

## Vallecas, ejemplo de solidaridad en tiempos del Covid-19

**Vallecas VA** conversa con algunos de los responsables y voluntarios de la red de solidaridad y apoyo mutuo Somos Tribu VK para conocer su día a día

Por Isa Mendi

Marimar, Víctor, Monika, Ainhoa, Meri... y así hasta cerca de 2.000 nombres de vallecas y vallecanaos engrosan la lista de voluntarios de Somos Tribu VK, la red de solidaridad y apoyo mutuo frente al Covid-19, que dio sus primeros pasos en torno al pasado 11 de marzo en las dos Vallecas, antes de que se organizaran incluso las administraciones, y que ya es un espejo donde se miran diferentes colectivos de la ciudad. Durante todo este

intenso tiempo de comisiones, grupos de trabajo, coordinaciones, decisiones, asambleas por whatsapp... personas que han sido ayudadas para recibir alimentos ahora colaboran cogiendo teléfonos o asesorando, o vecinas hablan por teléfono con otras para buscar soluciones. Pero también en el seno de la red se realizan compras, paseos a mascotas, acompañamiento telefónico, fabricación de mascarillas, químicos hacen desinfectantes e incluso funciona una despensa de alimentos. Su actividad se puede seguir desde el 20 de marzo en la web [SomosTribuVK.com](http://SomosTribuVK.com). ➔ **Págs. 8-9**

### ACTUALIDAD

**Un pequeño comercio más próximo y unido al barrio**

**Vallecas VA** recoge el testimonio de los responsables de diferentes establecimientos repartidos por los dos distritos vallecanaos con respecto a la actual crisis sanitaria ➔ **Págs. 4-5**

### ACTUALIDAD

**La complicada situación de la enseñanza pública en la crisis del Covid-19**

Las familias se están enfrentando a grandes dificultades en casa. A veces tienen que teletrabajar y al tiempo supervisar y controlar el trabajo que hacen sus hijos/as en casa. ➔ **Pág. 17**



**Crisis Covid-19** *Especial páginas centrales*

## En las mejores manos

**L**os profesionales de la Sanidad Pública de Vallecas se enfrentan sin descanso al coronavirus, poniendo en riesgo su vida y la de sus familias. **Vallecas VA** da voz a nuestro personal sanitario. ➔ **11,12,13 y 14**

**La Estrella**  
FRUTAS Y VERDURAS  
[www.laestrellafruteria.com](http://www.laestrellafruteria.com)

**Pedidos online**  
☎ **647 781 995**  
C/ Monte Aya, 4  
🚚 **reparto a domicilio**

**AUTO ESCUELAS**  
**Rayo**  
www.rayoautoescuelas.com

Más de 40 años nos avalan  
Enseñanza de calidad  
TODOS LOS PERMISOS  
COCHES AUTOMÁTICOS

**Cursos CAP**  
Viajeros y mercancías  
todos los meses

**Cursos A.D.R.**  
Mercancías peligrosas  
todos los meses

**Cursos de recuperación de puntos**  
Todas las semanas

**Cursos intensivos**  
Moto-B-C-D-E  
Sácate el teórico en 10 días

info@rayoautoescuelas.com VALLECAS: Avda. Albufera, 264 Tel.: 91 303 11 66  
Avda. Albufera, 110 Tel.: 91 477 37 85 • Alcalá de Guadaira, 32 Tel.: 91 777 96 17  
VILLA DE VALLECAS: Congosto, 8 Tel.: 91 332 87 34 • MORATALAZ: Hacienda de Pavones, 120 Tel.: 91 773 6773



**Carril Express para atención inmediata**

Centro Transportes Madrid  
Junto a **MERCAMADRID**

**LA ITV MÁS CERCANA**  
**NUEVA GESTIÓN**

**15€**

Imprescindible presentarlo. Oferta no acumulable. Válido para turismo diesel y gasolina hasta 3.500kg en inspecciones periódicas.

Mientras dure el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, la obligación de pasar ITV queda suspendida, de forma excepcional

**HORARIOS AMPLIADOS:**  
Lunes a Viernes  
de 8:00 a 21:00h  
Sábados

Tlf. 915 360 275  
[www.itvctm.es](http://www.itvctm.es)

## EDITORIAL

## Porque sobre todo ... hay futuro

Querido vecino, querido lector:

Queremos que este número refleje las hermosas y valiosas iniciativas vecinales que ya se están construyendo en este difícil momento que estamos viviendo.

Este editorial no puede ser un editorial más. Lo que está aconteciendo en Vallecass y en el mundo entero es algo que ya ha marcado un antes y un después en cada uno de nosotros. Todos los habitantes de este planeta nos vemos radicalmente "tocados" por las consecuencias que nos está trayendo el coronavirus. En algunos casos, por el sufrimiento que las muertes están trayendo; en muchos otros por las

dificultades económicas, laborales, estudiantiles, etc... que en algunas personas está pegando muy duro. Pese al dolor y al sufrimiento que todo esto está generando, hemos de hacernos fuertes y aprovechar para ver qué aspectos de nuestra vida personal y de nuestra organización como sociedad necesitamos cambiar radicalmente.

Pese a toda esta desgracia, se está abriendo una tremenda ventana de posibilidades. Todo está poniéndose "patas arriba", todo está tocado por una atmósfera de incertidumbre. Sabemos a ciencia cierta que todo esto va a ser así durante los

próximos meses. Pero pese a esto, también podemos aprovechar para preguntarnos ¿cómo es que queremos vivir?, ¿cómo es la sociedad que queremos compartir?, ... Cada uno de nosotros podemos decidir desde ya, sacar lo mejor de nosotros y en comunidad con nuestra gente más cercana ponernos a trabajar por ese mundo y este barrio que en el fondo la mayoría anhelamos. Esta es la oportunidad y esta es la única salida. Tomemos la firme determinación de hacer cambios importantes en nuestra propia vida. Construyamos ese barrio, ese país y ese mundo que en el fondo anhelamos la inmensa mayoría.

Comenta este artículo en >>> [www.vallecas.com](http://www.vallecas.com)

## CARTAS AL DIRECTOR

• Para manifestar su opinión sobre algún tema, dirija su escrito por correo electrónico a:

[prensa@vallecas.com](mailto:prensa@vallecas.com)

o por carta a:

Vallecas VA,  
Apartado de Correos N° 72.004  
28080 Madrid.

• No olvide incluir su nombre completo, dirección y DNI. Vallecas VA se reserva el derecho de reducir o extraer el texto a publicar, si fuera necesario por razones de espacio. El periódico no se hace responsable de las opiniones que libremente sean expuestas por sus autores en esta sección.

[prensa@vallecas.com](mailto:prensa@vallecas.com)

## //Tribuna &amp; Vallecana

## ¿Quieres colaborar?

Vallecas VA, un medio al servicio del barrio  
Envíanos tu texto para esta sección a:  
[prensa@vallecas.com](mailto:prensa@vallecas.com)

## Pasará la tormenta

Olvidamos a menudo que, tras las nubes negras, la oscuridad y la tempestad, siempre está el sol. Volverá a salir y con él todos nosotros. Seremos dueños de nuevo de nuestras calles. No cabrá un alfiler en la Albufera, llenaremos las terrazas de la Plaza Vieja y los martes abarrotaremos el mercadillo de Villa. Los domingos volverá a atronar nuestro Rayo como si hubiese estado aguardando siglos entre estas nubes.

Cuando llegue ese día, todos revisaremos nuestra conducta y con ella nuestra conciencia, quien la tuviese, ya que nos tocará construir juntos un futuro nuevo. Tendremos que convivir con aquellos que, llenando sus carros, vaciaban las despensas de los demás, presos de la avaricia. Y con esos otros que, carentes de empatía alguna, huyeron de vacaciones sin importarles poder infectar a los demás.

Comprobaremos el nulo papel que jugó tanto la Corona como la Unión Europea. Una aprovechó la crisis para airear sus miserias y no aportó más que un discurso repleto de obviedades. Y la otra demostró, como en la crisis de los refugiados, que su política no es la de dar una respuesta común, sino la de salvarse quien pueda.

Veremos si con las medidas del

Gobierno por fin se logró que cada uno se sacrificase en la medida de sus posibilidades. Comprobaremos si los ERTE fueron menos lesivos para la clase trabajadora que prohibir los despidos como Italia.

Sabremos si la moratoria hipotecaria fue suficiente o si se pasó por alto no intervenir el mercado del alquiler como llevan reclamando los afectados desde hace meses.

Y lo más importante: ¿habremos aprendido la lección? La lección de que los servicios públicos, de una vez por todas, no se tocan. No por capricho ni por ideología, como nos quisieron hacer creer. Sino porque nuestras vidas dependen de ellos.

La lección de no precarizar ciertos empleos, porque llega el día en que nos salvan el pellejo. Y no hablo solo de sanitarios, sino también de profesionales de la logística, limpieza, alimentación, seguridad, mantenimiento, etc... Las 'kellys',

¿Habremos aprendido la lección? La lección de que los servicios públicos, de una vez por todas, no se tocan.

por ejemplo, han jugado un papel crucial habilitando hoteles como hospitales. Durante 2019 la brecha salarial se agrandó aún más. El sueldo de los directivos aumentó un 4,58% mientras que el de los trabajadores apenas un 1,89%. ¿Quién será capaz de explicar los motivos de esta brecha a la 'kelly' que limpia una habitación por euro y medio o al empleado que ha recogido la basura a diario mientras el directivo teletrabajaba desde su casa?

## Conciencia de barrio

Y, por último, la lección de conciencia de barrio, una conciencia que no podemos arriesgarnos a perder los vecinos de Vallecas. Una conciencia que nos ha llevado a ayudar a nuestros mayores, ofreciéndoles a hacerles la compra, a no sentirse solos, a saber que hay alguien más allá de la pared. No podemos permitir que solo en estos momentos descubramos quiénes son nuestros vecinos. Si generamos una auténtica conciencia de barrio, si tejemos una relación de vecindad solidaria, estaremos preparados para un mañana que no sabemos si nos será hostil. Dispuestos en todo momento a hacer frente a los ataques de nuevos virus, ya sean microscópicos o vistan traje y corbata.

Por Ignacio Marín (@ij.marin)



## La imagen del mes

Como no puede ser de otra manera, la imagen destacada de abril está relacionada con las consecuencias de la extensión del coronavirus en Vallecas, en Madrid y en el resto del país. Los vallecass, confinados en sus casas desde el 15 de marzo, fecha en la que entró en vigor el decreto de estado de emergencia sanitaria del Gobierno de la nación, están contribuyendo a no propagar la pandemia y ayudando de forma solidaria a sus vecinos más necesitados. La protagonista este mes es una de las múltiples pancartas colgadas en balcones y en ventanas en las que se dan ánimos y se invita a la ciudadanía a quedarse en casa hasta que esta crisis pase por fin y se pueda retomar la vida normal.

ACTUALIDAD

# “Es el momento de poner en juego lo que somos capaces de hacer por los demás”



Carta de **Concha Chapa**, concejala de **Villa de Vallecas**, a sus vecinos

**T**odos tenemos que aplicar nuestra inteligencia y la resistencia tanto psicológica como física que son necesarias ante la fuerte presión que nos ha impuesto un cambio tan radical en nuestro modo de vida.

Pero queremos recobrar nuestra actividad habitual, las relaciones con los demás, la familia, los amigos, los compañeros de trabajo, el señor de la tienda de la calle de atrás o el del quiosco de prensa de la esquina. Lo que algunas veces nos parecía una rutina aburrida, ahora nos parece un lujo y lo valoramos como realmente merece.

Para conseguir recuperar la vida que ansiamos tenemos la imperiosa necesidad de poner en juego algo que llevamos todos dentro, que es la fuerza interior que la mayoría de las veces es incluso muy superior a lo que nosotros mismos creemos.

Sí, porque el sacrificio va por ti y por ella o él también, no sólo por mí, no solo por nosotros, sino también por vosotros y por ellos. Va por todos. Cada persona a la que evitemos el contagio se puede convertir en miles de contagiados menos y hasta muchas personas a las que se les evite incluso morir.

Por ello, apelo al valor y a la entereza de todos nosotros, porque es el momento de poner en juego lo que somos capaces de hacer por los demás y por nuestra sociedad, además de por la gente más próxima y por nosotros mismos. La sociedad no se sustenta por sí sola, ni por algunos, sino por todos y ahora es un momento claro de volcarnos con ella.

Aplaudimos muy merecidamente a las personas abnegadas que lo están

*“Cada persona a la que evitemos el contagio se puede convertir en miles de contagiados menos”*

dando todo, que son muchas y están vaciándose con su labor en diferentes sectores esenciales. De una forma muy especial, representando a todos ellos, menciono al personal sanitario que está desempañando una labor heroica en circunstancias extremadamente difíciles. Ellos nos están dando una demostración encomiable de ese coraje y de esa respuesta personal que la sociedad espera y necesita de ellos. Lo creo correcto y muy merecido, pero la mejor forma que tenemos de ayudarles y aliviar en lo posible su situación de estrés y desbordamiento consiste en no contagiarnos. Esa es nuestra importantísima contribución en estos momentos, eso es lo que podemos y tenemos que hacer por ellos y por todos.

En consecuencia, aplicando un mínimo necesario de inteligencia y un máximo de sentido cívico, hagamos efectiva la frase que todos estamos escuchando repetir por todas partes y que dice así:

“Yo me quedo en casa”.

Lo vamos a lograr tanto más pronto cuanto más empeñemos nuestra firmeza en ello.

Mucho ánimo a todos, ¡Lo vamos a lograr juntos!

# “Tú lo harás posible”



Mensaje del concejal de **Puente de Vallecas**, **Borja Fanjul**, a la ciudadanía

**A**provecho la ocasión que me brinda este periódico para dirigirme a todos vosotros en estos momentos de confinamiento y de esfuerzo colectivo para superar la pandemia.

Esta batalla contra el virus la afrontamos juntos y, solo juntos, venceremos. El enemigo al que nos enfrentamos es cobarde y se esconde ante nuestros ojos. Y es miserable, pues ataca a los que menos se pueden defender. No bajaremos los brazos. No nos rendiremos.

Esta guerra nos pondrá a prueba como sociedad. Las generaciones venideras juzgarán lo que hicimos en estos momentos y cómo afrontamos la adversidad desde la trinchera en la que nos tocó luchar. Tiempo habrá de valorar las actuaciones pasadas y presentes, pero lo que toca ahora es estar unidos para ganar esta guerra. Lo único que importa en estos momentos es salvar vidas.

En nuestra mano está cómo queremos recordar lo que hicimos en estos momentos cruciales. Es ahora cuando tiene que salir la mejor versión de nosotros mismos.

La batalla se está librando en cada casa, en cada esquina, en cada uno de los hospitales y centros sanitarios, también en nuestros supermercados. Profesionales sanitarios, policías, militares, personal de limpieza, trabajadores de los supermercados, taxistas, distribuidores... pocas guerras han dado tal cantidad y calidad de héroes.

Vallecas, orgullosa siempre de su carácter combativo, está unida contra este “bicho”, en donde personas anónimas también están dando lo mejor de sí mismas desde su casa. Como esos padres y madres que lidian con unos niños deseariosos de salir a la calle en espacios no

*“Esta batalla contra el virus la afrontamos juntos y, solo juntos, venceremos”*

tan grandes como todos desearíamos. O como también nuestros jóvenes, poniendo en práctica todo tipo de iniciativas que están ayudando a que sea más llevadero el confinamiento en nuestros hogares. Unos pocos irresponsables no pueden ensuciar el verdadero espíritu comprometido y solidario de los jóvenes vallecanos.

El Ayuntamiento también está aportando su granito de arena: llevando comidas a los domicilios de quienes se encuentran más vulnerables ante esta situación; con iniciativas como la de ofrecer por canales de internet sesiones para practicar deporte o exposiciones y visitas culturales; poner a disposición de los profesionales sanitarios y voluntarios líneas de la EMT; el reparto a domicilio y compra “on line” en mercados municipales; sin olvidarnos de la limpieza o la recogida de basuras... En definitiva, sumando esfuerzos.

Como lo es seguir quedándonos en nuestro hogar. Sé que es difícil, que es duro, pero este partido se juega en casa y lo vamos a ganar.

Estos instantes ponen a prueba el valor de nuestras convicciones y la fuerza de nuestra sociedad. Y, a pesar de nuestras divisiones y nuestras diferencias, nuestras dudas y nuestros miedos, ganaremos porque decidimos luchar unidos. Ganaremos porque tú lo harás posible.

# Un pequeño comercio más próximo y unido al barrio

Vallecas VA recoge el testimonio de los responsables de diferentes establecimientos repartidos por los dos distritos vallecanos con respecto a la actual crisis sanitaria

Por Mar Torrado/ Isa Mendi

El comercio de proximidad de Vallecas, de aquellos sectores considerados esenciales que tienen permiso para continuar aún abiertos, afronta un nuevo reto en tiempos del coronavirus. Echan de menos las conversaciones, los abrazos, las sonrisas, el ambiente distendido y la complicidad de sus clientes, pero no dudan en ponerse a su servicio para prestar su ayuda solidaria.

Vallecas VA hace un recorrido por los dos distritos vallecanos para conocer como los responsables y los empleados de estos negocios están viviendo estos días, cuáles son sus inquietudes y qué iniciativas tienen o planean para ayudar a la ciudadanía y continuar a flote en estas complicadas jornadas.

La primera parada en el camino es en el Mercado Municipal de Villa de Vallecas (calle de Sierra Vieja, 61). La protagonista es Belén, responsable de la tienda de café El Rinconcito de Belén. "Podría ser una gran oportunidad para que la gente valorara lo que tiene al lado, lo que es el pequeño comercio. La mayoría de los puestos hemos dado los teléfonos para poder acercar a las personas más necesitadas la compra a casa o lo que necesitan, porque muchos mayores y personas con movilidad reducida no pueden salir a por una simple barra de pan. Para lo que necesitan, para esto estamos", apunta. "A pesar de mi miedo, canto y hasta bailo si hace falta. Siempre con una sonrisa. Y si no me sale, me la dibujo. Una sonrisa y positividad", concluye.

"Se echa de menos el abrazo, los besos, el saludarnos como lo hacíamos antes aquí. Que vamos a salir adelante obviamente, siempre y cuando todos

respetemos las normas y estemos concienciados con ello", añade el conserje de este espacio comercial, José Miguel Díaz.

## Galería de la calle Imagen

Al día siguiente, la conversación transcurre en la galería de alimentación de la calle Imagen, en San Diego (Puente de Vallecas). "La gente está más triste, sobre todo por sus padres. La mayoría tiene a sus mayores que no pueden salir, que están delicados de salud". El que habla es uno de los trabajadores de Fruterías Ayuso, que lleva toda la vida en el barrio. "Sientes pena sobre todo por la gente que no puede salir de casa, por los padres, por los niños como fieras enjauladas, acostumbrados a su diario. Nosotros seguimos trabajando, saliendo a la calle, no nos repercute tanto", añade. En cuanto a la forma de comprar, asegura que "viene mucha gente a comprar para vecinos, para padres, con varios pedidos. Tenemos el reparto a domicilio, que te llaman, personas mayores, pero cada puesto a nivel particular".

También de esta zona de Vallecas es Juan Acosta, que regenta la pescadería del mismo nombre en el citado espacio comercial. "No quieres que la cliente se sienta incómoda, pero no puedes darle mucha conversación porque como que viene con prisas, no está relajada, y tienes que emplear menos tiempo. No te sientes tranquilo, te ves obligado a dejar lo que te estás haciendo para ir a atender. Llevo más de 40 años en el barrio y conozco al 90% de las clientas de toda la vida. Cuando eran niñas, venían con sus madres y con sus padres. Ahora vienen que parecen extrañas o nuevas, como que no las conocieras toda la vida. Parece que no tienen la amistad de antes", comenta.

"La cliente que viene es porque te conoce", continúa. "En las grandes superficies está todo más a mano, cargan una vez a la semana y ya está. Pero como calidad, siempre he dicho que el pequeño comercio da mucho

**Conserje Mercado Villa de Vallecas:**  
"Se echa de menos el abrazo, los besos, el saludarnos como lo hacíamos antes"



mejor servicio que las grandes superficies. El profesional está muy hecho a la profesión. Sabes lo que tienes que darle a la clientela, cómo tienes que dárselo. En las grandes superficies ves una frialdad, un distanciamiento dependiente-cliente. Nada que ver con el pequeño comercio. Le das conversación, te muestras amable, al gusto que quiere. Aquí un profesional gana el doble que en las grandes superficies, se les prepara y saben cómo tienen que vender el género", añade Acosta.

Por otro lado, se refiere a las iniciativas que tiene para ayudar a sus vecinos. "Siempre ofrecemos un reparto a domicilio y si le puedo llevar la fruta de enfrente también se la llevo. Nos hemos puesto de acuerdo y en el mismo reparto le llevamos varias cosas. Nos llaman por teléfono, hacemos el pedido y se lo llevamos con tal de no perder clientela y mantener la que tenemos. Son vecinos que confían en lo que les sirves, porque saben que no les vas a engañar. A lo mejor tenemos 8 o 10 clientas a las que

le llevamos la compra todos los días. Igual vamos a la avenida Ciudad de Barcelona que a Entrevías, donde nos llamen", apunta.

"La unión hace la fuerza y es lo mejor que hay. Hemos salido de muchas y duras. El barrio siempre es luchador y es positivo. Lo perciben los vecinos que tratas de ayudar y no dejarles", sentencia, emocionado.

## Calle Serena

El periplo continúa por las calles de Vallecas y la siguiente

1 El Mercado de Villa de Vallecas  
M. TORRADO

2 La farmacia de la Avenida de Pablo Neruda, 124  
M. TORRADO

3 El estanco de la calle Viridiana  
M. TORRADO

4 Belén, en su puesto del Mercado de Villa de Vallecas  
M. TORRADO

5 La pescadería de Juan Acosta, en la galería de la calle Imagen  
M. TORRADO

6 El puesto de Fruterías Ayuso, en la galería de la calle Imagen  
M. TORRADO



2

**Pescadería Juan Ayuso: “El pequeño comercio da mucho mejor servicio y más calidad que las grandes superficies”**



3



6



parada en la ruta es en un estanco de la calle Serena. Su responsable, Jesús López, abre ahora de lunes a viernes y cierra los fines de semana y, parapetado tras una mampara que ha adquirido recientemente, vende fundamentalmente tabaco y recargas de teléfono y transporte. “Me quemo porque estoy mucho tiempo de brazos cruzados, aunque en el local siempre tienes que hacer, limpiar y otras cosas. Si entra alguien estás con más cuidado y precaución aunque la gente viene con guantes

y mascarillas”, señala. Este comerciante aplaude la iniciativa de la gente joven que se ofrece a llevar lo que necesite a la gente mayor que no puede salir de casa y anima a “tener confianza, seguridad y tomar todas las medidas posibles de cara a limpieza. Hay que demostrar una vez más la unidad”, agrega.

#### Avenida de Pablo Neruda

El siguiente negocio visitado por Vallecas VA poco tiene que ver con el anterior. Se trata de la farmacia situada en la avenida

de Pablo Neruda, 124. Su dependencia que lleva trabajando 22 años en el barrio, explica que los clientes entran con guantes, mucha precaución y respetan la distancia con respecto al mostrador. “La actitud es más seria, sin ninguna intención de hablar ni conversar y sí de comprar lo que necesitan con menos parafarmacia”, argumenta. Al respecto, añade que la clientela demanda sus medicamentos de su receta electrónica y mucho paracetamol, “porque los termómetros, las mascarillas y los guantes

están agotados, reservados para servir a los hospitales”.

Además, destaca que tienen puesto un cartel de los vecinos de los alrededores por si alguien los necesita, con teléfonos. “Dentro del edificio se han puesto de acuerdo, por si alguna persona mayor necesita medicamentos”, concluye.

#### Calle de Viridiana

El último alto en el recorrido tiene lugar en el quiosco de prensa de Juanjo, en la calle de Viridiana. “Hay de todo un poco, la

gente tira más de promociones, de sudokus, de pasatiempos, autodefinidos, cruzadas... porque se aburre en casa y alguna revista del corazón se vende evidentemente. Todos los días recibo la prensa diaria, no hay mucha diferencia” explica. “El vecino está un poco triste, con miedo y con preocupación, llámalo como quieras. Tiempo atrás te venía con una sonrisa, ahora viene de prisa, corriendo, te compra y dice ya nos veremos, punto. Ahora toca tener paciencia y a ver si pasa pronto el virus”, concluye.

# Los servicios públicos en tiempos de adversidad

Este periódico habla con vallecanos y vallecanas que salen a la calle todos los días para garantizar la movilidad y el funcionamiento de la ciudad

Por Mar Torrado/Isa Mendi

No pueden teletrabajar ni quedarse en casa a pesar del estado de emergencia sanitaria que ha recluso en sus hogares a la mayor parte de la población. Deben salir a la calle todos los días para garantizar que no se paralice si aún cabe más la capital. Vallecass VA ha hablado con varios trabajadores vallecanos de servicios públicos para conocer cómo es su día a día, qué sensaciones tienen y cómo afrontan la actual situación.

"La verdad es que hay un poco de miedo en el ambiente incluso entre los compañeros. La gente se sienta separada, nadie habla con nadie. A los viajeros se les ve con un poco más de precaución". El que habla es José Luis, conductor de la EMT que se pone al volante en una de líneas urbanas que recorre diariamente Vallecass.

En cuanto a los cambios que se han producido en un servicio que ha experimentado un descenso de viajeros de hasta el 91%, recuerda que no se puede pagar en metálico y se recomienda que no se ocupen los dos asientos más próximos al conductor. "Aunque esto así, no se niega el paso a nadie si no puede pagar con tarjeta. Si tienes que parar fuera de la parada, paras. Hay un poco más de cordialidad entre pasajero y conductor", concluye.

## Metro

La segunda protagonista vallecana es supervisora comercial de Metro, lleva mucho tiempo en la compañía y prefiere no decir su nombre. Asegura que el servicio se está prestando con normalidad, que no son ciertas las aglomeraciones y que la afluencia de viajeros está siendo muy reducida. Además, advierte que se están produciendo bastantes bajas "por el contacto con gente infectada". "Se está haciendo limpieza en las estaciones, pero

con relación a nuestros puestos de trabajo no hay tanta como debería haber", apunta. Al respecto, denuncia que los conductores tienen que limpiarse ellos mismos las cabinas con productos de casa, una situación que se repite en los cuartos de operadores.

"Nos estamos jugando nuestra salud y la de nuestra familia, lo tenemos asumido. Queremos que lo asuman las direcciones de las empresas que nos llevan. Que nos den los medios. En mi caso, estoy trabajando sin guantes ni mascarilla. Lo dan si tú lo pides. Cuando entro lo que encuentro son toallitas para las manos. Los maquinistas están igual", se lamenta.

A pesar de esta situación, considera su labor "muy gratificante". "Siento más simpatía, noto que la gente nos sonríe dándonos de alguna manera las gracias, es de agradecer efectivamente", agrega.

Ya en clave más personal, explica que está haciendo recados a sus vecinos mayores. "Ya que salgo a la calle a trabajar, aprovecho y les quito el tener que salir ellos", dice.

Por último, hace un llamamiento a la gente. "Que recordemos que los servicios públicos son el mayor bien preciado que tenemos, empezando por la Sanidad. Espero que de aquí a un tiempo no se nos olvide", concluye.

## Taxi

Ahora el turno es de Elvira, que vive en Vallecass y trabaja conduciendo un taxi. "La gente es consciente de la situación y no pide subir adelante. Si vienen dos personas, se sienta una en cada extremo. Los usuarios traen guantes, mascarilla y su propio gel. Si no es así, yo misma se lo proporciono para lavarse las manos después de tocar maletas, puertas o demás", comenta mientras aguarda la llegada de clientes en la parada del Hospital Infanta Leonor. "Me cabreo y es posible que me vaya sin esperar a ningún cliente. Pasa la gente en grupo, no de uno en uno, ¿qué hacemos aquí amontonados?, se pregunta.

Por otro lado, dice que dan servicio a quienes lo necesitan, "muchos de ellos gratuitos". "Si una persona mayor precisa hacer la compra, se le hace sin ningún tipo de problema. También se da servicio a médicos, a enfermeras y a personas que lo necesiten. Basta con llamar a la emisora o

José Luis, conductor EMT: "A los viajeros se les ve con un poco más de precaución"

José Luis, empleado de la EMT, en una parada de autobús. MAR TORRADO



Elvira, taxista: "Damos servicio a quien lo necesita, muchas veces de forma gratuita"

Elvira, en el taxi en el que trabaja. MAR TORRADO



parar a un taxi y se le hace sin ningún problema".

## Correos

El último de los testimonios recogidos por nuestro periódico proviene de una carter, que se mantiene en el anonimato. "Mucha gente no te abre cuando llamas al telefonillo. En cambio hay otra que sí, que te da ánimos y te dice que tengas cuidado y por qué estás trabajando. Una señora me regaló una mascarilla porque no tenemos. Al principio eran necesarias y ahora no, según el

Gobierno", se queja esta empleada pública.

"Correos quieren que trabajemos tocando unos telefonillos que están a mano de todo el mundo. Con los mismos guantes tocamos otros telefonillos y nos tocamos todo y luego que no te toques la cara. Es muy difícil que cada 45 minutos te laves las manos, como nos dicen. Que cese ya el reparto. Lo que es vital es quedarse en casa. ¿De qué sirve que mi familia no salga si yo me voy a trabajar?", se pregunta.

Por último, reconoce que

llevando una carta "no me siento útil". "A mí no me importa cuando paso por la calle dejar mi teléfono y llevarles el pan a las personas mayores. Nos tenemos que ayudar, pero eso no es llevar una carta que no vale para nada... ayudar es de otra manera. Estoy de acuerdo con lo que dijo un compañero que se sentía útil llevando un paquete de pañales a una madre que no puede salir, pero no entregando una pantalla o unas zapatillas de China. Paremos esto ya, se nos ha ido de las manos", apostilla.

# La gestión del Covid-19 en Cañada Real a su paso por Villa de Vallecas

Casi 900 familias viven confinadas en sus viviendas en el sector 6

Por Proyecto ICI

¿Qué ha pasado en Cañada Real desde que se cerraron los centros educativos el miércoles 11 de marzo?. Situamos el inicio de todo en este punto anunciando por la Comunidad de Madrid a las 20 horas del lunes 9 de marzo. Cuando esto llegó por los tele-diarios a nuestros hogares ya supimos que algo difícil estaba por venir y, a partir de ahí, empezamos a organizarnos en Cañada Real. ¿Cómo? Primero desagendando todo lo agendado en marzo para tener tiempo de afrontar lo realmente importante que fue en ese momento y, sigue siendo, el "bienestar de las familias de Cañada Real" y como llevar al máximo provecho la organización comunitaria de las diferentes instituciones, administraciones, entidades, asociaciones vecinales y vecinos y vecinas en particular.

Una vez despejado todo y habilitado nuestros equipos informáticos para trabajar desde casa, empezamos a buscar una cotidianidad dentro de esta crisis sanitaria de alto nivel. Después de más de dos semanas de Estado de Alarma y confinamiento, podemos decir que Cañada Real ha dado un gran ejemplo de solidaridad y generosidad en salir adelante todos y todas juntas de esta "amenaza planetaria que es el coronavirus". Nos preocupan cuestiones importantes como tener

cubiertas las necesidades alimentarias de las familias que tienen menos recursos, medicinas sobre todo para las personas más mayores que son las más amenazadas, también pañales para bebés y productos de higiene para los hogares y en eso estamos, a tope con una identificación de estas situaciones que hacemos entre todas las entidades que allí trabajamos en estrecha colaboración con los y las vecinas.

## Menos voluntarios

Al no estar allí, las entidades, como es habitual, son nuestras miradas y nuestras manos para poder activar todos los protocolos necesarios para que todo esté cubierto. De repente, de los 140 profesionales que todos los días estamos en sector 6 de Cañada Real hemos pasado a apenas algunos y algunas profesionales de Cáritas y Parroquia Santo Domingo de la Calzada manteniendo la atención Salud y Comunidad que gestiona el Centro de Reducción de Daños para personas drogodependientes y la EIPE (Equipo de Intervención con Población Excluida) que está compuesto por una médica, un enfermero y el conductor de una Unidad Sanitaria que lleva desde el año 2007 atendiendo en Cañada Real (y todo el tiempo de presencia de las familias de El Gallinero hasta su total realojo en el año 2018).

Quienes si permanecen en sus hogares son las casi 900 familias que viven en el sector 6 que tenemos que intentar que mantengan al máximo el bienestar y cuidado que requieren en esta crisis. Hay algunas personas del sector 6 que están colaborando de voluntarias en entrega

El arco iris, como signo de esperanza en Cañada Real



de comidas de Rodilla en dos puntos del sector 6: explanada del culto y fábrica de muebles. La Asociación Cultural Tabadol se ha puesto a disposición de las autoridades de Cañada Real (Mando Único para la Crisis Covid19 a cargo del Comisionado de la Comunidad de Madrid para Cañada Real y Coordinadora de Cañada Real y Asentamientos por parte del Ayuntamiento de Madrid) para traducir en árabe mensajes importantes y para movilizar a posibles personas voluntarias de Cañada Real para

Cañada Real ha dado un gran ejemplo de solidaridad y generosidad en salir adelante todos y todas juntas

tareas que consideren importantes el Mando Único. Así han hecho vecinas y vecinos vinculados a la anterior Asociación Vecinal sector 6. Porque todos y todas hemos entendido, y así ha sido también en Cañada Real, que esta lucha ¡la vencemos todos y todas juntas!

El Equipo Comunitario del Proyecto ICI en Cañada Real está impulsado por la Obra Social "la Caixa" en colaboración con la Comunidad y el Ayuntamiento de Madrid y gestionado por Accem y la Fundación Secretariado Gitano.

**MOBILIARIO DE COCINA Y BAÑO**  
Avda. de Palomeras, 96 – 28018 Madrid

**DESDE 1969**  
**EUROLAR**

Permaneceremos cerrados desde el día 13 de marzo hasta que terminen las restricciones a la apertura de establecimientos comerciales

**CRISTALERÍAS MAYTE** C/ Carlos Martín Álvarez, 81 Tlf: 91 4785799

❖ Cuadros y Molduras ❖ Ilusionistas de la conservación  
❖ Enmarcación, Cuadros, Passe partout, Espejos, Cristalería, Portafotos, Vidrios Tallados, Obra Gráfica Original, Grabados, Galería, Láminas

**Vallecas VA**

**Ayúdanos a difundir este periódico en formato PDF**

Dada la dificultad de distribuir este periódico en papel en los 350 Puntos de Distribución habituales. Hemos tenido que reducir la tirada de 20.000 ejemplares a 10.000. Por ello estamos haciendo un gran esfuerzo en hacer llegar este periódico de abril en formato pdf a la mayor cantidad de personas. Por lo que te pedimos que, si quieres ayudarnos a difundirlo, **te lo descargues de nuestra web [www.vallecas.com](http://www.vallecas.com) o mediante este código QR** y se lo puedas hacer llegar a tu gente a través de whatsapp o por correo electrónico. Muchas Gracias.



**Vallecas VA**

**Vallecas. ejemplo de solidaridad en tiempos del Covid-19**

**En las mejores manos**

**LA TV MÁS CERCANA**  
**NUEVA GESTIÓN**  
**15€ DESCUENTO**



# Vallecás, ejemplo de solidaridad en tiempos del Covid-19

*Viene de portada*

**V**allecás VA ha tenido la oportunidad de conocer los testimonios de varias de estas personas, anónimas, que emplean de forma desinteresada sus esfuerzos e incluso su dinero en hacer la vida mejor a los necesitados que sufren de forma más profunda la crisis sanitaria del coronavirus.

Los primeros en someterse a las preguntas de este periódico son Víctor y Marimar.

"La idea primigenia surge de Marimar, la dinamizadora vecinal de San Diego. Empezamos a establecer contacto, me comentó la idea y me flipó, sentí que era lo necesario para trabajar en estos momentos y concentrar esfuerzos. Nos llamamos, nos juntamos, pusimos el modo bala, se hizo un grupo de WhatsApp, la respuesta de la gente fue brutal

y se empezó a llenar el grupo, a dividir grupos de trabajo, barrios...", comenta Víctor. "La iniciativa, como tal, surge de toda la gente que empezó a participar en el proyecto en sus respectivas comisiones y volverá a surgir de toda la gente que suma en la plataforma, ya que como es colectiva la pueden sentir como suya", añade.

"Comenté con Víctor esta iniciativa y puso esa chispa de '¡pa'lante!', sumando así los grandes pilares de Vallecás, las asociaciones de vecinos y la juventud. Y a partir de ahí, íbamos un poco a ciegas, sin saber la respuesta (suponíamos que sería buena, ¡pero no tanto!). Y en cada grupo y en cada persona que se ha sumado está la fuerza. Vallecás no defrauda", apunta Marimar.

En cuanto a si los momentos de crisis sirven para sacar lo mejor

de la ciudadanía, los dos lo tienen claro. "Vallecás no necesita crisis para sacar lo mejor, porque lo tenemos todo el año. Pero si hablamos de la ciudadanía en general, sí, la población tiene que recuperar el pedir 'un poco de sal' a la vecina de la puerta de al lado. La realidad es que ves más a tu vecina que probablemente a tu familia, cada día, sabes que está ahí. Eso es lo que hay que recuperar y a lo mejor esta crisis sirve para ello", explican. "La realidad de algunas zonas del distrito ya es difícil durante el año, pues ahora se acentúa con personas que viven al día haciendo 'chapuzas', trabajando en negro en una obra y que ahora no pueden hacerlo", abundan.

"Además de las redes sociales en los barrios se han organizado para poner carteles, han ido a las farmacias, hemos hablado con algunos centros de salud, con Servicios Sociales... Porque muchas veces las personas que necesitan ayuda no saben dónde encontrarla y la brecha digital es una realidad latente. No sentimos que estemos ayudando a nadie, estamos haciendo lo que tenemos que hacer", reconocen ambos.

Por último, aprovechan la ocasión para dar las gracias a todas las personas, colectivos, asociaciones, centros sociales, plataformas, asociaciones vecinales, centros de salud, Servicios Sociales... que se han sumado a su iniciativa "por remar todas hacia el mismo lado, por su disponibilidad, por su esfuerzo, por su rapidez, por su creatividad, por el debate, por su tiempo...". A modo de llamamiento, instan



**Marimar y Víctor:**  
"No sentimos que estemos ayudando a nadie, estamos haciendo lo que tenemos que hacer"

a la población a que haga caso "a las recomendaciones sanitarias y que no difundan bulos. Contrastemos siempre lo que nos llega. Esto pasará y nos habrá hecho más fuertes", concluyen.

## Estado de shock

La que cuenta su propia experiencia ahora es Ainhoa, otra de las voluntarias de Somos Tribu V.k, que vive en San Diego. "Estaba en estado de shock. Al

recibir la noticia del cierre de todo, en lugar de paralizarme, me movilizó. Me asomé a la ventana, vi a unas personas mayores con el bastón haciendo la compra y pensé que no podía ser que estas personas estuvieran saliendo de su casa con el peligro que tienen. Entonces me puse a buscar grupos", dice.

Esta vecina se muestra impresionada con la respuesta de su barrio. "Hay muchos voluntarios, la gente está deseando ayudar, poniendo dinero de su bolsillo, arriesgándose yendo a la compra a la calle para otras personas. Hemos tenido que decirle a gente que no puede ayudar, porque tiene una edad avanzada. Se va a crear una red interesante de apoyo en el barrio que después de esto seguramente seguirá", apunta.

"Lo más duro que he visto en estos días ha sido una mujer que tiene dos menores y aparte

está embarazada de ocho meses y vive en una casa okupa. Se le acababa la comida, no tenía ni lavadora para lavar la ropa de sus hijos y solo tenían la puesta. Hay varias familias que no tienen que comer", concluye.

"Me reconforta ver que en un momento así estoy aportando algo para solucionar lo que está pasando y también es muy valioso para mí ver las muestras de agradecimiento de la gente", apunta Meri, otra de los miembros de la red que gustosamente atiende a Vallecas VA.

Esta activista describe cuál es su tarea dentro de este colectivo. "Por un lado soy apoyo para Servicios Sociales que están desbordadísimos. Reparto cestas de alimentos a las familias a las que hacen seguimiento que ya tenían antes de esta pandemia, una realidad social muy dura y compleja y que se han quedado sin nada. Por otro lado, estoy coordinando junto a más compañeros y compañeras nuevas ayudas para la gente que nos escribe a Somos Tribu VK, explicándonos su dramática situación tratando de ver si alguien les puede comprar comida o si alguna entidad se la donaría, etc...", afirma.

"Los casos más dramáticos son los de los jóvenes en situación de calle que no son atendidos por nadie y que malviven en nuestros barrios durmiendo en descampados o en estaciones de Metro. También es muy doloroso saber que existen muy cerca de tu casa familias con bebés, con niños pequeños y con ancianos que ya apenas tienen qué comer", añade.

"Vallecas es combativo, luchador, justo, noble y solidario. Esta crisis sólo demuestra esos valores. Lo que debemos hacer es continuar con este proyecto que hemos generado demostrando que salimos adelante gracias a que somos gente trabajadora y obrera, que da lo que tiene y que trata de redistribuir equitativamente lo que hay preocupándose de sus vecinos y vecinas. Creo que somos un ejemplo para muchos barrios", apostilla Meri.



**SOMOS TRIBU VK**  
RED DE SOLIDARIDAD  
Y APOYO MUTUO FRENTE AL COVID19

**ACOMPANIAMIENTO EMOCIONAL MUJERES**

Atención y apoyo emocional mujeres víctimas de violencia de género

Ante la situación actual del COVID-19 y la necesidad de quedarnos en casa me ofrezco a realizar acompañamiento y apoyo emocional a mujeres que están pasando o han pasado por un proceso de violencia de género.

"Desde mi propia experiencia como víctima y con dos niñas pequeñas, si necesitas hablar puedo ofrecerte herramientas para gestionar las emociones y manejar situaciones de estrés, asesoramiento durante este proceso así como compartir todo lo que me está ayudando durante este largo camino".

**Nuria Caso Escudero**  
Educatora Social y Trabajadora Social

Telefono y Whatsapp: 617987525

Correo electrónico: nuriacasoescudero@gmail.com

Disponibilidad: Lunes a Domingo de 10 a 14 y de 18:00 a 22:00

somostribuvk@gmail.com  
@somostribuVK




**SOMOS TRIBU VK**  
RED DE SOLIDARIDAD  
Y APOYO MUTUO FRENTE AL COVID19  
www.somostribuvk.com

**ASESORÍA LABORAL**

- Red de Apoyo Laboral.  
Correo: redlaboral.vallecas@gmail.com /  
Instagram: @redapoyolaboral

- Asesoría Laboral Telefónica. 654 548 447

- Sindicato de Hostelería. (Locales de comida rápida, servicios de catering, repartidores, camareros, cocineros, limpiadoras de restaurantes, personal office).  
Correo: reclamatuerteodespidoshm@gmail.com

- Servicio Doméstico Activo.  
Correo: info@sedoac.org

- Ofertas de empleo: Grupo de Ofertas Somos Tribu.  
chat.whatsapp (Link en la descripción)

**APOYO PSICOLÓGICO**

Atención y ayuda psicológica gratuita  
Ante la situación actual por el COVID-19  
"si necesitas hablar y compartir tu situación en estos momentos tan complicados, ofrezco atención y escucha profesional"

**Esther García Medina**  
Psicóloga General Sanitaria.

Correo electrónico: estherpsicologiavk@gmail.com

Skype: Esther Garcia Medina

Disponibilidad: Lunes, Miércoles y Viernes 10-13h.  
\*Si no puedes en este horario ponte en contacto y buscamos otra hora.

www.somostribuvk.com  
@somostribuVK

#### Grupos de apoyo por whatsapp

General Info Puente de Vallecas.

<https://t.co/PFZi7Yr5M1>

Nueva Numancia/Portazgo.

<https://t.co/y8MxGvEFzN>

San Diego. <https://t.co/P3nUtGMH0q>

Doña Carlota. <https://t.co/oxCnDlrmZk>

Palomeras (Bajas y Sureste).

<https://t.co/yitqYmk02j>

Entrevistas. <https://t.co/B4PRgwx1n0>

#### Grupos específicos

Creatividad. Iniciativas individuales, concursos de dibujo...

<https://t.co/k3vp69qJKu>

Difusión. Carteles, diseño gráfico y otras ideas, etc...

<https://t.co/UZJvKxF2SS>

Apoyo Laboral. Para personas que tengan problemas con su situación laboral a causa de las restricciones y medidas del covid19. <https://t.co/JqtWM31X7o>. También funciona una asesoría laboral, que se irá actualizando conforme las demandas que vayas surgiendo.

Red de Apoyo Laboral.

Correo: redlaboral.vallecas@gmail.com /

Instagram: @redapoyolaboral

Asesoría Laboral Telefónica. 654 548 447

Sindicato de Hostelería. (Locales de comida rápida, servicios de catering, repartidores, camareros, cocineros, limpiadoras de restaurantes, personal office). Correo: reclamatuerteodespidoshm@gmail.com

Servicio Doméstico Activo. Sector Servicio Doméstico. Correo: info@sedoac.org

Ofertas de empleo: <https://chat.whatsapp.com/LOHkR8oVcK8Kvq1Nk8DII7>

Somos Tribu Juventud. Para chavales en situación de calle y/o con necesidades sociales. <https://t.co/2Fswv6ws4X>

Apoyo psicológico. "Si necesitas hablar y compartir tu situación en estos momentos tan complicados, ofrezco atención y escucha profesional": Esther García, psicóloga General Sanitaria. Correo electrónico: estherpsicologiavk@gmail.com. Skype: Esther Garcia Medina

Disponibilidad: Lunes, Miércoles y Viernes 10-13h. Si no se puede en este horario, se busca uno alternativo.

Acompañamiento emocional mujeres.

Atención víctimas de violencia de ge-

nero. Nuria Caso, educadora y trabajadora Social, telefono y whatsapp: 617 987 525.

Correo electrónico: nuriacasoescudero@gmail.com. Disponibilidad: Lunes a Domingo de 10 a 14 y de 18:00 a 22:00

Cuidados en Villa de Vallecas

<https://chat.whatsapp.com/EpbKj2s6jS90a-ahN3dW6PE>.

Para solicitar ayuda

<https://chat.whatsapp.com/BovnlQtuFr-23VxsG02Npe>

Grupo Hablamos (Alberto). Acompañamiento telefónico para personas que quieran hablar y que el aislamiento se lo impida. <https://chat.whatsapp.com/C1bJw-PL7ojc6UC02wKwUHy>.

Chat de carteles (Raúl). Imprimir, coordinar y distribuir carteles para pegar en el vecindario: portales, comercios. <https://chat.whatsapp.com/EWDGCHs2RA77Qc-pU8tFLC1>.

Grupo de medicamentos (Monika).

Grupo de acción del hospital infanta Leonor: quién quiera unirse tiene que tener coche, sano, <55 años. Traslado de medicinas

a enfermos mayores vulnerables a sus casas. <https://chat.whatsapp.com/lt-wW9AgS9GT6LpmpNgI7FQ>

Grupo Perros (Jacquelin). Para quienes no puedan, sacar a nuestros mejores amigos. <https://chat.whatsapp.com/FEBihYOKFx-v0hjwb2lj9Q0>

Mascarillas (Alberto). Crear/aportar/pedir/distribuir mascarillas u otras equipaciones. <https://chat.whatsapp.com/G1xna4tzo-QHBcc8I9R2fH>

Correo para enviar cartas a pacientes del Hospital Infanta Leonor: albaa.mf@gmail.com

Banco de alimentos (Alicia y David).

En proceso de creación. Construyamos juntos este grupo: debate, ideas, protocolos, recursos, lo que podáis aportar.

Redes sociales - facebook y twitter Valle-

kanas Feministas Km9

Canal infantil. Canal cooperativo con vídeos de vecinos y vecinas que han

querido colaborar altruistamente. [https://www.youtube.com/channel/UCi8eTRx59N-wjz\\_VpNAMEtdQ](https://www.youtube.com/channel/UCi8eTRx59N-wjz_VpNAMEtdQ)

Suministro almohadas al Hospital Infanta Leonor. <https://chat.whatsapp.com/LwbBjPBMOID6lmWnRe6hEx>

Espacio para la reflexión y el debate. <https://chat.whatsapp.com/LYD8quv-4cygDbDdtQzplB>

Blog con la recopilación de toda la red de colaboración en todos los barrios de Madrid (Cuidados, etc).

<https://t.co/OarAxc27q4>

Todas las acciones se pueden seguir en las redes sociales:

<https://t.co/C37hiY5yfC>

<https://t.co/TkbgzV9bmx>

<https://t.co/EXBgprUESC>

[somostribuvk@gmail.com](mailto:somostribuvk@gmail.com)

[www.somostribuvk.com](http://www.somostribuvk.com)



▲ Flores junto al monumento de la Ilusión Truncada, en Santa Eugenia

Los homenajes fueron suspendidos debido a la expansión de la enfermedad

## Un 16º aniversario del 11-M en Vallecas sin actos por el coronavirus

**AV El Pozo:** "Siempre estaremos a vuestro lado. Todos fuimos ellos, ahora están con nosotros".

Por Isa Mendi

La pandemia del coronavirus que mantendrá confinado al país hasta al menos el 12 de abril se llevó también por delante los actos in-memorian que se deberían haber celebrado en la tarde del 11 de marzo para conmemorar el decimosexto aniversario de la barbarie terrorista que tristemente segó la vida de 192 personas y provocó más de 2.000 heridos. Los homenajes vecinales previstos frente a los

monumentos de la Ilusión Truncada (junto a Cercanías Santa Eugenia) y de la estación de tren del Pozo del Tío Raimundo, que anunció Vallecas VA en su edición de marzo, se suspendieron por recomendación de las autoridades sanitarias ante la expansión descontrolada de la enfermedad.

Ante esta situación, los residentes recordaron a las víctimas de una forma más íntima, a través de una cadena de mensajes de apoyo en las redes sociales. "Hoy no podemos salir a la calle, pero eso no nos hace olvidar vuestro recuerdo. El odio y el terror os quitaron la vida, pero seguís estando muy cerca, tan cerca como estuvimos ayudándonos para sobrellevar uno de los peores zarpazos que nos dio la vida. Como lo estaremos ahora", aseguró

la Asociación Vecinal Puente de Vallecas San Diego en su cuenta de Twitter. "Un 11 de marzo del 2004, nuestro barrio y las víctimas de esta barbarie sin tener culpa ninguna, se vieron afectados. Desde esta asociación queremos expresar nuestro total apoyo a familiares y víctimas, siempre estaremos a vuestro lado. Todos fuimos ellos, ahora están con nosotros", señaló la Asociación Pozo del Tío Raimundo".

### Asociación 11-M

"Una vez más insistimos en que verdad, justicia, reparación, memoria y paz son los enunciados que vertebran el nacimiento, la actividad y la historia de nuestro colectivo. El cuidado de las víctimas en sus realidades médicas, psicológicas, sociales y jurídicas es uno de los ejes de nuestra tarea diaria. Lo es también la concienciación y la construcción de la narrativa respecto de los diferentes atentados terroristas sufridos por las víctimas que componemos la asociación", rezaba en el discurso de Eulogio Paz, presidente de la Asociación 11-M Afectados de Terrorismo, que finalmente no pudo pronunciar en la estación de Atocha al ser también el acto desconvocado.

## Tu asesor inmobiliario

### Estar en casa en tiempos del Covid

La pandemia nos ha obligado a permanecer en casa y la mayoría no está acostumbrada a permanecer tanto tiempo en sus hogares. Si tenemos teletrabajo es importante que mantengamos un horario laboral, con más flexibilidad, pero que nos permita diferenciar tiempo de trabajo y tiempo de familia o de ocio. Debemos establecer un lugar donde trabajar y evitar continuar con el trabajo desde el sofá, ya que las rutinas nos ayudarán a que el encierro se nos haga más llevadero.

En el caso de las familias con niños, la situación es más complicada. Casi todos los profesores están enviando tareas, pero no podemos pretender que nuestros hijos mantengan el mismo horario escolar. Los psicólogos nos recomiendan establecer un plan para la familia: hora de deberes y trabajo, tiempo de juegos, ayudar en las tareas del hogar, realizar ejercicio físico,...

Nosotros, expertos en construir hogares, conocemos la importancia de sentirse cómodo en el lugar en el que nos encontremos. Puede ser buen momento para hacer una limpieza en profundidad de armarios y cajones, para deshacernos de todo lo que no usamos. Si durante un tiempo hemos

descuidado las plantas, podemos aprovechar estos días para podarlas y trasplantarlas cuando sea necesario. Si la vivienda cuenta con balcón, pasar unas horas al sol puede ser muy beneficioso para nuestra salud.

Después del coronavirus la economía necesitará unos meses para recuperarse. Todos necesitaremos unos meses para volver a la normalidad después de descubrir estas semanas lo vulnerables que somos. Puede que, durante estos días, decidamos algunas mejoras para nuestro hogar o que en la búsqueda de una nueva vivienda nos decantemos por una con terraza.

Serán muchas las vivencias de estos días. Las pequeñas disputas se olvidarán y dentro de unos meses solo recordaremos la época de encierro como un tiempo que nos permitió conocer mejor a nuestros hijos. O los gestos y detalles de nuestras parejas que ignorábamos con la vida acelerada.

En Torresrubí nos sentimos muy orgullosos del trabajo que realizamos. Ayudamos a vender viviendas para poder conseguir otras que se adapten mejor a las nuevas circunstancias. Os ayudamos a encontrar el refugio seguro para vuestra familia porque una vivienda no es un lugar, es un sentimiento.

Jose Ignacio Rubí

Experto inmobiliario y Gerente de comprarcasa Torresrubí



91 303 63 55

www.torresrubi.com



**Rosado TOLDOS**

- ✓ Ventanas de Aluminio y PVC
- ✓ Persianas
- ✓ Mosquiteras
- ✓ Motorizaciones
- ✓ Toldos
- ✓ Pérgolas

C/ Sierra Bermeja, 11  
Tlfs: 91 303 80 69 y 649 168 513

**GALERÍA DE ALIMENTACIÓN**

**Fuengirola**

Carnicerías,  
Pollerías, Congelados,  
Droguerías, Variantes,  
Panaderías,  
Pescaderías

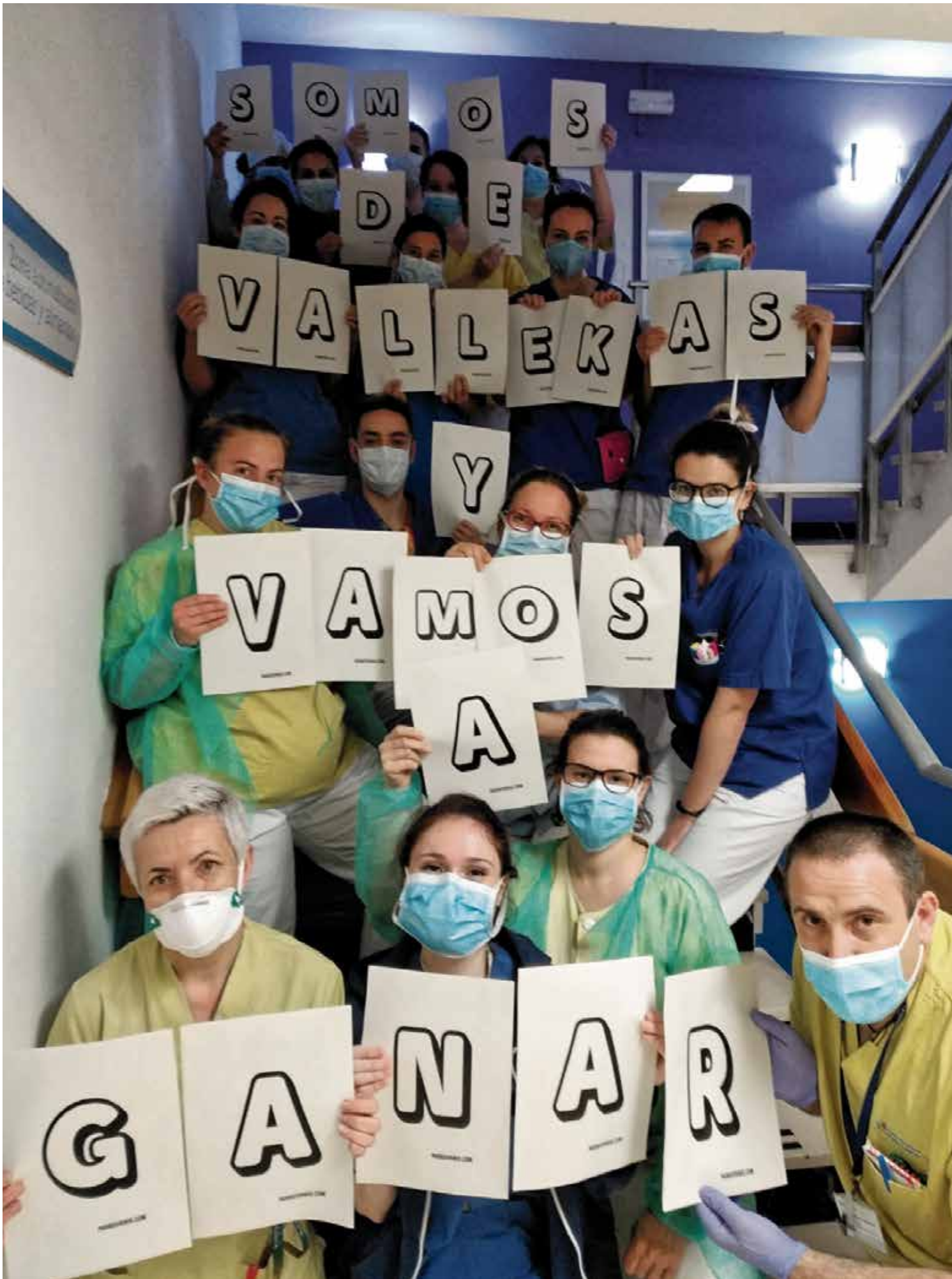
...y más puestos

A su servicio en:  
C/ Rincón de la Victoria, 1-9

**Vallecas VA**

**#quedateencasa**

www.vallecas.com



## Crisis Covid-19

*Especial*

# En las mejores manos

**L**os profesionales de la Sanidad Pública de Vallecas se enfrentan sin descanso al coronavirus, poniendo en riesgo su vida y la de sus familias. *Vallecas VA* da voz a nuestro personal sanitario.

## El coronavirus en Vallecas

La Plataforma en Defensa de la Sanidad Pública en Vallecas denuncia que la pandemia ha agravado el deterioro de los servicios públicos sanitarios

Pág. 12

## La voz de la sanidad pública de Vallecas

Los profesionales luchan sin descanso, poniendo en riesgo su vida y la de sus familias, para ganar la batalla al Covid-19

Pág. 13

## Mascarillas de iniciativa vecinal para frenar el Covid-19

Voluntarios de Villa de Vallecas promueven la confección y el reparto de este material de protección para evitar la propagación de la pandemia

Pág. 14

## Una red solidaria de alquileres gratuitos para el personal sanitario

Agentes inmobiliarios gestionan arrendamientos para los trabajadores desplazados o para aquellos que prefieren mantener más protegidas a sus familias

Pág. 14

## La afición del Rayo recauda más de 40.000 euros para material sanitario

Pág. 14



▲ Los sanitarios devuelven el aplauso de la ciudadanía, a las puertas del centro de especialidades Vicente Soldevilla

JESÚS ARGUEDAS

# El coronavirus en Vallecas

La Plataforma en Defensa de la Sanidad Pública en Vallecas denuncia que la pandemia ha agravado el deterioro de los servicios públicos sanitarios

Por M<sup>a</sup> José García Berral  
(Plataforma en Defensa de la Sanidad Pública de Vallecas)

Desde la Plataforma en Defensa de la Sanidad Pública de Vallecas hace años que venimos denunciando la privatización y la disminución de recursos de los servicios sanitarios en toda la Comunidad y en particular en Vallecas. Tras años y años de recortes, los centros de salud están masificados, las urgencias se colapsan todos los años durante las epidemias de gripe, las listas de espera para especialistas, cirugías o pruebas diagnósticas son de meses y faltan camas, tenemos 1,5 camas/1.000 habitantes, la mitad

de la media de la región. Llevamos años denunciando a la Comunidad Autónoma de Madrid que en la tercera planta del Hospital de Vallecas (Infanta Leonor) hay sitio para ampliar 90 camas, que desde 2017 tendrían que estar en funcionamiento.

En esta situación de deterioro general de los recursos sanitarios públicos llega esta pandemia, inesperada, y nos coge con unos servicios sanitarios que ya eran muy insuficientes para atender los problemas habituales de la población, por lo que desde los primeros días la situación en las urgencias del Hospital de Vallecas (IL) es de colapso total.

En la sala de espera de urgencias es imposible guardar la distancia de seguridad. Está llena de personas enfermas esperando pasar el triaje. Con suerte esperas una hora para ser valorado.

Una vez dentro de las urgencias, las profesionales se esfuerzan por atender a las más de 100 personas enfermas, que esperan en sillas, sillones, camillas, ubicados en la sala de espera, en boxes, en pasillos... allí estarán 2, 3 días hasta conseguir una cama,

muchas son personas mayores, solas, asustadas, algunas sin teléfono.

En hospitalización, los enfermos al menos tienen una cama, pero nos puede dar una idea de la situación en la que está el personal este dato: el hospital tiene habitualmente 264 camas y hay ingresadas 740 personas. Además, el hospital solo tiene 27 camas de UCI (Unidad de Cuidados Intensivos), que son claramente insuficientes.

La situación es durísima para los profesionales. Trabajan sin medios, sin la protección necesaria para evitar contagiarse, en situaciones físicas y emocionales al límite de sus fuerzas. Son héroes, pero ellos no quieren ser héroes, solo quieren hacer su trabajo con seguridad para ellos y para los pacientes.

¿Qué está haciendo el Equipo Directivo, compuesto por Dra. Carmen Pantoja (Gerente), Dr. J. M. Vila Blanco (Director Médico) y M. A. Rodríguez Martínez, (Directora de Enfermería), ante lo que se está viviendo en el hospital de referencia de todos los vallecanos?

## Centros de salud, al límite

La situación en los centros de salud también está al límite. Se está atendiendo a más del 50% de los enfermos de coronavirus, que están pasando la enfermedad aislados en sus casas desde AP (Atención Primaria). Se hace seguimiento telefónico y apoyo a ellos y a sus familias, además de atender al resto de enfermos con otras patologías que siguen existiendo, como los crónicos,... la población sigue necesitando médicos, enfermeras, pediatras para que les atiendan.

En estas condiciones la Comunidad de Madrid, la semana pasada, decide que va a cerrar centros de salud, en concreto en Vallecas el Centro de Salud Vicente Soldevilla, un recurso que en el mismo edificio tiene un servicio de Radiología y que, además del seguimiento domiciliario, está viendo alrededor de 80 enfermos de coronavirus diarios, de los que deriva al hospital una media de 12, con radiografía hecha, con lo que eso significa de descongestión para las urgencias del hospital.

Las asociaciones vecinales, junto con los profesionales del Vicente Soldevilla, conseguimos que, de momento, no se cierre el centro y se sigan haciendo radiografías a quien lo necesita.

A día de hoy, no se ha cerrado ningún centro de salud en Vallecas y no podemos permitir que se cierren, pero no tenemos el compromiso de la gerente de Atención Primaria, Dra. Marta Sánchez-Celaya, ni de la

Sabemos ser solidarios y sabemos que la única manera de avanzar es luchar. De esta salimos más unidos y con fuerza

Dirección Asistencial Sureste, ni de la directora de Enfermería, M<sup>a</sup> Jesús Calvo, ni de la Dra. Francisca Rodríguez, directora médica, comprometiéndose a que no se cierra ningún centro de salud.

## Mensajes compartidos

En palabras de una médica, "el cierre del centro de salud supone dejar a la población sin la posibilidad de ser atendida por su médico y por su enfermera, que alivian, consuelan, tranquilizan y tratan la mayoría de las patologías, incluido el coronavirus no complicado, pero, además, implica poner en claro peligro a sus pacientes que tendrían que desplazarse a otros centros de salud o al hospital".

En esta pandemia, la comunidad vallecana está respondiendo con la solidaridad y la fuerza de siempre, cuidando de sus vecinos, organizándose con grupos de ayuda como Somos Tribu VK o las peñas del Rayo.

Gracias a los profesionales sanitarios, a las organizaciones

sociales y a los vecinos y vecinas se da respuesta a lo que el Gobierno de la Comunidad de Madrid no hace.

Quiero compartir el mensaje de un compañero que está ingresado con coronavirus en el hospital de Vallecas (HIL) desde hace 4 días y que ha pasado por silla, camilla y continúa en un sillón: "vivimos en un carrusel de horrores, sin espacio, comida insuficiente, que llega gracias al esfuerzo de los trabajadores, falta de información sobre el proceso, etc... Lo que estoy viviendo me hace llegar a varias conclusiones. El Gobierno de la Comunidad carece de empatía con los trabajadores y con los enfermos. Es casi un delito que la presidenta comparta los aplausos de las 8, cuando deberían ser mociones de censura contra ella. Cuando podía, ni quiso ni supo y ahora se dedica a molestar. Esta crisis nos está diciendo claramente lo que debemos hacer el primer día de salud: reclamar responsabilidades."

Vamos a seguir aplaudiendo a las 20 horas a esos profesionales que nos están cuidando por encima de sus posibilidades, vamos a seguir aplaudiendo por la defensa de la Sanidad Pública, vamos a llenar nuestros balcones y ventanas de sábanas blancas, porque pese a las penurias, a los recortes que ha sufrido la sanidad madrileña, hay un sistema sanitario público potente, con grandes profesionales entregados que están haciendo su tarea de atender y aliviar el sufrimiento que ocasiona la pandemia y que, unido al rico entramado de cuidados comunitarios, que en Vallecas es muy grande, van resolviendo y resistiendo en estos duros momentos para la sobrevivencia.

### Más protección

Pero también ahora vamos a exigir a la presidenta de la Comunidad de Madrid que: proteja a los sanitarios con EPI y pruebas de detección suficientes; que ponga a disposición de la Sanidad Pública los hospitales privados; que aumente plantillas, además de sanitarios, es insuficiente el personal de limpieza, transporte...; que no cierre los centros de salud; que aumente el personal socio sanitario para atender a las personas más vulnerables en los domicilios; y que ponga a disposición de los centros de salud habitaciones de hoteles para aislamiento de personas en cuarentena por contacto, o con síntomas leves, que no tienen condiciones de hacerla en sus domicilios, por hacinamiento o condiciones sociales inadecuadas.

Y cuando esto termine, vamos a pedir responsabilidades y vamos a luchar por recuperar la sanidad pública "de todos y para todos".

En Vallecas sabemos ser solidarios y sabemos que la única manera de avanzar es luchar. De esta salimos más unidos y con fuerza.

# La voz de la sanidad pública de Vallecas

Los profesionales luchan sin descanso, poniendo en riesgo su vida y la de sus familias, para ganar la batalla al Covid-19

Por Isa Mendi

**S**iempre han estado ahí, aunque tal vez la sociedad nunca ha sido tan consciente como ahora de su importancia. Son los profesionales de la Sanidad Pública de Vallecas, de Madrid y de toda España. Ahora sobre sus hombros recae la gran responsabilidad de frenar la expansión de la silenciosa y cruel enfermedad del Covid-19. No tienen ni antifaz ni capa ni se consideran héroes, pero para la población sí lo son. Sin los medios adecuados, sin las protecciones que están tardando demasiado en llegar y sin espacio en los recursos asistenciales, están dando una lección de entrega hasta el límite de sus fuerzas sin importarles caer en esta dura batalla para tratar de salvar a sus pacientes. Se quedan con lo bueno, con el aplauso de la gente confinada en sus casas. A buen seguro, no tendremos tiempo suficiente en muchos años para agradecerles su trabajo.

Lola, enfermera de Urgencias del Hospital Infanta Leonor, explica a este periódico que siente que "se está maltratando a la población de Vallecas". "Entre el nuestro y el Virgen de la Torre tenemos 360 camas aproximadamente (260 el Infanta) y ahora hay 750 ingresados físicamente con tan solo 27 puestos UCI. Esta es la magnitud del problema. Esto demuestra que la población de Vallecas tiene más mortalidad por falta de medios. Soportamos más que otros hospitales más importantes. Mientras, la opaca sanidad pública tiene no sabemos cuántos puestos UCI libres", comenta.

"Y eso, nos ahoga día a día como profesionales que no podemos dar la atención que precisaría cada caso y



### 3.000 cartas de ánimo a los pacientes

La iniciativa puesta en marcha por médicos residentes del Hospital Universitario Infanta Leonor para hacer llegar cartas de ánimo a los pacientes ingresados por Covid-19 ha recibido una gran respuesta. Según fuentes del centro, alrededor de 3.000 misivas se han recibido tanto desde la región como desde otras partes de España (Valencia, Sevilla, Asturias) e incluso del extranjero (Reino Unido, Argentina, México...). De ellas, ya se han distribuido en torno a la mitad gracias a la colaboración del personal de enfermería, que es quien las entrega en mano siempre que el paciente sea receptivo a la iniciativa. La dirección de correo electrónico para enviar estos escritos es covid.vallecas@gmail.com.

lucharemos por todos y cada uno de ellos con todos los medios que tengamos", concluye Lola.

### Ayudas y cuidados

"Nos parece maravilloso cómo se está moviendo la gente para cuidarnos, para ayudarnos y para sentirse útiles. Nos parece algo genial como la gente se mueve y piensa en los sanitarios como personas

▲ La pancarta desplegada por la Peña Bukaneros del Rayo Vallecano en el Infanta Leonor

principalmente importantes para soportar eso", dice Mila, enfermera del Hospital Virgen de la Torre, a Vallecas VA.

Para ella y sus compañeros y compañeras, el trabajo es duro, "porque físicamente supone un esfuerzo doblado al que ya hacemos cada día con los pacientes". "Es mucho más trabajo físico, y el psicológico pesa cada vez más. Además, todas estas cosas nos las llevamos a casa, física y psíquicamente, pensando en lo que nos podemos traer a compartir con nuestra familia. Pero nosotras en el hospital estamos muy unidas, tenemos un compañerismo, aparte del que ya teníamos que se nota que crece", añade. "Esto va a pasar, trabajamos para ello y con la solidaridad y apoyo y cumpliendo las normas acabaremos con él antes de lo que parece", argumenta esta profesional.

"Como médico de atención primaria hago un llamamiento a la responsabilidad. Cada esfuerzo suma en contener las cifras que no paran de crecer. El esfuerzo del personal sanitario va a ser fundamental. La Atención Primaria es una de las claves para contener la epidemia y frenar una curva que no para", comenta Manuel Linares, doctor de Medicina familiar y comunitaria del Centro de Salud Buenos Aires.



▲ La empresa donde se cortan las piezas para elaborar las mascarillas

## Mascarillas de iniciativa vecinal para frenar el Covid-19

**Voluntarios de Villa de Vallecas** promueven la confección y el reparto de este material de protección para evitar la propagación de la pandemia

Por Isa Mendi

**"V**amos a ir residencia por residencia cubriendo sus necesidades hasta que por lo menos Villa de Vallecas esté cubierto. Después, iremos a los centros de salud y a ver si podemos hacerlas también llegar al hospital Virgen de la Torre. Lo importante es que no paren las agujas". El que habla es Alberto, voluntario de Villa de Vallecas, que forma parte de los grupos de apoyo de este distrito y colabora activamente en

la confección y posterior reparto de material de protección, fundamentalmente mascarillas, pero también otros como máscaras, para poner su granito de arena en la lucha contra el coronavirus en Vallecas y en toda la Comunidad de Madrid. Hasta el momento, en los recursos asistenciales vallecanos ya han entregado mascarillas en los centros de salud Ensanche (115) y Villa de Vallecas (45), en la residencia Los Nogales de Santa Eugenia (180) y en el supermercado de centro comercial de La Gavia (70)

"La iniciativa ha salido de forma espontánea y en Vallecas tenemos un grupo potente. Hacemos los cortes en un polígono de Alcorcón, Confecciones Mesequer, en una tienda que ni siquiera es su base. Lo hace de forma personal su jefe, sin cobrar costes ni nada. Hay cortadores que si cobran. Hemos tenido que pagar 2.000 euros para proveer de material a las costureras, para que se

sientan seguras y puedan trabajar de forma responsable", explica.

"Estamos intentando organizar a las costureras, acercarles al grupo de costura más cercano a su casa, para que se pueda organizar, ver qué necesidades de material y lo que necesiten. Y luego trasladar a la residencia de ancianos más cercana a su casa, al ambulatorio más cercano y a los trabajadores más cercanos, sobre todo supermercados y farmacias. Intentamos conseguir parar la pandemia en origen, intentando que los hospitales reciban el mínimo de personas indispensables, graves o muy graves, para intentar descongestionarlos", añade Alberto.

### Tarea fundamental

Este voluntario considera que una costurera profesional puede coser entre 500 y 1.500 mascarillas diarias yendo en condiciones óptimas de material y de funcionamiento de las máquinas. "Estamos buscando un servicio técnico para atenderlas en su casa para que sus máquinas y ellas puedan colaborar. Esta forma de trabajo hace que las personas apaguen la televisión, dejen de escuchar tantas noticias negativas y tiene un objetivo simple, sencillo y productivo. Esa tarea es fundamental para oxigenar mentalmente a las costureras y para las residencias, para nuestros mayores y para todo el mundo. Si todo el mundo tuviera una mascarilla puesta se acabaría con la propagación del coronavirus", concluye.

## Una red solidaria de alquileres gratuitos para el personal sanitario

Agentes inmobiliarios gestionan arrendamientos para los trabajadores desplazados o para aquellos que prefieren mantener más protegidas a sus familias

Por Redacción

**U**n grupo de agentes inmobiliarios ha puesto en marcha en toda España la iniciativa solidaria 'Emergency Home', que consiste en la gestión de alquileres de inmuebles de forma gratuita durante un mes para el personal sanitario que está desplazado o que prefiere no pasar por casa estos días para mantener más protegidas a sus familias por la crisis del coronavirus.

Estos profesionales se encargan de poner en contacto al personal sanitario que requiere un alquiler mientras dura su labor con respecto a la pandemia con propietarios dispuestos a ayudar y ceder de forma gratuita sus inmuebles vacíos. Los interesados en acceder a este tipo de arrendamiento gratuito y temporal contactan a través de la web Emergencyhome.help y en ese momento se le asigna un agente en su zona que busca propietarios ya voluntarios o busca a través de su red de contactos para localizar un piso o apartamento cerca del entorno de trabajo.

Posteriormente, abogados también voluntarios gestionan la firma de un contrato digital sin coste alguno entre arrendador y sanitario, de un mes de duración, y se procede a la



entrega de llaves a través de mensajeros. Cada piso en principio es para una sola persona y el contrato se puede rescindir en 72 horas en caso de necesidad.

### Primeros alquileres

"Ya llevamos más de 100 personas alojadas y queremos agradecer a los propietarios que en un 90% entran en la página y nos dejan los datos de sus viviendas para cederlas de manera gratuita", explica José Ignacio Rubí, uno de los agentes de Vallecas que colabora en esta iniciativa. "El compromiso con los propietarios es que sean sin coste, que el alquiler no suponga un solo euro, ahora bien, hay dueños que nos dicen: yo presto la casa de manera gratuita, pero quiero que me paguen los suministros, la luz, el agua...", añade.

"La idea es separar a los sanitarios de sus familias. Estamos buscando casa a algunos que son sanitarios que se desplazan, que vienen a Madrid de refuerzo. Hay algunos profesionales que se juntan varios del mismo hospital y quieren estar juntos, por sentirse un poco acompañados, pero la mayoría es gente que va sola a los pisos", explica Rubí. "La verdad que es una iniciativa absolutamente loable y creemos que puede ayudar a mucha gente", añade.

## La afición del Rayo recauda más de 40.000 euros para material sanitario

Por Redacción

**L**a afición del Rayo Vallecano ha recaudado más de 40.000 euros para material sanitario dentro de la iniciativa #RayismoSolidario, impulsada por la plataforma ADRV. "Ni en nuestros mejores sueños nos podíamos imaginar esta respuesta del rayismo. Estamos en trámites de conseguir grandes cantidades de material sanitario para

nuestros trabajadores y pacientes, pero ya hemos tenido tiempo de hacer unas pequeñas, aunque importantes, aportaciones", explican en su cuenta de Twitter. Al respecto, señalan que han entregado medios a los hospitales Infanta Leonor y Virgen de la Torre y al centro de acogida de Villa de Vallecas, como gel hidroalcohólico, gafas de protección y batas, pantalones y toallas desechables; y material deportivo al pabellón de Ifema para personas sin hogar.

"Vamos a seguir trabajando para que los trabajadores de hospitales y centros de Vallecas tengan los materiales y medios que necesitan. Solo el pueblo salva al pueblo", concluyen.

Por otro lado, el Rayo Vallecano ha fabricado 12.000 máscaras protectoras en colaboración con la empresa Margi, a través de la fundación del club, que se distribuirán en los hospitales de la Comunidad de Madrid.



▲ Una de las garrafas de gel hidroalcohólico entregadas al Infanta Leonor

ACTUALIDAD



▲ El taller que impartió tiempo atrás A3Calles de soledad no deseada

En estos días hemos experimentado lo que es verdaderamente necesario e imprescindible.

# Repensando la organización de los cuidados en Vallecas

A3CALLES insiste en que las situaciones de vulnerabilidad se han agravado con la crisis sanitaria

## Por A3CALLES Cuidados en Territorio

**V**olvamos a poner sobre la mesa la desigualdad, invisibilidad, precariedad en los cuidados y la necesidad de repensarlos. Que las medidas que se pongan no sean solo cortoplacistas, sino que conduzcan a nuevas políticas públicas y a crear y fortalecer iniciativas ciudadanas, solidarias y cooperativas, que pongan en el

centro a las personas y "nadie se quede atrás".

En estos momentos tan convulsos se evidencia, una vez más, que los cuidados son esenciales en la vida y que iniciativas como A3CALLES Cuidados en Territorio son necesarias y tienen sentido.

¿Cómo está el patio? Muchas de las realidades de vulnerabilidad no las ha creado el virus, ya existían, pero, estos días hemos experimentado lo que es

verdaderamente necesario e imprescindible. Hemos constatado lo que no se puede dejar de hacer y evidenciar quién lo hace y en qué condiciones.

Sabemos de sobra quienes vivimos en la Vallecas obrera, opuesta por tradición al orden social establecido y contestataria de ayer y de hoy, que más de la mitad actual de nuestras vecinas y vecinos son menores de edad, población envejecida, personas atravesando enfermedades o

con diversidad funcional reconocida, que requieren de cuidados, porque les falta o han perdido su autonomía física, mental o psíquica, y por ello, demandan ayudas y asistencias personales de parte de su familia, terceros, o del sistema de servicios sociales.

También sabemos, agudizado por las circunstancias extraordinarias de la emergencia, de la fragilidad de los sistemas y mecanismos de cuidados y conciliación y de las situaciones de vulnerabilidad en la que nos encontramos amplios sectores de la población. Así mismo, nos damos cuenta de que gran parte de los cuidados, ya sean profesionales o informales, los ejercen mujeres. Se está contando con un colectivo de trabajadoras de hogar y cuidados a las que se mantiene en condiciones de vulnerabilidad e infra protección. El momento actual nos lo muestra y evidencia de forma más agudizada.

Por suerte, también estamos viendo cómo la sociedad civil organizada en muy poco tiempo estamos siendo capaces de articularnos y generar estrategias comunitarias. El trabajo y la

creatividad puesta al servicio del bien común. Este volcán de solidaridad y comunidad es necesario, disuelve las individualidades y hace a las personas conscientes de nuestras capacidades individuales y colectivas. Sin restar importancia a los lazos solidarios de la comunidad, el coronavirus está dejando al descubierto las carencias, la responsabilidad de lo público, la necesidad de repensar los cuidados... alternativas que pongan el valor central en los cuidados, entendidos como todos esos trabajos cotidianos vitales que permiten el bienestar físico y emocional de las personas, tanto a quién los recibe como quien los da.

## Una alternativa

En el año 2019 se empezó a gestar en Vallecas una iniciativa ciudadana para responder a diversas situaciones y necesidades que giran en torno a los cuidados. Más de 50 vecinas y vecinos de Vallecas trabajamos para fortalecer iniciativas colectivas y cooperativas que aseguren que los cuidados se reciban y realicen respetando los derechos laborales y la seguridad de las trabajadoras. Planteamos que la igualdad de trato debe comenzar rompiendo las relaciones asimétricas de poder y materializarse en la igualdad de oportunidades y equiparación de derechos. Y que la atención de calidad parta de la cercanía, desde la proximidad territorial, recuperando las relaciones interpersonales y mejorando la calidad de vida del barrio. Trabajamos en la comunidad promoviendo y fortaleciendo el entramado vecinal existente.

**CHIFA Doromari**  
COCINA PERUANA CON SABOR ORIENTAL

C/ Picos de Europa, 11b - 28038 - Madrid  
Metro Nueva Numancia  
Telf.: 916 130 002 - 653 008 504

Chifa Doromari Chifa Doromari www.chifadoromari.com

**JJPro** Trabajos en El Hogar de:

- FONTANERÍA ELECTRICIDAD
- PINTURA ALBAÑILERÍA

Asistencia 24 horas

C/ San Claudio 31 local 3.  
Tlf.: 619 405 410  
jjproasistencia@gmail.com

**BAR RESTAURANTE Las RRR**

- Carne roja de vaca
- Cordero asado y cochinillo
- Cocina de mercado

Reservas: 91 778 46 17 C/ Benjamín Palencia, 43

**ABOGADO Y ADMINISTRADOR DE FINCAS EN VALLECAS**  
Asesoría y defensa jurídica en asuntos civiles, laborales o penales.

Administración de comunidades de propietarios.

**PRECIOS ESPECIALES A COMUNIDADES EN VALLECAS**

C/ Pedro Laborde, 72 91 380 81 06

**REPARACIÓN DE MAQUINAS DE COSER**

- Presupuesto sin compromiso
- Todas las marcas
- Repuestos y consumibles

Av. Buenos Aires, 29 local  
91 110 40 05  
nescascb@gmail.com  
Horario: 09:30 a 18.00

**POLIDEPORTIVO**

# El deporte de Vallecas se reinventa para seguir en forma

● La alternativa en esta época de confinamiento forzado por el Covid-19 pasa necesariamente por entrenar desde casa

Por **Mar Torrado** / **Manolo Jiménez**

La actividad deportiva en los distritos de Puente y Villa de Vallecas continúa pese al cierre de instalaciones públicas y privadas (polideportivos, centros culturales, colegios, gimnasios...) y la paralización de las competiciones federadas y no federadas de las diferentes disciplinas decretado por las autoridades

debido a la rápida extensión del coronavirus en nuestra ciudad, en nuestra región y en nuestro país. Ante esta complicada situación de confinamiento de la población, clubes, entidades y vecinos a nivel particular han tenido que agudizar su ingenio y, con la necesaria complicidad de las nuevas tecnologías, elaborar propuestas de ejercicios para mantener la forma física sin salir de casa, en muchas ocasiones con los salones,

terrazas y patios convertidos en improvisados gimnasios. Vallecas VA ha querido aprovechar esta situación para recoger los testimonios de vallecianos dedicados al deporte para conocer cómo están viviendo estos días.

Eduardo Lozano, entrenador y Maestro Nacional 5º Dan de taekwondo del club Sport Kyoto, daba clases en el polideportivo de Entrevías hasta la clausura de este recinto municipal el pasado 12 de marzo. "Es lo más recomendable para frenar la epidemia. Ha habido como un parón absoluto, estamos sin saber qué hacer y un poco a la expectativa de la evolución de todo esto", explica.

Considera que en estos momentos, la alternativa es "dar clases on-line para difundir nuestra actividad y hacer un poco un seguimiento de los alumnos en especialización". "Estamos aportando retos para que la gente haga deporte en casa, meter algunas clases online abiertas, gratuitas, para hacer deporte en familia, para que la gente se eche unas risas, algo tan sencillo como que un padre esté con su hijo entrenando. Es importante para evadirnos del problema. Eso va a existir y

se hace de manera altruista. Si alguien luego se quiere especializar, para eso estamos. Pero vamos a dar esa opción para que todo el mundo conozca nuestro deporte y esté ese ratito para olvidarse de los problemas", añade Lozano.

A su juicio, la actual situación está sirviendo para reforzar algunas cosas, "valores del compañerismo, de hacer simplemente deporte, no de alcanzar campeonatos ni medallas, valores fundamentales que tal vez tuviéramos un poco olvidados. Ahora mismo cualquiera de nosotros daría lo que fuera por dar una clase de taekwondo todos juntos. Nos fijamos en tonterías como el compañero que te molesta", argumenta.

Lozano reconoce que le preocupa el presente, pero también el futuro. "Estaría muy bien que dieran ayudas al deporte base, porque este año está siendo muy duro para todos", afirma. "Los grandes gimnasios van a sobrevivir, sin embargo, los clubes de barrio va a ser difícil reflotarlos. ¿Qué va a pasar? Que los grandes van a mejorar los precios y va a ser complicado competir con ellos. Los pequeños podemos ofrecer esos valores, esa formación, esa cercanía. Por eso necesitamos el apoyo colaborativo de la gente para sufragar ciertos gastos a través de poner en valor del trabajo que se ofrece para hacer desde casa", dice convencido.

Por último, hace una invitación "a todo quien quiera descubrir nuestro arte marcial". "Que se ponga en contacto con nosotros que en estos momentos el dinero no es lo más importante, que seamos fuertes, que practiquemos deporte en casa, que todo pasa", concluye.

## El CDV se queda en casa

Sensaciones parecidas experimenta también Enrique Montañés, presidente del Centro Deportivo Vallecas (CDV), cuya entidad

aglutina a más de 700 deportistas, chicos y chicas, en 50 equipos de diferentes modalidades (ajedrez, baloncesto, balonmano, fútbol, fútbol sala veteranos, gimnasia rítmica y voleibol) que compiten en torneos autonómicos, federados y en los Juegos Deportivos Municipales.

"Son sensaciones casi irreales. Nuestra rutina ha cambiado de golpe de un día para otro, sin colegio, sin actividades extraescolares, sin salir a la calle, porque está claro que tenemos que quedarnos en casa. Es la única forma de contener la expansión del virus, proteger a los grupos de riesgo y ayudar a aliviar la sobrecarga de nuestro sistema de salud", explica el dirigente valleciano. "En el CDV hemos cancelado todas nuestras reuniones y actividades presenciales y estamos trabajando desde casa con algunas ideas que ayudarán a sobrellevar el aislamiento, y prepararse en lo posible física y técnica y mentalmente", añade.

Entre las iniciativas puestas en marcha está el curso online de ajedrez, con los monitores de CDV, para implantar una plataforma a distancia de vídeos y clases temáticas, con los alumnos de la escuela municipal de convenio del CDV y del colegio Stella Maris. Y también las alumnas de la escuela de gimnasia rítmica de la entidad participan en las clases en directo de preparación física y entrenamiento funcional que imparte la Real Federación Española de Gimnasia a través de Instagram, grabando vídeos para compartirlos a través de las redes sociales en el hasta #yoEntrenoEnCasa.

Además, Montañés señala que algo parecido están haciendo los entrenadores de baloncesto, balonmano, fútbol y voleibol, con clases prácticas de técnica y preparación física a distancia, "para sobrellevar el aburrimiento y no dejar de realizar deporte", apostilla.



▲ Eduardo Lozano da instrucciones en un campeonato

◀ Un alumno de la escuela del CDV invita a quedarnos en casa. CDV

◀ El Centro Deportivo Municipal de Entrevías, cerrado al público. MAR TORRADO

Eduardo Lozano, taekwondo: "Ahora mismo cualquiera de nosotros daría lo que fuera por dar una clase todos juntos"

ACTUALIDAD



"La brecha social cada vez es mayor, pues el alumnado de entornos más favorecidos tendrá más facilidad para seguir el curso"

El huerto escolar es una de las apuestas de los colegios públicos

# La complicada situación de la enseñanza pública en la crisis del Covid-19

Por Plataforma de Vallecas por la Escuela Pública

**A**nte la situación actual de aislamiento debido a la pandemia del Covid-19, se están dando en Vallecas situaciones complicadas en todos los aspectos que rodean a la educación y a la enseñanza.

Por todo esto denunciamos que la enseñanza *online* junto a la forma urgente y repentina de llevarla a cabo, han producido

que aquellas familias con menos recursos, principalmente sin acceso a un ordenador en sus casas o sin conexión a Internet, no puedan seguir las clases ni realizar las actividades que se les envían desde los centros. Esto se empeora con los ERTes y el aumento de la precariedad de las familias. La brecha social cada vez es mayor, pues el alumnado de entornos más favorecidos tendrá más facilidad para seguir el curso.

Las familias se están enfrentando a grandes dificultades en

casa. A veces tienen que teletrabajar y al tiempo supervisar y controlar el trabajo que hacen sus hijos/as en casa, sustituyendo con dificultad la figura del profesor (muchas veces con un solo ordenador en casa o con un teléfono móvil). A esto se añade las dimensiones y condiciones precarias de las viviendas de muchas familias, donde en situación de confinamiento hay que combinar convivencia con trabajo y estudio, con problemáticas sociales no resueltas anteriormente.

El profesorado, por su parte, también se enfrenta a muchas dificultades. Tiene que implementar sobre la marcha y de urgencia, una enseñanza *online*, en un primer momento con una plataforma como Educamadrid que no está preparada, se satura y se bloquea frecuentemente. Además, debe aportar sus propios medios (ordenador, conexión a Internet), darse de alta en diversas plataformas y hacer cursos exprés, y organizar y buscar recursos

didácticos y actividades para las materias que imparte.

El alumnado de segundo de Bachillerato se encuentra en una situación de incertidumbre. Siguen trabajando en sus casas para alcanzar los contenidos que tienen que estudiar para la EBAU.

Muchos/as trabajadores/as, principalmente de educación infantil de 0 a 3 años y de comedores escolares trabajan como personal de empresas privadas, en lugar de ser empleados públicos. La mayoría de estas personas han sufrido ERTes con lo que se agrava la situación de precariedad de estos miembros de nuestra comunidad educativa.

Mientras que el personal de comedores escolares está siendo obligado a acogerse a un ERTE, la Consejería de Educación ha recurrido a Telepizza y Rodilla para suministrar alimentos a las personas beneficiarias de la RMI. La alimentación es esencial para un correcto desarrollo y esta medida no resulta coherente con la anterior medida de aumentar las

horas de educación física para luchar contra la obesidad infantil. Es vergonzoso que las personas beneficiarias de comedores escolares estén recibiendo comida basura además de una irresponsabilidad por parte de la Comunidad de Madrid.

## Exigencias

Por lo tanto, exigimos proteger y defender nuestros servicios públicos. La sanidad pese a su deterioro por recortes y privatizaciones, está siendo un ejemplo de servicio público y ante la escasez de recursos se apoya en la solidaridad para su supervivencia. Exigimos que la educación pública debe ser dotada también de recursos para reducir al mínimo la brecha social ya existente y que se está agravando con esta crisis del Covid-19.

Pero además, también consideramos que hay muchas personas haciendo esfuerzos por hacer las cosas lo mejor posible, creando redes de solidaridad y apoyo mutuo dentro de esta crisis.

# Aplausos escolares

Por Consuelo Garrido

**L**os coles vallecanos se han quedado congelados, la quietud los invade, las clases, los patios, el comedor, la cocina, el gimnasio, la biblioteca... el maldito virus ha llegado.

Pero al poco tiempo esa paralización se resiente. En recónditas habitaciones algo se empieza a mover. Nuestros profes, nuestros niños, nuestras familias necesitan expresarse, saber de los otros, no solo avanzar en los conocimientos que marca el currículo oficial, sino en la necesidad de conocer qué será de mis profes, qué estarán

haciendo mis alumnos, cómo se sentirán los conserjes o las trabajadoras de la cocina o de las actividades extraescolares, de la limpieza... después de sufrir un ERTE o de ser despedidas, qué pensarán las familias con becas de comedor al recibir el menú de Telepizza...

Y en ese removerse, la comunidad escolar vallecana se comunica, se organiza, se ayuda y entre diferentes actuaciones, algunos centros deciden elaborar pequeños vídeos. Con sencillas técnicas y mucho amor, los trabajadores públicos de diferentes coles del distrito (Palomeras Bajas, Javier de Miguel, etc...) van montando, aquí y allá, grabaciones caseras

¡Gracias coles por estar siempre ahí cuando más se os necesita! Coles: "Estos aplausos van para vosotros"

para que desde sus hogares los niños y las niñas y sus familias continúen manteniendo lazos de afecto con su segunda casa, los colegios.

Yo, profe ya jubilada, cada vez que visiono estas pequeñas joyas, me siento muy orgullosa de haber formado parte de esta tribu tan especial que es la comunidad educativa de la Escuela Pública de Vallecas.



Una de los carteles del colegio Palomeras Bajas

Me meto por un instante en la piel de cualquier chico o chica que ahora estén viendo en su casa como sus profes les cantan, bailan y les animan con carteles: "te echamos de menos", "nos vemos

pronto", "esto lo vamos a parar", "besos para todos", "lo superaremos", "todo saldrá bien", "solo queda un poco más" ... y me imagino cómo se sentirán, y desde esta lejanía de jubilada me emociono.

## La Mirilla de Vallecas



# El silencio de las calles

Por Antonio Osuna

Jamás pensé que llegaría a experimentar esta sensación, el vacío. En algunas etapas de mi vida tomé como decisión personal el aislamiento, tratar de salir de casa lo menos posible y encadenarme a la reflexión. Buscar en mi Yo más profundo y escarbar en los sentimientos adversos hasta desmigalar su naturaleza. Pero yo lo decidí, no me lo impusieron, y esa es la gran diferencia entre decidir estar en casa y no poder bajar a la calle. Agorafobia editada en el BOE.

El estado en el que nos encontramos hace que las horas pasen lentas por imposición. Ya no hay serie, vídeos o juegos de mesa que puedan saciar estas

ansias libertarias. Presos de nuestras paredes, como aquellos que cometieron un delito y fueron juzgados, hoy somos nosotros los reos que cumplimos la penitencia de no obedecer. Hay que recordar que este virus se anunció a diestro y siniestro, en todos los medios posibles, y sí, yo mismo reconozco que entoné el: "Bah, esto no es nada". Pero así nos vemos. Aislados sin más opción que hacer la compra, ir a trabajar, sacar al perro y bajar al estanco. Estoy convencido de que mucha gente empezará a fumar a causa del aislamiento solamente por la excusa de pisar la calle. Igualmente seguro que más de uno pensó: "debería haber adoptado un perro, así saldría a pasearlo".

Pero no nos equivoquemos, estar en casa no es un castigo, no



es algo que nos han dictado a modo de: "Así aprendéis". Es una forma de no contagiar a los demás, y por ello, tenemos que estar todos unidos. Nos advirtieron y salimos. Nos advirtieron y usamos las mismas indicaciones para hacer memes de ello. La comedia del drama, la risa ante la impotencia. Hoy esos memes hacen que las horas pasen menos lentas o, al menos, de la manera más entretenida posible, pero los chistes que circulan siempre van acompañados de alguna noticia que

nos hace valorar la libertad cuando sabemos que estamos a punto de perderla. Sonrisas y lágrimas, como el musical. Ahora entiendo entonces esas imágenes de los italianos cantando todos al unísono desde los balcones.

### La lectura como vía de escape

Espero que todo pase cuanto antes, espero que dentro de poco todos podamos volver a la vida normal que teníamos, pero hasta entonces... Aprovechad estos

días para leer, para desempolvar esos viejos libros con hojas amarillentas. Entrad ahí, en el mundo de la imaginación ajena, haced vuestros esos relatos y lanzaos a cruzar los mares, las montañas, no dudéis en hacer una expedición para encontrar los mayores tesoros. Dejad el móvil, daos tiempo para reflexionar. Puede que esto pase rápido y es mejor aprovechar el tiempo. Es el momento de que cada uno aprenda a conocerse. Bienvenido a su vida sin 'atrezzo'.

## VALLECAS LEE EN SUS BIBLIOTECAS

# Ensayo sobre la libertad desde mi ventana

"Así me encuentro, aterrorizado ante este "castigo divino" provocado por la declaración del estado de alarma que limita la libertad de movimientos"

Por Juan Sin Credo

En estos días de incertidumbre, cuando se imposibilita cualquier proyecto a corto plazo y se resquebrajan los planes de aquel viaje pendiente al Valle de la Alcadia con el propósito de avistar un buen número de rapaces e incluso a la poderosa águila real, me viene a la memoria ese refrán de 'El miedo guarda la viña', cuyo significado reside en la eficacia del temor al castigo para impedir actos que atenten contra las normas establecidas.

Así me encuentro, aterrorizado ante este "castigo divino" provocado por la declaración del estado de alarma que limita la libertad

de movimientos. Un modelo de gestión más propio de un régimen disciplinar orientado al control de la conducta de los individuos. Todo sea por el triunfo social para la derrota de este enemigo sin armas de guerra, aunque potencialmente letal, sobre todo con la población más vulnerable de nuestros mayores.

Medidas de prevención, contención, precaución. "No salgas, no toques, aléjate al menos un metro". Cadenas de WhatsApp alentándonos para acudir a los balcones en festival de aplausos: a las 19 horas, don Pepito; a las 20, los sanitarios (héroes anónimos abandonados durante años debido a las políticas neoliberales de privatización); a las 21 horas, los antimonárquicos...



### Nueva clase social privilegiada

Mientras, los dueños de los perros se erigen en nueva clase social privilegiada, exhibiendo su inaugurada condición al circular con absoluta libertad por las calles. Esta situación ha llegado a tal extremo que la parcela íntima del individuo se ha transformado en una estúpida zarandaja, máximo cuando en Vallecas algunos de nuestros vecinos maltratan a los trabajadores del Mercadona en una lucha indómita por acumular papel higiénico.

Tal vez todo se reduce a una teoría conspiranoica, a una estrategia inherente de las literaturas distópicas. Dice mi gran amigo, el catedrático de Historia, Juan Argelina, que desde el momento en que el telediarío es un parte de guerra, altavoz de proclamas bélicas, la distopía se disuelve. "En una sociedad donde nos vigilamos mutuamente y

el deseo de ser feliz es una obligación dentro del desastre, cuando la servidumbre se presenta como una liberación y el individuo se exprime a sí mismo como si fuera una necesidad vital, el mundo descrito en 1984 por Orwell ya está aquí", termina apuntando el profesor Argelina.

Al hilo de esta situación, recuerdo la lectura de la obra escrita por el novelista portugués José Saramago, 'Ensayo sobre la ceguera'. En esas páginas se narran las consecuencias de una epidemia de ceguera como peste bíblica que modifica la conducta de los individuos, convirtiéndolos en auténticos monstruos despiadados. Visión apocalíptica que se desvanece con la esperanza de no solo mirar los pájaros a través la ventana, sino de visitarlos en plena libertad de vuelo por el Valle de la Alcadia y por los campos abiertos de Vallecas.

## Dos sin tres

No trates de buscarle sentido a lo que aquí veas escrito porque los refranes se inventaron en un momento loco para justificar lo injustificable; para desorientar a la rosa de los vientos, para volver invisibles a las letras del abecedario. No hay dos sin tres es mi argumento roto; mi única manera de atravesar el muro del papel; mis interrogaciones cuando el tiempo es infinito, cuando lo que no escucho me atruena los oídos, cuando me quieren hacer comulgar con ruedas de molino y lo único que veo delante de mí es un micrófono envuelto en una funda de plástico transparente.

Concha Morales



# La cultura vallecana se queda en casa

La XXI edición Vallecás del Libro, prevista para abril, se aplaza y se celebrará en octubre

Por Isa Mendi

La cultura de Vallecas cambia de formato, pero mantiene su tirón habitual en estos días de obligado confinamiento debido a los efectos del Cov-19. Cerrados los espacios culturales, la alternativa ante la cascada de anulaciones de actividades es disfrutar de libro, películas, cuentacuentos, obras de teatro, museos... con la necesaria complicidad de Internet. En esta línea de aplazamientos, Vallecás Calle del Libro, cuya celebración estaba prevista para este mes de abril, se trasladará según sus organizadores a la segunda quincena de octubre, del 18 al 31.

"A todas y a todos que descanséis mucho, que no contragáis coronavirus o similares y que la imaginación se imponga a la monotonía de la rutina diaria", dicen desde Vallecás Calle del Libro. "Es una decisión forzada por la lógica de los elementos. Nos la prometíamos felices hasta que llegó el dichoso coronavirus. En los contactos que habíamos mantenido con la embajada de China, para garantizar su presencia en esta XXI edición de Vallecás Calle del Libro, nos lo habían advertido: ¿Por qué no lo aplazáis. Mirad que esto va a crecer mucho...? Su experiencia era definitiva y nosotros ingenuos, siempre optimistas, decidimos que los plazos transcurrieran y a esperar tiempos mejores", añaden.

"Esperemos que en los meses que nos quedan podamos

**Vallecás Calle del Libro: "Que la imaginación se imponga a la monotonía de la rutina diaria"**

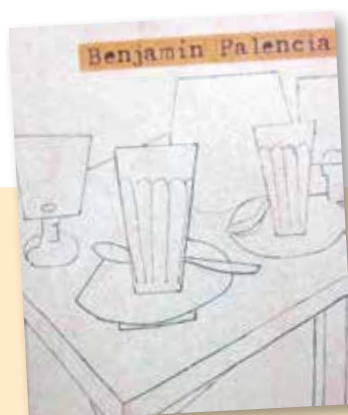
complementar con nuevas y mejores actividades y por supuesto que en este espacio de tiempo se pueda mejorar la actividad prevista, ampliar las iniciativas y sorprender a todas y todos con una mejor edición de Vallecás Calle del Libro", apuntan.

Sus responsables confirman que los certámenes de Guerreros de Xian y de micro narraciones con el lema de Galdós seguirán en marcha, aunque aplazarán sus resultados a fechas que más adelante irán concretando. "Esperamos que a sea finales de abril cuando veamos el final del túnel", concluyen.

De forma paralela, Vallecás VA ha querido recoger el testimonio de cómo están viviendo los vallecanos este momentáneo parón cultural. "Desde la Mesa de Cultura de Villa de Vallecas, estábamos preparando el IV homenaje a Miguel Hernández. Debido a las medidas decretadas por el estado de alarma, se suspendió de forma presencial, pero decidimos seguir adelante convocando un recital en red que fue difundido por todos nuestros canales el 28 de marzo", dice Jesús López.



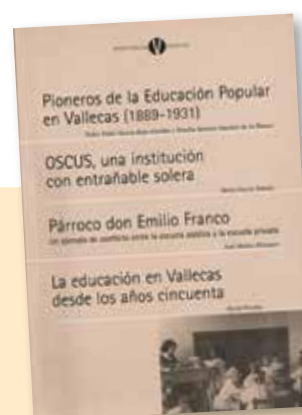
▲ Una de las actividades de Vallecás Calle del Libro de 2019



## Recomendaciones

"Suavizo la situación con la lectura de las obras de Miguel Delibes, dedicando especial atención a 'Las ratas', donde destaca su entrañable personaje de 'El Nini'. La apasionada defensa que el vallisoletano traza de la naturaleza, de una forma de vida ancestral que prácticamente ha desaparecido, me evade hacia ese postrero campo vallecano repleto de esencia de libertad", dice Juan Sin Credo, asiduo colaborador de este periódico en su sección de Cultura.

En el capítulo de recomendaciones para estos días, Vallecás Todo Cultura aconseja



leer y visualizar alguno de los documentos existentes sobre la historia de Vallecas. Entre ellos, mencionan: 'El amanecer de las bibliotecas como bien público', 'Alberto Sánchez y el cerro insomne', 'Apuntes entrañables sobre mi barrio: Vallecas', 'Benjamín Palencia (Exposición 2000)', 'El censo de infraviviendas en Vallecas. Retratos de amor y dolor', 'La educación popular en Vallecas desde los años 50', 'Escuela de Vallecas, una vanguardia artística', 'Historia breve sobre el centro educativo Ciudad de los Muchachos' e 'Historia del Rayo Vallecano de Madrid'.



Otros libros que versan sobre los dos distritos son: 'OSCUS, una institución con entrañable solera', 'Palomeras, un barrio obrero de Madrid, durante el franquismo', 'Párruco Emilio Franco, un ejemplo de conflicto entre la escuela pública y la escuela privada', 'Pioneros de la Educación Popular de Vallecas', 'La sede de la Asamblea de la Comunidad de Madrid', 'La II República y la Guerra Civil en Vallecas (De la euforia a la depresión/represión)', 'El ruiseñor y el burro, narración popular' y 'Vallecas, de arrabal a ciudad (1900-1936)'.

**Centro Comercial**  
**MERCADO VILLA DE VALLECAS**  
**50 AÑOS DE SERVICIO EN VALLECAS VILLA**  
Trato agradable, Calidad garantizada, Céntrico, Económico.  
**C/ SIERRA VIEJA, 61**  
**Compra en el Mercado y la calidad estará de tu lado**

**RUCADISA ASESORES, S.L.**  
**ADMINISTRADORES DE FINCAS Y ASESORIA JURÍDICA**  
C/ Congosto, 45. Local, 3  
rucadisa@hotmail.com - rucadisa4@gmail.com  
Tels: 91 385 46 99 - 659 90 69 73

Dada la excepcionalidad de la distribución de este mes de abril. No editamos en la página 23 ni los Anuncios Clasificados ni la relación de los Puntos de Distribución.

**Vallecás VA**

**SOLUCIONES KANDOR**  
• Administración de Fincas •  
• Gestión de Empresas •  
• Asesoramiento Jurídico •  
91 012 90 53  
solucioneskandor@gmail.com  
C/ Colmenar Viejo nº 6 - Local

# Vallecas desde casa: diario de un confinamiento

Vallecas sin duda seguirá siendo un barrio obrero, solidario y luchador en contra de las injusticias con la mano tendida a unos vecinos a los que no quiere dejar atrás

Por Isa Mendi

## Día 1 miércoles 11 de marzo

Aquí comienza todo. El cierre de colegios decretado por la Comunidad de Madrid el 9 de marzo se hace efectivo, así que los escolares se quedan en casa a la espera de que les manden tarea para continuar sus estudios. En mi núcleo familiar comenzamos a sentir las consecuencias de la aplicación de un ERTE. Mi rutina sigue siendo la habitual desplazándome a mi puesto de trabajo con mucha precaución en el transporte público intentando no tocar más allá de lo imprescindible. Algunos viajeros optan ya por llevar mascarillas.

## Día 2 jueves 12 de marzo

Se hace efectiva la clausura de las instalaciones municipales: centros de mayores, culturales, polideportivos... Ante el avance exponencial del Cov-19 comienzo entonces a mezclar el teletrabajo con el presencial. Una de las cosas positivas es que tengo más tiempo para estar con la familia y comer juntos, algo que con la rutina habitual era imposible.

## Día 3 viernes 13 de marzo

La actividad desciende en la calle. El silencio se va apoderando de los diferentes espacios a medida de que avanza el número de infectados y crece la sensación de desamparo y la alarma social. Vallecas deja imágenes inimaginables días atrás, como parques infantiles al aire libre precintados.

## Día 4 sábado 14 de marzo

Solo están abiertos los establecimientos esenciales (alimentación, farmacias, etc...), aunque el abastecimiento deja mucho que desear, a pesar de que las autoridades lo garantizaban.

Apuro las últimas horas en las que puedo salir a la calle con libertad de movimientos, porque por la noche entra en vigor la emergencia sanitaria decretada por el Gobierno de la nación que me obliga a quedarme en casa. Puedo ver estampas inusuales de vecinos saliendo al campo a pasear, huyendo de las grandes aglomeraciones de personas. Ya en casa, hacemos en familia un cartel que tendremos colgado en nuestra ventana hasta que salgamos de esta situación. El lema es esperanzador: 'Todo va a salir bien'. A las 22 horas, participo en el multitudinario aplauso para reconocer la ingente labor que está haciendo el personal sanitario.

## Día 5 domingo 15 de marzo

Comienza el primer día de cuarentena sin poder salir de casa nada más que en casos de necesidad. Empieza una rutina que se antoja larga en el tiempo. Me asomo a la ventana, mi único contacto con la vida real y en nada se asemeja a domingos anteriores. El silencio solo lo rompen contados coches y autobuses de la EMT casi vacíos. Ante tanta adversidad sobrevenida de golpe, Vallecas vuelve a aplaudir dando su apoyo al personal (sanitarios/as cajeros/as etc...) que con su trabajo defiende la vida y el abastecimiento de la ciudadanía. La caída de la noche y la llegada del temporal en forma de lluvia torrencial que hace brillar las calles desiertas dejan una imagen de desolación. Con el cercano súper ya cerrado, no queda un alma por la calle. Los vallecanos, confinados en sus casas, se retiran a dormir con la esperanza de que tiempos mejores lleguen lo antes posible.

## Día 6 lunes 16 de marzo

Primer día laborable de la emergencia sanitaria en Vallecas. Sesión de teletrabajo



▲ Vecinos en el campo, el último día que pudieron a la calle  
I. MENDI

▲ Inusual aspecto de la avenida de la Albufera  
REDACCIÓN

▲ La elaboración de uno de los carteles que cuelgan de las ventanas  
I. MENDI

interrumpida para improvisar de profesor para sacar adelante la tarea mandada por el colegio para continuar el curso a distancia. Lo mejor de este aislamiento forzado es que las familias tienen más tiempo para estar juntas, sin estrés. También la unión de los vecinos y el anhelo de que cada vez queda menos para vencer a la enfermedad aunque las cifras de infectados no paren de crecer. Las calles están desiertas, sin vida, en un barrio que apenas una semana atrás ajeno a lo que se venía encima, vivía su habitual día a día, de ir y venir de escolares, de personas al cercano centro comercial. Ahora reina el silencio que entre todos haremos que se rompa cuando todo pase.

## Día 7 martes 17 de marzo

Mi barrio sigue sin vida puestas a fuera de las miles de viviendas cerradas a cal y canto. Una continua relación de noticias negativas (ya se verá en que se concreta los 200.000 millones anunciados por el Gobierno para facilitar la vida de los españoles) no contribuyen a mantener la moral alta. En estos tiempos hay

“Tal vez lo mejor es que las familias tienen más tiempo para estar juntas”

que mirar hacia adelante, no hacia atrás, por nuestros mayores, por nosotros y por nuestros hijos. Vallecas sigue mostrando su fuerza de barrio solidario, combativo, al lado de los más necesitados, con el funcionamiento de grupos de apoyo. Mañana será otro día.

## Día 8 miércoles 18 de marzo

Volviendo a casa del trabajo en coche por la noche no sabía que día era si martes o miércoles. Todos parecen iguales instalados en la rutina de la cuarentena. No somos conscientes del valor de tener libertad de movimientos y de poder relacionarnos con los demás hasta que de golpe una infravalorada enfermedad pone en jaque tu vida cómo era hasta ahora y la has concebido

siempre. Acaba el día, uno menos para vencer al Covid-19.

## Día 9 jueves 19 de marzo

Un Día del padre especial, diferente, en familia, motivado por el quinto día de cuarentena. La sensación que me queda es que tanta sobre exposición a mensajes negativos acerca del continuo crecimiento del virus no contribuye a mantener el optimismo frente a los largos e indeterminados días de confinamiento que aún quedan por venir. Esto contribuye a que aumente la desconfianza hacia cualquier persona que no sea de nuestro entorno, convirtiéndonos sin querer en impensables seres asociales en un momento en que la unión y la solidaridad deben ser claves para superar esta crisis sanitaria sin precedente en Vallecas, en Madrid, en España y en todo el mundo.

## Día 10 viernes 20 de marzo

A veces tengo la sensación de estar viviendo una pesadilla, pero desgraciadamente la nueva cotidianidad me hace volver a la realidad. Basta con salir a unas calles prácticamente desiertas.



La gente tiene cada vez más miedo mientras nos acercamos a los momentos más duros que traerán más contagios y fallecidos a pesar de la ingente e impagable en varias vidas labor del personal sanitario. Por primera vez me puse guantes y mascarilla para conseguir por fin un gel desinfectante a precio de oro en una farmacia. Algo rutinario y normal antes del Covid-19, fue una experiencia diferente, incómoda, deshumanizada, marcada por las distancias y las precauciones. Con gran alivio salí de la botica para afrontar otra tarde-noche de monotonía. Un día atrás y otro menos por delante para recuperar nuestras vidas.

#### Día 11 sábado 21 de marzo

El tiempo parece haberse detenido. Confinado en familia, no hay nada más que hacer que estar en casa y dejar pasar los segundos, los minutos y las horas del primer día del fin de semana que no se diferencia en demasiado de los anteriores. Intento aislarme un poco de las trágicas noticias para no caer en el completo desconsuelo aunque las imágenes que llegan de las colapsadas urgencias del hospital Infanta Leonor de Vallecas, con gente tirada en los pasillos ante la ausencia de espacio, me dejan helado. Una semana después de decretarse el aislamiento domiciliario parece seguro que esta se irá más allá de los 15 días previstos iniciales tal y como anunció el presidente del Gobierno a final del día. La guerra contra el coronavirus continúa librándose en los hospitales sin tregua y sin una fecha conocida para su final.

#### Día 12 domingo 22 de marzo

De mañana el canto de un pájaro me despierta en el silencio de la ciudad. No puede evitar enviarme por la libertad que conserva y también por vivir ajeno a los problemas de los humanos. A primera hora de la tarde, se confirma

“No valoramos el tener libertad de movimientos y poder relacionarnos”

que habrá que estar hasta el 11 de abril sin salir de casa al ampliarse 15 días más el estado de emergencia sanitaria cuando se cumple una semana de que la ciudadanía sale puntual a las 20 horas a sus balcones y ventanas a aplaudir la labor de los servidores públicos. No queda otra que aguantar en esta guerra abierta contra el cruel coronavirus que impide velar a las víctimas y que habrá que ganar desde cada hogar de Vallecas.

#### Día 13 lunes 23 de marzo

Primer día laborable de la nueva semana que en poco se parece a los típicos lunes que hace muy poco tiempo suponían la vuelta a la rutina de la estresante jornada laboral y escolar tras el esperado descanso de sábado y domingo. En plena crisis del covid-19, con más de tres semanas de aislamiento aún por delante, todo se ha relativizado. Las prioridades parecen ser ya otras en un corto plazo de tiempo. Los duros efectos de la pandemia nos han abiertos los ojos poniendo en el centro de todo la Salud. Parecía que éramos inexpugnables, pero no lo somos. Ahora la preocupación es pasar estos duros días de la mejor forma posible. Cuando esto se acabe ya habrá tiempo para ocuparnos de otras consideraciones.

#### Día 14 martes 24 de marzo

Qué cosas tiene la vida, hace pocos días éramos esclavos de relojes y horarios, de jornadas intensas sin parar, conciliando a

duras penas la vida familiar con la laboral y ahora lo que tenemos sobre todo es tiempo. Vivimos el presente, el momento, sin plantearnos el futuro más allá del momento de salir de esta crisis que ha puesto patas arriba nuestra sociedad. El afán de atesorar bienes, dinero, ha perdido importancia al igual que los proyectos de futuro que tendrán que esperar al menos varios meses. La silenciosa Vallecas sigue su alterada rutina de calles casi vacías de coches y gente, deshumanizadas con entes confinados en sus casas, donde las redes de apoyo ciudadano tratar de hacer la vida más fácil a las personas necesitadas, fundamentalmente los mayores, los que con su trabajo levantaron lo que nosotros ahora disfrutamos. No podemos dejarlos caer, no se lo merecen.

#### Día 15 miércoles 25 de marzo

A última hora el Congreso de los Diputados aprueba la prórroga del estado de alarma hasta el 11 de abril. Cada día que pasa parece que mi hogar es el reducto perfecto, donde nada malo me puede pasar y todo está bajo control. No sucede lo mismo cuando tengo que salir de casa a trabajar. Entonces todo son precauciones evitando tocar con las manos directamente cualquier superficie susceptible de ser antes usada por otras personas, incluso mis propios vecinos, ya que nos dicen hasta la saciedad que el virus puede estar en cualquier parte. He dejado de utilizar el ascensor y ahora uso las escaleras para subir y bajar, un trayecto que intento hacer en el menor tiempo posible para no cruzarme con nadie. Al entrar en el coche, que sólo utilizó yo, vuelvo a relajarme aunque no del todo porque al volante temo que me paren en un control policial aunque tenga todo en regla para circular. Sin casi circulación, las distancias se acortan en tiempo. Esta sensación se repite cada

día laborable a la espera de que llegue el día en que toda esta pesadilla acabe y podamos recuperar nuestra antigua cotidianidad. Volverá la normalidad, tardará en llegar, pero nosotros a buen seguro seremos otros. Nuestras prioridades serán diferentes tras esta crisis que nos ha hecho más vulnerables como sociedad de nosotros nunca hubiéramos pensado.

#### Día 16 jueves 26 de marzo

En la semioscuridad de mi cuarto de estar hago balance de la jornada que en poco se diferencia de la anterior. Afuera la primavera se percibe por los almendros en flor, pero en el interior de las casas las estaciones pasan desapercibidas. Los partes meteorológicos ahora dan un poco igual ya que no se puede planificar ninguna salida fuera del hogar. Que haga mejor o peor tiempo es algo irrelevante cuando la prioridad es acabar con la sangría de muertes, principalmente en nuestros mayores, que sigue dejando la epidemia en nuestro barrio con un hospital de referencia colapsado y dedicado únicamente al covid19. Ante tanta adversidad, la esperanza la pone la solidaridad y la responsabilidad de la gente que sigue en cuarentena un día más para frenar la propagación del virus. Aún estamos lejos por las elevadas cifras de infectados y muertes, pero el aumento de las altas médicas dan algo de luz en estos tiempos de oscuridad.

“Las prioridades parecen ser ya otras en un corto plazo de tiempo”

#### Día 17 viernes 27 de marzo

La nieve visitó la capital en los primeros albores de la primavera a primera hora de la mañana ajena al drama que se vive en sus hospitales y con un sinfín de habitantes confinados en sus viviendas. La humedad del exterior y la baja temperatura prácticamente no se perciben en el interior de las casas donde los vallecacos comienzan a desperezarse. Intento abstraerme de las cifras de infectados y fallecidos que continúan en aumento y que están a todas horas en los medios de comunicación teniendo la cabeza ocupada y buscando la relajación a través del deporte reformulado y aprovechando elementos de mi vivienda que no pensaba que me sirvieran para estos fines. Eso me permite sobrellevar sin venirme abajo la cuarentena cuyo final aún se desconoce, pero se percibe lejano. El tiempo pasa muy lento, demasiado y abril se avecina que se hará largo, muy largo.

#### Día 18 sábado 28 de marzo

Comienza el segundo fin de semana completo de la cuarentena. La rutina del día en familia se rompe poco después del habitual aplauso de apoyo a los sanitarios y al resto de empleados públicos y trabajadores que mantienen en pie nuestra sociedad. El Gobierno anuncia nuevas restricciones a la circulación de vehículos, limitándolas solo a las labores esenciales para intentar frenar la escalada de contagios que en Madrid aún no se ha llegado a la esperanzadora curva descendente. Esto supondrá que más trabajadores se queden en casa, entre ellos yo, así que mis salidas a la calle se limitarán a comprar productos de primera necesidad. A esta situación hemos llegado, impensable en pleno siglo XXI y en un supuesto país desarrollado. Con los ingresos económicos en serio riesgo, con las mismas cargas de impuestos, alquileres, letras, hipotecas... sin ningún tipo de moratoria a muchos vallecacos no nos quedará otra que seguir aguantando el tirón, siempre que nos mantengamos al margen de la enfermedad a la que nunca, nunca, pensamos estar tan expuestos y ser tan vulnerables.

#### Día 19 domingo 29 de marzo

Horario de verano, una hora menos de encierro, porque el día tiene solo 23. A partir de ahora, tardes más largas, con más luz en la calle, que no harán más fácil el confinamiento como tampoco las mejores temperaturas. Como consuelo, nos quedará abrir de par en par las ventanas y abrir bien nuestros pulmones para respirar el aliento de la primavera. En este último día de mi diario para la edición de Vallecas VA de abril quiero hacer balance. Echo de menos, sobre todo, la libertad de poder salir a la calle, la alegría de la gente, la vida en las calles y, nunca pensé que lo diría, en mi cercano centro comercial, el poder hacer deporte al aire libre, el ver a mis familiares más mayores, desarrollar presencialmente mi actividad profesional... El tiempo que siempre nos falta, algo de lo que nos quejamos amargamente, ahora nos sobra sin el yugo constante del reloj y la frenética y estresante agenda cotidiana. Pero nunca pensamos que fuera por este motivo, por una emergencia sanitaria sin precedentes en nuestra ciudad, en nuestra comunidad, en nuestro país y en el mundo. Esperemos que los políticos estén a la altura y la recuperación no nos cueste aún más de lo que siempre nos ha costado al ciudadano de a pie en épocas de crisis. Vallecas sin duda seguirá siendo un barrio obrero, solidario y luchador en contra de las injusticias con la mano tendida a unos vecinos a los que no quiere dejar atrás. Con el tiempo se verá el desenlace de esta historia y el final de esta pesadilla.

## CULTURA

## Lectura



## 'Tardes de cuento'

La editorial SM ha preparado encuentros diarios en sus redes sociales con escritores de literatura infantil y juvenil con el propósito de fomentar la lectura. Se llaman las Tardes de cuento y serán **todos los días, a las 18:30 h.**, en esta cuenta de instagram: **@literaturasm**. Por otra parte, escritores de literatura juvenil del sello responderán a preguntas de sus lectores a través de **@thereisbookb** a las **20:30 horas**.

## Medio Ambiente

Somos Tribu VK propone la iniciativa 'Germinando Semillas' para crear un jardín en casa durante el confinamiento. Para ello, invita a enviar fotografías de la evolución de las plantaciones al **whatsapp (635 993 062)**. Aconsejan primero elegir las semillas (leguminosas, cereales o frutas); posteriormente meterlas en un vaso de cristal con agua con una bola de papel de cocina o algodón; y luego trasplantarlas para que sigan creciendo. Una vez se recupere la normalidad, las plantas formarán parte del jardín colaborativo del huerto escolar del CEIP Javier de Miguel.

## 'Germinando semillas'



## Deporte



## '10 toques Challenge'



La Sección Deportiva de El Pozo ha lanzado el concurso **#10ToquesChallenge** en el que invita a los jugadores infantiles y alevines de su escuela, pero también a todo el que quiera ser partícipe de esta iniciativa, a dar 10 toques seguidos al balón, grabarlo y mandarlo a través de las redes sociales. **Las tres mejores grabaciones se llevarán un premio** del patrocinador de esta entidad de Puente de Vallecas.

Si organizas una actividad para el próximo mes de **mayo** y quieres publicarla gratuitamente en esta sección, envíanos los datos a: **prensa@vallecas.com**

## Libros



## 'eBiblio Madrid'

Las bibliotecas municipales madrileñas abren a todos los ciudadanos su servicio **eBiblio Madrid**, que permite el préstamo de 10.000 libros electrónicos, consulta de prensa y revistas y visualización de 4.000 películas y documentales de forma gratuita. Con el fin de facilitar la difusión de los contenidos de los que dispone la plataforma, se facilitará un usuario provisional hasta que los centros públicos vuelvan a abrir. **<https://madrid.ebiblio.es/opac/#indice>**.

## 'Concurso #YoMeQuedoEnCasa'

## Dibujo

Vallecasviva organiza un concurso de dibujo para ayudar a pasar un rato divertido a las familias.

La temática: **¿Cómo derrotarías al malvado villano, Covid-19?**

Dos categorías: hasta 6 años, y de 7 a 10 años. Los trabajos se deberán mandar a **<https://vallecasviva.com/concurso-dibujo-yomequedoencasa/>**.



## Ocio

## Talent show vallecano'

Los educadores de calle de Puente de Vallecas han puesto en marcha **'Talent show vallecano'**.

Los participantes pueden mandar sus vídeos demostrando su talento (chistes, magia, canto, baile, malabares, adivinanzas...) etiquetando a **#talentshowVK**. Dirigido a jóvenes de ambos sexos, de entre 12 y 25 años de edad. Una vez montados, serán emitidos en directos, los miércoles a las 18 horas, en el canal

**IG @educas.pvk. #yomequedoencasa.**

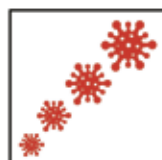
# CORONA VIRUS

## ¿Cómo se transmite?



Por gotas que se expulsan al toser o estornudar

## Periodo de incubación



Media de 5 días hasta un máximo de 14 días

## Medidas de prevención



Lavado de manos



Evitar tocarse ojos, nariz y boca



Ante una persona infectada, mantener una distancia de 2 metros



Toser en un pañuelo desechable o en el hueco del codo en su defecto

## Síntomas



Fiebre, tos seca, dolor de garganta, dolor muscular o dificultad respiratoria

## POBLACIÓN VULNERABLE



**LAS PERSONAS MAYORES O CON ENFERMEDADES PREVIAS**

## ¿Cómo actuar ante síntomas?



Evitar acudir directamente al centro sanitario



Contactar al teléfono:  
**900 102 112**

## IMPORTANTE:



**LA MASCARILLA SOLO LA DEBEN EMPLEAR PERSONAS QUE PIENSEN QUE ESTÁN INFECTADAS**



**Comunidad de Madrid**

# SOMOS TRIBU

RED DE SOLIDARIDAD  
Y APOYO MUTUO FRENTE AL COVID19

**S**omos Tribu es una plataforma vecinal de apoyo mutuo y solidaridad de Vallecas que ha surgido espontáneamente ante la situación de crisis por el COVID-19. Esta crisis está golpeando especialmente a las personas más vulnerables de nuestro barrio. Por un lado, la enfermedad está siendo mucho más dura para personas mayores o con problemas de salud, por otro, las consecuencias económicas de las medidas de cierre y confinamiento están dejando sin ingresos a muchas familias que ya estaban en una situación de gran vulnerabilidad, como personas despedidas, pequeños autónomos o las que no tenían contrato y trabajaban en la economía sumergida.

Los servicios públicos de la administración, ya muy mermados después de años de políticas de recortes y precarización, no están dando abasto para responder ante las situaciones de abandono y vulneración de los derechos básicos de nuestras vecinas y vecinos. El personal de servicios sociales, de sanidad y de las residencias de personas mayores nos cuentan situaciones dramáticas a las que no consiguen responder a pesar de su trabajo incasable de estos días. Por otro lado, la situación de confinamiento acentúa la angustia de las personas afectadas. Frente a estos mensajes de alerta, multitud de vecinas del barrio nos hemos organizado en respuesta a las necesidades que nos llegan.

La red Somos Tribu en ningún caso ha nacido para sustituir en su responsabilidad a los servicios públicos, sino como un actor de respuesta ante una emergencia en un momento en el que se hace necesario acompañarnos mutuamente entre vecinas y vecinos, complementando la acción insuficiente de la administración. Somos Tribu mantiene desde el primer momento y mantendrá un contacto directo con diferentes recursos, colectivos y actores del barrio para intentar coordinar la respuesta ante las dramáticas situaciones que nos llegan y para denunciar las situaciones de abandono que están sufriendo nuestras vecinas. Esto está requiriendo de una gran flexibilidad y de una rápida estructuración en grupos de acción comunitaria de cercanía, por barrios y por diferentes temáticas, como el grupo de asesoría laboral. En todo caso, el principal objetivo de Somos Tribu es, siguiendo nuestra tradición vallecana, crear comunidad en el barrio, una comunidad que se cuida y que apuesta por lo colectivo frente la adversidad.

**Envíanos tu forma de participación o necesidad a través de los siguientes canales, facilitando tu número de teléfono**

Se están creando comisiones de trabajo, apuntate y saquemos lo mejor de nosotr@s

DIFUSIÓN, CREATIVIDAD, PROTOCOLO, INFORMACIÓN Y REDACCIÓN, COORDINACIÓN TERCERA EDAD, COORDINACIÓN INFANCIA.



Somos Tribu Vk



@somotribuVK



somotribuvk@gmail.com

**SI NOS NECESITAS  
SI PUEDES AYUDAR**

PUEDES LLAMARNOS A LOS TLFS:

**684 432 699 y 648 099 116**

#SOMOSTRIBU