



MEMORIA DESCRIPTIVA

ACTIVIDADES

2019

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

ÍNDICE

FICHA TÉCNICA	3
RED SOLIDARIA RIBERA	4
2.1. ORGANIGRAMA	4
2.2. DESCRIPCIÓN DE LA ASOCIACIÓN.....	4
2.3. OBJETIVOS DE LA ASOCIACIÓN.....	5
OBJETIVO GENERAL	5
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	5
ACTIVIDADES REALIZADAS POR LA ASOCIACION	10
3.1. CARRERA POR LA PAZ (CRA Cardenal Cisneros)	10
3.2. CHARLAS ACERCA DE LAS ENFERMEDADES	11
3.3. MERIENDA SOLIDARIA.....	23
3.4. CONCIERTO DE TAMBORES Y DULZAINAS.....	27
3.5. FIN DE SEMANA SOLIDARIO	28
a. Presentación.....	28
b. Ruta sobre Ruedas.....	28
c. Torneo de Pádel	29
d. Talleres para niños	30
e. Crossfitness.....	34
f. Taller de Reanimación Cardiopulmonar.....	36
g. Teatro Familiar	37
h. Partido de Fútbol	37
i. Cuentacuentos.....	39
j. Cata de Vinos.....	39
k. Juegos Infantiles	42
l. Sorteo y Despedida	44
3.6. FIESTA DE LA VENDIMIA	45
EVALUACIÓN Y CONCLUSIONES	47

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

FICHA TÉCNICA

NOMBRE: Red Solidaria Ribera

AÑO: 2019

RAZÓN SOCIAL Y DIRECCIÓN FISCAL

Red Solidaria Ribera

Calle María de Molina, nº 27

CP: 09300 Roa de Duero (BURGOS)

NOMBRES Y CARGOS DE LA JUNTA DE LA ASOCIACIÓN

-  Beatriz Esteban: Presidenta
-  Susana Piedrahita: Vicepresidenta
-  Begoña Calvo: Secretaria
-  Sara Calvo: Tesorera
-  Asier Linares: Responsable de Comunicación
-  Eduardo Moreno: Vocal 1
-  Elena Esteban: Vocal 2
-  Erasmo Cristóbal: Vocal 3

PERIODO DE REALIZACIÓN DE ACTIVIDADES AÑO 2019

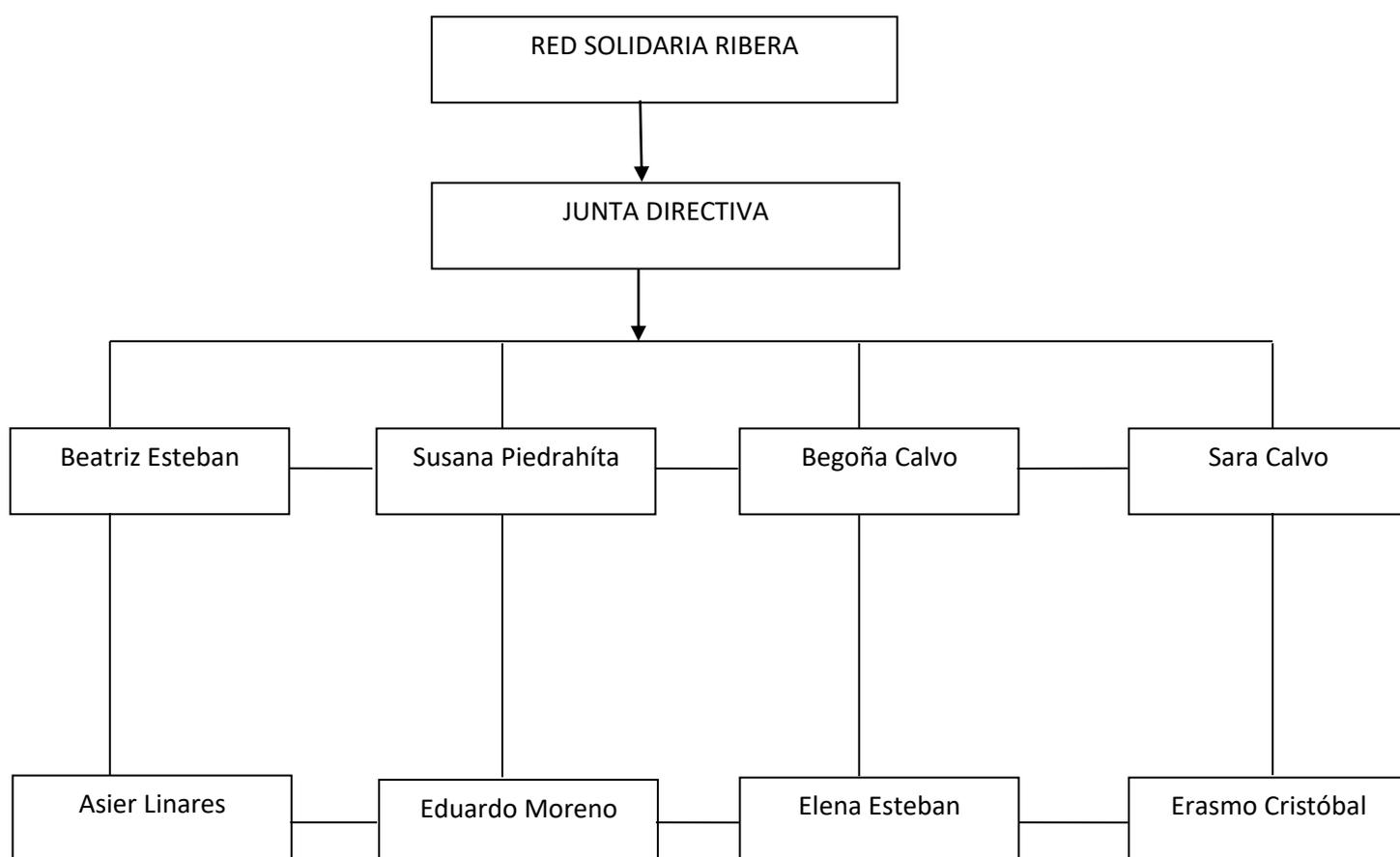
Del 1 de Enero de 2019 al 31 de Diciembre de 2019

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

RED SOLIDARIA RIBERA

2.1. ORGANIGRAMA



2.2. DESCRIPCIÓN DE LA ASOCIACIÓN

Red Solidaria Ribera es una asociación sin ánimo de lucro, que nace con el objetivo de conectar a las personas, dando a conocer ciertas enfermedades y la necesidad de investigarlas, así como conectar a las personas, haciéndoles partícipes para generar una sociedad más empática y solidaria.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176

C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

Esta asociación ha sido creada por un pequeño grupo de personas de Roa y comarca que, por distintos motivos (personales, sanitarios, educativos,...) sabemos lo importante que es la ayuda mutua entre iguales para mejorar el día a día de quienes sufren estas enfermedades. Somos personas comprometidas con ellas y con el fomento de su investigación.

2.3. OBJETIVOS DE LA ASOCIACIÓN

OBJETIVO GENERAL

Dar visibilidad a las enfermedades y asociaciones seleccionadas como beneficiarias este año, así como recaudar fondos para investigación de las mismas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Las enfermedades seleccionadas para 2019 han sido:

Fibrosis Quística

La Fibrosis Quística (FQ) es la enfermedad genética más común y afecta aproximadamente a 1 de cada 5.000 nacidos. Una de cada 35 personas es portadora de alguna de las más de 1.800 mutaciones que causan la patología. Un defecto en una proteína de las células que producen secreciones (la CFTR) altera las mismas, provocando un moco más espeso y viscoso que obstruye los conductos y afecta al funcionamiento de varios órganos, como los pulmones, el páncreas o el hígado, y favorece la aparición de infecciones principalmente respiratorias.

Nuestra donación se realizó a: "Asociación Castellano Leonesa contra la Fibrosis Quística" (<https://www.fqcastillayleon.org>). La cual presta los siguientes servicios:

- Fisioterapia domiciliaria: ya que es fundamental en el tratamiento de las personas con FQ. Cuentan con una fisioterapeuta que va a los domicilios de los socios para revisar el ejercicio de fisioterapia respiratoria y actualizarlo, siempre adaptándolo a cada edad y a la situación clínica.
- Trabajadora social: trabaja tanto presencial como telemáticamente a personas con FQ y familiares. Sus funciones son diversas, por ejemplo, el área de discapacidad, acogida de familia y pacientes recién diagnosticados, organización de actividades divulgativas y formativas, orientación laboral y académica...es decir, todo lo relacionado con los aspectos psicosociales.

Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA)

La Esclerosis Lateral Amiotrófica (ELA) es una enfermedad neuromuscular que curso con una degeneración selectiva de las motoneuronas, las encargadas de enviar las señales a

los músculos implicados en el movimiento voluntario. La consecuencia es una debilidad muscular progresiva que avanza hacia la parálisis total de la persona enferma viéndose afectadas también la capacidad de hablar, masticar, tragar y respirar, lo cual conlleva una dependencia completa para la realización de las actividades básicas de la vida diaria. Este proceso conduce inexorablemente a la muerte.

En estas acciones también intervienen músculos voluntarios como son lengua, músculos faciales, músculos costales y diafragmático. Por otro lado, funciones como la sensibilidad, la inteligencia, la sexualidad y los movimientos oculares no se ven afectados ya que se trata de motoneuronas que poseen más resistencia.

La enfermedad se diagnostica mayoritariamente entre los 40 y 70 años de edad, aunque puede afectar a un rango mucho más amplio de edades, y es más frecuente en varones. En el mundo existen cinco casos de ELA infantil, de los cuales tres son en España. La esperanza de vida después del diagnóstico es de 3 a 5 años para el 80% de los pacientes y la evolución de la enfermedad puede variar mucho de una persona afectada respecto a otra.

Nuestra donación se realizó a: ELACyL (<http://elacyl.org>) Y Juntos venceremos ELA (<https://juntosvenceremosela.com>)

Leucodistrofia

Las leucodistrofias son enfermedades genéticas que afectan a la mielina, una sustancia que se encuentra en las células de nuestro cerebro, la mielina permite la transmisión de las órdenes del cerebro a las diferentes partes de nuestro cuerpo, las personas que sufren leucodistrofias tienen falta de producción de mielina o una pérdida progresiva de la misma que hace que el cuerpo se vaya paralizando, viéndose afectada la capacidad para moverse, ver, oír o hablar, además de poder provocar una pérdida de sus facultades mentales.

La mayor parte de las personas que las sufren son niños.

Nuestra donación se realizó a ELA España (Asociación Española Contra la Leucodistrofia) (www.elaespana.com)

En ELA España, representan al colectivo afectado por un conjunto de enfermedades que afectan a nuestro cerebro y médula espinal, denominadas leucodistrofias. Existen más de 70 tipos diferentes de leucodistrofia y en la actualidad carecen de cura.

Cáncer

Cáncer es el nombre que se da a un conjunto de enfermedades relacionadas. En todos los tipos de cáncer, algunas de las células del cuerpo empiezan a dividirse sin detenerse y se diseminan a los tejidos del alrededor.

El cáncer puede empezar casi en cualquier lugar del cuerpo humano, el cual está formado de trillones de células. Normalmente, las células humanas crecen y se dividen para formar nuevas células a medida que el cuerpo las necesita, cuando las células normales

envejecen o se dañan, mueren, y células nuevas las remplazan. Sin embargo, en el cáncer, este proceso ordenado se descontrola. A medida que las células se hacen más y más anormales, las células viejas o dañadas sobreviven cuando deberían morir, y células nuevas se forman cuando no son necesarias. Estas células adicionales pueden dividirse sin interrupción y pueden formar masas que se llaman tumores. Muchos cánceres forman tumores sólidos, los cuales son masas de tejido. Los cánceres de la sangre, como las leucemias, en general no forman tumores sólidos.

Los tumores cancerosos son malignos, lo que significa que se pueden extender a los tejidos cercanos o los pueden invadir. Además, al crecer estos tumores, algunas células cancerosas pueden desprenderse y moverse a lugares distantes del cuerpo por medio del sistema circulatorio o del sistema linfático y formar nuevos tumores lejos del tumor original.

Nuestra donación se realizó a AECC (Delegación de Aranda de Duero) (www.aecc.es)

Las consecuencias derivadas de la enfermedad se constituyen en una importante fuente de problemas que aparecen tanto en la fase inicial del diagnóstico y tratamiento como una vez concluidos los mismos. Los principales problemas son los psicológicos, para ellos la AECC ofrece apoyo psicológico y asesoramiento para atender a las necesidades del enfermo y sus familiares en las distintas fases de la enfermedad; en la fase previa y posterior a una intervención quirúrgica; antes y después del tratamiento. Dichas necesidades se atienden a través de terapias individuales tanto en el enfermo como en el familiar. Pero el enfermo también puede acceder al programa de rehabilitación en grupo.

Desde la Asociación Española Contra el Cáncer ayudan a los enfermos de cáncer y a sus familiares en cualquier fase de la enfermedad. Sus principales servicios son:

- Dotar al paciente y al familiar de estrategias de afrontamiento para manejar las nuevas situaciones que está viviendo y mejorar la calidad de vida tanto del paciente, como de los miembros de su entorno familiar
- Ayudar a los pacientes y familiares a superar los traumas psicológicos derivados de la enfermedad
- Manejar la información adecuada, tanto en el paciente como en el familiar
- Enseñar a manejar los problemas asociados a la enfermedad (consecuencias de la cirugía y de los tratamientos) tanto al paciente como a los familiares
- Favorecer la comunicación de la familia con el enfermo
- Prevenir el duelo patológico y ayudar a aceptar la pérdida del ser querido

Pero desde la AECC también ofrecen programas de Deshabitación Tabáquica a aquellas personas que desean dejar de fumar. También ofrecen un servicio de préstamo de material, como colchonetas anti escaras, sillas de ruedas, camas eléctricas, grúas,... a aquellos enfermos que puedan necesitarlo.

Linfohistiocitosis

La Linfohistiocitosis hemofagocítica es una enfermedad rara que afecta más comúnmente a los bebés y a los niños, y que resulta de la activación exagerada de ciertas células blancas de la sangre (histiocitos o macrófagos y linfocitos del tipo T y B) que aumentan demasiado en número y se acumulan en varios órganos (como la piel, el bazo, cerebro, riñones, corazón y el hígado) llevando al aumento del tamaño y al daño de estos órganos. Los síntomas, por lo general, comienzan en los primeros meses o años de vida y pueden incluir fiebre, agrandamiento del hígado o bazo, citopenia (disminución del número de células sanguíneas) y anomalías neurológicas. La linfohistiocitosis hemofagocítica puede ser heredada de forma autosómica recesiva o puede ser adquirida.

Nuestra donación se realizó a Fundación de Investigación CRIS CONTRA EL CÁNCER.

www.criscancer.org/es

Es una organización independiente, sin ánimo de lucro y dedicada por completo al fomento y desarrollo de la investigación para eliminar el grave problema de salud que representa el cáncer. Su principal función es impulsar a la comunidad científica para conseguir un salto cualitativo en la comprensión de los mecanismos biológicos de la enfermedad que permita desarrollar fármacos y tratamientos capaces de mejorar la calidad de vida de los enfermos y, si no eliminarla, al menos convertirla en una enfermedad crónica.

Esclerosis Múltiple

La Esclerosis Múltiple es una enfermedad neurodegenerativa que afecta al Sistema Nervioso Central. Afecta a jóvenes adultos (principalmente entre los 20-40 años) aunque se pueden dar casos antes y después de estas edades. En la actualidad no tiene cura, pero si existen medicamentos destinados a paliar el avance de la enfermedad.

La sintomatología es muy variada y a cada persona le afecta de una manera diferente. Se puede dar alteraciones en la visión, hormigueo y debilidad en las extremidades inferiores y superiores, dolor abdominal, dificultad en el habla y en la deglución, mareos, inestabilidad...un sinfín de síntomas que causan que la Esclerosis Múltiple pueda considerarse la enfermedad de las "mil caras" ya que no existe ningún caso igual a otro.

Nuestra donación se realizó a Asociación Ribera de Duero de Esclerosis Múltiple.

<https://aedem.org/centros-sociales/castilla-y-le%C3%B3n/asoc-ribera-de-duero-de-e-m-arem>

Cruz Roja

La Cruz Roja Española (CRE) es una institución humanitaria, de carácter voluntario y de interés público, que desarrolla su actividad bajo la protección del Gobierno de España y el Alto Patronazgo de los Reyes de España. Forma parte del Movimiento Internacional de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja, cuyo fin es aliviar el dolor humano mediante atenciones inmediatas de acuerdo a cada situación en particular.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176

C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

Nuestra donación se realizó a Cruz Roja (Asamblea Roa de Duero)
<https://www.cruzroja.es>

En esta asamblea comarcal se realizan varias actividades que se pueden dividir en dos grandes áreas: área de salud y área social.

Cruz Roja es conocida por su labor en Socorros y Emergencias, preventivos. Llamándonos la atención sus colores típicos (rojo y blanco) en sus coches y ambulancias, además del uniforme de las personas que forman parte de esta gran familia.

La actividad que quizá es menos visible, es la parte social, donde especialmente en Roa, se trabaja mucho con personas mayores. Además del ya conocido servicio de Teleasistencia Domiciliaria (colgante para pulsar un botón) y de otros servicios de este tipo más específicos, según la necesidad de cubrir en este colectivo y en otros como la discapacidad, proporcionamos espacios para realizar actividades lúdicas donde fomentar su participación social, evitando con ello el aislamiento, organizando sesiones informativas de diferentes temas, talleres de manualidades, charla y práctica de gestión emocional, talleres para paliar el deterioro cognitivo, excursiones, comidas, meriendas...

Además se realizan préstamos de productos de apoyo (sillas de ruedas, andadores, muletas, grúas...)

La temática del medio ambiente y su preservación es otra área que trabajamos con los niños en esta localidad.

ACTIVIDADES REALIZADAS POR LA ASOCIACION

3.1. CARRERA POR LA PAZ (CRA Cardenal Cisneros)

La carrera tuvo lugar en la mañana del 30 de Enero de 2019. Se trata de una actividad que desarrollan los alumnos del CRA Cardenal Cisneros de Roa. Participaron alrededor de doscientos niños.

Se trata de una jornada deportiva en la que los alumnos adquieren un bocadillo y una botella de agua por un precio simbólico de un euro.

La recaudación va destinada íntegramente a nuestra asociación. En esta actividad se implican a su vez los padres y familiares de los niños, por lo que la iniciativa que ellos emprendieron se expande.



RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

3.2. CHARLAS ACERCA DE LAS ENFERMEDADES

CHARLA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER, DELEGACIÓN ARANDA DE DUERO.

El 18 de marzo de 2019 la Asociación Española contra el Cáncer, nos ofreció a través de su delegación en Aranda de Duero, una charla sobre Actividad Física y Hábitos Saludables. Las ponentes fueron la psicóloga de la asociación, D^a M^a Begoña Tobes Velasco y otra compañera. La charla fue impartida a alumnos de 2º de la ESO con gran éxito de participación y asistencia.



Los temas más importantes tratados en la charla fueron:

QUÉ ES LA PREVENCIÓN DEL CÁNCER

Necesidad de incorporar hábitos saludables en nuestra vida diaria con el fin de prevenir el cáncer, es el conjunto de acciones que se pueden realizar con el fin de disminuir la incidencia y/o mortalidad por cáncer.

Tiene los siguientes objetivos:

- **Disminución de la incidencia:** alrededor de un 50% de los cánceres se pueden evitar con hábitos de vida saludables.
- **Disminución de la mortalidad:** se consigue una disminución de la mortalidad si se detecta el cáncer en sus etapas más tempranas y se aplican tratamientos específicos más sencillos y eficaces.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

La **Prevención Primaria** es el conjunto de acciones encaminadas a modificar los hábitos poco saludables de la población hacia otros más adecuados. Con esto se consigue evitar que los factores de riesgo actúen sobre un órgano concreto y causen en él alteraciones que puedan generar un cáncer. Para que una persona modifique un hábito es necesario una serie de pasos:

- Que posea información suficiente y veraz sobre un factor de riesgo.
- Que tome conciencia del riesgo que supone mantener dicho hábito.
- Que tome la decisión de modificarlo o evitar contacto con él.
- Que mantenga a lo largo del tiempo el cambio de comportamiento.

Esto se consigue ofreciendo información a la población a través de campañas y llevando a cabo programas de Educación para la Salud en los que se concientice y ayude a la persona a adoptar y mantener hábitos de vida saludables. El principal objetivo es la sensibilización de la población.

La **Prevención Secundaria** es la agrupación de acciones dirigidas a detectar precozmente determinados tumores malignos. Este conjunto de acciones se denominan programas de screening o cribado.

Cada programa se caracteriza por una serie de factores:

- Debe ir dirigido a detectar precozmente un tumor concreto. Este tumor debe poderse diagnosticar bien en las fases más precoces de la enfermedad o en fases premalignas o en ambas circunstancias.
- Es preciso determinar qué población sana tiene más riesgo de desarrollar dicho cáncer.
- Debe existir una prueba que lo detecte de forma sencilla.
- Es preciso que exista tratamiento eficaz para las fases tempranas de la enfermedad.

El objetivo de la Prevención Secundaria es disminuir la prevalencia, evitar las secuelas, mejorar el pronóstico y disminuir las tasas de mortalidad.

EVITA LA OBESIDAD

Relación sobrepeso-cáncer: el exceso de peso es un factor de riesgo con un nivel de evidencia científica convincente respecto al desarrollo y crecimiento de determinados tumores malignos como el de mama en mujeres tras la menopausia, colorrectal, endometrio (útero) y riñón.

¿Cómo controlar el peso?

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

Algunas personas tienen tendencia a ganar peso pero esta tendencia se ve incrementada por el tipo de dieta y por la inactividad. Es aconsejable por tanto:

1. Equilibra las calorías que ingieres con la actividad física que realizas a lo largo del día.
2. Debes tener en cuenta el tipo y la cantidad de comida que ingieres. Si se trata de una dieta en la que incluyes determinados alimentos en proporciones inadecuadas, debes modificarla hacia un patrón más saludable. Ningún alimento, por sí mismo, es perjudicial mientras lo consumas en las cantidades adecuadas.
3. Las grasas y los carbohidratos proporcionan energía al organismo (esta energía se mide en calorías). Las grasas proporcionan el doble de calorías que los hidratos de carbono (engordan el doble), por tanto es importante reducir la ingesta de alimentos ricos en grasas.
4. Para conocer si te encuentras en el peso adecuado, calcula tu índice de masa corporal (IMC):

$$\text{IMC} = \text{Peso (Kg)} / \text{Altura}^2$$

Recomendaciones para mantener o reducir el peso

- Si quieres perder peso primero consulta con tu médico.
- Para que no perjudique la salud, la pérdida de peso ha de ser gradual.
- Elige bien el tipo de alimento que vayas a comer. Son aconsejables los alimentos bajos en grasa y pobres en azúcar.
- Sustituye alimentos ricos en grasas (bollería, quesos grasos...) por frutas, verduras, cereales, legumbres, o productos lácteos desnatados.
- Independientemente de la comida que elijas, come pequeñas cantidades. Incrementa la actividad física diaria. Es recomendable hacer ejercicio durante media hora.

HAZ EJERCICIO FÍSICO A DIARIO

Existen suficientes evidencias científicas que demuestran que una vida activa físicamente puede proteger, fundamentalmente, frente al cáncer de colon y de mama. Además, la actividad física regular contribuye a mantener el peso en los límites adecuados.

¿Por qué es saludable?

Porque no importa la edad a la que comiences a realizar ejercicio físico, siempre obtendrás un beneficio frente al cáncer. Además, controlarás el sobrepeso, reducirás el estrés, mejorarás el estado de ánimo y aumentarás tus relaciones sociales.

¿Se necesita un chequeo médico? La mayoría de los adultos no necesitan un chequeo médico para comenzar a realizar una actividad física moderada, sin embargo, para deportes que

requieran un gran esfuerzo es aconsejable que consultes con tu médico si cumples determinadas circunstancias:

- Enfermedad crónica como alteraciones cardíacas, hipertensión, diabetes, obesidad u osteoporosis.
- Mujer mayor de 50 años o varón de más de 40.

Recomendaciones para mantener una vida activa

- Adultos: es recomendable que realicen ejercicio moderado al menos durante 30 minutos, cinco días a la semana.
- En niños y adolescentes: es recomendable al menos 60 minutos.
- Incorpora actividades físicas en tu vida diaria:
 - Sube y baja escaleras a pie. Evita el ascensor y accesos mecánicos siempre que puedas.
 - Si es posible, ve andando a tu trabajo. Si utilizas metro o autobús bájate una parada antes y finaliza el trayecto a pie.
 - Cuando estés viendo la televisión, aprovecha para hacer ejercicio (bicicleta estática, por ejemplo).
 - Elige el deporte que más te guste e intégralo como parte de tus actividades diarias. Si lo que te gusta es el baile, también es un buen ejercicio físico.
 - Cuando camines por la calle, hazlo a un paso ligero

EVITA EL CONSUMO DE ALCOHOL

La cantidad apropiada de alcohol para la prevención del cáncer es ninguna.

El consumo de bebidas alcohólicas aumenta el riesgo de padecer entre otros, cáncer de la cavidad oral, faringe, laringe, esófago, hígado, colorrectal y mama.

En el caso del cáncer de hígado esta asociación es muy importante sobre todo a través del desarrollo previo de cirrosis hepática.

Respecto al cáncer de mama el interés de esta relación radica en que el consumo de pequeñas cantidades de alcohol (tan sólo 10 gr/día) se asocia con un aumento del riesgo de esta enfermedad, cuando se comparan mujeres bebedoras y no bebedoras.

Si al consumo habitual de bebidas alcohólicas le añadimos el de tabaco, se multiplica el riesgo de padecer algunos de estos cánceres entre 10 y 100 veces respecto a las personas que nunca han fumado ni bebido.

La cantidad ingerida de alcohol unida a una dieta pobre en verduras, hortalizas y fruta, común en los bebedores habituales, desempeña también un papel importante en el aumento del riesgo.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

Con todo lo escuchado en la charla, algunos de los jóvenes asistentes realizaron algún dibujo, que fue expuesto en la plaza mayor, durante el fin de semana solidario en junio.



CHARLA ASOCIACIÓN JUNTOS VENCEREMOS ELA Y ELACYL.

Para los alumnos de 4º de la ESO, la enfermedad que se explicó fue la Esclerosis Lateral Amiotrófica. La ponencia estuvo a cargo de D^a Sara Calvo Arranz, miembro de la Comunidad de la ELA. Para ello comenzó explicando unas pinceladas sobre la enfermedad y posteriormente, se describió las dos asociaciones beneficiarias de esta enfermedad en el ejercicio 2019.



¿Qué es la Esclerosis Lateral Amiotrófica?

Es una enfermedad neuromuscular que cursa con una degeneración selectiva de las motoneuronas, las encargadas de enviar las señales a los músculos implicados en el movimiento voluntario. La consecuencia es una debilidad muscular progresiva que avanza hacia la parálisis total del enfermo viéndose afectadas también la capacidad de hablar, masticar, tragar y respirar. En estas acciones también intervienen músculos voluntarios como son lengua, músculos faciales, músculos costales y diafragmático.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

Por otro lado funciones como la sensibilidad, la inteligencia y los movimientos oculares no se ven afectados ya que se trata motoneuronas que poseen más resistencia.

La enfermedad se diagnostica mayoritariamente entre los 40 y 70 años de edad, aunque puede afectar a un rango mucho más amplio de edades, y es más frecuente en varones. En el mundo existen varios casos de ELA infantil, de los cuales tres son en España.

La esperanza de vida después del diagnóstico es de 3 a 5 años para el 80% de los pacientes y la evolución de la enfermedad puede variar mucho de un afectado respecto a otro. No es contagiosa, no se sabe cuál es la causa y nadie está excluido de poder padecerla. 3 afectados mueren cada día en España, 3 nuevos casos diarios, son diagnosticados, y en este relevo, participan, cerca de 4000 personas, en nuestro país.

El único fármaco autorizado actualmente para la ELA es el riluzole (Rilutek) del que se han demostrado unos escasos e insuficientes beneficios que alargan la vida del paciente de 2 a 3 meses. Por esto es tan importante fomentar la investigación y los ensayos clínicos en pacientes.

ASOCIACIONISMO

Es necesaria la agrupación de enfermos, familiares y amigos, para hacer visible la enfermedad, tener apoyo mutuo y mejorar la información entre otras muchas cuestiones.

OFRECER SERVICIOS: fisioterapia, logopedia, psicología, cuidadores, y talleres específicos.

FACILITAR INFORMACIÓN sobre la enfermedad: A enfermos y familiares

SENSIBILIZAR A LA SOCIEDAD: y estimular el apoyo público a la búsqueda de soluciones.

Es importante que en cada comunidad autónoma, exista una asociación y que haya



RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

comunicación entre ellas. De esta forma se comparten experiencias las cuales nos enriquecen y nos hacen más fácil la supervivencia.

Para finalizar la sesión se realizó un pequeño ejercicio práctico. Se pidió a los asistentes que cerrasen los ojos y se quedaran inmóviles por unos minutos. Después tenían que sentir como les picaba algo y no podían moverse para arrascarse ni podían pedir ayuda, entre otras situaciones. Con ello se fomentó la empatía con las personas que sufren ELA.

Hubo turno de preguntas, terminando la sesión los dibujos realizados por algunos de los asistentes. A todos los alumnos que asistieron a ambas charlas se les obsequió con una chapa de nuestra asociación.



JUNTOS VENCEREMOS ELA:

Para conocer Juntos Venceremos ELA, primero hay que conocer a Jorge Murillo: maño residente en Madrid, y enfermo de ELA. Él y su necesidad de que la ELA tenga la mayor visibilidad y ayuda posible han hecho posible la creación de esta asociación.

Juntos Venceremos ELA está formada, en primer lugar por Jorge Murillo, Presidente de Honor y diagnosticado de la enfermedad; Mónica Murillo, secretaria, hermana, diseñadora gráfica y luchadora por genes; Carlos Castillejo (presidente) y Saúl García (tesorero), amigos deportistas de culo inquieto, amantes de las buenas causas y cabezas pensantes.

Tras diagnosticarle la enfermedad, amigos y familiares se volcaron en él y en la causa. La lucha y fuerza de Jorge dio lugar a que antiguos compañeros de fútbol le organizaran a través de la colaboración de varias entidades y a la ayuda solidaria y desinteresada de personas, varios partidos benéficos, siendo así un evento benéfico donde la recaudación fue destinada a la compra de avances tecnológicos, como su actual comunicador, para la mejora de la calidad de vida de Jorge así como la donación de gran parte del dinero a Araela, Asociación Aragonesa de Esclerosis Lateral Amiotrófica.

A raíz de ideas creativas para acudir a estos eventos, como la creación espontánea de camisetas personalizadas con un diseño propio para la causa, empezaron a caer ideas del cielo. A Carlos y Saúl se les ocurre la brillante idea de diseñar una línea de ropa deportiva que

RED SOLIDARIA RIBERA

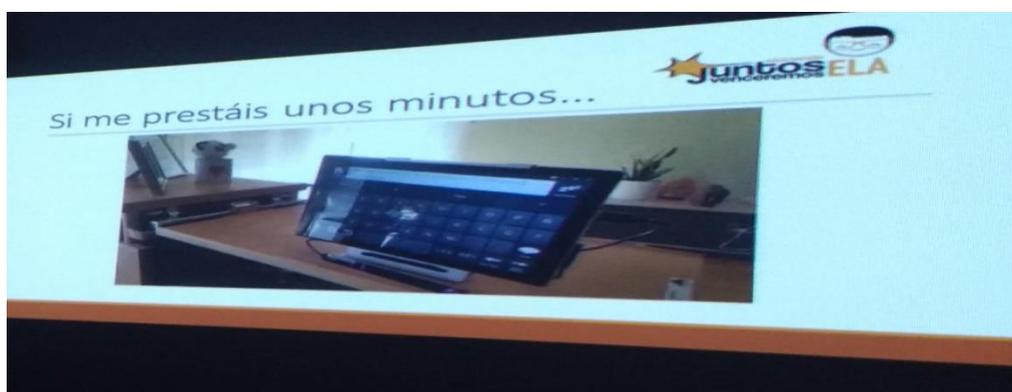
Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176

C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

ayude a dar visibilidad a esta enfermedad simplemente vistiendo indumentaria personalizada para las ocasiones y eventos deportivos a los que acudan.

Tal es el recibimiento de estas ideas por parte de diversas entidades, que se nos empieza a venir a la cabeza la idea de organizarnos como EQUIPO. Y de ahí surge la idea de juntarnos como asociación.

El **objetivo**: Su #retoporlaELA se basa en intentar conseguir la máxima visibilidad del carácter luchador de la enfermedad. Conseguir difundir el mensaje para que la gente la conozca y se conciencie de la necesidad real que existe de que la ciencia pueda obtener medios para seguir estudiando la enfermedad y así conseguir mejorar la calidad de vida del enfermo y por qué no, en el mejor de los casos, encontrar una cura.



ELACYL

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

ELACyL es la asociación de afectados de Esclerosis Lateral Amiotrófica, ELA, de Castilla y León. Creada y presidida por Jesús Gómez junto con otros afectados y familiares.

En muy poco tiempo han conseguido mejorar notablemente la visibilidad de esta grave enfermedad en Castilla y León y en España. Muchas personas y entidades, que los han ido conociendo en su trayectoria, se han unido a su lucha de algún modo. Esta implicación ha alimentado sus fuerzas para seguir reivindicando más investigación para esta cruel enfermedad.

Nuestros objetivos son:

- Dar **visibilidad** a la enfermedad. El conocimiento es esencial para que los afectados no se sientan perdidos y para que la sociedad tome conciencia de la gravedad de esta enfermedad. Pretendemos también con esto que las instituciones públicas comprendan y asuman la necesidad de inversión en investigación y atención de enfermos de ELA.
- Conseguir más financiación y recursos para la **investigación** de la ELA. Hoy en día la ELA no tiene cura, ni siquiera existe un fármaco que la paralice. Solo la investigación puede arrojar esperanza.
- Poder obtener una mejor **atención** para los afectados, que necesitan muchos recursos para poder tener una vida digna y no siempre pueden acceder a ellos. Además de recursos materiales es indispensable la información y la formación para el cuidado de enfermos.



RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

Simultáneamente a las charlas que se ofrecían en el IES “Ribera del Duero”. En el auditorio del Centro Cívico “Villa de Roa”, tenían lugar otras charlas.

El objetivo de separarlas de este modo, no era otro que el hecho de dividir las por grupos de edad, de tal forma que se pudiera adaptar más adecuadamente el lenguaje de las explicaciones a los grupos de edad que comprendía a los oyentes.

Fueron alumnos de primaria los que escucharon atentos las explicaciones de las asociaciones que se detallan a continuación.

CHARLA ASOCIACIÓN CASTELLANO-LEONESA DE FIBROSIS QUÍSTICA

¿QUÉ ES LA FIBROSIS QUÍSTICA?



La Fibrosis Quística (FQ) es la enfermedad genética más común y afecta aproximadamente a 1 de cada 5.000 nacidos. Una de cada 35 personas es portadora de alguna de las más de 1.800 mutaciones que causan esta patología.

Un defecto en una proteína de las células que producen secreciones (la CFTR) altera las mismas, provocando un moco más espeso y viscoso que obstruye los conductos y afecta al funcionamiento de varios órganos, como los pulmones, el páncreas o el hígado, y favorece la aparición de infecciones, principalmente respiratorias.

El tratamiento se basa en un correcto estado nutricional (que exige la toma de enzimas pancreáticas, vitaminas y suplementos), medicamentos que combatan las infecciones respiratorias y fisioterapia respiratoria diaria. Además, se ha comprobado que la práctica constante de deporte beneficia el estado de salud, pues mantiene limpias las vías aéreas, mejora la masa muscular y retrasa la degeneración pulmonar.

El diagnóstico precoz, gracias al cribado neonatal a los recién nacidos (conocido como prueba del talón); el tratamiento en Unidades de Referencia y un correcto manejo de la enfermedad por parte de los cuidadores del niño y del propio paciente en la edad adulta, son las herramientas con las que contamos actualmente para hacer frente a la FQ. Herramientas que,

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

en pocos años, han mejorado sustancialmente el pronóstico de la enfermedad y la esperanza de vida de las personas afectadas. Cuando la enfermedad se encuentra en un estadio muy avanzado, existe la posibilidad del trasplante pulmonar y/o hepático.

La Fibrosis Quística es una patología grave y actualmente sin curación. Sin embargo, en los últimos tiempos se han desarrollado medicamentos que abordan, por vez primera, la causa subyacente de la patología y no sólo sus síntomas, lo que abre un futuro esperanzador para las personas que padecen esta patología y sus familiares.

¿CUÁL ES NUESTRA LABOR COMO ASOCIACIÓN?

La Asociación Castellano Leonesa contra la Fibrosis Quística presta servicios de apoyo asistencial y psicosocial a las personas que padecen FQ y sus familiares:

-  **Trabajadora social:** La Asociación cuenta con una trabajadora social que atiende presencial o telemáticamente a los pacientes y sus familias, en áreas como la discapacidad, la acogida a los familiares y pacientes de recién diagnosticados, la organización de actividades divulgativas y formativas, la orientación laboral y académica u otras cuestiones relacionadas con el entorno psicosocial de los pacientes.
-  **Fisioterapia a domicilio:** La fisioterapia es uno de los pilares básicos del tratamiento de la FQ. Para realizarla correctamente es importante revisar periódicamente las técnicas y actualizar el conocimiento sobre las mismas. Por esa razón, la Asociación dispone de una fisioterapeuta que acude al domicilio del afectado por FQ para revisar el ejercicio de la fisioterapia respiratoria y actualizarlo a la edad del paciente pediátrico o adulto o a la situación clínica determinada. El programa es gratuito, y persigue, además, fomentar la autonomía y la adherencia a la fisioterapia.
-  **Nutrición:** nutricionista especializada en FQ y paciente de fibrosis quística, ofrece un nuevo servicio de asistencia y consultas telemáticas, tanto para elaborar planes de alimentación personalizados para aquellos socios que lo necesiten, como consultas sobre sintomatología digestiva, nutrición deportiva, alimentación infantil, diabetes, ganancia de peso, trasplante, etcétera.
-  **Convenios con clínicas de Fisioterapia Respiratoria:** La asociación ha suscrito convenios con clínicas especializadas en fisioterapia respiratoria para sus socios.
-  **Servicio de Psicología gracias a Cocemfecyl**

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

CHARLA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA LAS LEUCODISTROFIAS

¿QUÉ SON LAS LEUCODISTROFIAS?



Las leucodistrofias son un grupo de enfermedades caracterizadas por la degeneración progresiva de la materia blanca del cerebro debido al crecimiento o desarrollo imperfecto de la vaina de mielina, la capa grasa que actúa como aislante alrededor de las fibras nerviosas. La mielina, que adquiere su color de la materia blanca del cerebro, es una sustancia compleja compuesta de por lo menos diez sustancias químicas diferentes.

Las leucodistrofias son un grupo de trastornos causados por defectos genéticos en la manera como la mielina produce o metaboliza estas sustancias químicas. Cada una de las leucodistrofias es el resultado de un defecto en el gen que controla una (y solamente una) de las sustancias químicas.

Las leucodistrofias se dividen en dos grandes grupos, las **hipomielinizantes**, en las que la formación de la mielina es anormal desde el nacimiento y las **desmielinizantes** en las que la mielina se forma correctamente hasta que comienza a degenerarse, debido normalmente a la acumulación de sustancias que dañan la mielina.

¿QUÉ APORTAMOS COMO ASOCIACIÓN?

Desarrollamos entre otros los siguientes programas:

-  **Programa Asistencial (RAIL).** Red de Ayuda e Información sobre las Leucodistrofias (RAIL) es un programa integral de intervención que sostiene, forma y acompaña a los pacientes y a sus familias en la atención cotidiana de la enfermedad y de la discapacidad que la misma conlleva, estableciendo una información rigurosa, actualizada y adaptada en función de las necesidades que presentan. Las actuaciones de ELA España se realizan sin discriminación por razón de sexo, raza, religión, ideología, orientación sexual o cualquier otra condición o circunstancia personal o social.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

- 

Encuentros Nacionales. Una de las dificultades que presentan las enfermedades de baja prevalencia es la dispersión geográfica de las personas afectadas. Para combatir el aislamiento de las familias, de manera anual, ELA España organiza los Encuentros Nacionales que persiguen establecer lazos vinculares entre personas que viven realidades similares. La experiencia nos demuestra que si bien cada uno proviene de un lugar diferente, poco a poco, hemos creado una GRAN FAMILIA en la que apoyarnos en los momentos difíciles y con la que compartir los momentos de alegría. Estos encuentros suponen una oportunidad única para tratar temáticas comunes a todos los asociados y conseguir así, que las familias estén más preparadas para afrontar el día a día con la enfermedad.
- 

Investigación. La promoción de la investigación se vuelve un aspecto fundamental en enfermedades de baja prevalencia que no cuentan con una cura. Es por ello que ELA España se muestra comprometida con la comunidad científica, en quienes reside la esperanza de nuestros seres queridos.
- 

Sensibilización. El programa de sensibilización comprende distintas actividades dirigidas a la concienciación de la población general y grupos de atención de afectados con discapacidad derivada de una enfermedad de baja prevalencia, que por su complejidad y baja incidencia las convierten en grandes desconocidas tanto a nivel general como en el entorno más cercano de atención y cuidado del afectado

CHARLA AREM. ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE ESCLEROSIS MÚLTIPLE. DELEGACIÓN ARANDA DE DUERO

¿QUÉ ES LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE?



La Esclerosis Múltiple (EM) es una de las enfermedades más comunes del sistema nervioso central (cerebro y médula espinal). Se calcula que en España existen 55.000 personas afectadas de EM, 700.000 en Europa y más de 2.800.000 en el mundo.

Es una enfermedad autoinmune inflamatoria desmielinizante de causa desconocida y curso crónico causada por el daño a la mielina, un material graso que aísla los nervios, actuando como la cobertura de un cable eléctrico, que permite que un nervio transmita sus impulsos rápidamente. En la EM, la pérdida de la mielina (desmielinización) se acompaña de una alteración en la capacidad de los nervios para conducir impulsos

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

eléctricos desde y hacia el cerebro y esto produce los diversos síntomas de la EM. Dependiendo del grado de la lesión, la falta de comunicación entre las neuronas puede ser transitoria, sucediendo durante un tiempo para luego recuperarse, o permanente. Los lugares donde se pierde mielina (placas o lesiones) aparecen como zonas endurecidas (cicatrices), que en la EM aparecen en diferentes momentos y en diferentes áreas del cerebro y la médula espinal.

La edad más frecuente de diagnóstico es entre los 20 y los 40 años, aunque el inicio puede ser anterior. Afecta en mayor medida a las mujeres en una proporción aproximada de dos de cada tres. Su causa es desconocida, pero se acepta la existencia de una predisposición genética, que puede ser común a varios miembros de una familia, y unos factores desencadenantes ambientales que favorecen la aparición de la enfermedad en aquellos miembros expuestos.

Actualmente no existe un tratamiento curativo para la EM, aunque sí fármacos que pueden modificar el curso de la enfermedad, reduciendo el número de brotes y disminuyendo la progresión de la discapacidad. También se cuenta con una gran variedad de tratamientos para paliar muchos de los síntomas de la EM que afectan a la calidad de vida de los que la padecen.

¿QUÉ HACEMOS CÓMO ASOCIACIÓN?

Nuestro objetivo principal como asociación es mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por EM, así como la de sus familias. Para su consecución, desarrollamos programas y servicios de información y atención, formación y otras acciones de sensibilización y divulgación de la problemática de la Esclerosis Múltiple. Podemos destacar los siguientes:

-  Cursos de formación. Se imparten cursos, jornadas y conferencias para afectados, cuidadores, voluntarios y profesionales, con especial atención a los que desarrollan su labor en nuestras asociaciones miembros. Además, contamos con un equipamiento y unas instalaciones adaptadas que lo hacen idóneo para ser utilizado en la impartición de cursos por parte de otras entidades del sector de personas con discapacidad.
-  Rehabilitación integral. Servicios de rehabilitación integral a personas afectadas por EM y otras patologías neurológicas que, actualmente son gestionados desde la Asociación de EM de Madrid (ADEMM). Servicios: Consulta de Médico Rehabilitador, Servicio de Fisioterapia, Servicio de Terapia Ocupacional, Servicio de Logopedia, Servicio de Orientación y Apoyo Psicológico, Servicio de Trabajo Social, Servicio de Transporte Adaptado.
-  Programa de ayuda a domicilio (PAD). Atiende las demandas y necesidades específicas en el hogar de las personas afectadas de Esclerosis Múltiple (EM) para posibilitar su

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

autonomía personal así como su integración social y laboral. Con este programa se cubren no sólo necesidades físicas sino también psicológicas y sociales de los usuarios.

 Campañas de sensibilización. Realizamos a lo largo del año diferentes actos para informar a las Administraciones y a la sociedad en general, acerca de qué es la EM y cuál es la problemática tanto física como psicológica, social, laboral y familiar que conlleva esta enfermedad en las personas que la padecen y sus familiares.

CHARLA CRIS CONTRA EL CÁNCER

¿QUÉ ES CRIS?



La Fundación de Investigación CRIS CONTRA EL CÁNCER es una organización independiente, sin ánimo de lucro y dedicada por completo al fomento y desarrollo de la investigación para eliminar el grave problema de salud que representa el cáncer.

En España estamos aún lejos de los países de nuestro entorno en términos de financiación en la lucha contra el cáncer. Sabemos del potencial de nuestra comunidad científica, por ello, con ambición pero conscientes de la responsabilidad que tenemos, queremos dotarles de los medios necesarios. CRIS son las siglas de Cancer Research Innovation Spain.

¿POR QUÉ CRIS?

La Fundación CRIS nace con un único objetivo: vencer al cáncer a través de la investigación. Un desafío enorme pero que justifica todo el esfuerzo, el talento y el compromiso necesario para conseguirlo.

¿QUÉ PROYECTOS TENEMOS EN MARCHA?

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

Dentro de los proyectos que llevamos a cabo, debemos distinguir dos campos bien diferenciados:

Por un lado el cáncer adulto:

-  Cáncer de mama
-  Cáncer de ovario
-  Cáncer de páncreas
-  Cáncer de próstata
-  Proyecto en Unidad CRIS de Tumores Hematológicos
-  Unidad CRIS de Nuevas Terapias Experimentales
-  Unidad de Inmuno-Oncología

Por otro lado el cáncer infantil:

-  Guía Clínica tratamiento de dolor en niños con cáncer
-  Investigación en Glioma Pontino Intrínseco Difuso infantil (FRANCIA)
-  Leucemia MLL
-  Proyecto de investigación de Cáncer cerebral en niños
-  Sarcoma de Ewing
-  Tumores cerebrales
-  Unidad de Terapias avanzadas para cáncer infantil

Por último también llevamos a cabo proyectos como Becas de formación de investigadores y Estudios promovidos por nuestra asociación.

3.3. MERIENDA SOLIDARIA

El 29 de mayo de 2019 el Colegio San Miguel organizó la primera merienda solidaria a beneficio de Red Solidaria Ribera.

Con ayuda de todas las familias del colegio y con la colaboración de varias panaderías del pueblo se hicieron bocatas que se vendían con una botella de agua. La primera remesa se acabó pronto y fue necesario hacer más.



Pudimos disfrutar de una tarde diferente. En el patio del colegio se organizó una pequeña fiesta, con música y entre amigos, mientras degustábamos una estupenda merienda solidaria. Pusimos a la venta nuestros productos y muchos estrenaron su camiseta ese día. Los niños que quisieron tuvieron la oportunidad de demostrarnos sus dotes artísticas pintando dibujos.

Gracias al Colegio San Miguel y a todas sus familias por enREDarse. Gracias a los colaboradores. Lo recaudado a través de esta actividad se debió al fruto del esfuerzo y del compromiso de los más pequeños y sus familias con la solidaridad y con la ayuda entre personas. Educando en la empatía. Educando en valores.



3.4. CONCIERTO DE TAMBORES Y DULZAINAS

El día 1 de mayo de 2019 tuvimos la posibilidad de disfrutar del concierto que la Banda Municipal de Tambores y Dulzainas de Aranda de Duero ofreció en el centro cívico de Roa.

Nos pusimos en contacto con el director e inmediatamente movilizó al resto de los componentes. Vinieron altruistamente para ayudarnos en nuestra labor. La entrada se cobró a 5 euros y quiénes estuvieron salieron encantados tanto por el repertorio como por la interpretación de las piezas.

Agradecemos la respuesta y la disposición de la Banda, sabemos que están encantados de volver en cualquier momento y eso es fantástico. Gracias a los que acudieron a disfrutar del concierto.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

Red Solidaria Ribera con la música, la cultura y la tradición. Acercando el instrumento típico castellano a la población, interpretando piezas diferentes a las habituales.

3.5. FIN DE SEMANA SOLIDARIO

a. Presentación.

La actividad se desarrolla el viernes 27 de Junio de 2019 en la Plaza del Pozo de Roa, donde contando con la colaboración del bar “African Café”, llevamos a cabo la inauguración del fin de semana solidario. La presentación comenzó a las 19.30h, en esa misma plaza colocamos un puesto donde la gente podía adquirir nuestros productos, especialmente las camisetas para que todo el mundo pudiera llevarla durante las actividades que llevaríamos a cabo durante el fin de semana.

Nos presentamos oficialmente como asociación y explicamos el motivo de por qué nos habíamos constituido como tal y cuál era nuestro objetivo.

Comenzamos presentando a las asociaciones que resultarían beneficiadas en esta edición, y sus representantes pudieron presentarse, contar a qué se dedican y cuál es su labor como asociación, así mismo, explicaron en qué invertirían los fondos económicos que les donásemos tras el fin de semana solidario, y cómo estos fondos influirían en la calidad de vida de las personas con las que trabajan.

Durante esta presentación, dimos a conocer quién sería nuestro padrino de honor, Álvaro Quintana, quien dedicó unas palabras a la asociación y destacó la importancia de nuestra labor.

Álvaro estuvo durante todo el fin de semana participando en las distintas actividades desarrolladas.

Por último, finalizamos esta actividad con el concierto de los “Rumb€uros”, quienes aportaron el ambiente festivo y el broche final a una tarde llena de emociones.

b. Ruta sobre Ruedas

El Club Cicloturista de Roa participó activamente durante el fin de semana solidario de 2019 organizando una ruta sobre ruedas (bicicletas, triciclos, patines, patinetes...) para los niños y adultos que quisieron participar.

El evento tuvo lugar el sábado 29 de junio a las 10:00 de la mañana con salida y llegada a la Plaza Mayor de Roa. La duración fue de una hora por el recorrido que el Club Cicloturista marcó. Álvaro Quintana, nuestro padrino de honor, les acompañó montado en bici.

Cuando los participantes llegaron a la plaza les esperábamos con un pequeño avituallamiento donado por los comercios de Roa. Frutas y bebidas para todos.

Agradecemos al Club Cicloturista de Roa por animarse a colaborar con nosotros, a todos los que sacaron sus ruedas para acompañarlos y disfrutar de una jornada deportiva con amigos y familiares y a los comercios roaldenses que hicieron posible el refresco final.

Red Solidaria Ribera con el deporte y la vida sana. Educando en salud.



c. Torneo de Pádel

A lo largo de todo el fin de semana solidario se llevó a cabo el primer torneo de pádel RSR. El torneo constaba de dos niveles, medio bajo y medio alto.

Durante la mañana del sábado se jugaron los partidos (a un set) de la fase de grupos. Los dos primeros de cada grupo jugaban la fase final A y B para cada nivel. Durante la tarde se jugaron los primeros partidos de la segunda fase.

El domingo por la mañana se jugaron las semifinales y finales. Justo antes de acabar, hubo un partido de exhibición entre dos parejas que juegan en el más alto nivel, en el World Padel Tour. Después se llevó a cabo la entrega de premios y sorteo final entre todos los participantes.

Durante todo el tiempo que duró el torneo, el ambiente fue muy agradable, ya que había música, bar, tortillas, etc. Mucha gente del pueblo comenzó a descubrir este deporte de fácil

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

práctica y el domingo por la tarde hubo una masterclass para los más jóvenes que querían aprender.



d. Talleres para niños

➤ Batucada reciclada



El ritmo está presente en nuestra vida diaria. Nos ordena y estructura sin darnos cuenta. Desde que nacemos nuestro llanto y nuestra voz van al compás de nuestras necesidades más primarias: nuestra forma de caminar, nuestra respiración, nuestro latido del corazón..., contienen un pulso musical que nos acompaña durante nuestra vida.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

Este ritmo es, sin duda, la primera apreciación de la música que sentimos y es fundamental para perfeccionar nuestra psicomotricidad, los movimientos y nuestro gusto musical.

Este taller estuvo realizado con instrumentos que están hechos de materiales reciclados, tales como bidones, latas, cuerdas.... Lo impartió Eva Tudela de la Asociación La Torzida (Valladolid). El mismo se dividió en dos grupos de edad, niños y niñas de 5 a 9 años en una primera sesión y de 10 a 14 años en una segunda, con una duración de unos 50 min cada una.

Primero comenzaron reconociendo el ritmo y, después, pasaron a familiarizarse con los diferentes instrumentos. Poco a poco se convirtieron un divertido grupo musical interpretando la canción... “En la Ribera, Red Solidaria”.

El taller finalizó en la Plaza Mayor, uniendo lo aprendido por los dos grupos y ofreciendo un bonito espectáculo a los amigos y familiares que fueron formando un magnífico público.



➤ Ciencia divertida.

Este taller se llevó a cabo el sábado 29 de junio por la mañana; los chicos tenían la posibilidad de asistir a varios talleres a lo largo de la mañana.

Este taller fue impartido por una profesora de primaria y por un profesor de secundaria y bachiller.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

El objetivo era adentrar a los chicos en el mundo de la ciencia de una forma lúdica y divertida con experimentos fáciles de realizar tales como: cambios de estado con hielo seco, volcán en erupción, hinchar globos sin soplar, huevos saltarines, etc.



➤ Manualidades Diversas.

Los talleres se desarrollan el sábado 29 de junio por la mañana. Estos se llevan a cabo desde el punto de vista de que los niños y niñas puedan participar aunque sus edades estén comprendidas entre intervalos muy diferentes.

De esta manera se desarrollan talleres para niños con edades comprendidas entre los 2 y 5 años, de 5 a 10 años y de 10 a 14 años.

Taller de Pintura para niñas y niños

El taller de pintura para niños y niñas, tuvo lugar el sábado por la mañana dentro de los talleres destinados a la población más joven.

Contamos con la colaboración de una prestigiosa ilustradora de la zona: Izaskun Sánchez, que hizo dos murales que los niños y niñas acabaron de colorear con pinturas de manos.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com



Taller de Mariposas y Gusanos

Esta actividad la llevamos a cabo con los niños y niñas más pequeños, con edades comprendidas entre los 2 y los 5 años.

Aprovechamos la oportunidad de hacer talleres de manualidades con materiales reciclados, para ello utilizamos cartones de huevos, rollos de papel higiénico, cartulinas, pintura de dedos, pinceles y purpurina, así como ojos adhesivos, “limpiapipas” para hacer las antenas y cola para manualidades.

Los niños y niñas debían coger un rollo de papel y pintarlo a su gusto, así como escoger el color de las alas que quisieran ponerle a la mariposa y decorarla como quisieran. Tenían además la posibilidad de elegir entre distintos colores de ojos y de antenas (rojo, azul, amarillo, verde)

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com



Para realizar los gusanos utilizamos los cartones de huevo, que teníamos previamente preparados las monitoras y los niños y niñas debía pintarlo ayudándose de pinceles o de los dedos para decorarlo como más les gustase. También les añadían ojos y antenas.

Taller de Pompas gigantes

Desarrollamos esta actividad gracias a Jesús Oñate, quien trajo todo lo necesario para que los niños y niñas dieran rienda suelta a la imaginación con el jabón.

El taller se produjo la mañana del sábado y en él participaron niños desde los 4 hasta los 10 años.



e. Crossfitness

¿Qué es el Crossfit?

El crossfit es una actividad que nació en 2001 con el objetivo de preparar a policías, bomberos, etc. Y que posteriormente se extendió a todo el mundo.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

¿En qué consisten las clases de Crossfit?

Las Clases están divididas en cuatro partes.

- . **Calentamiento:** Es donde se hace los ejercicios para calentar el musculo y estirarlo.
- . **Técnica:** Es la parte donde se trabaja sin peso los ejercicios que se van a desarrollar y la parte abdominal.
- . **Fuerza:** Es donde se desarrolla la parte de habilidad de la clase.
- . **WOD:** Es el entrenamiento del día, donde hay un circuito de ejercicios variables y cada persona se marca su marca personal para mejorar.

¿Quién colaboro en Roa?

El equipo de Crosfitness de Getafe de la Universidad Carlos III, con Tomás, su monitor. Se llama Crossfitness ya que crossfit es una marca comercial y la Universidad no paga a marcas comerciales.

¿Qué actividad que se desarrolló?

La actividad se realizó para mayores de edad participando en ella 15 personas. En Roa no se pudo desarrollar una actividad como en Box, por la falta de material.

- . **Calentamiento:** Consistió en unos 20 minutos de estiramiento y calentamiento de los diferentes músculos que se trabajaron.
- . **Técnica:** Consistió en ejercicios técnicos como pino en pared o sentadilla sin peso.
- . **Fuerza:** Consistió en una primera parte de cardio con abdominales más el aprendizaje de mover ruedas con la espalda recta.
- . **WOD:** Mover ruedas con sentadilla.

Competición de volteo de ruedas con salto (Por tiempo) y dos rondas de retracción escapular (colgados en barra)



RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

f. Taller de Reanimación Cardiopulmonar

Cruz Roja Española participó con nosotros durante el fin de semana solidario impartiendo un curso de RCP gratuito para todos aquéllos que quisieron acudir, sin límite de edad ni de aforo. Fue el sábado 29 de junio de 17:00 a 18:00 horas en las instalaciones del polideportivo municipal de Roa.

Los participantes pudieron aprender cómo actuar en determinadas situaciones mientras se espera la llegada de los profesionales sanitarios. Se incidió sobre todo en la importancia de iniciar una RCP temprana, en caso de ser necesaria, puesto que se aumentan en gran medida las posibilidades de supervivencia sin las secuelas derivadas de la falta de oxígeno cerebral.

Llevaron la ambulancia y los más pequeños pudieron subirse a ella y escuchar atentos las explicaciones del voluntariado.

Agradecemos a Cruz Roja su disponibilidad y su buen hacer. Gracias también por cubrir de manera preventiva parte de nuestras actividades durante el fin de semana. Seguiremos trabajando y colaborando juntos.

Red Solidaria Ribera con la reanimación cardiopulmonar. Intentando salvar vidas. Acercando a la población las medidas necesarias para convertirse en héroes y heroínas salvavidas. Formación en salud.



RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

g. Teatro Familiar

La tarde del sábado 29 de Junio de 2019, nos esperaba una velada para deleite de pequeños y grandes, a mano de un grupo de actores voluntarios de la localidad. A las 20.00h escenificaron la obra de teatro.

Durante meses estuvieron ensayando para ofrecernos una versión muy original y diferente del clásico Caperucita Roja, titulada "¡Te pillé, Caperucita!". Nueve actores, incluido su director, conformaban el grupo.

Resultó una actividad cultural que gustó a todos los públicos, hasta tal punto que el auditorio se llenó por completo. La escenificación contaba con la obra como tal, y además pequeñas escenificaciones contando con todo el espacio disponible del auditorio, de tal forma que los actores aparecían desde cualquier lugar de la sala, algo que a los niños y niñas les encantó.



h. Partido de Fútbol

La solidaridad, el compañerismo, la emoción y el buen rollo se trasladaron, en la mañana del 30 de Junio, al Campo de Fútbol Municipal Los Nogales, dónde tuvo lugar nuestro primer partido de fútbol solidario.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com



Veteranos del C.D. RAUDENSE y Veteranos de ARANDINA C.F. nos deleitaron con un espectacular y reñido partido.

Un emocionante saque de honor, realizado por Pablo, un joven luchador contra la Leucodistrofia, fue el inicio de un partido, donde los dos equipos lo dieron todo y no se guardaron ni un gramo de esfuerzo.



Las carreras, las bromas y las risas no pararon durante todo el partido.

Fue tal el compromiso de todos los jugadores que, cuando la organización les propuso acortar el partido, debido al calor sofocante que hacía esa mañana, ellos se negaron en rotundo y quisieron jugar hasta el último segundo.



El resultado fue lo de menos. **TODOS HABÍAN GANADO.**

Tras el pitido final, una vez repuestos del tremendo esfuerzo realizado, Red Solidaria Ribera obsequió a cada jugador con una botella de vino, donada por diferentes bodegas.

El público disfrutó de lo lindo y al término del partido, se realizó un sorteo entre los numerosos espectadores, de diferentes productos: camisetas de futbol, guantes de portero, balones etc.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidarieribera@gmail.com



Terminó la jornada futbolística con una comida de hermandad entre los equipos donde, una vez relajados, pudieron comentar todo lo sucedido durante una gran mañana.

Desde Red Solidaria Ribera queremos agradecer a todos y cada uno de los jugadores, directivos, voluntarios y espectadores que nos acompañaron.

i. Cuentacuentos

El domingo 31 de Junio de 2019 se llevó a cabo el cuentacuentos en el polideportivo de Roa. El acto se dividió en dos partes.



En la primera, Pilar Martín, una autora local contó un cuento propio dirigido a niños de 0 – 3 años, acompañándose de una gran serpiente; hubo un ambiente cercano y acogedor.

La segunda parte estaba dirigida a niños de 3 – 7 años con la actuación de “Vaya par de angelitos”; los niños disfrutaron y se divertieron mientras aprendían a cómo comportarse en situaciones cotidianas.



RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

j. Cata de vinos

El domingo 29 de junio a las 18:00h se llevó a cabo la I Cata Solidaria en la bodega subterránea de Asador Chuleta Balcón del Duero aunque, inicialmente, estaba prevista la celebración en el Paseo del Espolón pero debido a las altas temperaturas se cambió la ubicación.

La organización creó, para la ocasión, un comité de cata formado por cinco personas relacionadas con el mundo del vino que, de forma altruista, se encargaron de contactar con las bodegas y hacerlas partícipes de esta actividad solidaria.

En total se contó con la participación de 31 bodegas de Ribera del Duero que aportaron, cada una de ellas, sus vinos más emblemáticos. También se contó con la presencia de un vino de la D.O de Jerez, otro de D.O. Oporto y un Champagne Louise Nicaise.

Como maestro de ceremonias contamos con la presencia del mediático periodista Javier Pérez de Andrés, especializado en la información de vinos, agroalimentación, turismo y desarrollo rural en la Comunidad de Castilla y León.



Y como una actividad cumbre, dentro de un fin de semana solidario, contamos con la presencia del Dr. Antonio Pérez Martínez, jefe del Servicio de Hemato-Oncología Pediátrica del Hospital Universitario La Paz. Sus palabras silenciaron, emocionaron a los asistentes y, sobre todo, nos hicieron ver la importancia de la investigación y la necesidad de seguir recabando los esfuerzos de todos para seguir avanzando y “sumando”.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidaribera@gmail.com



La actividad se dividió en dos partes: la primera, se realizó al aire libre en el Espolón de Roa y consistió en una cata guiada por tres profesionales de las diferentes regiones.



D.O. Oporto



Champagne Louise
Nicaise

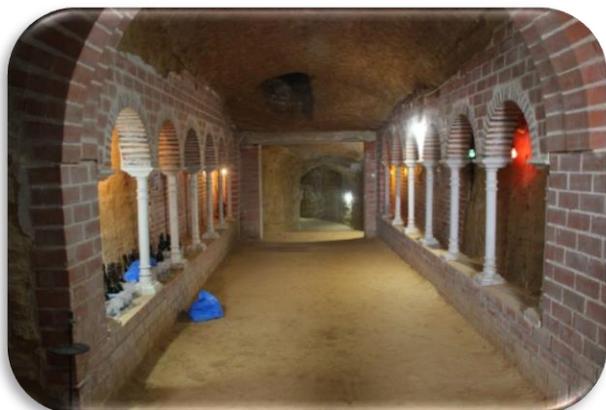


D.O. Jerez

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

La segunda tuvo lugar en una bodega subterránea y consistió en la degustación de los diferentes vinos de Ribera del Duero.



Con una participación de más de 230 personas, la actividad resultó un rotundo éxito, algo que no habría sido posible sin la colaboración de un voluntariado formado por más de una veintena de personas.

k. Juegos Infantiles

Para propiciar la participación de los adultos en la cata solidaria, y que pudieran disfrutar tranquilos, consideramos una buena idea realizar diversos juegos infantiles de forma simultánea a la celebración de la cata. Para ello contamos con la colaboración Ocioduero, quienes se encargaron de realizar las actividades con los niños.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

La tarde del domingo 29 de Junio, se realizaron distintos juegos para niños de edades comprendidas entre los 3 y los 12 años, tales como pintacaras, juegos con paracaídas, juegos por equipos y juegos con agua para aliviar el sofocante calor que nos acompañó durante toda la jornada.



Las actividades se realizaron aprovechando el amplio espacio que nos ofrecía la Plaza Mayor de la localidad, lugar en el que los niños pudieron disfrutar de una gran tarde de verano.



RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

1. Sorteo y Despedida



Y llego el momento de la despedida pero, como no podía ser de otra manera, quisimos hacerlo a lo grande.

La guinda del pastel fue un gran sorteo entre todos los que compraron nuestras rifas.

Se sortearon cientos de productos y regalos que nos donaron comercios, restaurantes, clubs deportivos, bodegas, agencias de viajes y particulares. Otro gran ejemplo de solidaridad que nos inundó durante todo el fin de semana.



Todos quisieron formar parte de este último acto y los más afortunados pudieron llevarse un bonito recuerdo.

Cansados pero orgullosos de lo que se había conseguido, y pensando sobre todo en toda la gente a la que podríamos ayudar con la recaudación, nos despedimos del público allí presente, agradeciendo a todos los que habían hecho posible el sueño del I Primer Fin de Semana Solidario y pensando ya en actividades para el siguiente año.

Las palabras emocionadas de nuestra compañera Begoña al leer el discurso de despedida, dieron paso a un gigantesco aplauso final, dedicado a todas las personas que cada día luchan por ganar la batalla a sus respectivas enfermedades.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

3.6. FIESTA DE LA VENDIMIA

Gracias a la generosidad de Ruta del Vino y de su gerente, D^a Sara García, tuvimos ocasión de tener un puesto de información y venta de productos dentro de las actividades previstas para la celebración de la fiesta de la vendimia, celebrada en Aranda de Duero, el 28 de Septiembre.

Para poder llevar a cabo esta actividad, contamos con la imprescindible colaboración de nuestros voluntarios, en el horario de mañana, Ana y Marisa y en el de la tarde, Irene y Nuria.



Fue una oportunidad increíble para darnos a conocer también en esta localidad, así como en medios de comunicación y a las madrinas de este evento: D^a Silvia Abril y D^a Lucía Jiménez.



RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

También, la banda Billy Boom Band, se enREDó con nosotros pidiendo a los asistentes a su concierto que colaborasen con nuestra asociación y se sumaran a ella.



RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com

EVALUACIÓN Y CONCLUSIONES

Llegados a este punto es hora de hacer el balance pertinente de todo lo que ha supuesto en general el año de actividades de la asociación, y en particular del desarrollo del fin de semana solidario.

Por un lado, debemos centrarnos en la aceptación que tuvo nuestro proyecto anual, ya que movilizamos a nuestra localidad e implicamos a toda la comarca. Las personas a nivel particular, y las instituciones a nivel oficial (ayuntamiento, asociaciones, clubes, etc.) ayudaron enormemente a que todas las actividades tuvieran lugar, dado que nos dotaron de recursos materiales, infraestructuras y recursos humanos para la consecución de nuestros objetivos.

En lo que respecta a la respuesta de la gente, fue excepcional. Recibimos muchas palabras de aliento y felicitaciones. Nunca antes había tenido lugar un evento de estas características en nuestra localidad, y la respuesta de todos ellos fue inmejorable.

Por nuestra parte, las emociones estuvieron a flor de piel durante todo el fin de semana, lo cual hizo que en ocasiones nos desorganizásemos, aunque sin que la gente externa a la Junta Directiva lo apreciase.

Tras estas observaciones, los miembros de la Junta Directiva decidimos que teníamos que dividirnos en grupos de actividades más pequeños para las futuras ediciones, y de esta manera poder lograr centrarnos en las metas y objetivos de esas actividades a nivel más concreto.

Durante el año 2019 conseguimos recaudar 14.000€, que entregamos el 8 de septiembre, fecha en la que se celebra la festividad de la patrona de la localidad. Tuvo lugar en una gran explanada que cuenta con un pinar, donde encargamos a un catering la realización de una paella multitudinaria, con la que también recaudamos fondos, y tuvimos la oportunidad de disfrutar de juegos populares. Perseguimos a través de esta iniciativa varios objetivos; por un lado una retroalimentación para las personas que se “enREDan” con nosotros, tanto durante el fin de semana solidario como en el resto de acciones que llevamos a cabo, de tal forma que puedan observar a qué se dirigen sus aportaciones; por otro lado, realizar un evento alejado de la solemnidad de una gala benéfica, en la que se pueda compartir una jornada campestre

en familia; y por último, incentivar a ribereños y visitantes a devolver el ambiente festivo a esta jornada de romería que en el entorno rural se ha ido perdiendo.

RED SOLIDARIA RIBERA

Inscrito con No 0005328 en el Registro de Asociaciones de Castilla y León, provincia de Burgos. CIF G-09599176
C/ María de molina No 27, 09300 Roa de Duero (Burgos). E-mail: redsolidariaribera@gmail.com