUIRSE.
Y ESO TAMBIÉN NECESITA ACOMPAÑAMIENTO.

Soy infancia migrante. Trabajadora social.

Mujer que no olvidó de dónde viene ni para qué está aquí.

Creo que migrar es un acto de amor que merece respeto, no sospecha.

Y que las personas migrantes no son cifras, trámites ni expedientes: son historias valientes que merecen ser escuchadas y acompañadas.

Por eso creé AmaMigrar. Un proyecto hecho por y para personas migrantes, donde lo emocional, lo social y lo legal se entrelazan.

Trabajo con perspectiva de derechos, con ternura estructurada.

Me implico con cada historia. Doy herramientas reales. Y lucho contra el silencio emocional que ha acompañado por décadas a la migración.

Porque la salud mental también es un derecho migrante.

Porque el bienestar no debería ser un privilegio.

Porque nadie debería sentirse fuera del mapa por haber cruzado una frontera.

AmaMigrar es mi forma de hacer justicia social desde lo humano. Y mi forma de recordarte que no estás sola, que tu historia importa, y que podemos reconstruirnos sin renunciar a quienes somos.



Daniela Montes Thomas