

Manzanal de Arriba ya cuenta con un nuevo lavadero de coches en Codesal

- El aprovechamiento del agua de la fuente natural permite la creación de la nueva infraestructura
 - Se ha adecuado un espacio para el lavado con pistola de agua y una máquina de selección de programa
 - Se encuentra ubicado junto al punto de recarga de vehículos eléctricos de *Efiduero Energy*
- Pag. 3



FUENTE Y MÁQUINA DE LAVADO EN LA PEDANÍA DE CODESAL, EN MANZANAL DE ARRIBA (Zamora) / AECT Duero-Douro

Turismo

Manzanal de Arriba apuesta por su patrimonio

Los pueblos de la comarca de *La Carballeda* ofrecen sus atractivos, como la zona recreativa del *Embalse de Valparaíso*, las *Rutas de las Fuentes o del Contrabando*, sus tradicionales fiestas o sus monumentos renacentistas

Pag. 10

Internet

Wifi gratis para todos

El municipio ha conseguido llevar Internet gratuito a todos sus vecinos gracias al programa europeo *Wifi4EU*

Pag. 11

CAMPAÑA EN MI PUEBLO NO HAY SILENCIO

Rompiendo el silencio

Si estas sufriendo o eres testigo de una agresión, llama inmediatamente a *emergencias 112* o a los servicios de seguridad, *Policía Nacional 091* o *Guardia Civil 062*

Una relación de pareja se debe basar en la confianza y el respeto mutuo. A veces no es fácil detectar una relación dominada por el control y los celos. Los primeros signos de alerta del maltrato son muy sutiles y se pueden confundir con muestras de cariño.

Pag. 7



ACTO REIVINDICATIVO DE LA CAMPAÑA EMPNHS / AECT Duero-Douro

Contraportada



Santa Cruz de los Cuérragos: del olvido al renacer

EDITORIAL

Carta a mi maltratador

Mi eterno fantasma,

Hace mucho que no me dirijo a ti para decirte lo que realmente siento. Han pasado más de 20 años y sigues estando presente en mi cabeza, aunque no quiera. Afortunadamente si has desaparecido de mi vida, aunque con esporádicas apariciones que, con el tiempo, he descubierto que coincidían cuando dejabas de tener una pareja con quien repetir lo mismo que hiciste conmigo. Ni fui la primera, ni fui la última a quien le levantaste la mano, a quien machacabas psicológicamente, a quien no dejabas vivir si no era por y para ti...

Hace mucho que te dije que tenías un problema, que necesitabas un psicólogo. Hoy en día, pienso que el problema lo tenemos las mujeres que nos relacionamos contigo sentimentalmente. Porque tú no piensas que hayas hecho nada malo, que a ti

no te pasa nada, que eres nuestra víctima, somos las mujeres las que te hacemos comportarte así... Como me dijo la última mujer que tuvo la desgracia de compartir su vida contigo, *eres un psicópata y un Maltratador.*

Tardé mucho en poder verbalizar lo que realmente eres, tardé mucho en poder hablar de ello, no todo el mundo podía entenderlo.

Hay que saber aguantar, me decían algunas. Tardé mucho en dejar de sentirme culpable, avergonzada, sola... Mucho tiempo callada, demasiado tiempo viviendo en silencio.

Hoy rompo ese silencio para decirte que ya me dan igual tus motivos, que yo no tengo la culpa de tus malas reacciones y tus frustraciones, que ya no me siento culpable ni tengo miedo. Que ya no me siento sola y que "eso" no era amor.

Hoy rompo ese silencio para dar voz a todas las que te sufrimos y que la solución a nuestro

"problema" es dejar de relacionarnos con gente como tú, sin sentir miedo, pena, compasión, culpa y ningún remordimiento con lo que te pueda pasar. Ese es tu problema y no es cosa mía. No es mi culpa y tampoco soy yo la que tengo que ayudarte a solucionarlo. Tampoco sé si cambiarás, ni me importa. La experiencia me

dice que repites el mismo patrón una y otra vez. Sigues creyendo que somos malas. Yo sólo tengo que preocuparme de mi bienestar físico y mental, mi vida es mucho mejor desde que tú no estás en ella.

Así que, muy a tu pesar, dejarás de ser mi fantasma del pasado.

Adiós, para siempre.



#016 PARA TODAS

Atención a todas las formas de violencia contra las mujeres

 016

 016-online @igualdad.gob.es

 violenciagenero.igualdad.gob.es

 WhatsApp 600 000 016

#TODAS LAS VIOLENCIAS, LAS VÍCTIMAS, LAS OBLIGACIONES



016 ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

LA CAMPAÑA

En mi Pueblo no hay Silencio



Carmen Suárez

A través de esta iniciativa, el periódico busca ser una herramienta para prevenir y sensibilizar a las futuras generaciones, y a las ya existentes, en materia de violencia de género.

Desde el año 2018, el gobierno central, a través de la *Secretaría de Estado de Igualdad y para la Erradicación la Violencia contra las Mujeres*, destina todos los años una serie de fondos procedentes del *Pacto de Estado contra la Violencia de Género* reservados a las entidades locales para el desarrollo de programas dirigidos a la erradicación de la violencia de género.

Con el objeto de conseguir que la repercusión sea lo mayor posible y con el convencimiento de obtener mejores resultados aunando los esfuerzos, los municipios de la frontera hispano-lusa de las provincias de Salamanca y Zamora, integrantes de la *AECT Duero Douro*, han considerado conveniente sumar voluntades y realizar conjuntamente una campaña de prevención y sensibilización que incida en nuestro territorio y comprometa a todos los actores de nuestros pueblos.

Nace así la campaña *En Mi Pueblo No Hay Silencio*, en la que han participado la mayoría de nuestros municipios durante los seis últimos ejercicios. Esta campaña de sensibilización lanza el claro mensaje de que en los pueblos de la *AECT Duero-Douro* no tiene cabida el silencio ante las desigualdades y cualquier tipo de violencia de género. La ruptura del silencio mediante acciones dirigidas a sensibilizar a toda la sociedad sobre el daño que producen la desigualdad y las conductas violentas y a ayudar a la toma de conciencia sobre la magnitud de la violencia contra las mujeres y las consecuencias que tiene para la vida de las mujeres y de sus hijos e hijas. Gracias al compromiso de todos los ayuntamientos participantes, se ha hecho posible que estas acciones lleguen a toda la población.

Por ello, este año hemos querido sacar una edición especial contra la violencia de género del *Jornal del Duero* con motivo de la campaña *En Mi Pueblo No Hay Silencio* que muestre el férreo compromiso que cada municipio tiene con la igualdad de oportunidades y la lucha contra la violencia de género, a la vez que se incorpora a las acciones de sensibilización de dicha campaña. El *Jornal del Duero* es el periódico editado desde la *Agrupación Europea de Cooperación Territorial Duero-Douro* que se difunde por todo su territorio y por ello queremos que toda la población sea partícipe del mismo.

UN NUEVO SERVICIO DE USO PÚBLICO

En funcionamiento el nuevo lavadero de coches en Codesal



INTERIOR DE LAS INSTALACIONES DEL NUEVO LAVADERO / AECT Duero-Douro

Ana Belén López

Ingenio, aprovechamiento, sostenibilidad e innovación. Cuando estas dos cuestiones se unen surgen infraestructuras como el nuevo lavadero de coches de Codesal. Ingenio, porque de un recurso patrimonial se ha derivado una infraestructura; Aprovechamiento, porque el agua mana de forma natural de la fuente se la da un uso; Sostenible porque ese agua no se malgasta, sino que se da uso al agua necesaria; E innovación porque se creado una nueva infraestructura que hasta el momento no existía en la zona.

Para desarrollar el nuevo lavadero de coches se ha instalado una bomba que impulsa el agua de la fuente hacia la nave que se ha construido a unos metros. Ya aquí se ha adecuado un espacio para el lavado con una pistola de agua y una máquina para seleccionar el programa. Por un precio muy reducido, los usuarios pueden limpiar el exterior de su vehículo a través de cuatro opciones: Lavado con champú, aclarado con agua, super encerado con brillo y súper aclarado.

El lavadero es de uso público y se encuentra ubicado en Codesal (*Calle Real, 2*), junto al punto de recarga de vehículos eléctricos de *EfiDuero Energy*.



FUENTE QUE ABASTECE DE AGUA AL NUEVO LAVADERO EN CODESAL - MANZANAL DE ARRIBA (Zamora) / AECT Duero-Douro

Duero
AECT
Douro**Presidente**
BERNARDO CASADO**Vicepresidente**
VICTOR MANUEL MOREIRA**Director General**
JOSÉ LUIS PASCUAL**Coordinadora Territorial**
CONCEIÇÃO MEIRINHO**Sede España**
PLAZA EGIDO S/N
37173 TRABANCA
(SALAMANCA)
TEL. +34 923 14 15 04**Sede Portugal**
EDIFICIO DA ESCOLA
PRIMARIA
LARGO SANTO CRISTO
5200-029 BEMPOSTA
(MOGADOURO)
TEL. +351 279 094 217**Jornal^{del} Duero**EDICIÓN ESPECIAL
MANZANAL DE ARRIBA
en mi pueblo no hay silencio**Edita**
AECT DUERO-DOURO**Director**
JOSÉ LUIS PASCUAL**Redacción**
ANA BELÉN LÓPEZ
CARMEN PACHO
CARMEN SUÁREZ
ANDREA ORTIZ**Diseño, maquetación
e infografía**
JOSÉ ÁNGEL VEGAS**Coordinación de contenidos**
ANA BELÉN LÓPEZ
CARMEN PACHO**Fotografías**
AECT DUERO-DOURO (DD).
*La autoría de las fotografías que no son propiedad de la AECT, aparece reflejada en los *pies de foto* correspondientes**Administración**
BEGOÑA COLMENERO,
Efiduero Energy
CARLA FERREIRA
LUCÍA GARCÍA-AMORENA
JULIANA DIAZ
HILARIO GARCÍA
RUBÉN RODRÍGUEZ
Informática
ASIER ALTUNA**Impresión**
CALPRINT, S.L.**Depósito Legal**
D.L. S. 459-2010**duero-douro.com**
jornaldelduero@duero-douro.com

UNA APUESTA DE FUTURO EN MANZANAL DE ARRIBA

Pulmón verde de Zamora y laboratorio de sostenibilidad

Ana Belén López

En el noroeste de Zamora, en pleno corazón de la *Sierra de la Culebra*, se levanta **Manzanal de Arriba**, un pequeño municipio que ha sabido convertir su riqueza natural en seña de identidad. Con sus extensos bosques de pino y roble, matorrales y praderas de montaña, el pueblo se ha ganado el reconocimiento como un verdadero pulmón verde de la provincia. Pero además de preservar su entorno, ha abierto una senda innovadora hacia la sostenibilidad que lo sitúa como referente en el medio rural.

El aire que se respira en **Manzanal de Arriba** es uno de sus tesoros. La altitud, la densidad de masas arbóreas y la baja presión demográfica convierten al municipio en un lugar privilegiado donde la contaminación brilla por su ausencia. Quienes se acercan a recorrer sus senderos o a perderse entre pinares destacan esa sensación de pureza y tranquilidad que, en un mundo cada vez más urbanizado, se ha vuelto un bien escaso. Este entorno, se inscribe dentro de la *Sierra de la Culebra*, un espacio con enorme riqueza ecológica y conocido por haber sido durante décadas hábitat destacado del lobo ibérico.

Aunque los incendios que asolaron la sierra en los últimos años dejaron una huella visible, el entorno conserva un notable potencial de regeneración. Sus masas forestales continúan

siendo esenciales para la biodiversidad y para el equilibrio climático de la comarca. La regeneración natural avanza, y con ella la oportunidad de reforzar el papel del municipio como espacio donde la naturaleza marca el pulso de la vida.

Pero **Manzanal de Arriba** no se ha conformado únicamente con conservar lo que tiene. En los últimos años ha protagonizado un giro hacia la innovación sostenible que lo distingue

en la provincia. Aquí se puso en marcha, de la mano de la *Comunidad Energética EfiDuero Energy*, un modelo pionero de autoconsumo compartido que permite a varios vecinos beneficiarse de una misma instalación fotovoltaica. El proyecto ha situado al municipio en el mapa como laboratorio rural de la transición energética y demuestra que los pueblos pequeños también pueden ser punta de lanza en la lucha contra el

cambio climático. El sistema, que se apoya en la instalación de placas solares, reduce de manera significativa los costes energéticos de las familias participantes y contribuye a rebajar las emisiones de CO₂. Más allá de lo económico, el modelo abre la puerta a una democratización real de la energía, donde la ciudadanía tiene un papel activo en la producción y gestión de sus recursos. La experiencia se ha convertido en ejemplo replicable para otros municipios de Zamora y de Castilla y León.

El compromiso con la sostenibilidad no se limita a la energía. El municipio también ha incorporado infraestructuras para favorecer la movilidad eléctrica, con puntos de recarga para vehículos que facilitan el desplazamiento de residentes y visitantes. La medida puede parecer modesta, pero tiene un alto valor simbólico: las soluciones limpias y la innovación tecnológica no son patrimonio exclusivo de las grandes urbes, también los pueblos rurales pueden y deben estar conectados a la red de movilidad del futuro.

El turismo de naturaleza es otro de los pilares de este modelo. **Manzanal de Arriba** ofrece a senderistas, ciclistas y viajeros un espacio idóneo para desconectar, respirar aire puro y recorrer un paisaje que combina bosques densos con claros abiertos de montaña. La pureza de su atmósfera y la tranquilidad de sus parajes son un atractivo cada vez más valorado en una sociedad que busca escapar del ruido y del estrés urbano. A ello se suman iniciativas de divulgación y educación ambiental que buscan implicar tanto a visitantes como a vecinos en la conservación del territorio.

El reto, como ocurre en la mayoría de pueblos rurales, es lograr el equilibrio entre desarrollo y preservación. La despoblación y el envejecimiento de la población son desafíos constantes, pero **Manzanal de Arriba** intenta afrontarlos con proyectos que diversifiquen las oportunidades económicas sin hipotecar el patrimonio natural. Apostar por el autoconsumo, la movilidad eléctrica y un turismo respetuoso forma parte de esa estrategia que busca garantizar un futuro viable sin perder la esencia del lugar.

La experiencia demuestra que el tamaño no es un impedimento para liderar el cambio. Con sus bosques como pulmón verde y sus proyectos de innovación energética como motor, **Manzanal de Arriba** ofrece una lección de resiliencia y visión de futuro. En un momento en que el medio rural reclama soluciones para no quedarse atrás, el municipio zamorano se erige como ejemplo inspirador.

Respirar aire puro y apostar por un modelo sostenible son, al fin y al cabo, dos caras de una misma moneda. Y en **Manzanal de Arriba** ambas conviven, mostrando que en el corazón de la *Sierra de la Culebra* hay espacio para soñar con otro futuro posible: uno en el que la naturaleza y la innovación van de la mano.



PAISAJE DE SAGALLOS, EN LA COMARCA DE LA CARBALLEDA (Zamora) / AECT Duero-Douro

UNA GRAN EXTENSIÓN QUE OFRECE UNA RIQUEZA NATURAL

Manzanal de Arriba: un paraje micológico de alto valor



LOS ACOTADOS DE MANAZANAL DE ARRIBA SON PARAJES IDONEOS PARA EL MICOTURISMO / AECT Douro-Douro

Ana Belén López

El otoño es la estación por excelencia para las setas, y Castilla y León se consolida como destino privilegiado para los recolectores. A lo largo de sus nueve provincias existen acotados micológicos donde los aficionados pueden recoger con respeto y dentro de la normativa vigente. En Zamora, el acotado de Manzanal de Arriba destaca por su riqueza natural y extensión.

Según recoge la ordenanza, sus montes de utilidad pública abarcan 61,6 millones de metros cuadrados, es decir, más de 6.166 hectáreas, lo que le otorga un papel importante en la micología regional.

Los bosques de la comarca

de la Carballeda reúnen especies muy buscadas: boletus edulis, niscalos, la exquisita oronja (*Amanita caesarea*), setas de cardo, rebozuelos y, en primavera, colmenillas. Esta variedad, unida al entorno (robledales, pinares y pastizales), convierte el lugar en una meca micológica.

La recolección está regulada. Es necesario un permiso personal e intransferible, expedido por el Ayuntamiento, para mayores de edad o menores autorizados legalmente y al corriente de sus obligaciones. Se tramita presencialmente o por vías electrónicas, junto al DNI, declaración responsable y justificante del pago. El *permiso comercial* anual cuesta 20 euros para empadronados con un límite de 20 kg diarios. Para *personas vinculadas* 30 euros semanales. El recreativo

para *personas foráneas*, válido por dos días y hasta 3 kg por jornada, tiene un precio de 20 euros.

El micoturismo y la micología tienen un impacto notable en la economía regional. En Castilla y León, este sector ge-

nera unos 65 millones de euros al año, entre rentas directas, industria agroalimentaria y turismo micológico. Más del 60 % proviene de la venta de setas, cerca de 40 millones, de los cuales unos 26,3 millones corresponden a la industria

agroalimentaria, y 13 millones son ingresos para recolectores locales. El micoturismo aporta unos 25 millones de euros anuales y atrae unos 260.000 micoturistas.

Además, a nivel regional existen más de 815.000 hectáreas de montes micológicos regulados, con más de 571.600 hectáreas de acotados y 243.743 hectáreas de parques micológicos, siendo el *Parque Micológico de Montes de Soria* el más extenso de España. Este tipo de ordenación y eventos ponen en valor ruralidad, gastronomía y conservación. Por todo ello, Manzanal de Arriba refuerza su valor como destino micológico de referencia, donde tradición, turismo rural y conservación se conjugan cada otoño.



BOSQUES EN LA COMARCA DE LA CARBALLEDA / DD

CAMPAÑA EN MI PUEBLO NO HAY SILENCIO

Hablando de violencia de género

La violencia de género se define como la violencia dirigida contra una mujer por el hecho de ser mujer o que afecta a las mujeres de manera desproporcionada.

Carmen Suárez

Se ejerce por parte de sus parejas o de quienes están o han estado ligados a ellas por relaciones similares de afectividad, aunque no haya existido convivencia en el momento de producirse los hechos.

Eres víctima de violencia de género cuando seas objeto de actos de violencia física y/o psicológica, incluidas las agresiones a la libertad sexual, las amenazas, las coacciones o la privación arbitraria de libertad. No se reduce a las agresiones físicas y no afecta sólo a las mujeres, también la sufren los menores de edad del entorno de la víctima y sus familiares, como en forma de violencia vicaria, en la que los agresores utilizan a los menores de edad para infligir el mayor daño posible a sus parejas o exparejas y en ocasiones acaban matando a sus hijos o hijas.



La violencia de género en cifras

Según la *Delegación del Gobierno contra la Violencia de Género*, en España, 1 de cada 2 mujeres mayor de 16 años ha sufrido algún tipo de violencia a lo largo de su vida por el simple hecho de ser mujer.

El 96,9% de las mujeres que han sufrido violencia física y/o violencia sexual de alguna pareja, manifiestan haber sufrido también algún tipo de violencia psicológica. En la violencia dentro de la pareja, la violen-

cia física y sexual van siempre acompañada de violencia psicológica. El 70,0% de las mujeres que han sufrido esta situación, afirman que los episodios de violencia les han producido alguna consecuencia psicológica.

El 51,7% de los casos de mujeres que han sufrido violencia física, sexual o psicológica de alguna pareja y que tenían hijos o hijas menores de edad en el momento en el que se produjeron los episodios de violencia, afirma que estos menores sufrieron violencia a manos de la pareja violenta.

Los principales datos sobre

violencia de género de la Delegación del Gobierno, reflejan esta triste realidad. Durante el pasado año, 34.648 mujeres fueron víctimas de violencia de género en España, 48 de esas mujeres murieron a manos de sus parejas o exparejas, la mitad eran madres de menores, se quedaron huérfanos un total de 40 niños y niñas. Siete de cada diez mujeres asesinadas en 2024 convivían con el agresor y el 31,3% lo había denunciado previamente. En lo que va de este año, ya son 20 mujeres las víctimas mortales. Desde que arrancó la estadística oficial en 2003, hasta junio de este año, el

número de muertes en España por violencia de género asciende a 1.314.

Entre el 2013, primer año del que se dispone de información, y los últimos datos publicados en 2025, se han confirmado 65 casos de menores de edad asesinados como consecuencia de violencia en la pareja o expareja y 481 se han quedado huérfanos. En lo que va de este año, 12 son los menores de edad que han quedado huérfanos por esta causa y 3 las víctimas mortales. Los datos de violencia vicaria de 2024 arrojan también una trágica realidad con 9 menores asesinados por 6

agresores para causar aún más daño a la madre. En el 85,5% de los casos, el agresor era el padre biológico.

El Sistema VioGén

(*Sistema de Seguimiento Integral de los casos de Violencia de Género*), aglutina las actuaciones de las diferentes instituciones públicas que tienen competencias en materia de violencia de género, incluyendo las *Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado*, algunas *Policías Autonómicas* y *Policías Locales* que participan en la protección de víctimas de violencia de género. Este sistema proporciona protección a la víctima en todo el territorio nacional y lleva a cabo una labor preventiva, emitiendo avisos a las diferentes instituciones implicadas, cuando se detecte alguna incidencia o acontecimiento de interés para la protección de la víctima. El número total de casos activos en este sistema, según datos de la *Secretaría de Estado de Seguridad del Ministerio del Interior*, asciende a 101.934, siendo 57.625 el número de mujeres con protección policial por casos activos con nivel de riesgo apreciado.

Ante estas cifras, queda claro que la violencia de género no es un asunto privado, no es algo que sólo les pasa a determinadas mujeres o que sólo ocurre dentro del hogar, afecta a una inmensa mayoría de mujeres en nuestro país y tiene múltiples formas, es algo que nos incumbe a todas y a todos como sociedad. Se trata de un problema estructural y social de primer orden, de una vulneración de derechos humanos y de un delito público que se persigue de oficio aun sin existir denuncia de la víctima, ante el que no hay que guardar silencio ni mirar para otro lado, ayudando a detectarla y acompañando a la víctima.

De la implicación de cada persona del conjunto de la sociedad en la lucha contra la violencia de género depende el crear un entorno libre de este tipo de violencia contra la mujer y se pueden salvar muchas vidas.



MANIFESTACIÓN 8 M / AECT Duero-Douro

Carmen Suárez

Si tu pareja o expareja...

...Te ridiculiza, te hace sentir inferior, torpe o inútil. Te amenaza, humilla, grita o insulta en privado o en público. Te hace sentir culpable para conseguir lo que quiere. Te controla todo lo que haces, con quien sales, se pone celoso o provoca una pelea entre vosotros. Te aísla, te impide relacionarte con familiares o amistades, prefiere que quedéis siempre a solas. Te controla el dinero. Critica tu forma de vestir, maquillarte, hablar o comportarte. Revisa tu teléfono móvil y las redes sociales. Justifica su actitud de control. Cuando se enfada te dan miedo sus reacciones, su mirada o sus gestos, a veces se pone violento. Te ha agredido alguna vez físicamente. Te ha forzado a mantener relaciones sexuales en contra de tu voluntad. Te presiona para que no le dejes. Amenaza con quitarte a tus hijas e hijos en caso de dejarlo o con hacerte daño a ti o a tu familia...

...Es violencia, debes estar alerta y actuar.

Rompe el silencio, no te calles.

Cuenta lo que te está pasando a personas de tu confianza y busca apoyo para que te acompañen a pedir ayuda. O si lo prefieres, puedes confiar en el personal sanitario de tu centro de salud, sabrán cómo ayudarte. Piensa que además de acudir a la policía y/o Guardia Civil, existen otras vías para salir de una situación de vio-

lencia, como las organizaciones de mujeres. Acude a los servicios especializados integrados por equipos de abogadas, psicólogas, trabajadoras sociales, etc., que te va a atender y acompañar de manera confidencial y segura.

También debes actuar si detectas estos comportamientos en la relación de pareja de cualquier mujer que conozcas, sea cercana a ti o no. No guardes silencio, no te calles. Habla con ella, escúchala y ofrécele tu apoyo, que sepa que puede contar contigo, que no está sola. Infórmale sobre recursos y servicios a los que puede acudir y ofrécele a acompañarla. Tiene derecho a una asistencia social, sanitaria y psicológica, así como a asesoramiento y acompañamiento jurídico.

Se puede dar el caso de que incluso estés sufriendo o seas testigo de una agresión. Si te encuentras con esta situación, aunque no conozcas a la víctima, **llama inmediatamente a emergencias 112 o a los servicios de seguridad, Policía Nacional 091 o Guardia Civil 062.** En estas ocasiones de

CAMPAÑA EN MI PUEBLO NO HAY SILENCIO

Rompiendo el silencio

En una relación de pareja nadie debe mandar. Una relación saludable se debe basar en la confianza y el respeto mutuo. Pero a veces no es fácil detectar una relación dominada por el control y los celos. Los primeros signos de alerta del maltrato son muy sutiles y se pueden confundir con muestras de cariño.

emergencia, resulta muy útil la **App Alertcops** que permite enviar una señal de alerta con tu geocalización a las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado. Es totalmente gratuita y está disponible en *Google Play* y en *AppStore*.

A la hora de interponer una denuncia, es una decisión de la víctima dar un paso tan importante y a la vez tan complicado para ella. No obstante, cuando habamos de violencia de género en el ámbito de la pareja o expareja, sí puede denunciar como testigo cualquier persona que tenga conocimiento de un delito de violencia de género, ya que son delitos públicos que nos afectan a todas y a todos como sociedad. Cuando hablamos específicamente de violencia sexual, sin embargo, la cosa cambia, las agresiones sexuales son delitos semipúblicos que deben ser denunciados primero por la víctima para que puedan ser perseguidos penalmente, pero tu colaboración acompañando y atendiendo a la víctima, alertando a los Servicios de Emergencia y dando tu testimonio, es fundamental.

¿Dónde pedir ayuda?

Llama al 016, es un servicio de atención a todas las formas de violencia contra las mujeres que no deja rastro en la factura del teléfono y que funciona las 24 horas del día durante los 365 días del año. Además de la atención telefónica 016, dispone de atención *online* **016-online@igualdad.gob.es** y de atención por **WhatsApp 600000016**. Este servicio es gratuito y confidencial, y además es accesible para personas con discapacidad auditiva y/o del habla y baja visión, **Servicio Telesor** y **Servicio Svisual**.

En el 016 recibirás información general para las mujeres víctimas de violencia de género y para su entorno, disponen además de atención psicossocial inmediata, servicio de asesoramiento jurídico y servicio de información sobre recursos y derechos de las víctimas, servicios sociales, ayudas económicas, recursos de información, de asistencia y de acogida para víctimas de este tipo de

violencia. Además, desde el 016 realizan la derivación de llamadas de emergencia al 112.

Por otro lado, los Servicios de la **Guardia Civil 062**, te dirán cuándo y cómo actuar en los hechos de violencia de género, la atención que se presta a las víctimas y el apoyo que se les suministra. Igualmente, te informarán de cómo solicitar una orden de protección.

Las víctimas de violencia de género, disponen además del **Servicio Atempro** (Atención y Protección a las Víctimas de Violencia de Género) **900 22 22 92**. Es un dispositivo de telefonía móvil y telecomunicación que permite que las usuarias puedan entrar en contacto en cualquier momento con un centro atendido por personal específicamente preparado para dar una respuesta inmediata adecuada a su situación, sea cual sea el lugar en que se encuentren. Desde el Centro de Atención se contacta periódicamente con las usuarias para realizar un seguimiento permanente.

NO HAY QUE ACABAR CON EL MIEDO... SINO CON LO QUE PRODUCE EL MIEDO

PRÓXIMAMENTE

CERO DIECISÉIS

#CeroDieciséis
La violencia sexual no es una película

“Ya verás qué bien lo vamos a pasar”
“Ven. Será nuestro secreto”
“Ésta no se me escapa”

016 ATENCIÓN A VÍCTIMAS DE VIOLENCIA CONTRA LAS MUJERES

LA LUCHA CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN EL CINE

Abriendo los ojos

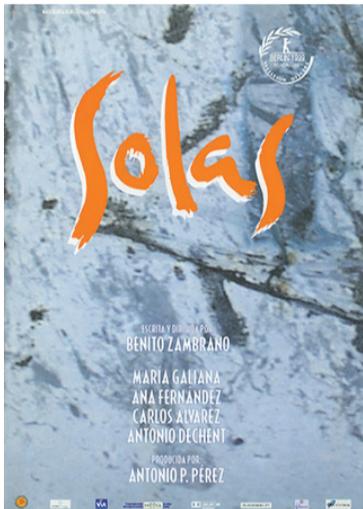
En esta sección te sugerimos algunas películas que tratan la violencia de género desde distintos puntos de vista en diferentes épocas.

Carmen Suárez

Solas, (1999) España.

Director: *Benito Zambrano*.

Reparto: *María Galiana, Ana Fernández, Carlos Álvarez-Novoa, Antonio Dechent, Paco de Osca, Juan Fernández, Miguel Alcívar, Pilar Sánchez, Concha Galán, Paco Tous, Rosario Lara*.



CARTEL DE SOLAS (1999)

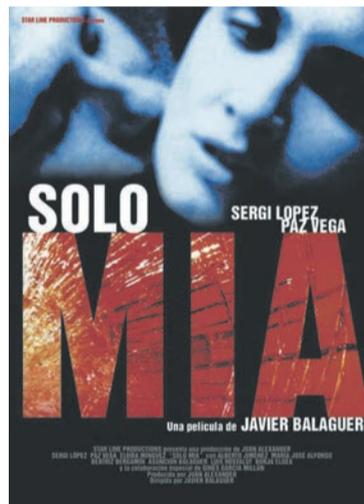
La trama transcurre en el breve tiempo que Rosa pasa, mientras su marido convalece en el hospital, en casa de su hija María, una joven que malvive con trabajos temporales y que se acaba de quedar embarazada de un hombre que no la ama y que no está dispuesto a asumir responsabilidades con ella. La historia de la madre plantea una reflexión sobre malos tratos y sobre machismo, es una mujer que toda la vida ha soportado el abuso de un hombre despótico. Si bien no se ve ninguna escena de violencia física, la sensación de la película sí tiene que ver con la opresión, el dominio y la violencia psicológica.

Sólo mía, 2001 (España).

Director: *Javier Balaguer*.

Reparto: *Sergi López, Paz Vega, Elvira Mínguez, Alberto Jiménez, María José Alfonso, Asunción Balaguer*

Es la primera película que trata el tema de la violencia de género. Está basada en la violencia que muchas mujeres sufren de sus maridos. Joaquín, un creativo publicitario de éxito se casa con Ángela, y son un matrimonio feliz hasta que ella se queda embarazada y recibe su primera bofetada. Después del nacimiento de su hija, Ángela decide ir a la Universidad, pero Joaquín no está de acuerdo y se lo hace saber con una paliza.



CARTEL DE SOLO MÍA (2001)

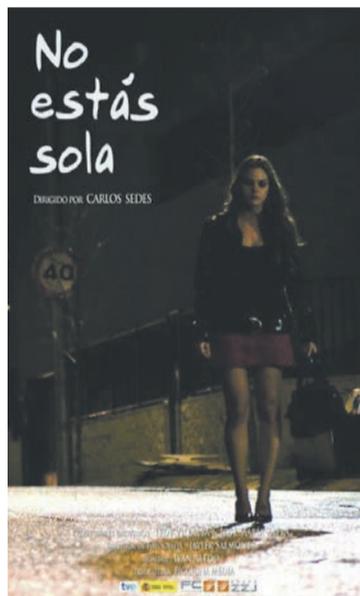
Te doy mis ojos, 2003 (España).

Directora: *Icíar Bollain*.

Reparto: *Laia Marull, Luis Tosar, Candela Peña, Rosa María Sardá, Kiti Mánver, Chus Gutiérrez, Elena Irureta, Sergi Calleja*.

Pilar es una víctima más de los malos tratos conyugales, que sale huyendo de su casa llevándose consigo apenas cuatro cosas y a su hijo Juan. Antonio, su marido, emprende su busca y su recuperación, promete cambiar y busca ayuda en un psicólogo. Pilar le da otra oportunidad a su marido, pero a pesar de los esfuerzos de Antonio por seguir los consejos de la te-

rapia, su personalidad violenta e inseguridades le pueden. «*Te doy mis ojos cuenta la historia de Pilar y Antonio, pero también de quienes los rodean, una madre que consiente, una hermana que no entiende, un hijo que mira y calla, unas amigas, una sociedad. Es una historia de amor, de miedo, de control y de poder.*»



CARTEL DE NO ESTÁS SOLA (2009)

No estás sola, Sara, 2009 (España).

Director: *Carlos Sedes*.

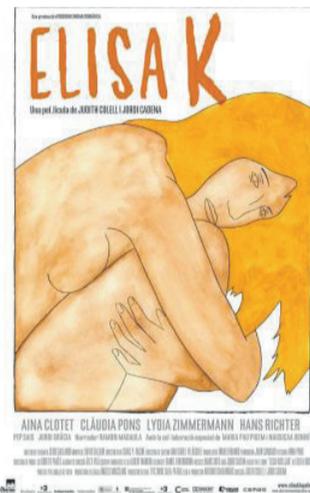
Reparto: *Amaia Salamanca, Ricard Sales, Aida Folch, Yolanda Arestegui, Chusa Barbero, Chema León, Luz Valdenebro*.

Basada en hechos reales, *No estás sola, Sara*, nos cuenta la historia de una joven que tiene sólo 23 años y participa en su último día de terapia psicológica, dentro de un grupo de mujeres maltratadas física y psíquicamente. Tras años de terapia, por fin es capaz de verbalizar su propia historia, sin que el miedo, las emociones y los recuerdos le imposibiliten a hablar.

Elisa K, 2010 (España).

Director: *Judith Colell, Jordi Cadena*.

Reparto: *Aina Clotet, Nausicaa Bonnín, Lydia Zimmermann, Pol Montañés, Hans Richter, Jordi Gràcia, Clàudia Pons*.



CARTEL DE ELISA K (2010)

A Elisa, que cumplirá once años en verano, le gusta su nuevo vestido blanco con lazos azules. Pero el amigo de su padre le ha hecho llorar y después le ha dicho: «Si dejas de llorar te regalaré una pulsera de plata». Nadie se da cuenta de lo que ha pasado. Hasta que pasan catorce años y Elisa llama a su madre para decirle, asustada: «Ayúdame, acabo de recordar una cosa horrible».



CARTEL DE NO TENGAS MIEDO (2011)

No tengas miedo, 2011 (España).

Director: *Montxo Armendáriz*.

Reparto: *Michelle Jenner, Belén Rueda, Luis Homar, Nuria Gago, Rubén Ochandiano, Javier Pereira, Cristina Plazas, Elvira Mínguez, Iranzu Eerro, Ainhoa Quintana, Irene Cervantes, Mainer Salas*.

Cuenta la historia de Silvia, una mujer joven que lucha por superar las secuelas que le han dejado los abusos de su padre durante la infancia y rehacer su vida, recuperar su dignidad y la libertad sexual que le arrebataron impunemente cuando era una niña. Con apenas 25 años decide enfrentarse a las personas, sentimientos y emociones que la mantienen ligada al pasado. En su lucha contra la adversidad, contra sí misma, irá aprendiendo a controlar sus miedos y convertirse en una mujer adulta, dueña de sus actos.



CARTEL DE LA POR (EL MIEDO) (2013)

La por (El miedo), 2013 (España).

Director: *Jordi Cadena*.

Reparto: *Igor Szpakowski, Ramon Madaula, Roser Camí y Alicia Falcó*. Idioma: *Catalán*.

El protagonista es un chico de dieciséis años que vive con

miedo de los habituales actos violentos provocados por su padre en el hogar familiar. Incapaz de explicar a alguien lo que sucede en su casa (ni a su novia, ni a su mejor amigo, ni a sus profesores), sólo piensa en empezar a trabajar para sacar a su madre y hermana del infierno que están viviendo.

No te supe perder, 2018 (España).

Director: *Javier Benito de Valle*.
Reperto: *Hieman Casado, Álvaro Pérez, Ana Cremades, Elena Larios, María Luisa Barreira, Marisol Membrillo, Aníbal Soto, Rubén Carballés*.



CARTEL DE **NO TE SUPE PERDER** (2018)

La perfecta vida de Lucía se desmorona la noche en que es maltratada por su marido. Su éxito laboral, la estabilidad de su perfecta familia y la supuesta felicidad que debería regir su vida, desaparecen. Una historia sobre maltrato desde el punto de vista enfermizo de un maltratador en la que se ahonda en las consecuencias y daños colaterales de la violencia de género.



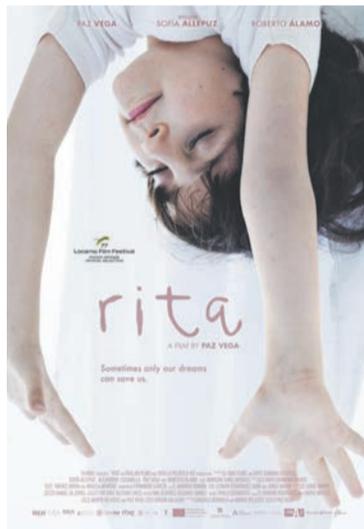
CARTEL DE **BAJO TERAPIA** (2023)

Bajo Terapia, 2023 (España).

Director: *Gerardo Herrero*.

Reperto: *Antonio Pagudo, Alexandra Jiménez, Eva Ugarte, Malena Alterio, Fele Martínez y Juan Carlos Vellido*.

Tres parejas acuden a una inusual sesión de terapia en grupo. La psicóloga les ha dejado unos sobres con consignas que las parejas tendrán que abordar y analizar entre todos. La mecánica propuesta alienta a que todos opinen, discutan y finalmente se acaben mostrando tal y como son. Con humor, el viaje emocional de los personajes se complicará hasta límites insospechados. La historia combina temas tan complejos como los celos, la maternidad-paternidad, las infidelidades, el sexo, el amor. Es capaz de hacerte reír a carcajadas para luego atizarte con la más cruda de las realidades: el maltrato y abuso sexual dentro de la pareja.



CARTEL DE **RITA** (2024)

Rita, 2024 (España).

Directora: *Paz Vega*.

Reperto: *Sofía Allepuz, Paz Vega, Roberto Álamo, Alejandro Escamilla, Daniel Navarro, Amada Santos, Margarita Asquerino*.

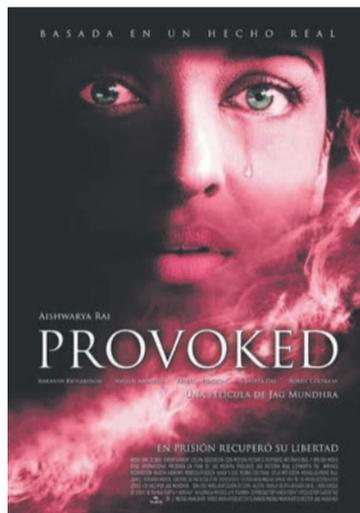
Sevilla, verano de 1984. Rita y Lolo son dos hermanos, de 7 y 5 años, que viven en el seno de una sencilla familia de clase obrera. Comienzan las vacaciones de verano y el país entero está revolucionado con la Eurocopa de fútbol, donde España ha llegado a la final. El calor aprieta y Rita sueña con ir a la playa, pero la vida en el barrio le ofrece otra realidad. La película muestra, de forma sosegada, la violencia dentro del matrimonio, desde el punto de vista

de los hijos, que viven diaria y continuamente actos de abuso por parte del padre hacia la madre, ante los que no acaban de entender, ni reaccionar, porque no comprenden qué pasa, pero sienten que lo que ocurre no es bueno. Una película que habla sobre violencia machistas, infancias rotas y sueños truncados llena de silencios e inocencia interrumpida.

PROVOKED, Una historia real, 2006 (Reino Unido).

Director: *Jag Mundhra*.

Reperto: *Aishwarya Rai, Naveen Andrews, Miranda Richardson, Robbie Coltrane, Nandita Das*.



CARTEL DE **PROVOKED** (2006)

Situada en Londres, Provoked narra la traumática historia basada en hechos reales de un ama de casa maltratada y madre de dos niños, Kiranjit Ahluwalia. Después de años de sufrir los maltratos de su marido, intenta terminar con su tormento y le prende fuego mientras duerme, tras lo cual es condenada a cadena perpetua en una prisión británica. Allí, entabla amistad con Ronnie, quien le pide a su hermanoastro que presente una apelación en nombre de Kiranjit con la esperanza de que se haga justicia. Finalmente es liberada por el sistema judicial en un caso histórico llamado Regina vs. Ahluwalia que redefinió la palabra "Provocación" en los casos de mujeres maltratadas. Kiranjit se volvió a reunir con sus hijos y, más adelante, recibió un premio de la mujer del Primer Ministro, Cherie Blair, por su cruzada contra la violencia doméstica.

Fechas destacadas

6 DE FEBRERO

Día Mundial de Tolerancia Cero a la Mutilación Genital Femenina

Llama la atención sobre esta práctica y promueve la salud y los derechos de las mujeres.

11 DE FEBRERO

Día Internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia

Promueve una mayor participación de las mujeres y las niñas en las Ciencias.

22 DE FEBRERO

Día Europeo de la Igualdad Salarial

Lucha por equiparar a hombres y mujeres que realizan el mismo trabajo.

8 DE MARZO

Día Internacional de la Mujer

Conmemora la lucha de la mujer por la igualdad de género y su desarrollo integral, reconocido por las Naciones Unidas.

4 DE ABRIL

Día Internacional contra la Explotación Sexual Infantil

Llama la atención sobre la venta de niñas y niños, la prostitución infantil y la utilización de niñas y niños en la pornografía, para la protección de los derechos de las víctimas.

24 DE ABRIL

Día Internacional de las Niñas en las TIC

Trata de reducir la brecha de género en el campo de las nuevas tecnologías.

24 DE MAYO

Día Internacional de las Mujeres por la Paz y el Desarme

Destaca el papel de las mujeres en la paz y la seguridad, así como su contribución al desarme y a hacer visible y condenar la violencia sexual contra las mujeres como táctica de guerra.

28 DE MAYO

Día Internacional de Acción por la Salud de las Mujeres

Destaca la importancia de la salud de las mujeres y la necesidad de garantizar su acceso a servicios de salud gratuito y de calidad, en su derecho a gozar de una salud sexual, mental, reproductiva e integral.

7 DE JUNIO

Día Mundial por los Derechos del Nacimiento y el parto respetado

Lucha por el derecho a un parto natural, respetado y seguro, en el que las mujeres puedan elegir y decidir.

19 DE JUNIO

Día Internacional para la Eliminación de la Violencia Sexual en los Conflictos

Denuncia una lacra que afecta sobre todo a los más vulnerables, las mujeres y los niños.

21 DE JUNIO

Día Internacional por la Educación No Sexista

Defiende el derecho de las mujeres a una educación democrática, libre de estereotipos, que no refuerce la discriminación en el mundo del trabajo, la familia y los espacios públicos de poder.

8 DE AGOSTO

Día Internacional del Orgasmo Femenino

Una fecha propicia para hablar de sexualidad femenina sin tapujos.

18 DE SEPTIEMBRE

Día Internacional de la Igualdad Salarial

Conciencia a la comunidad internacional acerca de la necesidad de equilibrar la igualdad salarial con el trabajo de igual valor.

23 DE SEPTIEMBRE

Día Internacional contra la Explotación Sexual y el Tráfico de Mujeres y Niñas/Niños

Promueve el compromiso a combatir el proxenetismo y el tráfico de personas.

26 DE SEPTIEMBRE

Día Mundial de Prevención del Embarazo no Planificado en Adolescentes

Educa a los jóvenes sobre los diferentes métodos anticonceptivos y la adecuada planificación familiar.

26 DE SEPTIEMBRE

Día Mundial de la Anticoncepción

Sensibiliza y conciencia a la población acerca de la importancia de utilizar métodos anticonceptivos para una mejor salud sexual y reproductiva.

28 DE SEPTIEMBRE

Día de Acción Global por el acceso al aborto legal y seguro

Se reivindica el acceso al aborto legal y seguro con el objetivo de evitar la muerte de muchas mujeres que lo practican clandestinamente.

11 DE OCTUBRE

Día Internacional de la Niña

Conciencia sobre los desafíos que tienen que superar las niñas y promueve su desarrollo y potencial.

15 DE OCTUBRE

Día Internacional de las Mujeres Rurales

Reconoce la importancia de las mujeres en el desarrollo rural y la agricultura sostenible.

25 DE NOVIEMBRE

Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer

Destaca la importancia de combatir la violencia de género y promover la igualdad.

17 DE DICIEMBRE

Día Internacional para poner fin a la violencia contra las trabajadoras sexuales

Busca frenar los riesgos y vejaciones que viven las trabajadoras sexuales.



TURISMO

Manzanal de Arriba y su labor para la puesta en valor de su patrimonio cultural

La Provincia de Zamora alberga pueblos con singular encanto, en los que la historia, naturaleza y arquitectura se entremezclan para dar vida a numerosos elementos dignos de ser apreciados por propios y visitantes.

Andrea Ortiz

Manzanal de Arriba es una localidad de la *Comarca de La Carballeda*, situada a 93 km al noroeste de Zamora y cercano a la *Sierra de la Culebra*. En este artículo abordaremos los pueblos de Codesal y Santa Cruz de los Cuérragos, que hacen parte de su término municipal.

Apenas llegamos al municipio nos encontramos con el *Molino de Manzanal*, construido a finales de la década de 1960 por los habitantes del pueblo, empleando piedras de los antiguos molinos que se ubicaban en la zona de inundación del *Embalse de Valparaíso*, aplicando las mismas técnicas constructivas de antaño.

Entre otros atractivos, se halla su iglesia, dedicada a *Santa María la Real*, construida en el siglo XVI, ejemplo de la arquitectura renacentista en la región; y la zona de baño de *Los Molinos*, que ofrece el *Embalse de Valparaíso*, construido en 1988 y que tiene una superficie de 1223 hectáreas.

Este embalse hoy representa un importante atractivo turístico para la zona, especialmente por su área recreativa, compuesta por playas artificiales que atraen a propios y turistas por su belleza y tranquilidad, constituyéndose en un espacio íntimo propicio para excursiones familiares, en donde se prestan los servicios de restaurante, baños, zona de camping y de autocaravanas.



RINCÓN DE MANZANAL DE ARRIBA (Zamora) / AECT Duero-Douro

La localidad se encuentra flanqueada por amplios bosques de robles, castaños y pinos, de los cuales se obtienen

castañas, moras, setas, nueces y endrinos, que son aprovechados por la población para su comercialización y autoconsumo.

castañas, moras, setas, nueces y endrinos, que son aprovechados por la población para su comercialización y autoconsumo.

Codesal y su Ruta de las Fuentes

Otra de las iniciativas a destacar promovidas por el Ayuntamiento de Manzanal de Arriba es la creación de la *Ruta de las Fuentes* en el pueblo de Codesal, compuesta por ocho puntos: *El Rollo, Tibotas, Fuente Grande, El Lavadero, El Pozote, Fuente del Barrio Bajo, La Raposa y El Pílon*.

El recorrido tiene una duración aproximada de una hora y una distancia de 2 Km, a lo largo de este el senderista puede admirar las fuentes labradas en piedra, restauradas por el Ayuntamiento en el año 2005, que busca ponerlas en valor, debido a su importancia histórico artística y el haber sido punto de abastecimiento de agua para la población por varios siglos.



EMBALSE DE VALPARAISO / DD



ZONA DE BAÑO DE LOS MOLINOS / AECT Duero-Douro

Fiestas locales

Otra forma de conocer la zona es a través de sus fiestas, en las cuales se puede interactuar con locales y disfrutar de sus tradiciones culturales; en el

caso de Manzanal de Arriba, se celebran el 22 de marzo el *Viernes de Dolores*; en Codesal, el 4 de junio la *el Corpus*; y en Santa Cruz de los Cuérragos el 13 de mayo las de la *Virgen de Fátima* y el 14 de septiembre las *Fiestas de Santa Cruz*.

Ruta del contrabando

Dada la ubicación transfronteriza de estos pueblos, en antaño esta zona contó con amplia presencia y actividad de contrabandistas, que diseñaron

senderos para cruzar café, tabaco, azúcar y otros productos desde Portugal hacia España.

Por la importancia histórica de estos caminos y su representación en la cultura inmaterial local, se ha buscado recuperar y poner en valor la *Ruta del*

Contrabando, que se desarrolla entre Manzanal de Arriba, Santa Cruz de los Cuérragos y Vilarino de Manzanas, con el objetivo de promover el turismo rural en esta zona de la *Comarca de la Carballeda*.

INTERNET

Wifi gratis para todos

El municipio ha conseguido llevar Internet a todos sus vecinos gracias al programa europeo *Wifi4EU*.

Andrea Ortiz

Los vecinos de Manzanal de Arriba disponen ya de una red wifi pública de alta velocidad gracias al convenio firmado entre el Ayuntamiento y la empresa ADAMO. El acuerdo permitió a la operadora desplegar la fibra óptica en el municipio utilizando las canalizaciones, postes y farolas existentes. A cambio, la compañía garantiza durante 15 años un total de 15 puntos de conexión wifi gratuita con una velocidad de 1 GB, repartidos en todos los pueblos del término municipal.

Este compromiso asegura la sostenibilidad del servicio y convierte a Manzanal de Arriba en uno de los pocos municipios rurales de España que puede ofrecer a sus habitantes conectividad pública estable y de primer nivel durante más de una década.

El despliegue se complementa con la ayuda del programa europeo *Wifi4EU*, que financió con 15.000 euros la instalación de antenas en lugares estratégicos de cada núcleo. Con esta aportación comunitaria se reforzó la cobertura en espacios públicos y edificios municipa-

les, permitiendo que los 350 habitantes, repartidos en ocho localidades, dispongan de acceso gratuito a Internet.

En Codesal, el núcleo más poblado con 107 vecinos, el punto de acceso está en el salón social, lugar habitual de reunión vecinal. En Manzanal de Arriba, con 67 habitantes, también se ha instalado en su salón social. Sagallos y Folgoso de la Carballeda, con 63 y 55 vecinos respectivamente, cuentan con conexión en sus consultorios médicos, lo que también beneficia a la atención sanitaria local.

Las localidades más pequeñas, como Sandín (29 habitan-

tes), Pedroso de la Carballeda (14), Linarejos (9) y Santa Cruz de los Cuérragos (7), también disfrutaron del servicio en sus espacios públicos: salones sociales, consultorios médicos o la calle principal.

Con este doble impulso -el convenio con ADAMO y la financiación europea-, Manzanal de Arriba ha logrado superar uno de los principales retos de los territorios rurales: la conectividad digital. La medida no solo reduce la brecha tecnológica, sino que también mejora la calidad de vida de sus habitantes y contribuye a frenar la despoblación.



CENTRO URBANO DE MANZANAL DE ARRIBA (Zamora) / AECT Duero-Douro

CONTRAPORTADA

Santa Cruz de los Cuérragos: del olvido al renacer

La provincia de Zamora esconde lugares únicos. Santa Cruz de los Cuérragos es uno de ellos. Situado a caballo entre las *Comarcas de Aliste, Sanabria y la Carballada*, su núcleo urbano se asienta en la ladera de Peña Castillo a 900 metros de altitud, mirando en todo momento hacia el país vecino, **Portugal**. Presenta un alto valor ecológico y natural donde destacan los castaños y robles.



UNA DE LAS CALLES EMPEDRADAS DE SANTA CRUZ DE LOS CUÉRRAGOS / AECT Duero-Douro



VISTA DE LA IGLESIA / AECT Duero-Douro

Ana Belén López

Andrea Ortiz

Debido a su ubicación, la localidad quedó despoblada y abandonada en los años 90. Recientemente ha sido restaurado y ha despertado el interés general por su riqueza cultural, representada en sus casas, la *Iglesia de la Santa Cruz*, el *Puente de los Infiernos* sobre el *Ríomanzanas* y el *Antiguo Molino*, ubicado a la orilla de este. Cuenta con un importante valor ecológico y cultural, al hallarse cerca de la frontera con **Portugal** y estar integrado en el espacio natural de la *Sierra de la Culebra*.

Pero además de su belleza natural y arquitectónica, **Santa Cruz de los Cuérragos** guarda una memoria ligada a la frontera. Durante siglos, sus sendas y veredas formaron parte de la ruta del contrabando entre España y Portugal. El tabaco, el café, el azúcar o las telas eran mercancías que cruzaban de un lado a otro, escapando de los controles aduaneros. El conocido *Puente de los Infiernos* era uno de los pasos habituales, convertido en escenario de historias de ingenio, necesidad y también de riesgo. El contrabando no solo respondía a

la picaresca, sino que fue un recurso de subsistencia para muchas familias que habitaban en esta tierra aislada, donde la economía era dura y la frontera ofrecía una oportunidad.

La singularidad que brota de cada una de sus casas y el magnetismo que desprende cada una de sus calles llevó a este enclave a ser declarado *Bien de Interés Cultural* con la categoría de *Conjunto Etnológico* por el *Consejo de Gobierno de Castilla y León* en el año 2008. Es considerado caso único de conservación integral de la arquitectura popular de la *Sierra de la Culebra*, caracterizada por el uso de la piedra, pizarra y madera.

Estas características han llevado a **Santa Cruz de los Cuérragos** a despertar la curiosidad de turistas y visitantes. Quienes se acercan a conocerlo a través de diferentes actividades como el senderismo, la gastronomía, la recolección de setas o la berrea del ciervo. Para que la visita sea completa, el visitante puede hospedarse en la localidad en los alojamientos rurales como *Casa Rural Rosita* u *Hotel Santa Cruz*. Y, al recorrer sus caminos, aún es posible imaginar las antiguas rutas del contrabando, hoy convertidas en senderos de historia y memoria que suman un atractivo más a este enclave singular.