



Septiembre 2022. N.º 314 Año XXVIII



## 'Sobremesa', siete días desatando el futuro

Más de 700 personas, con representación vallecano, se reunieron en Covaleda, del 22 al 28 de agosto

→ Págs. 6 y 7



## La memoria de Lorca sigue viva en Vallecas

La ofrenda poética al escritor granadino llegó a su séptima edición

→ Pág. 14

# Villa de Vallecas vuelve a vivir sus fiestas patronales

El pregón de la coreógrafa Aida Gómez marcó el inicio de unos festejos que regresan tras dos años de parón por la pandemia

→ Págs. 12 y 13

Abierto 12 horas. Avenida Albufera 264 **627 01 09 52** **91 303 11 66**

- Centro Recuperación de Puntos
- Coches automáticos adaptados
- Cursos CAP
- 100% online
- Clases de reciclaje

**PATROCINADOR OFICIAL**

¡TENEMOS COSAS QUE CANTARTE!  
MUSIC@ PARA TOD@s

**TU ESCUELA DE MÚSICA EN VALLECAS**

**5% PARA TI!**

Directora: Lucía Tenés Nieto  
Jefa de estudios y tutora: Sara Rodríguez  
Administración y atención: Marcela Serrano

Ven a consultarnos a:  
C/ Los Santos inocentes, esq. C/ La reina de África – Madrid Sur Vallecas

O contáctanos en: 91 786 06 93 / 687 891 143  
[info@escuelademusicanclave.es](mailto:info@escuelademusicanclave.es)  
[@nclavevallecas](https://www.instagram.com/nclavevallecas)

**La TABERNA**

**BAR-CERVECERÍA**

**iEn fiestas, ven a brindar!**

Calle Sierra Tortejada 2, 28031 Madrid. Metro Congosto

**globalpiso**  
Palomeras-Portazgo

**Si quiere saber el valor de su vivienda, llámenos 91 260 06 91 – 637 697 186**

Avda. Pablo Neruda, 17 Local 2

## EDITORIAL

**Un nuevo curso para hacer barrio**

De nuevo, frente a un nuevo curso, escolar, político, social... De nuevo, cada uno de nosotros como individuo y como vecino frente a nuestro barrio y a nuestra sociedad.

Este curso se presenta crucial en clave de procesos electorales. Y nosotros, vecinos preocupados por nuestros barrios, vamos mucho más allá de ellos. Nuestra tarea del día a día es la construcción social y barrial.

En el encuentro 'Sobremesa', que se ha desarrollado del 22 al 28 de agosto, también ha estado presente Vallecas. De él damos buena cuenta en las páginas 6 y 7. Un encuentro que, sobre todo, ha sido de una gran sensibilidad humana y de una apuesta sincera y radical por la inclusividad y por la autogestión. Para muchos de los que participamos en él, nos

evidenció la resolución por construir el futuro inmediato de una buena parte de nuestros jóvenes de diferentes regiones.

Es vital la cercanía, lo próximo, las relaciones estrechas con nuestra gente, nuestros vecinos y amigos, con nuestras empresas y comercios. Esa relación que nos mueve a dar cuando nos necesitan y que cuando lo necesitamos, pedimos sin reparo, vergüenza o rubor, y recibimos. Ese es el tipo de relación que hemos de cultivar. Únicamente esta forma de relacionarse es lo que nos va a salvar. Necesitamos ya dibujar entre todos el barrio que queremos, el barrio que necesitamos. Hemos de ser imaginativos, ambiciosos, valientes, entregados y retornos a nosotros mismos y a nuestra gente. Ha de salir del corazón, de lo profundo de cada uno, y ser un fuerte

sentimiento de amor el que nos motive hacia la construcción de nuestros barrios.

Y desde ahí, perfilar esas grandes líneas trazadoras del barrio que queremos. Desde hoy, desde ya y con la mirada puesta en estos dos cruciales próximos años, de aquí a septiembre del 2024, hemos de ponernos en marcha. Puede que la dirección del ser humano en todo el planeta se esté jugando en estos dos próximos años. Si así fuese, ¿acaso no se nos removería el corazón y la conciencia para darlo todo? Si cientos o miles en cada barrio, en cada pueblo y localidad, nos abocamos a ello, además de estar haciendo nuestra parte, muy probablemente consigamos que este mundo se enderece. Así pues, ... manos a la obra. En septiembre, a por el barrio que queremos.

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

## CARTAS AL DIRECTOR

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

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

- o por carta a:

Vallecas VA,  
C/ Casabermeja, 4 - 4º 2  
28018 Madrid

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

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

**//Tribuna & Vallecana***Con la ilusión de estrenar*

Qué tendrá esta época del año, que todo sabe a nuevo sin serlo? ¿Por qué se nos agolpan en la garganta sensaciones que nos cuesta interpretar? Como una mezcla entre la emoción de lo inédito y el peso de la nostalgia. El eterno combate entre lo nuevo y lo viejo, que lleva teniendo lugar en nuestro interior desde que existimos. Quizá sintamos la misma sensación en enero, cuando el comienzo del año nos obliga a pensar qué estamos haciendo con nuestras vidas y qué queremos hacer con ellas en el futuro.

Pero en septiembre, esa introspectiva tal vez venga dada por la vuelta a la costumbre, al final del estío, al cambio de estación. O tal vez permanezca con nosotros para siempre la rutina del año escolar, esa emoción de comenzar un nuevo curso, el aroma de los nuevos libros, cuadernos, lapiceros... El desafío de la novedad, vaya, que nos puede generar tanto esperanza como temor a partes iguales.

Septiembre es una de mis épocas favoritas para pasear por nuestras calles. Para impregnarme de ese sabor por lo nuevo. De esa mezcla de esperanza y temor. Puedo reconocerla en las miradas, en esas miradas de ilusión por nuevos proyectos, por nuevas aventuras. En aquellos comercios que levantan sus persianas de nuevo, en todas esas familias de estreno.

Pero también son miradas de temor. Temor a la incertidumbre, a la precariedad, a esa línea tan delgada que diferencia estar fuera o dentro del sistema. En septiembre renovamos nuestras ilusiones, pero también los temores.

Esta es también una buena época para plantearnos qué modelo de barrio queremos. Los tiempos de cambio tienen eso, que nos permiten soñar, imaginar. Confiar en que puede venir algo mejor

Septiembre es una buena época para plantearnos qué modelo de barrio queremos. Los tiempos de cambio tienen eso, que nos permiten soñar, imaginar. Confiar en que puede venir algo mejor

concesionarias que expresan cada céntimo en busca de los beneficios, sin importar la calidad del trabajo ni las condiciones de los empleados. Un modelo, en definitiva, diseñado para perpetuar las diferencias de clase.

Por el contrario, existe un modelo en el que lo público es realmente público. Entendido como un servicio al ciudadano,

que busca reducir las diferencias, que busca generar un sostén para atajar la precariedad, que busca la justicia social en vez del beneficio voraz. Un barrio a la medida de las personas y no de sus ingresos.

Ahora que todo nos sabe a nuevo, ahora que tenemos la ilusión de volver a empezar, de comenzar nuevos proyectos, construyamos ese modelo, construyamos el barrio que queremos. Con esa ilusión del niño que estrena un nuevo curso, que estrena sus libros de texto. Porque si no, seguirá siendo injusto. Porque si no, se seguirán encargando los que jamás lo han pisado.

Ignacio Marín (@ij\_marin)

**De basura y falta de limpieza**

La falta recurrente de limpieza y el incivismo de algunos, titularidad del terreno y competencias apartes, provocan que una zona tan transitada como la Avenida de la Albufera entre el centro comercial y el estadio del Rayo Vallecano, presente un aspecto deplorable, convertida en improvisado vertedero, debido a la acumulación sin control de desperdicios y basuras. En este verano incluso una parte ha sido pasto de las llamas con el consiguiente peligro y preocupación para los vecinos de esta parcela de Puente de Vallecas.

Autor: @Dani\_AyusoVk



**Tres colegios públicos de Vallecas contarán con aulas para el primer ciclo de Educación Infantil, de 0 a 3 años**

◀ El primer día de clase del curso pasado en el colegio El Quijote  
MAR TORRADO

(Plaza de Puerto Rubio, 22). Todo el material conseguido será repartido a las familias que lo necesiten a través de Somos VK contactando a través de las redes sociales o en el teléfono 651 86 65 21.

#### Bajada de ratios

Por otro lado, el nuevo curso escolar 2022-2023 en la Comunidad de Madrid arrancará con la aplicación de la bajada de ratios de alumnos en las aulas de la región, que se implantará de manera progresiva durante los próximos años y comenzará en Educación Infantil, al pasar de 25 a 20 alumnos por clase en Primero del segundo ciclo (4 años).

Además, contará con otra novedad, que será la extensión del primer ciclo de Educación Infantil (0-3 años) a medio centenar de colegios públicos, entre ellos los CEIP Agustina Díez y Manuel Núñez de Arenas (Puente de Vallecas) y Ciudad de Valencia (Villa de Vallecas). Cada uno de los tres cursos, dispondrá de una ratio diferente: 8 plazas en el aula de bebés, 14 en la de 1-2 años y 20 para los alumnos de 2-3 años.

En otro orden de cosas, el 12 de septiembre arrancará la actividad lectiva para los alumnos de los Conservatorios Profesionales de Música y Danza, las Escuelas Oficiales de Idiomas y Segundo de los ciclos de Artes Plásticas y Diseño de las Escuelas de Arte. Finalmente, los Centros de Educación de Personas Adultas lo harán el 16 de septiembre y Primer curso de los ciclos de Artes Plásticas y Diseño, el 22 del mismo mes.

Las vacaciones de Navidad comenzarán el 23 de diciembre y las clases se reanudarán el 9 de enero, mientras que el periodo no lectivo con motivo de la Semana Santa se desarrollará entre el 31 de marzo y el 10 de abril de 2023. El 12 de octubre, 1 de noviembre, 6 y 8 de diciembre de 2022 serán festividades de carácter general, y se habilitarán como días no lectivos el 31 de octubre, 5 y 7 de diciembre de 2022, así como el 24 y 27 de febrero de 2023.

## La vuelta al cole más cara de los últimos años

LocalVK organiza una recogida solidaria de material escolar hasta el 10 de septiembre para las familias necesitadas

Por Isa Mendi

Las familias vallecanas tendrán que hacer frente en el inicio del nuevo curso escolar, que comienza los días 7 y 8 de septiembre, al aumento del coste del material debido a la subida de precios derivada de la inflación y a la implantación de la LOMLOE en los cursos impares, que imposibilitará la reutilización de libros de otros años. La última edición del Observatorio Cetelem que analiza

familiares que recurren a las tiendas de libros de segunda mano y a los anuncios, a través de los cuales se vende material usado. Según Milanuncios, libros de texto, uniformes y productos tecnológicos son los más buscados.

#### Recogida solidaria

Otra de las opciones pasa por la solidaridad con iniciativas como la de Espacio autogestionado LocalVK, que organiza hasta el 10 de septiembre en Puente de Vallecas una recogida de material escolar que no tiene que ser nuevo, pero sí en buenas condiciones, para que ninguna mochila se quede vacía. "Empieza otro curso y muchas familias se ven obligadas a realizar un gran esfuerzo para tener material escolar básico. Vallecas es un barrio obrero en el que las rentas bajas, el

desempleo, la precariedad laboral y las pocas ayudas sociales no permiten, en muchos casos, disponer del material que los niños y las niñas necesitan para el día a día en la escuela", explican los responsables de esta iniciativa.

Mochilas, cuadernos, bolígrafos, tijeras, agendas, calculadoras, borradores, pegamento, y un largo etcétera de enseres se pueden entregar en los siguientes puntos de recogida: LocalVK (calle de Humanes, 3 posterior, contactar por redes sociales), Papelería & librería La Karmela (Humanes, 5, posterior), Papelería JSA (Cocherón de la Villa, 15), Librería Muga (Avenida de Pablo Neruda, 89), Librería La Esquina del Zorro (Ramón Calabuig, 27), Punk Rocket (Enrique Velasco, 25), Taberna Kannahla (Josefa Díaz, 4), Bar El Chascarrillo (Barco Sinaia, 23) y La Pajarería

**BAR RESTAURANTE LAS RRR**

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

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

**MERCADO NUMANCIA**

Mercado Gastronómico

**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

**¡SABÍA QUE TENEMOS...?**

BULETÓN DE ANGUS DE ESCOCIA

**-MERCADO MUNICIPAL-**

**VILLA DE VALLECAS**

LUNES A VIERNES: de 9 a 14 y de 17:30 a 20:30

SÁBADOS: de 9 a 14

Calle Sierra Vieja 61 - 28031 MADRID

**ARRUEJO DE ROPA**

**PRODUCTOS VENEZOLANOS**

Y MUCHO MÁS...

**KIROESTET**

ACUPUNTURA, MASAJES Y QUIROPRÁCTICA

- Masajes terapéuticos
- Acupuntura
- Reflexología podal
- 91 039 00 80
- 642 840 544

C/ Rincón de la Victoria, 4

**REPARACIÓN DE MAQUINAS DE COSER**

solución nescas

- Presupuesto sin compromiso
- Todas las marcas
- Repuestos y consumibles
- Av. Buenos Aires, 29 local
- 91 110 40 05
- nescasch@gmail.com
- Horario: 09:30 a 18.00

VallecasVA

Música en clave de paz

**VallecasVA**

**anúnciese en**

**Mar: 620 940 440**



**“Somos 1.800 socios y esto no está preparado para nosotros. De momento, en el espacio para mayores, no hay ni barra de cafetería ni máquina expendedora”, dice José Antonio López, presidente de la Junta Directiva**

◀ De izquierda a derecha, Emilio, vocal; José Antonio López, presidente; y Pedro Catalán, vocal L. C. Ríos

▼ El descampado en la calle de Sierra Filadora

## El Alto del Arenal demanda un centro de mayores digno

➤ Su Junta Directiva denuncia que el actual no reúne las condiciones ni presta los servicios necesarios para este grupo de población

Por Luis Carlos Ríos

**N**adie tendrá 40 años para siempre. El destino de cualquier vallecano, con un poco de suerte, es llegar a mayor y estar lo bastante bien para querer seguir disfrutando de la vida. Los centros de mayores son espacios potentes para compartir el gozo de encontrarse, una mañana más, en el mundo. También son el punto de encuentro de personas que están en el mismo momento vital, que comparten intereses y recuerdos. Hacerlo en un espacio acondicionado y cómodo es el reclamo de los mayores del Alto del Arenal. José Antonio López, presidente de la Junta Directiva del centro de mayores de este barrio de Puente de Vallecas, si se puede llamar así, canaliza sus exigencias y descontento. Le acompañan Pedro Catalán y Emilio, vocales de este espacio.

“Llevamos desde 2017 pidiendo esto” afirma Emilio, en alusión a un documento de peticiones fechado el 2 de marzo de dicho año. En él

afirman que cuentan con 1.800 socios inscritos y que la falta de espacio les priva de la oportunidad de participar de las reuniones de organización, talleres, bailes y muchas otras actividades. Tras abandonar el primer lugar de encuentro, en Sierra Salvada 32, desde la pandemia el lugar que les acoge es donde se realiza esta entrevista. Consiste en una sala de mesas y sillas, con un pequeño despacho sin puertas, dentro del Centro Juvenil Río Esmeralda. “Esto no está preparado para nosotros. En absoluto. Aquí no pueden venir personas mayores a hacer nada”, zanja Emilio.

En la página web oficial del Ayuntamiento de Madrid, sin embargo, sigue figurando como Centro Municipal de Mayores Alto Arenal. El edificio se encuentra en reformas que se han dilatado en el tiempo. Tampoco hay garantía de que se vuelva a abrir como centro de mayores, dado que fue declarado no apto para tal fin. “Lo que no puede ser es que la gente después de tanto trabajar tengan un sitio insalubre, es una pena”, afirma José Antonio. Emilio completa: “Los

servicios a los que tenemos que entrar los mayores están dentro de una oficina (...) Tengo dos amigos que se tienen que tomar una pastilla a las 11 de la mañana y cada media hora tienen que ir al servicio. Para eso hay que poner cara dura, llamar a la puerta y pedir permiso” narra.

### Carencias

La falta de una oferta mínima de cuidados para los mayores es otro de los elementos esenciales que echan en falta. “¿Usted conoce un centro de mayores en el que no haya informática o peluquería? (...) Aquí ni informática, ni peluquería, ni cafetería”, se pregunta Pedro Catalán. “O un podólogo”, agrega José Antonio. “No hay un punto social, es lo que no tiene, que es la cafetería. Aquí se discute, pero se sientan ahí y echan su partida. ¿A qué vas a venir tú a jugar aquí, si después no me puedo tomar nada?”, añade. La propuesta intermedia de colocar máquinas expendedoras está, para José Antonio, descartada. “Tú te crees que con la gente mayor se va a estar jugando a la maquineta

para sacar una cerveza, una botella de agua? ¿Tengo que tener cambio para cuando baje a hacer gimnasia sacarme una botella de agua?” cuestiona, indignado. De momento, en el espacio para mayores, no hay ni barra de cafetería ni máquina expendedora.

“Socios somos 1.800”, cuenta el presidente de la junta. “Y no vienen 8”, le recuerda Emilio. “Yo vengo aquí desde hace 5 meses, y vengo los martes, miércoles y jueves. Y todavía no he podido conseguir que nadie se apunte a un viaje”, describe Pedro Catalán, para añadir perspectiva.

Además de las deficiencias estructurales del centro, se suman otras del entorno. Aquí las



**Estos vecinos solicitan la construcción de un nuevo centro de mayores en un descampado de la calle de Sierra Filadora**

propuestas son claras. El acceso, tanto por la Avenida de Buenos Aires como por la calle de Río Esmeralda, están en cuesta. Echan en falta la presencia de bancos o de una ruta de autobús más cercana. “Esa cuesta, una persona de 80 años, a las 3 de la tarde...” José Antonio deja la frase en el aire. No hace falta decir más.

### Soluciones

Desde la Junta Directiva también proponen soluciones: “Se está pidiendo bancos donde, a la mitad de la cuesta, te sientes. ¿Autobuses? Que pasen por esa calle y te dejen en la puerta”. No es cuestión baladí. Hay dos paradas de la EMT cercanas al centro. Desde la ubicada en Pablo Neruda son unos 290 metros de caminata. Por el otro lado, desde la Avenida de Buenos Aires con Pedro Laborde, son 130 metros en cuesta, de ida, y en pendiente de regreso.

Esas distancias no son nada problemáticas para alguien capacitado de menos de 40 años. Pero conforme aumenta la edad, también las distancias se alargan. La solución, entienden, podría ser desviar las rutas 136 o 144 para cubrir poco más de medio kilómetro de la Avenida de Buenos Aires. Por otro lado, en el recorrido más corto, de 130 metros, no hay ningún lugar para sentarse. Al respecto, consideran que más sombra y lugares de reposo son un complemento indispensable en torno a los centros de mayores.

Las causas del abandono se las atribuyen a un problema de fondo. Afirman que las personas de avanzada edad en toda Vallecas se enfrentan a un trato discriminatorio. “Lo que está claro es una cosa: que el señor concejal (Borja Fanjul) por la gente mayor no está haciendo absolutamente nada”, empieza Pedro Catalán. “Lo que es Vallecas, el Pueblo, el Puente... La discriminación que hay con la gente mayor es insólita”, completa José Antonio.

Las exigencias concretas de la Junta Directiva del Centro de Mayores del Alto del Arenal son, sencillamente, tener un espacio propio. A su juicio, el lugar en el que se encuentran es precario, está mal equipado y, encima, lo comparten con jóvenes, un colectivo con necesidades muy diferentes. Las quejas por ruido y el aforo son constantes. “Solo pedimos un sitio, no pedimos el oro y el moro. Si han gastado en esto, que vale una pasta, para los jóvenes, ¿por qué no se pueden gastar en hacer un centro de mayores?”, se pregunta su presidente. En el documento discutido con las autoridades plantean la utilización de un terreno municipal situado en la calle de Sierra Filadora. El descampado, de unos 2.000 metros cuadrados, es usado como aparcamiento y depósito de residuos. En su lugar podría haber un nuevo centro de mayores en Alto del Arenal.

# La resistencia heroica de los habitantes de la Cañada Real

➤ Sus vecinos sobreviven a duras penas al segundo verano sin suministro eléctrico

Por Plataforma Cívica de Apoyo a la Lucha por la Luz de Cañada Real Galiana

Imaginate que tienes la fortuna de vivir en un Estado social de Derecho. Sabes que los poderes públicos tienen la obligación de promover las condiciones para que tus derechos y los de todos los miembros de tu familia sean reales y efectivos. Sabes que las leyes y los poderes públicos están para protegeros frente a los ataques arbitrarios de los poderosos, sobre todo si eres una persona que está en una situación de especial vulnerabilidad.

Por todo ello, cuando al levantarte una mañana ves que el interruptor de la luz no funciona, sabes que es un problema técnico al que pronto se dará solución, así que procuras que los niños de la casa se calmen y vas a ver qué ha ocurrido. Y al salir, te das cuenta de que no es un problema de tu casa, sino que afecta a todo el vecindario. Estás en el mes de otoño y empieza a hacer frío, por lo que os abrigáis bien y esperáis a que vuelva la luz. Pero la luz no vuelve. Y no volverá en los próximos días, meses, ni pasado año y medio. Durante ese tiempo pasaréis uno de los inviernos más duros de los que se tiene noticia, llevándose la vida y la salud de muchos vecinos, y finalmente sólo buscaréis poder sobrevivir con dignidad en un

ambiente que lo hace imposible. De hecho, leerás en el propio Boletín Oficial del Estado que tu Gobierno reconoce que "la salud de niños y niñas ya está sufriendo las consecuencias de la falta de electricidad en sus casas, lo que, además de vulnerar el derecho de la infancia a una vivienda adecuada, acarrea un impacto fuertemente negativo en sus derechos a la alimentación, a la educación y, en definitiva, al disfrute de una vida en condiciones de dignidad".

Y después de año y medio de lucha pacífica, en el que has obtenido el reconocimiento de las Naciones Unidas, del Defensor del Pueblo, de todas las organizaciones de la sociedad civil que luchan por la defensa de los derechos humanos, sigues viendo que tu situación y la de los tuyos en realidad no ha hecho más que empeorar.

Ahora, después de un segundo durísimo invierno, en el que has sabido que sólo a 14 kilómetros de tu casa se han gastado 3,6 millones de euros para iluminación de la Navidad, mientras que tu barrio ha permanecido a oscuras y helado. Ahora, con el insopportable calor del verano, que hace que las casas lleguen a temperaturas superiores a los 38 grados, ves que los ancianos sufren enormemente, que sus problemas de salud se agravan, y que nada parece que vaya a poner fin a este sufrimiento que se hace eterno. Pero también ahora ya sabes que el suelo que habitas, el que



**Los vecinos de Cañada resisten por dignidad, por supervivencia, y con su resistencia muestran que todavía puede hacerse frente a los poderosos**

habitaban antes tus padres y a veces tus abuelos, representa un gran beneficio económico para las grandes constructoras si tú, tu familia y todos los de vuestro barrio cedéis y os vais.

Y es entonces cuando vuelves a preguntarte: ¿es cierto que vivimos en un Estado social de Derecho?; ¿por qué no cumplen los poderes públicos con su obligación de proteger nuestros derechos humanos frente a los poderes económicos?; ¿por qué no reacciona la sociedad en su conjunto?; ¿cómo no se dan cuenta los ciudadanos que los poderosos ganan siempre que no estamos todos unidos para defender nuestros derechos?.

## Testimonios

"Estamos fatal. Este año no sabemos cómo quitarnos el calor", comenta una vecina mayor de 70 años de Cañada Real, con problemas de salud agravados por los 40 grados que hace



▲ Uno de los seca-rrales donde los más pequeños se divierten jugando como pueden a la pelota

◀ Una vecina muestra sus pies hinchados, de- bido a su enfermedad agravada por el calor  
PLATAFORMALUZ

en su casa. "El calor es insopportable... La abuelita Mari que vive en una chabola se ha desmayado en su propia casita, porque no tiene luz, no tiene agua fría, no tiene ventilador y no tiene un Ministerio de la Presidencia que defienda sus derechos. Tiene su casita, a sus nietos y nos tiene a nosotras", añade la presidenta de la Asociación Cultural de Mujeres Tabadol del sector VI de la Cañada Real, Houda Akrikez.

Los habitantes de la Cañada resisten, pero no lo hacen ni porque los poderes públicos lo hagan posible, ni porque el conjunto de la sociedad los apoye. Resisten por dignidad, resisten por supervivencia, y con su resistencia muestran que todavía puede hacerse frente a los poderosos. Pero, ¿por cuánto tiempo lo podrán seguir haciendo solos?



## Residencia para mayores Albufera

• Estancias permanentes o temporales • Especialistas en alzheimer y trastornos de conducta • Atención personalizada • Terapias innovadoras

¡Ven a conocernos!

C/ Sierra de Alcubierre, 8 - Madrid

91 757 05 10

Tour virtual



domusvi.es

Domusvi  
Cuidamos personas en buena compañía

Por Redacción

Más de 700 personas, entre ellas vallecanos y vallecanas, fueron convocadas del 22 al 28 de agosto en Covaleda (Soria) para responder a la actual crisis y a las claras señales del colapso que se sobrevienen. Se trabajó desde la interseccionalidad, la autogestión, la soberanía, los cuidados, las redes, la desobediencia, la acción y la estrategia.

'Sobre mesa' surgió hace pocos meses de un sentimiento compartido dentro del movimiento de justicia social y desde la necesidad de encontrarse y reflexionar, un momento donde poder conocer proyectos y hacer converger tácticas con una mirada estratégica hacia el futuro. El interés fue reunir a movimientos sociales, colectivos y asociaciones, activistas de distintas generaciones, y de todos los territorios del Estado español, comprometidos con un futuro justo para todos, en respuesta a la crisis social y ecológica que se está viviendo, y que se profundiza cada día.

A lo largo de siete días, se han generado cuatro tipos de espacios donde formarse, compartir estrategias, generar redes y disfrutar. Y se ha pensado de manera conjunta en las perspectivas de futuro que suscitan las múltiples crisis interconectadas a las que nos enfrentamos.

El encuentro ha ofrecido formaciones prácticas y participativas para profundizar en contenidos fundamentales y transversales a todas las luchas. Ha sido un espacio donde adquirir herramientas útiles para la planificación de estrategias y tejer redes.

Al mismo acudió Jesús Arguedas, director de Vallecas VA. "Mi interés por participar estuvo motivado por el hecho de conocer esta iniciativa desde dentro. Me movía ver cómo lo planteaba gente joven y, sobre todo, como se viviría esta experiencia que planteaba grandes retos en este momento tan especial que estamos viviendo la humanidad, cada una de las sociedades que la componen y cada persona. Desde el momento de la bienvenida hasta la despedida, no faltó esa atmósfera de cuidados, sincero y querido respeto por los demás y reconocimiento del valor de la diversidad desde muchos puntos de vista", asegura.

"Quizás lo más significativo de todo fueron, las pequeñas, sencillas y útiles herramientas que se utilizaron en las asambleas que se hacían al caer la noche para cerrar el día. Con ellas se ponía el acento en las conductas a mejorar y nunca en las personas. Se crearon lo que llamaron 'Grupo Raíz', de unas 4 a 6 personas que no se conocían, activo durante toda la semana, y que servía para intercambiar a diario sobre como se sentía cada uno, sobre lo aprendido y las necesidades. También se decidían las dos personas que al día siguiente harían trabajos voluntarios de limpieza o cocina", continúa.

Según explica, uno de los grandes



▲ Una de las asambleas

EQUIPO DE COORDINACIÓN

# ENCUENTRO 'SOBREMESA': SIETE DÍAS DESATANDO EL FUTURO

► Más de 700 personas, con representación vallecanana, se reunieron del 22 al 28 de agosto en Covaleda (Soria)

temas que se trabajaron vivencialmente fue la autogestión. "El planteamiento fue radical desde el principio con el objetivo de intentar llevarla lo más extendida posible. Se demostró la tarde en que cayó una tremenda granizada y el equipo de coordinación intervino, dando una respuesta eficiente. Lo mismo que cuando se evidenció que había que atender más el tema de las mamás y los peques y se creó en ese momento un grupo que empezó a gestionar las respuestas a la necesidad planteada", argumenta.

"Como resumen, una semana de mucho aprendizaje, gracias a la gran maestría, inteligencia, sensibilidad, riqueza y dinamismo de toda la gente. Me ha dado una tremenda fe y esperanza ver que una generación de menos de 30 años pueda ser uno de los agentes de cambio y que da un paso al frente, que dice 'vamos a por ello' y que se percibe que va con todas, queriendo dibujar ese futuro tan necesitado y querido", concluye.

## Más testimonios

### Elisa, 21 años

"Iba sin mucha expectativa, porque no confiaba en un encuentro con tanta autogestión ni que la responsabilidad colectiva fuese a funcionar. No me esperaba que la resolución de los conflictos fuese tan eficaz y que las tareas se llevasen a cabo. Ha sido hasta utópico. Me ha hecho sentir muy acogida el hecho de encontrar a tanta gente con tantas preocupaciones tan similares a las mías. Al final, nos desesperamos un poco los jóvenes con todo este tema de la crisis ecosocial y el hecho de poder compartirlo con gente tan diversa y tan distinta y que te acoge tan bien, es una manera de sentirse mucho menos sola".

### Lucía, 18 años

"Había muy buen ambiente entre la gente y hemos terminado haciendo un grupo colectivo para realizar

activismo y un proyecto que queríamos hacer entre todos, así que ha estado muy bien. Ha sido muy divertido. Estaba en una zona de camping y ha habido conciertos".

### Alejandra

"He podido ver que se puede colaborar y autogestionar mucha gente en base a la confianza y al respeto y que existen otras formas de colaborar y eso es inspirador para mí. Me da inspiración y esperanza también".

### Natalia

"Lo más significativo ha sido la esperanza de que hay personas que piensan igual que yo y que tienen las mismas ganas de buscar un futuro común y de cambiar. Y de no sentirme sola, sentirme acompañada en toda la lucha".

### Gabriel, más de 50 años

"Lo más relevante para mí ha sido encontrarme con tanta gente

preocupada por esta situación tanto del cambio climático como de colapso que pensamos que va a suceder. Este tipo de encuentros es lo que hay que hacer para empezar a crear redes, vincularse y conocer gente que está más o menos con las mismas ideas o parecidas".

### Alejandro, joven 24 años

"Me quedo con la gestión emocional que conlleva estar con tanta gente que no conoces y en parte tan cercana y hacerlo en colectivo. Hacer ese cambio de paradigma de lo individual, de estar siempre en el uno a uno y poder hacer en colectivo cosas que normalmente harías en pareja, con colegas, es importante hacerlo en un grupo tan grande de personas y poder enfrentarnos todos a la realidad presente".

### Miembros de La Enredadera de Tetuán

**Ruth**- "Destaco el hecho de encontrar personas que tengan ganas de cambiar las cosas y todo el aprendizaje que me llevo en ese sentido de cambiar la realidad y poder enfrentarnos a la que se nos avecina".

**Lucas**- "Lo más significativo ha sido el ejemplo de autogestión. Algunos venían y se iban y siempre ha habido gente para que nadie se sobrecargase y todas las tareas estuviesen cubiertas. El espacio estaba limpio, había comidas, cena y de forma autogestionada, sin que hubiese un organismo superior mandando, lo que me parece un ejemplo de que sí se pueden hacer las cosas de otra forma".

**Lu**- "He descubierto que personas que venimos de paradigmas y vidas diferentes, tenemos mucho más en común de lo que parece. Las cosas fundamentales, precisamente van a ser las que nos van a permitir construir esa alternativa a la que se nos viene y hacerlo de una forma bonita, diferente y revolucionaria".



▲ En los extremos Hannah y David de La Villana de Vallecas, en el centro Carlos, un buen colaborador



▲ De izquierda a derecha: Lu, Lucas, Deme y Ruth

**Sergio**- "He conocido gente muy diversa y muy distinta, que si no hubiera sido por este encuentro no las hubiera conocido, para compartir un poco la visión de cómo construir, cómo cambiar las cosas y aportar lo que cada uno tiene por aportar".

#### Colin, joven francesa

"Humildad, de mi parte y de las demás personas, de no anteponer nuestra causa y de no poner tus necesidades antes que las de las demás. Y no creer que solo nosotros tenemos la razón con nuestras inquietudes. Quiero invitar a que cada uno se sienta con el derecho de aportar en los movimientos sociales, en los espacios de activismo porque cada voz es única, cada mirada es única e importante".

#### Deme, más de 50 años

"He sentido mucha madurez en la visión del propio encuentro, esa visión de ir todas juntas, aunque diversas, cada una a su manera. Me parece que

**'Sobremesa' surgió hace pocos meses de un sentimiento compartido dentro del movimiento de justicia social y desde la necesidad de encontrarse y reflexionar**

ese es un paso importante en estos momentos el de hacer red y el de ser muy, muy inclusivas, el de ir todas las que tengamos claro el que no queremos ese colapso. Ha estado muy bien organizado, con unas dinámicas muy buenas que nos han permitido llegar a conclusiones estratégicas para ver cómo hacer redes entre nosotras, tanto a nivel territorial como a nivel temático y de objetivos. Ya tenemos metas a tres meses, además del objetivo grande de cómo hacer frente al colapso que hay en este momento. .... Hemos trabajado siempre en base a la necesidad y esto me parece una visión

muy madura, además habiendo sido organizado por gente muy joven, de una media de unos 23 años o así, que tiene una visión muy actual del mundo, de lo que está pasando".

#### Entrevista a Hannah y David, de la Villana de Vallecas

**P: Como cocineros para varioscientos de personas. ¿Qué podríais destacar de los participantes, de la organización, ... de este encuentro?**

**R:** Desde el principio hemos tenido un montón de voluntarias, voluntarios y voluntaries que nos han ayudado en el desayuno, comida y cena con gente muy variada de todas las partes de España, también dándonos una visión de lo que ocurría en los talleres, charlas, debates y cine que se hacían y hemos podido disfrutar de otra manera con los compañeros y

compañeras en todo lo que ha sucedido en este encuentro de 'Sobremesa'. Ha sido un trabajo bastante duro, pero facilitado gracias a la ayuda de toda la gente y la coordinación del grupo de apoyo de cocina que teníamos constantemente para cualquier cosa que nos sucediera. Así que bastante gratificante y agradable haber podido participar en este evento.

**P: ¿Qué es lo más importante que os lleváis de esta experiencia?**

**R:** Estamos acostumbrados a este tipo de eventos, ya que en la cooperativa Veguitarráneo hemos hecho varios eventos para grupos ecologistas, sociales y barriales, cocinando. De hecho, la primera vez en un encuentro de la Contracumbre por el cambio climático en Madrid cocinamos para más de 1.000 personas diarias con la ayuda de un colectivo que vino de Suiza. La vivencia que nos llevamos es la buena organización, el buen saber hacer en la colaboración con los voluntarios, ya que por cocina han

pasado muchas personas y conocer a personas que han realizado nuestros roles y nos han ayudado a que nuestro trabajo fuera más fácil, ya que pasábamos más de 12 horas en la cocina.

**P: Alguna otra cosa que quisierais contar a los vecinos de Vallecas**

**R:** Los animamos desde la cooperativa a que cuando vean algún tipo de eventos parecidos, se animen a ir, a preguntar y a conocer. Ahora mismo estamos en un contexto de crisis climática bastante complicada y vienen tiempos duros, así que está guay que la gente conozca qué soluciones podemos dar, adónde queremos ir y cómo podemos mejorar la vida diaria. Así que siempre animo a que la gente que tenga un poco de ganas de saber que está sucediendo, que pregunte y venga a todos estos tipos de eventos porque son abiertos, habitualmente totalmente gratuitos, para que toda la gente pueda acceder. Animo a todo el mundo a que se meta y se involucre ante esta crisis del cambio climático.

## Tu asesor inmobiliario

### Lo que una inmobiliaria puede hacer por ti

**E**n Torresrubí llevamos más de 25 años ayudando a los vecinos de Vallecas a vender sus pisos. En ese tiempo, esas miles de transacciones nos han mostrado situaciones muy diversas. Buenos momentos, cuando la familia crece y pueden permitirse un piso más grande o con vistas a un parque. Momentos complicados, cuando en un divorcio ninguno de los miembros de la pareja puede quedarse con la vivienda. Y momentos muy difíciles, cuando fallece un familiar y se hereda el piso.

Poner a la venta un piso en herencia no siempre es fácil, porque los recuerdos y todos los factores emocionales

juegan un papel muy importante. Con frecuencia suelen ser pisos que necesitan una reforma y a veces ni siquiera hay testamento hecho y hay que tramitar la declaración de herederos.

En Torresrubí, en agradecimiento por la confianza depositada durante estos años, vamos a ofrecer hasta final de octubre la tramitación de herencia de manera gratuita para quienes nos dejen la venta en exclusiva de su propiedad.

El primer paso es hacer una valoración de la vivienda para saber cuál es su precio de mercado. Cruzamos los datos de las viviendas de similares características vendidas en la zona, revisamos el estado y proponemos el precio al vendedor. Pero lo más importante en la venta de un piso heredado es la tramitación de la documentación, el cálculo de pago de impuestos y todo ese "papeleo" que solo quienes estamos experimentados y formados para hacerlo, podemos concluir en poco tiempo.

Si quieres vender rápido y, sobre todo, bien, un piso heredado, sin pagar extra por la tramitación de la herencia y la inscripción en el registro de la propiedad, llámanos.

También ayudamos en la negociación y en la gestión de relaciones interpersonales. Cuando la vivienda es una herencia para varias personas puede que tengamos que hacer de mediadores entre las partes.

**Jose Ignacio Rubí**

Experto inmobiliario y Gerente de comprarcasa Torresrubí

91 303 6355

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



# Real de Arganda estrena zonas verdes

Finalizan las obras de remodelación que han costado más de 955.000 euros

Por Redacción

**L**a calle de Real de Arganda, en el distrito de Villa de Vallecas, luce nueva imagen tras la conclusión de las obras de remodelación de las zonas verdes ejecutadas por el Área de Medio Ambiente y Movilidad del Ayuntamiento de Madrid durante los últimos meses con una inversión superior a los



El parque dispone de toboganes para los más pequeños de la casa

Uno de los espacios mejorados en la intervención

**Se han creado nuevas zonas infantiles, se han redistribuido las existentes y se ha mejorado la pista deportiva con la instalación de gradas**



redistribuido las existentes. Además, la pista deportiva ha sido mejorada con la instalación de gradas y se ha establecido un área de distribución que organiza los accesos en esta vía.

El segundo ámbito de actuación

se extiende desde la calle de Enrique García Álvarez hasta la calle de Puentelarra, ya en el barrio de Santa Eugenia, donde se ha instalado un recorrido de salud para poder realizar ejercicios de mantenimiento de bajo impacto.

Fuentes municipales explican que las mejoras han permitido la redistribución de los accesos en ambas zonas, rehabilitando los caminos y los espacios estanciales e instalando nuevo mobiliario urbano, y se ha llevado a cabo la plantación de arbustos y arbolado y la instalación de riego automático. Además, tanto la red de alumbrado como la de saneamiento y drenaje del parque han sido redistribuidas para adaptarlas a las necesidades de las nuevas zonas estanciales.

#### Antiguo repartidor de agua

Por otro lado, en la plaza del Oxidado, que se encuentra junto al edificio del centro juvenil, se ha plantado arbolado con el objetivo de ofrecer sombra a los vecinos y en el centro se ha instalado una pieza de hormigón que emerge del pavimento como si de un antiguo repartidor de agua se tratara.

De igual modo, en la plaza Real de Arganda, ubicada en el extremo oeste de la parcela a continuación de la pista deportiva, se han levantado muretes de contención y habilitado suaves rampas que salvan la diferencia de cotas entre la plaza y la calle de Enrique García Álvarez. Por último, en los parterres se han plantado nuevas especies y en la zona central de la plaza se ha instalado un escenario donde se pueden celebrar distintas actividades culturales.

# Medios de barrio que CUENTAN MUCHO

*La voz de los vecinos*

**PML** cm  
PLATAFORMA DE  
MEDIOS LOCALES | COMUNIDAD DE MADRID

plataformademedioscam@gmail.com

A VOCES DE CARABANCHEL

actualidad SUR

ALCORCÓN

GANAL  
33  
MADRID

Chamberí 30 días

DSalamanca

etafe actualidad

ALTA  
30 días

GUIA DE ALUCHE

ALTA  
30 días

óstoles actualidad

SOLO BOADILLA

Tetuán 30 días

Hortaleza  
PERIODICO VECINAL

Vallecas VA

ZIGZAG

# Adiós a 70 años de pastelería de barrio

➤ Kayto, uno de los pocos negocios tradicionales de Peña Prieta, echó el cierre por la jubilación de su dueño

Por Isa Mendi

**L**a Avenida de Peña Prieta perdió a mediados de junio uno de los pocos tradicionales negocios de barrio que le quedaban, abierto en los años 50 por una familia de emigrantes segovianos. La jubilación del dueño de Pastelería Kayto, Carlos Benito, propició que esta actividad echara el cierre de forma definitiva a la espera de que nuevas manos puedan amasar en su obrador sus famosos roscones de Reyes, panes y pasteles. Sus vecinos y clientes le ofrecieron un pequeño e íntimo homenaje, bajo el lema 'gracias por endulzar la vida del barrio', organizado por la Asociación Vecinal Doña Carlota Numancia "para agradecerles

su trabajo en estos casi 70 años de pasteleros", explican desde el colectivo vecinal. "Cerró y la pena es que puede perderse la pastelería si alguien se queda con el local sólo, que está en venta, pero con toda la maquinaria dentro", añaden estos residentes.

Vallecas VA ha tenido la oportunidad de conversar con Carlos Benito, que cuenta que este nombre tan especial y diferente se debe a la expresión que él mismo utilizaba cuando era pequeño para llamar a su hermano Ricardo, "Kayto". "Este nombre es posterior. La pastelería que abrieron mis padres que eran de Segovia con mucho esfuerzo y horas de trabajo para conseguir este local, se empezó a llamar la Segoviana en 1955. Con el paso del tiempo, una vez que hicieron obras de reforma y cuando se estabilizaron



"Ahora cierra un negocio y abren otro, pero cierran rápido y no llegan a conectar con el barrio, ya que no están el tiempo suficiente. Se ha ido perdiendo esa esencia de barrio"

◀ El acto de homenaje a las puertas del local AV DOÑA CARLOTA-NUMANCIA

en los años 70, se le cambió el nombre por uno más moderno en teoría", recuerda.

Benito reconoce que le da cierta tristeza poner fin al proyecto que emprendieron sus padres. "Es un comercio menos en el barrio, que le dé vida y nos da mucha pena. No sé lo que va a ser este local y espero que no una franquicia, que genera puestos de trabajo precario, no como un comercio familiar. A ver si alguien pudiera seguir y lo cogiera para lo mismo de lo que estamos. Haremos todo lo posible para que siga el mismo tipo de comercio: pastelería y panadería, porque lo fabricábamos todo", añade.

## Atentado de ETA e inundaciones

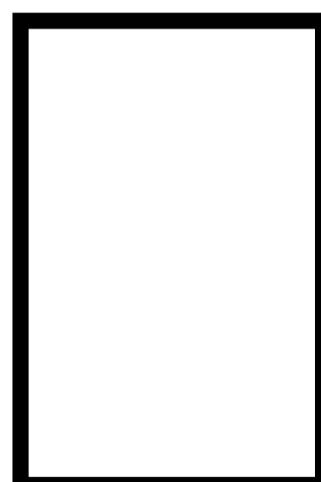
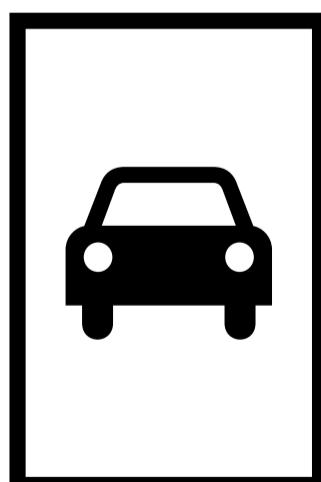
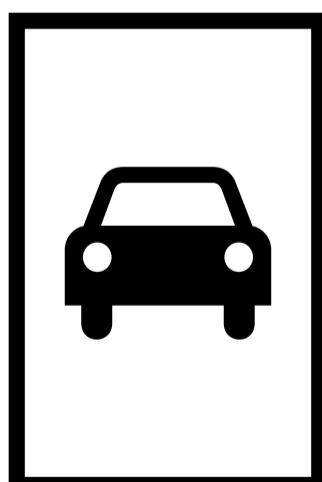
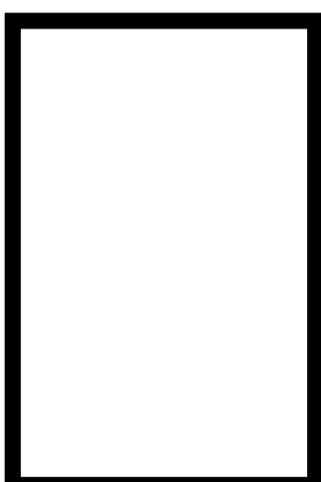
La Segoviana, primero, y Kayto, después, han sido testigo de la historia de este barrio de Puente de Vallecas durante los últimos 67 años. "Han pasado tantas cosas... Desde el atentado de ETA (el 11 de diciembre de 1995) que nos destrozó el escaparate hasta las inundaciones que sufrimos en carne propia en los años 60-70, con barcas de El Retiro navegando por una Peña Prieta inundada. Estoy contentísimo de la respuesta del barrio y del trato tan cercano, porque creas unos vínculos muy cercanos a la familia. Lo más grande fue la despedida que nos

hizo la asociación que se me ha quedado clavada, porque no me esperaba nada. Es muy importante la labor incomprendida y no valorada que hacen sin ningún recurso", explica Benito.

"Ahora cierra un negocio y abren otro, pero cierran rápido y no llegan a conectar con el barrio, ya que no están el tiempo suficiente. Se ha ido perdiendo esa esencia de barrio. No voy a decir que el barrio esté peor, pero la esencia de los comercios de siempre sí se ha perdido. Peña Prieta es mi calle preferida y es una pena que los establecimientos cierren y no se stabilicen en el tiempo.", concluye el último dueño de Kayto.

# TODOS TENEMOS SITIO.

Oficina de  
Accesibilidad



Si estacionas correctamente contribuyes a la inclusión de las personas con movilidad reducida.

Respecta las plazas de estacionamiento.



▲ El CEPA La Albufera, calle de Nuestra Señora del Perpetuo Socorro, 23



▲ El CEPA Entrevías, calle de la Serena, 394



▲ El CEPA Vallecas, plaza de Antonio María Segovia, s/n

# Nunca es tarde para aprender

Los Centros de Educación de Personas Adultas de Vallecas abren el plazo de matriculación para el nuevo curso 2022-2023

**E**n los distritos de Puente de Vallecas y Villa de Vallecas, la población adulta tiene garantizada su formación gracias a la presencia de muchas organizaciones e instituciones, entre las que destacan los tres centros públicos de Educación de Personas Adultas, más conocidos como CEPA: La Albufera, Entrevías y Vallecas.

La oferta educativa de estos CEPA está orientada a proporcionar a las personas mayores de 18 años la posibilidad de actualizar, completar o ampliar su formación académica para su desarrollo personal y profesional. La acción educativa que se realiza en los centros de adultos es una adaptación de las enseñanzas que se imparten en colegios e institutos para los estilos de aprendizaje de los adultos. En los CEPA, las personas adultas tienen la posibilidad de retomar sus estudios o continuar su formación académica, o de completar la educación básica.

Muchas personas que acuden a los CEPA lo hacen porque en algún momento

de su pasado abandonaron la escuela o el instituto por razones muy diversas. También muchas personas extranjeras acuden a los CEPA para aprender español o para poder completar o formalizar su historial académico que empezaron en su país de origen. También existe un porcentaje muy importante de personas adultas que simplemente viene a aprender o ampliar sus conocimientos.

La oferta general de los centros de adultos de la Comunidad de Madrid se resume en la siguiente tabla. Los CEPA de los distritos de Vallecas ofrecen la mayor parte de esta oferta:

Si quieras ampliar tu formación o conseguir el título de Graduado en Secundaria o acceder a la universidad o simplemente aprender algo de inglés o de informática, ordenadores y mucho más, matrículate en tu CEPA más cercano. No te arrepentirás.

La matriculación en los CEPA comenzó el día 1 de septiembre, pero sigue abierta todo el curso. Pásate a conocernos.

**La acción educativa que se realiza en los centros de adultos es una adaptación de las enseñanzas que se imparten en colegios e institutos**

**Muchas personas que acuden a los CEPA lo hacen porque en algún momento de su pasado abandonaron la escuela o el instituto por razones muy diversas**

## OFERTA FORMATIVA GENERAL DE LOS CEPA

### A. ENSEÑANZA BÁSICA DE ADULTOS

1. Español para extranjeros
  2. Enseñanzas Iniciales
  3. Enseñanzas para la obtención del Título de Graduado en E.S.O.
- (Presencial, semipresencial y a distancia)

### B. CURSOS DE PREPARACIÓN DE ACCESO A OTRAS ENSEÑANZAS

1. Curso de preparación de la prueba de Acceso a Ciclos Formativos de Grado Superior (Enseñanza Técnico-profesional)
2. Curso de preparación de la prueba de Acceso a la Universidad (Enseñanza de desarrollo personal)

### C. FORMACIÓN PROFESIONAL BÁSICA

1. Cursos 1.º y 2.º con prácticas en empresas

### D. ENSEÑANZAS TÉCNICO-PROFESIONALES

1. Talleres ocupacionales
2. Talleres Operativos (alumnado con discapacidad)
3. Curso de Preparación de la prueba de Acceso a Ciclos Formativos de Grado Superior (fase general y fase específica)

### E. ENSEÑANZAS PARA EL DESARROLLO PERSONAL Y LA PARTICIPACIÓN

1. Idioma
2. Informática
3. Ampliación Cultural
4. Robótica
5. Prueba de conocimientos constitucionales y socioculturales de España (CCSE)
6. Curso de preparación de la prueba de Acceso a la Universidad (mayores de 25 años)

### F. ENSEÑANZAS CON SOPORTE TELEMÁTICO

CURSOS AULA MENTOR  
(En colaboración con el MECD)



#### CEPA La Albufera

<https://www.educa2.madrid.org/web/centro.cepa.laalbufera.madrid>



#### CEPA Entrevías

<https://www.educa2.madrid.org/web/centro.cepa.entrevias.madrid>



#### CEPA Vallecas

<https://site.educa.madrid.org/cepa.vallecas.madrid>

## ACTUALIDAD / Espacios de Igualdad

Espacio de Igualdad María Moliner



601642 453

Espacio de Igualdad Elena Arnedo



914 802 508

# Vacaciones de las vacaciones

Por Cristina de Tena, orientadora laboral del Espacio de Igualdad María Moliner

Llega septiembre y para muchas personas es el mes de empezar la rutina y despedirse de las vacaciones, de dejar atrás el descanso y la desconexión para volver al mundo laboral y a la vida frenética. Sin embargo, para otras personas septiembre es un alivio después de haber lidiado con las cargas propias del periodo vacacional.

En nuestro imaginario colectivo, solemos unir la idea de las vacaciones de verano con la tranquilidad, la serenidad y el descanso. Pero esto no es algo del todo real. El modo de vida que llevamos, muy vinculado al estrés y a la incertidumbre de un sistema laboral que en muchas ocasiones nos arrastra a continuos cambios de trabajo, a permanecer enganchadas a



nuestros teléfonos móviles por si hay alguna urgencia, o incluso a llevarnos trabajo pendiente a nuestros días libres, repercute directamente en nuestra salud y en nuestro estado emocional y mental. Tanto que, a veces, las vacaciones son solo un pequeño oasis de esta realidad que nos engulle.

### Una carga mucho más pesada

Si sumamos a esto que además para las mujeres, históricamente

vinculadas a los cuidados, el verano supone cuidar sin descanso de sus hijos e hijas, también de las nietas y nietos, de hacer malabares para cuadrar que sus familiares dependientes estén bien cuidados si se cogen unos días, o incluso aprovechar para realizar tareas pendientes que no pueden hacer el resto del año por el trabajo, las vacaciones pueden llegar a ser una carga mucho más pesada que la propia rutina habitual.

Es importante que nos

concienciamos de que nuestros cuerpos se ven traspasados y afectados por todas estas realidades y que, si no tomamos partido de forma activa en injusticias como éstas, siempre va a haber personas, en este caso mujeres, que sufran más las consecuencias de un sistema más centrado en la productividad que en el cuidado y en la sostenibilidad de la vida.

Todas las personas adultas tenemos la responsabilidad de cuidar sea cual sea nuestro género y sea la época del año que sea.

### ACTIVIDADES DEL ESPACIO DE IGUALDAD MARÍA MOLINER

#### Grupo de teatro Las Diversas

Dirigido a mujeres

Todos los martes, de 18 a 20 horas.

#### Grupo terapéutico Ave Fénix

Dirigido a mujeres

Todos los lunes, de 18 a 20 horas

#### Cineclub

Dirigido a toda la población

Jueves 29 de septiembre, de 17 a 20 horas

#### Paseos al aire libre

Dirigido a mujeres

Todos los jueves, de 10 a 11:30 horas

### ACTIVIDADES DEL ESPACIO DE IGUALDAD ELENA ARNEDO SORIANO

#### "Gestiones administrativas on-line"

Dirigido a mujeres

Martes 27 de septiembre, de 10:30 a 12:30 horas

#### "Musicoterapia"

Dirigido a mujeres

Miércoles 28 de septiembre, de 18 a 19 horas

#### Encuentro con Autoras: Elisa Coll: Resistencia Bisexual

Dirigido a toda la población

Miércoles 28 de septiembre, de 18:30 a 20 horas

#### Cinefórum: "Mujer africana: realidades y violencias"

"Frontières".

Dirigido a toda la población

Miércoles 14 de septiembre, de 18 a 19:30 horas

#### "Irowniasi: El hilo de la luna - Intermedia Producciones".

Dirigido a toda la población

Miércoles 21 de septiembre, de 17 a 18:30 horas

#### "Relaciones sáficas: identidades, deseos y violencias invisibles"

Jueves 29 de septiembre y jueves 6 de octubre, de 18 a 19:30 horas

## 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.residenciacastellar.es

GRUPO APRENDE A VIVIR, S.L.

## ACTUALIDAD

**ACADEMIA ARCO**

Clases Particulares  
Dibujo & Pintura  
Clases Grupales  
Informática  
Idiomas  
Preguntanos!

674 42 53 53 - Alex  
C/ Cudilejos, N°53. Asamblea de Madrid

**Cervecería Moreno**

C/ Sierra Nevada, 1 (Asamblea de Madrid) 692 95 45 63

**MERCADITO EL POZO**

C/ Andaluces del Pozo n.º 9  
91 262 79 29  
654 367 741  
PORTES GRATIS con compras superiores a 50€, importes inferiores, portes 5€  
PEDIDOS CON 24H DE ANTELACIÓN  
Síguenos en redes sociales f

**CERVEZAS La ValleKana**  
C/ PAYASO FOFÓ, 24 628 93 56 70  
LA CERVEZA DEL BARRIO EN TU TABERNA FAVORITA

**LA FRASCA TABERNA VALLECAS**  
EST. 2001  
Taberna la frasca vk  
lafraskavk

**JOYERÍA GERAULMA RELOJERÍA**  
ESPECIALISTAS EN REPARACIÓN Y GRABADOS  
PUERTO DE CANFRANC, 56 - TEL.: 91 437 89 91

**LIBRERÍA SANABRIA**

Papelería  
Librería  
Manualidades  
Regalos  
Copias - Escaner  
C/ Sierra Aitana, 2  
28031 Madrid  
Villa de Vallecas  
Tel./Fax: 91 332 20 74  
manuela.aguayo@gmail.com

**ZEUS GIMNASIO**  
C/ Sierra Bermeja, 41  
Tlf. 91 478 75 24  
www.zeusgimnasio.com  
Horario  
Lunes a viernes: 8:30 a 22:15  
Sábados: 9:00 a 14:00

**ACTIVIDADES A CUALQUIER HORA**  
Sauna - Baño turco - Cardio - Fitness  
- Musculación - Oposiciones (cuerda 7 mts.)

**CLASES COLECTIVAS**  
Yoga - Aerobic Step - Pilates - Zumba  
- Abdominales - Mantenimiento  
- Gap - Spinning

**ASESORAMIENTO GRATUITO**



**SALA equilibrio**  
yoga, pilates y...  
Fisioterapia neurológica!  
644 494 155 C/San Jaime 52, 28031



# Villa de Vallecas vuelve a vivir sus fiestas

Las actividades se desarrollarán hasta el domingo 11 de septiembre

Por Isa Mendi

Villa de Vallecas recupera, como es tradición, sus fiestas patronales con el inicio del mes de septiembre. Hasta el domingo 11, los vallecanos y las vallecanas tendrán la oportunidad de reencontrarse con las Fiestas de la Virgen de la Torre y las Kontrafiestas, tras dos años de suspensión motivados por las restricciones sanitarias de la pandemia. Las celebraciones arrancaron de forma oficial el viernes 2 de septiembre, a las 21 horas, con la lectura del pregón a cargo de Aida Gómez Agudo, galardonada coreógrafa, vecina del distrito y jurado de 'Mira Quien Baila', que se dirigió a sus paisanos desde el escenario de la plaza de Juan de Malasaña. En el primer fin de semana de festejos destacaron también los conciertos del histórico grupo de rock, Tennessee, con la banda madrileña de indie-rock Lunáticos como teloneros, el sábado 4; y al día siguiente, la tradicional romería en honor a la patrona del distrito, la Virgen de la Torre, cuya imagen regresó a la parroquia de San Pedro Ad Víncula.

## FIESTAS VIRGEN DE LA TORRE

### Miércoles 7 de septiembre

Centro Sociocultural Francisco Fatou

19 h.- Inauguración oficial de la exposición y entrega de diplomas correspondientes a la XVI Edición del certamen de pintura rápida "Escuela de Vallecas"

### Jueves 8 de septiembre

Parque Lola Camarena

17-22:30 h.- Actuaciones de asociaciones culturales del distrito  
Explanada del Ensanche

20-21 h.- Actuación "Música maestro"

Auditorio Las 13 rosas

21-22 h.- The Shamrocks "Música tradicional y contemporánea irlandesa"

### Viernes 9 de septiembre

Parque de Santa Eugenia

De 11 a 12 y de 17 a 21:30 horas- Actuaciones y actividades de asociaciones culturales del distrito

Auditorio Las 13 rosas

21-22 h.- La calle de Javier "Noche de los 80-90"

Bulevar de la Naturaleza

19:30-20:30 horas- Actuación Marimba Marionetas "Cuentos para jugar"

Plaza Juan de Malasaña

20:45 h.- Actuación Charanga El Ramillete

Explanada del Ensanche

22-01 h.- Discoteca Móvil - DJ Dragos

**TECHOS BONI**  
ESPECIALISTAS EN TODO TIPO DE TECHOS DESMONTABLES Y PLADUR  
JAVIER BONILLA 629 650 550

<https://www.techosboni.com>  
techosboni@gmail.com



## BRAGABOYS MOTOS

«TU TALLER DE CONFIANZA»



TALLER OFICIAL DE:



Polígono Industrial Vallecas  
C/Luis I, 71 - Nave 2 - 28031 Madrid

91 009 96 51

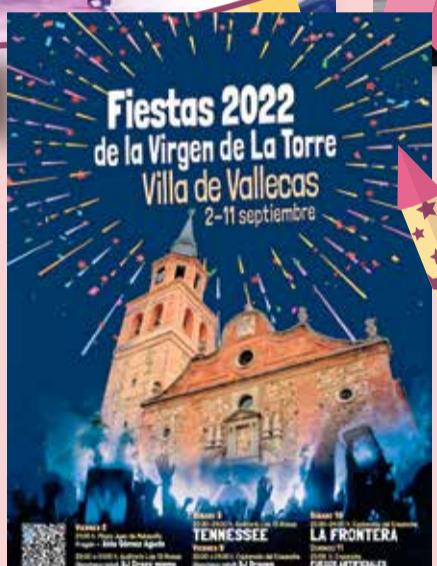
www.bragaboysmotos.es

Siguenos:



Una de las actuaciones  
del Villarock

La Charanga El Ramillete



El cartel de  
las fiestas  
de 2022

Centro Deportivo Municipal Juan de Dios Román  
9:30-21:30 h.- II Torneo de Fútbol Sala

Instalación Deportiva Básica La Unión  
II Torneo de Pádel Fiestas Villa de Vallecas

Instalación Deportiva Básica Pabellón del Cementerio  
VIII Torneo de Voleibol Fiestas Villa de Vallecas

Días 9,10 y 11 de septiembre

Paseo de Federico García Lorca  
11-23 h.- Mercadillo de artesanía, organizado por la Asociación  
Sociocultural de Artesanos y Artistas Arte en el Kas

**KONTRAFIESTAS 2022**

Recinto ferial- calle de Sierra Gorda y calle de Enrique García  
Álvarez

**Jueves 8 de septiembre**

20 h.- Foro barrio y deporte comunitario  
21 h.- Apertura del txiringo con Charanga Tarambana  
22 h.- Kontrabloko  
23 h.- Nemo Lka y DJ Filla LKA & Friends

**Viernes 9 de septiembre**

22 h.- Majaicans  
23:30 h.- Enkarnita Viva  
1 h.- DJ Canna

**Sábado 10 de septiembre**

13 h.- Kontratapa con Charangalera y  
Candela Merodio  
22 h.- Skaffolding  
23:30 h.- Anís Guateque  
1 h.- DJ Chato

**Domingo 11 de septiembre**

13:00 h.- Vermut musical con «Baeza&Cham y Sideburns  
22:00 h.- Oskar Expreso



Churrería - Cafetería  
A La Porra

Raciones - Hamburguesas  
Platos combinados

bar\_alaporra

C/ Santiago Alió, 25 910 743 745

COCINAS **Rey**

91 778 17 06  
633 37 53 35



Siguenos en redes sociales

**FERRETERIA LAS SUERTES**



1€

Tlf: 91 362 35 05  
y 600 814 059

C/ María Teresa León, 1  
(Ensanche Vallecas)  
decoferre@hotmail.es  
www.ferreterialassuertes.com

DIME QUÉ NO TENEMOS EN:



PERSONALIZACIONES

**MENDO**  
Papelaria  
Puerto de la Borrinquera  
696 09 12 33 - 91 477 41 47

**SERVICIO DOMICILIO**  
TEXTO TODO EL AÑO  
DISEÑO

Papelaría - Librería  
Bellas Artes - Regalos  
Manualidades

Copias - Escaner - Fax  
Encuadrados - Sellos  
Plastificados

**Talleres CUEMA**  
CHAPA Y PINTURA

Avenida Pablo Neruda, 2

91 777 71 96 tallerescuema@gmail.com



“Después de ti en las  
mejores manos”

Descuento de 10% en matrícula  
presentando periódico

10€ descuento  
por cada amigo

Pregunta condiciones



www.taniajardin.com

Avenida de Palomeras, 29 91 778 10 80 - 722 443 223



**SELECTUM gastroplaceres**  
Productos Selectos de la Marca España



C/ Antonio Gades, 1 - 28051 Madrid

91 109 65 00

Vinoteca  
Oleoteca  
Ibéricos y quesos  
(Corte a Cuchillo)

Pan y Empanadas  
Gallegas  
Fruta y verdura  
Cestas Gourmet



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

**APOSTAMOS  
POR VALLECAS**

Avd. Santa Eugenia, 14 Tlf. 91 331 31 38  
C/ Sierra Gorda, 13 Tlf. 91 331 43 58



Por Paco García, Asociación Foro de Cultura Pueblo de Vallecas

**E**l jueves 18 de agosto tuvo lugar la VII edición del homenaje a Federico García Lorca que, desde 2016, se viene realizando en Villa de Vallecas. Un acto que organiza la Junta Municipal del distrito y que ofrece una actuación musical, de baile o teatro acordes al homenaje, tras una primera parte que consiste en una ofrenda poética con participación vecinal. En estas, las personas que lo desean realizan lecturas de poemas o fragmentos de algunas de las obras del poeta y dramaturgo de Fuente Vaqueros.

La iniciativa de este homenaje popular surgió en 2016 desde la Mesa de Cultura del Foro Local de Villa de Vallecas y nació con la intención de mantener la memoria y destacar el valor cultural que el monumento dedicado a Lorca tiene en este distrito, donde ocupa un lugar destacado en el bulevar que también lleva su nombre. Desde entonces, quienes formábamos parte de la Mesa de Cultura y desde el pasado año, de la asociación cultural Foro de Cultura Pueblo de Vallecas, compartimos el mismo espíritu que mantenía Lorca de fe en la cultura, en el teatro y en la poesía y que nos inspiró al crearlas, como elementos que ayudan a construir una sociedad mejor. A través de una cultura popular y cercana que trata de hacer que sus espectadores sean también protagonistas.

#### Triple celebración

Este año hemos dedicado la ofrenda a conmemorar varios eventos de singular importancia. El primero de ellos,



▲ Los asistentes, al inicio del acto de homenaje  
J. ARGUEDAS

▲ Uno de los carteles de convocatoria en memoria de Lorca  
J. ARGUEDAS

◀ La música tuvo también especial protagonismo en la ofrenda poética  
J. ARGUEDAS

# La memoria de Lorca sigue viva en Vallecas

➤ La ofrenda poética al escritor granadino llegó a su séptima edición

la celebración del 40º aniversario del nombramiento del principal bulevar peatonal de Villa de Vallecas con el nombre de Paseo Federico García Lorca. Para celebrar aquel acontecimiento, sin ninguna obra que inaugurar, el Ayuntamiento de Madrid y la Junta Municipal dedicaron la Semana artística y cultural de Lorca en Madrid,

celebrada en Villa de Vallecas entre el 30 de mayo y el 6 de junio de 1982, en la que hubo conferencias, actuaciones, representaciones de teatro, de marionetas, películas y actividades infantiles en las que participaron de forma destacada los colegios públicos Honduras y Juan Gris y que contó con la asistencia del alcalde de la

ciudad, Enrique Tierno Galván, a una de las representaciones.

La segunda conmemoración ha sido la del centenario del I Concurso del Cante Jondo celebrado en Granada en junio de 1922 en el que Lorca, junto a Manuel de Falla, Miguel Cerón y un reducido grupo de amigos fueron sus principales organizadores. También Federico

escribió casi la totalidad de los poemas de su libro 'Poema del Cante Jondo' sólo unos meses antes. Aquella importante iniciativa cultural sobre el cante flamenco tenía la intención de dignificarlo y sacarlo del mundo tabernario en el que estaba imbuido.

Además, hemos recordado, en su 90º aniversario, al grupo de teatro universitario La Barraca dirigido por Federico García Lorca junto a Eduardo Ugarte. Como homenaje, quienes organizamos las lecturas portamos sobre el pecho una reproducción del anagrama identificativo diseñado por el pintor Benjamín Palencia que llevaban todos sus componentes sobre el mono azul, y que representa las dos caras del drama y de la comedia, orlado por una sencilla rueda de carro alusiva a los muchos caminos que abriría aquel nuevo carro de Tesis.

Tras las lecturas, siguió el espectáculo 'Lorca es flamenco', de la compañía Pedro Fernández Embrujo. Un recorrido coreográfico, musical y de cante por diferentes palos del flamenco, sobre la obra de Federico García Lorca: 'Yerma', 'el Romancero gitano', 'Poema del Cante Jondo' o de estilo andaluz como 'el Zorongo gitano' que armonizó Lorca junto a la Argentinita. El espectáculo tuvo una cálida acogida como demostró la larga ovación de despedida que les dedicó el numeroso público.

#### Velas sobre el monumento

Como cierre, la agrupación local del PSOE realizó su tradicional encendido de velas en el que invitó a los asistentes a colocarlas sobre los bloques que conforman el monumento, lo que supuso un simbólico y emotivo broche del acto.

Estas ofrendas poéticas a cargo del propio vecindario conservan la esencia con que nació este homenaje popular tan acorde al compromiso de Federico García Lorca sobre la educación del público. La incorporación de actuaciones musicales o de teatro respetuosas con su obra completan un espectáculo que el poeta y dramaturgo granadino celebraría.

"Yo a Lorca le relaciono con la libertad de escribir, con la poesía más pura de la República y anterior a la República. Y por eso he acudido con mi banderita republicana para ponerla y escribir un testimonio. Esa sería su silla. Simbólicamente, claro", comentó a Vallecas VA, Juan Antonio, uno de los asistentes a este evento cultural.

**La asociación cultural Foro de Cultura Pueblo de Vallecas comparte el mismo espíritu que mantenía Lorca de fe en la cultura, en el teatro y en la poesía como elementos para construir una sociedad mejor**

**En la edición de 2022 se conmemoró el 40º aniversario del nombramiento del principal bulevar peatonal de Villa de Vallecas como Paseo de Federico García Lorca**

# Los personajes fantásticos de toda la vida protagonizan una historia insólita

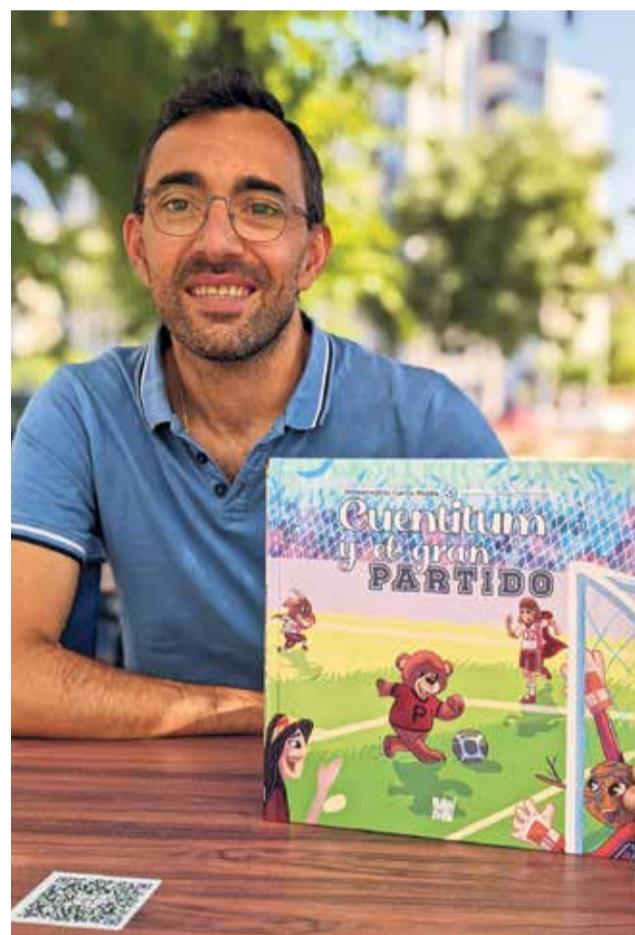
Entrevista con Hermenegildo García y Mikeconcejas, autor e ilustrador del libro 'Cuentitum y el gran partido'

Por Luis Carlos Ríos

Los cuentos para adultos y para niños empezaron siendo solo un puñado de exhalaciones y suspiros. La tradición oral, poco a poco, dio paso al texto escrito. Leerle un cuento a un niño antes de dormir es una reverberación de aquella forma antigua de narrar. En especial, cuando este, muy envalentonado, pide escuchar la misma historia narrada idéntica varias veces. Hermenegildo García (Valladolid, 1978) zanjó la cuestión sentándose un día a pasar a ordenador el mítico cuento. 'Cuentitum y el gran partido' (BABIDI-BÚ Libros, 2022) nace de esos días de escritura y de esas noches de cuentacuentos.

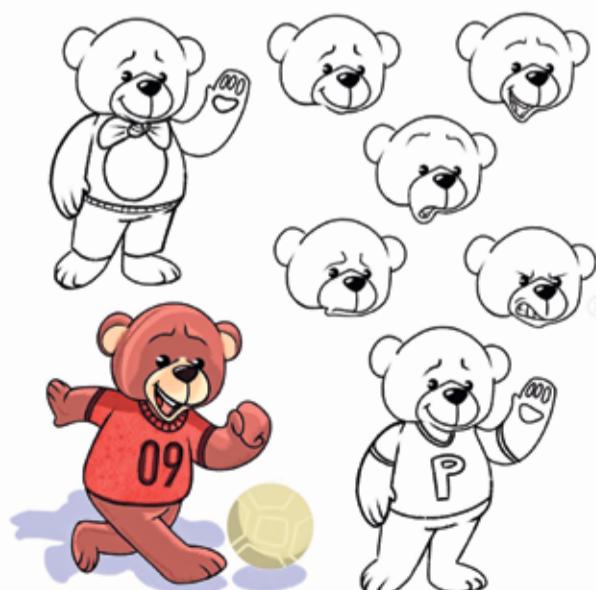
Niños o adultos, el texto, si tiene dibujos, entra mucho mejor. Para completar la dupla inquebrantable de arte pictórica y narrativa, la editorial contactó con Miguel Ángel Figueroa (Chiapas, 1996), también conocido como Mikeconcejas. A su cargo estuvo dar vida y colores a los protagonistas de Cuentitum. El resultado es un cuento brillante y un trasfondo ilustrado con vida propia. En él "viven todos los personajes de los cuentos de toda la vida y ahí llega un nuevo habitante, que es Peluchín, que al mismo tiempo es un oso de peluche que tiene mi hijo", precisa Hermenegildo.

La curiosidad infantil fue el germen de la idea. Como recuerda el autor, "yo le contaba historias todas las noches. Le encantaba lo típico, que los amigos y la familia le van regalando cuentos y casi todos son un poco los cuentos de toda la vida. Que si 'Pinocho', 'Blancanieves y los siete enanitos'... Y llega un momento ya en que se empieza a cansar de los cuentos así tan formales. Entonces empieza a decirme que por



◀ Hermenegildo García posa con un ejemplar de su libro en una terraza del Ensanche  
L. C. Ríos

▼ El estudio realizado de Peluchín, el personaje principal de esta historia  
MIKECONCEJAS



**Hermenegildo García:** "Es un libro pensado un poco para que se vea que las chicas pueden hacer las mismas cosas que los chicos. Los beneficios van para la asociación Los chicos de Allan"

qué no le doy una vuelta, que por qué no los mezclo, que por qué no existe un cuento en el que estén los tres cerditos y a la vez esté Pinocho (...)" rememora.

En una terraza del Ensanche de Vallecas, su hogar, Hermenegildo nos cuenta cómo se imagina a su pequeño lector ideal. "Es un cuento donde el tema fundamental

es que son las chicas las que dirigen un poco el cotarro. Las que mandan en un mundo de fútbol, que tradicionalmente es de chicos. Es un libro pensado un poco para que se vea que las chicas pueden hacer las mismas cosas que los chicos y que pueden estar jugando juntos. Me llama mucho la atención, mi hijo, con seis años, diciéndole a mi hija que tú no puedes jugar, que tú eres niña. ¿Y a ver? ¿Esto de dónde lo ha sacado?" señala.

Su pluma e ingenio llevan en el barrio más de 20 años, desde que llegó a Madrid. Se licenció en Física para luego adentrarse en el mundo de la docencia. Es profesor de Secundaria por vocación en un instituto de Madrid, donde imparte clases a chavales de entre 14 y 18 años. El trato cercano con la juventud sirvió también para familiarizarse con su mundo. Sobre el hecho de que Peluchín sea un recién llegado, comenta:

"Visto desde el colegio, cuando llega septiembre, siempre hay algún alumno nuevo en el cole y siempre te inventas alguna actividad o algo para que el que acaba de llegar, se integre en la clase y empiecen a salir relaciones, y empiece la comunicación."

## Un doble objetivo

¿Con qué propósito se escribe un libro? En este caso tiene un fin conmemorativo y otro benéfico. "Cuando empecé con el libro, me sentía más que pagado con que el cuento a mi hijo le gustase. Con que tuviera un recuerdo el día de mañana de cuando éramos pequeñajos y tal" afirma.

A parte de ser un agradable recuerdo, es también un instrumento de difusión y aporte a una causa noble. "Los beneficios van para la asociación Los chicos de Allan (...) de niños que tienen una enfermedad rara, el Síndrome de Allan Herndon Dudley. La padecen 10 o 12 niños en España en este momento (...) El hijo de una compañera mía de colegio la padece", señala el escritor. Este síndrome es una mal congénito ligado al cromosoma X, que causa mutaciones en una proteína tiroidea fundamental para el desarrollo cognitivo y muscular.

Del otro lado del atlántico, en los pinceles, estaba Miguel Ángel. Estudió Artes Visuales en la Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas (UNICACH), para luego especializarse en grabado e ilustración. Afirma que es su

segundo proyecto y "con el que más me sentí cómodo, porque fue en el que me dieron más libertad creativa".

## Estilo y toque original

"Fue una libertad enorme y pude jugar con todos los aspectos del cuento. También fue de los proyectos más laboriosos, por la cantidad de personajes. Además, cada uno tuve que adaptarlos a mi estilo y darles otro toque original (...) En los cuentos anteriores máximo había 5 personajes, y en este fueron varias ilustraciones donde podemos ver hasta 12 o 15 personajes. Eso fue lo que más se me hizo complicado", recuerda.

Para reafirmar el carácter único de la obra, Mikeconcejas tiene un truco personal. "Me gusta agregarle detalles que puedan no ser tan llamativos a primera vista, pero que, si se buscan, se encuentran", desvela, a través del teléfono. En efecto, en los cuadros abundan los guiños esperando ser encontrados, también conocidos como 'easter eggs'. El ilustrador también agradece la oportunidad de "jugar con personajes que ya conocíamos. Como ver mi Pinocho, mi Blancanieves, mis Tres Cerditos...".

Sobre el proceso creativo, el mexicano cuenta que ilustra un proyecto en aproximadamente tres meses. "La parte con la que siempre empiezo son los personajes, más que nada el personaje principal. (...) Hago un estudio de personaje, lo ilustro en varias expresiones y posiciones", explica. De ahí, se pasa "del boceto, al negro y al color" en ese orden.

Los tonos elegidos para 'Cuentitum' componen una paleta de colores pasteles. "No hay casi ningún color fuerte, solo en cosas muy particulares, brillantes, o para llamar la atención" (...). Violetas y naranjas son colores que me dan mucha calma y la verdad los uso en todo", asegura Miguel Ángel.

Los 200 ejemplares de Hermenegildo ya están vendidos, lo que es a todas luces un éxito. El proceso de promoción y difusión apenas empieza. No cabe duda de que su hijo tendrá un recuerdo para siempre. A la vez, la fundación Los chicos de Allan gana un aporte invaluable. Mikeconcejas está trabajando con la Editorial Rimpompare y BABIDI-BÚ Libros en otros proyectos infantiles y juveniles. Al igual que en los cuentos clásicos, todos parecen tener un final feliz.



**“Lo que más me gusta de verdad son las calles estrechas. Esa cultura rockera-metalera del barrio como que me ha influenciado muchísimo”**

# “Mi sueño sería llevar Vallecas a Eurovisión”

**Entrevista con el cantante vallecano Miguel Cuesta**

Por Luis Carlos Ríos

**E**l arte brota de cualquier rincón. La música, como expresión humana, también. Vallecas vive en permanente creación musical, de trío de personas, de multitud de voces. La musicalidad propia de un barrio vivo, incomparable e irrepetible. Miguel Cuesta sitúa su perfil de Instagram en Madrid, Vallecas. Y le cuenta en esta entrevista a Vallecas VA que se inspira en el barrio para componer. Es por estas calles donde empezó a tomar clases de rock y tener contacto con la música. La imborrable huella vallecano, con la que creció y se hizo adulto, es

a donde acude en busca de nuevas melodías.

**PREGUNTA:** ¿Desde cuándo vives en Vallecas?

**RESPUESTA:** Desde siempre. He ido al colegio en Vallecas, aunque hace unos años que estoy viviendo en Parla porque me independicé con mi novia. Pero mi familia vive en Vallecas y estoy todos los fines de semana allí. Crecí en Vallecas desde que nací hasta los 27.

**Claro, ahí has hecho toda tu vida prácticamente**

➤ Ahora sí que lo he hecho muchísimo de menos. Antes no me daba cuenta de lo que tenía, pero la gente, la forma de ser que tenemos los que somos de allí... Las calles siempre llenas de gente, aunque cada cual vaya a su rollo como en cualquier ciudad, pero es muy diferente el ambiente que se respira ahí al de cualquier otro sitio.

**¿Tienes algún lugar favorito, bar de siempre, cafetería...?**

➤ En realidad, lo que más me gusta de verdad son las calles



▲ Una actuación de Miguel Cuesta  
PROFOCUS

◀ El cantante, en el videoclip ‘Brindo por ti’

estrechas. Todo lo que es ese estilo de vida, el día a día, el ir por la calle y ver gente pasar... Eso es lo que más me gusta (...) En cuanto voy al barrio me inspira mucho, aunque no te sé decir por qué la verdad. Me podría tirar aquí el rollo y decirte que me voy a las Siete Tetas y me pongo a mirar al horizonte... Es que no. La realidad es que voy a casa de mi suegra, que vive en Peña Prieta, me asomo a la terraza y eso me inspira más que muchas otras cosas. (...) Hecho de menos los locales de ensayos en el que me crie del Jacks on the Rocks, que son del barrio (...) Ese es un sitio que hecho de menos porque me trae muy buenos recuerdos. Yo me he criado ahí musicalmente, es donde he empezado todo, a ensayar con bandas... Y me he mezclado con gente muy rockera y metalera musicalmente hablando, de géneros que no son el mío porque al final yo hago pop... Pero al final esa cultura rockera-metalera del barrio como

que me ha influenciado muchísimo más de lo que yo creía (...) No sabía lo mucho que me había influido hasta tiempo después.

**¿A qué edad empezaste a hacer música?**

➤ Empecé a componer con 12 años digamos, con la guitarra y tal. Y a sacar canciones, a los 20 más o menos.

**¿Y empezaste ahí en Jacks on the Rocks?**

➤ Sí, y en el vamos. Iba al San José, entonces ya había salido del colegio, pero seguía teniendo relación con él. Entonces hicimos una banda con alumnos y así es como empecé. Mis inicios digamos fueron en el colegio y en los locales de ensayo de Jack on the Rocks.

**¿Tuviste algún tipo de formación musical?**

➤ Sí, he tenido en el Jacks on the Rocks donde iba una profesora de rock. También con una profesora que se llama Nuria Castro, que también es del barrio.

**¿Desarrollas otra actividad a parte de la artística?**

➤ Sí, yo soy ingeniero de software. Ese es mi trabajo real.

**Ese es tu trabajo de día (risas).**

➤ (Risas) Sí, de hecho, en la portada del primer disco que saqué, que se llama Quality Pop (...) salgo en la portada rasgándome la camisa tipo Clark Kent tipo la transformación a lo musical. Yo en esa época tenía que ir en traje a la oficina todos los días.

**A parte de Jacks on the Rocks, ¿dirías que tienes otras influencias? ¿Qué músicos te gustan que sueles escuchar y dirías que permearon en ti?**

➤ Mi referencia máxima, musicalmente hablando, sería Robbie Williams. Pero esa vena de rock siempre está. Cuando veo que las cosas son demasiado flojas y tal, me canso un poco. Necesito como esa energía (...) También Jorge, Lucy, Juan y Jota me dieron la oportunidad de tocar con ellos y me han influenciado muchísimo (...) Yo me crie escuchando Green Day, El canto del loco... He crecido con los 40 principales para que me entiendas, porque al final mi música es muy comercial. Es pop.

**Si haces pop y música comercial, ¿cómo innovas y te diferencias de lo demás?**

➤ Quiero creer que tengo una forma personal de contar las cosas en el sentido de la letra y que soy más directo que la media del pop. Quiero que cada frase de mis canciones tenga un porqué. Cuando compongo, mi objetivo principal es que cada frase tenga un motivo, que no sea esa frase como pudo haber sido cualquier otra. Aunque la gente a lo mejor no entienda cuál es el porqué y parezca alguna frase básica. Por ejemplo, en una canción que todavía no he sacado, que se llama 'Y ahora', hace referencia a mi novia. Entonces dice "Y ahora solo tengo dos días para verte" y yo ahí me refería a que nos veíamos dos veces a la semana porque íbamos a clase de baile juntos. Pasamos de vernos más días a vernos solamente en baile por lo típico que es al principio de la relación, por alguna discusión o cosas así (...) Para mí es como necesario que cada frase tenga un porqué.

(...) Si yo me lo creo, al final se va a contagiar.

**Algo más que quieras comentar? ¿En qué estás trabajando? Me acabas de comentar sobre una canción...**

➤ Lanzaré un nuevo disco. He terminado ya dos temas y voy a ir sacando uno por uno, por singles, hasta sacar el disco entero. Estoy haciendo una canción para el Benidorm Fest (...) Yo algo que aprendí es que para chavales como yo de barrio no hay oportunidades. Si las hay, me las tengo que ganar yo. Entonces mi próximo objetivo es presentarme al Benidorm Fest y voy a hacer una canción, que la estoy produciendo yo (...) Mi sueño sería llevar Vallecas a Eurovisión.

## La Mirilla de Vallecas



# Espacio para todos

Por Antonio Osuna

**S**in duda alguna, nuestro barrio siempre fue un barrio humilde. Un barrio de trabajadores. Se sabe que Vallecas fue, es y será cuna de grandes mentes y personalidades, de grandes historias. Pero lo que más me fascinó siempre fue la manera tan amable que hay en este barrio de

recibir y compartir. En pocos lugares veo las escenas que hemos visto este verano de gente en la calle, con sus sillas como si de un pueblo se tratara hablando hasta las tantas. O las terrazas abarrotadas, en las que apenas queda hueco y que una voz diga: "¿os importa que nos pongamos aquí?". La gente en la fiesta del agua, que sin conocerse de nada se trataban y reían como si se hubieran criado en la misma calle. Tal vez eso pase en todos los lugares, puede ser, pero a mí verlo tan cerca, en mis raíces, me hace sentir orgulloso. Como cualquier hijo de vecino, supongo.

Todo esto me vino a la mente por la fotografía que hoy da color a este texto. Ese árbol ya adulto, con su tierra más que apropiada, pero, aun así, dejando espacio para el recién llegado. Y es así. Así siento que es el lugar donde vivo.

Con los años, cada vez me gusta más la vida que tengo aquí. Cada vez me apetece menos salir de estas calles, de estos rincones en los que voy coleccionando recuerdos a cada cambio de estación.

Y sinceramente, creo que jamás me había inspirado tanto



con cosas tan simples. Y eso, lo dan estas calles. Ver un árbol con plantas a su alrededor y pensar: "hay espacio para todos". Esas ideas, únicamente me crecen aquí, en Vallecas. En la tierra que me vio crecer y donde todavía siento que tengo espacio para todo.

## Hubo un día

Hubo un día  
aún no caminábamos cogidos de la mano,  
en que agosto marchitaba los campos,  
el fuego reducía a cenizas nuestra respiración  
y los rastrojos rechazaban el verde.

Hubo un día  
en que las ambulancias destilaban muerte;  
iban y venían furiosas como alacranes rojizos,  
aún no caminábamos cogidos de la mano.  
Un gato, de nombre desconocido, aullaba silencios,  
mientras Kafeto aguardaba resignado  
a que pasaran las horas, los meses,  
quizás algunos años, para ser él.

Hubo un día,  
aún no pedía nada a cambio de tu piel,  
en que agosto desapareció del calendario;  
los lagartos lloraban, como dijo el poeta,  
porque desconocían la rima consonante.

Hubo un día  
en que quise convertirte en soneto  
pero las estrofas me desobedecieron.

Concha Morales



## Una comedia de enredo clásica, ácida y escandalosa

Por Pedro Lorenzo

'El abanico de lady Windermere'. Autor: Oscar Wilde. Versión libre y dirección: Ramón Paso. Reparto: Ana Azorín, Ines Kerzan, Ángela Peirat, Eduardo Alejandro, Jordi Millán, Guillermo López-Acosta, Mila Villalba y Miria Zalve. Escenografía: Javier Ruiz de Alegria. Compañía: Paso Azorín Teatro. Teatro Lara. Sala Cándido Lara: hasta el 13 de octubre.

**N**unca confíes en una mujer que dice su edad. Es incapaz de guardar un secreto". Así reza en una de las hilarantes citas de esta comedia de enredo clásica, ácida y escandalosa de Oscar Wilde: 'El abanico de lady Windermere'. Una familia puritana en el final de la época victoriana que hace una "pequeña fiesta", tan solo 100 personas, donde la hipocresía y el puritanismo unidos a una falsa moral, provoca situaciones



▲ El elenco saluda al final de la función

P. LORENZO

cómicas a la par que absurdas. Nada es lo que parece, y desmadejar el enredo de los ocho personajes no es sencillo ni previsible.

Una ingeniosa trama de Oscar Wilde, prolífico autor a pesar de su corta vida (murió con 46 años de edad), y que tuvo un tormentoso final con su juicio "Gross indecency", que le llevó a dar con sus huesos en la cárcel. Terminó sus días como indigente en París sin poder publicar sus obras. Veinte años más tarde, sus libros serían los más leídos en el Reino Unido después de Shakespeare. Justicia poética.

Este juicio se considera el primer juicio mediático y el inicio de la prensa amarilla. A raíz de entonces se instaló no solo en Inglaterra sino en el resto de Europa, una moral más conservadora. Se puede ver acerca de ese juicio la película 'Gross indecency' de 1960, o la magnífica versión teatral homónima subtitulada 'Los tres juicios de Oscar Wilde', con texto de Moisés Kaufman y dirección de Gabriel Olivares, que se representó en el Teatro Fernán Gómez en el otoño de 2017. Un auténtico drama.

'El abanico de Lady Windermere' (1892) fue su primera obra teatral. La escribió solo un año después de publicar su única novela y su mayor éxito: 'El retrato de Dorian Grey'. Tras otras dos obras teatrales, escribió 'La importancia de llamarse Ernesto', de gran éxito, también puesta en pie por la compañía Paso Azorín, de este prolífico director Ramón Paso Jardiel, (nieto de Alfonso Paso y bisnieto de Enrique Jardiel Poncelet), que tiene cuatro obras suyas y/o dirigidas por él, en Madrid actualmente en cartel.

### Irreverente y muy musical

Es esta versión moderna de 'El abanico' una obra atrevida, irreverente y muy musical, (bailan hasta el twist, no digo más). No hay ningún parón en el ritmo, muy dinámico, que recuerda al vodevil de Jardiel. También es muy cómica, sobre todo en las interpretaciones de Ana Azorín, como la duquesa de Berwick, o Ángela Peirat, como Molly. El elenco al completo está fenomenal. La escenografía nos acerca a la época de casas suntuosas que dan mucho juego, junto a la magnífica iluminación. A pesar de haberse estrenado en 1892 y en España en 1920, resiste el paso del tiempo, y en esta puesta en escena de Ramón Paso pasa aún más desapercibido.

Una obra recomendable por la imaginación del autor irlandés, por su buena adaptación y estupenda puesta en escena. Recomendable.

## LIGA FÚTBOL-SALA VETERANOS EN VALLECAS

¡Haz tu equipo y participa!

JUGADORES MAYORES DE 35 AÑOS

¡Aún puedes jugar futsal en la liga sin límite!

INSCRIBE TU EQUIPO YA en email: [sinlimite2015@yahoo.es](mailto:sinlimite2015@yahoo.es)



## Buen inicio de temporada

**E**l Rayo Vallecano arrancó la temporada de forma brillante con un meritorio empate en el Spotify Camp Nou a 0 goles frente al todopoderoso Fútbol Club Barcelona y con una victoria por 0 a 2 en el RCDE Stadium ante el Real Club Deportivo Español. Dos grandes resultados que no empañan la inmerecida derrota en casa frente al Mallorca (0-2) en el debut ante la afición vallecano a la semana siguiente. En las tres primeras jornadas, los de Andoni Iraola consiguieron 4 de los 9 puntos posibles (1 victoria, 1 empate y 1 derrota) y firmaron un mejor inicio de campaña en Primera División que en el curso precedente, cuando a esas alturas los franjirrojos habían cosechado tres puntos. El veterano portero Diego López, el extremo Salvi, el central Leujeune y el joven delantero Sergio Camello son algunas de las caras nuevas del proyecto rayista en la máxima categoría del fútbol español.

## El femenino y el Rayo B, en acción

**E**l Rayo femenino y el filial rayista comienzan la competición el domingo 11 de septiembre en la Primera Federación y en la Tercera RFEF, respectivamente, con el objetivo de ascender de categoría. Los primeros rivales de las jugadoras franjirrojas serán el Deportivo Abanca y la SD Eibar SAD fuera de casa (11 y 25 de septiembre) y el CDF Osasuna Femenino en la Ciudad Deportiva del Rayo Vallecano (18 de septiembre). Por su parte, los de Iván Amaya inician su periplo liguero frente al Canillas en Hortaleza para, siete días después, medirse en casa al Unión Collado Villalba (18 de septiembre) y visitar el feudo del CD Móstoles URJC en el último encuentro oficial del mes de septiembre.

## Más de 11.000 abonados

**L**a afición rayista sigue volcada con su equipo a pesar de las diferentes dificultades como lo demuestra la cifra de 11.000 abonados alcanzada a finales de agosto, según datos oficiales del club. Una campaña de renovación y de inscripción de nuevos abonados que ha estado rodeada de polémica por las grandes colas y tiempo de espera que tuvieron que sufrir un buen número de seguidores para conseguir su carné de esta temporada. Muchos de ellos denunciaron la falta de un sistema adecuado para evitar una imagen poco acorde a una entidad de Primera División.

## Pañolada en el debut liguero

**L**a Federación de Peñas del Rayo Vallecano convocó una pañolada contra el presidente Martín Presa en el minuto 13 del partido del sábado 27 de agosto contra el Mallorca bajo el lema "por su nefasta gestión y su maltrato hacia la afición", que fue secundada por un buen número de los asistentes al recinto deportivo de la Avenida de la Albufera.

## Recogida de material escolar

**L**a Peña Bukaneros organizará la segunda recogida de material escolar el sábado 10 de septiembre, una hora antes del inicio del encuentro frente al Valencia CF, en la puerta del fondo del Estadio de Vallecas. La anterior tuvo lugar el 27 de agosto antes del choque contra el RCD Mallorca. Los responsables de esta iniciativa aseguran que se necesitan mochilas, estuches, cuadernos de



◀ El once inicial del Rayo en el primer partido en Vallecas  
RAYO VALLECANO



dibujo, carpetas, archivadores, agendas, bolígrafos y lápices, entre otros materiales.



## Arboleda exige quedar libre

**E**l portero colombiano, Iván Arboleda, cedido en enero a Newell's Old Boys por parte del Rayo Vallecano, y tras rescindir su contrato con el club argentino, emitió a finales de agosto un duro comunicado contra la entidad franjirroja. "Los dirigentes del Rayo Vallecano me han tratado como si fuera un delincuente, llevo casi dos meses viviendo de mis ahorros y no tuve otra salida que quedar libre para poder seguir ejerciendo mi profesión deportiva", explicó el jugador de 26 años. Por su parte, el club desmintió en un escrito lo expuesto por el jugador y le solicitó que reconsiderara su resolución contractual injustificada y dé cabal cumplimiento a sus obligaciones contractuales. "No obstante, de persistir en su incumplimiento, deberá hacer frente a las sanciones deportivas y al pago de las indemnizaciones pactadas en todos y cada uno de los contratos tanto con Club Atlético Newell's Old Boys como con esta entidad, incluyendo el abono de la cláusula de rescisión dispuesta en su contrato laboral", señalaron desde el Rayo.

▼ El Rayo B debutará en Tercera frente al Canillas fuera de casa  
CD CANILLAS

▼ Aficionados hacen cola para renovar su abono

▼ El portero Iván Arboleda, en un entrenamiento  
RAYO VALLECANO



**Las clases, dirigidas a niños y niñas de entre 6 y 13 años de edad, serán los lunes y miércoles, de 17 a 19 horas. El plazo de inscripción ya está abierto**

► Uno de los miembros del Club Vallecas, en un campeonato

## Vallecas, cuna de la halterofilia

La primera escuela municipal de la capital abre sus puertas en el polideportivo Cerro Almodóvar este mes de septiembre

Por Manolo Jiménez

**E**l distrito de Villa de Vallecas y en concreto el polideportivo Cerro Almodóvar, situado en el barrio de Santa Eugenia, acoge desde

este mes de septiembre la primera escuela municipal de halterofilia de la capital, cuyas clases impartirá el Club Halterofilia Vallecas, que atesora una experiencia de alrededor de 60 años de existencia y desarrolla su actividad en el gimnasio de las mencionadas instalaciones.

Las sesiones de iniciación a este deporte están dirigidas de niños y niñas de entre 6 y 13 años de edad y tendrán lugar los lunes y miércoles, de 17 a 19 horas. Los interesados en participar en esta propuesta pueden ya formalizar su inscripción de forma presencial en el polideportivo.

"Para nosotros supone mucho, es una de forma de promocionar nuestra entidad y es un reto. Niños hemos tenido siempre, que pertenecían al club y los preparábamos, pero al ser escuela municipal es otra cosa. Nos viene bien, porque el Ayuntamiento se ha comprometido a ayudar a sufragar las ayudas a los entrenadores nacionales responsables de este proyecto, que son, además, un levantador y una levantadora, que saben muy bien lo que hacen", explica Antonio González, presidente del Club Halterofilia Vallecas a este periódico.

El dirigente vallecano, de 68 años de edad y que lleva desde los 6 practicando halterofilia donde fue campeón de Europa y de España, aclara que los alumnos de esta modalidad deportiva no van a levantar peso en estas primeras etapas. "A estas edades, ¿cómo van a levantar peso? Van a jugar y a disfrutar. Haremos carreras y dejaremos a los padres que lo vean en los primeros días. Habrá peleas de gallos, donde se empujarán, saltos de longitud, y luego un poco de técnica con un palo. Levantarán peso cuando ellos tengan la técnica cogida. A partir

de los 12 años, si son niños o niñas fuertes, podrán empezar, según los entrenamientos", asegura.

Por otro lado, González señala que la idea, a lo largo de la temporada, es que estos menores muestren sus progresos en técnica de levantamiento. "Haremos las competiciones municipales entre nosotros y con otros clubes a los que invitaremos. Luego, organizaremos dos campeonatos nacionales de técnica, donde no se pueden meter peso. Va por puntuación, no por kilos", argumenta.

### Campeonas olímpicas

La halterofilia es un deporte minoritario en nuestro país, en nuestra región y en nuestra ciudad, pero Vallecas ocupa un lugar importante en su promoción. "No todo es fútbol. La halterofilia femenina en España la sacamos nosotros. Las primeras chicas fueron de Vallecas. Empezamos y tenemos campeonas olímpicas, así que podemos considerarnos cuna de campeonas", comenta, con satisfacción, el presidente del club vallecano.

Por último, González se muestra orgulloso de todo lo conseguido por la entidad desde su fundación por parte de sus hermanos, allá en los años 60, en la cátedra de la UVA, sin ningún tipo de subvención hasta el momento y con ayudas federativas para organizar campeonatos nacionales, que dejaban pequeñas cantidades a las arcas del club, tras mucho trabajo.

D E S D E 1 9 9 1



## PIONEROS EN PRENSA DE PROXIMIDAD



**LLEGAMOS  
A TODOS  
TUS CLIENTES  
BUZÓN A BUZÓN,  
Y EN PUNTOS DE  
DISTRIBUCIÓN**



# MÁS DE 1 MILLÓN DE LECTORES AL MES



**LA INFORMACIÓN  
GRATUITA  
BARRIO A BARRIO  
Y DISTRITO A  
DISTRITO**



**CADA MES  
MÁS DE 150.000  
EJEMPLARES**

## Cooperativismo

Por José Vidal García y Ana Fernández de Casadevante

**L**a Federación de Cooperativas y de la Economía Social de Madrid (FECOMA) representa los intereses del movimiento cooperativo y de las empresas y entidades de la economía social, difunde los principios y valores cooperativos, a la vez que promueve la integración y la intercooperación como estrategias principales para crear valor para estos colectivos, a la vez que impulsa la creación de nuevas empresas.

La Federación de Cooperativas y de la Economía Social de Madrid ha trabajado desde 1997 para agrupar y representar los intereses de las distintas clases de cooperativas y otras empresas y organizaciones de la economía social. Trabajamos con el objetivo de conseguir un mundo mejor para las generaciones actuales y futuras, un mundo más justo y solidario en el que trabajadores y trabajadoras puedan tener el control de las empresas en las que trabajan, creando empleos de calidad y poniendo el capital y el conocimiento al servicio de las personas, con enfoques de sostenibilidad, igualdad y justicia.

**Representamos a las empresas de las personas que pueden cambiar el mundo y somos las personas de las empresas que hacen que otro mundo sea posible**

Las empresas de la economía social, y en especial, las cooperativas, se caracterizan porque sitúan a la persona en el centro de la empresa; actúan desde el arraigo local; tienen un ADN asociado a la equidad, la solidaridad y la sostenibilidad; y generan empleo digno, impulsando el empleo de los jóvenes, formando de manera específica para el emprendimiento colectivo y orientándoles hacia soluciones económicas y de mercado que se base en relaciones honestas, de trabajo en equipo, de intercooperación entre empresas y sectores de la economía social, y orientados al territorio y al interés de la comunidad.

La federación funciona gracias al apoyo de algunas empresas, especialmente de Gredos San Diego, S. Coop., que, a través de su fundación, ofrece cobertura específica a FECOMA mediante un convenio de colaboración que dura ya más de 10 años. Además, capta fondos de donaciones y subvenciones

# Un impulso a la cultura cooperativa en torno a la economía social

**FECOMA tiene su sede en Puente de Vallecas y aglutina a ocho organizaciones**



▲ Las entidades galardonadas con los premios ES\_MAD de 2022, entre ellas La Garbancita Ecológica y la Escuela de Cooperativismo de Vallecas FECOMA



◀ El Faro de la Economía Social con la temática la economía de los cuidados FECOMA

públicas y privadas y también es muy importante las cuotas que abonan las uniones y federaciones de organizaciones que son los socios de FECOMA. Actualmente, está formada por ocho organizaciones y agrupa a las sociedades laborales, y a las cooperativas de vivienda, de trabajo asociado, de transporte, educativas de trabajo, de consumidores y usuarios, agroalimentarias y a la cooperativa de distribución UNIDE, S. Coop.

En total están asociadas a estas uniones y federaciones unas 500 empresas que agrupan a 30.000 socios trabajadores y otros 10.000 empleados. Sin embargo, la parte no

asociada a la estructura que supone FECOMA, es superior al doble en empresas, socias y empleadas en la Comunidad de Madrid, que representa en torno al 6,5% de la economía social española. Consideramos que nos relacionamos con un colectivo de 450.000 personas implicadas en el conjunto de la economía social de Madrid.

La economía social de Madrid aporta unos 16.700 millones de euros al PIB regional (aproximadamente un 7%), por lo que debería crecer al menos hasta el 10% que es la media nacional estimada por CEPES, la organización paraguas que agrupa a la economía social

de España. Si creciera 3 puntos porcentuales en los próximos años, aportaría cerca de 7.200 millones de euros adicionales al PIB regional y 45.000 empleos, pero Madrid debería estar por encima de la media, siendo como es, la región con mayor dinamismo económico.

## Desde Puente de Vallecas

FECOMA atiende y presta servicio a todas las empresas de la economía social de Madrid, no solo a las empresas asociadas a alguna de sus uniones o federaciones, así como a los ciudadanos y ciudadanas que pueden promover una iniciativa emprendedora con fórmulas de la economía social. El equipo humano lo desplegamos a partir de una pequeña plantilla centralizada en Puente de Vallecas, en la calle de San Moisés 4, que

integra a técnicos y directivos de las entidades asociadas y también a consultores externos contratados y también voluntarios.

La principal labor de FECOMA es su papel de "lobby", término con el que se define la capacidad de interactuar con otros agentes defendiendo los intereses de la economía social, exigiendo los derechos que les corresponden y favoreciendo los cambios legislativos y la captación de fondos para el desarrollo y fomento de estas fórmulas de hacer actividad económica desde el valor de las personas, la democracia económica y también desde el principio de autonomía e independencia de los poderes públicos y de otras empresas mercantilistas.

Desde nuestra responsabilidad, tenemos la obligación de hablar con todos los grupos políticos, sociales y económicos. Queremos llevar lo más lejos posible las ventajas de crear empresas cooperativas y de economía social. Tenemos que ser capaces de abrir una brecha en el conocimiento actual que la sociedad madrileña tiene sobre estas fórmulas empresariales, y que participen más activamente también en el tercer sector. Para ello resulta fundamental el papel de la comunicación que FECOMA ha reforzado extraordinariamente en los últimos años, tanto en las relaciones B2B, como en las redes sociales, organizando actos públicos, y apareciendo en los medios de comunicación.

## Asistencia técnica

La segunda actividad principal que desarrollamos es la asistencia técnica a nuestras entidades como a las empresas que nos solicitan ayuda. Actuamos en el marco de proyectos colectivos en los que atendemos de forma planificada a un grupo de entidades previamente seleccionadas y también de forma individual, tanto para la mejora de la gestión o la organización de las empresas, como para la constitución, transformación de empresas en crisis o reingenierías de procesos. Esta actividad conlleva también una parte muy importante de formación que queremos potenciar bajo el sello de la Escuela de Economía Social de Madrid, que ofrecerá alternativas formativas innovadoras que realizaremos internamente y también mediante la colaboración con universidades y centros de formación.

**Consideramos que nos relacionamos con un colectivo de 450.000 personas implicadas en el conjunto de la economía social de Madrid**

Por Red VIVA

**R**ed VIVA surge en el 2007 de la inquietud de diferentes profesionales de entidades, que trabajan en Villa de Vallecas, por realizar un trabajo más efectivo, eficiente y coordinado. Para ello se propuso la creación de un espacio de coordinación donde intercambiar información, para evitar el trabajo desordenado, y muchas veces contradictorio, de forma que repercute en la población del distrito de forma transformadora y positiva.

Es importante reseñar que la participación en Red VIVA corresponde a las entidades, no depende únicamente de la voluntad de un o una profesional determinada, y con ello se intenta promover una andadura sin excesivos parones, dada la gran movilidad de las personas que trabajan en el ámbito comunitario del distrito. La red está abierta a cualquier institución pública o privada, asociación vecinal o de cualquier tipo que trabaje con la comunidad y esté interesada en conocernos y participar en la medida en que decida hacerlo. La participación ha sido muy variada a lo largo de los años.

**Red VIVA surge en el 2007 de la inquietud de diferentes profesionales de entidades, que trabajan en Villa de Vallecas, por realizar un trabajo más efectivo, eficiente y coordinado**

El objetivo general de Red VIVA es contribuir al desarrollo comunitario en el distrito de Villa de Vallecas, a través del trabajo en red de diversas entidades sociales.

#### Reunión mensual

Para eso se decidió crear un espacio de encuentro, intercambio y coordinación presencial en una reunión mensual. En cada reunión dinamiza y coge las notas del acta una de las entidades participantes y se sube a la red este documento colaborativo en la que todas las demás participan. Tenemos un correo electrónico grupal y un espacio drive de almacenamiento de documentos conjuntos.



Durante la pandemia se elaboró un video sobre las actividades, ante la imposibilidad de realizar actividades comunitarias con la población

Una de las reuniones de los integrantes de la red VIVA

# Una red de entidades que trabaja por el desarrollo comunitario



Los participantes de Red VIVA brindan apoyo y visibilización al tejido asociativo y profesional de Villa de Vallecas

En las reuniones también se realiza formación en los diferentes ámbitos de actuación de las entidades que conforman la red. Cada entidad participante comparte sus saberes y experiencias con el resto en un área temática o con una población determinada, a través de sesiones

monográficas, ayudando a crear una visión pluridisciplinar y cohesionada, así como teniendo en cuenta todas las especificidades temáticas y poblacionales, para evitar perpetuar las discriminaciones sociales de colectivos.

También se lleva a cabo un trabajo interno de reflexión

sobre el distrito en diferentes temas o momentos concretos, cuyo resultado ha sido 'Demandas y necesidades del distrito' (2009) y 'Cómo está afectando la crisis a la población del distrito' (2011).

Los participantes en la red brindan apoyo y visibilización al tejido asociativo y

profesional de Villa de Vallecas y se difunden las actividades que se realizan en otras entidades, favoreciendo así el conocimiento y la participación de la ciudadanía. Hay un Facebook "Redviva Villa de Vallecas" para publicitar todas las actividades del distrito que tienen que ver con las temáticas de las diferentes entidades.

Durante la pandemia se elaboró un video sobre nuestras actividades, ante la imposibilidad de realizar



▲ La Feria de Salud Comunitaria, desarrollada entre 2015 y 2019



▲ La visita a Cañada Real realizada en 2016

RED VIVA

RED VIVA

actividades comunitarias con la población, que se puede ver en: <https://youtu.be/IXqT7ILMpgU>.

A lo largo de los años, se ha participado y generado eventos en el distrito trabajando de forma conjunta y coordinada:

- 2008: Día de la infancia
- 2010: Semana Vallecas calle del libro
- 2013: Jornada "Ideas Jóvenes: adaptación y creatividad en tiempos de crisis"
- 2018: Feria de salud comunitaria de Villa de Vallecas
- 2021: Día de la Mujer
- 2022: Día de la Mujer, Día del Libro y Día de la Tortilla

#### Integrantes

En la actualidad componen la Red Viva: Agente de Igualdad, Asociación Vecinal La Colmena de Santa Eugenia, la Biblioteca Gerardo Diego, la Casa Grande, la Casa Verde, CEAR Proyecto UDC, el Centro de Apoyo a las Familias 4, el Centro de Día San Jaime (Trama), el Centro de Día Vallecas, el CEIP Loyola de Palacio, el Centro municipal de salud comunitaria (CMSC) Villa de Vallecas, los Centros de Salud Cerro Almodóvar, Ensanche y Villa de Vallecas, Ciudad Joven, Clownectando, Dinamización Vecinal (Fravm), el Equipo de Apoyo Social Comunitario Villa de Vallecas, EOEP (Equipos de Orientación Educativa y Psicopedagógicos), el Espacio de Igualdad María Moliner, la Fundación Hada, la Oficina Información Juvenil (OIJ), el Periódico Vallecas VA, Provivienda, QuedaT y Red Artemisa.

Por Profesionales del Grupo de Comunitaria del CS Rafael Alberti

**A** Manuel le duele la rodilla desde hace ya mucho tiempo. Con sus 74 años esa rodilla ha subido muchas escaleras, se ha subido a muchos andamios y ha arrastrado muchas carretillas en la obra. Su médica de familia le ha dado muchos medicamentos para eso, le ha mandado al fisioterapeuta del centro, que le vio tres meses después de que le mandaran y que le dio unas cinco sesiones con unas máquinas que, aunque le quitaron un poco el dolor, no sirvieron a la larga de mucho. Al final le pidieron una radiografía y se vio que tenía mucha artrosis. Los últimos meses ya casi no puede bajar las escaleras por el dolor y su doctora decidió derivarle a Traumatología. Le han dado cita para dentro de ocho meses. No sabe qué hacer. Aguantará porque no le queda otra, pero si pudiera...

A Rosa también le han pedido unas pruebas, una colonoscopia, porque, después de pedirle unos análisis, una ecografía, para la que también esperó unos meses, y múltiples visitas a su médico y a Urgencias del hospital, no le han encontrado una explicación a la diarrea que tiene. Le han llamado hoy para darle la cita. También le han dado para dentro de ocho meses. Se plantea si ir a Urgencias de nuevo o irse a un privado.

A Amparo le han pedido una ecografía por un dolor lumbar que tiene, que le dijeron en la urgencia que podría ser "arenilla" en el riñón. En el mostrador le han dado cita para dentro de seis meses y medio. Amparo se desespera, pero qué le va a hacer, así están las cosas...

Pedro lleva días tratando de pedir cita con su médica de familia, pero no le cogen el teléfono y al ir al mostrador le dan para dentro de 7 días. Pedro sabe que no es porque su médica no trabaje, al contrario, porque tiene mucho, pero sabe que no es justo. Sale del centro pensando en esto, negando con la cabeza.

#### Ejemplos del día a día

Estos ejemplos están sacados del día a día de las consultas de los centros de salud del barrio. Pacientes maltratados por el sistema, zanqueados por una institución que debería protegerlos y cuidarlos, acogerlos, en definitiva, y que parece que lo que pretende es expulsarlos de este sistema público, que construyeron con su esfuerzo y sus impuestos, hacia uno privado, en el que no tienen cabida todos los vecinos del barrio. Pacientes a los que derivamos y damos citas muchos meses después, sin saber si tendrá sentido que los vean entonces o sus patologías ya habrán pasado a otro punto, tal vez irreversible. Pruebas diagnósticas que pierden todo el sentido si se hacen tan lejanas en el



Al final, nos parecen normales estas cosas, justificamos lo injustificable y tenemos callo en lo que debería ser una herida abierta que nos doliera día a día

◀ Una de las recurrentes protestas vecinales a favor de la sanidad pública

## No es normal

tiempo. Igual que nuestras propias citas en los centros de salud, a días o semanas desde que se intentan pedir.

Y la normalización de todo esto. Que me han dado cita para seis meses, "es que el sistema está fatal, es que no hay derecho, pero es lo que hay". Que no hay cita en 10 días con mi pediatra, "es que no hay suficientes, qué le vamos a hacer, ya me haré un seguro privado, lo que sea por la niña, aunque me lo quite de comer". Que la cita en servicios sociales es dentro de tres semanas y la ayuda no me llega o necesito ampliar cuanto antes la ley de dependencia, "pues todavía tengo suerte porque en otras zonas he oído que están dando para más de un mes y al menos la de aquí es una señora bien maja..."

Tanto llevamos viviendo estas situaciones, tanto se ha reiterado el mensaje por parte del gobierno de la Comunidad de Madrid de que no hay médicos, de que no hay dinero para sanidad... que, al final, lo que hemos conseguido es que nos parezcan normales estas cosas, que justifiquemos lo injustificable, que tengamos callo en lo que debería ser una herida abierta que nos doliera día a día.

#### Largos meses de espera

Porque esto no es normal. Porque no es normal esperar meses a la cita con el especialista hospitalario ni que para hacerte una ecografía antes de cuatro o cinco meses tengas que ser derivado a un centro privado; porque no es normal que cada vez quedemos menos profesionales en

Atención Primaria por las condiciones en las que trabajamos; y porque no es normal que esperes entre seis y siete meses para ir a la psicóloga del centro de salud mental y luego solo te pueda ver una vez cada tres meses porque la agenda no le da para verte más.

No es normal y así debemos entenderlo, ciudadanía y profesionales sanitarios, como algo que se desvía

del camino que decidimos emprender como sociedad al intentar tener una sanidad pública y de calidad, accesible a todos y todas y que diera unos servicios que cuidaran de la salud de toda la población, ya fuera en Vallecas, en Parla o en Orcasitas o en el barrio de Salamanca o Chamberí.

Parte de los y las profesionales que estamos trabajando en sanidad

intentamos revertir estas situaciones de manera personal, en Primaria y en hospital: citándonos pacientes forzados, creando huecos donde no los hay, asumiendo tareas que no nos son propias, tirando de voluntad y, en no pocos casos, de la propia salud. Porque la institución como tal parece no tener respuesta a los problemas de la ciudadanía, o no hace mucho por tratar de resolverlos, si no es con medidas que aumentan aún más el desgaste del sistema público como es la derivación a centros privados para reducir listas de espera.

Mientras, nosotros y nosotras desde las consultas, desde los mostradores de administración, observamos cómo Manuel, Rosa, Amparo y Pedro se vuelven insignificantes ante la institución, apenas meras peticiones de cita dentro de muchos meses, y no personas de verdad, que arrastran problemas de salud que parece no importar en lejanos despachos de la Puerta del Sol.

#### Levantar la voz

Por eso es importante que no nos parezca normal, que levantemos la voz y que, cuando no estemos contentos con estas citas tan lejanas que parecen perderse en la noche de los tiempos, hagamos algo tan sencillo y tan revolucionario como solicitar una hoja de reclamaciones y poner por escrito nuestra queja. Sabemos que no todo el mundo podrá, que no todos sabremos llenarla, pero si puedes, hazlo. Reclama. Pues así nos ayudan a que se escuche que no estás de acuerdo con esto, que no es normal, que el barrio se merece algo mejor de lo que recibe. Que sepamos que aún queda la esperanza de que, aunque solo sea a través de nuestra queja, podemos cambiar algo.



▲ El interior del Centro de Salud Rafael Alberti



## En manos de tu enfermera

# Estilos de crianza, la parentalidad positiva

Por Concha Párraga, Marisa Gascón y Patricia Carlavilla, enfermeras de los CS Campo de la Paloma y Ángela Uriarte, y del Servicio Móvil Madrid Positivo

Cuando hablamos de educación, no estamos hablando exclusivamente de la regla que se ofrece en los centros escolares, sino en todas las esferas de la vida. Para ofrecerla, los padres podemos utilizar diversos estilos de crianza o estilos parentales, que son las construcciones psicológicas con las que los adultos generamos estrategias para la crianza de nuestros hijos. Por tanto, son los modos con los que los padres educan a sus hijos y aplican las normas a seguir en la estructura familiar y se construye el tipo de autoridad para la educación. Hay diferentes tipos de estilos de crianza y diferentes tipos de estilos educativos, como el

democrático, el sobreprotector, el autoritario o el negligente.

Hoy en día, todos los estudios serios en educación avalan que el mejor método de crianza está dentro del seno de la parentalidad positiva. Ésta se refiere al comportamiento de los padres fundamentado en el interés superior del niño que cuida, desarrolla sus capacidades, no es violento y ofrece reconocimiento y orientación que incluyen el establecimiento de límites que permitan el pleno desarrollo.

Además, genera vínculos afectivos fuertes y proactivos en un entorno de crianza, basándonos en el reconocimiento de los logros personales y estimulando los esfuerzos, pero siempre desde un punto de vista positivo.

Nuestros hijos precisan de normas para crecer dentro del marco de la no violencia. Pautas de conducta claras y coherentes que nos permitan crear un ambiente de protección con normas democráticas y favorecedoras para el crecimiento

### SOPASALUD

Familia	Crianza
Educar	Positivo
Normas	Democrático
Castigo	Hijo
Enfermera	Negociación
Cuidar	Crecer

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

personal. Jamás las normas se imponen "porque yo lo digo o porque siempre se ha hecho así". Las normas no democráticas o inconsistentes lo único que van a generar en el futuro es una grieta enorme en la comunicación paterno filial muchas veces insalvable de por vida. Evidentemente, no son inamovibles, pueden cambiar, pero siempre por un algo justificado, ya que otro modo solo va a favorecer el desasosiego y la frustración. Los cambios

siempre tendrán que ir de la mano de una nueva necesidad educativa, no de los cambios de necesidad de los padres.

### Planificación y autoría conjunta

Para poder establecer normas y que éstas se cumplan y sean constructivas debemos hacerlo de una forma planificada donde tanto los hijos como los padres sean coautores. No debemos generar normas

en momentos de ofuscamiento y siempre nacerán del diálogo.

Explicaremos a nuestros hijos por qué establecemos estas normas y, por supuesto, estableceremos siempre a priori las sanciones en el caso de no cumplimiento y que serán acordes a la norma que queremos aplicar. Intentaremos explicar a los niños el porqué de las normas y de las sanciones y escucharemos las posibles negociaciones por parte de ellos, generando el equilibrio para que se pueda llegar al cumplimiento. Así, la sanción será relativamente proporcional a la gravedad de los hechos.

Es obvio que las normas se establecen por parte de los dos progenitores y no sirve de nada que uno diga una cosa y el otro después haga otra cosa. Eso solo conllevará desconcierto en los menores y se convertirá en un elemento distorsionador.

Educar es cuidar, es acompañar en el crecimiento personal, es ir de la mano, pero dejando caer para poder aprender. Educar es amar y amar significa dar herramientas para la libertad.

Información ampliada en:  
<https://vallecas.com/estilos-de-crianza-la-parentalidad-positiva/>



VA DE SALUD

## La vuelta al cole

Por Isabel Rangel, enfermera del Centro de Salud José María Llanos

D esde hace varios años, a comienzos de cada curso, nos reunimos con los centros escolares de la zona. Las enfermeras encargadas de la Educación para la Salud y Participación Comunitaria del Centro de Salud José María Llanos lideran estas reuniones, que sirven para poner en común las necesidades de toda la comunidad educativa en materia de prevención. De ahí parte un cronograma con las diferentes actividades a desarrollar en cada trimestre.

¿En qué consisten los talleres? Intentamos abarcar todos los ciclos. Con los benjamines del cole hablamos de accidentes infantiles: quemaduras, caídas o sistemas de retención infantil de los automóviles, entre otros. En la etapa de

Primaria promocionamos hábitos saludables (alimentación, descanso y actividad física) y damos unas pinceladas sobre higiene tecnológica y adicciones. Estos dos temas, junto con la educación afectivo sexual y los primeros auxilios, son los que tratamos en los cursos de ESO y FP.

En total, entre las diferentes temáticas, llegamos a superar las 40 sesiones. Se consigue ponerlas en marcha gracias a la implicación de mucha gente que acumula horas y horas de trabajo, ya que hay que coordinar con el profesorado las fechas, la duración y la elección de las aulas. Necesitamos, además, cuadrar las agendas de los profesionales sanitarios que se ausentan del centro para impartirlas. A continuación, se prepara el material. Revisamos la bibliografía, y actualizamos y adaptamos los contenidos. Intentamos fomentar un clima participativo para que resulte más ameno.



▲ Práctica de simulación de RCP

Pretendemos, finalmente, dotar a los estudiantes de herramientas y habilidades que les ayuden a mantener conductas positivas en cuanto a su salud y a la de su familia, un objetivo que no alcanzaríamos sin la colaboración entre educación y sanidad.

### Primeros auxilios

Profundizaremos un poco en el proyecto de los primeros auxilios. La instalación de desfibriladores en polideportivos, centros comerciales y otros espacios públicos, y la actual pandemia nos han impuesto

nuevos protocolos de actuación que conviene difundir. Para ello, el entorno educativo nos parece el más idóneo. Contamos con maniquíes de simulación y los complementamos con presentaciones en formato audiovisual en las que se proyectan vídeos explicativos breves. Procuramos simplificar el mensaje y le damos mucha importancia a la comunicación, fundamental para garantizar una adecuada cadena de supervivencia ante una PCR (parada cardiorrespiratoria). Explicamos de forma clara cómo y cuándo avisar a los servicios de emergencia, abordamos el inicio de las maniobras de RCP (reanimación cardio pulmonar) básica, y la localización y manejo del desfibrilador.

Sabemos que actuar rápido mejora el pronóstico del paciente y minimiza las secuelas, y son muchos los estudios que lo avalan. Si logramos concienciar e instruir a la población general para desenvolverse en estas situaciones, obtendremos el mejor de los resultados: salvar vidas.

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!

# RÓTULOS Y TOLDOS HURTADO

SOMOS FABRICANTES Y ESTAMOS CONTIGO DESDE 1979

C/ San Claudio, 142 Local 3 posterior 28038 Madrid  
 ☎ 91 778 65 91 ☎ 606 417 492  
 dh@rotulosytoldoshurtado.es  
 rotulosytoldoshurtado@gmail.com  
 www.rotulosytoldoshurtado.es

<http://www.rotulosytoldoshurtado.es>

## hidrofy®

630 42 82 44

AGUA PURA ULTRAFILTRADA EN SU HOGAR

¡NO NECESITA ELECTRICIDAD!  
 ¡GRIFO 1 VÍA INCLUIDO!  
 FILTROS BAJO FREGADERO

SÓLO 199€

MEMBRANA UF ULTRAFILTRACIÓN  
 FILTRO SEDIMENTOS 5 MICRAS  
 FILTRO DE CARBÓN ACTIVO

[www.hidrofy.es](http://www.hidrofy.es) [hola@hidrofy.es](mailto:hola@hidrofy.es)

## Psicotécnico

Ensanche de Vallecas

### RENUEGA TU CARNÉ DE CONDUCIR

C/ María Teresa de León, 21.  
 28051 Ensanche de Vallecas. Madrid  
 (a 200 metros de la parada de metro Valdecarros)

Telf.: 91 168 54 02  
 info@psicotecnicoensanche.com  
 www.psicotecnicoensanche.com

### MERCADONUMANCIA

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**  
**AS**  
**J. L. Franganillo**

Mercado Numancia, puesto 12, planta baja  
 91 478 40 30  
 Mercado Puente de Vallecas, puesto 34  
 91 477 25 38

**el Señorito**  
 PUESTO 37  
 Productos ibéricos  
 ☎ 616 177 584  
 Hasta septiembre solo pedidos por encargo

## Amaranta

Estética avanzada y Terapias Naturales

### REFLEXOTERAPIA PODAL MASAJE AYURVEDA

Cita previa: 699 221 244  
 C/ Historias de la radio, 1, local 1

## CARNICERIAS

Precios y productos exclusivos solo para domicilio

**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](mailto: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

**PUESTO 28**  
 Carnes selectas  
[lavacavallekas.com](http://lavacavallekas.com)  
 f LaVacaVallekas  
 Pedidos a domicilio gratis a partir de 50€

**CARLOS**  
 MELONES Y SANDIAS ESPECIALES  
 VILLACONEJOS  
 GOURMET  
 ☎ 91 478 96 52  
 f frutascarlos  
 Servicio a domicilio en zona Puente Vlk  
[https://www.frutascarlos.com](http://www.frutascarlos.com)

**PUESTO N.º 1**  
 TODOS LOS DÍAS GÉNERO FRESCO Y DE 1<sup>a</sup> CALIDAD  
 ☎ 650 371 370  
 652 828 628

**PUESTO 10**  
 Pan de pueblo  
 Palmeritas de Morata  
 Productos artesanos  
 ☎ 673 584 336  
[msgourmet2021@gmail.com](mailto:msgourmet2021@gmail.com)  
 f msgourmet Vallecas  
 msgourmet.2021

Por solo 5€ mensuales

# Suscripción a Vallecas VA

Si estás interesado en suscribirte o necesitas más información:

675 646 204

Apóyanos, suscríbete!

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