

SEPTIEMBRE  
DICIEMBRE  
2020

Boletín informativo Residencia Universitaria Fundación CB. N°7



# WE ARE RUCAB BOLETÍN INFORMATIVO





# BOLETÍN INFORMATIVO SUMARIO

Nº 7 SEPTIEMBRE - DICIEMBRE 2020

**RUCAB**

RESIDENCIA UNIVERSITARIA  
J. A. MARCOS BLANCO

---

Bienvenida RUCAB curso 2020-2021  
**Página 1**

Clases de Inglés con Camelot en la RUCAB  
**Página 3**

Conociendo residentes con 'Amistad a ciegas'  
**Página 4**

Primera Campaña Solidaria de Alimentos en la RUCAB  
**Página 5**

Libros para el confinamiento en la RUCAB  
**Página 6**

Los residentes de la RUCAB inician una campaña de concienciación sobre el Covid-19  
**Página 7**

Mario Funes y cómo organizarse para estudiar medicina  
**Página 8**

Comida Navidad 2020 en la RUCAB  
**Página 11**

Conferencia e-training covid-19 en la RUCAB  
**Página 12**

Los residentes de la RUCAB entregan la donación de alimentos a Cáritas Parroquial  
**Página 13**

Manuel Sánchez, primer residente en usar la habitación adaptada de la RUCAB  
**Página 15**



# ¡BIENVENIDO A LA RUCAB!

## Curso 2020-2021

| FUNDACIÓN CB

RUCAB / RESIDENCIA UNIVERSITARIA

# Bienvenida RUCAB curso 2020-2021

**El nuevo curso ya está aquí y os damos la bienvenida, comenzamos con muchas ganas, pero con incertidumbre al mismo tiempo, en este post queremos agradecer vuestra confianza depositada en nosotros, y recordaros los nuevos protocolos y consejos que estarán presentes durante este curso.**

Os damos la bienvenida con el Calendario Académico para el curso 2020-2021 comenzó con el primer semestre el nueve de septiembre. Hay dudas sobre cómo será este año, dentro de esta pandemia se ha dado el pistoletazo de salida para que este curso sea presencial. Desde la Residencia Universitaria de Fundación CB, RUCAB, queremos dar las gracias a todos los padres y residentes que han considerado que la RUCAB es la mejor opción para estudiar y pasar la etapa universitaria.

Este año las normas en la RUCAB son diferentes a otros años, todos debemos estar pendientes de cumplir las recomendaciones y protocolos establecidos por la residencia. Queremos que no os agobiéis, por eso hemos hecho una serie de infografías y resúmenes para que os sea más fácil seguir las normas.

**LOS 13 PRINCIPALES DE LA RUCAB EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS**  
ANEXO I

1. Es difícil, pero te recomendamos que no dejes pasar a ningún compañero a tu habitación, aunque sea de la misma torre.
2. Seguro que estás deseando quitarte los zapatos al llegar de clase, ahora es el momento, hazlo antes de entrar en la habitación, ¡CORONAVIRUS FREE!
3. Igual que el consejo anterior, quítate la ropa y lávate las manos, ¡qué no se diga!
4. Es necesario ventilar tu habitación, no dejes que se vayan tus ideas, pero sí los virus, ¡AIRE FRESCO POR FAVOR!
5. Si en casa no lo vas a usar, tráete tu cesto de la ropa sucia para la habitación doble.
6. A nadie le amarga la organización, evita tener objetos repartidos por toda la habitación.
7. Sabemos que te cuesta, pero hemos dejado en tu armario un kit de limpieza, ¡ÚSALO DE VEZ EN CUANDO!
8. El alcohol no lo mata todo, pero el COVID-19 sí, este año ten gel hidroalcohólico en tu habitación.
9. Además de gel hidroalcohólico, te recomendamos tener un termómetro en tu habitación, mide tu temperatura cada cierto tiempo.
10. Deja el baño como te gustaría encontrarlo, recoge la ropa sucia, desinfecta lavabo, ducha y WC tras cada uso, sobre todo si tu habitación es doble.
11. ¡Convierte tu vida más saludable!, usa las escaleras y evita el ascensor.
12. ¿Has pensado en lo que puedes ahorrar en barra de labios?, ¿no te afeitate afeitarte?, ¡USA LA MASCARILLA!, es obligatoria.
13. Y, por último, desinfecta tus objetos personales como llaves, gafas y móvil.

**¡ES POR TI, ES POR TODOS!**

FUNDACIÓN CB

**PROTOCOLO CHECK-IN RUCAB**  
ANEXO II

1. Una vez llegues a la RUCAB, los acompañantes deberán permanecer fuera, mientras el residente hace el check-in en la recepción.
2. Una vez el residente está en recepción: se le tomará la temperatura con un termómetro sin contacto, firma de documentos, firma de ficha de llegada y entrega de tarjeta de la habitación.
3. Finalizado el check-in, se podrá realizar el traslado de enseres junto con los acompañantes.
4. Se recomienda el uso de la escaleras en lugar del ascensor.
5. Uso del gel hidroalcohólico disponible en cada puerta de entrada de las torres.
6. Sólo se permiten dos acompañantes por residente.
7. Uso obligatorio de mascarilla.
8. Respeta las indicaciones y el recorrido marcado.
9. Sé puntual.

**¡ES POR TI, ES POR TODOS!**

FUNDACIÓN CB

Además de estas recomendaciones, en la web podrás consultar el protocolo de la residencia al completo:

- Introducción.
- Medidas generales.
- Desinfección de áreas.
- Control de casos sospechosos.
- Plan de limpieza.
- Medidas de prevención.
- Medidas previas al ingreso.
- Notas.
- Puedes leerlo aquí.

Aunque la gran mayoría de residentes estáis aquí, aún quedan algunos por llegar, así que os recordamos que para entrar debéis hacer un protocolo check-in.

Este curso es complicado para todos, la responsabilidad y el comportamiento individualizado es la clave de esta pandemia, en las manos de todos está hacer las cosas bien, desde la RUCAB velaremos por el correcto comportamiento y ofreciendo material, organización y protocolos para poder cumplir todas estas medidas de una manera más fácil.

Sed bienvenidos en la que sin duda, será vuestra casa. #WeAreRucab

**¡ES POR TI, ES POR TODOS!**

# Clases de Inglés con Camelot en la RUCAB

**Se pone en marcha un acuerdo de colaboración entre la Rucab y la escuela de idiomas de Camelot. Se necesitará un grupo mínimo de seis personas y se llevará a cabo en las instalaciones de la RUCAB a precio especial.**

Este mes hemos puesto en marcha un acuerdo de colaboración entre la escuela de idiomas Camelot y la Residencia Universitaria de Fundación CB, RUCAB, con el fin de ofrecer a los residentes una opción más fácil y a mejor precio para aprender inglés. Estas clases extraescolares se impartirán en la residencia, con un mínimo de seis personas.

## Programa

Este programa está diseñado con un enfoque práctico y comunicativo, con el objetivo principal de preparar a los alumnos para que se examinen con éxito en las convocatorias de los **Exámenes de Cambridge ESOL**.

Se trabajan las cuatro habilidades lingüísticas y el 'use of english'. Además, los alumnos desarrollan la comprensión lectora y auditiva, y la expresión escrita y oral durante toda la preparación del examen, sin olvidar el componente lúdico.

Durante el curso se realizan pruebas, test de años anteriores y ejercicios de comprensión escrita y oral periódicos, para evaluar los progresos y certificar que la preparación es la adecuada para afrontar el examen.

## Precios

Los alumnos interesados deberán abonar una matrícula con un importe de 40 euros en el que queda incluido el libro del alumno y el material necesario del curso escolar. La mensualidad son 45 euros por alumno, e incluye:

- Desarrollo de las clases 100% en inglés.
- Profesores de inglés nativos, bilingües y con experiencia.
- Clases de calidad.
- Clases organizadas por niveles.
- Evaluación del alumnado al final del curso.
- Matrículas para todos aquellos que quieran realizar el examen de Cambridge.

## ¿Cuándo?

Lunes y miércoles de 19:30 a 21:30h.

Residentes interesados deben presentarse en administración para apuntarse a las clases.

## CLASES DE INGLÉS

- Alto porcentaje de aprobados.
- Todas las medidas de prevención.
- Presencial nativos.

RUCAB / FUNDACIÓN CB

FUNDACIÓN CB

Cambridge Assessment English



# Conociendo residentes con 'Amistad a ciegas'

Este año las cosas están siendo un poquito diferentes, por eso en la RUCAB hemos pensado que sería divertido que nuestros residentes se conozcan mejor, para ello hemos llevado a cabo 'Amistad a ciegas', una dinámica de grupo con todas las medidas de seguridad, dónde lo hemos pasado bien.

La semana pasada teníamos ganas de pasarlo bien y ofrecer a nuestros residentes la posibilidad de conocerse mejor de una manera divertida, así que desde la Residencia Universitaria de Fundación CB, RUCAB, hemos organizado 'Amistad a ciegas' en la cafetería. Colocamos sillas unas en frente de las otras, el juego consiste en hablar durante cinco minutos con la persona que tienes en la silla de enfrente, transcurrido el tiempo suena una campanita y los residentes se mueven a la silla de al lado y seguir conociendo a los demás compañeros.

La actividad se ha llevado a cabo con las medidas de seguridad:

- Distanciamiento entre sillas
- Uso obligatorio de mascarilla
- Y uso de gel hidroalcohólico
- Después de una hora y media conociendo residentes, finalizamos la actividad con una gran acogida y ganas de volver a repetir.

Si estás interesado en participar en las actividades y eventos de la RUCAB, puedes inscribirte en las listas de recepción.





**CAMPAÑA SOLIDARIA  
RECOGIDA DE ALIMENTOS**

**Del 20 de octubre al 18 de  
diciembre de 2020.**

Punto de recogida:  
Residencia  
Universitaria  
de Fundación CB,  
RUCAB, Badajoz.

- Alimentos no  
perecederos en su  
envase original.  
- Tlf de contacto:  
924 273 611.

**¡Muchas gracias por tu  
colaboración!**

FUNDACIÓN CB

RUCAB

# Primera Campaña Solidaria de Alimentos en la RUCAB

**Este año la RUCAB y Fundación CB organizan la 'Primera Campaña Solidaria de Alimentos' para las personas y familias más necesitadas y vulnerables de Badajoz, del 19 de octubre al 18 de diciembre de 2020.**

Por primer año, la RUCAB será un punto de recogida de alimentos no perecederos. Esta acción se enmarca dentro de la necesidad que ha surgido tras la llegada de la pandemia provocada por el coronavirus. Muchas familias y personas se han visto afectadas por esta difícil situación, por eso la RUCAB junto con Fundación CB, ponen en marcha la Primera Campaña Solidaria de Recogida de Alimentos en la Residencia Universitaria de Fundación CB.

## Requisitos para la donación en la Campaña Solidaria de Alimentos:

- Los alimentos deberán ser de tipo 'no perecederos' a corto plazo, en su envase original (latas, conservas, legumbres, arroz, azúcar, tomate frito, pasta, sal, cereales, harinas, leche, zumos, galletas, cacao en polvo, café, pan tostado, aceite y alimentos de esta índole)
- Os recordamos que los productos menos donados como aceite, miel, patés, atún, embutidos al vacío, caldos de brick, frutas en almíbar o alimentos de bebé, también son de gran necesidad.
- Se puede realizar más de una donación por persona y o familia.
- Las donaciones deberán ser entregarlos en la recepción de la Residencia Universitaria de Fundación CB, RUCAB.
- La fecha de la Campaña Solidaria de Alimentos comprende del 19 de octubre al 18 de diciembre de 2020, y será entregada la semana siguiente de la finalización de dicha campaña.

Para cualquier duda o consulta puede llamar al teléfono 924 27 36 11.

# Libros para el confinamiento en la RUCAB

¿Aburrimiento durante el aislamiento? queremos cambiarlo y hacerlo más ameno, os traemos 'libros para el confinamiento', será de gran ayuda poner a disposición de los residentes confinados por el covid-19 el acceso a libros de tipo literario. En este post te explicamos cómo tienes que hacerlo.

Ahora muchas personas están confinadas, y en la RUCAB no íbamos a ser menos; todos estamos deseando viajar o salir de la habitación, si creías que no podías hacerlo estás equivocado. Presta atención, y sigue leyendo.

Contamos con más de 50 libros de todo tipo; leer te permite viajar a cualquier lugar del mundo y a cualquier época. Si ahora no pasas por el momento más divertido y las paredes de tu habitación se te vienen encima, leer es la mejor opción.

## NORMAS:

- Vas a recibir el libro en buen estado, devuélvelo igual.
- Un vez lo hayas leído, deberás meterlo en una bolsa.
- Llama a recepción y avisa de que ya has finalizado su lectura.
- Se te avisará del día y la hora que se procederá a su recogida y en ese instante deberás dejarlo en la puerta.
- Sólo podrás hacer uso de un libro. Hasta que no devuelvas el primero no podrás coger otro.
- La entrega de libros se hará de lunes a viernes en horario de 8.00 a 15.00 h.
- Una vez recibas el libro y cada vez que vayas a leerlo, te recomendamos que te laves las manos previamente.
- Una vez entregado el libro, pasará un periodo de cuarentena de 14 días, para garantizar que la próxima persona que lo solicite lo reciba en condiciones de seguridad.





## Los residentes de la RUCAB inician una campaña de concienciación sobre COVID-19

**Un vídeo grabado en la residencia pone en marcha la campaña de concienciación sobre Covid-19 entre los residentes de la RUCAB, para dar ejemplo de responsabilidad a la juventud.**

Los residentes de la Residencia Universitaria de Fundación CB en su compromiso con la prevención y concienciación en la lucha contra el COVID-19, desarrolla una campaña de sensibilización dirigida a los jóvenes.

Consciente de la importancia de este colectivo a la hora de frenar la **propagación del virus**, los residentes de la RUCAB quieren dar voz a esta iniciativa para que sean ellos mismos, con su ejemplo, los protagonistas de la campaña.

En muchas ocasiones se señala a la juventud como foco de contagio por no ceñirse a las medidas de seguridad recomendadas por las instituciones; en este vídeo se quiere transmitir que **los jóvenes también pueden y deben ser ejemplo de responsabilidad y de conductas ejemplares.**

Además, en la residencia sigue muy activo el Protocolo Covid-19, el cuál nos está permitiendo, en momentos más complicados frenar la propagación y controlar el número de positivos. Medidas como:

- Distanciamiento social.
- Clausura de zonas comunes.
- Uso obligado de mascarilla.
- Uso obligado de gel hidroalcohólico a la salida y entrada de la residencia.
- Turnos para el uso del comedor.

Estas y otras muchas medidas, nos ofrecen la garantía de poder disfrutar de estas instalaciones sin ningún tipo de incidencia.

Puedes ver el vídeo en la web, <https://residenciarucab.es/blog/campana-concienciacion-covid-19/>



## Mario Fuentes y cómo organizarse para estudiar medicina

**Medicina es la carrera que Mario Fuentes está estudiando, nos cuenta como es su vida universitaria en la RUCAB, cuáles son sus aficiones y como la organización es fundamental para poder llevar a cabo todos los planes y conseguir las metas que se propone. Lo descubrimos en esta entrevista para el blog de la residencia.**

**¿Por qué decides estudiar Medicina?**

Bueno esta es la gran pregunta que muchas veces se nos hace a los estudiantes de Medicina. Sonará típico, pero desde que era pequeño siempre me ha atraído el cuerpo, su funcionamiento, veía la serie de "Érase una vez el cuerpo humano" la cual me encantaba. Además, a los 5 años me regalaron un kit de médico, y mis padres me tenían que soportar horas y horas examinándolos con el fonendoscopio, y poniéndoles tiritas.

Aunque ha habido temporadas que me alejé de querer estudiar Medicina ya que la música me llamaba mucho, en primero de bachillerato cursé la asignatura de Anatomía y en ese momento es cuando ya decidí que quería adentrarme de lleno en el mundo de la sanidad y en concreto en esta fascinante carrera.

### ¿Qué asignaturas crees que te gustan más?

Hay que aclarar que, en los dos primeros años de la carrera, las asignaturas son muy inespecíficas y constituyen una base, y no es hasta tercero cuando empiezan las verdaderamente clínicas, que son las más interesantes obviamente. Dejando aparte esto, Anatomía sería la que más me llama la atención, ya que es la que más se acerca al cuerpo humano en sí, que es lo que a los futuros médicos más nos atrae.

### ¿Qué opinión te merece estudiar la carrera en Badajoz?

Acabo de empezar y con el Covid no he podido visitar casi nada de la ciudad porque de la universidad me voy a la residencia, y viceversa, espero que cuando todo esto pase, pueda hacer más planes de los que estoy haciendo ahora, aunque sé que en Badajoz se pueden hacer muchas cosas y espero disfrutarlas pronto.

En cuanto a la Universidad siempre ha tenido muy buena fama, y hay unos docentes muy buenos y muy preparados de los que seguro voy a aprender un montón, así que por esa parte muy contento.

### Este es tu primer año universitario y en la RUCAB, ¿Cómo está siendo la experiencia?

Está siendo alucinante, todo está siendo muy intenso, estoy aprendiendo mucho, he conocido a muchísimas personas, que espero que se queden mucho tiempo, en definitiva, estoy viviendo lo que llevaba tanto tiempo deseando y esforzándome: estudiar Medicina, estar en una ciudad nueva y claro está vivir la vida de adulto y de universitario.

### Durante dos años además de hacer Bachillerato, ibas al conservatorio ¿Cómo te organizabas?

La organización era la clave, ya que debía de llegar a todo, debía centrarme mucho en los estudios en el instituto, ya que tenía que conseguir la máxima nota posible para poder alcanzar esa meta que me había puesto, pero claro está no podía dejar al lado el conservatorio, ya que eran mis dos últimos años allí, y ya se empezaban a complicar las cosas, además de que me tenía que preparar la prueba final de fin de ciclo. Mis tardes eran una locura llegaba de clase, me tenía que poner a tocar el piano, y luego irme al conservatorio donde a veces estaba tres horas, y por último volvía a casa y me tenía que poner a estudiar, era agotador sí, pero era lo que había decidido y no me arrepiento de absolutamente nada, ya que con mucha constancia alcancé mi objetivo que era llegar a la EBAU, con una buena nota y finalizar las Enseñanzas Profesionales de piano, con suerte con buenos resultados.





### ¿Qué es lo que más valoras de vivir en la RUCAB?

Lo que más me ha llamado la atención y es una de las cosas que más aprecio de vivir aquí, es el ambiente familiar que se respira, como todos estamos pendientes de todos, y siempre que se necesita algo, hay alguien que está dispuesto a ayudar sin dudar. Además, todos los trabajadores se preocupan por nosotros, si nos sentimos mal, si tenemos un problema de cualquier tipo, están ahí para cuando los requerimos.

Pero es una lástima que estén cerrados por la pandemia la mayor parte de los espacios comunes, donde realmente se hacía la vida social. Aparte por lo que me han comentado, otros años, se hacían conciertos en el auditorio, fiestas en Navidad, había un club de teatro, actos de diverso tipo y todo eso no podremos disfrutarlo y me da mucha pena porque es uno de los aspectos más importantes de una residencia universitaria.

### ¿Cómo te ves en el futuro?

Cuando termine la carrera y haga el MIR y elija la especialidad que quiero, me gustaría irme de España un tiempo, a EEUU, o a Alemania por ejemplo, para aprender cosas nuevas, técnicas médicas, que por desgracia algunas en nuestro país no están muy desarrolladas, asistir a conferencias de diverso tipo, y llenarme de experiencias que sean beneficiosas para mi futura profesión y para poderlas llevar a cabo más adelante; y por supuesto volver, porque como en casa en ningún sitio, ya que no tendría sentido haberme formado aquí, para terminar trabajando fuera, y poder seguir haciendo honor y seguir luchando por esa gran sanidad que poseemos de la que siempre hemos estado muy orgullosos.



## Comida especial de Navidad

16 de diciembre de 2020



RUCAB / RESIDENCIA UNIVERSITARIA  
J. A. MARCOS BLANCO



FUNDACIÓN CB

# Comida de Navidad 2020 en la RUCAB

Estimados residentes, este año, como todos sabéis, se presenta complicada la celebración de la mítica 'Cena de Navidad' debido a la situación sanitaria que estamos viviendo, así que desde la RUCAB y en colaboración con el Catering Pedro Méndez, hemos pensado en una nueva alternativa que se adapte a esta nueva realidad, una Comida de Navidad.

Es por esto que nos complace invitarte a la COMIDA ESPECIAL DE NAVIDAD 2020, que se celebrará el próximo miércoles 16 de diciembre.

Este evento se llevará a cabo bajo las medidas y recomendaciones establecidas en el Protocolo Covid-19 actualizado a fecha 18 de noviembre de 2020.

Haciendo especial hincapié en las normas indicadas para el comedor, se enfatizan los siguientes puntos:

- Se respetarán los turnos de comida ya establecidos para dicha fecha.
  - La duración de los turnos de comida no serán modificados.
- No se podrán mover las mesas y sillas de su ubicación actual y se deberá respetar el número de comensales (cuatro) establecidos por cada mesa.
- El aforo se mantiene en 70 personas por turno.
  - Mantener la distancia de seguridad, tanto dentro de la estancia como en la entrada al comedor.
  - Desinfección de manos al entrar en el comedor.
  - No se permite el autoservicio.
  - Evitar aglomeraciones en la entrada y salida del comedor.
  - Por último, recordarte que ese mismo día y durante los diferentes turnos de comida, se procederá a la entrega de las tarjetas de felicitación solidarias, si no lo has hecho ya, aún estás a tiempo de donar tú kilo de alimentos y recoger tu tarjeta. Puedes informarte en la recepción de la residencia, o escribirnos por correo electrónico o redes sociales.

Aprovechamos para desearos una 'Feliz Navidad', con responsabilidad, solidaridad y empatía social, entre todos conseguiremos tener un próspero año 2021.

# Conferencia e-training Covid-19 en la RUCAB

La Residencia Universitaria de Fundación CB, RUCAB, junto con la Consejería de Sanidad y Servicios Sociales de la Junta de Extremadura, han organizado un e-training Covid-19, de manera virtual, para los residentes de la RUCAB.

El 10 de diciembre a las 18.00h nos conectábamos a través de la plataforma **Zoom** para asistir a una conferencia y posterior charla, impartida por **Vicente Caballero**, director de Planificación, Formación y Calidad Sanitaria y Sociosanitaria de Extremadura.

En este e-training Covid-19 se ha hablado sobre:

- El virus.
- El contagio.
- La enfermedad.
- El diagnóstico.
- El tratamiento.
- La vacuna.
- La pandemia y sus controversias.

Además, Vicente Caballero nos cuenta que el coronavirus ha traído muchas cosas negativas, pero otras positivas, como:

*“La ciencia, la tecnología y la biotecnología ha experimentado una evolución tremenda. Las vacunas que están apareciendo y que se van a poner a la población, son vacunas hechas con **ingeniería genética**. Estas ya no son vacunas ni de antígenos, ni de virus atenuados, son vacunas hechas con trozos de material genético de las vacunas, parece ser, que la capacidad inmunogénica de la vacuna contra el covid-19 es mucho mayor, de hecho, estamos oyendo que estas vacunas tienen un 80 ó 90% de eficacia, y normalmente las vacunas suelen tener entre un 60 ó 80% de eficacia. Para finalizar afirma que es fundamental la concienciación y recordar las medidas de seguridad que son las **‘6 M’**, en especial en estas fecha y evitar cualquier cosas que no sea necesaria”.*

Puedes ver el vídeo desde nuestro canal de Youtube.



## Los residentes de la RUCAB entregan la donación de alimentos a Cáritas Parroquial

**Los residentes de la RUCAB han participado en la entrega de los alimentos donados a la asociación Cáritas Parroquial, estas donaciones se entregarán a familias sin recursos en los próximas semanas.**

Cómo sabéis, en octubre lanzamos, Fundación CB y RUCAB, 'La Primera Campaña Solidaria de Alimentos' para las personas y familias más necesitadas y vulnerables de Badajoz.

Después de casi tres meses de donaciones de **ciudadanos** desinteresados, la ayuda de los **residentes** de la RUCAB y la importante colaboración de **Fundación CB**, se pudo hacer entrega de los alimentos al equipo de voluntarios de Cáritas Parroquial, organización que se encuentra ubicada en la vivienda social que Fundación CB tiene cedida en el Casco Antiguo de Badajoz; sede en la que, tanto **Cáritas Parroquial**, como la Asociación Equipo Solidario, diariamente atienden y apoyan a familias con escasos recursos o con dificultades para acceder al mercado laboral. Lugar al que han sido invitados a participar nuestros residentes.

Los voluntarios acudieron a la Residencia Universitaria para recoger los alimentos, que fueron entregados por los propios residentes, **Manrique, Pedro, Raúl, Juan, Samuel, Pablo, Nicolás, Soledad y Antonio**, el Presidente de Fundación CB, **Emilio Vázquez Guerrero**, y el Director de Fundación CB, **Emilio Jiménez Labrador**. El sacerdote Andrés Fernández Llera, responsable de la vivienda social, acudió en representación de Cáritas para coordinar la recogida con los voluntarios y agradecerle el esfuerzo realizado a todos los participantes.



Entre los alimentos recaudados, se ha logrado reunir en torno a 450 botellas de aceite, casi 700 cajas de leche, 400 paquetes de legumbres, 800 productos de primera necesidad no perecederos, surtidos de productos navideños, entre otras cosas.

Desde la RUCAB no podemos estar más orgullosos con esta acción, por la implicación que han mostrado todos los residentes, vuestra ayuda ha sido fundamental en una Navidad más atípica que nunca. Gracias a vuestra ayuda muchas familias y personas con necesidades básicas podrán cubrir las estas Navidades.

Gracias a todos los ciudadanos que han aportado su granito de arena, y en especial gracias a Fundación CB por su importante colaboración.

Nos vemos a la vuelta de las vacaciones. Cuidaos y recordar las normas de seguridad frente al Covid-19.

**¡FELIZ NAVIDAD!**

# Manuel Sánchez, primer residente en utilizar la habitación adaptada de la RUCAB

**Para Manuel Sánchez Fernández este es su primer año en la Universidad de Extremadura como estudiante de ADE, tiene 18 años y es de Feria, un pueblo de Badajoz. Su vida ha cambiado, ahora es más independiente y disfruta de su estancia en la residencia junto con sus nuevos amigos, aunque reconoce que este año no lo está disfrutando como debería por el covid-19, confía que el año que viene sea diferente. Descubrimos más sobre Manuel en esta entrevista.**

Es tu primer año en la universidad ¿qué ha supuesto para Manuel Sánchez este cambio de vida?  
El primer mes se hizo difícil, por la adaptación, lo bueno es que después te vas acostumbrando a esta nueva vida y lo vas llevando bien.

Al principio se me hizo más difícil porque estaba acostumbrado a que me dieran todo, como por ejemplo llevarme a los sitios a los que necesitaba ir, si tenía alguna necesidad me la cubrían, estaban más pendiente de mí, he descubierto que así también me siento bien y soy más independiente.

Estás estudiando ADE, ¿por qué decides estudiar esta carrera?  
Me gusta el mundo de la empresa, me gustaría ser emprendedor y llevar mi propia empresa como negocio en el futuro.

¿Cómo te está yendo en clase con los profesores, los compañeros...?  
Con lo profes bien, he notado el cambio del instituto a la universidad porque son más exigentes y no están tan pendientes de ti. Antes era diferente, el aprendizaje era más lento y había exámenes constantemente, ahora los estos son al final. Las Navidades las pasaré estudiando...





### ¿Por qué decides venir a la RUCAB?

Vi todas las residencias que había en Badajoz, y esta fue la que más me gustó, por sus instalaciones, era la única con habitación adaptada. Puedo acceder a todas las zonas, como el comedor, el salón de actos, todo tiene rampa o ascensor para poder moverme por la residencia sin límites. Además, me habían hablado muy bien de ella, así que todo junto hizo que me decantara por ella.

### ¿Crees que la ciudad de Badajoz está bien adaptada y es accesible?

Pues la verdad es que sí, he visitado el centro de la ciudad y es accesible, no como en mi pueblo que todo está más atrasado. Puedo ir por el acerado casi sin problema. Aunque es normal encontrar bares o tiendas con algún escalón, pero más o menos la vida se lleva bien aquí. Iré descubriendo más.

### ¿Cómo es tu relación con los residentes?

Pues la verdad es que muy buena, aunque al principio cuesta, pero una vez coges confianza y haces tu grupo de amigos todo cambia. Lo bueno de tener amigos en la resi es que te puedes encontrar en todo momento con ellos. Al compartir desayunos, comidas y cenas todos los días, haces amistad, y tenerlos cerca es una ventaja, compartimos nuestras cosas y lo pasamos bien juntos.

En cuanto al Covid-19, me habría gustado que mi primer año de universidad fuera normal, no tenemos tanta libertad y echo en falta los jueves para poder salir y hacer lo que queramos. Para mi la vida universitaria es para disfrutarla, y este año no podemos hacer nada, espero que el año que viene si pueda vivirla como debe ser.

### ¿Qué le gusta hacer a Manuel Sánchez en su tiempo libre?

Mi afición es ver el fútbol, soy del Barça y me encanta, veo todos los partidos de la Liga Española, principalmente el fútbol, pero ver deporte en general me gusta mucho.

También me gusta salir con mis amigos y disfrutar de su compañía, lo pasamos muy bien.

### ¿Cómo te ves en el futuro?

Primero quiero hacer la carrera, terminarla bien para poder sacar las oposiciones para trabajar por ejemplo, en la Diputación de Badajoz, ahorrar y montar mi propia empresa.



## Programa para jóvenes voluntarios contra la crisis provocada por el COVID-19

Fundación CB junto con la RUCAB ponen en marcha el Primer Programa para jóvenes voluntarios contra la crisis provocada por el COVID-19, siendo los residentes de la RUCAB los abanderados de este programa que pretende, además de sensibilizar, solidarizarse con los más afectados.

Hace un mes poníamos en marcha con los residentes, jóvenes voluntarios, de la RUCAB, una **campaña contra el COVID-19** a través de un vídeo con el que pretendemos concienciar a la juventud de los riesgos que corren y hacer ver que no todos los jóvenes tienen una actitud irresponsable frente a esta pandemia, así que nos pusimos manos a la obra y con la implicación de nuestros residentes, pudimos elaborar un vídeo con un mensaje claro: **"Tú decides, frenar el virus está en tus manos"**.

Después del reconocimiento por parte de los medios de comunicación y la implicación de nuestros residentes con la iniciativa, Fundación CB y RUCAB ponen en marcha este **programa de voluntarios contra la crisis provocada por el covid-19**.

El **objetivo** es dar visibilidad a estos jóvenes comprometidos con la sociedad al mismo tiempo que contribuyen a paliar de alguna manera los efectos de la crisis.

Los residentes de la **RUCAB** serán el punto de partida de la red de voluntariado y serán los encargados, junto con el resto de voluntarios, de llevar a cabo las diferentes **acciones sociales** dirigidas a **personas y familias vulnerables**.

Estamos en la primera fase del programa, **'captación de voluntarios'**, si estás leyendo esto, tienes entre **18 y 35 años** y quieres colaborar, puedes hacer tu inscripción desde aquí.

A todos los que ya están colaborando y a los que se unirán próximamente, ¡muchas gracias! y ¡Feliz Navidad!.

Nº 7 SEPTIEMBRE - DICIEMBRE 2020

**RUCAB**

RESIDENCIA UNIVERSITARIA  
J. A. MARCOS BLANCO

**RUUCAB**

RESIDENCIA UNIVERSITARIA

J . A M A R C O S B L A N C O  
- EST. 1985 -