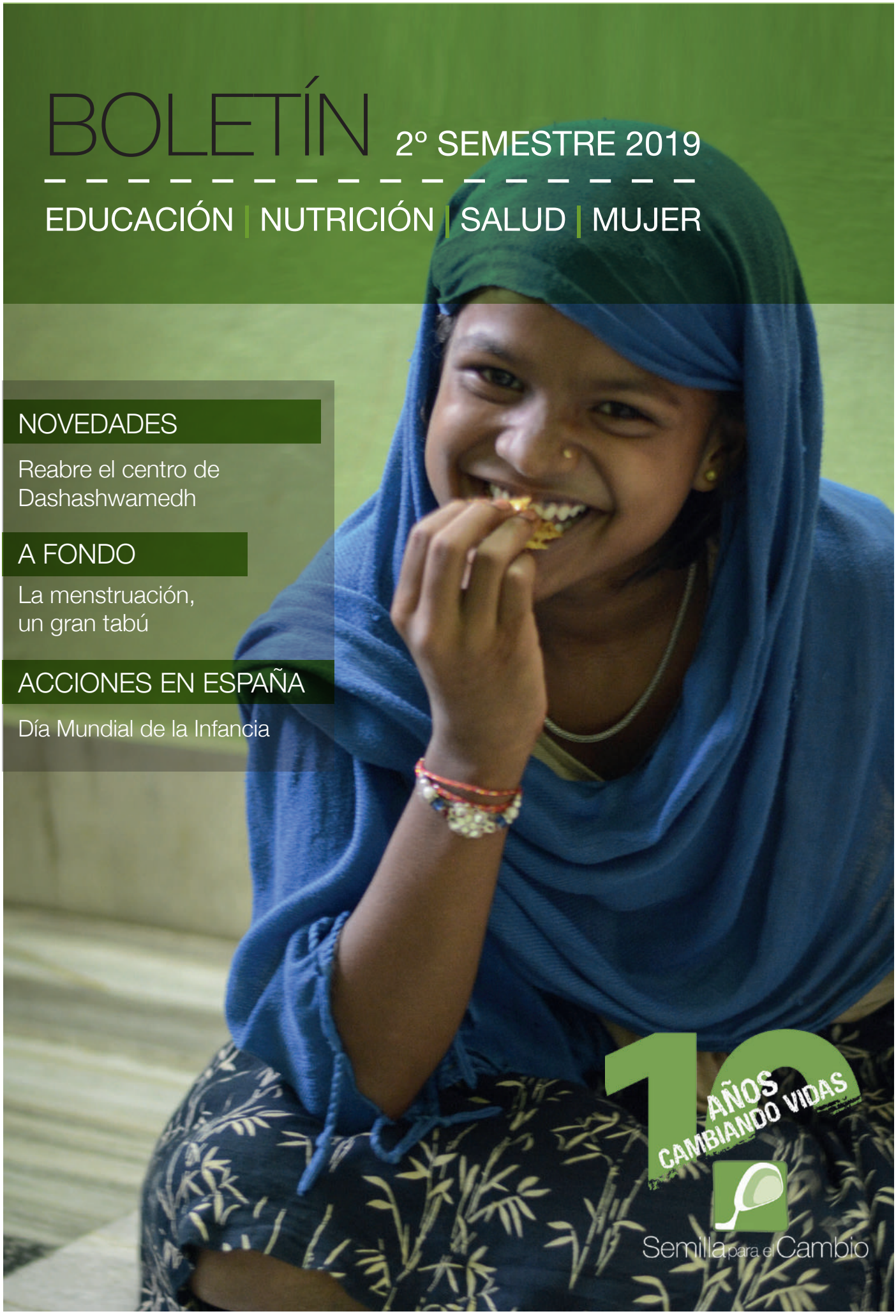
BOLETÍN 2º SEMESTRE 2019

EDUCACIÓN | NUTRICIÓN | SALUD | MUJER



NOVEDADES

Reabre el centro de Dashashwamedh

A FONDO

La menstruación, un gran tabú

ACCIONES EN ESPAÑA

Día Mundial de la Infancia

10 AÑOS CAMBIANDO VIDAS

Semilla para el Cambio

Un año para arrancar proyectos

El 2019, el año de nuestro 10º aniversario se ha cerrado con una buena noticia: la reapertura del centro de Dashashwamedh. Así, Semilla para el Cambio vuelve a tener sede en el barrio en el que, hace una década, inició su andadura en Varanasi. Con un equipo muy comprometido y con mucha ilusión para encarar esta nueva etapa.

En Sigra, la ONG también ha cerrado el 2019 con buenas perspectivas. En la planta baja de su centro en este barrio, se prepara la puesta en marcha de un nuevo Proyecto de atención temprana para los estudiantes de educación infantil, que reforzará el programa de educación. Y en el Programa de Mujer se ha iniciado un nuevo curso de formación en tatuajes de henna para fomentar el autoempleo entre las mujeres beneficiarias. También se han realizado varios talleres de concienciación de género que están ayudando a reforzar el papel femenino en la comunidad.

En España, la actividad ha estado marcada por la conmemoración del Día Mundial de la Infancia y por la campaña navideña: los grupos de voluntariado han participación en distintas ferias y mercadillos y la venta de regalos solidarios, a través de la tienda online y de nuestros “embajadores y embajadoras”, ha crecido un año más en torno a un 25%. Y todo ello complementado con la colaboración de particulares y empresas que han organizado actividades solidarias a favor de los proyectos de Semilla para el Cambio. Personas que nos conocieron en sus viajes a India, a través de Internet o de nuestros grupos de voluntariado y que han decidido apoyarnos.

Te contamos todas estas novedades en este boletín. ¡Disfruta de la lectura!

Sajid
Beneficiario del Proyecto de
Educación Integral desde 2009

«Mi pasado fue horrible. La educación es el único camino para un futuro mejor»

Sajid fue uno de los primeros niños escolarizados por Semilla para el Cambio en Varanasi. Vivía en Dashashwamedh con su familia y trabajaba vendiendo souvenirs a los turistas. Hace unos años se mudaron a los slums de Sigra, donde ha continuado con sus estudios. Para él, la educación es la llave que le ha permitido dejar atrás el trabajo infantil y le llevará a un futuro mejor.

Cuando Semilla empezó su labor en Varanasi, Sajid vivía en el barrio de Dashashwamedh, al lado del Ganges. Allí lo encontró María Bodelón, y convenció a su familia para que le permitiera unirse al programa educativo. Fue uno de los primeros niños escolarizados por la ONG.

Pero cuando sonaba el timbre que marcaba el final de la jornada escolar, para Sajid empezaba la jornada laboral. "Después de pasar por casa para quitarme el uniforme y comer algo, me iba al ***ghat*** de Dashashwamedh, donde cada día se celebra la ceremonia del Ganga Aarti. Mi trabajo consistía en vender cestillos de flores de colores con una vela de cera. Costaban 10 rupias", recuerda. Para los turistas era tan solo el precio de una ofrenda, pero para su familia era un dinero indispensable. "Mi pasado era horrible, ni siquiera quiero recordarlo… el solo hecho de acercarme a los *ghats* me hace sentir mal", reconoce.

Actualmente Sajid tiene 15 años y está en 8º curso. Hace unos años se mudó con su familia a los *slums* de Sigra y continuó con su educación. Es el único de sus hermanos que lo ha hecho: "Mi hermano abandonó los estudios porque no le interesaba ir al colegio, y mi hermana tuvo que dejar los libros por un matrimonio concertado", cuenta. Él, por el contrario, tiene claro que "la educación es el único camino que existe para aspirar a un futuro mejor". Y aunque aún no sabe a qué se quiere dedicar cuando termine de estudiar, tiene claro que, haga lo que haga, "estaré al lado de mi familia".

Para Rumpa Paul, jefa de estudios del Programa Educativo de la ONG, el ejemplo de Sajid pone de manifiesto que, a pesar de las adversidades que atraviesan las comunidades beneficiarias de Semilla, "el cambio es posible si el apoyo de las familias no decae. Él ha tenido la suerte de contar siempre con el respaldo de su madre"

Menstruación en India: un gran tabú

Tener el período en India es motivo de absentismo y abandono escolar, de tabús de origen religioso, de prohibiciones… pero sobre todo, de problemas y peligros para la salud de la mujer.

"Estáis empoderando a mujeres de todo el mundo para que luchen para la libertad menstrual". Esto decía Rayka Zehtabchi al recoger el Oscar a mejor corto documental por "Period. End of sentence", una obra que relata la experiencia de diferentes mujeres que luchan contra la estigmatización de la menstruación en India, donde las mujeres son discriminadas cuando menstrúan.

Y es que en India las mujeres de entre 10 y 50 años de edad son culturalmente consideradas impuras. "Se trata de una sociedad completamente patriarcal, en la que la religión y la cultura relegan a la mujer por debajo del hombre. Además, esta situación está completamente interiorizada por la mayoría de mujeres, lo que hace que se perpetúe y provoca una barrera impuesta que hace más difícil que se impliquen en un cambio real", explica Swati Singh —fundadora de la ONG Muheem, que lucha por la igualdad de la mujer en India—, encargada del curso de género y de los talleres sobre menstruación que Semilla para el Cambio puso en marcha hace unos meses.

Según un informe sobre higiene menstrual entre las adolescentes de India, cerca de un 50% de las niñas no tienen ningún tipo de información cuando experimentan su primera regla. Esto ya supone un primer trauma inicial: no saber qué está pasando en su cuerpo. Pero además, implica también una completa falta de información sobre las medidas y productos de higiene que pueden usar.

Religión y salud

A esto se unen cuestiones religiosas, económicas y culturales que estigmatizan la menstruación. El 2019 empezaba en India con un gran muro de mujeres reclamando igualdad.

El detonante fue la prohibición —aprobada por la Corte Suprema de la India— para que las mujeres en edad de menstruar no pudieran ingresar al templo hindú de Ayyappa en Sabarimalasi. El sacerdote Prayar Gopalakrishnan, del concurrido templo del estado de Kerala, había declarado poco antes que las mujeres no podrían ingresar a los templos hasta que no se inventara una máquina capaz de detectar si son 'puras' o si no están menstruando. "Ahora hay máquinas que pueden escanear cuerpos y comprobar si tienen armas. Habrá un día en que una máquina escaneará si es el momento adecuado (sin menstruación) para que una mujer entre en el templo. Cuando se invente esa máquina, entonces hablaremos sobre dejarles entrar", declaró.

Y es que, por cuestiones religiosas, las mujeres hinduistas no pueden visitar los templos cuando están menstruando, ya que se considera que "ensucian el lugar sagrado". También es habitual que no puedan entrar en la cocina, comer con el resto de la familia o navegar por el Ganges (considerado un río sagrado) mientras menstrúan.

Todo esto afecta también a las prácticas de higiene menstrual. Muchas mujeres en India (especialmente en zonas rurales) no usan compresas porque es más difícil deshacerse de ellas o les da vergüenza comprarlas. Y así persiste el uso de trapos sucios, hojas secas, hierba o periódicos, que están detrás de una alta prevalencia de infecciones del tracto reproductivo o de la alta incidencia de cáncer cervical (India registra la tercera parte de los casos a nivel mundial).

Absentismo escolar

Estos estigmas y tabús culturales provocan también un alto absentismo y abandono escolar entre las adolescentes indias.

En 2015, el Gobierno de India dio a conocer las directrices nacionales sobre la gestión de la higiene menstrual para responder al posible absentismo escolar de alrededor de 113 millones de adolescentes debido a su primera regla.

Según alguno de los estudios en los que se basaron estas directrices nacionales, solo el 53 % de las 14.724 escuelas estatales que había en ese momento tenía un baño separado para las niñas y en condiciones de uso. Estas precarias instalaciones son la causa de que muchas niñas no acudan al colegio cuando tienen la regla para evitar tener que cambiarse las toallas sanitarias en lugares donde podrían ser vistas.

Ante estas falsas creencias y este gran desconocimiento, la información y la concienciación son la única salida. Por eso, desde Semilla para el Cambio se ha promovido la organización de un taller de menstruación y pubertad para los adolescentes del Programa de Educación. El objetivo: normalizar la menstruación, informar sobre prácticas de higiene menstrual saludables y acabar con los mitos y tabús.

Programa de educación

SEMILLA REABRE SU CENTRO EN DASHASHWAMEDH

A finales de 2019 Semilla ha vuelto a abrir su centro en el barrio de Dashashwamedh, un año después de haberse visto forzada a cerrarlo. Tras encontrar un local apropiado, la ONG ha centralizado allí las clases preparatorias y de refuerzo del cerca de centenar de estudiantes del Programa de Educación que hay en la zona.

El nuevo centro está en la segunda planta de un edificio del barrio de Dashashwamedh, a pocos metros de donde estaba la antigua sede. “Nos ha resultado más difícil de lo que pensábamos encontrar un nuevo centro que cumpliera los requisitos que necesitábamos —reconoce María Bodelón, directora de la ONG— . Los alquileres en la zona son cada vez más altos y al tratarse de un entramado de callejones estrechos, muchos edificios eran demasiado pequeños y sin luz.”. Pero la búsqueda ha dado frutos. Se trata de un espacio con cuatro aulas, una zona común y cocina: “Aunque es un poco más pequeño que el antiguo centro, es un espacio acogedor, con mucha luz natural y suficientemente grande para realizar todas las actividades”, declara el coordinador del centro, Vivek Srivastava.

Atención individualizada

La reapertura del centro de Dashashwamedh permitirá recuperar una atención más individualizada con los y las estudiantes y con todos los beneficiarios/as de la zona: “Durante el cierre los alumnos siguieron recibiendo clases de refuerzo en academias de la zona o con profesores particulares, pero el hecho de no contar con un centro de referencia acabó provocando más absentismo.”, asegura Vivek.

A partir de ahora, todas las familias beneficiarias de este barrio cercano al Ganges contarán de nuevo con un espacio de encuentro y estudio para sus hijos e hijas.

CIRCUITOS DE PSICOMOTRICIDAD PARA LOS ALUMNOS DE 3 A 6 AÑOS

Semilla ha puesto en marcha una nueva medida en las clases preparatorias: circuitos de psicomotricidad para favorecer el desarrollo físico y mental de los niños y niñas de entre 3 y 6 años de los *slums*.

Son ejercicios para trabajar los reflejos, la movilidad, el conocimiento del cuerpo o la relación con el espacio y con sus compañeros. “El desarrollo desde las edades tempranas es fundamental para que crezcan correctamente y ganen las habilidades necesarias, tanto físicas como psicológicas”, comenta María Bodelón.

Las sesiones se realizan tres veces por semana, con ejercicios de psicomotricidad fina y gruesa, incidiendo en áreas que tienen relación con lenguaje, escritura o equilibrio.

EVALUACIONES DE NIVEL EN SIGRA

En noviembre, la ONG realizó pruebas de evaluación para conocer el nivel del alumnado en matemáticas e inglés. El objetivo era tener datos para adaptar el programa de estudios de las clases de refuerzo. “Con los test hemos podido detectar algunas áreas donde flojean más o alguna clase que no llega al nivel que debería. Ahora estableceremos nuevas metodologías para trabajar esto y mejorar el rendimiento académico”, comenta la jefa de estudios de Semilla.

CHARLA DE ORIENTACIÓN LABORAL

A finales de año se organizó una charla de orientación laboral para el alumnado de los últimos cursos. El objetivo era motivarles a seguir estudiando y mostrarles las oportunidades que pueden tener en su futuro laboral si acaban Secundaria o van a la Universidad. Durante la charla se presentaron los requisitos para acceder a distintos tipos de trabajo y se vieron ejemplos reales de ofertas en el mundo laboral.

Programa de mujer

UN CURSO DE GÉNERO PARA CONCIENCIAR Y EMPODERAR

Semilla puso en marcha a mediados de 2019 una nueva acción dentro de la campaña Con M de Mujer: un curso de género para concienciar a las mujeres y a su entorno sobre su papel en la sociedad, su identidad y autonomía. “Con esta nueva acción, hemos querido abordar varias de las cuestiones y problemáticas relacionadas con la identidad de género que durante estos años se han ido detectando en los proyectos de mujer: salud, sexualidad, derechos sexuales y reproductivos, violencia contra las mujeres, crianza, etc. Cuestiones que, en la mayoría de los casos, esta comunidad se plantea por primera vez.”, explicaba María Bodelón.

El curso ha durado seis meses y se ha dividido en talleres semanales de 2-3 horas en los que se han abordado las diferentes temáticas. La encargada de impartirlos ha sido Swati Singh, fundadora y directora de la ONG de género Muheem y editora en la plataforma Feminism in India, que ha diseñado un curso con contenidos adaptados a la realidad de las mujeres de los *slums*. “Para este curso preparamos un programa concreto que ha incluido: género, sexualidad, feminismo, menstruación sostenible y derechos de la mujer. Siempre tratando estos aspectos con respeto y pensando en la realidad de las personas que participaban”. Además, la metodología ha sido completamente participativa y dinámica, pensada para que todas las personas participantes se sintieran en un espacio favorable para expresar sus inquietudes, dudas y pensamientos.

Un taller para concienciar a la comunidad

Aunque el curso de género estaba dirigido principalmente a las beneficiarias de los proyectos de mujer de Semilla, los talleres han estado también abiertos a sus maridos e hijos mayores, para lograr un empoderamiento real que incluya a toda la comunidad. Y tras la primera sesión, en la que se abordó el concepto de género impuesto por la sociedad y sus costumbres, se vieron ya los primeros resultados. “Los hombres preguntaban cuándo sería la próxima y las mujeres vinieron al día siguiente a trabajar con nuevas inquietudes que les había despertado la charla. Este es el principio de un cambio que puede ser muy bonito y poderoso”, recuerda María Bodelón.

NUEVA FORMACIÓN DE TATUAJES DE HENNA PARA LAS MUJERES

Semilla acaba de poner en marcha un nuevo curso de tatuaje con henna dirigido a las mujeres de los *slums* de Sigra en Varanasi. Capacitará a las asistentes en la técnica tradicional del *mehndi*, una técnica milenaria muy demandada en India para bodas y celebraciones.

El curso, que tiene como objetivo ofrecer nuevas salidas laborales, ha tenido una gran aceptación y ha empezado con 16 mujeres inscritas y lista de espera. Tendrá una duración de seis meses, tiempo suficiente para que las mujeres cojan la práctica necesaria para poder realizar distintos diseños con rapidez y soltura.

Todas ellas serán formadas por Sonam, una joven profesora, que les enseñará a dibujar los diseños desde cero hasta que acaben dominando la técnica. Según explica, el primer paso es dibujar copias de diferentes diseños en la libreta, a lápiz. “Es importante que antes de dibujar con henna aprendan a realizar distintos tipos de trazados y diseños con el lápiz, para que se vayan acostumbrando y aprendiendo a dibujar”, explica. Una vez dominados los diseños, las estudiantes aplicarán henna en la misma libreta, primero con sus dibujos como

plantilla y luego directamente con el producto. Finalizado este proceso ya podrán empezar a practicar encima de la piel.

Un regalo de boda

El curso está financiado este año con una donación realizada por empleados de la empresa Tab Spain como regalo de boda para sus compañeros Alexandra Gallardo y Joan Alcaraz (director general de esta firma de baterías). Con su aportación se podra cubrir el sueldo de la profesora, así como los materiales necesarios para la correcta realización de la formación.

LAS ARTESANAS DE SEMILLA LANZAN SUS NUEVAS PULSERAS DE MACRAMÉ

Las artesanas del Taller de Artesanía de Semilla para el Cambio ampliaron en diciembre su catálogo de regalos solidarios con cuatro nuevos modelos de pulseras.

Son pulseras de macramé, en las que combinan diferentes nudos con dijes y colgantes de inspiración india. Además tienen un *packaging* especial: una tarjeta de *kraft* que incluye mensajes inspiradores de personalidades relevantes como Gandhi o Eduardo Galeano.

Salud y nutrición

TALLER SOBRE MENSTRUACIÓN Y PUBERTAD EN SIGRA

El alumnado de los últimos cursos del Programa de Educación Integral de Semilla participó en octubre en un taller sobre sexualidad y la menstruación, dos temas tabú para gran parte de la población india que deriva en riesgos para la salud física, sexual y reproductiva.

Se realizaron cuatro sesiones para las chicas y una para los chicos. Con las chicas se habló principalmente de la menstruación, abordando con más profundidad diversos aspectos relacionados con este tema, como por ejemplo, diversos métodos de higiene femenina. Incluso se les enseñó a confeccionar sus propias compresas de algodón, un método asequible, higiénico y ecológico que les puede aportar muchos beneficios.

Y la sesión de los chicos se centró en aspectos relacionados con la pubertad y las problemáticas de género. Además de conocer mejor el funcionamiento de su cuerpo, pudieron hablar del rol de la mujer que fomentan la cultura y la religión, unos aspectos que perpetúan el sistema patriarcal establecido en India y que estos chicos y chicas pueden empezar a cambiar.

DESPARASITACIÓN Y CONTROL DE TALLA Y PESO

En el mes de agosto, Semilla realizó una nueva campaña de desparasitación y control de crecimiento entre los alumnos y alumnas del centro de Sigra, dentro de las acciones del Proyecto de Nutrición. Y es que según la OMS, el riesgo de tener parásitos intestinales es muy alto en India, especialmente en las comunidades que viven en entornos insalubres como los *slums*.

“El voluntariado nos enseñó la importancia de adaptarse a la realidad social a la que ayudas”

Susana, Patricia y Rosana son compañeras de trabajo en España, y decidieron usar las 40 horas anuales que les da su empresa para realizar voluntariado, para colaborar con los proyectos de Semilla para el Cambio en Varanasi. Susana había viajado a India en sus vacaciones y a su vuelta decidió que quería colaborar con alguna ONG que trabajase en Varanasi. Contactó con Semilla y viajó acompañada de otras dos compañeras de empresa.

Durante su semana de voluntariado, pudieron conocer de primera mano todos los proyectos en los que trabaja la ONG y ayudar en los proyectos de educación en el centro de Sigra, así como en la actualización de la base de datos de las familias beneficiarias del centro de Dashashwamedh. Entre otras tareas, se encargaron de supervisar y calificar los exámenes de inglés y matemáticas que hacen de forma periódica los alumnos y alumnas del Proyecto de Educación Integral. También ayudaron a la realización de los circuitos de psicomotricidad de los más pequeños en el centro de la ONG en Sigra; y ayudaron en la recopilación de datos de todas las familias beneficiarias para la actualización de la base de datos. “Me gustó mucho hacer este trabajo —comenta Patricia—, eso me permitió ver la realidad de estas familias y entender la forma en que Semilla les está ayudando”. De la misma forma, Rosana reconoce que “con este trabajo de campo me di cuenta de lo importante que es adaptarse a la realidad de la sociedad a la que estás ayudando y utilizar los recursos de los que dispones y que se adaptan mejor a la situación.”

SEMILLA PRESENTA SU PROGRAMA DE VOLUNTARIADO NACIONAL E INTERNACIONAL EN LA UNIVERSIDAD DE DEUSTO Y EN LA UPV/EHU

El grupo de voluntariado de Semilla en Euskadi participó en la IV Feria del Voluntariado de la UPV/EHU y en la Feria de Voluntariado de la Universidad de Deusto —ambas organizadas en colaboración con Bolunta (agencia para el voluntariado y la participación social).

En los dos casos, la ONG contó con un *stand* de información para dar a conocer la labor que realiza la ONG con las comunidades desfavorecidas de Varanasi y presentar también el programa de voluntariado nacional e internacional para formar parte de alguno de los seis grupos de voluntariado que la ONG tiene en España o colaborar en los proyectos sobre el terreno.

Reivindicamos el derecho a la vida

El 20 de noviembre celebramos como cada año el Día Mundial de la Infancia para reivindicar los derechos de todos los niños y niñas del mundo y conmemorar el 28 aniversario de la Convención de los Derechos de la Infancia.

Este año, nuestra campaña se dedicó al derecho a la vida, a la supervivencia y el desarrollo de todos los niños y niñas. Según datos del Grupo Interinstitucional para las Estimaciones sobre Mortalidad Infantil de las Naciones Unidas, en India hay 37 muertes por cada 1000 niños nacidos vivos. Y aunque la mortalidad infantil se ha reducido significativamente en los últimos años, 25,5 millones de niños y niñas menores de 5 años presentan emaciación (bajo peso para su estatura) y 46,6 millones tienen una estatura baja respecto a su edad. Igualmente, más del 50% de los niños y niñas menores de 5 años sufren anemia, según la Encuesta Nacional de Salud Familiar 2015-2016 publicada hace un par de años. Esto hace que tengan menos hemoglobina en la sangre que la media, lo que les produce cansancio, afecta a su desarrollo cerebral y les hace más vulnerables a las infecciones.

DONES DEL MÓN A FAVOR DE SEMILLA

Semilla para el Cambio ha sido nuevamente una de las ONG beneficiarias de la jornada Dones del Mon, que se celebró el 28 de septiembre en Barcelona para concienciar sobre la situación de la mujer en países como India y Nepal.

El evento dio voz a colectivos de mujeres y niñas de India y Nepal. Y al igual que en la jornada celebrada en el mes de mayo, tuvo como beneficiarias a ONG que trabajan en estos dos países: Semilla para el Cambio, Action Benares y The Direct Help Foundation. Igualmente, el grupo de voluntariado de Semilla participó con un stand de información y venta de regalos solidarios.

SEXTO AÑO EN EL FESTIVAL ESPERANZAH

El grupo de voluntariado de Semilla para el Cambio en Barcelona participó un año más en el Festival Esperanzah, la fiesta de economía solidaria que se celebró en El Prat de Llobregat (Barcelona) del 11 al 13 de octubre.

Semilla contó con un stand en el Poble dels Possibles, un espacio en el que están representados proyectos e ideas que tienen que ver con la transformación social. Allí el grupo de voluntariado de la ONG en Barcelona informó sobre los proyectos de cooperación que se desarrollan en Varanasi, puso a la venta sus regalos solidarios y organizó talleres enfocados al público infantil de chapas solidarias y caretas.

FAIR SATURDAY EN BILBAO, BARCELONA Y A CORUÑA

Semilla participó un año más en el Fair Saturday, el movimiento cultural y social que se celebra el último sábado de noviembre y en el que artistas y organizaciones culturales de todo el mundo realizan actuaciones y eventos para apoyar a una ONG o a un proyecto social. Semilla ha sido de nuevo una de las organizaciones beneficiarias, con actividades a su favor en Bilbao, Barcelona y A Coruña

En Bilbao, la compañía Los Sotano ofreció en el ZAWP Bilbao la obra de teatro "Alguien voló sobre el nido del cuco". En Barcelona, el grupo Sedeta Gospel Singers, una coral ecléctica y divertida de gospel, actuó en la Parroquia de Sant Oleguer. Y en A Coruña, el grupo de voluntariado de A Coruña, junto con la cafetería Monty Ambigú, organizaron una exposición de fotos solidarias de Rafa Cabal, un fotógrafo que visitó la ONG en Varanasi el pasado año. Igualmente, hubo talleres de chapas, pintura de mandalas y pulseras de macramé.

En total, se recaudó un total de 1.551 euros que se destinarán a los proyectos de educación, salud, nutrición y mujer de la ONG

SEMILLA PARTICIPA EN EL DOCUMENTAL “EMPODERADAS”

El etnofotógrafo David Moreno visitó Varanasi en noviembre para el rodaje de su documental “Empoderadas, seis historias llenas de futuro”. En este trabajo quiere mostrar el empoderamiento de la mujer en India a través de historias personales. Una de las seis protagonistas es Pyari, una de las beneficiarias del Pograma de Mujer de Semilla para el Cambio, que tiene detrás una historia de esfuerzo y superación con la que ha conseguido una vida mejor para sus hijos.

VIAJE SOLIDARIO DE AMTAO PARA DONAR MEDICAMENTOS

La Asociación Amtao, que lleva varios años colaborando con Semilla, organizó en noviembre un viaje solidario con el que 17 personas visitaron Varanasi para traer material sanitario y donativos para cinco ONG locales.
Durante su estancia en Varanasi, el grupo visitó el centro de Semilla en Sigra, donde pudieron conocer la organización de la mando de su fundadora, María Bodelón. Y además de los medicamentos, entregaron una donación de 900 euros para el Programa de Salud.

UN RETO ‘WILDLIFE’ A FAVOR DEL PROYECTO DE NUTRICIÓN

Charo García, fundadora de la empresa de alimentación y salud Wildlife, lanzó en octubre un reto solidario a través de su página web y redes sociales para colaborar con el Proyecto de Nutrición.

Charo conoció la existencia de Semilla para el Cambio en un retiro de yoga en Girona y este pasado verano viajó a India para conocer la labor de la ONG sobre el terreno.

LA CAMPAÑA DE RECAUDACIÓN DE TAMARA Y JAVIER

Tamara y Javier visitaron India y Nepal el pasado verano, pero no quisieron que fuera un viaje más. Tras buscar ONG que trabajaran en esta zona, y bajo el hashtag #MuchosPocosSonMucho, iniciaron una campaña de recaudación de fondos entre sus familiares y amigos —a través de sus redes sociales— para los proyectos de Semilla para el Cambio.

En el mes de agosto, la pareja visitó el centro de Sigra en Varanasi para conocer los proyectos, a las personas beneficiarias y entregar una donación colectiva de 1150 euros a la directora, María Bodelón.

MASTERCLASS DE V-YOGA EN EL VIVAGYM DE VIGO

Semilla para el Cambio, en colaboración con el gimnasio Vivagym, organizó el 14 de diciembre en Vigo una masterclass solidaria de V-Yoga. El gimnasio vigués prestó sus instalaciones para ofrecer este evento abierto al público en una iniciativa que tenía como objetivo unir el yoga con la cooperación y la solidaridad. Cada participante colaboró con una aportación solidaria de 5 euros para la ONG.

NAVIDAD SOLIDARIA EN NOBELIS Y EN EL CEIP LAS MARINAS

El Colegio Nobelis de Valdemoro y el CEIP Las Marinas de Roquetas de Mar organizaron en diciembre actividades solidarias en sus centros para celebrar la Navidad y apoyar los proyectos de Semilla para el Cambio en India.

El Colegio Nobelis organizó una rifa solidaria para recaudar fondos para la ONG y el CEIP Las Marinas un mercadillo para vender los productos de artesanía de las mujeres de los *slums*.

Semilla para el Cambio

www.semillaparaelcambio.org

semillaparaelcambio @semilla_cambio @semilla_cambio