



BOLETÍN MENSUAL

CONECTANDO CON MÉXICO

CONSULADO DE MÉXICO EN FRANKFURT



Agosto 2025

En este número:

- Preparativos rumbo a Eurovino 2026
- Concluye el programa de emprendimiento de la tercera generación de mexicanas
- Encuentro con la comunidad mexicana en El Sarre
- Cápsulas informativas sobre México: México, Guatemala y Belice crean el Corredor Biocultural de la Gran Selva Maya
- Katrin Sihling, una Mexicana en Alemania que Inspira
- Cápsula financiera: México, el ahorro para el retiro será insuficiente: Lo que debemos saber





Conectando con México

Boletín mensual de agosto de 2025

Consulado de México en Frankfurt

Mensaje a la comunidad y a los amigos de México

Les saludo con gusto en la edición de agosto del boletín Conectando con México.

Este mes celebramos la conclusión de la tercera edición del Programa Consular de Emprendimiento para Mexicanas en el Exterior (PCEME), en el que participaron catorce mujeres mexicanas residentes en Alemania, Países Bajos y Noruega. Durante seis meses de formación y mentorías, presentaron proyectos que abarcan desde la gastronomía y la moda hasta la innovación tecnológica y los servicios especializados.

Además, acompañamos a la comunidad mexicana en El Sarre en un encuentro dedicado a escuchar sus inquietudes y dar seguimiento al programa bilateral de reclutamiento de personal de enfermería. Dimos continuidad a los preparativos de la participación mexicana en la feria internacional Eurovino 2026; y colaboramos con la Secretaría de Turismo de Jalisco en la planeación de un evento de promoción en Frankfurt.

En esta edición, les invitamos a inspirarse con la historia de Katrin Sihling, coach intercultural y emprendedora. También podrán consultar la más reciente Cápsula Financiera de la VAF Frankfurt, así como nuestras cápsulas informativas sobre México.

Gracias por seguir conectados con el Consulado y con México.

Cordialmente, Cecilia Villanueva Bracho



Los créditos de todas las fotografías de este boletín corresponden al consulado, salvo indicación distinta.

Contenido

.....	1
Mensaje a la comunidad y a los amigos de México.....	2
Actividades del Consulado	3
Nuevos proyectos de la Red Global MX Capítulo Hessen	3
Preparativos rumbo a Eurovino 2026....	3
Concluye el programa de emprendimiento para mexicanas.....	3
Encuentro con la comunidad mexicana en El Sarre	4
Jalisco prepara evento de promoción en Frankfurt.....	5
Cápsulas informativas sobre México	5
Creación del Corredor Biocultural de la Gran Selva Maya	5
Receta: Chile en Nogada	7
Mexicanas en Alemania que inspiran	8
Katrin Sihling, coach intercultural y emprendedora.	8
Cápsula financiera	9
México, el ahorro para el retiro será insuficiente: Lo que debemos saber	9
Anuncios.....	10
Desfile de Catrinas y Catrines en Frankfurt	10
Credencial para votar desde el extranjero	10
Información de contacto	11



Conectando con México

Boletín mensual de agosto de 2025

Consulado de México en Frankfurt

Actividades del Consulado

Nuevos proyectos de la Red Global MX Capítulo Hessen

El 12 de agosto, la Cónsul Cecilia Villanueva sostuvo una videoconferencia con el Sr. Héctor Cabrera, nuevo presidente del Capítulo Hessen – Baden Württemberg de la Red Global MX.

Asimismo, adelantó que en breve se presentará la agenda de actividades del Capítulo y se dará a conocer la nueva mesa directiva que acompañará su gestión.



Crédito foto: Red Global MX, Capítulo Hessen

Preparativos rumbo a Eurovino 2026

El 15 de agosto, el Consulado en coordinación con la Dirección General de Coordinación Política de la SRE, organizó una reunión virtual con representantes de 24 estados de la República y autoridades de promoción económica para explorar la participación mexicana en la feria internacional Eurovino 2026, que se celebrará en marzo en Karlsruhe.



Crédito foto: Eurovino

Durante el encuentro, se destacó la relevancia de este espacio para impulsar la proyección del vino mexicano en Alemania y Europa, particularmente de regiones productoras como Baja California, Coahuila, Jalisco y Querétaro.

La Cónsul Villanueva presentó las condiciones especiales ofrecidas por los organizadores a México, y el Cónsul adscrito Eduardo Ruíz planteó las oportunidades que

brinda Alemania para la promoción de exportaciones mexicanas.

Se busca integrar un pabellón nacional que potencie la imagen de México en la feria.

Concluye el programa de emprendimiento para mexicanas

El 16 de agosto, el Consulado llevó a cabo la ceremonia de clausura de su tercera edición del Programa Consular de Emprendimiento para Mexicanas en el Exterior (PCEME), implementado en colaboración con el Instituto de las Mexicanas y Mexicanos en el Exterior (IMME).



En esta edición participaron catorce emprendedoras mexicanas residentes en Alemania, Países Bajos y Noruega, quienes concluyeron satisfactoriamente el programa tras varios meses de formación y mentorías especializadas. A lo largo del proceso, las participantes trabajaron en el desarrollo de sus planes de negocio, reforzando sus habilidades en temas como innovación, mercadotecnia, proyección financiera y consolidación de modelos de negocio.





Conectando con México

Boletín mensual de agosto de 2025

Consulado de México en Frankfurt

La cónsul Cecilia Villanueva encabezó la ceremonia en la que se entregaron los certificados de participación y se destacó el compromiso y dedicación de las emprendedoras.



Asimismo, cada una de ellas presentó un cartel ilustrativo de su proyecto, que permitió al público conocer la diversidad y riqueza de las propuestas, abarcando desde la gastronomía y la moda hasta la innovación tecnológica y los servicios especializados.



El evento incluyó también la presentación de los resultados del concurso de planes de negocio, evaluado por un jurado, que decidió los primeros tres lugares de premiación. Las ganadoras recibieron reconocimientos y premios aportados por aliados estratégicos, incluyendo mentorías personalizadas, apoyos en efectivo y membresías de la Sociedad Mexicano Alemana (DMG).



Con la conclusión exitosa de esta tercera edición del programa se reafirmó el compromiso del Consulado de México en Frankfurt con el impulso al talento femenino y el fortalecimiento de redes de apoyo que promuevan el desarrollo económico y la integración de las mexicanas en el exterior.

Encuentro con la comunidad mexicana en El Sarre

El 21 de agosto, la Cónsul Villanueva viajó a la ciudad de Homburg para participar, por invitación de la Sociedad Mexicano-Alemana de El Sarre y del gobierno estatal, en un encuentro orientado a fortalecer la colaboración en los procesos de reclutamiento y acompañamiento de personal de enfermería, médicos y estudiantes de formación dual provenientes de México.

La visita permitió mantener un diálogo directo con la comunidad mexicana residente en El Sarre desde 2019, aclarar dudas e inquietudes, dar seguimiento a casos específicos de índole familiar o laboral y recoger observaciones sobre la experiencia en las clínicas locales.



Asimismo, se reforzó la vinculación con representantes de instituciones del sector salud y laboral para avanzar en propuestas que faciliten la implementación del programa bilateral entre el Servicio Nacional de Empleo (SNE) y la Agencia Federal de Trabajo alemana. Estas iniciativas serán presentadas en próximas reuniones de trabajo en Berlín y en la Ciudad de México.



Conectando con México

Boletín mensual de agosto de 2025

Consulado de México en Frankfurt



El encuentro contó con la participación del Secretario de Estado David Lindemann y del Ministro de Salud, Mujer, Trabajo y Asuntos Sociales, Magnus Jung, quien anunció la integración de la delegación de El Sarre que acompañará en septiembre a la Ministra Presidenta Anke Rehlinger a México, en la que también participará una enfermera mexicana.



Estos espacios de diálogo son fundamentales para el gobierno de México y la labor comunitaria del Consulado, especialmente en El Sarre, donde la población mexicana ha crecido más de 30% anual en los últimos años.

Jalisco prepara evento de promoción en Frankfurt

El 22 de agosto se realizó una videoconferencia de trabajo entre la Cónsul Villanueva y funcionarios de la Secretaría de Turismo de Jalisco, con el objetivo de dar seguimiento a la gira de promoción turística de ese estado en Europa.

En la reunión se acordó la organización de un evento de promoción turística de Jalisco en Frankfurt, programado para finales de septiembre, en colaboración con el Consulado.

Cápsulas informativas sobre México

Creación del Corredor Biocultural de la Gran Selva Maya

Con ello se fortalece la cooperación ambiental y la protección de la segunda selva tropical más grande de América y la más grande de Mesoamérica.

- Contempla aproximadamente 5.7 millones de hectáreas del corazón de Mesoamérica
- Las comunidades indígenas y afrodescendientes son centrales para la conservación de esta región biocultural

La Presidenta de México, Claudia Sheinbaum Pardo, firmó, en una reunión histórica, un acuerdo trilateral con sus homólogos de Guatemala, Bernardo Arévalo de León; y de Belice, John Antonio Briceño, para preservar 5.7 millones de hectáreas del corazón de Mesoamérica a través de la creación de un nuevo Corredor Biocultural de la Gran Selva Maya (CBGSM), con el objetivo de fortalecer la cooperación ambiental en materia de conservación e integridad ecológica para beneficiar alrededor de 7 mil especies, 200 en categoría de riesgo, 50 prioritarias y 250 endémicas de México.



Crédito foto: Comunicación Social



Conectando con México

Boletín mensual de agosto de 2025

Consulado de México en Frankfurt

“Debemos sentirnos orgullosos de poder decirle al mundo: juntamos nuestra voluntad para preservar y restaurar el legado de esta riqueza biológica y cultural extraordinaria. El acuerdo de hoy es histórico, es hermoso. Gracias Presidente Arévalo, gracias primer ministro Briseño. ¡Que viva Belice! ¡Que viva Guatemala! ¡Y que viva México!”, resaltó la Presidenta de la República, Claudia Sheinbaum Pardo.



Crédito foto: Comunicación Social

Además, la Jefa del Ejecutivo Federal informó que el Gobierno de México ha decidido pasar a la segunda fase del programa Sembrando Vida en regiones de Guatemala y Belice como una forma concreta de cooperación que impulse el desarrollo rural, proteja a los ecosistemas y mejore las condiciones de vida de las y los habitantes de la zona: regenerando suelos, recuperando la cobertura forestal donde se ha degradado y fomentando la autosuficiencia alimentaria, y sobre todo, elevando el bienestar de las comunidades.

La gran reserva trinacional garantizará la continuidad ecológica de los ecosistemas característicos de la Península de Yucatán, como las selvas tropicales bajas, medianas y altas, los petenes y los manglares.

Esta conectividad será clave para la protección de especies emblemáticas como el jaguar, el tapir, el mono araña y el quetzal. Al tratarse de la segunda selva tropical más extensa del continente americano —y la mayor de toda Mesoamérica—, su preservación es estratégica para enfrentar la crisis climática,

regular el ciclo del agua y conservar la biodiversidad regional.

El “Corredor Biocultural Gran Selva Maya” se forma por 11 Áreas Protegidas de Belice, 27 de Guatemala y 12 de México, entre las que destacan: en México la Reserva de la Biosfera Calakmul y Área de Protección de Flora y Fauna Balam Kú en Guatemala el Parque Nacional Mirador-Río Azul y Biotopo Dos Lagunas, y en Belice: Área de Conservación y Manejo Río Bravo y Área Natural Protegida Aguas Turbias.



Crédito foto: Comunicación Social

Asimismo, con el propósito de reconocer y agradecer a quienes contribuyan al aprovechamiento sostenible y protección de sus especies y ecosistemas, a partir del año 2026, el 15 de agosto se conmemorará el “Día de la Gran Selva Maya” y se establecerá el reconocimiento al “Mérito a la Conservación de la Gran Selva Maya”.

El Gobierno de México reafirma su compromiso de establecer mecanismos de coordinación y cooperación internacional que permitan la conservación de las Áreas Naturales Protegidas en beneficio de la comunidad rural y del país en general.

Con información de Comunicación Social:

<https://www.gob.mx/presidencia/prensa/en-un-acuerdo-historico-mexico-guatemala-y-belice-crean-el-corredor-biocultural-de-la-gran-selva-maya-el-mas-grande-del-mundo-en-su-tipo>



Conectando con México

Boletín mensual de agosto de 2025

Consulado de México en Frankfurt

Receta: Chile en Nogada



Crédito de foto: Larousse cocina

El Chile en Nogada es uno de los platillos más emblemáticos de la gastronomía mexicana, especialmente en la temporada de fiestas patrias.

Este platillo originario de Puebla es conocido por su mezcla única de sabores y colores, que representan la bandera de México.

Ingredientes.

Relleno:

- 1/3 de taza de aceite
- 4 cucharadas de cebolla picada
- 2 dientes de ajo picados
- 1 kg de lomo de cerdo picado finamente
- 100 g de jamón de pierna picado
- 1 kg de jitomates asados, pelados, sin semillas y picados
- 1l de caldo de cerdo
- 1 pizca de: azafrán, de clavo de olor molido, de comino molido y de canela molida
- 2 manzanas en cubos pequeños
- 2 peras en cubos pequeños
- 3 duraznos en cubos pequeños
- 1/2 taza de pasitas hidratadas en agua caliente
- 3/4 de taza de almendras picadas
- 1 taza de acitrón confitado, cortado en cubos pequeños
- 2 cucharaditas de azúcar
- 1 taza de jerez seco

Nogada:

- 2 kg de nueces de Castilla frescas y peladas

- 350 g de queso fresco
- 1/2 bolillo remojado en leche, canela y azúcar
- 1/3 de taza de jerez seco
- 1 l de leche

Chiles:

- 12 chiles poblanos
- 6 huevos
- 6 cucharadas de harina
- Aceite para freír
- Los granos de 2 granadas
- Hojas de perejil, al gusto

Instrucciones de preparación.

Relleno:

Ponga sobre el fuego una cacerola con el aceite o manteca de cerdo y sofría la cebolla con el ajo. Añada el lomo de cerdo y el jamón y deje que se doren ligeramente. Incorpore el jitomate, y cuando haya adquirido un color opaco, vierta el caldo.

Deje que la preparación se cocine hasta que se haya evaporado todo el líquido. Añada al relleno las especias, los cubos de frutas, las pasitas, las almendras, el acitrón, el azúcar y el jerez.

Deje que el relleno se espese un poco más, retírelo del fuego y resérvelo.

Nogada:

Muela las nueces de Castilla con el queso, el pan remojado y el jerez. Si la salsa queda demasiado espesa, dilúyala con leche o crema. Resérvela.

Chiles:

Distribuya el relleno dentro de todos los chiles poblanos.

Separe las yemas de las claras y bata estas últimas hasta obtener punto de turrón. Sin dejar de mezclar, añada de forma alternada las yemas una a una y la harina.

Capee los chiles rellenos y fríalos en aceite muy caliente. Escúrralos sobre papel absorbente para eliminar el exceso de aceite.

Sirva los chiles a temperatura ambiente en un platón. Cúbralos con la nogada y adórnalos con los granos de granada y las hojas de perejil.

Con información de: Larousse cocina



Conectando con México

Boletín mensual de agosto de 2025

Consulado de México en Frankfurt

Mexicanas en Alemania que inspiran

Katrin Sihling, coach intercultural y emprendedora.

Hola, soy Katrin Sihling. Nací en la Ciudad de México en una familia mexicana-alemana amante de viajar por el mundo. Sin saberlo, mi familia plantó la semilla de mi pasión por la convivencia y comunicación intercultural. Crecí entre México y Alemania, viví en varios países por estudios y trabajo, y en mis inicios profesionales estuve en el mundo bancario internacional. Allí noté algo clave: las diferencias culturales pueden hacer que proyectos prosperen o fracasen. Además, descubrí mi habilidad para la colaboración intercultural.



Crédito foto: Katrin Sihling

Siguiendo mi pasión, me formé como Intercultural Coach & Trainer en la Universidad de Jena, donde entendí los retos de mi identidad cultural y los convertí en fortaleza. Desde entonces he trabajado con empresas multinacionales, universidades y como conferencista en temas interculturales.

Ser mamá de tres hijos me abrió nuevas preguntas: ¿cómo transmitir mi esencia mexicana sin viajar a México?, ¿cómo fomentar desde pequeños competencias interculturales y emocionales?

¿cómo prepararlos para un mundo digital poco abierto a la diversidad? Estas preguntas han nutrido mi camino como coach, mujer y emprendedora, llevándome de las empresas multinacionales a familias y personas con trayectorias interculturales.



Crédito foto: Katrin Sihling

Este año tuve el honor de impartir, en colaboración con el Consulado de México en Frankfurt, el taller "5 superpoderes de mujeres migrantes". Además, participé como mentora en el programa de emprendimiento, guiando a emprendedoras en la reflexión sobre sus valores y su percepción, esencial para la competencia intercultural.

Actualmente desarrollo el programa Global Skills for Kids, que ayuda a niños a fortalecer sus competencias emocionales e interculturales desde temprana edad. Porque ¿para qué esperar a que sean adultos, si podemos aprovechar desde ya la riqueza de su diversidad cultural?

Mi misión es fomentar resiliencia y autocuidado, y llevar el coaching intercultural más allá de las empresas multinacionales.

Si algo de mi historia resonó contigo, te invito a contactarme:

www.katrin-sihling.com

mail@katrin-sihling.com

www.linkedin.com/in/katrinsihling

www.instagram.com/katrin.sihling_mex



Conectando con México

Boletín mensual de agosto de 2025

Consulado de México en Frankfurt

Cápsula financiera

México, el ahorro para el retiro será insuficiente: Lo que debemos saber

Contribución de María Alejandra Guerra

- En 2050, 35% de la población mexicana será adulta mayor
- El sistema actual apenas cubre el 20-30% del último salario
- Planificar hoy es la clave para unos años de tranquilidad
- La comunidad migrante puede tomar decisiones más informadas desde ahora

Hoy, la edad promedio en México es de 29.6 años. Pero para el año 2050, se estima que será de 43, y más de un tercio de la población será adulta mayor. Según expertos como Joaquín Barrera, de *Sura Investments*, el sistema actual no será suficiente: apenas cubrirá entre el 20% y el 30% del último salario al momento del retiro.

“Si gano 100 pesos, al retirarme recibiré 30, y eso difícilmente cubrirá los gastos en salud y medicamentos que aumentan con la edad”, señaló en el foro EF Meet Point México ([El Financiero, 2025](#)).

Este escenario exige nuevas estrategias: aportar voluntariamente, diversificar el ahorro, entender los límites del sistema actual y actuar desde hoy. En 2025, las Afores enfrentan retiros masivos por desempleo y tensiones fiscales, mientras la población envejece sin una red sólida de respaldo financiero. La Encuesta Nacional de Inclusión Financiera confirma que menos del 8% de los mexicanos hace aportaciones voluntarias al retiro.

 **Ventanilla de
Asesoría Financiera**
Fráncfort, Alemania

¿Qué significa esto para la comunidad mexicana en Alemania?

Aunque se viva fuera de México, muchos comparten las mismas preguntas: ¿cómo será nuestra jubilación?, ¿regresaremos algún día?, ¿vale la pena cotizar aquí o allá?, ¿cómo puedo asegurarme un retiro digno?

Si el sistema mexicano ya resulta insuficiente, vivir en Europa tampoco garantiza estabilidad futura. El costo de vida, la burocracia y las diferencias entre sistemas hacen que tomar decisiones financieras informadas sea todavía más importante para quienes migramos.



Planificar tu retiro no es un lujo, es una necesidad. Y hacerlo con conciencia migrante —entendiendo tu contexto binacional, tus ingresos actuales y tus posibles escenarios— puede darte autonomía, tranquilidad y flexibilidad real.

¿Tienes dudas sobre tu futuro financiero y cómo prepararte mejor para el retiro, estés donde estés? Podemos ayudarte.

Escríbenos a vaffrk@sre.gob.mx y agenda una sesión de asesoría personalizada para revisar tu situación, metas y oportunidades específicas.



Conectando con México

Boletín mensual de agosto de 2025

Consulado de México en Frankfurt

Anuncios

Desfile de Catrinas y Catrines en Frankfurt

El Desfile de Catrinas y Catrines 2025 ya se prepara en Frankfurt. ¡Será el 1 de noviembre y puedes formar parte del contingente!

Regístrate antes del 20 de septiembre:
<https://www.eventbrite.de/e/desfile-de-catrinas-y-catrines-en-francfort-del-meno-2025-tickets-1487923211379>



El público en general podrá disfrutar del desfile durante su recorrido, isin necesidad de registro!

¿Quieres participar en el Concurso de Catrinas y Catrines? Inscríbete aquí:
<https://forms.gle/bVMJn2PjXF4ZqVPS6>

*Cupo limitado a 10 personas por categoría. Solo para personas registradas en el desfile.

Credencial para votar desde el extranjero

¿Eres mexicana o mexicano y vives fuera del país? ¡Tramita tu Credencial para Votar desde el Extranjero, conoce los requisitos!

CREDENCIALIZACION

¿ERES MEXICANA O MEXICANO Y VIVES FUERA DEL PAÍS?

¡Tramita tu Credencial para Votar desde el Extranjero!

Prepara 3 documentos para tu cita:

- Documento que acredite tu nacionalidad mexicana
- Una identificación con fotografía
- Un comprobante de domicilio (puede que estar a tu nombre)

Haz tu cita llamando al 1 (424) 309-0009 (desde EE. UU. y Canadá) o en línea en: [citas.sre.gob.mx](https:// citas.sre.gob.mx)

¡Acude al consulado más cercano!

Más información en: www.votoextranjero.mx

Logos: INE, INE EL MUNDO EN MÉXICO, VOTO EXTRANJERO, #INEMexico, /Voto.Extranjero.MX, @VotoExtranjero

CREDENCIALIZACION

YA AGENDASTE TU CITA, ¿Y AHORA?

- Presentate puntualmente a tu cita en la fecha y horario asignados, lleva contigo los siguientes documentos: acta de nacimiento o comprobante de nacionalidad mexicana, identificación con fotografía vigente y comprobante de domicilio.
- Durante tu cita, revisa que tus datos estén correctos y firma la solicitud. Recibirás un folio de seguimiento. ¡Guárdalo bien!
- Tu credencial será enviada por mensajería a tu domicilio una vez validado el trámite.
- Da seguimiento en el Sistema de Consulta con tu folio.
- Y cuando la recibas... ¡Confirma que ya la tienes! Llama a INETEL desde Estados Unidos sin costo al 1 (866) 986 8306 o desde otros países por cobrar: +52 (55) 5481 9897 o accede al sitio: www.votoextranjero.mx

Solo al confirmarla, tu credencial será válida como medio de identificación oficial.

Información de contacto



Relaciones Exteriores
Secretaría de Relaciones Exteriores

México
Consulado de Carrera de México
en Frankfurt

Dirección	Grüneburgweg 16-18, 4º piso, 60322, Fráncfort del Meno
Teléfono	+49 (069) 2998 750
Teléfono y WhatsApp de emergencia y protección	 +49 1523 3957 504
Redes sociales	 Consulmex Frankfurt  @ConsulMexFrk  @CeciliaVB_Mx
Canales	 Consulado de México en Frankfurt  Diplomacia Cultural Mx Canal Frankfurt
Página web	 consulmex.sre.gob.mx/ frankfurt/

La cita de renovación de pasaporte y credencial de INE se realiza a través de Mi Consulado: <https://citas.sre.gob.mx>

Las citas para otros asuntos de documentación consular se solicitan al correo : infofrk@sre.gob.mx

Boletín Conectando con México

Investigación, diseño y compilación: Estefanía Pérez Aguilar

Cuidado de edición: Cecilia Villanueva Bracho