

BOLETÍN

NOVIEMBRE 2022 - ABRIL 2023

EDUCACIÓN | MUJER | SALUD | SENSIBILIZACIÓN

A FONDO

- Nuevo curso escolar 2023-24

NOVEDADES

- Alfabetización e inglés para mujeres
- Formaciones en microahorro
- Visita de Aitor Sánchez
- Viajes de Acción Solidaria

ACCIONES EN ESPAÑA

- Charlas, eventos y mercadillos
- Nuevos regalos solidarios



Semilla para el Cambio



María Bodelón,
Fundadora de Semilla para el Cambio



EDUCACIÓN

Nuestro alumnado comienza el curso con nuevos uniformes y material escolar gracias al crowdfunding

El mes de abril es un mes de comienzos en Semilla para el Cambio pues arranca el nuevo curso escolar y nuestros/as alumnos/as pasan de curso, otros comienzan por primera vez el colegio... con muchos nervios, pero sobre todo con mucha ilusión. Este curso, para hacer frente a los gastos de material escolar y uniformes nuevos, la ongd se vio obligada a realizar una campaña de crowdfunding que fue un éxito.

El comienzo de curso ha sido muy emocionante en Semilla para el Cambio. El programa de educación integral de la ongd cuenta con casi 300 estudiantes que inician un nuevo curso en los centros educativos con los que trabaja la organización, *Children's Valley English School*, y *Care & Caree*. Un total de 33 niños y niñas de entre 4 y 8 años ha comenzado por primera vez en la escuela y otros 17 han sido admitidos en el programa y ya asisten a clases preparatorias en la ongd.

Campaña *crowdfunding*

El inicio del nuevo curso ha sido un tanto complicado a nivel económico para la ongd, que tuvo que hacer una campaña de *crowdfunding* (recaudación), que se saldó con éxito, para hacer frente a la compra de libros de texto y nuevos uniformes a los/as estudiantes. Tras la pandemia, los gastos a los que la organización tiene que hacer frente no han dejado de subir, la inflación en India es muy alta y continúa al alza. Además, el Gobierno ha cambiado el currículum escolar y no se han podido reutilizar libros de años anteriores. Gracias a esta recaudación, Semilla

para el Cambio ha podido hacer frente al material escolar y los uniformes para los 273 niños y niñas que participan en el programa de educación.

Una educación de calidad, objetivo prioritario

Desde los inicios del proyecto de Semilla, la educación siempre ha sido uno de los pilares estratégicos. "Entendemos **la educación como una herramienta al servicio de los beneficiarios**, queremos que sean los protagonistas de su propio desarrollo, que logren un cambio significativo y duradero en sus vidas", subraya Rumpa Paul.

Semilla para el Cambio hace una apuesta decidida por una educación integral y de calidad a partir de los tres años, en la que se fomenta, además de la adquisición de conocimientos y habilidades, la formación en valores y otros hábitos sociales, fomentando además la integración social de niños y niñas desfavorecidas. Además de escolarizarlos, Semilla incorpora a todos/as sus alumnos/as a las clases de apoyo y de actividades lúdicas, por un lado, y al **Proyecto de Nutrición**, con el cual reciben un almuerzo diario.

Querido/a amigo/a y colaborador/a:

Un semestre más te hacemos llegar en este boletín las novedades de Semilla para el Cambio. Novedades y progresos que han sido posibles gracias a tu generosidad y a la confianza que depositas día a día en nuestro proyecto. Es gracias a la colaboración y apoyo que nos brindáis personas como tú que podemos seguir trabajando con empeño para dotar de herramientas a las comunidades más desfavorecidas de Varanasi, India.

Abril ha sido un mes de buenas noticias en Semilla: ese mes han concluido el bachillerato cuatro estudiantes veteranos/as que pasan a la universidad, uno de nuestros mayores logros hasta el momento. En abril comenzó también, como cada año, un nuevo curso escolar en India. Para hacer frente a los gastos de material escolar y uniformes de tantos estudiantes, Semilla se vio en la necesidad de lanzar un *crowdfunding*, que fue todo un éxito. Tras la pandemia, habíamos visto cómo los gastos a los que teníamos que hacer frente no habían dejado de aumentar.. Con una subida de costes de un 25% e ingresos estancados, nos era muy difícil sostener el proyecto, por ello pedimos ayuda para abarcar los gastos del nuevo curso escolar. Además, este semestre se recibieron a muchas visitas en terreno, con más de 60 personas visitando los proyectos *in situ*. También en febrero y marzo recibimos el apoyo de diferentes voluntarios/as en Varanasi, como el de Aitor Sánchez García (experto en nutrición y responsable del blog 'Mi dieta cojea'), el de David González, educador, y el de Pilar Merino, enfermera. Todos ellos han estado durante varias semanas acompañando y trabajando junto a nuestra Carmen Vicente (cooperante que ha estado unos meses trabajando con nosotros) y el equipo local de Semilla para el Cambio. Se llevaron a cabo muchas actividades como mediciones de estudiantes (estatura y peso), controles de calidad al menú, talleres de higiene o formaciones para el profesorado.

También los proyectos de mujer siguen gozando de buena salud y mujeres embarazadas y bebés continuaron recibiendo atención y asesoramiento sanitario gracias al programa de promoción de salud financiado actualmente por la Diputación de A Coruña. De otro lado, las artesanas de Semilla están actualmente muy ocupadas con la elaboración de artesanías destinadas a la campaña de bodas y comuniones que llega con la primavera. De hecho se han lanzado nuevos productos como estrellas de tela, colgantes de corazones y preciosas rosas solidarias, perfectas para cualquier celebración.

Por otro lado, en España, se han ido reactivando las acciones de voluntariado con la presencia de nuestros/as voluntarios/as en eventos y mercadillos. Estos meses estuvieron presentes en Vigo, con unas clases solidarias de CrossTraining y Spinning; en Madrid, en una charla con motivo del Día Internacional de la Mujer, en la 1ª Marcha solidaria organizada por el Ceip San Gregorio de Galapagar y en el mercadillo solidario de la empresa MSD, y en Bilbao, con la obra de teatro de la Asociación Teatro Antrokia. Sin más, deseo que disfrutes la lectura. ¡Muchas gracias por estar ahí!



Rumpa Paul

Coordinadora del proyecto educativo

TESTIMONIO

Hablamos con Rumpa, coordinadora del programa educativo que lleva trabajando en la ongd casi desde sus comienzos. Hoy nos habla de la evolución de este programa y de su importancia en la vida de los/as estudiantes y sus familias.

“El proyecto educativo ha experimentado un gran desarrollo, que podemos observar en sus vida”

- **¿Desde cuando llevas trabajando en Semilla para el Cambio?**

- Empecé a trabajar en la ongd en 2012 como profesora. Después de un tiempo, aprendí y mejoré y obtuve diferentes responsabilidades como jefa de estudios y coordinadora de los proyectos de educación y nutrición.

- **¿Cómo ha evolucionado el proyecto desde entonces?**

- Todos los proyectos de la ongd han avanzado mucho desde que me uní. Hay muchas historias de éxito de nuestros beneficiarios/as. Algunos son realmente grandes cambios, otros son más pequeños, pero todas son historias de vida personales que tienen sus propias inspiraciones. Cuando me uní en 2012, teníamos menos niños y menos proyectos, solo estaban en marcha los de educación, nutrición, pintado de pañuelos de seda Marina Silk y salud. Entonces nos dimos cuenta de que las mujeres de las comunidades con las que trabajamos necesitaban apoyo y empoderarse para crecer y mejorar la calidad de vida de su familia y también

poder apoyar la educación de sus hijos/as. Entonces, introdujimos el proyecto de alfabetización, el taller de costura, artesanía, el taller de género y las clases de inglés.

Respecto al proyecto educativo de Semilla, debo decir que la educación es la base principal de la vida de cualquier persona. Este proyecto ha experimentado un gran desarrollo desde que arrancó y ahora podemos observar un gran impacto en la vida de los/as niños/as, así como en la de sus padres y madres.

Ha cambiado su estilo de vida, los/as estudiantes son más independientes, tienen sus propios pensamientos, sueños... Uno de los grandes logros de este proyecto que nos tiene llenos de orgullo es que 4 de nuestros estudiantes irán a la universidad este año.

- **¿Puedes hablarnos de la filosofía de este proyecto?**

- La filosofía de este proyecto se basa en varios pilares: En primer lugar, nació con el objeto de redu-

cir el trabajo infantil, tratamos de brindar oportunidades a aquellos/as niños/as que tienen escasos recursos y no pueden recibir una educación. A la fuerza (quieran o no) tienen que trabajar para sobrevivir. Otro de nuestros objetivos es sensibilizar a la población sobre la importancia de la educación; de esta manera, los/as estudiantes y las familias conocen sus derechos, lo que les ayuda a mejorar su estilo de vida. Además, pretendemos potenciar el autocuidado y el sentido de la responsabilidad e independencia en nuestro alumnado; tratamos de fomentar su creatividad y calidad de vida. Esto los/as llevará a salir de la espiral de pobreza y tener la vida que quieren para su generación.

“Uno de los grandes logros de este proyecto que nos tiene llenos de orgullo es que cuatro de nuestros estudiantes irán a la universidad este año”

- **¿Cómo fue el inicio del nuevo año escolar?**

- Fue increíble, como todos los años. Este año tenemos 18 nuevos ingresos en el proyecto educativo. Y 33 niños/as comenzarán las clases en el colegio, todos/as están muy emocionados por su nueva aventura en la escuela.

Los/as estudiantes que se acaban de incorporar estaban un poco nerviosos los primeros días, pero día a día van ganando confianza. Disfrutan de su nueva vida con diversión, juegos, en clases...

- **Cuatro alumnos/as van a ingresar en la universidad, ¿cómo está siendo esta experiencia para todos/as?**

- Esta es una experiencia que no se puede explicar con palabras... Deber ser un sentimiento parecido al de ver a tu propio hijo/a crecer día a día y, finalmente, llegar a esa etapa en la que comienza a caminar solo con mucha confianza y sueños. Para todo el equipo está siendo un sueño ver a nuestros/as estudiantes lograrlo y acceder a la universidad.

Cada vez que todo el equipo habla sobre el viaje completo de estos niños, desde el comienzo de la

educación hasta llegar a la Universidad, todos pueden darse cuenta y ver su propia contribución para hacer de este viaje un viaje hermoso y exitoso para estos niños. Es un gran logro y una gran motivación para seguir adelante con los proyectos.

- **¿Cuáles son las principales dificultades o retos a los que nos enfrentamos en la educación?**

- Hay algunas dificultades importantes que tenemos que enfrentar como el matrimonio infantil. Son situaciones realmente difíciles que se dan con las comunidades con las que trabajamos, como que no se les permita estudiar a las niñas, en ocasiones ni primaria o secundaria, y se las obligue al matrimonio. De este modo, los padres no tienen que seguir alimentándolas o satisfacer todas sus necesidades...

El trabajo infantil es otro de los problemas, aunque después de muchos años percibimos muchos menos casos de trabajo infantil en la comunidad. Algunos/as niños/as se ven obligados a trabajar para ayudar a la familia a sobrevivir. Con la falta de educación de sus padres, pues la mayoría son analfabetos, no tienen acceso a buenos salarios y no pueden alimentar a sus hijos/as adecuadamente. Esta es la razón por la que los/as niños/as tienen que comenzar desde muy temprano a contribuir con la economía familiar.

Además, cuando los niños llegan a la adolescencia, estos problemas se acumulan más. La comunidad comienza a presionarlos para que dejen de estudiar y busquen trabajo o se casen. La comunidad comienza a desmoralizarlos burlándose de su edad, condición financiera, etc. Toda esta presión induce a algunos/as estudiantes a abandonar los estudios.

- **¿Cómo es para ti trabajar en este proyecto?**

- Trabajar en este proyecto mantiene viva a la niña que llevo dentro. Todos los días revivo diferentes edades de mi vida, ya que trato con diferentes grupos de edad, esto me hace sentir súper feliz y me anima a aprender cada vez más de los/as estudiantes y del equipo. Estar con estos niños y niñas siempre es especial, me dan muchas lecciones importantes. Su vida es muy difícil, cada día afrontan nuevos problemas, pero nunca se dan por vencidos, siempre siguen adelante con positividad y una gran sonrisa en la cara. Esta es una gran lección, que todos/as deberíamos aprender.

Mejoras en el proyecto educativo

David Rodríguez es maestro y voluntario de la ongd desde 2015. En febrero viajó a Varanasi con su familia para colaborar en el proyecto educativo y durante su estancia, pudo comprobar la evolución del programa que sigue “una línea ascendente clara”. “En la actualidad, observo que muchos de los procesos de enseñanza-aprendizaje se han mejorado notablemente. Esa base creada ha ido creciendo hasta consolidarse. El equipo docente ha mejorado considerablemente y aunque hay diversos aspectos que pueden mejorar, en general, la percepción es buena o muy buena”, valora.

Como principales retos en el programa, David señala que hay que lograr que las familias entiendan la importancia de la continuidad en los estudios de sus hijos/as. “Es una pena que muchos estudiantes los abandonen porque la familia decida volver al pueblo del que salieron años atrás por falta de oportunidades”, explica.

Además, añade el reto de lograr la igualdad entre niños y niñas: “un reto que hoy por hoy se antoja complicado debido al muro cultural de la comunidad con la que trabajamos. Cruzamos los dedos, ya que es un trabajo a largo plazo y algunas cosas, por suerte, van cambiando”.



Pruebas de nivel en Infantil y Primaria



En el mes de febrero también se realizaron pruebas de nivel a los/as estudiantes de los primeros cursos del programa de educación integral de la ongd para ver si promocionaban de grupo, en el caso de Infantil, y para comprobar el nivel de los/as estudiantes de primaria.

Del mismo modo, la ongd realiza evaluaciones periódicas a los estudiantes de 1º a 5º de primaria para conocer el nivel que tienen en las distintas materias y poder adaptar así los **contenidos y metodologías de enseñanza** en las clases de

refuerzo. “Estos test nos ayudan a conocer sus niveles y mejorar su educación. Además, después del covid, muchos estudiantes están por debajo del nivel del que deberían estar”, explica la jefa de estudios de la ongd, Rumpa Paul.

Para estas pruebas, el equipo docente contó con el apoyo de Elena Botica, voluntaria que estuvo colaborando durante un par de semanas en Varanasi. Los objetivos de las pruebas en infantil son verificar si pueden promocionar a siguiente nivel en la ongd, pues estos/as estudiantes todavía no van a la escuela. Además, este material es muy valioso para profesores y profesoras que pueden centrarse en los aspectos que cada niño/a necesita mejorar.



ALFABETIZACIÓN

Mujeres del slum de entre 16 y 38 años aprenden a leer y escribir

Las clases de alfabetización cuentan en la actualidad con dos grupos de mujeres, de ocho y cinco personas, respectivamente. Todas están progresando a su ritmo, algunas empiezan desde cero y necesitan más apoyo. Las mujeres, procedentes del *slum*, tienen entre 16 y 38 años y no sabían ni leer ni escribir.

Según afirma su profesora, Sarita Devi, “están felices de poder hacerlo y ver cómo este aprendizaje facilita su día a día”. El proyecto pretende empoderar a personas adultas —en particular mujeres— del *slum* de recolectores de basura de los barrios Sagra y de Dashashwamedh en Varanasi, India, a través de clases de alfabetización en las que se les enseña lectura y escritura en hindi, así como matemáticas básicas.

Entre los adultos de Sagra y Dashashwamedh existían en 2010 índices de analfabetismo del 93% y del

75% respectivamente, lo que limitaba enormemente sus posibilidades laborales y sociales. El proyecto empodera a las mujeres beneficiarias, que son las responsables de la familia y las que sufren mayor analfabetismo y discriminación.

El objetivo es proporcionarles habilidades básicas para aumentar sus capacidades, su autonomía e integración en la sociedad. Además, está probado que una mujer con educación cuida, nutre y educa mejor a sus hijos, tienen niños más tarde y de forma más planificada.

Clases de inglés

Un total de 15 mujeres de los *slums* retomaron las clases de inglés a final de año. En estas clases, que ellas mismas solicitaron, están aprendiendo nociones básicas del idioma que les permitan interactuar en su día a día. El curso cuenta con una nueva profesora, Soumya Maurya, y consta de dos clases a la semana, de dos horas cada una. «Todas están aprendiendo y también están felices de asistir a clases, después de aprender algunos usos diarios de las palabras también están practicando hablar inglés», nos explica.





MICROAHORRO

Sajida y Parben ya tienen acceso a cajeros y a su propia cuenta bancaria

El proyecto de microahorro, financiado por la Asociación Parekide, continúa asesorando a las mujeres de los slums en programas de ahorro acompañándolas tanto en el proceso de solicitudes de los programas formales del gobierno en materia de inclusión financiera, como en la apertura de cuentas bancarias.

Sajida y Parben cuentan desde hace una semana con su primera cuenta de ahorro bancaria y han aprendido a utilizar sus tarjetas en los cajeros automáticos tanto para ingresar como para sacar dinero. Se trata de un gran paso para ellas y sus familias

que fomenta su autonomía y su capacidad de ahorro. Esto es posible gracias al asesoramiento que reciben enmarcado en el proyecto de microahorro, de cuyas sesiones formativas se encarga Akhand Anand.



Formación sobre ahorro

La semana pasada un total de treinta mujeres de los *slums* asistieron a una de las formaciones periódicas sobre ahorro impartidas por Akhand Anand. Este les explicó a las mujeres cómo hacer un presupuesto mensual que les ayude a controlar su economía familiar y a fomentar su capacidad de ahorro.

La ongd vasca Parekide apoya los proyectos del programa de empoderamiento de la mujer de Semilla a través de fondos públicos de la Diputación de Bizkaia. Este apoyo, junto al de las socias y socios del programa "Con M de Mujer" hacen posible que en Semilla para el Cambio sigamos apostando por herramientas de empoderamiento como ésta.



NUTRICIÓN

“La nutrición es un eje fundamental en la organización y me ha resultado muy fácil sentirme escuchado”

Aitor Sánchez García, especialista en nutrición y responsable del blog 'Mi dieta cojea', ha estado colaborando con la ongd durante dos semanas en Varanasi, India. Hablamos con él sobre su experiencia, logros y retos de Semilla para el Cambio en materia de nutrición.

– ¿Cómo ha sido conocer al equipo y a los/as beneficiarios/as de Semilla para el Cambio?

– Ha sido una experiencia muy positiva, tanto a nivel personal como a nivel profesional. Creo que pasar tiempo con todo el equipo que trabaja allí en terreno es fundamental para poder comprender bien todos los pequeños detalles que son necesarios para dar soluciones y propuestas mucho más realistas.

En el mundo de la alimentación muchas veces partimos de una gran mochila de prejuicios y también etnocentrista en la que es fácil caer en ideas a implementar que luego no son viables. El hecho de haber podido plantear el proyecto sin prisa y donde las propuestas de mejora se hayan desarrollado estando allí en Varanasi y que no viniesen pensadas desde España únicamente facilitan que sean más aplicables en el día a día.

Por otro lado, conocer a las familias beneficiarias es súper importante para ver cómo funciona todo el engranaje, desde las madres cocinando la comida de la escuela, visitar los asentamientos para ver qué mensajes y prioridades de salud son los más importantes, y sobre todo ver el comportamiento

de los niños y niñas e imaginarte cómo podrían ser esas mejoras.

– A grandes rasgos, ¿qué tareas has estado realizando estas semanas?

– He participado en la medición del peso y de la talla de todos los niños y niñas de la escuela. La idea es que desde ahora en adelante pueda supervisar este progreso y alertar de cuando un estudiante está en una situación en la que hay que prestarle especial atención. También coincidió mi estancia con un periodo de suplementación de hierro y vamos a intentar que se pueda hacer con una posología más adecuada y efectiva en el futuro.

También he estado trabajando en el menú escolar, analizando con el equipo las posibles mejoras, ajustadas al presupuesto y a la viabilidad logística de la cocina y de la compra.

He impartido alguna sesión de nutrición al profesorado, en las que he podido hacer una selección de las guías de alimentación en India más aplicables a esta realidad. No se estaban usando los mejores materiales y creo que a partir de ahora podremos mejorar en este aspecto.

Por último, también he intentado hacer de altavoz haciendo llegar a mi comunidad y también en medios de comunicación donde colaboro sobre la labor de Semilla. Algo que espero que continúe en el futuro próximo.



– **¿Cuáles han sido las principales conclusiones extraídas sobre la labor que la ongd desempeña en nutrición?**

– Creo que la labor que hacía Semilla para el Cambio antes de mi llegada era notable desde el punto de partida, tanto el diseño del menú como la identificación de prioridades. Además, la nutrición es un eje fundamental en la organización y me ha resultado muy fácil sentirme escuchado. Se han valorado las ideas aportadas como importantes y transformadoras.

Me vuelvo con las sensaciones de que las mejoras serán implementadas a su debido tiempo y de que en esta ongd tienen muy en cuenta lo importante que es la alimentación en el desempeño escolar, incluso por delante que muchos colegios en España.

– **¿Cuáles serían esas posibles mejoras a implantar?**

– Hemos mejorado las guías de referencia para el profesorado, he propuesto algunos cambios en el menú para prestar una atención especial al hierro, al calcio y a la proteína. Tendremos que mejorar los protocolos de suplementación de hierro y barajar el de vitamina B12.

Estandarizaremos las mediciones de peso y talla de los niños y niñas para que sean más precisos y supervisaremos las sesiones de formación que hay de nutrición en el embarazo y de nutrición en niños y niñas en etapa de lactancia

– **¿Cómo valorarías esta experiencia?**

– De manera muy positiva, no todas las ongd se plantean tener a un profesional de la nutrición en el terreno y también escuchando las ideas que he podido aportar desde mi experiencia en otras organizaciones. He sentido que no sólo se me ha escuchado como nutricionista, sino también como voluntario de otras entidades y que algunas de las ideas de recursos humanos o de comunicación también serán escuchadas.

Para mí ha sido fundamental que en esta experiencia haya podido coincidir tanto con el equipo de Semilla (Carmen y Rumpa especialmente), pero también con Pilar y David. Se nota que la experiencia que tenían estos otros dos voluntarios anteriormente es muy valiosa, esto ha sido clave para tener una mejor bienvenida en la asociación

pero también en la ciudad. Ver Varanasi desde sus ojos y también relacionarnos con las familias desde su experiencia es mucho más valioso.

“Vuelvo muy tranquilo por haber colaborado con una entidad que me ha dado mucha confianza con el rigor que sigue”

– **¿Por qué animarías a otras personas a colaborar?**

– Desde mi experiencia he podido ver que Semilla tiene una intencionalidad verdaderamente transformadora en Varanasi, en mi recorrido como voluntario he visto ongd de todo tipo y algunas de ellas se conforman muchas veces con llevar recursos o ayudar como se pueda. Considero que los enfoques de cooperación de Semilla son clave, las acciones están muy centradas en las personas beneficiarias en querer generar un impacto real en el terreno y que las personas que confían en el proyecto tengan un antes y un después claro en su calidad de vida y proyección de futuro.

Vuelvo muy tranquilo por haber colaborado con una entidad que me ha dado mucha confianza con el rigor que sigue.

TESTIMONIO

Pilar Merino González es voluntaria de Semilla para el Cambio y es la tercera vez que colabora en terreno en el área de salud.

PROMOCIÓN DE SALUD

Pilar Merino González

Enfermera

“Educar a la población sobre el cuidado de su salud es empoderarla”

– **No es la primera vez que haces voluntariado con Semilla, ¿cómo ves la ongd desde tu última visita?**

– Muchas cosas han cambiado después de mi última visita a la ongd y más aún después de la pandemia que nos ha tocado tanto a todos y ha trastocado tanto a todos los niveles la forma de trabajar de todos los sectores. Pero a pesar de eso, y de que algunas partes del proyecto han sufrido parones, me ha alegrado ver cómo muchas de las cosas que se estaban realizando con anterioridad se siguen haciendo pese a las dificultades.

– **¿Cuáles consideras que son los principales retos de Semilla?**

– Desde mi punto de vista, uno de los principales retos de Semilla es sobrepasar la barrera de las costumbres con respecto a los matrimonios precoces y el empoderamiento de la mujer. Ya que a partir de pasar estas barreras pueden mejorar otras cosas: mujeres con cotas más altas de educación, matrimonios dentro de la adultez (a partir de los 21 años, edad legal), embarazos a edades más adecuadas (con menos riesgos para el bebé y la mujer) y disminución del número de hijos. La planificación familiar puede ayudar también a aumentar el nivel económico de las familias y por tanto a salir de la pobreza. Todo esto

por supuesto repercutiría sin duda en la salud de las familias y los individuos que las configuran.

– **¿Cómo está ayudando a las familias beneficiarias?**

– A mi parecer, Semilla les está dando diferentes opciones que pueden tomar para mejorar sus condiciones de vida, no es una llave para salir de su situación de la noche a la mañana pero son opciones que podrían ir mejorando sus condiciones y esto grano a grano sumaría lo suficiente como para poder mejorar de forma notable su calidad de vida. Hablamos de educación, de saber cómo cuidar su salud, de facilitarles las opciones para no empobrecerse más con embarazos no deseados, de cuidados en el embarazo, con los seguimientos de los mismos y cuidados de la infancia: revisión del crecimiento de los lactantes, etc.

– **¿Cómo te sientes al colaborar con esta ongd?**

– Me emociona poder aportar pequeñas cosas, que pueden proporcionar grandes beneficios. Educar a la población sobre cómo preservar su salud o mejorarla es empoderarla para no sufrir procesos de enfermedad, es garantizar a la infancia un crecimiento sin deficiencias nutricionales, ni higiénicas que pueden repercutir en su desarrollo físico y cognitivo.

Higiene y buenos hábitos

En el mes de marzo, el equipo del programa de promoción de salud realizó formaciones tanto en el centro de Dashaswamedh como en el de Sigra sobre higiene y buenos hábitos. Estas acciones tienen como objetivo principal la prevención de enfermedades y la educación es uno de los pilares para ello. Durante estas jornadas se les informa de hábitos que en Varanasi, India, pueden salvar vidas. Muchas de estas familias viven en el *slum* (asentamientos de chabolas) en unas condiciones de insalubridad en las que lavarse las manos o los alimentos son hábitos que pueden evitar muchas enfermedades.



Supervisión de embarazos

Actualmente, se están supervisando ocho embarazos de mujeres del *slum*. Estas consultas son muy importantes para proteger la vida de la madre y del bebé. En los *slums* son muy comunes los partos sin supervisión, por lo que este programa centra parte de su actividad en el seguimiento de la salud de las mujeres embarazadas y de los bebés, y ha logrado que casi el 80% de los partos se trasladan a los hospitales.



Mediciones, peso y suplementos nutricionales

En los primeros meses del año y aprovechando la colaboración del nutricionista Aitor Sánchez se llevaron a cabo distintos controles de talla y peso en ambos centros de la ongd. Semilla para el Cambio realiza estos controles periódicos para recoger información sobre el estado nutricional de los/as estudiantes y sus niveles de crecimiento, para ver su evolución, además de repartir suplementos nutricionales a aquellos/as que lo necesiten.



Alrededor de 60 viajeros/as pasan por la ongd

Las visitas de viajeros/as a los proyectos de Semilla para el Cambio van a buen ritmo y desde noviembre de 2022 a abril de 2023 han pasado por la ongd un total de 60 personas. Estas visitas a la sede de Semilla para el Cambio están abiertas a cualquier particular, empresa o institución, tanto si son colaboradores de Semilla, como si no.



Para visitar Semilla para el Cambio es necesario escribir previamente al mail: visitas@semillaparaelcambio.org, notificando la fecha y el número de personas. Entre los meses de julio y septiembre se realizarán todas las visitas solicitadas, y durante el resto del año se intentarán realizar siempre que el trabajo y la gestión interna de la ongd lo permitan.

La visita, que será guiada en español, dura aproximadamente unas 3 horas, desde la salida a las 9:00 h en el punto de encuentro fijado hasta la llegada a las 12:30 h. Después de recoger a los visitantes en un punto de encuentro, se realiza la visita al centro de Sigra, donde se puede conocer de primera mano el funcionamiento de los proyectos educativos, nutricionales, sanitarios y de empoderamiento de la mujer.

Nuevos viajes de acción solidaria para este verano

Semilla para el Cambio y Open Eyes Project han retomado los viajes de acción solidaria, tras el parón durante la pandemia. De este modo, este verano organiza dos viajes en grupos reducidos del 13 al 27 de agosto y del 16 al 30 de septiembre, que realizarán una ruta de 15 días por Agra, Pushkar, Jaipur, Delhi y Varanasi.



Se trata de una experiencia diferente y transformadora en la que se facilita el contacto directo con la realidad del país y la pluralidad de sus gentes, al tiempo que ofrece la posibilidad de acercarse al mundo de la cooperación internacional.

Este viaje de acción solidaria está dirigido a cualquier persona interesada en sumergirse en la realidad de la India y sus gentes fuera de los paquetes turísticos convencionales; conocer el trabajo de una ongd sobre el terreno y participar en proyectos de desarrollo en su entorno de realización.

Para formar parte de estos viajes es necesario escribir a este mail: visitas@semillaparaelcambio.org al menos un mes antes de la fecha de salida.

8M

Día Internacional de la Mujer



Semilla para el Cambio
www.semillaparaelcambio.org

8 DE MARZO

La situación de la mujer en India sigue siendo de vulnerabilidad y discriminación

Como cada año, Semilla se une a la celebración del Día Internacional de la Mujer, el 8 de marzo, una jornada de reivindicación, reflexión, lucha y celebración de los avances ya logrados.

La situación de la mujer en India sigue siendo de vulnerabilidad y discriminación: La tasa de alfabetización femenina es del 65% (frente al 74% de los hombres), el 27% de las mujeres de entre 20 y 24 años se casa antes de los 18 años, la brecha de género según el último Índice en India es del 66,8%, el 60% de las mujeres de entre 15 y 69 años son amas de casa a tiempo completo y sólo el 23% de la población femenina en edad de trabajar tiene o busca empleo.

LA BRECHA DIGITAL

Este año el eslogan elegido por las Naciones Unidas es "Por un mundo digital inclusivo: Innovación y tecnología para la igualdad de género". La celebración homenajeaba a las activistas y organizaciones que luchan por una tecnología y educación transformadoras para mujeres y niñas. Nuestra vida depende en la actualidad de una fuerte integración digital: desde atender a un curso, llamar a tus seres queridos, hacer una transacción bancaria o reservar una cita médica. Todo pasa actualmente por un proceso tecnológico. Sin embargo, un 37% de las mujeres del mundo no tienen acceso a él.

Para 2050, el 75% de los trabajos estarán relacionados con las áreas STEM. Sin embargo, hoy las mu-

jerer ocupan apenas el 22% de los puestos en inteligencia artificial, por mencionar solo un sector, y su acceso al mundo digital se encuentra más limitado, especialmente en países en desarrollo.

Incorporar a las mujeres y las niñas a la tecnología y la educación digital permite soluciones más creativas y tiene un mayor potencial para innovaciones que satisfagan las necesidades de las mujeres, promuevan la igualdad de género y fomenten el activismo. Su falta de inclusión, por el contrario, tiene un costo enorme.

En India, la brecha digital, el aislamiento en zonas remotas, la falta de oportunidades de apoyo y formación, el desempleo, la imposibilidad de vender en mercados más grandes y la falta de financiación oportuna son algunas de las razones por las que las mujeres de las zonas rurales y slums de India se ven abocadas a la pobreza.

Para luchar contra la clara discriminación femenina, desde 2011 Semilla para el Cambio ha situado el empoderamiento de la mujer como otro de los ejes principales de su acción. Trabajando con las mujeres de los slums para ofrecerles herramientas básicas que les permitan potenciar su independencia.

20 DE NOVIEMBRE DE 2022
DÍA MUNDIAL DE LA INFANCIA



SUS DERECHOS
NUESTRO COMPROMISO

Por el
derecho a la
participación
infantil y
adolescente



Semilla para el Cambio
www.semillaparaelcambio.org

DÍA MUNDIAL DE LA INFANCIA

Semilla celebra el Día Mundial de la Infancia reivindicando su derecho a la participación infantil y adolescente

El 20 de noviembre se celebra el Día Mundial de la Infancia y, un año más, Semilla lanzó una campaña para reivindicar los derechos de todos los niños y niñas del mundo y conmemorar el 33º aniversario de la Convención de los Derechos de la Infancia.

Este año Semilla para el Cambio pone el foco en **el derecho a la participación infantil y adolescente**, un derecho y además uno de los cuatro principios fundamentales de la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN), junto a los de no discriminación; interés superior del niño y el derecho a la vida, la supervivencia y el desarrollo. La CDN establece que los Estados deben garantizar que la infancia esté en condiciones de formarse un juicio propio, así como el derecho a expresar libremente su opinión sobre las situaciones que les afecten, teniéndose en cuenta sus opiniones en función de su edad y madurez.

Para que dicha participación sea genuina, se debe apoyar la construcción de una opinión informada por parte de los niños, niñas y adolescentes y promover el asociacionismo como un espacio propio de la infancia y adolescencia y de representatividad entre ellos. Además, se ha de considerar, como dice Roger Hart, que una nación es democrática en la medida en la que sus ciudadanos participan, especialmente a nivel local. La confianza y la competencia para participar se adquieren gradualmente, con la práctica. No se puede esperar que, repentinamente, los niños y las niñas, al cumplir la mayoría

de edad, se conviertan en personas responsables y participativas sin ninguna experiencia previa en las habilidades y responsabilidades que ello conlleva. La participación es, por tanto, un derecho y una responsabilidad, ya que implica **compartir las decisiones que afectan a la vida propia y a la vida de la comunidad en la cual se vive**.

En India, según una información de Humanium.org, hay **472 millones de niños/as con menos de 18 años de edad**, lo que representa 39% de la población total del país. Un 29% está constituido por niños/as entre 0 y 6 años de edad. Además, 73% de los niños y niñas en India viven en zonas rurales, con limitado acceso a necesidades básicas como la alimentación, la asistencia médica, la educación y la protección, generalmente. En un país que aún se enfrenta a estigmas tan graves como el trabajo o el matrimonio infantiles involucrar a la infancia y a la adolescencia en su participación mediante su **educación, sensibilización y respeto** se hace imprescindible. Por ello, con motivo del Día Mundial de la Infancia el próximo 20 de noviembre, Semilla quiere reivindicar los derechos de niños y niñas haciendo hincapié en su derecho a la participación

CINEFÓRUM EN LA BPM CIUDAD LINEAL

Con motivo del Día Internacional de la Mujer, Semilla para el Cambio participó el 9 de marzo en una mesa redonda en la BPM Ciudad Lineal, previa a la proyección de la película 'La estación de las mujeres', de Leena Yadav. Esta charla sobre el papel de la mujer en India estuvo liderada por Manuel Blanco, cooperante y voluntario de la ongd.



MERCADILLOS SOLIDARIOS

Poco a poco los grupos de voluntariado de Semilla para el Cambio se van animando y a lo largo de estos meses han participado en distintos eventos como el mercadillo organizado con motivo de la 1ª Marcha solidaria organizada por el Ceip San Gregorio de Galapagar o el mercadillo solidario de la empresa MSD, en Madrid. También el grupo de voluntariado de Euskadi estuvo presente en la feria del voluntariado de la Universidad de Deusto con un stand informativo y los productos solidarios elaborados en el taller de artesanía por las mujeres de los slums.

CROSSTRaining Y SPINNING

En el mes de diciembre se celebraron en Centaurus Box Pontevedra dos clases solidarias de CrossTraining y Spinning a favor de Semilla, en las que nuestro equipo de voluntariado pudo dar a conocer los proyectos de la ongd a los participantes, que también pudieron comprar detalles solidarios. Este evento fue el primero de dos nuevas voluntarias, Xiana y Alejandra, y se recaudaron más de 700 euros.



TEATRO SOLIDARIO EN EL FAIR SATURDAY

En noviembre, con motivo del Fair Saturday, tuvo lugar en Bilbao la obra de teatro 'Cinco horas con mamá', de la Asociación Teatro Antrokia a favor de Semilla para el Cambio. El Fair Saturday es un movimiento social y cultural en el que artistas, grupos y organizaciones culturales de todo el mundo celebran actuaciones para apoyar a algún proyecto social. La Asociación Teatro Antrokia ya ha colaborado en ediciones anteriores con los proyectos de la ongd y en esta edición lo hizo con una obra ambientada en un presente individualista en el que las relaciones familiares han ido cambiando que fue todo un éxito.



NUEVOS REGALOS SOLIDARIOS

Las artesanas de Semilla elaboran nuevos productos para la tienda solidaria

La web de regalos solidarios de la ongd: www.regalossolidarios.org.es cuenta desde este mes de abril con nuevos regalos solidarios: estrellas y rosas de tela, y un móvil de 5 colgantes de corazones.

En el taller de Semilla para el Cambio se trabaja durante todo el año en la elaboración de los productos disponibles en la tienda solidaria: www.regalossolidarios.org.es, siendo los meses de primavera los que tiene más demanda debido a las celebraciones de bodas y comuniones.

Con la intención de aumentar la oferta de detalles solidarios disponibles en la web, las artesanas han estado trabajando en estos nuevos productos hasta perfeccionar la técnica y desde el mes de abril se pueden adquirir flores, estrellas y un kit de corazones, todos ellos elaborados a mano de tela indias con un alegre estampado.

Las beneficiarias de este taller de artesanía son mujeres que antes se dedicaban a la recogida de basura y que ahora trabajan en la elaboración de productos artesanales, una ocupación creativa, digna y bien remunerada que les permite contribuir a la economía familiar, mejorar su autosuficiencia y autoestima y aumentar su influencia en la comunidad en la que viven.

Igualmente, los talleres artesanales de Semilla son espacios en los que las mujeres beneficiarias pueden compartir sus problemas, creando así un círculo de apoyo que también contribuye a su empoderamiento.



Apoya a las comunidades más afectadas por la pandemia



Haz un donativo

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



Hazte socia/o de la ongd

www.semillaparaelcambio.org/hazte-socio/



Apoya la nutrición de un/a niño/a, desde 12€ al mes

www.semillaparaelcambio.org/nutricion/



Apoya a las mujeres de los slums, desde 15€ al mes

www.semillaparaelcambio.org/conmdemujer/



Haz un Regalo Solidario

www.regalossolidarios.org.es



Colabora en la venta de Regalos Solidarios

regalos@semillaparaelcambio.org



Regalos Solidarios
La tienda solidaria de Semilla para el Cambio



Semilla para el Cambio
www.semillaparaelcambio.org



Semilla para el Cambio

www.semillaparaelcambio.org



[semillaparaelcambio](https://www.facebook.com/semillaparaelcambio)



[@semilla_cambio](https://twitter.com/@semilla_cambio)



[@semilla_cambio](https://www.instagram.com/@semilla_cambio)