



La población se podrá vacunar sin tener que salir de Vallecas

El Infanta Leonor y los Centros de Atención

Primaria participarán en el proceso de administración de las dosis anti Covid

Por Isa Mendi

Los vecinos y vecinas de Vallecas no tendrán que desplazarse necesariamente a grandes centros como el Hospital

Isabel Zandal o el Estadio Wanda Metropolitano para ser vacunados masivamente contra el coronavirus. Según ha podido saber este periódico, el Infanta Leonor y los Centros de Atención Primaria de los dos distritos prestarán un apoyo importante en el proceso

de inmunización de toda la población en los diferentes tramos de edades, tras la experiencia positiva que ha supuesto la administración de las primeras dosis de Pfizer a los mayores de entre 68 y 74 años de edad, que ha tenido lugar durante la última semana de abril y los primeros días de mayo en el hospital valleciano.

"Esto nos va a permitir tener nuestra población vacunada mucho antes porque vamos a ir más rápido. La valoración de la primera experiencia es buena, pero hay que mejorar porque ha habido pacientes mayores citados por SMS que no se presentaron al no saber leerlos", comenta a Vallecas VA una enfermera del Infanta Leonor.

➔ Pág. 4

ACTUALIDAD

El periódico de Vallecas que siempre va contigo

Vallecas VA lanza una nueva campaña de suscripciones para hacer partícipes de su proyecto a los vallecanos y a las vallecanas



➔ Pág. 5

Elecciones 4-M: Ayuso también ganó en Vallecas



Foto: Jesús Arguedas

El PP fue la fuerza más votada en los dos distritos vallecanos

➔ Pág. 3

ACTUALIDAD

Vecinos y AMPAs demandan la construcción de un segundo instituto en el Ensanche

Los manifestantes colocaron de forma simbólica la primera piedra del proyecto

➔ Pág. 6



Cuidado Seguro
con DomusVi

Residencia para mayores Albufera

Centro residencial y plazas de día.

DomusVi Albufera
Calle Sierra de Alcubierre, 8,
28053, Madrid
917 57 05 10 | domusvi.es

DomusVi
Cuidamos personas en buena compañía

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

SUPERMERCADOS
La despensa EXPRESS

91 779 11 18
664 368 385

Lunes a viernes de 9:00 a 21:00
Sábados de 9:00 a 15:00
Domingos y festivos de 10:00 a 15:00

Atención personalizada y todo al corte en Charcutería, Pollería, Carnicería.

Autoservicio en la sección de Frutería

Avda. Pablo Neruda, 59. 28018 MADRID

EDITORIAL

Vallecas hizo su intento

Estas elecciones autonómicas del 4-M dan para muchas interpretaciones. En clave general, han dejado en evidencia la vertiginosa velocidad a la que se mueve hoy en día la política. La desaparición de Ciudadanos en la Asamblea de Madrid y la renuncia de Pablo Iglesias a continuar en cargos partidistas e institucionales son una evidencia de ello.

Por otro lado, son tres mujeres las que han salido mejor en estas elecciones, Isabel Díaz Ayuso, Mónica García y Rocío Monasterio. Y los peor parados, dos hombres, Edmundo Bal y Ángel Gabilondo, tal vez por edad y por discursos que no representaban nada novedoso.

En lo que respecta a Vallecas, para un

porcentaje importante de vecinos tanto de Puente como de Villa ha sido inesperado que la candidatura encabezada por Isabel Díaz Ayuso (PP) haya sido la fuerza más votada en ambos distritos, en los que tradicionalmente la izquierda ha tenido mayor fuerza. Que haya sucedido esto es casi inexplicable, pero Vallecas no es una isla que se pueda abstraer de la facilidad con la que ha pegado un mensaje simple y manipulado en prácticamente la totalidad de distritos, ciudades y pueblos de la Comunidad de Madrid.

Aparte de la campaña propia de los partidos, las asociaciones vecinales, las redes de apoyo vecinal, los colectivos de infancia, las plataformas en defensa de lo público,

sanitarios... se unieron y se empeñaron en pedir el voto para aquellos partidos que defienden "lo público". Pero no fue suficiente.

Vallecas es zona del trabajo a pie de calle, con la gente. Todo esto no se puede ver condicionado por la coyuntura de unos resultados electorales. Si ese trabajo del día a día es verdadero, impenablemente ha de ir dando sus frutos, pero ha de ser paso a paso y con solidez, desde el corazón, con una buena cabeza y codo a codo.

Hay dos años por delante. Hay que seguir construyendo barrio y que las opciones políticas más cercanas a los vecinos avancen para estar a la altura y puedan traducir y llevar a las instituciones todo el trabajo comprometido y voluntario de tanta gente.

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

A la madrileña

Desde hace algunos meses, y con especial virulencia durante la campaña electoral, se ha estado enarbolando una suerte de nacionalismo madrileño que no acabo de entender, a pesar de haber nacido y vivido desde entonces en esta ciudad. Ayuso, nuestra Sabino Arana particular, ha esbozado algunos de estos principios diferenciales que tan bien le han rentado en las urnas. Para no ser señalado como un traidor, he intentado aprendérmelos.

A la madrileña, que hasta el momento pensaba que era una manera de cocinar los callos, parece hacer referencia principalmente a nuestra particular pasión a tomar cervezas después del trabajo. Como si los confinamientos perimetrales hubieran hecho olvidar a la madre de nuestra patria que a la gente le gusta tomar cervezas después de trabajar en casi todos los rincones del mundo. La arrogancia de creernos los únicos sí puede ser una de nuestras señas de identidad y, desde luego, no es para sentirnos orgullosos.

Otro de los postulados de nuestra libertadora es ese espíritu insurreccional contra las medidas restrictivas, aunque cuenten con el apoyo de la mayoría del Parlamento, las autonomías y la comunidad científica. Todos ellos puestos de acuerdo para que el madrileño

no pueda hacer lo que quiera en plena pandemia. El madrileño y cualquiera que escape de férreas dictaduras como Francia, claro.

Al buen capitalino tampoco le gusta pagar impuestos. ¿Quiénes se han creído que son los soviéticos del FMI o del Banco Mundial para sugerir un sistema tributario más redistributivo? Especialmente en tiempos de crisis es cuando hay que ser más solidarios con los que más tienen. Los escandinavos están amargados. Donde esté una buena tapa de bravas que se quite la red de atención primaria.

Uno de los primeros principios del movimiento nacional puesto en marcha por nuestra Atatürk de Chamberí fue el amor por los ataques. La pérdida Carmena trató de imponernos unas restricciones al tráfico que ha logrado desmontar el dialogante Almeida. Ningún bolchevique nos puede quitar nuestro derecho de subir la Gran Vía quemando 12 litros de gasolina a los 100. Al fin y al cabo, el enfisema pulmonar es tan castizo como el

"En Vallecas he aprendido el poder que tiene un barrio cuando se une y lucha por sus derechos y en contra de las injusticias"

chotis o el bocata de calamares.

Tras meditarlo, me confieso carente de ese sentir madrileño. Hasta sospecho que se trata de un ardor para continuar desmantelando el estado del bienestar, beneficiar a grandes empresas y fortunas, y mantener la guerra con el Gobierno central.

Me he criado en una ciudad inclusiva, generosa y solidaria, muy alejada del egoísmo y el individualismo que nos quieren imponer. Una ciudad que ha combatido el racismo y la homofobia, siendo ejemplo de tolerancia en todo el mundo. Un oasis de libertades y no una sala de fiestas en mitad de la desgracia.

En Vallecas he aprendido el poder que tiene un barrio cuando se une y lucha por sus derechos y en contra de las injusticias. Un barrio que combate el odio y que defiende lo público frente a los que priorizan el negocio a las personas. Un barrio, en definitiva, del que sentirse orgulloso. Lo siento por Ayuso y su manera de vivir a la madrileña. Me declaro barrionalista.

Ignacio Marín (@ij_marin)

**Las bases de los obeliscos del Ensanche siguen en pie**

Han pasado más de 7 años desde que el viento derribara el 14 de febrero de 2014 uno de los dos obeliscos de 45 metros de altura situados en la glorieta de entrada al Ensanche de Vallecas. Días después, el Ayuntamiento decidió retirar el monumento 'gemelo' para evitar posibles desgracias. Desde entonces, permanecen sus bases de hormigón que, sin ningún tipo de uso, sirven para la colocación de carteles. En diferentes ocasiones, la ciudadanía ha solicitado su retirada, un proceso que las diferentes administraciones nunca han llegado a realizar.

Autor: I. Mendi

**La
imagen
del mes**

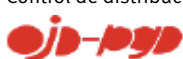
DIRECTOR: Jesús Arguedas Rizzo ■ **REDACCIÓN:** Isa Mendi ■ **DISTRIBUCIÓN:** Mar Torrado ■ **DISEÑO Y MAQUETACIÓN:** info@pardetres.net ■ **PUBLICIDAD:** Jesús Arguedas Rizzo ☎ 91 380 42 52

■ **FILMACIÓN E IMPRESIÓN:** Impresa Norte ■ **EDITA:** Publicaciones Periódísticas Jemar S.L. Apartado de Correos Nº 72004 28080 Madrid ☎ 91 380 42 52 ■ **Depósito Legal:** M-28301-2018

■ **EN INTERNET:** www.vallecas.com ■ **CORREOS ELECTRÓNICOS:** Redacción: prensa@vallecas.com Publicidad: jesus.arguedas@vallecas.com

Financia:

Control de distribución



■ **NOTA DEL EDITOR:** No se permite la publicación por ningún medio impreso o digital de los contenidos, imágenes, así como la reproducción del diseño de los anuncios contenidos en el periódico sin el consentimiento previo y escrito.

PRODUCIDO EN VALLECAS

Miembro de



ACTUALIDAD



La jornada electoral se celebró con normalidad en una convocatoria marcada por las medidas sanitarias a causa de la pandemia

◀ Una vecina deposita su papeleta en una urna en el colegio Manuel Núñez de Arenas. JESÚS ARGUEDAS

Y... Vallecas se tiñó de azul

El PP recibió el mayor respaldo de los vallecanos en las elecciones autonómicas del 4-M

Por Guillermo Belinchón/ Isa Mendi

La candidatura encabezada por Isabel Díaz Ayuso (PP) fue la fuerza más votada en las elecciones autonómicas del 4-M en los dos distritos, a pesar del incremento de la participación con respecto a la última convocatoria de mayo de 2019. En Puente, el 67,3% de los residentes acudieron a las urnas (8,25 puntos superior a hace poco más de dos años), mientras que en Villa fueron el 73,66% del censo electoral (8,15 más). Ayuso será la presidenta

de la Comunidad de Madrid hasta mayo de 2023 al contar con los apoyos suficientes para su investidura.

Al margen de un Partido Popular ganador, con el 27,52% de los sufragios en Puente y el 34,46% en Villa, otras de las lecturas que se pueden extraer del análisis de los datos correspondientes a Vallecas fueron el confirmado hundimiento del Cs, sin representación ya en la Asamblea, y el 'sorpaso' de Más Madrid al PSOE, que se convirtió en la segunda fuerza más votada (con un 23,64% y un 24,33%, respectivamente), relegando a los socialistas a la tercera posición (23,64 y 18,40%). La formación de Mónica García subió ligeramente en ambos distritos (un 0,73% y un 1,04%, respectivamente), mientras que el partido de Ángel Gabilondo perdió un 12,47% de los votos cosechados en Puente hace dos años y un 11,46% de los logrados en Villa.

Unidas Podemos y Vox mejoraron sus resultados, ocupando el

cuarto y el quinto lugar en el orden de preferencia de los vallecanos y vallecanas. La coalición morada, cuyo líder Pablo Iglesias abandonó todos sus cargos en la noche electoral, obtuvo el 14,56% de los votos en Puente y el 10,03% en Villa. Por su parte, la formación de Rocío Monasterio alcanzó el 6,76% en el primero de los distritos y el 7,39 en el segundo.

La jornada electoral en Vallecas

Vallecas VA hizo un seguimiento especial de la jornada electoral. Los residentes se movilizaron para ejercer su derecho a voto en unas elecciones atípicas marcadas por las restricciones sanitarias debido a la pandemia. Las largas colas que formaban los ciudadanos que querían votar llamaba la atención de los recién incorporados. "Es la primera vez que vemos a tanta gente esperando para votar, pero es normal, las medidas sanitarias están para cumplirlas y entendemos que haya que esperar unos minutos para ingresar al centro", contaba Claudia, una joven vallecana.

En el colegio público Doctor Tolosa Latour, llegaba a bordear el centro educativo y estaba separada en dos partes: una para las

personas sin ningún tipo de problema físico, y la otra para aquellos que tuviesen algún tipo de discapacidad o para las personas de la tercera edad.

Antes de ingresar en el centro, los encargados de la higiene aguardaban en la entrada, provisionándolos de gel desinfectante y de mascarilla, ya que era obligatorio usar una doble precaución. Junto a ellos, Policía Nacional y Municipal controlaban que no hubiese ningún tipo de complicación en la jornada: "Está siendo un día muy tranquilo y no hemos tenido que intervenir en ningún momento", mencionaba uno de los agentes.

En el interior de las instalaciones, presidentes y vocales trabajaban conjuntamente para que la espera afuera no se alargara. El sentimiento generalizado de tranquilidad y seguridad predominaban. "De momento está siendo todo bastante tranquilo, lo único anecdótico que nos ha pasado ha sido el intento de varias personas de colarnos dos papeletas, pero no lo hemos permitido", explicaba Aida, presidenta de una de las mesas.

No faltaron a la cita los apoderados de los partidos políticos que se encargaban de orientar

a los ciudadanos, revisar que las papeletas de sus partidos estuviesen siempre llenas y supervisar el recuento final: "Yo estoy aquí porque mucha gente no se animaba a votar y me metí como apoderada para sacar esos votos que son necesarios", comentaba Marely, de Más Madrid.

En el otro extremo se encontraban las interventoras del PP: "Aunque en Vallecas haya más gente de izquierdas, las campañas han ido muy bien y tenemos esperanzas de unos buenos resultados. El único problema es que algunas personas nos han estado llamando fachas, pero son solo unas minorías", apuntaban.

Imprevistos, errores y votantes positivos

Deli, coordinadora de los representantes de la administración, mencionaba a este periódico los problemas más frecuentes. "Está todo muy tranquilo, pero sí que es cierto que hay muchos fallos en el censo porque la gente no se encuentra. A eso sumarle las medidas de prevención contra la Covid, que están siendo un poco jaleo porque tenemos mucha gente y no podemos dejar entrar en la misma sala a todos, y eso está haciendo que el proceso de votar sea muy lento", decía.

Uno de los principales temores de los componentes de la mesa era el recibimiento de los diagnosticados de Covid, en el horario establecido de 19 a 20 horas "Nos han dado guantes, casco protector y mucho gel, aunque nos hubiese gustado tener trajes EPIS para ese momento", argumentaba uno de los presidentes de la mesa del colegio Carlos Sainz de los Terreros.

Con respecto a la higiene, Daniel, personal de limpieza en el mencionado centro educativo, confirmaba que les habían provisto de los instrumentos necesarios para ir desinfectando periódicamente, pero que no se esperaba tanto flujo de gente y era un poco caos.

La asistencia a las urnas concluyó a las ocho de la tarde sin ningún suceso destacable en los dos colegios electorales mencionados.

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
nescascb@gmail.com
Horario: 09:30 a 18.00

MERCADO NUMANCIA
Mercado Gastronomico

SE ALQUILAN:

- Locales en el interior para todo tipo de actividades permitidas
- Locales exteriores con horario independiente del Mercado
- Trasteros y almacenes

comercialnumancia@gmail.com
608 479 450
C/ Josefa Diaz, 4

BAR RESTAURANTE Las RRR

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

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

Vallecas VA LLEGA A MÁS GENTE EN TODO VALLECAS

anúnciese en 675 646 204

Centro Comercial MERCADO VILLA DE VALLECAS

SEGUIMOS A VUESTRO 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

La incidencia de la Covid se estabiliza en Vallecas

La presión hospitalaria descende y solo el 14% de los ingresados son por esta enfermedad

Isa Mendi

Mientras el proceso de vacunación parece haberse acelerado en las últimas semanas, la evolución de la pandemia en abril en Vallecas hace albergar ciertas esperanzas de que el final del túnel está un poco más cerca. Fuentes del Hospital Universitario Infanta Leonor aseguran a Vallecas VA que solo un 14% de los pacientes ingresados en los dos centros de referencia de los distritos vallecanos, lo son por coronavirus. "La presión en hospitalización ha disminuido gracias al apoyo que está prestando el Hospital Enfermera Isabel Zendal. En abril, se han producido un total

de 90 derivaciones a dicho centro hospitalario. En estos momentos, están ingresados alrededor de 72 pacientes por Covid-19 entre ambos hospitales. Dos plantas de hospitalización siguen estando reservadas a estos enfermos, una en el Hospital Virgen de la Torre y otra en el Hospital Universitario Infanta Leonor", explican.

Por otro lado, precisan que el Infanta Leonor "sigue aplicando medidas organizativas y asistenciales contempladas en el Plan de Elasticidad para atender a los pacientes Covid de la mejor manera posible. El gimnasio de rehabilitación sigue estando habilitado como unidad de cuidados respiratorios intermedios (UCRI) y atiende a 12 pacientes actualmente". Además, advierten de que, a lo largo del mes de abril, se ha evidenciado un aumento en la asistencia a los pacientes no Covid con respecto a los Covid.

"Desde el hospital, animamos a los vecinos de Vallecas a que acudan a vacunarse y a que sigan extremando las medidas de precaución como son la protección mediante mascarilla, realizar una correcta y frecuente higiene de manos, así como mantener la

distancia de seguridad interpersonal", concluyen desde el centro sanitario.

Desde dentro

El diagnóstico que hacen los profesionales que trabajan en los hospitales Infanta Leonor y Virgen de la Torre es similar. "La situación está estable en cuanto a ingresos con respecto a marzo. Hay dos plantas dedicadas a pacientes Covid bastante llenas, pero con alguna cama libre. Con respecto a los pacientes críticos también estabilidad y en cuanto a las consultas urgentes, hemos notado un pequeño repunte,

Un total de 90 pacientes fueron derivados al Hospital Enfermera Isabel Zendal en el mes de abril

pero, en general, podemos decir que estamos en meseta", dice una enfermera del Infanta Leonor.

"El perfil es el mismo que el del mes pasado. Sí es verdad que son pacientes más jóvenes, porque la población más mayor,

mucha de ella está vacunada y se cuida más. Estamos hablando de enfermos graves de mediana edad, sobre los 50-60 años, fundamentalmente varones, porque les afecta más, aunque no se sabe muy bien por qué. También tenemos pacientes más jóvenes. La gente tiene que saber que esto puede afectar a cualquier edad", concluye.

En el otro centro sanitario de referencia, el Virgen de la Torre, el panorama es parecido. "Sólo tenemos Covid en la cuarta planta y no hay noticias de que vayan a traer más casos", argumenta una de sus enfermeras.



▲ La entrada principal al Hospital Infanta Leonor

Los corticoides reducen la mortalidad en mayores con Covid

Por Redacción

Internistas del Hospital Virgen de la Torre, junto con profesionales del Servicio de Medicina Interna del Hospital Universitario Infanta Leonor, han desarrollado un estudio

que demuestra que el tratamiento con corticoides disminuye en un 40% la mortalidad de los pacientes de edad avanzada con fallo respiratorio grave. Los resultados del estudio han sido publicados en la prestigiosa revista científica norteamericana 'Journal of Gerontology', que está centrada en problemas geriátricos.

El mencionado documento analiza, específicamente, el efecto del tratamiento con corticoides en los pacientes mayores de 75 años ingresados con neumonía por coronavirus con fallo respiratorio severo, es decir, que requieran altas necesidades de oxígeno suplementario.

Los investigadores incluyeron un total de 143 pacientes ingresados durante la primera oleada de coronavirus, entre marzo y mayo de 2020, de los cuáles 88 pacientes fueron tratados con corticosteroides y 55 pacientes no. Los pacientes analizados tenían, además, varias enfermedades asociadas

como cardiopatía isquémica o diabetes.

Los resultados del estudio mostraron que el tratamiento con corticoides disminuyó la mortalidad en estos pacientes en un 40%, confirmando la eficacia del fármaco, ya probada en pacientes más jóvenes.



ASESORIA

LABORAL

FISCAL

CONTABLE

AUTÓNOMOS Y SOCIEDADES

SUCESIONES

JURÍDICO

ADMINISTRACIÓN DE FINCAS

ESTUDIOS Y OTRAS GESTIONES

CAMPAÑA DE RENTA

Cita previa desde el 7 de abril al 24 de junio
Modalidad telefónica/presencial

Renta desde ... 40 €

Renta actividades económicas /
Ganancias y Pérdidas,
desde... 60 €

Avd. Pablo Neruda, 16
ayp@aypasesoria.com

☎ 91 777 68 80 y 616 928 696

El periódico de Vallecas que siempre va contigo

Vallecas VA lanza una nueva campaña de suscripciones para hacer partícipes de su proyecto a los vallecanos y a las vallecanas

Por Redacción

Vallecas VA pone en marcha el 6 de mayo una nueva campaña de suscripciones solidarias con el objetivo de garantizar la continuidad del periódico en papel y hacer partícipes de este proyecto a los vallecanos y a las vallecanas, los principales protagonistas y destinatarios de la información que ocupa sus páginas.

En el año 1994 nace este periódico de barrio, cuando un grupo de personas con muchas inquietudes se propone comunicar e informar acerca de su realidad más cercana a todos los vecinos y vecinas de Puente y Villa de Vallecas.

Alrededor de 30 años después, Vallecas VA distribuye de manera gratuita 20.000 ejemplares en papel que se pueden encontrar en diversos comercios y espacios de estos dos distritos.

Detrás, está un pequeño equipo que pretende comunicar todo aquello que "VA" en sentido positivo y desde todos los sectores que conforman la vida social de los barrios vallecanos: colectivos culturales, sociales, educativos, artísticos, reivindicativos, deportivos, de ocio, empresariales, etc...

Quienes hacen Vallecas VA se

Somos un pequeño equipo que pretende comunicar todo aquello que "VA" en sentido positivo

En estos tiempos de redes sociales, un medio en papel puede parecer algo casi analógico, pero se sigue peleando cada día por mantener este periódico vivo para que los residentes puedan pasar las páginas mientras Vallecas escribe su propia historia.

¡Vallecas necesita la continuidad de su periódico!



han ido enamorando de sus barrios, aprendiendo a poner, mes a mes, imágenes y palabras al espíritu vallecano. Su objetivo es llegar a todos los vecinos y vecinas para mostrar lo grande y hermoso que habita en sus calles.

Cómo suscribirse

Por solo **5 euros mensuales**, que se abonan en un solo pago, es decir, 60 euros anuales, los suscriptores estarán haciendo posible que cada mes sigan viendo la luz **20.000 ejemplares, distribuidos gratuitamente en más de 350 puntos** repartidos por toda la geografía vallecana. Además, el periódico les llegará de forma mensual y cómodamente al buzón de su domicilio.

Para suscribirse, hay que realizar un pago único de 60€.

— **Por Bizum:** al número de teléfono 675 646 204

— **Por transferencia bancaria a:** Publicaciones Periodísticas Jemar nº cuenta: ES44 2100 5488 4102 0019 5701.

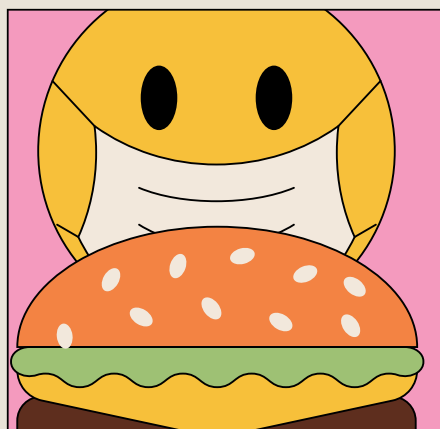
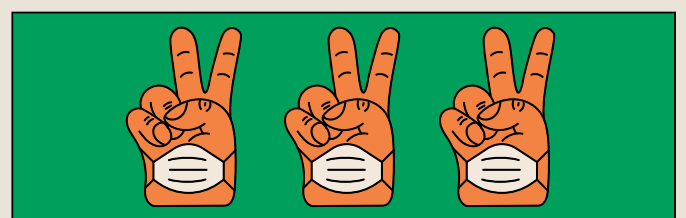
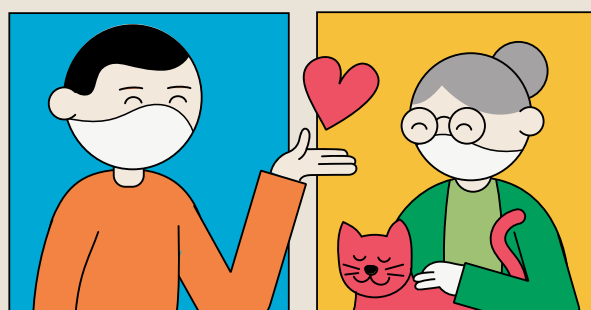
En ambos casos poner como concepto: Nombre completo + suscripción Vallecas VA

También enviar la dirección postal completa y nº de DNI a suscripcion@vallecas.com o pinchar en el código QR



▲ El dibujo de Isabel Ruiz Ruiz para la campaña

Frente al Covid-19



NO BAJES LA GUARDIA

Vecinos y AMPAs demandan la construcción de un segundo instituto en el Ensanche

Los manifestantes colocaron de forma simbólica la primera piedra del proyecto



▲ Un momento de la concentración

G. BELINCHÓN

Por Guillermo Belinchón

Vecinos del Ensanche y de Villa de Vallecass se juntaron el día 11 de abril en una concentración organizada por la Agrupación Ciudadana por la Educación Pública de Villa de Vallecass (ACEPVIVA) para reclamar a la Comunidad la necesidad de construir al menos dos centros educativos de Secundaria, Bachillerato y Formación Profesional en este desarrollo urbanístico. En el transcurso del acto reivindicativo, los residentes colocaron la simbólica primera piedra del primero de los equipamientos demandados en la parcela municipal cedida para tal fin, situada en la calle de Arte Hiperrealista esquina con Escuela de Vallecass.

"Resulta que estamos en un barrio que supera los 50.000 habitantes y solo tenemos un instituto de secundaria público, por lo que tenemos un problema importante en la escolarización

este año de los niños de primero de la ESO", explicó Susana, integrante del AMPA del Instituto de Educación Secundaria María Rodrigo y miembro de ACEPVIVA.

Además de la escasez de plazas, los progenitores denuncian la amplia distancia entre los domicilios y el instituto público, además del coste económico que supone acceder a los concertados. "Los niños pasan de Primaria a la ESO con 12 años, una edad muy temprana para que recorran ellos solos la distancia desde sus casas hasta el único instituto público. En mi caso se tarda una hora y eso no puede ser. Lo que queremos es que nuestros hijos puedan acceder a uno más fácilmente", se lamentaba Carlos, asistente a la manifestación.

Junto al problema de la distancia, el factor económico es otro de los grandes impedimentos. Los organizadores de esta protesta consideran que las administraciones empujan a los vecinos a matricular a sus hijos en los colegios concertados debido

a la falta de plazas en el público, y eso supone para muchas familias, un grave problema, más con la actual situación de crisis pandémica.

En la concentración

Los asistentes, muchos de ellos con pancartas, chalecos y cascos de obra para simular el comienzo de la construcción, participaron en las actividades programadas por las agrupaciones promotoras del evento: pancartas en blanco para que los niños escribiesen sus deseos, colocación de lazos verdes en las verjas de la parcela apoyando la educación pública, e incluso entraron dentro del terreno y comenzaron a colocar ladrillos de papel recreando la colocación de los primeros bloques para el futuro instituto.

Junto a los mayores, un gran número de niños los acompañaban en las protestas. "Ahora en mi colegio como somos tanta gente han tenido que quitar la biblioteca para poder hacer más aulas y que entren más alumnos", mencionaba uno de ellos.

Para finalizar, los organizadores leyeron un manifiesto que recalca las exigencias de los vecinos a las administraciones.



NOTICIA AMPLIADA:
<https://vallecas.com/vecinos-y-ampas-demandan-un-segundo-instituto-en-el-ensanche/>



Tu asesor inmobiliario

La compraventa en la Renta

Estamos en la época del año en la que tenemos que hacer nuestra declaración de la Renta. A continuación, te contamos cómo tributan las viviendas pues, aunque estemos exentos del pago, debemos incluirlos.

La vivienda habitual no tributa en el IRPF. Si firmaste la hipoteca antes de 2013 eres de los afortunados que pueden deducirse el 15% de ésta, siempre que no se superen los 9.040 €. Cuando no se trata de la vivienda habitual, debemos pagar el 11% sobre el valor catastral.

Si tenemos una segunda vivienda y la alquilamos, podremos deducirnos el 60% de las rentas. Pero, además, si hemos hecho alguna inversión como cambiar un electrodoméstico, enviar un fontanero o pintar el piso, podemos deducir los gastos.

Si la vivienda que alquilamos tiene garaje y/o trastero y se alquilan juntos no suma a las rentas. Por el contrario, si los alquilamos por separado, habrá que hacer la declaración del IVA. Si la vivienda la hemos destinado al alquiler turístico habrá que pagar IVA, pero no se podrá optar a la reducción del 60%.

Si durante 2020 vendimos un inmueble, hay que pagar en el IRPF la ganancia patrimonial, aunque hay algunas exenciones:

si la venta es de vivienda habitual y se reinvierte o si el vendedor tiene más de 65 años. Si se ha vendido a pérdidas, tampoco habrá que pagar el IRPF y esas pérdidas se pueden compensar con otras ganancias patrimoniales durante los 4 años fiscales siguientes.

Las ganancias patrimoniales tributarán al 19% los primeros 6.000 euros, el 21% entre 6.000 y 50.000 euros y el 23% a partir de 50.000.

En Torresrubí nos preocupamos de dejar claro los gastos de cada transacción. En el momento de la valoración gratuita también podemos hacer un cálculo de impuestos para que no haya sustos.

Vender por debajo del precio de tasación no es la solución para pagar menos impuestos, pues en la Declaración de la Renta, Hacienda nos exigirá el pago por su valor del mercado. El comprador deberá pagar ITP por el valor del mercado y el vendedor IRPF por este mismo importe.

Como podéis ver, el trabajo de un agente inmobiliario no se limita a enseñar el piso. La documentación, el cálculo de impuestos, la publicidad para conseguir comprador y nuestra formación garantizan el éxito de una compraventa y sin dolores de cabeza. Si estás pensando en vender, ven a nuestra oficina de la calle San Claudio.

Jose Ignacio Rubí

Experto inmobiliario y Gerente de compraventa Torresrubí

91 303 63 55

www.torresrubi.com



Viste de Kas, la moda de Vallecass

Por Raúl González

Viste de Kas (VdK) es una nueva marca de moda para mujer y hombre en Vallecass creada en un nuevo comercio abierto en la Avenida de Palomeras 123 (Puente de Vallecass). VdK surge de la voluntad de dos hermanas por sacar adelante un proyecto común. Tras un duro año de golpes para el pequeño comercio debido



▲ Esther y Ana en el nuevo comercio de Vallecass

VdK

a la Covid-19, Esther y Ana Belén Claramunt, las precursoras de esta idea, se embarcaron en esta nueva iniciativa. "Juntas, echándole mucho valor y gracias a la confianza

que tenemos como hermanas, tomamos esta decisión, que esperamos que sea maravillosa", explican.

El lema de VdK, 'Encontrarás lo que en una tienda de moda del

centro de Madrid, pero... en Vallecass', viene a describir a la perfección la esencia de su comercio y su ropa. Las dos hermanas explican que Viste de Kas se identifica en demasía con su barrio, sus valores, su carácter obrero y reivindicativo y, sobre todo, con su gente. "Tratar con nuestra clientela es lo que más nos gusta. Siempre nos ha apasionado la moda y poder crear un estilo propio tanto para mujer como para hombre, nos pareció una gran idea", reconocen ambas protagonistas.

creando nuestro proyecto en otro lugar. Además, el pequeño comercio aquí está decayendo y pensamos que este era un buen momento para ayudar a impulsarlo", señalan.

Los horarios de apertura de su tienda son: de lunes a viernes, de 10 a 14 horas y de 17 a 20:30 horas; y los sábados, de 10 a 14 horas.



NOTICIA AMPLIADA:
<https://vallecas.com/viste-de-kas-la-moda-de-vallecas/>



Señas de identidad

Colorido, variedad y cercanía son sus señas de identidad, algo que quieren transmitir a todos sus clientes. "Hemos crecido en el barrio y no nos imaginábamos

La basura del Este sigue generando controversia

Más Madrid y vecinos denuncian que sólo se devolverá a Loeches el 65% de lo vertido en Valdemingómez

Por Isa Mendi

La basura depositada por la Mancomunidad del Este durante 15 meses en Valdemingómez sigue generando controversia a pesar de que, desde el pasado 1 de abril, estos municipios vierten sus desperdicios en la nueva planta de Loeches. Más Madrid preguntó en la comisión de Medio Ambiente del 19 de abril acerca de cómo y con qué calendario se está llevando a cabo la fase de reciprocidad contemplada en el convenio

suscrito en marzo de 2020 entre la Comunidad, el Ayuntamiento de Madrid y la mencionada mancomunidad.

El delegado de Medio Ambiente y Movilidad, Borja Carabante, aseguró que estas localidades del Este de la región deberán retirar en abril un total de 3.564 toneladas de residuos de Valdemingómez o serán sancionadas si no lo hacen con 160.380 euros. El acuerdo de reciprocidad recoge penalidades de 45 euros por tonelada no recogida y durante 2021 la Mancomunidad deberá retirar 32.082 toneladas hasta completar en años sucesivos las 165.000 que deberá llevarse a Loeches.

"Es inadmisibile que solo se envíen a Loeches el 65% de las 234.500 toneladas vertidas en Valdemingómez", denunció el edil de Más Madrid, José Luis Nieto, que exigió al Gobierno municipal que devuelva la misma cantidad de residuos

depositados durante 15 meses. Para esta formación es de sentido común que Cibeles aplique el criterio de reciprocidad. "Los olores, malestares y molestias sufridos por el vecindario han sido causados por todas las toneladas recibidas, no solo por el 65% de ellas", añadió Nieto.

Por otro lado, el concejal de la oposición alertó de la inquietud que despierta el hecho de que el Ayuntamiento devuelva solo una parte de los residuos vertidos. "¿Dónde ha ido el otro 35% y cuál ha sido el destino de todos los que no han terminado

en vertedero? Sería muy preocupante que toda esa cantidad haya sido incinerada", se preguntó.

Respuesta vecinal

"Ya lo avisamos cuando salieron en el Ayuntamiento de Madrid con el bombo y el platillo a decirnos que nuestro calvario se había acabado. Avisamos que las cuentas no cuadraban, que Villacís y Carabante no se ponían de acuerdo en las cantidades. Tirando del hilo, resulta que sólo le vamos a devolver a la Mancomunidad Este el 65% de lo que nos trajeron", critica la

Asociación Vecinal PAU Ensanche de Vallecas en su cuenta de Twitter. "¿Dónde ha ido a parar el otro 35%? ¿quieren hacernos creer que se ha recuperado? Por mucho peso que se haya perdido en la biometanización parece claro y evidente que una buena parte ha ido a la incineradora y, como llevamos diciendo desde hace casi dos años, ahí no hay reciprocidad que valga. Esta es la forma que tiene el actual Gobierno municipal de cuidarnos. Esperamos que les salga tan caro como nos está saliendo a nosotros", apostillan.



La Mancomunidad del Este deberá retirar 32.082 toneladas de residuos este año en virtud del convenio de reciprocidad firmado en marzo de 2020

El vertedero de Valdemingómez
CGT RSU MADRID

Residencia Castellar Vallecas

Residencia Castellar Vallecas, con **NUEVA GESTIÓN**, ofrece a nuestros mayores las comodidades y atención centradas en la persona, adaptadas a sus necesidades. Más de 20 años de experiencia en el sector nos respaldan



✓ El **trato personalizado** en **Castellar**, nos permite dar una atención de **CALIDAD** con **CALIDEZ**.

✓ **Personal especializado de amplia experiencia, servicio médico y de enfermería diario.** Terapia ocupacional, fisioterapia, peluquería y podología.

✓ **Menú de comida casera, adaptado** a las necesidades de nutrición de cada residente en **COCINA PROPIA**.

✓ **Encanto arquitectónico** que evoca las «Corralas Madrileñas», balcones con vistas a precioso **patio interior, perfecto para el disfrute al aire libre**.

✓ **Inmejorable ubicación** en el corazón de Vallecas, a tan solo metros de la Iglesia de San Pedro y la estación del metro Villa de Vallecas.

✓ **Asesoría e información sobre la Ley de Dependencia** y los trámites que hay que llevar a cabo para pedir ayudas o prestaciones a los familiares que lo necesiten.



Calle Sierra Vieja 73. Vallecas. Madrid
Teléfonos: **913 80 64 27 / 637 037 593 / 661 576 257**
www.residenciastellar.es

GRUPO APRENDE A VIVIR, S.L.

‘Semillas’ en el IES Madrid Sur

Los alumnos del IES Madrid Sur explican las actividades realizadas durante los meses de marzo y abril del proyecto multidisciplinar ‘Semillas’

‘Semillas’ se extiende a otros centros

Por alumnos de 4º A y 4º B del IES Madrid Sur

Después de un mes de paréntesis en el que no hemos escrito la página del periódico, hemos seguido trabajando, y no poco, en distintas asignaturas el proyecto. Para empezar, hemos empezado una colaboración con el colegio Madrid-Sur, en el que hemos estudiado algunos de nosotros. Nuestra directora, Marisa Gismero, y su director, Íñigo Delgado, han acordado la colaboración de los dos centros para “trabajar los valores de colaboración, ecología, respeto al medio ambiente y sostenibilidad.”

La finalidad del proyecto de aprendizaje-servicio es aprender a ser competentes siendo útiles a los demás y nosotros intentamos serlo explicando a los alumnos del colegio todo lo que hemos aprendido en estos meses en el huerto. Fuimos a visitar el CEIP Madrid-Sur, donde nos recibió Íñigo, su director. Nos enseñó dónde estaba su huerto. Estuvimos quitando hierbas y margaritas y preparando la tierra de los bancales (que ya existían y, de hecho, cuando alguno de nosotros íbamos a ese colegio ya trabajamos ese huerto) para plantar. El director nos dijo que tenían pensado plantar alcachofas.

En el huerto del instituto, del que se encarga Leonor, de Francés, hemos seguido picando. Con Charo, de Tecnología y madre del proyecto, hemos visto cómo lo que plantamos semanas atrás había crecido: tomates, alcachofas, lechugas, judías, fresas, remolacha, canónigos... La colaboración con Somos tribu sigue adelante, y el último día que les entregamos productos del huerto (habas, guisantes...) fue el 23 de abril.

En Educación Plástica, con Irene, Jefatura ha elegido, de los diseños propuestos, el del ‘skyline’ de Madrid, con edificios y monumentos famosos de nuestra ciudad. Pintaremos por dentro

el muro del instituto que da a la Fundación del Secretariado Gitano.

La posguerra y la Transición

En Historia, con Isabel y con Carmen, hemos hecho entrevistas a familiares que han vivido la guerra civil y la posguerra (el Franquismo y la Transición). Les hemos preguntado cómo lo vivieron. Nuestros abuelos nos han contado muchas cosas. Uno de ellos estuvo en la cárcel por comunista, a un tatarabuelo lo fusilaron por ser de la CNT, otro estuvo ocho meses en un campo de concentración por sus ideas políticas, registraron la casa de un familiar republicano cuando el abuelo de uno de nosotros era pequeño y se llevaron a la cárcel a su padre (un policía se apiadó del abuelo, que entonces era un niño y estaba asustado, y no se llevó un folleto y unas fotos que podrían haber supuesto que ajusticiarán al bisabuelo).

Una vecina nos contó que a su abuelo le dispararon en la guerra, en el brazo. Otros hicieron hincapié en el hambre que pasaron durante y después de la guerra, y cómo

tenían que trabajar desde muy jóvenes e incluso siendo niños. Durante la posguerra había cartillas de racionamiento de comida y de tabaco. Nos contaron también que había un toque de queda, es decir, a partir de cierta hora salían los tanques o coches militares a la calle y quien no hubiera vuelto a casa, tenía represalias. A veces se ocultaban los muertos. Durante la Transición, a un amigo de una abuela lo dispararon al salir del colegio, pero oficialmente era un desaparecido; a otro, le dieron un golpe con una farola, pero el Gobierno aseguraba que se lo había hecho solo. Tras el

El alumnado entregó cajas de la cosecha de su huerto a Somos Tribu VK

La imagen que va a decorar el muro del Instituto Madrid Sur



golpe de Estado de Tejero, al hermano de una abuela, que iba a hacer el servicio militar en tren, lo tuvieron durante una semana, con el resto de pasajeros, incomunicado en el tren. Estuvieron una semana sin tener noticias de él. En varias de nuestras casas, vivieron con miedo el golpe de Estado de Tejero.

En Filosofía y en Valores, con Raquel, vamos a hacer una liga de debates sobre la emergencia climática. Tendremos que formular 10 preguntas sobre cómo introducir este tema en el sistema educativo. Esta liga se realiza con otros institutos y el nuestro abordará la sostenibilidad. Además, hemos trabajado la emergencia climática con un documental sobre la activista Greta Thunberg. Ella afirmaba que había políticos ignorantes que desconocían las consecuencias del cambio climático y por ello no tomaban cartas en el asunto. En estas dos asignaturas estamos viendo también el pensamiento crítico y sus conceptos o pasos asociados.

El agua y el reciclaje

En CAAP (Ciencias Aplicadas a la Actividad Profesional), con Cristina, estamos trabajando dos temas también relacionados con el cambio climático: el agua y el reciclaje. Vimos los diferentes contenedores (hemos hecho cuatro grupos, cada uno es un contenedor: vidrio, papel, plástico y orgánico), las depuradoras de agua... El Canal de Isabel II vino a dar una charla al instituto. En la calle de los Vecinos del Pozo (al otro lado de las vías, cerca del instituto) hay una planta de reciclaje.

En el caso del vidrio, hay que separar los objetos porque a veces hay elementos químicamente incompatibles. Se separa según su tipo: color verde, ámbar, café. El vidrio se reutiliza a veces antes que reciclarlo.

En el contenedor orgánico, que suele ser de color marrón, depositamos restos de comida. Con lo que se recoge en este contenedor, se hace compost (ahí excluimos carne, pescado o cáscara de cítricos). El compostaje consiste en un proceso de descomposición biológica y su resultado puede usarse como abono para enriquecer el suelo para que crezcan las plantas. Hemos trabajado cómo hacer compostaje casero. Tiene que ubicarse en un lugar donde no haya mucha agua, en verano en un sitio que esté a la sombra y en invierno hay que combinar sombra y sol. Se tarda entre tres meses y un año en terminar este proceso.

En el amarillo tiramos los envases y plásticos. Aunque los plásticos tienen mala fama, al reciclarlos podemos convertirlos en muchas cosas, entre ellas, combustible, mediante el procedimiento de pirólisis. Por su parte, en el contenedor de papel (azul) ponemos papel y cartón: folios, libretas, cajas de pizza... Para reciclarlo, se le añade disolvente químico y luego se hace una pasta. Esta mezcla se blanquea, se prensa y se obtiene de nuevo cartón.

Por último, el contenedor de resto es naranja o gris. Ahí depositamos todos los residuos que no sean envases o no tengan un sistema específico de recogida (es decir, lo que no podemos separar en los contenedores anteriores): vajilla, cubiertos, juguetes rotos, pañales, cristales, etc...

El IES y el CEIP Madrid Sur se han unido para trabajar los valores de colaboración, ecología, respeto al medio ambiente y sostenibilidad

ACTUALIDAD / Espacios de Igualdad

Espacio de Igualdad María Moliner



601 642 453

Espacio de Igualdad Elena Arnedo



914 802 508

¿Maternidad o maternidades?

Por Red Municipal de Espacios de Igualdad (El Elena Arnedo Soriano y El María de Moliner)

Con motivo del Día de la Madre queremos aprovechar este artículo para felicitar y abrazar a todas ellas por ser tal y como quieren o pueden ser, y para hablar sobre maternidades y sobre la opción de no ser madre.

Los discursos y mensajes educativos que integramos y asumimos desde nuestro nacimiento nos preparan para ser madres, pero no cualquier tipo de madre, sino una en concreto. Pero para lo que no nos preparan es para no ser madre (de manera elegida o no), sino es cargado de una gran culpabilidad. Así que en muchos casos las mujeres para aliviar esa culpabilidad sustituyen la maternidad biológica-familiar por una maternidad social, para continuar la proyección de expectativas que sobre la mujer tiene la sociedad.

La pretensión con este artículo no es debatir sobre si la maternidad es buena o es mala. La maternidad es como cada una la quiera vivir, por eso hablamos de maternidades. Lo que

queremos analizar brevemente es cómo este mandato de género que nos atraviesa a todas las mujeres desde nuestras primeras interacciones en los "juegos de niñas" (por ejemplo, cuidando bebés o empujando carritos) se refleja hasta en nuestras relaciones sentimentales como seres maternos y cuidadoras y finalmente se hace realidad o no.

¿Y qué pasa cuando no se hace realidad porque así lo elegimos o porque nuestra biología no nos lo permite? o ¿cómo vivimos las mujeres que no encajamos o no hemos querido encajar en ese prototipo de mujer-madre socialmente aceptado para el que nos han educado?

Y cuando se hace realidad el ser madre, ¿puedo elegir qué madre quiero ser? y ¿puedo elegir qué tipo de crianza quiero ejercer?. Por supuesto que sí, pero no será exenta de críticas u opiniones. No solo nos educan para ser madres, nos educan para ser un tipo de madre, ejercer un tipo de crianza y dentro de una familia tradicional. Toda maternidad ejercida fuera de este planteamiento se tiene que hacer un hueco, poco a poco, para ser aceptada y dejar de ser cuestionada.

Tendencias

La maternidad también tiene sus tendencias, guiadas por el contexto social del momento, y las mujeres vamos adaptándonos a ellas, podemos "elegir" una maternidad intensiva, una maternidad que no deje de lado las propias necesidades, una mezcla de ambas... sea cual sea la maternidad elegida, son múltiples los malestares que esta nos provoca a las mujeres, tal y cómo experimentamos en el trabajo en los Espacios de Igualdad durante años.

Animamos a las mujeres a elegir qué tipo de maternidad quieren ejercer y a tener siempre presentes sus necesidades para no dejarlas de lado: autocuidado primero para poder cuidar después.

También os invitamos a conocer la Boletina nº33 de la Asociación Mujeres para la Salud sobre 'Las maternidades' para poder ampliar conocimientos y reflexionar sobre ellas. <https://www.mujeresparalasalud.org/publicaciones/la-boletina/las-maternidades/>



PROGRAMACIÓN MAYO 2021

ESPACIO IGUALDAD ELENA ARNEDE

Taller "Paseos comunitarios: cómo diseñar itinerarios por el barrio"

Dirigido a toda la población

Lunes 24 y 31 de mayo y 7 y 14 de junio, de 17 a 19:30 horas. Presencial

Encuentro intergeneracional "De la invisibilización al reconocimiento: mayores y jóvenes por la diversidad sexual"

Dirigido a toda la población

Miércoles 19 de mayo, de 18 a 19:30 h. Presencial

Cuentacuentos "La joven de la albahaca"

Dirigido a menores y familias

Domingo 16 de mayo, de 12 a 13 h. Presencial

Ciclo "Mujeres y salud"

Dirigido a mujeres

Viernes 21 de mayo, de 11 a 13:30 h. Presencial

Ciclo Encuentro con la escritora Sara Mesa

Dirigido a toda la población

Jueves 13 de mayo, de 18 a 19:30 h. Presencial y por Facebook

Taller: ¿De dónde vienen realmente tus objetivos profesionales?

Dirigido a mujeres

Viernes 21 de mayo, de 11 a 13 h. Presencial

ESPACIO IGUALDAD MARIA MOLINER

Conversatorio "Mujeres construyendo paz"

Dirigido a toda la población

Jueves 27 de mayo, de 16:30 a 18 h. Plataforma online

Empleadas de hogar y cuidados: derechos laborales

Dirigido a empleadas de hogar, profesionales, y población general

Viernes 21 de mayo, de 10 a 12 h. Plataforma virtual

El cáncer, vivencia y supervivencia. Nos visita la AECC

Dirigido a toda la población.

Jueves 27 de mayo, de 12 a 13:30 h. Plataforma Webex

¿Has pensado alguna vez en divorciarte? Derechos y cuidados durante el proceso

Dirigido a personas que tienen dudas ante un posible divorcio

Lunes 24 de mayo, de 12 a 14 h. Plataforma virtual

Exposición "Historia y Cultura del Pueblo Gitano"

Día del Pueblo Gitano Madrileño, 24 de mayo. Dirigido a toda la población

Presencial, del lunes 17 al viernes 21 de mayo, de 10 a 14 h. y de 16:30 a 20:30 h.

Colaboración con Enseñantes con Gitanos y Asociación Barró

EL METRO QUE MUEVE NUESTRA VIDA

Metro de Madrid te lleva de forma segura al trabajo, al gimnasio, al Retiro...

Un medio de transporte que te acerca a los lugares y a las personas que más quieres.

AHORA, Y SIEMPRE...
UTILIZA EL TRANSPORTE PÚBLICO



MUÉVETE EN METRO

Deportes Rayolandia

Por Raúl González

El Rayo devolverá el dinero de los abonos

El Rayo Vallecano devolverá el dinero de los abonos a los aficionados que deseen las cuotas correspondientes a la temporada 2019-2020, es decir, el curso anterior. No cabe duda de que es una gran noticia para la hinchada vallecana, que espera con ansia la devolución de la parte proporcional del abono de la parte no disfrutada de la campaña debido a la Covid-19 que corresponde a una devolución del 20% del importe total. Una cantidad importante de dinero para muchas familias, que han pasado dificultades en esta época de pandemia, y que sería muy útil para salir hacia delante, tal y como asegura, por ejemplo, Javier Gómez, abonado del club desde hace 15 años: "Me quedé sin trabajo a raíz del coronavirus y, cualquier ingreso económico es bien recibido para salir del paso. A pesar de que sea el equipo de mis amores, es mi dinero".

Cabe recordar que esta compensación económica comenzó a principios de septiembre, pero las restricciones sanitarias de movilidad imposibilitaron que esta acción siguiera su curso y, tras varias interrupciones consecutivas, tuvieron que parar definitivamente.

La devolución del dinero ha sido la opción con mayor acogida por parte de los aficionados vallecanos, pero es necesario recalcar que ésta no es la única alternativa viable para todos ellos. Desde el club franjirrojo se plantearon dos opciones más: entrega de un vale descuento por el doble de la devolución que corresponda utilizable en la tienda del club para la compra de productos Kelme o entrega de una camiseta de las últimas temporadas con las firmas de los jugadores de la actual plantilla (hasta agotar existencias).

Martín Presa ofreció el Estadio de Vallecas para la vacunación

El presidente del Rayo Vallecano, Raúl Martín Presa, ofreció el Estadio de Vallecas para vacunar a la población madrileña contra la Covid-19 y frenar así la expansión y la propagación del virus. Según transmitió el periodista Roberto Gómez, el dirigente rayista contactó con él para hacer dicho ofrecimiento a las distintas autoridades sanitarias. Y es que, Gómez mantiene una relación estrecha con varios políticos, entre ellos el alcalde José Luis Martínez-Almeida, con quien mantiene una buena amistad.



Las jugadoras del equipo femenino del Rayo Vallecano



El comienzo del derbi Rayo C-Independiente de Vallecas

De igual modo, el presidente del Getafe Club de Fútbol, Ángel Torres, también realizó un ofrecimiento para combatir en la lucha contra la Covid. Dos entidades madrileñas que han realizado un ofrecimiento digno de elogiar en esta época llena de dificultades para toda la sociedad. De hecho, en otros estadios de fútbol de la Comunidad de Madrid, como el Wanda Metropolitano, campo del Atlético de Madrid, se están llevando a cabo este tipo de procesos de vacunación.

El Rayo C golea al Independiente de Vallecas en el primer derbi del barrio

El Rayo Vallecano C goleó 8-0 al Independiente de Vallecas en el primer derbi histórico entre estos dos equipos. El conjunto de Antonio Amaya ha dejado una gran goleada en el enfrentamiento que tuvo lugar la mañana del



Estadio de Vallecas

11 de abril en la Ciudad Deportiva del Rayo Vallecano. Los goles de Cedrick 3, Vasileios 2, Edison, Ernesto y Stampoulidis dieron el triunfo al equipo de Amaya, que ya había sentenciado en la primera parte y ampliaron la ventaja en la segunda mitad. "Enhorabuena al Rayo Vallecano C por el baño", reconoció el Independiente de Vallecas a través de sus redes sociales, evidenciando el buen fútbol exhibido por el conjunto franjirrojo en el encuentro disputado. No cabe duda de que este partido

ha sido el más completo, en todos los aspectos, de la temporada del segundo filial vallecano. Tras un inicio de temporada un tanto controvertido y polémico del Rayo Vallecano C, parece haberse asentado en la categoría y estar despegando poco a poco. El ascenso, el objetivo principal del técnico rayista, cada vez está más cerca de producirse si continúa en esta dinámica ascendente. Los vallecanos han ganado todo, menos dos partidos, y están en la zona alta de la tabla clasificatoria.

AFE denuncia al Rayo por su sanción a 13 jugadoras del equipo femenino

La Asociación de Futbolistas Españoles (AFE) ha denunciado a la entidad franjirroja después de que el club vallecano interpusiera una denuncia a 13 futbolistas del Rayo Femenino por haber incumplido el protocolo anti-Covid en el viaje de vuelta de uno de sus encuentros de la Liga Iberdrola.

AFE ha emitido un comunicado a través de las redes sociales en el cual se argumentan todos los acontecimientos sucedidos en el pasado mes de enero, cuando varias futbolistas del Rayo Femenino regresaron de Barcelona por sus propios medios y no en el autocar con el resto de sus compañeras.

"Las futbolistas obedecieron en todo momento las órdenes de su entrenador, el cual les dio permiso para utilizar un transporte alternativo al proporcionado por el club para su regreso a Madrid", asegura el comunicado.

Sin embargo, el Rayo Vallecano sancionó a 13 jugadoras del club con una multa del 19% del salario bruto mensual por viajar sin permiso del club, a pesar de que Carlos Santiso, entrenador del Rayo Femenino, defendiera a sus jugadoras.

Toda la actualidad del primer equipo del Rayo Vallecano, partido a partido, en la sección de Deportes de nuestra web Vallecas.com



MUEBLES TORRIJOS

<https://www.mueblestorrijos.es/>

Lunes a sábado:
09:30-14:00 / 17:00-21:00
☎ 667 20 80 04 – 609 183 794
☎ 91 617 36 10

Calle Sierra Vieja, 71-77
28031 Madrid



Livemar
Mueble juvenil

JUVENIL, SOFÁS, COLCHONES, AUXILIARES

REFORMA INTEGRAL CON DISEÑOS PROPIOS Y DE CALIDAD



TODO TIPO DE ELECTRODOMÉSTICOS

Instalación y venta de aire acondicionado



**MESA DE CENTRO ELEVABLE
Y EXTENSIBLE**

Distribuidor oficial INDESAN.



LOTE DESCANSO 135X190 CM

compuesto por: canapé de madera 4 patas
GRAN CAPACIDAD con tapa 3D + colchón
HR-viscoelástica.

También disponible 150x190 cm. - 445€

GRAN CAPACIDAD

399€
antes 665€

ESPECIALISTAS EN DESCANSO

Transporte gratis y montaje según pedido



MESA DE ESTUDIO

ARCONES EN BRAZOS

Con mesa estudio. 2 puffs
Precio según composición



SOFÁ CON 3 CHAISELONGUE

Extraíble con carro. Brazos extraíbles.
Precio según composición

LA CALIDAD TIENE UN PRECIO



En manos de tu enfermera

El sueño, un pilar fundamental para una vida saludable

Por Patricia Carlavilla, Concha Párraga y Marisa Gascón, enfermeras de Familia CS Campo de la Paloma y Ángela Uriarte

Dormir es un pilar fundamental para tener una vida saludable y activa. Está claro que se puede sobrevivir con falta de sueño, pero nuestra capacidad de reacción, concentración y claridad a la hora de tomar decisiones va a encontrarse bastante mermada. Eso sin hablar de los problemas de salud como ansiedad, depresión, enfermedades cardiovasculares y diabetes, entre otros.

El año 2020 empeoró, en gran medida, las estadísticas de insomnio. La inquietud por la Covid-19 aumentó drásticamente los problemas para conciliar el sueño. El periodo de

confinamiento, tener que trabajar en casa o, incluso, perder el trabajo, el distanciamiento social... En definitiva, la incertidumbre constante es una consecuencia catastrófica para el descanso nocturno.

El ritmo circadiano es una especie de 'reloj interno' que regula nuestro comportamiento y estado fisiológico. Esto se produce en ciclos de 24 horas gracias a la secreción de ciertas hormonas. Este ritmo circadiano sueño-vigilia está relacionado, en gran medida, con la luz e implica dormir por la noche y permanecer despierto durante el día. Además de lo que nos puede ayudar nuestra propia naturaleza, la salud depende de los hábitos y estos han ido cambiando mucho con el paso de los años. Y no para bien. Quizás es hora de aprender un poco más, desaprender ciertos hábitos y comenzar de nuevo.

Z A E T R O P E D A C
H M U D R P I S A R A
S O Z O O E C R P I F
U C O M O A E C O M E
E I Ñ M N M M E R R I
Ñ O E S R N L I T O N
O L A E T P O T R D A
O R F T R Z S I Ñ A F
Ñ N M P U D T M U N G
E S A L U D R C L J G
M E L A T O N I N A R

SOPASALUD

Melatonina	Sol
Dormir	Deporte
Luz	Enfermera
Cafeína	Descansar
Sueño	Salud

— Debemos exponernos durante el día a luz natural. La luz del sol favorece la producción de melatonina durante la noche, que es la hormona que necesitamos para dormir.

— Evitar el consumo de cafeína al menos seis horas antes de dormir.

— Evitar el consumo de alcohol y otros tóxicos.

— No automedicarnos (los inductores del sueño son fármacos muy potentes que deben

estar supervisados por un profesional de la salud).

— Tener horarios cerrados de sueño. Acostarse y levantarse a la misma hora es una buena rutina.

— Mantener una temperatura agradable en la habitación y reducir la presencia de luces artificiales y sonidos.

— Los dispositivos electrónicos (teléfono móvil, ordenador...) deben evitarse, como mínimo, una hora antes de ir a la cama. La luz de estos aparatos inhibe la producción de

melatonina y, por supuesto, está asociada a alteraciones del sueño.

— Conviene hacer cenas poco copiosas y ligeras.

— Hacer deporte de manera regular.

— Existen alimentos que, sin ser nada milagroso, te pueden ayudar a conciliar el sueño y descansar mejor. Unos regulan los niveles de melatonina y serotonina, y otros influyen directamente en la calidad del sueño. Por si os sirve, aquí os dejamos algunos ejemplos: leche, yogurt, piña, fresas, maíz, tomate, zanahorias, pescado azul, frutos secos...

Como ya habéis visto, mantener un patrón de sueño saludable es imprescindible. Tu enfermera te puede aconsejar y te puede dar pautas para mejorar la calidad del sueño y, con ello, tu salud mental y física. No dormir no es normal. Descansar es, siempre, la mejor medicina.



NOTICIA AMPLIADA EN:

<https://vallecas.com/el-sueno-un-pilar-fundamental-para-una-vida-saludable/>



VA DE SALUD

Un acompañante inesperado

Por Isabel Rangel, enfermera del Centro de Atención Primaria José María Llanos

La humanidad se enfrenta cada cierto tiempo a una crisis sanitaria de gran impacto. Podemos remontarnos, por ejemplo, al siglo VI d. C., cuando tuvo lugar la "plaga de Justiniano", emperador que gobernaba el Imperio Romano en aquella época. Después, a mediados del siglo XIV, la peste bubónica se llevó por delante la vida de millones de europeos. La viruela en 1520 y la gripe española en 1918 también se saldaron con numerosas muertes.

Como somos proclives a repetir la historia, ahora llevamos más de un año inmersos en una pandemia que está

provocando incontables daños físicos, económicos, laborales y emocionales.

Para salir de este trance, se están haciendo inversiones enormes en recursos materiales. Pero también cabe destacar la aportación de medios humanos de incalculable valor. Sí, valor y no precio.

Uno de los elementos con mayor poder sanador en estos momentos es la Literatura. Y no nos resulta novedoso. Ya en la Edad Media se recurría a los libros para tratar a enfermos mentales internados y durante la Segunda Guerra Mundial se montaron bibliotecas para los soldados. Poco a poco, se ha ido integrando la biblioterapia (disciplina científica reconocida en 1970) como herramienta de ayuda en otros ámbitos de la comunidad.



La biblioterapia es una disciplina científica reconocida en 1970

En un período tan hostil como el que atravesamos, reconforta comprobar que hay alternativas. El refugio en la lectura está sirviendo como válvula de escape para mitigar los efectos negativos de esta situación.

El encuentro con los libros

Este encuentro con los libros se ha conseguido por la combinación de varios factores. Por un lado, el confinamiento dio

lugar a la necesidad de ocupar el tiempo en actividades que permitieran distraerse. Algunos nos lanzábamos a rescatar de las estanterías algunas obras que teníamos aparcadas y otros buscábamos la ansiada evasión en libros electrónicos. Por otra parte, muchos bibliotecarios de España consiguieron romper de forma simbólica los tabiques de las bibliotecas. Con gran esfuerzo y capacidad de adaptación,

se encargaron de asumir una tarea encomiable: ayudar a descubrir otros mundos, acercar historias. Alegraban los despertares de muchos niños y niñas con cuentacuentos telefónicos o mantenían a flote los clubes de lectura en formato virtual para hacer más llevadero el aislamiento a tantas personas que no podían mantener contacto físico alguno con sus allegados.

Como colofón a esta voluntad de hacer terapia a través de los libros, a finales de marzo de 2020 se creó la biblioteca 'Resistiré'. El arte de cuidar y acompañar que caracteriza a la enfermería tomó su máxima expresión cuando un grupo de profesionales del hospital de IFEMA decidieron poner en marcha esta iniciativa. Lograron, gracias a la lectura, aliviar el sufrimiento, la incertidumbre y la soledad de los pacientes que se encontraban hospitalizados por Covid.

Aferrémonos, pues, al poder mágico de los libros para contagiarnos de la esperanza y el ánimo que tanto necesitamos.



Fundación "la Caixa"



CaixaBank

En favor de



ÚNETE A

#NingúnHogarSinAlimentos

Para que más de *un millón y medio de personas* de nuestro país puedan tener acceso a los alimentos más básicos para vivir. Porque nos puede pasar a todos.



Colabora en
NingúnHogarSinAlimentos.org



O envía un
Bizum al 38014



Cultura



El acto inaugural fue un homenaje a la escritora canaria Carmen Laforet

◀ El acto de inauguración de la edición de 2021
ANTONIO LUQUERO

Miguel Hernández y en el Instituto Tirso de Molina. La exposición estará disponible para todos los colegios, institutos y asociaciones que nos las soliciten.

También podemos hablar de la magnífica exposición de imágenes de Vallecass del fotógrafo Andrés Palomino en el Centro Cultural Paco Rabal.

Como compromiso de Calle del Libro del pasado año se ha estrenado el vídeo 'Recorridos por el Madrid de Galdós'. Una pieza de 20 minutos que recoge las referencias de algunas calles del centro de Madrid que aparecen en sus obras 'Miau' y 'El amigo ganso'. El vídeo podrá verse en los centros educativos y servir de guía para recorridos físicos por las calles del centro: La Puebla, Corredera Baja, Pez, Marques de Santa Ana, Espíritu Santo, Dos de Mayo, San Bernardo, Quiñones hasta la Plaza de las Comendadoras. El vídeo puede solicitarse a Vallecass Todo Cultura.

Finalmente, el acuerdo con Renfe se malogró, en parte, por la pandemia. El departamento de la compañía que gestionaba con nosotros las exposiciones y actividades cayó íntegramente enfermo, lo dificultó los acuerdos, hasta el punto de hacerlo naufragar, salvo en algunas de las iniciativas. La exposición 'Caminos de Hierro' se podrá ver proyectada en aquellos centros que lo soliciten. Los libros sobre ferrocarril y literatura en España están distribuyéndose a los centros y las visitas al Museo del Ferrocarril habrá que transponerlas al mes de mayo.

A pesar de la pandemia, los libros y la lectura siguen su marcha en Vallecass. 'Vallecass Lectora' es algo más que un eslogan, es una trayectoria de los libros, las escritoras y escritores que se mantienen en los centros educativos y que tienen cabida en asociaciones y entidades vallecassas.

La lectura puede a la pandemia

Vallecass Calle del Libro celebró su vigésimo segunda edición del 19 al 30 de abril

Por José Molina Blázquez

A pesar de todas las limitaciones y los miedos que han entrometido esta XXII edición de Vallecass Calle del Libro, las cosas funcionaron mejor de lo que esperábamos.

La inauguración fue un éxito y el diálogo homenaje a Carmen Laforet tuvo dos protagonistas de lujo: Agustín Cerezas Laforet, hijo de la escritora, y Manuel Rico, escritor, poeta y amigo de Vallecass desde hace muchos años.

Las intervenciones de los dos escritores tuvieron como protagonista a Carmen Laforet. Su vida, sus libros y el anecdotario del recorrido de la escritora marcaron este rico debate en el que conocimos algo más de la calidad literaria de la autora canaria.

'Nada', su primera obra y el gran éxito de una jovencísima escritora de 23 años, marcó su existencia como creadora literaria. Su hijo nos comentó lo que representó este éxito en la dinámica de su madre, que se vio sobrepasada, dada su timidez y que nunca entendió por qué el resto de su obra no recibió el aliento de la crítica y los lectores.

Manuel Rico, además de hablar de 'Nada', se refirió a 'La Insolación' y a otras obras que, a su juicio, eran magníficas. El acto se cerró con las preguntas de varios de los asistentes.

Institutos, colegios, asociaciones celebraron sus actos aprovechando el Día del Libro y las sugerencias de Calle del Libro, este año dedicados a homenajear a Carmen Laforet y a Emilia Pardo Bazán, y a aprovechar el Año Europeo del Ferrocarril, lo que nos dio pie a relacionar la literatura de viajes y el ferrocarril.

El día 28, la Asociación de Vecinos La Unión programó un acto homenaje a Emilia Pardo Bazán. Esta vez, fue la escritora y poeta Ana Rossetti la encargada de dar a conocer a la escritora gallega, presentándonos a una mujer liberal, fértil comunicadora, escritora naturalista y feminista en una sociedad muy masculinizada en donde las mujeres no tenían ni derecho a voto y se encontraban supeditadas a sus maridos. Un descubrimiento para todos y un ejemplo de la valentía de aquellas mujeres que hicieron avanzar la historia.

Encuentros con autores

En los encuentros con autor hemos tenido a excelentes escritores para todas las edades que se han paseado por institutos y colegios: Marta Sanz en el IES Arcipreste de Hita y en el IES Villa de Vallecass; Rosa Huertas en el IES Madrid Sur; Luisa Villar Liébana en el Centro Cultural Palomeras; Elvira Menéndez en el CEPA de Entrevías; la dramaturga Itziar Pascual en Cº Gredos San Diego; Laura Gallego en el CEIP Carlos Sainz de los Terreros; Inma Chacón en el CEIP Carlos Sainz de los Terreros; Luisa Villar, escritora de infantil y juvenil en el CEIP Blás de Otero; Elvira Menéndez en el CEIP El Quijote; Raquel Lanseros estuvo en el IES Arcipreste de Hita; Ana Rossetti en la AV. La Unión; y Agustín Laforet en el Centro Cultural Palomeras.

La exposición de paneles en homenaje a Carmen Laforet circuló por Vallecass a base de 13 paneles con el reflejo de la vida y obra de la eximia escritora. Ya ha sido expuesta en el CEPA de Entrevías y en breve estará en las bibliotecas Luis Martín Santos,

El instituto María Rodrigo #amasincontrol

Por Jesús López

Un grupo de alumnos pertenecientes al Proyecto SOS (alumnos Sostenibles y Solidarios) del Instituto María Rodrigo, único centro público en el Ensanche de Vallecass, ha conseguido el primer premio #amasincontrol, convocado por el Ayuntamiento de Madrid, dentro

de una campaña de Madrid Igualdad centrada en el uso de las redes sociales por parte de adolescentes y jóvenes para resaltar la importancia de construir relaciones de pareja basadas en el respeto mutuo y la igualdad e invitar a reflexionar sobre las conductas de control.

El certamen consistió en la elaboración de un video dentro de la aplicación Tik-Tok con esa temática de fondo. Además de participar en este tipo de



▲ Una secuencia del trabajo ganador

iniciativas institucionales, los alumnos SOS, proyecto puesto en marcha durante este curso académico, han iniciado varias campañas de sensibilización sostenible y de recaudación de fondos solidarios para la compra de material escolar con vistas a la ayuda del alumnado más vulnerable. Dentro de las mismas,

cabe destacar la venta de claves en el Día de san Valentín, los lazos morados para la igualdad el 8M o los marcapáginas florales en la celebración del Día del Libro.

Apoyo recíproco

Las actividades más destacadas de este grupo de alumnos

consisten en el apoyo recíproco para consolidar dinámicas de trabajo en donde todo el alumnado sienta el instituto como un espacio propio, que necesita del cuidado de todos para avanzar hacia el éxito y liderazgo pedagógico. Una de las alumnas implicadas en este proyecto comenta la importancia de esta necesidad de mostrar una imagen positiva del centro, para una mejor acogida de las rutinas hacia los estudios.

El video ganador de los alumnos del instituto público vallecass no se puede ver en el siguiente enlace y código QR: https://www.tiktok.com/@ies_maria_rodrigo/video/6941470229117553925.



La Mirilla de Vallecas



¿Ya llegó?

Por Antonio Osuna

Mayo... El mes que esperamos que llegue y deseamos que no llegue al mismo tiempo. Cuando el frío aprieta, todos tenemos la misma sensación: "ojalá salga ya el solecito, la primavera y se acabe este infierno de hielo". Pero ahora... bendito frío aquel, ¿verdad?. Lo digo desde mi punto de vista, ya que es el punto de vista de un alérgico. El invierno y la primavera para mi cuerpo son prácticamente iguales, es decir, si no son pañuelos

por resfriado, son pañuelos por el polen, y no, no tenía ganas de que mayo llegase tan rápido. No sé si están teniendo la misma sensación que yo. El año pasado por estas fechas ya estábamos en casa confinados, esperando que alguien hiciera algo o que el virus dijera: "parece que no hay nadie por la calle, me iré a otro sitio". Pero no pasó. ¿Y en qué acabó? En que cuando se nos dejó salir, la gente lo cogió como una obligación, puede que por eso los meses se estén pasando volando.

Odio la primavera, lo siento, sé que es inspiración de poetas y de enamorados, pero donde esté un buen otoño que se quiten las ñoñerías. Además, es mucho más inspirador. ¿Qué tiene de especial?. Para mí, poco, aparte



de ser el preludio del verano y de las camisas cortas, poco más. Es una estación que sinceramente lleva a la confusión más absoluta. Un día tienes que salir en pantalón corto y a las dos horas estás deseando tener un nórdico encima (me refiero a la manta, no a las personas, eso ya va en cada uno). ¿Y en qué se resume eso?, simple, que estornudas y ya no sabes si es por el polen o por un resfriado. Como si no estuviéramos ya bastante confundidos con todo lo que está pasando.

A nadie nos pilla de sorpresa, todos conocemos lo difícil que es esta época del año, pero no me llega a acostumbrar del todo. Lo siento. Me estuve documentando un poco sobre el origen del nombre. Mayo proviene de Mauis, de la Diosa romana Maia de la fertilidad y de la salud. Lo de la fertilidad lo entiendo por las flores y demás, ¿pero de la salud?. Para mi sorpresa busqué una representación de la Diosa y no sale con un pañuelo en ninguna... Debe ser que en la antigua Roma no había alergias. O pañuelos, quien sabe.

VALLECAS LEE EN SUS BIBLIOTECAS

Un toro vallecano que entra al trapo

Por Juan Sin Credo

Pronto se conmemorará el aniversario de la muerte de Pepe-Hillo, figura decisiva para entender el concepto de tauromaquia, tradición tan denostada en la actualidad. Parece ser que fue el propio torero, tal y como cuenta la leyenda, el que eligió al toro que habría de matarlo. En la víspera de la corrida fue a caballo al vallecano arroyo Abroñigal y pidió que le reservaran un toro negro zaino, 'Barbudo'. "Tío Castuera, ese toro es para mí", cuentan que dijo Pepe-Hillo al mayoral. El destino ya estaba escrito.

Un destino que se repitió el pasado día 7 de abril, cuando apesadumbradas huestes enfervorecidas de fanáticos entraron al trapo ante las presuntas provocaciones de la ranciedumbre ultramontana más hedionda. Como esa res brava que andaba pastando por los prados frescos del Abroñigal, inmortalizada por Goya en un óleo de medianas dimensiones, perteneciente a la colección del Marqués de Casa



Torres. Del mismo Goya, podemos encontrar en una de sus pinturas negras, extraídas de la Quinta del Sordo, titulada 'Duelo a garrotazos', la escena que refleja los brutales usos de carácter rural de aquella época, símbolo de las luchas fratricidas que se enmarcan en el momento político de enfrentamiento que estaba viviendo España en ese instante. Doscientos años después, apenas hemos avanzado.

Los partidarios de ese espectro ideológico radical, que se encuadra dentro de la disección de las emociones frente al impulso de la razón práctica, propugnando, por un lado, la defensa de las costumbres más recalcitrantes y carpetovetónicas y, por el otro, el populismo demagógico del pensamiento único, nos arrastran a una batalla política estéril, que flaco favor hacen a los verdaderos problemas acuciantes de nuestra sociedad. A fecha de hoy, la deuda pública es una bomba de relojería, el número de vacunas inyectadas a la población

no supera ni el 10% y los ERTE's son una balsa a la deriva que zozobra hacia un naufragio estrepitoso. Sin embargo, la preocupación de la opinión pública oscila entre un cartel propagandístico que toca la fibra sensible mediante un planteamiento a todas luces falaz y unas amenazas de muerte refutables de dos cartuchos sin percudir del calibre 7,62 x 51.

Último libro de Juan José Millás

Posiblemente, toda esa visceralidad latente nos lleva a pensar en que no existe ese eslabón perdido en la escala evolutiva y que los neandertales siguen aquí, primitivos y violentos. Paradigma que comencé a cuestionar cuando me saltó la alerta en el móvil de la última obra de Juan José Millás, publicada al alimón con el mediático paleontólogo Juan Luis Arsuaga, reservada en la Biblioteca Municipal del Pozo del Tío Raimundo. La lectura de su desenfadado libro, 'La vida contada por un sapiens a un neandertal', desmitifica ese concepto de la extinción frente a la idea, cada vez más en auge, del cruce genético, al igual que le sucedió al imponente Uro, bestia herbívora, cuya herencia sigue presente en varias razas de ganado bovino de España. Algunos de esos ejemplares aún se lidian en todo tipo de plazas rojas con y sin albero.

Un ramo de flores blancas

Trato de alcanzar la orilla salvadora.
Trato de hacerme entender.
Trato de abrir los ojos de mi madre.
El oleaje me empuja, nos empuja,
como lengua de fuego, sin lumbre,
como huracán que brama sin medida.
Trato de abrir los ojos de mi padre.
Agua y tinieblas a mi alrededor,
como en un cuento que nunca leeré,
como esa tierra que nunca abrazaré.
Han descrito mi historia en la prensa
aunque aún no sé leerla.
Han hablado de mí en la isla
aunque aún no conocen mi nombre.
¡Me ahogo! les grito ¡Quiero ser mayor!
Las olas me ocultan bajo la espuma.
Ya he dejado de ser.
Un ramo de flores blancas
cubre por completo mi cuerpo de niña.

Concha Morales

Foto: Martín L.



PUBLICIDAD

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

periódico, 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

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

DESCARBONIZADORA HHO



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



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



La Boutique del Pan
CANDEAL
ARTESANOS
☎ 91 778 55 08 f Boutique-Candéal
C/ Fuengirola, 27. MADRID

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
Puesto 12. Planta Baja
91 478 40 30
PRECIOS DE LONJA

De David
JAMONERÍA
Productos ibéricos
☎ **616 177 584**
PUESTO 37

BAR MADRID

TU LUGAR EN EL BARRIO

TAPAS • RACIONES • CUBOS
C/ Villalobos 145. 28018 Madrid
☎ **697 171 576**





Carta f

La Escondida

BAR C/ Sierra Bermeja, 41 esquina calle Payaso Fofó CAFÉ

☎ **608 633 186** Portazgo

Salón para eventos

CARNICERIAS
Precios y productos exclusivos solo para domicilio

SIGUENOS EN:



FACEBOOK



INSTAGRAM



FURGOCARNES

SIERRA DE CONTRAVIESA (MADRID)
☎ **916 191 042**
☎ **689 802 234**

LEGANÉS
☎ **916 851 390**
☎ **699 934 603**

ALCORCÓN
☎ **915 075 171**
☎ **622 514 646**

De lunes a viernes: 09:00 a 14:00 y 17:00 a 20:30 Sábados: de 09:00 a 14:00
INFORMACIÓN: 605 937 267 • furgocarnes@gmail.com

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

CARLOS
MELONES Y SANDÍAS ESPECIALES
VILLACONEJOS
f frutascarlos
https://www.frutascarlos.com
PUESTO 17 exterior

FRUTAS SELECTAS PRODUCTOS GOURMET
☎ **91 478 96 52**
Servicio a domicilio en zona Puente Vk

Tienda on line, reparto a toda España
polleriasomolinos.com
☎ **914 776 137**
f polleriasomolinos

PUESTO 28
Carnes selectas
lavacavallecas.com
f LaVacaVallecas
Pedidos a domicilio gratis a partir de 50€

Quesos y embutidos
Lunes tarde cerrado
☎ **91 477 61 34**

La Estrella
FRUTAS Y VERDURAS
☎ **647 781 995**
C/ Monte Aya, 4

reparto a domicilio **GRATIS**

Muñoz FERRETERÍA

Cerrajería • Electricidad • Menaje
Maquinaria • Suministros industriales • Bricolaje

C/ Real de Arganda, 13. 28031 MADRID. Teléf./Fax: **91 331 13 04**
vallecas@ferreteriamunoz.es • www.ferreteriamunoz.es

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



SU PUBLICIDAD EN ESTA PÁGINA 620 940 440