



Jesús Argüedas

Un verano diferente en Vallecas

La Batalla Naval, suspendida, se reinventa para no faltar a su cita anual el próximo 19 de julio

→ Pág. 7



Somos Tribu VK, mucho más que una red de apoyo vecinal

A lrededor de 1.500 personas forman este colectivo en su cuarto mes de existencia

→ Pág. 8

Vallecas por lo público

La marcha partió de la Junta Municipal de Puente y finalizó en la Asamblea de Madrid el jueves 9 de julio

→ Pág. 3

RAYO AUTO ESCUELAS 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

CHEMA
C/ Lagartera, 23
28053 Madrid
917 850 746 / 615 884 018
aguiar.reformas@gmail.com
Presupuestos sin compromisos
Muchos más trabajos en

AGUIAR REFORMAS

ALBAÑILERÍA INTEGRAL - CARPINTERÍA - EBANISTERÍA - VENTANAS DE ALUMINIO
FONTANERÍA - CALEFACCIÓN - ELECTRICIDAD - BOLETINES - PINTURA

La Estrella STC
FRUTAS Y VERDURAS
www.laestrellafruteria.com

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

CES MINIALMACENES

PROMOCIÓN 2x1
Pague un mes y el segundo es GRATIS

Alquiler de trasteros y minialmacenes

ALTA SEGURIDAD
AMPLIA VARIEDAD DE TAMAÑOS
EL TIEMPO QUE NECESITE
EL PRECIO MÁS BAJO

Centro de Leganés - C/ Rey Pastor nº 20 - Polígono Industrial Butargue - 28914 Leganés, Madrid
Centro de Vallecas - C/ de Horniqueras nº 146 - Polígono Industrial de Vallecas - 28031 Madrid
☎ 91 380 40 60 - 646 46 25 00 www.cesminialmacenes.es

VDB VAN DEN BERCKEN S.A.
Todo para su Automóvil

MECÁNICA - ELECTRICIDAD - NEUMÁTICOS - LAVADO MANUAL
CHAPA Y PINTURA - VENTA VEHÍCULOS DE OCASIÓN

■ Avda. Santa Eugenia, 14 - 28031 Madrid Tel.: 91 331 31 38 Fax: 91 332 87 55
■ C/ Sierra Gorda, 13 - 28031 Madrid Tel.: 91 331 43 58

Email: vanden2005@yahoo.com



EDITORIAL

Un recodo en Vallecas

El 21 de junio salimos oficialmente de la desescalada, del confinamiento. En Vallecas ya hemos hecho muchas cosas desde ese día: reuniones de mesas de los foros locales, de la comisión permanente del mismo, concentraciones frente a las juntas municipales, la realización de un festival y documental de Somos Tribu, la manifestación de "Vallecas por lo público"...

Ahora tenemos por delante un verano muy atípico, en el que nos van a seguir bombardeando con cifras de rebrotes y más rebrotes, como si solo existiera en "el mundo" el coronavirus. Hay que moverse en un difícil equilibrio en el que no volvernos paranoicos de miedo, y a la vez ser extremadamente responsables, prudentes y respetuosos con los otros.

Aprovechemos para hacer, donde podemos hacer: en nuestros barrios. Hagamos "turismo barrial", refresquémonos en nuestras terrazas, celebremos una Batalla Naval con agua y jabón, entre amigos y manteniendo las distancias, compremos a nuestros vecinos, ... En fin, reencontrémonos desde el cierto relajamiento que nos dan estas fechas.

¿Por qué no plantearnos este verano como "un recodo" en nuestras vidas? Un recodo como tienen los ríos cuando aminoran la fuerza que los lleva a su destino. Un recodo en el que poder reflexionar personal y socialmente sobre todo lo hecho y lo vivido en estos meses. Que nos anime a profundizar, compartir y proyectar con otros.

Es un orgullo y un lujo tener estos Foros Locales, estas redes vecinales de apoyo mutuo, este recién movimiento por lo público, y tantas otras pequeñas e importantes iniciativas vecinales que se han creado o reforzado en este confinamiento.

Hemos de aprovecharlos para enfrentar este próximo otoño con la firme determinación de que "sí se puede", de que es el momento de fortalecer nuestra unión con el corazón por delante y con una mirada horizontal e inclusiva tan poderosa que sintamos que no habrá fuerza capaz de detenernos; que aquel barrio, aquel Vallecas que anhelamos e imaginamos, se acerca más pronto que tarde.

Comenta este artículo en >>> www.vallecas.com

CARTAS AL DIRECTOR

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

prensa@vallecas.com

o por carta a:

Vallecas VA,
Apartado de Correos Nº 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

//Tribuna Vallecana

¿Quieres colaborar?

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

Vallecas como modo de vida

Una de las virtudes del ser humano es su capacidad de adaptación, de avanzar en mitad de la tormenta sin sucumbir. Por eso nos embarga el vértigo cuando echamos la mirada atrás y recordamos que hemos pasado 100 días encerrados. Un trimestre. Toda la primavera. Pero las crisis están imbuidas de la mística de la reconstrucción, de la reinvención, de un nuevo comenzar que labramos con los valores que hemos aprendido en la desgracia que siempre muestra con toda la crudeza qué es lo importante y qué secundario.

Estos meses nos han llevado a redescubrir nuestro barrio. Perder de vista el centro y las grandes superficies durante una temporada nos transportó a un comercio más cercano y amable. El comercio de lista de la compra, de quién da la vez y del cuarto y mitad. El comercio de nuestros padres y de nuestra infancia; de galería de alimentación, de llamar al tendero por su nombre. Al fin y al cabo, el comercio que hace barrio y en el que nos necesitamos los unos a los otros.

Más tarde vinieron los paseos y pudimos perdernos por nuestras calles. Porque Vallecas no termina en los bulevares, sino que nos esperan rincones encantadores,

casas de ladrillo rojizo, corralas que resisten el embate del tiempo. Un barrio, en definitiva, con una esencia auténtica, con un sabor que corremos el riesgo de perder y con el que estos días hemos tenido la oportunidad de reconciliarnos.

Durante estas semanas tuvieron protagonismo las redes vecinales, que organizaron grupos de apoyo, despensas solidarias e incluso iniciativas culturales a través de las redes sociales. Mientras los barrios privilegiados nos dejaron protestas de escenas grotescas, propias de Berlanga, y que duraron hasta que se abrieron las terrazas, en los lugares con auténticas urgencias, el tejido vecinal ha estado a la altura.

Por otro lado, nuestras calles merecen ser reivindicadas, reinventadas, convertidas en nuestro hogar, en nuestro modo de vida y no en mero lugar de paso. Es el momento porque se espera un futuro más local. Gana peso la teoría de la "ciudad del cuarto de hora" estudiada, por ejemplo, por

"En los lugares con auténticas urgencias, el tejido vecinal ha estado a la altura"

la alcaldesa de París, Anne Hidalgo, y en la que deberíamos tener nuestro trabajo, servicios esenciales y opciones de ocio básicas a 15 minutos a pie o en bicicleta. Algo difícil cuando hemos de emplear una media de 70 minutos diarios en desplazamientos. Y en un barrio en el que se ha ido des-

truyendo el tejido empresarial, los servicios y las alternativas de ocio en los últimos años.

Pero hay esperanza. Por ejemplo, esta crisis ha terminado de imponer el teletrabajo. Según un estudio del Banco de España, el 36% de los madrileños podría llevar a cabo su trabajo en remoto. Una cifra nada desdeñable que, además de ayudarnos a conciliar nuestra vida familiar y reducir las emisiones, nos permitiría hacer más vida en nuestro barrio. Sí, hay mucho que regular de una herramienta que puede volverse en contra del trabajador. Pero si reivindicamos sus ventajas podemos tener entre manos un buen aliado para que nuestras calles se llenen de vida como nunca.

Ignacio Marín (@ij_marin)



La imagen del mes

La selva del Ensanche

La imagen del mes de julio denuncia el abandono de un buen número de 'zonas verdes' del Ensanche de Vallecas. La prolongada falta de mantenimiento ha provocado el crecimiento desmedido de plantas, permitiendo la aparición de áreas más parecidas a una selva que a un espacio público de la capital como muestra esta imagen de la calle de la Escuela de Vallecas. Además, las altas temperaturas propias de la época estival han secado parte de esta vegetación, con el consiguiente aumento del riesgo de posibles incendios.

ACTUALIDAD



La COVID-19 ha dejado al desnudo la precariedad de nuestros servicios públicos

◀ Lectura del comunicado al finalizar la manifestación en las proximidades de la Asamblea de Madrid
JESÚS ARGUEDAS

de Madrid, el refuerzo de los Servicios Sociales y la atención a todas las personas vulnerables.

Huelga indefinida de los MIR

Al final de la lectura del comunicado se recordó la huelga indefinida de los Médicos Internos Residentes, lo que fue acompañado de un caluroso aplauso, "huelga para defender sus condiciones de trabajo, para reivindicar un convenio colectivo que no tienen, sabéis que la Sanidad Pública funciona en buena parte gracias a los residentes", "nuestros residentes de medicina y de enfermería de nuestros centros de salud y de nuestros hospitales que sepan que estamos con ellos, apoyándolos y que exigimos a la administración que hagan unos servicios mínimos que sean de verdad mínimos, que les han puesto el 100%. Apoyamos la huelga de los residentes médicos y de enfermería"

Unidos por lo público

Sin duda una de las características de esta convocatoria ha sido la cantidad de entidades, más de 30, que han apoyado de una u otra manera. Desde el inicio de su preparación, el día 24 de junio en una reunión organizativa convocada en el Parque Amós Acero y a la que acudieron más de 80 personas, se percibía que la organización de la manifestación sería ágil. Así fue, ya que en solo dos semanas y mediante dos grupos de whatsapp, la gente fue ofreciéndose para diferentes tareas y a estas se iban sumando mejoras, lo que dio lugar a que se generara un espíritu de unión y de equipo. Esta manifestación sin haber sido multitudinaria, sí ha dado una clara señal de ganas, unión y fuerza, como claramente expresaba una participante: "Tenemos por delante mucha "causa común" como Vallecas por lo público. Esta unión "diversa" no se puede perder, porque es necesaria. Vallecas cuando se une consigue cambios y hoy se ha demostrado. Gracias nos demos todas a todes y no perdamos esta forma histórica de lucha común y definitiva. Orgullosos tenemos que estar de ser lo que somos y a seguir construyendo barrio con conciencia de clase".

Festiva, contundente, diversa, manifestación por la defensa de los servicios públicos en Vallecas

La marcha partió de la Junta Municipal de Puente y finalizó en las proximidades de la Asamblea de Madrid el jueves 9 de julio

rotundidad. Los cerca de 2.000 vecinos y vecinas de Puente y Villa de Vallecas hicieron oír su voz en defensa de unos servicios públicos de calidad en la manifestación que partió de la Junta Municipal de Puente de Vallecas, recorrió la avenida de Albufera y concluyó en las proximidades de la Asamblea de Madrid, donde los más de 30 colectivos y organizaciones convocantes leyeron un manifiesto.

"La COVID-19 ha dejado al desnudo la precariedad de nuestros servicios públicos: nuestra sanidad, nuestro sistema educativo, las residencias de mayores, los servicios sociales, la atención a domicilio de nuestras personas

Los cerca de 2.000 vecinos y vecinas de Puente y Villa de Vallecas hicieron oír su voz en defensa de unos servicios públicos de calidad

mayores y dependientes. Las políticas neoliberales de recortes y privatización nos han hecho más vulnerables y vivimos en una ciudad y en una región que, aunque se vanaglorien de ser la locomotora de España, no están preparadas para una catástrofe como la que

estamos viviendo", esgrimieron los organizadores de este acto de protesta.

Al respecto, repitieron hasta la saciedad que ni al colectivo sanitario, ni a las personas enfermas les va a ser fácil olvidar lo vivido durante esos días; que la generación que consiguió la universalización de la sanidad y la educación se ha marchado en condiciones inhumanas, que las residencias han sido el peor ejemplo de cómo las políticas privatizadoras y corruptas de unos pocos acaban con la vida de muchos; y que las colas del hambre serán imágenes que pasarán a la historia.

Demandas

Las demandas de estos colectivos van dirigidas a las tres administraciones. Entre otras peticiones, exigen al Gobierno de España, la derogación de las leyes que permiten la privatización de los servicios públicos como la Ley 15/97; al de la Comunidad, el aumento de las plantillas de hospitales y centros de salud de Vallecas, así como la contratación de más profesores y un plan de inversiones para construir residencias; y al del Ayuntamiento

Por Redacción

Con precaución, respetando las medidas de seguridad, pero también con

SOLUCIONES KANDOR

- Administración de Fincas •
- Gestión de Empresas •
- Asesoramiento Jurídico •

91 012 90 53
solucioneskandor@gmail.com
C/ Colmenar Viejo nº 6 - Local

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

Clínica Dental Viera Quintero

Av. Pablo Neruda, 15. Local 8. 28038
915 048 503 / 623 384 298

Sonríe con seguridad,
Sonríe con nosotros

@clinicavieraquintero

Cirugía
Estética
Implantes
Ortodoncia
Odontopediatría
Odontología General
...Y más. ¡Visítanos!

La Heladería

Helados Artesanos

Abierto todos los días de
12:00 a 24:00

C/ Carlos Martín Álvarez
esquina Avd. de San Diego

La mejor cocina tradicional española sin salir de Vallecass

El Pancipelao de Tomás Gutiérrez trae al barrio el famoso cocido madrileño en cuatro vuelcos de La Clave y Pepe Filloa

Tomás Gutiérrez acaba de abrir el restaurante de cocina tradicional española Pancipelao (Sierra de Alquife, 26), hasta ahora conocido como la antigua marisquería El Faro. Apoyado por su hija Ainhoa y su hijo Tomy, el también presidente de la asociación empresarial Hostelería Madrid vuelve a apostar fuerte por Vallecass y pretende convertir su establecimiento en referente gastronómico para todo el público madrileño. En septiembre su fachada no sólo lucirá el nuevo nombre, sino también un logotipo con una caricatura original del propietario gaditano. La vida de Tomás Gutiérrez siempre ha estado ligada a Vallecass, donde llegó desde su pueblo natal Bornos (Cádiz) hace más de 50 años, en 1975. Empezó a trabajar en hostelería, abrió su primer negocio y en 2007 regentaba hasta 16 locales, siete en la actualidad.

Vallecass VA conversa con Tomás Gutiérrez y su joven hija Ainhoa, bióloga de formación, que desde hace dos años dirige el restaurante La Clave en el corazón del barrio de Salamanca de la capital.

P Este local tiene un significado especial para la familia Gutiérrez Orozco.

R T: Sí, lo tuve hace mucho tiempo. Aparte de mis locales en el Centro, en Vallecass he desarrollado mis principales actividades hosteleras.

R A: Él empezó con este local, y ahora vuelve a regentarlo. Su trayectoria de 50 años en hostelería culmina con la presencia de mi hermano y yo aquí al pie del cañón. Es un entorno familiar. Seguimos la tradición hostelera que mi padre lleva labrando toda su vida.

P ¿Por qué han decidido volver a apostar por este enclave?

R T: La persona que alquilaba el local desde hace 14 años se ha jubilado. Como mis hijos vienen tirando fuerte del carro, he querido que aprovechen este local. Por esta época del año la plantilla de La Clave se reduce en cinco personas, así que las hemos incorporado aquí junto a otras seis, para un equipo total

Pancipelao

Dispone de dos salones comedores y barra con un aforo interior para 113 comensales, además de una terraza cubierta de 34 mesas para 136 personas. El local se ha remodelado en una primera fase (pintura, iluminación...), pero acogerá una reforma más profunda (suelo, mobiliario, fachada) en septiembre. Abre de lunes a domingo de 08:00 de la mañana para desayunos a 01:00 de la noche. Bajo la dirección del carismático chef toledano Pepe Filloa, la concina funciona todo el día. Pancipelao es así la nueva creación del Grupo La Clave, cuyo restaurante homónimo bandera se sitúa en el 22 de Velázquez, popular por sus guisos y otros manjares de la cocina clásica española.

Pancipelao integra a una plantilla de 11 trabajadores: cinco en cocina y cinco camareros, además de su gerente Tommy Gutiérrez Orozco, hijo del propietario Tomás Gutiérrez, también presidente de Hostelería Madrid.

de 11 trabajadores entre cocina y servicio.

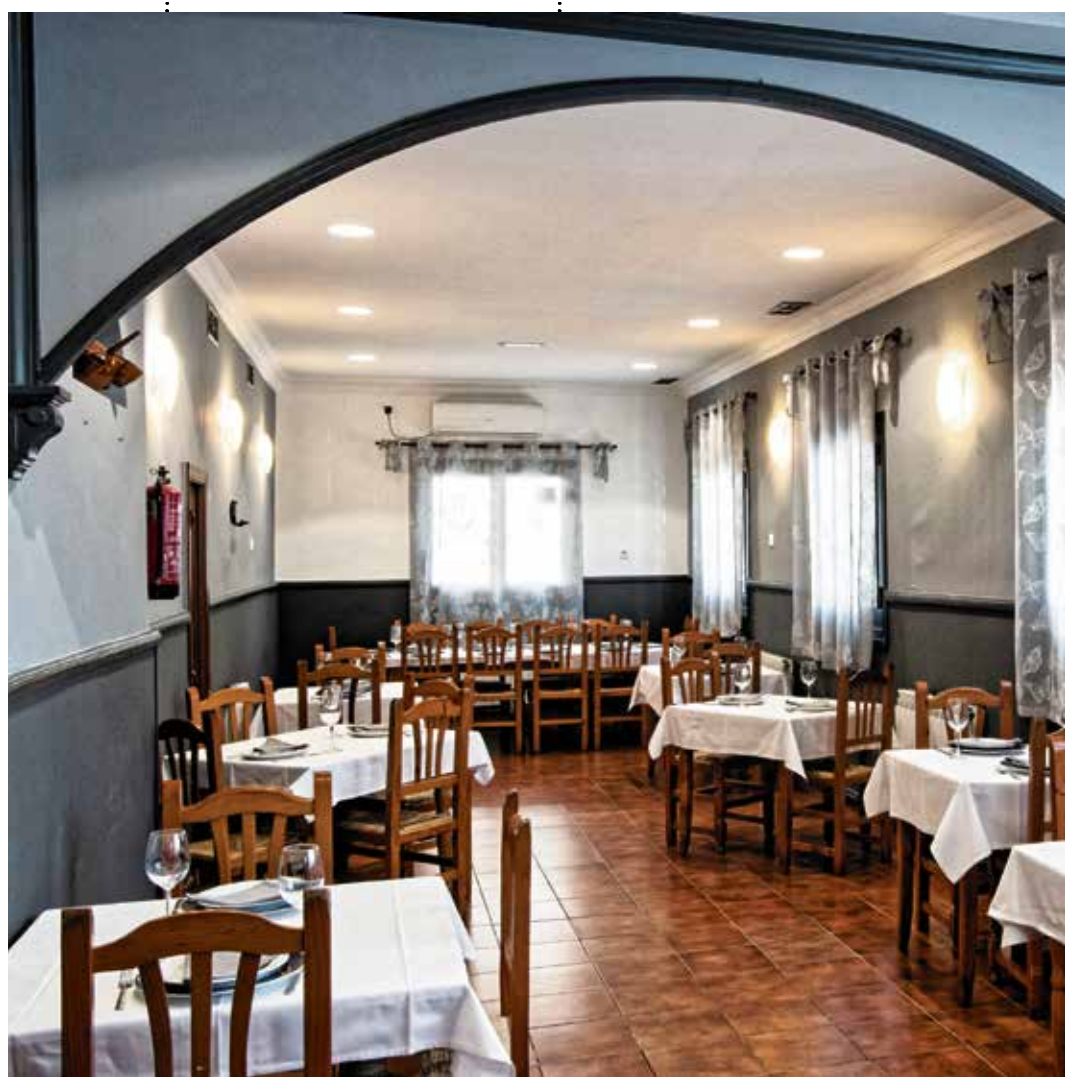
R A: Todo ha venido rodado.

P Entonces, se abre una etapa interesante

R A: En plena crisis económica y ERTES, hemos sacado algo bueno de las dificultades. En cuanto al nombre, sorprendimos a mi padre con una palabra de su tierra y un logo en honor a su carrera. Elegimos Pancipelao porque así llaman en su Bornos a los bornichos que robaban de los huertos ajenos en tiempos de necesidad. Al arrastrarse por debajo de las vallas, se les pelaba la panza. El logo es una caricatura que le dibujaron hace



▲ Foto de familia de la plantilla del Pancipelao. CM-MG



► El comedor principal del Pancipelao. CM-MG

años, que transmite su carácter campechano y hogareño, de buena gente.

R T: Lucharemos porque sea un restaurante de referencia en Vallecass, que lo va a ser. En

septiembre haremos la segunda reforma.

P Y encima lo van a llevar en familia.

R T: Cada uno dispondrá de su espacio. Les dejo desarrollar su

propia personalidad. Tommy se ha licenciado en Empresariales, pero empieza casi de la nada y hay que darle margen para que tire adelante. Entre ellos también se respetan su espacio.



▲ Tomás y Ainhoa Gutiérrez muestran su popular cocido madrileño en cuatro vuelcos. CM-MG



el respeto mutuo. Mi padre nos permite experimentar, nos deja caer y levantarnos por nosotros mismos. Limitarse a dar órdenes no tendría sentido. Los negocios familiares son complicados, hay un salto generacional, no sólo de pensamiento, sino también en la forma de llevar las cosas. Puede ser sencillo o difícil, en función de la personalidad de cada uno. En mi experiencia, nunca he tenido un problema con mi padre.

P ¿Cuáles son las especialidades de Pancipelao?

R T: Arroces, asados y cocido. Cocina clásica española con, por ejemplo, el sabor andaluz de sus buenos chocos gaditanos y gamba de Huelva. Tenemos bar y terraza, pero sobre todo es un gran restaurante de 300 metros cuadrados con aforo para 113 personas.

R A: Se dará menú del día. Incorporamos algunas especialidades de éxito de La Clave, como el rabo de toro estofado a la cordobesa, los arroces y el cocido en cuatro vuelcos, que mantiene desde hace tres años la mejor nota media del Club de Amigos del Cocido.

P ¿Y sus principales atractivos?

R T: Al ser tan amplio puedes darle diversos enfoques, con cabida para toda la gran variedad de productos de la cocina española.

R A: Es muy versátil. Tiene su

área de restaurante, la barra y una terraza de 34 mesas para 136 personas. Si quieres algo más barato, dispones de menú. Se amolda a lo que quieres gastar y degustar. Elegir entre sus diferentes espacios es un valor añadido. Nuestra idea consiste en regresar al origen de la gastronomía. Respetamos la modernidad y la vanguardia, pero nos ceñimos a los platos que cocinaban nuestras abuelas cuando las visitábamos en el pueblo. Al comer puedes evocar esos tiempos pasados.

P ¿Qué le ha dado Vallecas?

R T: Me lo ha dado todo. Lo que tengo, lo que soy, se lo debo al barrio. Aquí siempre me han tratado como a un rey, como a un señor.

P ¿Y qué le ha devuelto usted a Vallecas?

R T: He creado muchos puestos de trabajo. En 2007 regentaba 16 locales con más de 240 empleados. He ayudado a que Vallecas genere empleo y riqueza. Desde el primer momento tuve claro que la riqueza la traen los empresarios. Empecé trabajando de dependiente en 1975. No vine con mentalidad empresarial, vine a buscarme la vida. Pero me

dije que no volvería a trabajar en hostelería si no fuera para mí. En este sector me dieron trabajo, y aquí ya he seguido toda mi vida.

P ¿Por qué cree que Vallecas le ha tratado tan bien?

R T: Porque yo he tratado bien a Vallecas. Todas las grandes empresas de aquí pertenecen a gente de fuera que vino a trabajar mucho, recuerdo que no teníamos ni días ni noches, trabajábamos entre 16 y 18 horas al día. Sólo trabajo, trabajo y trabajo. Nadie te ayuda a conseguir nada.

R A: Él siempre ha sido muy constante. Y constancia y trabajo componen la fórmula para conseguir tus objetivos. A la hora de abrir los restaurantes, ha apostado por la gente. Les ha dado oportunidades, ha intentado conocer la historia detrás de cada uno, no sólo ha visto a un camarero, a un cocinero o a un asistente... Se ha preocupado por sus problemas, se ha amoldado a ellos. Todo esto en conjunción ha generado su éxito.

▼ La paella valenciana, una de sus especialidades. CM-MG



R A: Lo más importante que mi hermano y yo tenemos en la cabeza es que la última decisión la toma mi padre. Siempre hay una persona que marca el ritmo. Después, la dinámica se basa en

La carta

El ticket medio está en 25€, precio también del menú de fin de semana (con bebida). Entre semana también hay menú del día. A partir de octubre, Pancipelao sirve el famoso cocido madrileño en cuatro vuelcos de La Clave, miércoles, sábados y domingos. 22€ por persona (sin pan, bebida ni postre). Hasta entonces, puede degustarse por encargo.

Asados y arroces son las otras especialidades de la carta, integrada por más de 50 referencias para restaurante y terraza. Su variedad de raciones y platos permite comer bien tanto para un picoteo informal, como de menú y a la carta. Por ejemplo, un cuarto de cordero o cabrito de León, regado con una botella de CUNE o un Ribera del Duero Pagos de Quintana, por 50€ (para dos personas).

También destacan seis tipos de arroces: con pollo y verduras, 14€; paella valenciana, 14€; negro con sepia, 12€; a banda (ciego), 12€; con conejo y caracoles, 14€; y con carabineros y bogavante, 20€.

Además, oreja, albóndigas de la abuela, callos a la madrileña, chipirones en su tinta, cochinillo al estilo segoviano... Sencillamente, para chuparse los dedos.

DISTÁNCIATE

2m.



POR MÍ
TODOS
TI

MANTÉN UN DISTANCIAMIENTO FÍSICO ENTRE PERSONAS DE APROXIMADAMENTE 2 METROS, EN TODOS LOS LUGARES PÚBLICOS, SIEMPRE QUE TE SEA POSIBLE.

Infórmate y descarga todas las medidas de prevención en

www.comunidad.madrid/coronavirus



ESCANEA Y ACCEDER
A LAS MEDIDAS DE
PREVENCIÓN
ANTI COVID-19
DESDE TU MÓVIL

 **siemprecon** **maskarilla**



**Comunidad
de Madrid**

ACTUALIDAD

Un verano diferente en Vallecas

La Batalla Naval, suspendida, se reinventa para no faltar a su cita anual el próximo 19 de julio

Por Isa Mendi

El final del Estado de Alarma sanitaria y del largo confinamiento en Vallecas el 21 de junio trajo prácticamente de la mano la llegada del verano. Una estación estival sinónimo de altas temperaturas que habitualmente invita a disfrutar de la calle y de los espacios públicos. La de este año se presenta diferente y quedará sin duda en nuestra memoria por las medidas higiénicas y de seguridad necesarias que habrá que adoptar para evitar posibles rebrotes del coronavirus, con la mascarilla como nuevo complemento de moda. Pero el verano en Vallecas siempre será el verano en Vallecas con diferentes opciones para disfrutar del tiempo libre en compañía de familiares y amigos.

Una de las mejores opciones, sin duda, son las terrazas de bares y restaurantes repartidas en los diferentes barrios de Puente y Villa de Vallecas donde se puede comer y tomar algo fresco al aire libre. Las hay en lugares emblemáticos como el Mirador del Cerro del Tío Pío (el parque de las Tetras) o el bulevar de Federico García Lorca, pero también

salpicadas por diferentes puntos de la geografía vallecana.

Julio es, tradicionalmente, el mes de las fiestas grandes de Puente de Vallecas en sus dos formatos, las del Carmen y las de la Karmela, que en 2020 no se celebrarán por la pandemia. Tampoco lo harán los Veranos de la Villa de Vallecas que, años atrás, incluían una variada oferta cultural y de ocio al aire libre.

Batalla Naval

Sin embargo, una de las citas destacadas del calendario festivo vallecano, la Batalla Naval, no faltará. Suspendida pero solidaria, se ha tenido que reinventar cambiando el escenario de las calles por el de los balcones. La Cofradía Marinera de Vallecas, organizadora de este emblemático evento, invita a sus piratas, bucaneros, cofrades, grumetes y vecinos a gritar una vez más '¡Vallecas, puerto de mar!'

"Nuestra idea es mantener su espíritu teniendo en cuenta que no vamos a convocar a la gente en el bulevar, porque es una fiesta que no se puede realizar, no se puede tomar la calle como en condiciones normales, no hay autorización y somos responsables. La reivindicación la vamos a seguir manteniendo, de ahí el



Los balcones serán los escenarios de la No Batalla Naval

JESÚS INASTRILLAS

hecho de hacer camisetas para destinar la recaudación a las redes de apoyo", dice Pedro Martínez, miembro de la Cofradía Marinera de Vallecas. Los lemas de esta No Batalla Naval serán '¡Mójate por tu barrio!', '¡Echa un cabo a tu vecino o a tu vecina!' y '¡Sólo el pueblo salva al pueblo!'.

Este colectivo considera que el ideario de puerto de mar debe seguir presente en su barrio. Por eso pide a todas las personas del planeta que durante los días en los que se celebrarían las fiestas del distrito (del 16 al 19 de julio) engalanen su balcón con motivos marinos. Además, este año la Cofradía convertirá el Centro de Salud Vicente Soldevilla en el Hospital del Mar para reconocer

La Cofradía Marinera de Vallecas convertirá el Centro de Salud Vicente Soldevilla en el Hospital del Mar

Cine al aire libre

La Junta Municipal de Puente de Vallecas ha programado cine de verano para toda la familia en las noches de los miércoles y de los viernes (22:15 horas) en el Centro Cultural Alberto Sánchez (calle de Risco de Pelosche, 14). La entrada será gratuita para un aforo de 100 personas. Las películas que se podrán ver serán 'Parásitos' (15 de julio), 'Cómo entrenar a tu dragón 3' (día 17), 'El oficial y el espía' (día 22), 'El parque mágico' (día 24), 'Érase una vez Hollywood' (día 29) y 'The wonderland' (31 de julio). Habrá que llevar mascarilla, usar hidrogel y mantener la distancia de seguridad.

Inquietud ante el comienzo del curso escolar 20/21

Por Delegación de Vallecas FAPA Giner de los Ríos

La pandemia ha mostrado claramente que los servicios públicos son los únicos que pueden proteger a la población de calamidades como ésta. La Educación no se puede ningunear. Nunca ha sido tan necesaria una escuela pública de calidad. Tanto la Consejería como el Ayuntamiento han tardado en reaccionar al estado de shock y no queremos que el inicio de curso 2020/21 suceda lo

mismo. Las asociaciones de madres, padres y familias de Vallecas, estamos preocupadas, muy preocupadas.

Pero no estamos dispuestas a que empiece el curso sin que se tomen las medidas necesarias para que la comunidad educativa pueda arrancar en condiciones sanitarias y educativas óptimas.

Creemos que es imprescindible tener en cuenta la higiene (personal de limpieza suficiente, dotación presupuestaria para material de higiene además de mascarillas, gel,...); tener



El colegio público Ángel Nieto, en el Ensanche de Vallecas

I. MENDI

personal docente suficiente, además de sanitario, de apoyo en el aula y en el comedor, dinamización en recreos y salidas fuera del centro; reducir las ratios y adecuarlas a las recomendaciones sanitarias; compensar y reforzar los primeros meses de curso a nivel curricular;

adecuar espacios e invertir en la mejora y adaptación de los centros; y articular un plan de previsión para un posible rebrote que considere la dificultad que ha sufrido la comunidad educativa en general con la enseñanza online, sobre todo por la falta de medios.

+ NOTICIA AMPLIADA EN

<https://vallecas.com/inquietud-ante-el-comienzo-del-curso-escolar-20-21/>



Somos Tribu VK, mucho más que una red de apoyo vecinal

Alrededor de 1.500 personas forman este colectivo en su cuarto mes de existencia

Por Somos Tribu VK

Somos Tribu VK nació el 12 de marzo con un llamamiento por grupos de whatsapp para ayudar a vecinos y vecinas de Puente de Vallecas que no podían salir de casa, hacer recados, etc... En menos de 24 horas éramos cinco grupos, uno de cada barrio, un grupo de protocolo, comunicación, difusión... Teníamos correo electrónico y un perfil en todas las redes sociales. Se sumaron las asociaciones vecinales, los centros sociales, los equipos deportivos, las plataformas, los colectivos, el pequeño comercio, y los vecinos y las vecinas.

Han pasado casi cuatro meses desde ese día y ahora somos alrededor de 1.500 personas, 30



▲ Parte de los voluntarios de Somos Tribu VK

grupos de trabajo, 5 despensas solidarias, más de 9.000 personas nos siguen en redes sociales, y hemos derivado a Servicios Sociales

1.843 unidades familiares que se traducen en 7.115 personas, que a su vez han recibido cestas de alimentos de nuestras despensas.

La red, que nació con un enfoque de apoyo mutuo vecinal, tuvo que adaptarse muy pronto a una realidad de emergencia social. Hoy en día, con la desescalada y la llegada del verano, se encuentra en un punto de inflexión y reflexión para recuperar su espíritu inicial. A lo largo de estas últimas semanas se ha ido observando como la situación de emergencia social inicial provocada por las medidas del Estado de Alarma ha vuelto a dejar paso a una vulnerabilidad social crónica y de larga duración.

Llevamos meses insistiendo en la idea de que Somos Tribu VK no existe para sustituir a los Servicios Sociales, de ahí nuestra coordinación constante y derivaciones para que nuestras vecinas reciban la mejor ayuda posible. Defendemos la labor de las profesionales de Servicios Sociales que nos han acompañado en este proceso, trabajando 13 y 14 horas al día. Lo que no exime que sentimos que las administraciones pertinentes como Comunidad y Ayuntamiento de Madrid se han visto desbordadas y no han dado la respuesta inmediata que hacía falta. No han facilitado los recursos necesarios o ampliado plantillas para atender toda esa demanda que llegaba. No "solo el pueblo salva al pueblo", sino que "la clase obrera salva al pueblo", y los barrios y sus vecinas y vecinos lo demuestran cada vez que

En este tiempo ha derivado a 1.843 unidades familiares a los Servicios Sociales municipales

surge una crisis. Los barrios hacen historia una vez más.

Conexión vecinal

Somos Tribu VK es mucho más que una red de apoyo mutuo vecinal. Ha conectado a vecinos y vecinas, ha generado redes de participación activa, nos ha hecho sentir que formamos parte de algo grande, que somos protagonistas de la historia, ha roto la barrera de las diferencias...

El documental 'Somos Tribu VK, una historia de solidaridad', elaborado por 404 Comunicación Popular, cuenta los cuatro meses de historia de este movimiento vecinal. Se puede ver ya en <https://www.youtube.com/watch?v=soF0qihpvjA&feature=youtu.be>

+ NOTICIA COMPLETA EN:

<https://vallecas.com/somos-tribu-vk-mucho-mas-que-una-red-de-apoyo-vecinal/>



¿Qué centro de salud queremos?

Por Redacción

Los profesionales sanitarios de los centros de salud Martínez de la Riva, Vicente Soldevilla y Rafael Alberti celebraron encuentros telemáticos en junio para conocer la opinión de los vecinos acerca de cómo querría la ciudadanía de a pie que funcionarían estos recursos asistenciales a partir de la crisis de la COVID-19.

La primera de las reuniones virtuales tuvo lugar en la tarde del 16 de junio con la participación de trabajadores del Martínez de la Riva y del Vicente Soldevilla y residentes. "Ha sido un pequeño encuentro con algunas asociaciones y vecinas del barrio para repensar juntas cómo querríamos que funcionara el centro a partir de ahora", comentan los responsables de esta iniciativa.

La segunda cita fue el pasado día 30 de junio, un encuentro vía



◀ La reunión telemática del pasado 30 de junio

online entre profesionales del Centro de Salud Rafael Alberti y residentes y usuarios de esta zona de Puente de Vallecas. "Hubo bastante acuerdo en que en las semanas peores de la crisis han

existido importantes dificultades para ponerse en contacto con el centro, dificultades que, aunque en menor medida, siguen existiendo", dicen los organizadores de la actividad. "Por su parte, los

profesionales explicaron cómo la falta de refuerzos, las bajas, y otros factores, como el cierre de los servicios de cita telemática, impidieron mantener el nivel de accesibilidad necesario", concluyen.

+ NOTICIA COMPLETA EN:

<https://vallecas.com/que-centro-de-salud-queremos/>



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

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

REPARACIÓN DE MAQUINAS DE COSER

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

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



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

Administración de comunidades de propietarios.
DECLARACIONES DE LA RENTA A 25 €

C/ Pedro Laborde, 72 91 380 81 06

15 años haciendo Sonreír a Villa de Vallecas

En Clínica Dental Ruby Dent ofrecemos:

- ◆ Ortodoncia invisible
- ◆ Implantología
- ◆ Prótesis
- ◆ Endodoncias
- ◆ Estética dental
- ◆ Odontopediatría
- ◆ Periodoncia
- ◆ Cirugía bucal
- ◆ Blanqueamientos

Primera visita GRATIS

Ruby Dent
Centro Odontológico

Jesús del Pino 2, Villa de Vallecas, Madrid. 91 331 18 74
L1 Villa de Vallecas



Foto de familia de algunos miembros de la despensa

Entrevías y El Pozo se vuelcan con los más necesitados

La despensa solidaria vecinal **ayuda ya a 400 familias** de estos barrios

Por Isa Mendi

La historia de la despensa solidaria de Entrevías-El Pozo es diferente a la de otras iniciativas vecinales de estas características de Vallecas y del resto de Madrid. Tras su paso por la 'táctica de Plata' (Centro Social de Entrevías), sus miembros han tenido que alquilar un local a pie de calle de una antigua autoescuela en la calle Conde Rodríguez San Pedro, cuya fianza y renta ha sido sufragada por ellos mismos para continuar con su actividad. Otra de las singularidades de esta acción vecinal que forma parte de Somos Tribu Vallecas es que ha repartido a diario, hasta el pasado 28 de junio, los menús que les proporcionaba la Escuela de Hostelería de Santa Eugenia, junto a productos y cestas de alimentos.

Detrás de esta ingente labor está un equipo de más de 80

voluntarios que tratan de ofrecer ayuda a los más necesitados de su barrio, una situación agravada por la pandemia. Vallecas VA ha querido recoger los testimonios de ocho de estas personas que, desde la sombra, realizan una labor desinteresada e imprescindible en estos tiempos de crisis.

Adriana

"Tenemos unas 400 familias que acuden al local para recoger alimentos, cestas y menús", explica Adriana, que realiza labores de coordinación. "Tenemos grupos de compra, de atención a las familias, de donaciones, de logística y de despensa. Esperamos que el

Desarrolla su actividad en el local de una antigua autoescuela en la calle Conde Rodríguez San Pedro

Ayuntamiento nos deje un local. Estamos en contacto con los Servicios Sociales para intentar agilizar los trámites de ayuda, ya que hay muchas personas que no disponen de Internet en casa", argumenta Adriana. "Hace años pasé por la misma necesidad que ellos tienen ahora. Somos como una familia y eso no tiene precio", explica.



Una voluntaria entrega productos a una vecina del barrio

Elisa

El turno de palabra ahora es para Elisa, que colabora los fines de semana. "Hemos creado una gran familia cada uno de su padre y de su madre, pero todos unidos por la misma causa, ayudar a los más necesitados", dice. En todo el tiempo que lleva lo que más le ha marcado "es la cara de felicidad de los niños cuando les das un caramelo, a pesar de la adversidad que sufre su familia. El corazón se me encoje y me hace llorar", reconoce.

Inés

"Me gusta ver que la mayoría de los vecinos ya son amigos y que reciben de buen grado lo poco o mucho que podemos ofrecer". La que habla es Inés, que recibe a los vecinos que acuden a recoger alimentos. "Veo que en Somos Tribu hay mucha voluntad de que los vecinos que están pasándolo mal por culpa del giro que ha dado sus vidas con este virus, salgan adelante con su ayuda y me parece que puedo colaborar", concluye.

Toñi

Toñi, otra de las voluntarias, coincide con Adriana y Elisa y considera que las personas que

están en la despensa solidaria forman ya "una gran familia". "Para mí lo primordial es el apoyo emocional. Cuando vamos mal anímicamente, siempre tienes una palabra cariñosa", considera.

Mamen

"Nos involucramos en este proyecto mi marido y yo, porque sentimos la necesidad de hacer algo y ese algo llegó a través de José, taxista jubilado. Joaquín tiene un taxi grande y empezamos a ir a por los menús", señala Mamen, otra de las caras anónimas de la despensa. "La experiencia más dura es ver personas cómo tú o cómo yo que tienen que ir a pedir alimentos para su hogar. Ojalá no nos veamos en esta situación", adelanta.

Maribel

Maribel que llama, prepara y reparte cestas, no duda en afirmar que su barrio está necesitado de ayudas y que "granito a granito, se puede". "Yo personalmente pedí ayuda y me tendieron la mano al momento. Me recompensa el ver que soy útil. Lo peor es la impotencia de no poder abastecer a todos los que nos piden ayuda, es horrible", dice.

Dani

El que interviene ahora es Dani. "Me ocupo de tener organizado el local, abrirlo cuando llegan donaciones, repartir menús y cenas y coordinar los datos de las familias para su posterior envío a los Servicios Sociales", explica a este periódico. "Lo más duro es ver familias con niños pequeños sin tener que llevarse nada a la boca y que te digan que gracias a lo que les damos pueden comer todos los días", apostilla.

Carlos

El último en tomar la palabra es Carlos, que se ocupa, fundamentalmente, de las compras. "Es muy gratificante tener la suerte de poder ayudar a tus vecinos. Lo más duro es cuando un padre te mira a los ojos y te dice que no tiene nada que dar de comer a sus hijos", concluye.

La despensa solidaria de Entrevías-El Pozo tiene abierto un número de cuenta donde se pueden hacer aportaciones económicas (ES70-2038-1082-6960-0006-5659- concepto: TRIBU, titular: Asociación LA PAZ), Además, sus responsables hacen un llamamiento para que el barrio donde productos no perecederos en su local (arroz, pasta, legumbres, aceite, artículos para bebés, potitos, leche, huevos, pañales, etc...).

NOTICIA COMPLETA EN: <https://vallecas.com/entrevias-y-el-pozo-se-vuelcan-con-los-mas-necesitados/>





En manos de tu enfermera

Protegernos para proteger



▲ Las dos enfermeras de familia

Por Concha Párraga y Marisa Gascón

Las enfermeras de familia de los Centros de Salud Campo de la Paloma y Ángela Uriarte, Concha Párraga y Marisa Gascón, están detrás de la nueva sección de Vallecas VA 'De la mano de tu enfermera'. De carácter divulgativo, tiene como objetivo dar a la población la mayor cantidad de herramientas para que puedan ser responsables de su proceso de salud/enfermedad y de la adecuación a las diferentes etapas vitales. Su primer texto versa sobre el coronavirus y la importancia de la colaboración de la población para erradicarlo.

Mayores de 60 años, hipertensos, diabéticos, obesos, enfermedades cardiovasculares, renales, enfermedad pulmonar previa, cáncer, inmunodeprimidos y embarazadas son los grupos de personas más vulnerables, pero no debemos olvidarnos que también jóvenes sin patología previa pueden sufrir coronavirus y, por desgracia, tener un final fatal. En la actualidad, el número de casos ha disminuido, pero debemos seguir siendo muy cautos, el virus

continúa estando entre nosotros por lo que a la espera de la vacuna debemos trabajar activamente en la prevención.

La prevención se basa en cumplir las medidas de seguridad generales, que son, fundamentalmente, lavado de manos, respeto de la distancia de seguridad y uso de mascarillas. El lavado de manos exhaustivo se debe impregnar en nuestro código genético, cuando volvamos de la calle, al salir del servicio, antes de las comidas, siempre con agua y con jabón. El uso de soluciones hidroalcohólicas solo se aconseja si no podemos realizar una estricta higiene de manos con agua y jabón.

Otra de las medidas fundamentales en esta batalla es mantener la distancia social, recordemos que las gotitas de 'flügge' pueden ir cargadas de patógenos que pueden recorrer gran distancia. Por ello, debemos mantener la distancia social de metro y medio.

Por último, es importante hablar de las mascarillas. Debemos llevarlas siempre que no podamos cumplir la distancia social y en los espacios públicos cerrados. Debemos llevarla bien puesta, tapando boca y nariz, de otro modo no sirve de nada.

Aislamiento

Si nos diagnostican COVID-19 debemos hacer aislamiento para no ser vector de transmisión, seguiremos las medidas en domicilio para evitar contagios (uso independiente de un aseo, si no fuera posible higienizar con agua de lejía, aislarse en una habitación, hablar con los cohabitantes por teléfono, uso exclusivo de útiles de comida y lavado de estos y de ropa a alta temperaturas). No se debe salir a la calle a no ser que sea extremadamente necesario hasta que hayan pasado 14 días asintomático.

Debemos pensar en mayúsculas en "protegernos para proteger" a los vulnerables. Os necesitamos a todos, niños jóvenes, adultos y ancianos en esta batalla. Hagamos historia, consigamos todos juntos el Nobel a la Mejor Prevención Comunitaria.

➔ INFORMACIÓN AMPLIADA EN: <https://vallecas.com/de-la-mano-de-tu-enfermera-protegernos-para-proteger/>



Tu asesor inmobiliario

El alquiler en Vallecas post COVID-19

Nos encontramos ante una situación única en la historia moderna, provocada por una pandemia de la que hemos aprendido a pasar más tiempo en casa, a saludarnos de manera diferente y la importancia de proteger aún más a los más vulnerables.

Muchas familias, tanto de Vallecas como del resto del Madrid, han perdido sus empleos, temen una reducción de jornada y pequeños empresarios no han podido reabrir sus negocios.

Algunas familias que cuentan con una segunda vivienda se han puesto en contacto con nosotros para ponerlas en alquiler. Su principal miedo es que pueda ser ocupada y rentabilizar una vivienda cerrada nos ayudará a cubrir sus costes y a asegurarnos un ingreso extra fijo.

Podemos estimar que algunas familias ya no podrán hacer frente a sus alquileres en el Centro y decidirán buscar una vivienda más económica en Vallecas.

De manera general, se comenta una posible bajada de precio de los alquileres. Todo hace pensar que en nuestros barrios, si se produce, será muy comedido. Las zonas en las que más bajarán serán

aquellas en la que el alquiler turístico hizo que los precios se hinchasen. Nuestro barrio ya venía sufriendo una estabilización, pero algunos propietarios preferirán bajar el precio antes que quedarse con una vivienda vacía.

La mayoría de propietarios y grandes fondos que están ofreciendo las viviendas de alquiler turístico como tradicional no están dispuestos a firmar un contrato de más de un año de duración. Esperan que el sector se recupere y volver a obtener una rentabilidad superior con el alquiler vacacional.

Cuando buscamos una vivienda de alquiler, dar con lo deseado nos puede llevar 2 o 3 meses. Las familias que eligen Vallecas quieren una renta que les permita ahorrar para dar la entrada de su hogar definitivo. Algunos simplemente quieren ahorrar o que el alquiler no sea un gasto inasumible en caso de quedarse unos meses sin empleo. A la hora de seleccionar inquilinos, hacemos un estudio de solvencia y la firma de alquiler seguro está disponible para que propietario e inquilino tengan garantías.

Si estás pensando en alquilar tu vivienda, ven a nuestra oficina de la calle San Claudio para que te informemos sin compromiso.

Jose Ignacio Rubí

Experto inmobiliario y Gerente de comprarcasa Torresrubí

91 303 63 55

www.torresrubí.com

Vejez, residencias y COVID-19

Por Miguel Alcaraz

Toda sociedad construye los valores sociales y culturales que acaban configurando lo que la caracteriza, el ser de esa sociedad y de ese momento histórico. En lo que tiene que ver con la vejez, nos hemos quedado muy lejos de construir un conjunto que los reconozca socialmente y los dignifique. En este mundo, la vejez perdió su sentido ético y útil para adquirir

un sentido práctico de exclusión, improductivo y de apartamiento social, una suerte de inutilidad social. Ya no son necesarios ni sus conocimientos, ni su experiencia, ya ni los nietos escuchan sus 'batallitas'.

Es habitual escuchar en boca de otros ancianos: "yo ahí no voy, ahí no hay más que viejos". Es la vejez como negación, como lugar de rechazo, vacío de reconocimiento, y los equipamientos a ellos destinados son como contenedores de la exclusión.



◀ El valor social de la vejez merece una reflexión estructural

acogimiento institucional que afronte la situación de los ancianos, porque lo ocurrido en Madrid, y también en otros lugares, no obedece solo a deficiencias de funcionamiento. Sin esa reflexión estructural y de fondo sobre el valor social de la vejez, las situaciones de abandono y de muertes indignas seguirán ocurriendo.

➔ NOTICIA AMPLIADA EN <https://vallecas.com/vejez-residencias-y-covid-19/>



La pandemia

Más allá de las responsabilidades políticas y jurídicas, creo que sería imprescindible reflexionar

sobre esta realidad y proponer a la sociedad una revisión de los valores sociales construidos sobre la vejez y un modelo de

D I S T A N C I A
D I S T A N C I A
D I S T A N C I A
D I S T A N C I A
D I S T A N C I A
D I S T A N C I A



MADRID EN MANOS DE TODOS

CON DISTANCIA MEJOR

Dos metros pueden romper la cadena de contagio entre los demás y tú. Está en tu mano evitar el contacto físico y guardar distancia siempre que sea posible.

HIGIENE ANTE TODO

Desinfectar tus manos y las cosas que tocas con frecuencia evita la propagación. Tu teléfono móvil, los puños de tu bici y patinete o el volante de tu coche pueden protegernos a todos si están desinfectados.

MASCARILLA, LA MEJOR PROTECCIÓN

Úsala siempre en espacios públicos y nunca te la quites en una conversación. Tu mascarilla nos protege a todos. Y cuando acaba su vida útil, su lugar es el contenedor naranja o la basura de restos.

DEPORTES

BOXEO

“En preparación, el boxeo es uno de los deportes más completos”

● **Entrevista con Manolo del Río**, entrenador de boxeo de 88 años de edad

Por Manolo Jiménez

El cuadrilátero del Club Boxeo El Rayo, situado en los bajos del Estadio de Vallecas, es la segunda casa de Manolo del Río, uno de los entrenadores nacionales más longevos de este deporte que ha tenido entre sus pupilos a púgiles de la talla de José Manuel Urtain y de Pedro Carrasco. El pasado mes de mayo cumplió 88 años, más de 60 dedicados a su pasión, la preparación de futuros boxeadores y boxeadoras. En esta entrevista a Vallecas VA explica que seguirá en activo “hasta que el cuerpo aguante” y sueña con el relanzamiento de este deporte mediante la promoción de un mayor

número de veladas y combates.

P ¿Qué le motiva a ir con 88 años todos los días al gimnasio? ¿Cuál es su rutina diaria?

R Toda mi vida he entrenado. Voy todos los días desde las 8 de la mañana, antes también por las tardes, pero con mi edad he recortado. Así me hace salir de casa, moverme un poco. Tienes de esta manera una obligación de venir a enseñar a los chicos y a los mayores.

P ¿Cómo está viviendo esta crisis del coronavirus?

R Bastante mal. No hay veladas ni nada y los chicos se desaniman. Ha sido un parón, porque ya no vienen con la misma ilusión. Cuando tienes combate es diferente, vienen algunos, pero por no dejarlo.

P ¿Qué opina de la gente que piensa que el boxeo es un deporte violento?

R La gente que no entiende pues sí, puede pensar esto. Es un arte, aprender a pegar y a que no te peguen. Es uno de los

deportes más buenos para estar físicamente bien. En preparación es uno de los más completos.

P ¿Qué recuerda de su etapa como entrenador de Urtain y de Pedro Carrasco?

R Entonces era cuando había boxeo. Todos los meses había nuevas veladas, en plazas de toros, fuera en Europa e incluso en Los Ángeles. Los chicos se aburren porque no hay movimientos ni combates, no tienen esa emoción para aprender.

P A su juicio, ¿cuál ha sido el mejor púgil de la historia?

R Puede que Cassius Clay y Sugar Ray Robinson.

P Sigue esperando que llegue un campeón del mundo o de Europa al que entrenar

R Es difícil, porque no hay veladas y los chicos no tienen esa motivación para superarse.

P ¿Cuál es el secreto o la receta para ser un buen o buena boxeadora?

R Lo primero mucha constancia, que les guste y tener esos reflejos. No solo ir a pegar, pegar y que no te peguen.

P Usted ha comentado que prefiere que un chico suyo pierda a que le den una paliza

R Desde luego, antes de que salgan muy marcados.

P ¿Qué opinión le merece la

figura de Poli Díaz, el potro de Vallecas?

R Podría haber sido mejor si hubiera tenido mayor fuerza de voluntad y se hubiera dejado llevar un poco más. Tenía cualidades, pero esto muy sacrificado y hay que cuidarse. Sino es así, las cualidades no te sirven.

P ¿Ha pensado en tirar alguna vez la toalla?

R Todavía no, mientras que el cuerpo aguante. Me hace venir y enseñar lo que uno sabe. Me ha gustado siempre el boxeo, y con mi edad sigo. Esperemos que haya una apuesta por este deporte.



“Un buen boxeador debe tener constancia y buenos reflejos”

◀ Manolo del Río, en plena faena en el ring

EL PODER ESTÁ EN TU MANO ¡CHIDA EL AGUA!

SPLAT

... AHORA MÁS QUE NUNCA, HAY GESTOS QUE PUEDEN CAMBIAR LA HISTORIA, PEQUEÑAS ACCIONES QUE NOS CONVIERTEN EN SERES EXTRAORDINARIOS. CUIDANDO EL AGUA, CUIDAMOS DE TODOS.

CULTURA

“El sistema de salud mental en España es deficitario e ineficaz”

Entrevista a **Marta Oliver**, autora de ‘El muro de cristal’

Por **Raquel Pérez**

A la vallecana Marta Oliver siempre le gustó escribir. Cuando le sucedieron hechos traumáticos en su vida, comenzó a ponerlos negro sobre blanco a modo de terapia, como una forma de conocerse y comprenderse. Dejando de lado sus estudios de Ingeniería, empezó un máster en Escritura Creativa que le ayudó a convertir sus vivencias en su primer libro, ‘El muro de cristal’. Desde el pabellón de psiquiatría de un hospital, nos sumerge en el mundo de las enfermedades mentales y de los trastornos psicológicos, temas considerados tabús hoy en día. El libro es un canto a la vida con la intención de ayudar a personas que estén sufriendo. Los beneficios que obtenga de su venta irán a parar a la Asociación 11-M Afectados del Terrorismo.

P ¿Qué le motivó a escribir este libro?

R He desnudado mi alma y mi corazón. Eran tan impactantes las cosas que sucedían a mi alrededor que tenía que ponerlas por escrito para poder asumirlas. Después, seguí



▲ Marta Oliver, con un ejemplar de su libro

escribiendo para sacar toda la rabia, ira, dolor y frustración que tenía dentro de mí. Finalmente, cuando ya me encontraba mejor, pensé que con mi experiencia

podía ayudar a otras personas que hubiesen o estuvieran pasando por circunstancias parecidas.

P Habla de su estancia

en hospitales psiquiátricos públicos, ¿cuál ha sido su experiencia?

R No ha sido buena. De hecho mis ingresos me han dejado más traumatizada. Todavía se utiliza la contención, es decir, te atan a la cama en cinco puntos y en una ocasión me tuvieron así 24 horas porque no había psiquiatra de guardia. El sistema de salud mental en España es deficitario e ineficaz. Cuenta con buenos profesionales, pero no hay medios. En alguno de los hospitales en que he estado ingresada no había psicólogos, solo psiquiatras y muchos trastornos pueden ser tratados con terapias mejor que con psicofármacos.

“La Literatura ha jugado un papel fundamental en mi recuperación, me ha salvado”

P ¿De dónde surgió el nombre del libro?

R Se le ocurrió a mi marido. ‘El muro de cristal’ hace referencia a la barrera que separa a las personas que tienen algún trastorno psicológico o psiquiátrico del mundo de las ‘personas normales’. Es una barrera que deja verse los unos a los otros, pero que, por otra parte, los separa y crea un muro de incompreensión, de modo que los dos grupos no pueden acercarse ni mezclarse. Se trata de un muro de cristal, no de hormigón o roca. Es un muro frágil, de modo que si alguna de las dos partes quisiera podría romperlo con facilidad. Es un muro donde ambas partes se ven reflejadas.

P ¿Qué ha supuesto la literatura para usted?

R Ha jugado un papel fundamental en mi recuperación, me ha salvado.

P ¿Cómo ha vivido la crisis sanitaria?

R El coronavirus paralizó la publicación del libro, que estaba terminado en febrero y hasta mayo no ha salido a la venta. También tenía varias presentaciones que tendrán que esperar hasta septiembre. Los meses de confinamiento los he sobrellevado bastante bien. Lo que más me ha afectado ha sido no ver a mi familia, aunque teníamos videoconferencias todos los días.

P Los beneficios van dirigidos a la Asociación 11-M, ¿por qué?

R Porque yo soy víctima del 11-M y pertenezco a la asociación. Yo iba en el tren que explotó en Santa Eugenia. En su momento la asociación nos ofreció asistencia psicológica, pero yo la rechacé pensando que podía superarlo yo sola. Me refugié en mi trabajo en una Ingeniería trabajando 12 horas al día y sacándome al mismo tiempo otra carrera. Aquello fue un error y ahora me arrepiento, porque hace cinco años sufrí otro grave trauma y salió a la luz todo lo que me sucedió en el atentado. La asociación nos ha brindado un apoyo enorme con asistencia psicológica tanto para mí como para mi marido, con ayuda en trámites burocráticos y en un sinnúmero de cosas más. Por todo ello, he querido donarles los beneficios del libro.

+ ENTREVISTA COMPLETA EN
<https://vallecas.com/el-sistema-de-salud-mental-en-espana-es-deficitario-e-ineficaz/>



¡Las calles pequeñas de Vallecas también existen!

Por **Mariano Asenjo**

Sin despreciar los problemas que concurren en las vías principales, lo cierto es que la mayor visibilidad y exposición a las contingencias que se producen en éstas conforman una primera línea defensiva. El paso frecuente de la Policía, por ejemplo, opera como elemento disuasorio para unos y traslada a la mayoría la seguridad que supone esa presencia física, cercana y confiable.

Es obvio que no puede haber equivalencia entre una calle grande y una pequeña en este sentido, ¡pero, ojo, las pequeñas

también existen! Calles como Río San Pedro, Etna y otras, requerirían una mayor observación por parte de todas aquellas instancias que en ello tengan competencia, incluidos los Servicios Sociales. Aduenarse de la calle de forma ruidosa e inapropiada, colonizar los portales y accesos a las viviendas de otros vecinos, almacenar bolsas de basura en la calle sin ton ni son, alterar el descanso nocturno... son prácticas habituales que parecen haberse asumido y normalizado. ¿A quién beneficia esto?

Escondite o apartadero

Las calles pequeñas de Puente de Vallecas no pueden quedar relegadas a la categoría de

escondite o de apartadero. No, porque las víctimas son vecinas y vecinos que han convivido toda su vida en una calle que, de pronto, apenas reconocen. No, porque las víctimas también son jóvenes que se establecen en el barrio y se topan con una versión ingrata de Vallecas, ese “estereotipo” que todos tratamos de desmentir.

+ NOTICIA AMPLIADA EN
<https://vallecas.com/las-calles-pequenas-de-vallecas-tambien-existen/>



▲ La calle de Río San Pedro

**La Mirilla
de Vallecas****Vida nueva**

Por Antonio Osuna

Espero que éstas sean las últimas palabras que escriba relacionadas con los tiempos confusos que nos han tocado vivir. Durante las publicaciones anteriores traté de buscar la reflexión dentro de la confusión. Traté de sacar la mejor sonrisa que les pude ofrecer y ofertarles mis pensamientos para que nuestro viaje sin movimiento fuera más liviano. Pero, después de tanto, me di cuenta de que la mejor forma de resumir esta etapa era con una foto.

Pasé días y días, tantos como los que pasaron todos los demás.

Días y días buscando algo que hacer y algo con lo que sentirme realizado. Las tareas del hogar ya no eran tareas, sino excusas para crear una rutina necesaria. Y por fin, tras muchas mañanas perdidas mirando al horizonte y noches austeras mirando a la nada, tomé la decisión de crear vida. Y vaya decisión... Algo tan pequeño, y nunca mejor dicho si nos referimos a una semilla, me dio alegría durante todas esas mañanas de visión sin punto de enfoque. Ver germinar esa cáscara diminuta como si fuera yo mismo deseando escapar de la prisión de pladur, esta vez representado por la tierra que se agolpaba, me hizo notar las ansias de libertad

de una manera majestuosa. Los primeros días observé la tierra, únicamente eso. De allí no salía nada, pero debía tener paciencia al fin y al cabo era lo que nos exigían a todos. Y antes de darme cuenta, ese pequeño brote verde rompió el suelo que lo acorralaba dando paso a la libertad que buscó y a las ganas de crecer. Cada mañana,

mientras tomaba café, disfrutaba al ver la evolución, la fuerza con la que el tallo se descubría ante mí. El verde de las hojas daba alegría a esa terraza lúgubre donde había salido a aplaudir sin saber muy bien a lo que aplaudía en algunos momentos.

Hoy, después de que todo esto haya pasado y se convierta en

un recuerdo amargo que todos compartiremos, veo esas hojas verdes y sonrío. No es solamente vida, sino la metáfora de la mía propia. Espero que todos vosotros también hayáis germinado después de salir de esta tierra, después de volver al sol, después de respirar de nuevo y escapar de la maceta de pladur.

**VALLECAS LEE EN SUS BIBLIOTECAS****Nueva normalidad vs
vieja anormalidad**

Por Juan Sin Credo

Cada vez encuentro más ejemplares del colirrojo tizón en los alrededores de la avenida del Cerro Milano, perpendicular con la Gran Vía del Sureste, próxima a la estación de metro de Valdecarros. La especie destaca por su obispillo y cola de color rojo, más acentuado en la hembra. Gracias, también, a su vuelo amariposado y a su canto inconfundible se convierte en un ave de peculiar y grácil belleza. Esta colonia de pajarillos ha alegrado mis primeros paseos tras el severo confinamiento. El redescubrimiento de la naturaleza en su apogeo me ha llevado a olvidar las no tan nuevas costumbres de algunos de nuestros vecinos.

Desgraciadamente, las mascarillas y los guantes se han convertido en parte del paisaje vallecano, sumados a los residuos de las papeleras desbordadas que forman el inmutable conglomerado del tapiz de plásticos urbano. Por otro lado, las terrazas de los bares se han multiplicado, conquistando el espacio de los peatones y sus servilletas ondean en las aceras, como testigos de una batalla ganada a la limpieza, al orden y al civismo. La proliferación de basura y la degradación del entorno se extienden peligrosamente por varios puntos del Ensanche. De este modo, se puede observar como las isletas del reciclado de cartón y vidrio se han convertido en un



nicho del abandono de colchones que muestran a la vista de todo el vecindario las intimidades nocturnas de sus antiguos propietarios.

Todo vuela y el colirrojo tizón se posa en una rama al lado de la plaza de Antonio María Segovia, en pleno corazón de la UVA de Villa de Vallecas. Muy cerca, por fin, han abierto sus puertas las bibliotecas públicas; a modo de expendedoría, eso sí. Tomar prestado un libro se ha transformado en un acto de profilaxis. Este procedimiento me recuerda a esas primeras veces en las que uno se adentraba en la farmacia para comprar una caja de preservativos, donde el pudor se adueñaba de la voluntad frente a las miradas suspicaces de los demás clientes. Mascarilla, gel hidroalcohólico y una mampara de metacrilato me separan de 'Pandemia', último texto publicado del pensador esloveno Slavoj Žižek.

Consecuencias

Su atinado ensayo concentra, capítulo a capítulo, las consecuencias inmediatas de la COVID-19 sobre los acuciantes males de nuestra sociedad actual. El miedo a la fragilidad de la vida, la preponderancia del mercado frente al cuidado de la salud o el brote de fanatismo con carácter antiesclavista, que excluye, con parámetros actuales, a personajes del pasado, intentando reescribir la historia con un poso amargo de postverdad, figuran entre los principales escollos que solo pueden sortearse con una solidaridad incondicional y una respuesta coordinada a nivel global. Además de una buena dosis de confianza. Confianza en el canto del colirrojo para que todos los vallecanos vivamos en la armonía que se fomenta con el respeto hacia los restantes al cuidar, responsablemente, nuestro propio hábitat.

**Indispensable**

Se hace indispensable
retomar la capacidad de ser.
Renovar la conciencia,
emulando a los gusanos de seda,
para no caer
en la burda justificación
de los que siempre anidan,
bajo unas gafas de sol
y una sonrisa desproporcionada,
la impunidad de los genocidios.

Concha Morales



Desde **Vallecas VA** agradecemos a todas las empresas, comercios que están anunciándose y que distribuyen el periódico, así como a vecinos que están

colaborando económicamente a título personal, y por supuesto a todos quienes están haciendo posible con su testimonio y su colaboración que éste periódico siga

saliendo y se esté distribuyendo tanto en papel como en formato PDF.

¡MUCHAS GRACIAS!

TALLER DE REPARACIÓN DE COCHES



Talleres Eloy

SPORT RACING

ESPECIALISTAS EN AIRE ACONDICIONADO

Horario de Lunes a Viernes de 09:00 a 14:30 y de 15:30 a 19:30

DESCARBONIZADORA HHO

PRE-ITV • RUEDAS • FRENOS • ESCAPES
PUESTA A PUNTO • AMORTIGUADORES
MOTORES • MANTENIMIENTOS
MECÁNICA RÁPIDA • EMBRAGUES
DISTRIBUCIONES • TURBOS
MÁQUINA DIAGNOSIS • GLP
COCHE DE CORTESÍA • FAP

910 72 36 84 - 610 06 26 87
Calle Sierra de Santos, 7 - local - 28031 Madrid
tallereseloyssportracing.es - tallereseloyssportracing@gmail.com

The PC Room

Horario Lunes a Viernes
10:00 a 13:00 y de 17:30 a 20:30
Sábado: 10:30 a 14:00

Servicio de control remoto
910 06 05 80 y 622 860 339
Camino de la Suerte, 40
www.the-pc-room.com

Amaranta

Estética avanzada y Terapias Naturales

ACUPUNTURA

Horario de 10:30 a 14:00 y de 16:30h a 20:00
Cita Previa: 915 070 186
Alicia: 699 221 244
C/ Historias de la radio, 1

Barbería

http://aseadoymasculino.com/
#aseadoymasculino
913 033 254
Reserva booksy

FRUTERÍA Jesús y Resu

Horario de tienda
Lunes a viernes: 09:00 a 21:00
Sábados: 09:00 a 14:30

91303 74 82 @fruteriajesusyresu
fruteriajesusyresu@gmail.com
Avenida de la Albufera 248

TipsDiet

Horario de Información y consultas online
X y J de 10:00 a 12:30 y X tarde de 17:00 a 19:30
696 231 023
www.tupesosano.es
C/ Historias de la radio, 1

La Escondida

BAR C/ Sierra Bermeja, 41 esquina calle Payaso Fofó
CAFÉ
608 633 186 Portazgo
Salón para eventos

Kiosco Prensa JuanJo

Horario de L a V: 06:00 a 13:00
S y D: 07:00 a 13:00
C/ de Viridiana, 14

Asador de pollos EL PICASUELOS

Pedidos a recoger en tienda.
Horario de Lunes a domingo
10:30 a 15:30
914781920
C/ Conde Rodríguez San Pedro, 53

VIAJES KASVALL

C/ Peña Rivera, 2
28031 Madrid
91 332 32 34
91 332 42 42
www.viajeskasvall.com
kasvall@viajeskasvall.com

CONSULTA OFERTAS PARA ESTE VERANO

CARNICERÍA JUICY AND FLESHY

ERÍA - POLLERÍA - EMBUTIDOS - MM93-VR46

SOLO POLLO 12 KILOS
2 kg Filetes de Pollo 12 KILOS
2 kg Alitas de Pollo
2 kg Contramuslos de Pollo
2 kg Jambones de Pollo
2 kg Traseros de Pollo
1 kg Hamburguesas
1 kg Pinchos de Pollo
49,99 €/kg

Horario Especial
De Lunes a Viernes
09:00 a 14:00
17:00 a 19:30
Sábados 09:00 a 14:00

Pedidos a recoger en tienda, con 1 día de antelación
915 075 171
C/ Sierra Contraviesa, 54
28053 MADRID

CARNICERÍA Y POLLERÍA

C/ Martell, 35
910 187 473
664 606 266
Horario: 09:00 a 15:00 y 17:00 a 20:00

Venta de productos latinos y ofertas permanentes en local

Frutería Veloz

Horario de Lunes a Viernes:
09:30 a 14:00 y 17:00 a 20:00
Sábados: 09:30h a 15:00
Domingos: 09:30h a 14:00
680 223 227 918 267 670
C/ Martell, 38

MUEBLES TORRIJOS

TODO PARA SU HOGAR
C/ Sierra Vieja, 71. 28031
917 779 048
667 208 004

Piso COMPLETO Por Solo 999 €!

ANTIGUO ELECTRODOMÉSTICOS MESA
MUEBLES DE COCINA, ELECTRODOMÉSTICOS Y DORMITORIOS JUVENILES
C/ Sierra Vieja, 77. 28031
916173610 - 667809383

www.mueblestorrijos.es Presupuestos sin compromiso - transporte y montaje gratis

Mercado Puente de Vallecas

C/ Martínez de la Riva, 4 c. p. 28053
Mañanas de 09:00 a 14:00 de lunes a sábado y de 17:00 a 20:00 los miércoles, jueves y viernes

ENCURTIDOS PAKO

ENCURTIDOS & ACEITUNAS
PUESTO 37
Elaboración propia
637 183 475
f Encurtidos Pako

Quesos y embutidos

Lunes tarde cerrado
914776134

PUESTO 28

Carnes selectas
lavacavallecas.com
f LaVacaVallecas
Pedidos a domicilio gratis a partir de 50€

POLLERÍA

Tienda on line, reparto a toda España
polleriasomolinos.com
914776137
f polleriasomolinos

PUESTO 26

PUESTO 21

MERCADO NUMANCIA

C/ Josefa Díaz, 4. Madrid
Mañanas de 09:00 a 14:00 y tardes de 17:30 a 20:30 de lunes a viernes. Sábados de 9:00 a 14:00

PESCADERÍAS

J. L. Franganillo
Med. Numancia. P.12 P.B.
91 478 40 30
Med. Puente de Vallecas P.34
91 477 25 38
PRECIOS DE LONJA

Rincón El Encuentro

LOCAL 19-D
Ismael: 603 121 137 f El Rincón del Encuentro
Menús diarios/festivos
Callos a la madrileña, gallinejas y entresijos, gambas al ajillo, oreja a la plancha...

De David JAMONERÍA

Productos ibéricos
616 177 584
PUESTO 37



Queremos que disfrutes en nuestras villas monumentales de experiencias
que refuercen lo que nos une porque

Juntos somos un mejor Madrid

#JuntosSomosUnMejorMadrid
#TogetherWeAreABetterMadrid

📍 Palacio de Juan de Goyeneche, Nuevo Baztán
(a 48 km desde Km 0)

www.turismomadrid.es