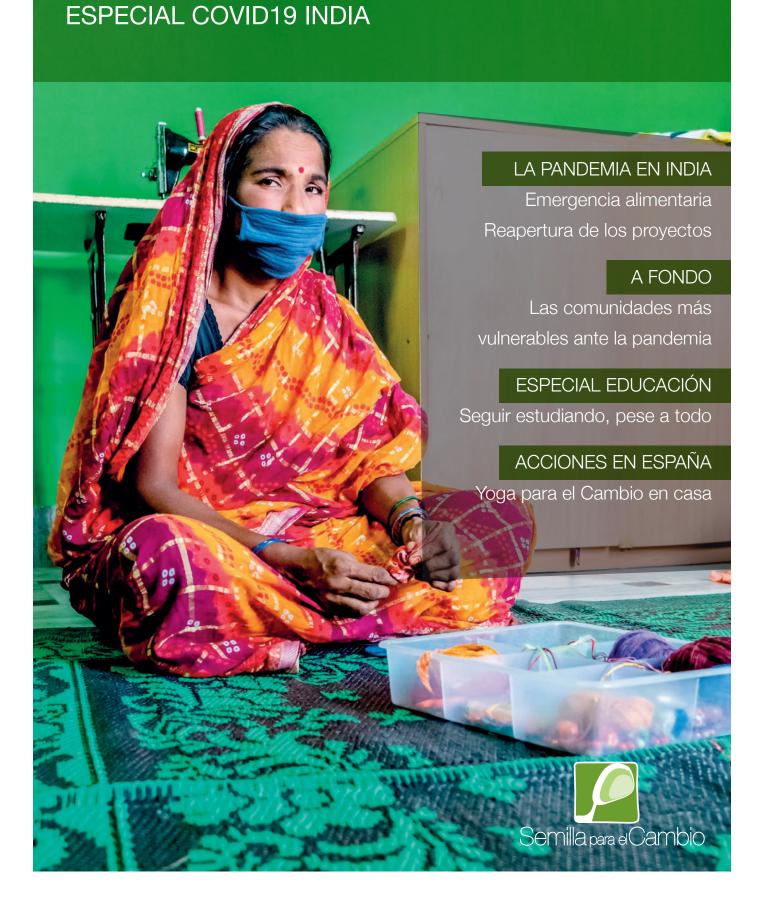
BOLETÍN MARZO A SEPT. 2020





Querido/a amigo/a y colaborador/a,

Te hacemos llegar, una vez más, un boletín con las noticias más destacadas del último semestre.

En esta ocasión, hemos preparado un boletín especial, en el que nos centramos en los meses que van de marzo a septiembre, al tratarse de un momento totalmente atípico, difícil e incierto debido a la situación mundial de pandemia y confinamientos que ha afectado a toda la población.

En el caso de India, la crisis sanitaria ha tenido un duro impacto, teniendo en cuenta su perfil demográfico, en el que destacan altos porcentajes de pobreza y población en situación de vulnerabilidad. Grupos que aún hoy siguen sufriendo las consecuencias del embate no solo sanitario, sino también económico y social de la Covid19 y de las medidas de confinamiento.

Gran parte de los logros que se habían conseguido en reducción de pobreza y trabajo infantil en los últimos 5-10 años en India y en el mundo se han visto revertidos a causa de la pandemia. Una situación difícil, ya que millones de familias vulnerables, con ingresos reducidos, han caído de nuevo en la pobreza y aquellas que eran pobres sufren ahora de una pobreza todavía más profunda, habiendo reducido su consumo al mínimo y endeudándose incluso, para poder comer.

Semilla para el Cambio trabaja con comunidades desfavorecidas de los *ghats* y los *slums* de Varanasi. Alrededor de un millar de personas que viven "al día" de forma regular, vieron sus circunstancias endurecidas, todavía más, a causa del confinamiento y las posteriores limitaciones de la movilidad que hubo en India durante 3 meses. Pasaron a depender, por tanto, de ayuda externa para poder comer. Por ello, Semilla para el Cambio se ha centrado en la emergencia alimentaria durante esos meses. Posteriormente, hemos apostado por la reconstrucción económica y social, apoyando a estas familias durante la desescalada y ahora que la economía continúa teniendo aún una actividad reducida.

Además de alimentar semanalmente a 1.200 personas y tener programas específicos para mujeres embarazadas y niños y niñas con deficiencias nutricionales durante 2 meses y medio, Semilla ha reabierto sus puertas desde julio, poniendo en marcha los proyectos que por ley estaban permitidos: clases online, ayudas nutricionales para los niños/as del programa educativo, clases de henna y costura, taller de artesanía, promoción de salud y dispensario médico. Obviamente, todo esto se ha realizado siguiendo protocolos para que todo sea lo más seguro posible para el equipo y las familias beneficiarias.

Queremos agradecerte el apoyo recibido durante la pandemia y, sobre todo, durante el confinamiento. Tu generosidad y preocupación nos ha permitido apoyar a las familias en los momentos más duros. Sin ti no hubiese sido posible estar ahí.

Maria Bodelon

Directora de Semilla para el Cambio

Emergencia alimentaria

India es el segundo país del mundo más afectado por la pandemia del coronavirus. En fecha de 10 de noviembre, llegaba a registrar 38.073 nuevos contagios, superando, desde que se iniciara la crisis sanitaria, los 8 millones y medio de casos y las 120.000 muertes.

Millones de personas se enfrentan, además, a graves consecuencias económicas y sociales, derivadas, primero del confinamiento, y después, de las restricciones al movimiento y la limitación en la actividad económica. Las más afectadas son las comunidades más vulnerables, que han visto drásticamente reducidas sus posibilidades de obtener sustento. Es el caso de las comunidades de los slums y ghats de Varanasi, que viven al día y dependen de poder salir a trabajar para comer.

Semilla para el Cambio lleva trabajando desde el pasado mes de marzo para paliar las consecuencias de

la pandemia. Hasta octubre de 2020, los esfuerzos de la ongd se centraron, en la fase de confinamiento, en garantizar la seguridad alimentaria de estas comunidades. Desde julio, a esta tarea se suma la de retomar paulatinamente sus proyectos de desarrollo.

En el inicio de la pandemia, **Semilla para el Cambio puso en marcha un programa de emergencia ali- mentaria** que atendió, de abril hasta junio, a 1.200 personas, con asignaciones semanales de alimentos no perecederos y verduras.

Actualmente, la ongd sigue prestando atención alimentaria a las familias de los más de 250 estudiantes del programa educativo, con una aportación mensual por niño/a, (a condición de su asistencia regular a las clases online). De esta forma se incentiva también su continuidad en la educación.

Nuestras/os estudiantes, acción y empoderamiento ante la pandemia

Todo el equipo de Semilla en India ha hecho un esfuerzo ingente estos meses, para llevar a cabo las actuaciones de emergencia. Pero nos gustaría destacar el papel que jugaron los jóvenes estudiantes de secundaria del programa educativo, sobre todo en los primeras semanas de la crisis sanitaria. Entonces, en India había un confinamiento estricto, y ni siquiera las trabajadoras/es de nuestra contraparte, Seed for Change, podían salir para distribuir alimentos. Y fueron los y las estudiantes quienes se unieron, de manera espontánea, a la labor de gestión para hacer llegar la comida a las comunidades más afectadas por el confinamiento. "Nos ayudaron a hacer los listados de las familias, a tomar fotos de las entregas, a conseguir los contactos de las tiendas de ultramarinos, a coordinar la distribución... Fue un orgullo ver cómo respondían con organización y madurez", explicaba María Bodelón, directora de Semilla.

Acciones de emergencia alimentaria



22 MARZO INICIO CONFINAMIENTO

- Distribución mascarillas y gel a las familias beneficiarias
- · Presentación cómo prevenir el coronavirus
- · Adelantos salariales a promotoras, artesanas y equipo local

ABRIL



- Reparto regular de ayudas económicas a familias del centro de Dashaswamedh
- Distribución regular de alimentos a 250 familias de los slums a través de ultramarinos del barrio
- Retiradas de efectivo del programa de micro-ahorro
- Ayudas del 100% para medicamentos y emergencias sanitarias
- Adelantos salariales a promotoras, artesanas y equipo local

- · Reparto regular de ayudas económicas a familias del centro de Dashaswamedh
- Distribución regular de alimentos a 250 familias de los slums a través de ultramarinos del barrio
- Distribución de una asignación regular a familias de los slums en verdulería del barrio
- Reparto de packs especiales para embarazadas, lactantes y niños/as con deficiencias nutricionales con suplementos y alimentos muy nutritivos
- Retiradas de efectivo del programa de micro-ahorro
- Ayudas de 100% para medicamentos y emergencias sanitarias
- · Adelantos salariales a promotoras, artesanas y equipo local

MAYO



JUNIO

MEDIADOS DE JUNIO FINALIZA CONFINAMIENTO ESTRICTO

 Últimos repartos en Dashaswamedh y Sigra de alimentos y para las embarazadas y mujeres lactantes



1200 personas 252 familias 10.499 € invertidos

Donativos obtenidos a través de la campaña "Ayúdanos a responder a la pandemia en India" y el evento solidario "Yoga para el Cambio en casa".









Reapertura de los proyectos

Protocolos de higiene y funcionamiento seguro

Después de 10 días de limpieza y desinfección de nuestras instalaciones, y de formulación de nuevos protocolos de atención y funcionamiento seguro, nuestros proyectos de artesanía, corte y confección, promoción de la salud, educación y el dispensario médico retomaban su actividad en el mes de julio.

Más orden para asegurar distanciamiento social y la seguridad de beneficiarias/os y del personal de nuestro equipo.



Proyectos de Mujer

Los proyectos de mujer inauguraban esta primera etapa. Así, la primera actividad que realizamos fue una sesión formativa sobre la Covid19, dirigida a nuestras artesanas. Trabajamos cuestiones como la prevención y el autocuidado, tanto en el mismo taller de artesanía como en sus casas y comunidades. Una promoción de la salud que planteamos de manera más transversal que nunca a todos nuestros proyectos. Así, junto al desarrollo de las actividades propias de los mismos, los proyectos se convierten, también, en una herramienta para combatir los contagios, a

través de la formación y la socialización de medidas preventivas entre las participantes y, por extensión, entre la comunidad de cada *slum*.

Las mujeres de las clases de corte y confección y de tatuajes de henna volvían también a la actividad en el mes de julio. Tras más de cuatro meses sin recibir formación, los primeros días consistieron en repasar los conocimientos ya adquiridos. En septiembre se reiniciaron también las clases de alfabetización entre las antiguas alumnas.

LA PANDEMIA EN INDIA

A FONDO

Educación online

Nuestro proyecto educativo también retomó su funcionamiento en la modalidad online en el mes de julio, aunque ya en mayo se empezaron a dar los primeros pasos de esta modalidad. Se ofrecieron sesiones formativas y apoyo técnico a nuestras alumnas y alumnos, y también a nuestro equipo. Un nuevo modelo de funcionamiento no exento de retos, dada la limitación de recursos y del acceso a internet del alumnado.

Si bien durante el confinamiento estricto se impartieron clases a través de whatsApp, después nos planteábamos la necesidad de evolucionar esta modalidad para hacerla más interactiva. Esto pasaba por el acceso a internet y los recursos móviles; ambos escasos entre nuestras alumnas y alumnos. Por ello, optimizamos los recursos existentes en los slums y aquellos con los que contamos en Semilla para el Cambio. Soluciones que han pasado por compartir dispositivos, socializar conocimientos y, dado el caso, ofrecer recursos (varias tablets que la ong compró) a aquellos y aquellas estudiantes que, de ningún modo, podían acceder a las clases online.

"También nos preocupaba mucho conseguir la continuidad de aquellos alumnos y alumnas desaventajados y poco motivados con el estudio. Tuvimos que redoblar esfuerzos para que siguieran las clases. Para ello, hicimos tutorías con los padres y las madres para que se implicaran en el seguimiento. Nuestro objetivo es que al menos el 80-90% de los alumnos/as participen activamente en la educación online y no se queden atrás", explica María Bodelón, directora de Semilla para el Cambio.

Todo esto también es nuevo para nuestro profesorado que, hasta ahora, no había impartido clases de este modo. Por ello, Rumpa Paul, Vivek Srivastava y Matías Carballido, miembros del equipo de coordinación de la ongd en terreno, han estado trabajando en la formación del profesorado, para el uso de servicios de comunicación de vídeo online, organización de la programación y los deberes, o la evaluación de los aprendizajes, entre otras cosas.

Proyecto sanitario

Nuestro dispensario médico abría también sus puertas por estas fechas. Éste fue uno de los proyectos en los que más esfuerzos invertimos para protocolarizar y, en definitiva, ordenar, el acceso. "Tuvimos que delimitar espacios, para que los pacientes pudieran esperar respetando la distancia social necesaria entre unos y otros", explica María Bodelón. "Para evitar aglomeraciones, hicimos un trabajo previo a la apertura del dispensario. Para ello, fue fundamental el trabajo de nuestras promotoras de salud, que coordinaron con el dispensario las citas y el flujo de usuarios/as para que no se juntaran muchos pacientes".

Además, el dispensario ha incorporado otras medidas de seguridad médico pacientes, para reducir al mínimo, en su caso, el riesgo de contagio.

El **seguimiento a las mujeres embarazadas** ha sido otra de la áreas del programa de salud que se retomaron en el mes de julio. Desde entonces, se han realizado ecografías y analíticas y se han dis-



tribuido los suplementos alimenticios (hierro, ácido fólico, vitaminas, proteínas, minerales). Además, también se ha incorporado la ginecóloga del proyecto, la Dra. Vandana, que actualmente está pasando consulta.

No obstante, durante el confinamiento, sobre todo en mayo y principios de junio, las mujeres embarazadas recibieron suplementos, seguimiento (en determinados casos) y atención en los partos.

Las más vulnerables ante la pandemia

El confinamiento en un slum

Desde el inicio de la pandemia escuchamos en todo el mundo cómo las autoridades sanitarias apelaban a las medidas básicas que podíamos llevar a cabo para protegernos del virus. Entre ellas, dos fundamentales: lavarnos las manos y mantener la distancia social. Pero, ¿y cuando ambas son un privilegio que no está al alcance de todas las personas?

Los slums son barrios de chabolas, construidas a base de cañas, lonas de plástico, suelo de adobe y de una o dos pequeñas estancias, en el mejor de los casos. En ellas, conviven, de media, entre 5 y 6 personas. Su distribución en asentamientos informales, situados unos junto a otros, sin agua potable ni servicios mínimos de saneamiento, no ha facilitado la labor. de contención del contagio del coronavirus.

Durante la primera fase del confinamiento, más estricta, las familias de los slums lo tuvieron francamente difícil para mantenerse aisladas y protegidas en estos espacios, insuficientes e insalubres. Basta atender a la fisonomía característica de

estos barrios, en los que una sola bomba de agua puede llegar a abastecer hasta a 400 personas y las pocas letrinas que hay, sirven para una media de 100 personas cada una.



Mantener medidas de higiene y cuidados en los *slums* no fue, por tanto, cuestión sencilla ni de voluntad, sino un hito complejo de realizar. Pues, en ellos se hacina una población empobrecida y sin recursos hídricos ni de saneamiento, que sondiana fácil para muchas enfermedades contagiosas.

Medidas mínimas para un confinamiento imposible

En los slums de Sigra, donde habitualmente trabajan nuestros equipos, el confinamiento coincidió con los meses de calor extremo (característico del verano indio). Las temperaturas son muy altas debajo de las lonas y a nadie se le podía recriminar que saliera de casa a tomarse un respiro. Incluso, las medidas del gobierno local daban por hecho esta circunstancia, al

marcar en el suelo las zonas, distanciadas entre sí, en las que la gente podía sentarse. También el Ayuntamiento redoblaba los esfuerzos en la recogida de basura. Este esfuerzo fue palpable incluso en los *slums*, donde es habitual encontrar amontonada basura, y en sus callejuelas irregulares, trazadas sobre el adobe y el polvo.



8

A FONDO A FONDO

Alimentación, embarazo e infancia en tiempos de coronavirus

Desde el inicio de la crisis del coronavirus en India, asegurar la alimentación a las personas que carecían de recursos fue el principal objetivo de Semilla para el Cambio. Entre ellas, muy especialmente, los grupos más vulnerables: los niños y niñas, las mujeres embarazadas y las madres lactantes.

La carencia alimentaria puede suporner impactos a corto y medio plazo en su salud, así como también en la de sus hijos e hijas sus hijos e hijas. Por ello, a través del proyecto de Promoción de la Salud, financiado con apoyo del Ayuntamiento de Segovia y la ongd Farmacéuticos en Acción, Semilla para el Cambio puso el foco en estos grupos de riesgo, a través de intervenciones nutricionales directas.

Las mujeres embarazadas recibieron desde mayo, semanalmente, un pack con alimentos con alto poder nutritivo, que incluía frutos secos, dátiles, legumbres, fruta y leche en polvo. Esta alimentación era la más apropiada en estos meses de verano, con temperaturas extremas, dado que las familias desfavorecidas no cuentan con una nevera, ya que en India es un artículo de lujo solo al alcance de las clases mediasaltas. Y además, se les suministraron suplementos completos (que incluyen todos los micronutrientes necesarios: proteínas, vitaminas, minerales etc).



Las promotoras sanitarias distribuyeron packs nutricionales a mujeres embarazadas de los slums

La pandemia incrementa el riesgo de trabajo infantil en Varanasi

La paralización de la actividad económica y por tanto, de los ingresos de gran parte de la población, generada por los confinamientos y el miedo al contagio, ha incrementado la pobreza a nivel mundial, y esto, a su vez, ha supuesto un retroceso en la lucha contra el trabajo infantil en muchos países. Así lo ha constatado el último informe del Fondo de la ONU para la Infancia (UNICEF) y de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), que alerta de que incluso cuando reabran las escuelas, muchos niños y niñas no volverán a clase.

Con preocupación, el equipo de Semilla para el Cambio ha estado analizando durante los últimos meses la situación entre las comunidades de los *ghats* y los *slums* de Varanasi, donde las ya frágiles economías de estas familias se han visto afectadas por esta crisis sanitaria, que también es social y económica. Éstas han vuelto a recurrir a sus hijos e hijas para sobrevivir.



FOTO DE ARCHIVO

La lucha contra el trabajo infantil fue la que dio lugar al nacimiento de Semilla para el Cambio. Los niños y niñas, muchos de ellos antes trabajadores, han acudido durante una década a las clases de su proyecto educativo, donde también han recibido alimentación, con el compromiso familiar de que no volverían a trabajar. Pero ahora, la situación es mucho más compleja.

Por ello, insiste la ongd, la protección social está siendo clave durante esta crisis. En este sentido, Semilla para el Cambio ha reinventado su programa de Nutrición, que ofrecía comida diaria a los estudiantes del proyecto de Educación Integral en los comedores de Semilla, y durante la pandemia se realiza en forma de asignación bimensual a las familias cuyos hijos e hijas están en el programa educativo. Esta medida busca aliviar la situación extremadamente precaria de las familias, y que no tengan que recurrir al trabajo infantil para hacerle frente, ya que es una solución negativa, a corto y medio plazo.

1



Seguir estudiando, pese a todo

Desde principios de julio, Semilla para el Cambio retomaba su proyecto de Educación Integral, de manera virtual. Una modalidad que ya en mayo dio sus primeros pasos, muy costosos, teniendo en cuenta que nuestro alumnado contaba con escasos recursos y no tenía en buena parte acceso a dispositivos móviles ni a internet, ni nuestro profesorado contaba con experiencia previa de clases online. No obstante, el equipo de coordinación del proyecto valoró como urgente la necesidad de intervenir y superar la brecha digital, ante los posibles impactos que la interrupción de las clases podía tener en la evolución educativa de nuestras alumnas y alumnos ya que no se esperaba que el gobierno permitiese abrir las escuelas a corto plazo.

"Para derribar la barrera de la falta de dispositivos, lo que hicimos fue hacer un censo de cuántos teléfonos tenían las familias, cuántos portátiles o tablets teníamos en nuestras instalaciones y cuántos niños y niñas podrían compartir teléfono. Reparamos algunos dispositivos e instalamos las aplicaciones y compramos 7 tablets", explica Matías Carballido, cooperante de Semilla para el Cambio, desde Varanasi. De este modo, actualmente, Semilla para el Cambio ha garantizado que prácticamente todo el alumnado del proyecto Educativo pueda acceder a las clases que, diariamente, sigue ofreciendo, a través de una plataforma de viodeollamadas simultáneas.

Los alumnos y alumnas disponen de una plataforma online, donde tienen los materiales de clase a su disposición y se coordinan los deberes. Además tienen una hora de clase donde están conectados desde su teléfono y el profesor en pantalla les va explicando las materias y proponiéndoles ejercicios.

El esfuerzo que están haciendo tanto alumnos como profesorado es enorme. "Es muy difícil lograr que los niños, en el contexto de su vida cotidiana en el slum, encuentren un lugar tranquilo donde sentarse a clase, concentrarse frente a la pantalla y tomarse en serio las tareas. Muchos no encienden la cámara o continuamente se corta la conexión", explica Matías Carballido.

Tampoco para el profesorado esta nueva modalidad de educación online ha estado exenta de retos. Nos lo explica Elena Botica, parte del equipo educativo de Semilla: "Hemos formado a los profesores para usar Google Classroom, donde se almacenan materiales, vídeos, el profesor puede corregir los deberes, hay carpetas para cada materia y cada alumno y se pueden compartir muchos tipos de documentos. Además, para sus clases por videoconferencia han aprendido a utilizar presentaciones de documentos, diapositivas y hojas de ejercicios en línea, pizarra online donde pueden escribir y borrar con mejor calidad que mostrando una pizarra real".

ESPECIAL EDUCACIÓN

"Desde que comenzó la pandemia estoy echando de menos la escuela. Ya hace tiempo que no veo a mis profesores y compañeros de clase, no pudimos celebrar nuestros festivales debidamente, no puedo ir a la ongd, ni salir a la calle. No puedo bailar con mis amigos y cuando salgo tengo que usar mascarilla. Estoy totalmente harta de estar en casa".

Ritika, 5° de primaria, 12 años.





"Desde que la escuela y la ongd cerraron, estamos teniendo clases online. Antes no sabía muy bien cómo usar el teléfono móvil, pero ahora aprendí a usar algunas aplicaciones. Cada sábado tenemos un pequeño examen de revisión. Cuando la ongd estaba abierta solía leer muchos libros, me gustaba mucho esto. Ahora no estoy disfrutando mucho, espero que la escuela y la ong abran pronto para poder pasármelo bien, como antes." Kishan, 5º de primaria, 12 años.

"Los estudiantes de clases más avanzadas hemos comenzado a enseñar a los niños más pequeños del slum que no sabían cómo utilizar el teléfono. De todos modos estudiar online no es tan divertido como ir a la escuela". Azruddin, 2º de ESO, 15 años.





Personalmente prefiero asistira la escuela que tener clases online. He tenido que aprender algunas aplicaciones nuevas, como Google Meet y Google Classroom. Lo que me ha gustado de todo esto es que podemos pasar más tiempo con nuestra familia". Fátima, 6º de primaria, 13 años.



Yoga para el Cambio "en casa", para responder a la pandemia

Un año más, Semilla para el Cambio organizó esta actividad que une yoga y solidaridad, en una edición con formato online, que contó con la participación de casi 500 personas en 45 actividades. En total, se recaudaron 4.640 euros, fondos que fueron íntegramente destinados al proyecto de reconstrucción económica y social postCovid19, dirigido a las comunidades más vulnerables de Varanasi (India).

«Yoga para el Cambio en casa 2020» se celebró los días 24 y 25 de mayo y reunió en la red a un total de 464 personas, que pudieron elegir entre 45 sesiones de yoga, meditación, música y danza que consiguieron cautivar a personas de toda España, pero también de Alemania, EEUU, Reino Unido, Argentina o Francia, entre otros.

Fue una edición especial, en casa, que se desarrolló en la plataforma online Zoom con el objetivo de hacer frente a la pandemia en los *slums* y *ghats* de Varanasi. Las valoraciones tanto por parte del profesorado que participó desinteresadamente en el evento, como de las personas que recibieron las clases fueron muy positivas.

Desde Yoga en Red, la otra entidad coorganizadora del evento, celebraron el éxito de acogida y, un año más, la total implicación de los centros y profesorado de yoga de toda España. «La alianza entre Semilla para el Cambio y Yoga en Red se afianza y continua con más fuerza», explicaba María Bodelón.

Por otra parte, desde Semilla para el Cambio se destaca el papel determinante que también desempeñaron los grupos de voluntariado que la ongd tiene en toda España. «Su apoyo en la difusión del evento, su aval a la hora de hablar de nuestro trabajo y su implicación han sido fundamentales para que muchas personas decidan apoyarnos», señaló.



Gracias por estar ahí, tu ayuda es muy importante

Durante estos meses tan complicados debido a la crisis del coronavirus, en Semilla para el Cambio no hemos dejado de recibir mensajes de apoyo, correos de colaboradores enviando ánimos, cartas de madrinas y socios, y aportaciones y ayudas económicas que han aliviado las vidas de las familias de los *slums* y los *ghats* de Varanasi durante el confinamiento y en la etapa posterior que aún continúa. En total, de marzo a julio se recibieron en donativos 22.350 euros, una suma tras la que se esconden muchos rostros y semillas de apoyo. Gracias por estar ahí.

El 22 de marzo, el Gobierno indio anunciaba el confinamiento en la ciudad de Varanasi, una medida que puso a las familias con las que trabajamos en una situación aún más vulnerable de la que están, pues son personas que ya de por sí vivían al día y se quedaron sin la posibilidad de trabajar para su sustento durante semanas; por ello nos vimos obligadas a lanzar un mensaje de SOS desde la ongd a amigos y colaboradoras para activar el plan de emergencia, tanto en los slums como en los ghats, donde residen las familias beneficiarias de nuestros programas de desarrollo.

La respuesta fue generosa e inmediata, pues a lo largo de estos meses hemos recibido apoyo tanto económico como moral que ha hecho posible llegar a más de un millar de personas con packs de comida, asistencia médica, ayudas económicas, implantación de medidas de hi**giene**... Están siendo meses de mucho esfuerzo y reorganización para que nuestras instalaciones y programas continúen avanzando. Para ello, tu apoyo sigue siendo muy importante.

El equipo de coordinación de la ongd está trabajando en la reconstrucción económica y social post Covid19 en estos momentos, para paliar las graves consecuencias que la pandemia está provocando, tanto sanitarias como sociales y económicas. Nos enfrentamos a nuevos retos para garantizar la marcha de todos nuestros proyectos y adaptarnos a una nueva realidad que afecta duramente a las condiciones de vida de los colectivos con los que trabajamos día a día.

Aprovechamos, una vez más, para agradecer todas las muestras de cariño y solidaridad que recibimos. Si quieres donar, o compartir la campaña entre tus contactos, usa este enlace:

www.semillaparaelcambio.org/covid-19-en-india/

. 15





www.semillaparaelcambio.org





