

MARÍA DE ANDRÉS HERRERO

Licenciada en Historia por la Universidad Complutense de Madrid y Doctora en Prehistoria por la Universidad de Colonia (Alemania). Profesora de Prehistoria en la Universidad Complutense de Madrid, realizó estancias en centros internacionales como el Neanderthal Museum. Co-dirige, junto a David Álvarez Alonso, el proyecto

Primeros Pobladores de Segovia, en cuyo marco se han descubierto yacimientos como el *Abrigo del Molino* y el *Abrigo de San Lázaro*, que han situado a Segovia en el centro del debate científico sobre los últimos neandertales, el origen del arte y el simbolismo neandertal.

Foto: cedida por Andrés Díez Herrero

MARÍA ESPINOSA DE LOS MONTEROS (1875–1946)

Una de las pioneras del feminismo español y referente en la defensa de los derechos civiles y políticos de las mujeres. Fundadora y presidenta de la Asociación Nacional de Mujeres Españolas (ANME), impulsó el voto femenino, la igualdad laboral y el acceso de las mujeres a la educación y la vida pública. Empresaria vi-

sionaria, fue directora en España de la casa de máquinas de escribir Yost. En 1926 fue nombrada concejala de Turismo en el Ayuntamiento de Segovia, siendo, junto a Carmen García Moreno, una de las dos primeras mujeres en formar parte de la corporación municipal.

Foto: cedida por El Adelantado de Segovia

JUANA BARRAL FRECHOSO

Juana Barral Frechoso fue concejala del Ayuntamiento de Segovia entre 1983 y 1987, como independiente en las listas de Segovia Independiente. Licenciada en Derecho y profundamente comprometida con su ciudad, participó activamente en una etapa clave para el desarrollo municipal tras la consolidación democrática.

Apasionada de Segovia y defensora de su patrimonio histórico y cultural, apoyó los primeros pasos de la ciudad como destino turístico, contribuyendo a impulsar iniciativas orientadas a poner en valor su riqueza monumental y su identidad. Su labor ayudó a sentar las bases de la proyección cultural y turística que hoy forma parte esencial de la imagen y el desarrollo de Segovia.

Foto: cedida por el Archivo Municipal

ROSA M.^a DE CASTRO CARABIAS

Concejala del Ayuntamiento de Segovia (1979-1983). Rosa María de Castro Carabias formó parte del primer equipo de gobierno democrático del Ayuntamiento de Segovia tras la recuperación de las libertades municipales en 1979. Su compromiso con la vida pública marcó una etapa clave en la construcción de la democracia local, contribuyendo a sentar las bases de una nueva forma de entender la gestión municipal, más participativa y cercana a la ciudadanía.

Perito Mercantil de formación, desarrolló también una intensa trayectoria en el ámbito educativo. Fue profesora en el Colegio Peñalara de La Granja y en distintos institutos de Segovia y su provincia, donde dejó una profunda huella en generaciones de estudiantes.

Su vida representa el ejemplo de una mujer comprometida con su tiempo, que supo conjugar vocación educativa y responsabilidad pública en un momento decisivo de nuestra historia reciente.

Foto: cedida por la familia

MABEL ARRIBAS DE LA CALLE

Presidenta de la Asociación Intersectorial de Autónomos de la Provincia de Segovia (CEAT), lidera con voz firme y comprometida la defensa de los derechos de las personas trabajadoras autónomas. Inició su trayectoria en el sector asegurador en 1986 y, junto a su socia, fueron

las primeras mujeres en colegiarse como Agentes de Seguros en Segovia. Juntas fundaron la agencia *Carretero Arribas S.L.*, desde la que dirigen un equipo que ofrece seguros e inversiones en la ciudad y provincia de Segovia, así como en el resto de España.

Foto: cedida por Mabel Arribas

ESTELA GÓMEZ MARTÍN

Creadora del blog de viajes *Quiero Viajar Sola*, referente en español sobre viajes en solitario para mujeres. Ha transformado su experiencia personal como viajera en un proyecto digital que impulsa la confianza, la autonomía y la libertad de las mujeres a través del viaje en solitario. Su

labor ha sido reconocida con premios como el *20Blogs al Mejor Blog de Viajes* y el *Premio Día de Internet a la Mejor Marca Personal en Viajes y Turismo*, contribuyendo a visibilizar y normalizar que las mujeres viajen solas en el ámbito hispanohablante.

Foto: cedida por Estela Gómez (en Petra, Jordania)

NÉLIDA CANO MATESANZ

Presidenta de la Plataforma de Voluntariado de Segovia, cuenta con más de 30 años de compromiso solidario. Durante 16 años impulsó un proyecto de formación de matronas en distintos países de África, promoviendo la salud y la autonomía de las mujeres sobre el terreno. Se

formó en la Academia de costura de Carmen Encinas y, desde entonces, la costura ha sido su pasión y su oficio. En 2001 fue reconocida como “*Segoviana Bien Vista*” por su destacada labor social.

Foto: cedida por la Plataforma de Voluntariado de Segovia

MARINA MUÑOZ HERNANDO

Deportista profesional en la modalidad de triatlón. Tras una vida dedicada al deporte ha conseguido alzarse con la medalla de plata en dos campeonatos del mundo, en las modalidades de triatlón cross y acuatlón, además de múlti-

ples medallas nacionales. Actualmente trabaja por la clasificación olímpica, y su pasión y entrega la han convertido en una referente para muchas niñas y niños que inician su camino en el deporte.

Foto: cedida por la Federación Española de Triatlón

MARÍA DOLORES REINA PAZ

Doctora en Ciencias Económicas y Empresariales con Premio Extraordinario de Doctorado por la UNED, lleva más de 30 años dedicada a la docencia y la investigación. Autora de numerosas publicaciones académicas y científicas sobre marketing y empresa, desde hace más de cinco años dirige el Centro Universitario de la

UNED en Segovia, labor por la que recibieron en 2023 el Premio Nacional del Consejo Social a las Buenas Prácticas. Segoviana de adopción, trabaja cada día para acercar la universidad a toda la ciudadanía desde el compromiso con lo público.

Foto: cedida por Nacho Reina Paz

ALICIA GÓMEZ VALVERDE

Enfermera de vocación y referente en liderazgo en cuidados, desde 2019 es Jefa de Unidad de Enfermería de Calidad y Sistemas de Información del Complejo Asistencial Universitario de Segovia. Con una trayectoria construida desde la gestión, la docencia y el compromiso con la

sanidad pública, en 2026 forma parte del Programa HOPE europeo. Defensora de que el cuidado también es liderazgo, su trabajo inspira a otras mujeres a transformar su entorno desde la innovación, el servicio y la profesionalidad.

Foto: cedida por Alicia Gómez Valverde

MARÍA DOLORES BAS MARTÍNEZ DE PISÓN

Primera mujer en jurar el cargo y ejercer como Procuradora de los Tribunales en Segovia (1981–2025), y primera Decana del Colegio de Procuradores de Segovia (1991–2003), periodo en el que también presidió el Colegio Regional de Procuradores de Castilla y León. Su trayectoria vital pone de relieve su implicación en el mo-

vimiento feminista y en la reivindicación por la igualdad. En 1985, fue una de las fundadoras de la Asociación de Mujeres Alcázar, impulsando el asociacionismo feminista en la provincia y promoviendo la creación de la primera casa de acogida para mujeres maltratadas en Segovia

Foto: cedida por M.^a Dolores Bas Martínez de Pisón

TAMARA BRAVO VACA

Diseñadora gráfica especializada en branding y directora creativa, utiliza el diseño como herramienta para cuestionar, construir y hacer visibles historias que importan. Tras más de siete años como directora de arte en agencia, trabajando para marcas como Alfa Romeo, Maserati, Fiat, Jeep, CBRE, Correos, Santander, Sanitas o Disney, en 2020 funda su propio estudio, *Be*

Brave Be Branding, desde el que acompaña a pequeñas y medianas empresas y al comercio local a crecer desde la identidad, la comunicación y el arraigo. Esta motivación la ha llevado a formar parte de la Asociación de Jóvenes Empresarios de Segovia como vicepresidenta, para impulsar el tejido empresarial de la ciudad.

Foto: cedida por Sonrisas de la Calle Fotografía

MERCEDES CHANES GARCÍA

Pionera del atletismo femenino en Segovia, fue la primera mujer segoviana en correr el Maratón de Madrid, en 1978, cuando apenas se permitía la participación femenina en pruebas de larga distancia. Inició su carrera deportiva a los 11 años, enfrentando estereotipos y resistencias sociales, pero encontró en el atletismo una fuente de libertad, amistad y crecimiento

personal. Ha competido federada durante décadas, recorriendo pistas y ciudades, y dejando huella en generaciones de mujeres deportistas. En 2025 fue reconocida con el *Premio Miguelín* por su trayectoria ejemplar, siendo hoy una referente para mujeres deportistas de toda la provincia.

Foto: cedida por Mercedes Chanes García

ALICIA L. GARCÍA COSTA

Investigadora en Ingeniería Química y Ambiental, con una trayectoria vinculada a su raíz familiar en Lastras de Cuéllar. Inició su carrera investigadora en 2015 en la Universidad Autónoma de Madrid y se especializó en Oporto en el tratamiento de aguas con fármacos oncológicos. Desde 2022 trabaja en Madrid en el de-

sarrollo de tecnologías innovadoras, con varias patentes sobre eliminación de nitratos y arsénico. Su labor combina excelencia científica y compromiso con el entorno, devolviendo a la tierra, a través de la ciencia, lo que la memoria y la infancia le otorgaron.

Foto: cedida por Alicia L. García Costa

CRISTINA SAN JUAN

Enfermera en el Hospital de Segovia, se graduó en Enfermería por la Universidad de Valladolid en 2011 y cuenta con formación especializada en quirófano. Ha trabajado en Cambridge (Reino Unido) y fue ponente en el Congreso Internacional de EORNA 2022, en Noruega. Compagi-

na su labor sanitaria con la interpretación y la escritura. En 2025 encarnó a Isabel I de Castilla en la recreación histórica de su proclamación en la ciudad de Segovia, y actualmente forma parte del grupo Catarsis Teatro.

Foto: cedida por Aroa Sanz Esteban