



La Navidad ilumina las calles de las dos Vallecas

Villa y Puente de Vallecas serán el escenario de diferentes actividades culturales y de ocio para celebrar estas fiestas

Página 8



La Asociación Vecinal Palomeras Sureste celebra su 50 aniversario

Una exposición en la sede de este colectivo es uno de los actos conmemorativos

Página 5



"Vallecas es solidaridad, cooperación y generosidad"

Entrevista con Juan Lobato, secretario general del PSOE en la Comunidad

Página 9

El final del 'scalextric' sigue lejos

El Ayuntamiento de Madrid asegura ahora que su derribo es inviable técnicamente

Por Isa Mendi

El 'scalextric' de Puente de Vallecas, uno de los últimos vestigios del urbanismo y de la movilidad del siglo pasado en la capital, seguirá en pie 'sine die' separando el distrito vallecano del de Retiro, a pesar de los compromisos políticos

y de las proposiciones aprobadas a favor de su demolición. El pasado 20 de noviembre, la delegada de Obras, Paloma García Romero, y, al día siguiente, el propio alcalde de Madrid, José Luis Martínez, aseguraron que el proyecto de derribo del paso elevado de la M-30 es inviable desde el punto de vista técnico y que no compensa, porque no se ganaría espacio para el ciudadano y el desembolso

Los vecinos exigen un proyecto real que acabe de una vez por todas con el paso elevado de la M-30

económico rondaría los 100 millones de euros. Un anuncio que ha caído como un jarro de agua fría sobre las viejas aspiraciones del movimiento vecinal, que al día siguiente volvió a reclamar el cumplimiento del acuerdo del Pleno de Cibeles de marzo de 2021 y la realización de un proyecto real que acabe, de una vez por todas, con esta infraestructura viaria.

Continúa página 3

AUTOESCUELAS Rayo
Muy de Vallecas

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

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

PATROCINADOR OFICIAL

La Gacela

Monocapa | SATE | Rehabilitaciones | ITE
Reformas integrales | Fontanería | Gas | Calefacción
Solados | Alicatados | Pinturas | Proyectos técnicos

Avda. Entrevías, 94
28053 Madrid

Teléf.: 91 708 72 48
Móvil: 619 54 15 50 – 638 22 16 05
crlagacela7@gmail.com

La TABERNA

BAR - CERVECERIA

¡Ven a brindar! Feliz Navidad

Calle Sierra Tortejada, 2 - 28031 Madrid. Metro Congosto

globalpiso
Palomeras-Portazgo

Os desea una Feliz Navidad y Próspero 2023!!

Avda. Pablo Neruda, 17 Local 2 ☎ 91 260 06 91

EDITORIAL

Carta a los Reyes Magos

Llegó nuestra hora, la de los vecinos, la de los pueblos. Finaliza un año, un otoño en el que terminar de sembrar lo que germinará en el invierno, dando paso a la floreciente primavera. Una primavera, 12 años después del poco comprendido movimiento 15M. Tal vez nos encontremos con una primavera vertiginosa y crucial, un tsunami de sensibilidad humanista, que fortalecerá lo verdadero y barrerá con toda mentira y mezquindad.

Quizá sea el momento en que, con suma resolución e imaginación, decidamos acompañar este tsunami que se está expresando en cualquier lugar. Aunque todavía apenas se vea con los ojos, se empieza a oler, a sentir en el cruce de miradas. Ya está presente y se manifiesta de norte a sur y de este a oeste.

Démonos este mes de diciembre para reflexionar, profundizar y decidir nuestra carta al rey mago que todos llevamos dentro.

Te propongo un pequeño juego. Imagínate el mundo que anhelas, el mundo que necesitamos ... Imagínate la Vallecas que quieres, la Vallecas que necesitamos ... Haz el esfuerzo por sentir que ese mundo que anhelas, se va a hacer realidad con toda seguridad, como si tuvieras una bola de cristal y pudieras ver el futuro. Tal vez merezca la pena.

Ahora, mírate y pregúntate ¿qué lugar, qué función, qué labor y qué papel quieres jugar? Y respóndete. Necesitarás un cierto tiempo para ello, pero no dejes de responderle. Esa y ese que te imaginas, esa y ese eres tú

y no una insignificante hormiga como algunos te quieren hacer creer.

Esa y ese tú mismo que ves en ese mundo y en esa Vallecas que anhelas, tráetelo al presente, siéntelo y observa cómo te sientes a ti mismo viéndote de esa manera. Demos un paso más, salgamos a las plazas, a las calles, y comuniquémoslo a pleno pulmón.

De a poco, o de a mucho, unos cuantos se te irán acercando y se reconocerán en esa misma necesidad, y ese sentir rodará como una bola de nieve y no habrá obstáculo que lo pueda parar.

Es el momento de ser valiente y tomar esa decisión. Somos el futuro y trayéndolo a nuestro presente, nos dará la paz, la fuerza y la alegría tan necesarias para vivir el próximo año 2023 de verdad.

Comenta este artículo en www.vallecas.com

CARTAS
AL DIRECTOR

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

prensa@vallecas.com

o por carta a:

Vallecas VA,
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 extraer el texto a publicar, si fuera necesario por razones de espacio. El periódico no se hace responsable de las opiniones que libremente sean expuestas por sus autores en esta sección.

prensa@vallecas.com

//Tribuna Vallecana

¿Quieres colaborar?

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

Dos amigos

— No me digas que no lo viste.

— Pues no, ¿cómo quieres que lo vea?

Alberto se llevó las manos a la cara y estiró su cuerpo dolorido tras un buen rato sentado a la intemperie. La tarde era fría, como todas. Pero el tibio sol se había empeñado en calentarla. Se había ocultado tras los edificios, pero todavía sus rayos se arremolinaban sobre los tejados y entre las ramas desnudas de los árboles. La noche se antojaba más húmeda aún, a tenor de los aromas a tierra y hojarasca que el sol había querido dibujar durante su marcha. Las copas de los sauces se mecían, como despidiendo al día con sus manos de madera y salvia.

— Pues fue un partidazo, de los mejores que he visto. El Rayo muy, muy bien, de verdad. Le bailó al Madrid, que bueno, tampoco es que hiciera nada. Ah, sí, colaron un balón en una casa.

— Me hubiera gustado verlo— dijo Ángel, tras un suspiro— ¿Y qué tal las cosas por el barrio?

— Como siempre.

Una ráfaga de aire levantó entonces las pocas hojas que no estaban ancladas al suelo por la humedad. A los ojos melancólicos de Alberto, parecían aves doradas trazando filigranas en aquella tarde moribunda.

— Abrieron otra casa de apuestas— anunció Alberto.

— No fastidies, ¿dónde?

— En la carnicería donde te cortaban el

jamón y te hacían paquetitos al vacío.

— Ah, ya. Chico, no espabilamos en este barrio.

— Ya podrían haber puesto ahí un centro de salud. Me tengo que ir hasta el de Fuentidueña. Un día me voy a romper la cadera otra vez.

— ¿Seguimos igual?

— ¡Igual! Peor. En el

que me toca, ya no hay médico de urgencias. Si me pasa algo, me tengo

que ir al Infanta Leonor. Y ahora van a cerrar el metro no sé cuántos meses, así que ya me dirás, como no vaya volando...

— Pensaba que habían aprendido algo después de lo de las residencias. Tú no sabes lo que fue eso.

— Me lo puedo imaginar.

— No, Alberto, no te lo puedes imaginar.

El tono sombrío de sus palabras le hizo estremecer. Un escalofrío le recorrió la espalda y le erizó la piel. La imagen de su amigo en aquella habitación, solo, sucio, temblando de miedo y de fiebre, volvió, una vez más, a su cabeza. Tras una vida de esfuerzo, de preocuparse por los demás, recibió el desprecio, el desamparo más absoluto. Y no sirvió ni para concienciarnos. La temperatura,

La imagen de su amigo en aquella habitación, temblando de miedo y de fiebre, volvió a su cabeza. Tras una vida de esfuerzo, recibió el desamparo más absoluto

ya fría de la inminente noche, incrementó su desasosiego.

— Un día me vengo aquí contigo.

— Más pronto que tarde, como sigan así las cosas— dijo Ángel tras una carcajada, con ese humor crudo que tanto le caracterizaba.

— Me voy a marchar, que empieza a refrescar.

— Sí, sí, tranquilo.

— Bueno, si no te veo, felices fiestas y eso.

— Ostras, otra vez Navidad.

Entonces, se puso de pie, tratando de desentumecer sus miembros ya ateridos por el frío, y se levantó el cuello del abrigo.

— Oye, ven a verme pronto, ¿eh?, pero no se te ocurra quedarte.

— Je, lo intentaré. Hasta pronto, amigo.

— Cuidate.

Alberto se metió las manos en los bolsillos y se dirigió, cabizbajo, hacia la salida. Cualquiera que, aquella tarde, se asomara a los balcones que dan a la tapia, se sorprendería de ver a ese anciano charlando con una lápida.

Ignacio Marín (@ij_marin)



Autor: Dani Gago

La imagen del mes

Carlos vive, la lucha sigue

Este 11 de noviembre se cumplieron 15 años del asesinato de nuestro vecino Carlos Palomino a manos del militar fascista Josué Estébanez cuando se dirigía al barrio de Usera para manifestarse contra el racismo y la xenofobia. Como todos los años desde entonces, sus amigos y vecinos volvieron a salir a la calle para recordarle a él y a todos los asesinados por el fascismo y para seguir manifestándose contra el fascismo, el racismo y la xenofobia.

DIRECTOR: Jesús Arguedas Rizzo ■ REDACCIÓN: Isa Mendi ■ DISTRIBUCIÓN: Mar Torrado ■ DISEÑO Y MAQUETACIÓN: info@pardetres.net ■ COMUNICACIÓN Y REDES SOCIALES: Olivia Anders

■ PUBLICIDAD: Jesús Arguedas Rizzo ☎ 675 646 204 ■ FILMACIÓN E IMPRESIÓN: Impresa Norte ■ EDITA: Publicaciones Periódicas Jemar S.L. ■ Depósito Legal: M-28301-2018

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

■ NOTA DEL EDITOR: No se permite la publicación por ningún medio impreso o digital de los contenidos, imágenes, así como la reproducción del diseño de los anuncios contenidos en el periódico sin el consentimiento previo y escrito. Este periódico no se hace responsable ni de las opiniones de sus colaboradores ni del contenido de los anuncios.

PRODUCIDO EN VALLECAS

Control de distribución



Financia:



Miembro de





▲ La avenida de la Albufera, con el paso elevado de la M-30 en el horizonte JESÚS INASTRILLAS

El 'scalextric' seguirá a la espera de su derribo

➤ La Asociación Vecinal Doña Carlota-Numancia asegura que el vecindario ha sufrido una nueva decepción y que ya van muchas

(Viene de portada)

Las palabras del alcalde de "no es una decisión política" y, sobre todo, las de la delegada de Obras, Paloma García Romero, de "no compensa para nada" escuecen sobre manera al ahora desesperanzado vecindario de Puente de Vallecas y de Retiro que aguardan desde hace largos años la fecha del inicio de las obras del desmantelamiento del paso elevado de la M-30, la gran barrera que separa ambos distritos vecinos. Además, recelan de los expuesto por el consistorio y exigen la convocatoria de la mesa de seguimiento del proyecto con el fin de que el delegado de Medio Ambiente y Movilidad, Borja Carabante, se comprometa en un plazo real a presentar un estudio de movilidad que haga posible el proyecto de acuerdo a las condiciones establecidas en el pleno. Por otro lado, acusan al Ayuntamiento

de no haber realizado ningún plan alternativo al elaborado hace casi dos décadas, que haga posible el desmantelamiento y cumpla con el acuerdo unánime del pleno del 30 de marzo del año pasado.

"Llevamos décadas demandando una solución al paso de la M-30 por el Puente de Vallecas. Con cada atisbo de solución, la vecindad hemos sufrido una nueva decepción, y ya van muchas", critica la Asociación Vecinal Doña Carlota-Numancia a través de un comunicado. "Nos gustaría recordar los motivos por los que es insostenible y de gran urgencia la solución al paso de una autovía con 14 carriles con una media estimada de paso de 170.000 vehículos por día. Dicho paso genera un temor insoportable, contaminación, estigma social y segregación ya que el 'scalextric' define una frontera física y social junto al centro de Madrid", añaden.

Críticas de la oposición

Por su parte, Más Madrid y PSOE lanzaron críticas a la gestión municipal con respecto a este proyecto. "Para el PP, Vallecas no es una prioridad, para Más Madrid es una de las principales y por eso la primera medida que pongamos en marcha al llegar al Gobierno municipal será la demolición del 'scalextric' de Vallecas, para mejorar la vida de esos miles de vallecianos que llevan décadas viviendo encima de una autopista urbana", aseguró la portavoz de la primera de las formaciones, Rita Maestre. Por su parte, la socialista Mar Espinar cree que, al alcalde, José Luis Martínez-Almeida, "le queda grande" hablar de reequilibrio territorial cuando finalmente ha rechazado desmontar el paso elevado.

Asociación Doña Carlota
"El 'scalextric' genera contaminación, estigma social y segregación, ya que define una frontera física y social"

La delegada de Obras, Paloma García Romero, argumentó en la comisión del Obras del 23 de noviembre que, en la primera parte de 2022, el área de Medio Ambiente y Movilidad llevó a cabo varios estudios y simulaciones de los efectos derivados de la supresión del puente. "La conclusión fue la necesidad de construir un túnel para absorber el importante tráfico de paso que da continuidad a la Calle 30 y que también era necesario dejar un vial en superficie, con tres carriles por sentido para resolver la demanda de movilidad local, especialmente en la entrada y salida del distrito de Puente Vallecas, junto al importante número de autobuses que regulan este espacio", argumentó la edil del PP.



▲ La parcela pública situada en la intersección de la calle Ibor con Ronda del Sur

Un aula polivalente en una parcela sin uso

➤ Asociación Vecinal La Paz de Entrevías pide su construcción en la calle de Ibor

Por Redacción

La Asociación Vecinal La Paz considera necesaria la construcción de un aula polivalente intergeneracional en Entrevías, una zona que, a su juicio, carece de un recurso cultural de estas características para uso y disfrute de la infancia, de las personas mayores y de los jóvenes. El lugar ideal, según estos residentes, sería la parcela pública actualmente sin uso y que asegura lleva más de 20 años sin limpiar, situada en la confluencia de la calle de Ibor con Ronda del Sur.

Este colectivo explica que el Centro Cultural Lope de Vega (calle de Concejo de Teverga) no cubre las necesidades de la población más alejada del mismo al ser Entrevías un barrio extenso y que, además, esta dotación es frecuentada por personas no solo de la zona donde se encuentra, sino de todo Puente de Vallecas. "La población de Entrevías hace una vida muy de proximidad

a la zona del barrio en la que viven (calles, plazas...) en sus tiempos libres. Por la escasez de recursos económicos, entre otros, el acceso a actividades de carácter cultural, social y también deportivo, está muy condicionada y limitada, y estos vecinos no se desplazan fácilmente a los otros centros culturales", señalan sus responsables.

Propuesta rechazada en Pleno
Estos vecinos presentaron una proposición en este sentido en el Pleno de noviembre de la Junta Municipal de Puente de Vallecas para instar al Área de Gobierno correspondiente a su creación, que fue rechazada por PP, Cs y Vox al considerar que hay suficientes equipamientos culturales en este barrio. En el texto, los residentes solicitaban, además, su participación en el diseño de la mencionada dotación.

A pesar de este revés, la asociación vecinal dice que seguirá defendiendo la necesidad de construir espacios culturales para el barrio "con la participación de los ciudadanos y de las entidades vecinales y sociales".

Talleres CUEMA
CHAPA Y PINTURA

📍 Avenida Pablo Neruda, 2

☎ 91 777 71 96 ✉ tallerescuema@gmail.com

Alquilo habitación exterior con calefacción y agua caliente central en Villa de Vallecas. Metro Congosto. Solo caballeros. **320 €** todo incluido. Llamar a cualquier hora **685 961 152**

REPARACIÓN DE MAQUINAS DE COSER

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

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



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 Díaz, 4

¿SABÍA QUE TENEMOS...?

EVOLUCIÓN DE ANGUS DE ESCOTA

ANGUS BEEF

-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

ANEGLO DE ROPA

PRODUCTOS VENEZOLANOS Y MUCHO MÁS...

Vallecas VA

anúnciese en

Mar: **620 940 440**

LLEGA A MÁS GENTE EN TODO VALLECAS

ACTUALIDAD



▲ La exposición instalada en los locales de la asociación en la calle de Fuente de Piedra 20

Palomeras Sureste, 50 años al servicio del barrio

Por José Molina Blázquez, presidente AV Palomeras Sureste

Cantaba Carlos Gardel aquello de "20 años no es nada, si es feliz la mirada..." y ahora, nosotros, podemos decir algo parecido. 50 años no han sido demasiados, si tenemos en cuenta que han sido provechosos para el barrio y podemos rendir cuentas, con la mirada alta, de tantos días, tantos meses, tantos años de trabajo, de colaboración vecinal, de ilusiones iniciales que se han trocado en realidades disfrutadas por nuestros vecinos y vecinas de Palomeras Sureste.

Nuestra asociación ha hecho historia en las luchas del barrio. Comenzamos en 1971, aunque fuera legalizada, por aquello de la Dictadura, en 1973. Desde el primer momento lo hicimos reivindicando la lucha por la vivienda y la remodelación del barrio. Formamos parte, desde el comienzo, de la coordinadora de asociaciones de vecinos de Vallecas. Lo fuimos igualmente en la constitución de la Federación Regional de Asociaciones de Vecinos de Madrid (FRAVM), que articuló desde 1976 el movimiento ciudadano madrileño.

En ese trabajo fuimos punta de lanza de las iniciativas que impulsó la citada federación. Como referente más claro, estuvimos en la

convocatoria de la primera semana ciudadana, que concluyó, en la primera manifestación vecinal legalizada, celebrada en la calle de Preciados, en la que participaron más de 50.000 personas.

En nuestro barrio, en esos primeros años, estuvimos representados por Pepe Osuna, primer presidente que bregó con todas las tensiones a las que sometía el régimen a todo aquel que se moviera mínimamente. Pepe fue citado a la comisaría de Puente de Vallecas y en otras ocasiones a la Dirección General de Seguridad, para dar cuenta de cuantos pasos eran considerados "subversivos" dados por la asociación de vecinos.

Tras muchos años de lucha,

Tras muchos años de lucha, se lograron unas 16.000 viviendas en todo Vallecas, y dos escuelas infantiles, tres colegios y el Centro de Salud Federica Montseny

logramos las viviendas, unas 16.000 en todo Vallecas, y un amplio equipamiento. Solo en nuestro barrio: 2 escuelas infantiles, 3 colegios, el parque lineal de Miguel Hernández, la biblioteca, el Centro de Salud Federica Montseny y otros equipamientos sociales.

En nuestro barrio se realojaron muchos de los vecinos del Cerro del Tío Pío, de las casas que estaban situadas en nuestras lindes, junto al Campo de la Paloma, dando pie a nuevas calles del barrio, como Fuente de Piedra o Rafael Alberti.

Acabado el largo y productivo proceso de remodelación, tocó meterle mano a la ampliación de la línea 1 del Metro. La pelea duró 6 años y en ese 'tour de force' estuvimos coordinando a las asociaciones vecinales afectadas. Y como la vivienda y la remodelación, también lo conseguimos, aunque no el 100% de lo previsto.

Otro logro destacable, fue la instalación de gas natural en todo nuestro barrio y en colaboración con San Agustín y Los Álamos llegar a nuevas zonas de Puente de Vallecas. Fue la idea, el proyecto para abaratar la instalación, la negociación con Gas Natural para abaratar las conexiones, con el Ayuntamiento para reducir las tasas y acelerar los permisos de obras y la negociación con diferentes empresas para abaratar hasta 200.000 pesetas el precio de la instalación final. En esa tarea, no fue menos complicado dirigirse a todas las comunidades de propietarios (en nuestro barrio más de 300), ponerlas de acuerdo y

eliminar en poco tiempo la penuria de los braseros, las estufas de butano y los radiadores eléctricos.

Celebraciones

Al cabo de estos 50 años, los que actualmente componemos la Junta Directiva hemos tirado la casa por la ventana, reforzando la presencia cultural de nuestro barrio. El día 18 de noviembre Radio Vallecas realizó un programa en directo. En el mismo participaron los colegios Asturias y Tolosa Latour, la escuela infantil Zaleo, el periodista de Vallecasweb, Antonio Luquero, que, además de hablar de su barrio, nos adelantó, la decisión de Metro de interrumpir la Línea 1 desde Miguel Hernández hasta Atocha en próximas fechas. Finalmente, un grupo de mujeres protagonizó una mesa redonda donde salieron muchas vivencias.

El sábado 19, por la mañana, tuvimos la actuación de la Banda de Vallecas en el colegio Carlos Sainz de los Terreros. El recital estuvo trufado de la lectura de poemas de Alberti, Miguel Hernández, García Lorca, León Felipe, Gerardo Diego y Antonio Machado. Al término, el Quinteto de Cuerda 1919 hizo las delicias del respetable. Por la tarde, en el mismo escenario estuvo el coro Vallekantha, que ofreció lo mejor de su repertorio: música gospel, canciones de Mario Benedetti, Rosana, finalizando con un coreado Himno de la Alegría de Beethoven, en la versión popularizada por Miguel Ríos.

Para rematar la programación de noviembre, se inauguró una exposición en los locales de la asociación de vecinos (calle de Fuente de Piedra 20), que estará abierta hasta finales de diciembre, dentro de un mes que se despedirá con nuevos actos conmemorativos. Y así, hasta que el cuerpo aguante. Reivindicando sanidad y educación pública y exigiendo que amplíen el trozo de puente que recorre la Avenida de de la Albufera sobre la M-40, que dismantelen la incineradora y la depuradora de la China, que den luz y viviendas a la Cañada Real, que dismantelen el Puente, etc...

Una vallecana, premiada en el Día Mundial de los Materiales

➤ Esther López obtuvo el galardón de la SOCIEMAT el 2 de noviembre

Por Redacción

La vallecana Esther López ganó el premio al Mejor Trabajo Fin de Máster en Ciencia de Materiales otorgado por la Sociedad Española de Materiales (SOCIEMAT) el pasado 2 de noviembre en la Jornada del Día Mundial de los Materiales. En esta competición nacional, los tres finalistas seleccionados realizaron una presentación de sus investigaciones y Esther consiguió el

primer premio por su trabajo titulado 'Protección Activa de Aleaciones de Aluminio', que tiene como finalidad investigar recubrimientos sostenibles e inteligentes para mejorar el comportamiento a corrosión de aleaciones de aluminio empleadas en aeronáutica.

Esta investigación forma parte de la tesis doctoral, dirigida por los profesores Raúl Arrabal y Marta Mohedano, que la estudiante vallecana está desarrollando en el grupo de 'Caracterización, Corrosión y Degradación de Materiales', en la Facultad de Ciencias Químicas



de la Universidad Complutense de Madrid. Gracias a esta distinción, Esther será la representante de España en la competición European Master Thesis Award, organizada por FEMS (Federation of European Materials Societies), que tendrá lugar en Frankfurt (Alemania) en septiembre 2023.

▲ La estudiante de doctorado, Esther López, junto con los otros dos finalistas y el presidente de la Sociedad Española de Materiales

La plataforma Rompe el silencio se presenta en Madrid

➤ Varios vallecanos asistieron el 3 de diciembre al acto de lanzamiento que tuvo lugar en el centro de la capital

Por C.E. Llorente



Son múltiples los estudios que establecen una correlación entre los países con mayor porcentaje de vacunación covid y el incremento de la sobremortalidad

◀ Nines Maestro fue la encargada de leer el manifiesto
C. E. L.

Iniciativa ciudadana

Rompe el silencio es una iniciativa ciudadana que exige a las autoridades sanitarias del estado y de todas las comunidades autónomas, que inicien una investigación a fondo y con total transparencia de las posibles causas que están detrás de esta sobremortalidad, sin excluir ninguna posibilidad, pues mantener el silencio en esta cuestión pone en juego la vida y la salud de todos.

Al escuchar el nombre de la plataforma puede que nos paralice sentir e imaginarnos hacerlo solos. Si Vallecas sabe de algo, es de resolver y dar respuesta a problemas que afectan a los vecinos de forma comunitaria y solidaria. Hagamos lo mismo ahora, rompamos el silencio juntos. Juntémonos para comenzar a hablar de ello. Si quieres hacerlo ponte en contacto: rompamos.el.silencio.vallecas@gmail.com

Toda la información sobre la plataforma en: <https://www.rompeelsilencio.es/>



"Hace un año, en noviembre, los datos reflejados en las estadísticas oficiales, concretamente, las del Observatorio de Monitorización de la Mortalidad del Instituto de Salud Carlos III, indicaban que España se encontraba entre los primeros puestos en el ranking de países con exceso de mortalidad. Los datos estaban por encima de lo esperado y nadie daba respuestas. En una rueda de prensa en la que comparecía la ministra de Sanidad, Carolina Darias, se le preguntó sobre esos datos y su respuesta fue que a ella también le gustaría saber qué estaba

pasando, de qué estaba muriendo la gente. Pero que se sepa, no se abrió ninguna investigación", comentaron los responsables de la plataforma Rompe el silencio, en el transcurso de su presentación en Madrid, el pasado 3 de diciembre.

Llegó 2022 y las cifras no han mejorado en absoluto. En lo que va de este año, hay un exceso de mortalidad no explicado en todas las edades, más de 30.000 personas en España, excepto en el grupo de 0 a 4 años que aún no ha recibido la vacuna. En verano se quiso atribuir este exceso de muertes al calor.

Ahora que estamos en invierno, al frío.

Desde que comenzaron a salir a la luz estos datos oficiales, no dejamos de leer noticias en multitud de medios que nos advierten del riesgo de tener un infarto o un ictus, por comer pizza margarita, ver el fútbol, chupar las cabezas de las gambas, dormir una siesta demasiado larga, comer cocido, tener sexo... cualquier cosa, menos algo que ha sido común en todos los países del mundo donde está pasando exactamente lo mismo desde 2021: la inoculación generalizada de la vacuna contra la covid.

Son múltiples los estudios que establecen una correlación estadística muy alta y directamente proporcional entre los países con mayor porcentaje de vacunación en su población y el incremento de la sobremortalidad en dichos países, respecto a los menos vacunados.

En esta plataforma, médicos, científicos, psicólogos, comunicadores y afectados piden entre otras cosas, que se rompa el silencio, tanto por parte de las personas afectadas o de sus familiares como de las instituciones públicas.





Unas 1.600 personas participaron en la manifestación que recorrió la Avenida de la Albufera en la tarde noche del 25 de noviembre

◀ La marcha que recorrió la Albufera
JESÚS INASTRILLAS
▼ El ensayo previo a la 'flashmob'
JESÚS INASTRILLAS

Vallecas marcha y baila contra las violencias machistas

➤ Los dos distritos fueron el escenario de diferentes actividades con motivo del 25-N



Por Redacción

Los distritos de Puente y Villa de Vallecas volvieron a ser el escenario de diferentes actos para denunciar la violencia de género con motivo del Día Internacional por la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres. Entre ellos, destacó la 'flashmob', que volvió a celebrarse, en esta ocasión el pasado

24 de noviembre. Este evento se ha convertido desde 2017 en una cita anual para muchos vecinos y vecinas que, año tras año, dicen "No a las violencias machistas".

Esta actividad que nació de la Asociación Vecinal Puente de Vallecas-San Diego, del proyecto de Dinamización Vecinal de la FRA-VM y de los Servicios Sociales de Puente de Vallecas, contó con la colaboración de diferentes programas municipales, como actividades

complementarias de los centros de mayores, Save The Children, UDC-CEAR, Programa Educación de Calle y la Mesa de Intervención Social Comunitaria de San Diego y Portazgo.

El acto comenzó en la Plaza de Amaia Imaz, que recibe ese nombre por el proceso participativo "Vallecas con nombre de mujer". La Unidad Distrital de Colaboración (UDC-CEAR) restauró el mural 'Flores en Vallecas' del artista valleciano Fran

De Gonari, que, junto a Mariana Romeira, leyó un texto explicando que la obra es un homenaje a todas las mujeres, de todas las épocas, a sus luchas en Vallecas.

Posteriormente, se realizaron varios ensayos antes de dar paso al corte de la Avenida de la Albufera, donde alrededor de 200 personas se congregaron para bailar y reivindicar que la violencia machista es cosa de toda la ciudadanía y la importancia de no callarse ante una

agresión, como dice la canción de Roma Calderón: "Vecino, vecina, si ves algo cuéntalo, porque un testigo que calla es un cómplice, abre los ojos, hay mil formas de ser un maltratador, despierta, porque esto también te sucede a ti, nunca más violencia, nunca más solas, busquemos alianzas, cómplices, ¡busquemos tu valor!".

La actividad contó con los permisos necesarios para cortar los cuatro carriles de la céntrica avenida, lo que permitió que muchos residentes que pasaban por allí se sumaran a la iniciativa. Se realizaron dos pases del baile que culminaron con un gran aplauso al grito coral de: "Qué viva la lucha de las mujeres".

Manifestación

Al día siguiente, en el mismo escenario, cientos de mujeres, unas 1.600 según la Delegación del Gobierno en Madrid, protagonizaron la manifestación que recorrió esta importante arteria de Puente de Vallecas y que contó con la participación de la ministra de Igualdad, Irene Montero. La marcha encabezada por una banda de tamborileras que aportó un ambiente festivo, también mostró carteles de "#yocoinlene" o "a las feministas no nos para Vox", lemas con los que quisieron apoyar a Montero y a su ley del 'Solo, sí es sí'. "Nos manifestamos para que se nos crea, para que tengamos visibilidad, para que esto se acabe ya", aseguraron las portavoces de la plataforma Comisión 8M Vallecas, responsable de esta iniciativa multitudinaria.

Por último, el sábado 26 de noviembre se celebró otra marcha de 10 kilómetros, organizada por el colectivo Vallekanas Feministas Km9, bajo el lema 'Villa de Vallecas contra las violencias machistas', que partió del Parque de la Gavia y concluyó en el Paseo Federico García Lorca, junto al olivo. "Que somos porque nos cuidamos y qué viva la lucha feminista", lanzaron sus promotoras al término del acto reivindicativo.

Sonrisas e ilusiones truncadas

Por Z. M.

David era un vendedor de la ONCE que repartía sonrisas e ilusiones. Y a veces más que ilusiones, en forma de premios importantes a partes iguales, allá por donde quiera que el destino y las maniobras empresariales del equipo directivo le llevaban. Ya fuese en un quiosquito en una esquina de Moratalaz, ya fuese a las puertas de un supermercado al cobijo del exiguo cartel Ahorramás, allí estaba el bueno de David repartiendo suerte entre sus clientes y clientas.

Indalecio es el nombre ficticio de una de las personas que aconsejan, asesoran, inspeccionan y comprueban el buen estado del chiringuito en el que se producen las ventas de cupones de la ONCE: Cupón Diario, Cuponazo, Suedazo, Super Once, Triplex, Mi día, Eurojackpot, Rascas, o Rascas Especiales. Todo un arsenal de productos que se tienen que transportar en el maletín de trabajo, de quiosco en quiosco,

o en un aparatoso expositor cuando el desvariado criterio de este "caprichoso" inspector consideraba que David tenía que realizar su trabajo a la intemperie.

A veces no nos damos cuenta, y con esta reflexión me gustaría apelar a las personas con responsabilidad como nuestro antojadizo inspector, pero una delgada línea entre la vida y la muerte nos acompaña a todos en nuestro camino vital sin percatarnos de su presencia y... de su flaqueza.

David era una persona amigable, con una presencia frágil acrecentada por su 40% de minusvalía, una persona querida, y cuya línea vital era alegre y hermosa mientras compartía felices momentos con sus amigos, sus seres queridos, con sus clientes en su puesto de trabajo que buscaban su sonrisa y se percataban de su fragilidad. Pero se convertía en una espiral endemoniada cuando se sentía excesivamente presionado por las exigencias acosadoras de sus superiores.

La línea espiral se fue convirtiendo en un peligroso remolino y, a pesar de que el cariño de todos nosotros la parecían reconducir a un estado más estable, el endemoniado

remolino estaba actuando en su delicada mente, torturándole en los días laborales, martirizándole en las noches previas a su jornada laboral, llevándole finalmente a un trágico final. ¡Maldito destino!. ¡Malditas sean las estrategias empresariales que socavan con fines espúreos la autoestima de los trabajadores!. ¡Malditos los trabajadores con cierto "rango" que se prestan sin remordimientos a dar continuidad a tácticas de erosión anímica en sus compañeros trabajadores!. Malditos seáis todos los "Indalecios" que haya por el mundo que os prestáis a semejantes prácticas sin pestañear. ¡Malditos seáis!. No estáis mejorando nada ni las empresas, ni el mundo en que vivimos, ni nada. Hacéis todo lo contrario. Hacéis que los centros de trabajo se parezcan más a cloacas que a lugares sanos de trabajo. Hacéis que el mundo sea más feo, más nauseabundo. Hacéis que en mentes como la de David se instale la desesperación y la pesadilla. No se pudo parar ese torbellino que habían insertado dentro de ti. David, te queremos, descansa en paz. Ahí se queda una buenísima persona que no se merecía ese final.

ACTUALIDAD / Espacios de Igualdad

Espacio de Igualdad María Moliner



601 642 453

Espacio de Igualdad Elena Arnedo



914 802 508

¿Cómo se recoge la violencia vicaria en el ordenamiento jurídico?

Por Paula Ibáñez, abogada del Espacio de Igualdad Elena Arnedo Soriano

La violencia vicaria es un tipo de violencia de género acuñada en 2012 por la psicóloga Sonia Vaccaro, que lo define como "aquella violencia que se ejerce sobre los hijos para herir a la mujer. Es a la mujer a la que se quiere dañar y el daño se hace a través de terceros, por interpósita persona. El maltratador sabe que dañar, asesinar a los hijos o hijas, es asegurarse de que la mujer no se recuperará jamás. Es el daño extremo".

El Pacto de Estado contra la violencia de género, aprobado en 2017, sí menciona el término, pero

no ha empezado a emplearse en los medios de comunicación y en la sociedad civil hasta la retransmisión de la serie documental 'Rocío, contar la verdad para seguir viva', en el que se ha expuesto el modo en que Rocío Carrasco ha sido y es víctima de violencia vicaria, seguido del caso de filicidio de las dos menores de Tenerife. Sin embargo, no hay estadísticas de violencia vicaria y tampoco se ha incluido en la última macroencuesta de violencia contra la mujer.

Menores instrumentalizados

Aunque el sufrimiento y el daño suele perpetrarse a través de las criaturas en esta también denominada "violencia instrumental", en ocasiones se ejerce utilizando a

otras personas importantes de la mujer, cosas u objetos de especial valor para la misma, e incluso animales con los que la misma tiene un vínculo afectivo. En cualquier caso, la vía más común y grave es el uso y el maltrato de las y los menores (víctimas también primarias de esta violencia) para someter, chantajear y hacer sufrir a la madre, cuando decide poner fin al maltrato rompiendo la relación con el maltratador, que continúa su ejercicio de dominación y violencia a través del nexo de unión que le queda: los hijos y las hijas.

Algunos ejemplos de esta violencia en sus distintas facetas y grados son, entre otros: amenazas ("te voy a quitar a los niños si me dejas", "te voy a hacer la vida imposible"), episodios de violencia, humillaciones y vejaciones contra las madres en las entregas o recogidas de los menores, negligencia en su cuidado (en higiene, salud, alimentación, ropa y uniformes escolares), y, por supuesto, la punta del iceberg consistente en el asesinato de los hijos y de las hijas comunes.

Desde 2015, las personas

menores de edad expuestas a violencia de género son reconocidas como víctimas, gracias a la Ley de Protección de la Infancia aprobada ese año. Sin embargo, la falta de retirada de guarda y custodia y el mantenimiento del régimen de visitas por parte del sistema judicial, aunque se haya condenado al padre

por malos tratos a la madre, permite que el agresor desplace la violencia hacia las criaturas y seguir haciendo sufrir a la madre.

Si quieres informarte sobre tu caso, la abogada del Espacio de Igualdad más cercano te atenderá y orientará para abordar este proceso conociendo tus derechos y obligaciones.

ACTIVIDADES ESPACIO DE IGUALDAD ELENA ARNEDE

Cómo ahorrar y entender la factura de la luz

Dirigido a toda la población

Miércoles 14 de diciembre, pendiente de concretar hora

Violencia contra las mujeres desde una perspectiva histórica

Dirigido a toda la población

Jueves 15 de diciembre, de 16 a 18 horas

Lengua de signos

Dirigido a mujeres

Lunes 19 de diciembre, de 12.30 a 14.00

Excursión: El Jardín Botánico con mirada de mujer.

Dirigido a mujeres

Jueves 15 de diciembre. De 10:30 a 13h

ACTIVIDADES ESPACIO DE IGUALDAD MARÍA MOLINER

Las mujeres migrantes en Madrid

Dirigido a mujeres

Viernes 16 de diciembre, de 17 a 19 horas

Punto de encuentro Metro Villa de Vallecas a las 17 horas.

Los hombres y el feminismo

Dirigido a hombres

Martes 13 diciembre, de 18 a 19:30 horas

Cine y discapacidad

Dirigido a toda la población

Martes 20 de diciembre, de 17:30 a 20.00



Las mujeres mayores de 65 años son víctimas invisibles

Ante la violencia, denuncia.



**Comunidad
de Madrid**

La Navidad llega a Puente y Villa de Vallecas

➤ El encendido del alumbrado típico de estas fechas se produjo a finales del pasado mes de noviembre

Por Isa Mendi

La Navidad llegó a las calles de Puente y Villa de Vallecas a finales de noviembre, casi un mes antes de la primera de las celebraciones de esta festividad, con el encendido del alumbrado típico de estas fechas. Los lugares más emblemáticos de ambos distritos permanecerán iluminados con pórticos, guirnaldas, cadenas y otros adornos hasta después de Reyes. Por delante, días donde se desarrollará una programación especial de actividades que culminarán con las tradicionales cabalgatas de Reyes.

En Puente de Vallecas, una de las atracciones será la pista de hielo, situada en el Bulevar de la Avenida Entrevías a la salida de estación de Cercanías Asamblea de Madrid-Entrevías, que acogerá el evento 'Patinando sobre letras', una iniciativa que, además de acercar el patinaje a los más pequeños, pretende fomentar la lectura con una caseta-biblioteca amenizada con cuentacuentos, teatro y magia, entre otras propuestas. A su vez, la sala de exposiciones del Centro Cultural Lope de Vega (calle de Concejo de Teverga 1) volverá a acoger hasta el 7 de enero el Belén del distrito, declarado Bien de Relevancia Local. Además, los 17 puestos de la feria de artesanía Bulevarte permanecerán abiertos hasta el 27 de diciembre en el bulevar de Peña Gorbea.

Corales de Navidad

Por su parte, Villa también será también escenario de diferentes actividades navideñas. Entre ellas, destacarán el ciclo Corales de Navidad con conciertos de villancicos el 17 de diciembre en las parroquias de Santa María de Nazaret y San Juan de Dios, el 22 en el colegio Honduras y el 27 en San Pedro Ad Víncula que también acogerá el 1 de enero el Concierto de Año Nuevo. De igual modo, el Gospel será protagonista el 28 de diciembre en la parroquia de San Eugenia a través de las voces del Coro Matritum Cantat, y en el auditorio Lola Camarena la compañía El Ensemble Brindis de Sala felicitará la Navidad el 30 de diciembre con su espectáculo navideño de cuerda. El belén municipal de Villa de Vallecas, realizado por la Asociación de Belenistas de Madrid, se podrá visitar a partir del 7 de diciembre al 3 de enero en el Centro Cultural Francisco Fatou (calle de Manuel Vélez 10).



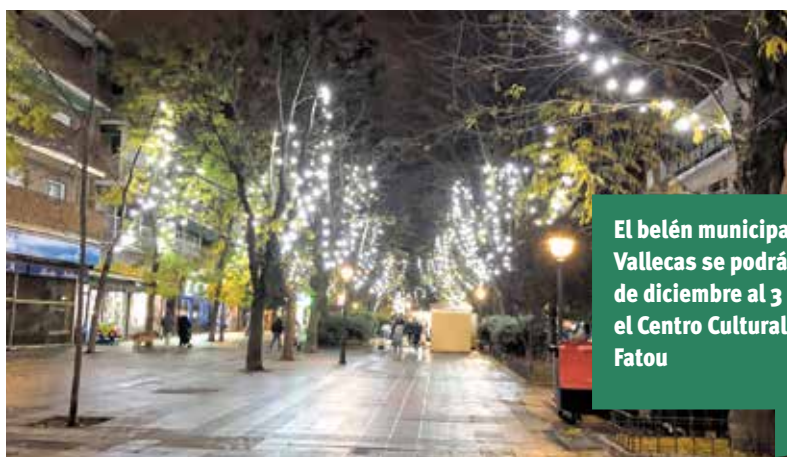
Una de las atracciones será la pista de hielo, situada en el Bulevar de la Avenida Entrevías, que acogerá el evento 'Patinando sobre letras'

▲ La calle de Pedro Laborde, en su confluencia con la de Ramírez Tomé
JESÚS INASTRILLAS

▶ El alumbrado navideño de la Avenida de la Albufera
JESÚS INASTRILLAS

▼ El paseo de Federico García Lorca, en Villa de Vallecas
I. M.

▼ ▶ El nacimiento, en el bulevar de Peña Gorbea
JESÚS INASTRILLAS



El belén municipal de Villa de Vallecas se podrá visitar del 7 de diciembre al 3 de enero en el Centro Cultural Francisco Fatou



Invertir en inmuebles en 2023

El inmueble es uno de los activos de inversión más seguros del mercado. En un momento en el que la inflación está disparada y la cesta de la compra también, sentimos como nuestros ahorros de toda la vida van perdiendo valor en el banco a pasos agigantados.

Uno de los propósitos que todos nos ponemos al comenzar el año es hacer más deporte y ahorrar más. Dicen que el dinero no da la felicidad, pero tampoco la quita. Vamos a explicar por qué 2023 puede ser un buen año para tu primera inversión inmobiliaria.

A la hora de comprar un piso para ponerlo en alquiler, debemos separar la mentalidad del propietario de la mentalidad del inversor. No tenemos que buscar el piso perfecto en el que viviríamos nosotros, sino una tipología que tenga

demanda en alquiler. Siempre que se invierta con conocimiento del mercado, con cabeza, con estrategia y aconsejado por un agente inmobiliario que conozca la zona, se puede hablar de una inversión prácticamente pasiva y de una cobertura contra la inflación.

Si tienes una hipoteca a tipo fijo, podríamos hablar de apalancamiento, ya que esa deuda vale menos cada año. La misma inflación que le quita valor a los ahorros en el banco, es la que hace que suba el valor de los inmuebles.

Seguro que te has planteado alguna vez en invertir en ladrillo, pero pensabas que necesitarías un gran capital o que solo era para ricos. Ten en cuenta que la demanda del alquiler en Madrid aumenta y que el arrendamiento de larga duración tiene ventajas fiscales.

Al pedir un préstamo para poner una vivienda en alquiler, estamos hablando de deuda buena. La deuda buena ayuda a aumentar nuestro patrimonio. La deuda mala es la que contraemos al pedir un préstamo para ir de vacaciones, para adquirir el último modelo de 'smartphone' o para comprarnos un coche muy superior a nuestras necesidades.

No hace falta mucho dinero para hacer una inversión inmobiliaria. Eso sí, recuerda que rentabilidades pasadas no garantizan rentabilidades futuras.

Si quieres que te ayudemos a encontrar una buena oportunidad de compra para dedicarla al alquiler, llámanos. 26 años como agentes inmobiliarios en Vallecas nos han enseñado mucho.

Jose Ignacio Rubí

Experto inmobiliario y Gerente de comprarcasa Torresrubí

91 303 63 55

www.torresrubí.com



“Vallecas es solidaridad, cooperación y generosidad”

➤ Entrevista con Juan Lobato, secretario general del PSOE de la Comunidad de Madrid

Por Redacción

Juan Lobato (Madrid, 1984), secretario general del PSOE de la Comunidad de Madrid y portavoz de su grupo en la Asamblea, analiza en esta entrevista con Vallecas VA las actuales carencias de los dos distritos vallecanos y avanza los proyectos que tiene en mente para llevar a cabo en esta zona de la capital.

➤ **P: ¿Cuáles son los principales problemas que tienen los vallecanos?**

➤ **R:** A los vallecanos les tratan como madrileños de segunda. Dos distritos de gente trabajadora que no reciben unos servicios acordes a su esfuerzo. Los problemas son los mismos de otros distritos, pero elevados a la enésima potencia.

➤ **P: ¿Qué proyectos tiene para Puente y Villa de Vallecas?**

➤ **R:** Ambos distritos tienen

que pasar a formar parte de las prioridades de Madrid. Desmantelar el scalextrix de Puente de Vallecas. Apostar por la sanidad y la educación: un segundo instituto y otro centro de salud. Y un acceso subterráneo al hospital Infanta Leonor.

➤ **P: ¿Cuál es su receta para la sanidad pública?**

➤ **R:** Escuchar y atender las demandas de los sanitarios, que ya están en nuestro plan de rescate de la Sanidad: aumentar el número de médicos y enfermeros en atención primaria y subir un 10% la inversión para tener una sanidad de primera.

➤ **P: ¿Qué nota le pondría a la situación de la educación en Vallecas?**

➤ **R:** En Vallecas, y en Madrid, no hay libertad. No hay libertad para elegir en educación. En el Ensanche hay 4 centros concertados de Secundaria y un solo instituto público, saturado. Y han regalado una parcela de 1,5 millones a otro

centro concertado. El sobresaliente va a los profesionales de la Pública y a las familias que resisten.

➤ **P: Vallecas tristemente es noticia en muchas ocasiones por problemas de seguridad. ¿Qué se podría hacer para cambiar esta imagen?**

➤ **R:** Me niego a aceptar esa imagen que quieren dar de Vallecas. Es un barrio rebelde, vivo, contracultural. Con un tejido asociativo que en la pandemia dio respuestas a las necesidades de vecinos, con solidaridad para que nadie quedase atrás. Vallecas es generosidad.

➤ **P: El vertedero y la incineradora de Valdemingómez son una gran preocupación de los vecinos. ¿Cuáles son sus planes?**

➤ **R:** Madrid lleva más de 3 años sin estrategia de residuos porque el PP tumbó la anterior en los Tribunales. Y han acabado con la meta de 2025 para poner fin a la incineración, cuyas cenizas tóxicas se vierten sin control. Hay que generar menos residuos, reutilizar más y buscar alternativas sostenibles. Valdemingómez no puede ni debe ser eterno.



▲ Juan Lobato posa con una simpatizante

“Vallecas es un barrio rebelde, vivo, contracultural, orgullo de barrio de los vallecanos”

➤ **P: ¿Qué lectura hace de que, en distritos como Puente y Villa de Vallecas, bastiones de la izquierda, en las últimas elecciones regionales la fuerza más votada fuera el PP?**

➤ **R:** Puente de Vallecas y Villa de Vallecas siguen apoyando el progreso. Los partidos de izquierdas sacaron más votos que la unión de PP, Vox y Ciudadanos. Nos hubiera gustado otro resultado, pero fue fruto de un estado de ánimo muy concreto en la pandemia. Pero las cortinas de humo del PP ya no tapan la mala gestión de Ayuso y Almeida.

Entrevista completa en: <https://vallecas.com/vallecas-es-solidaridad-cooperacion-y-generosidad/>

Residencia Castellar Vallecas

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



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

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

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

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

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

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



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

GRUPO APRENDE A VIVIR, S.L.

ACTUALIDAD

Por Adriana Sarriés

Allá por 1948, todavía no hace un siglo, después de dos guerras atroces, se proclamó en la joven ONU la Carta Universal de los Derechos Humanos. Costó mucho, pero salió adelante el documento civil más importante del mundo moderno. Documento que continúa siendo faro o vela, según algunos, para el avance de la humanidad. Y referente en leyes, constituciones como la nuestra, acuerdos, pactos y tratados nacionales e internacionales. Su importancia no se discute, pero es obvio que no da de sí todo lo que deseáramos. Esa carta nos dice en su preámbulo, fundamento de sus 30 artículos: "la libertad, la justicia y la paz en el mundo tienen por base el reconocimiento de la dignidad intrínseca y los derechos iguales e inalienables de todos los miembros de la familia humana".

No hay la menor duda, el ser humano de toda edad, origen, condición social y credo debe estar protegido y defendido. En este espacio me detengo en la dignidad de las personas mayores.

Recuerdos

Inevitablemente, aunque no sólo, me viene a la memoria la pandemia: ésta mostró extraordinarios comportamientos sociales como por ejemplo el trabajo de los empleados públicos, sanitarios y no sanitarios, movimientos sociales como Somos Tribu y mucha más gente volcada en la ayuda a los demás. Lamentablemente también destapó la indignidad que padecieron y en la que fallecieron miles de personas ancianas en muchas residencias: soledad, aislamiento y escasísimos cuidados. En muchos casos había órdenes de ni siquiera derivar a hospitales, como el caso de Madrid. Destapó las condiciones en las que se trabajaba en numerosas residencias. Destapó a algunas y a algunos políticos. Pero lo más triste es que nos ha destapado a todos y nuestra sociedad no ha reaccionado a semejante drama. Ni la izquierda siquiera ha hecho movimientos para resarcir un poquito semejante infamia, tampoco los Colegios Oficiales de Medicina y Enfermería, tampoco otros muchos... tampoco nosotros ciudadanos de a pie.

Adela Cortina, una de las grandes pensadoras de nuestro país, nos decía después de los dramas descubiertos: "...se ha despreciado a los ancianos. Ha aparecido una especie de gerontofobia, algunos piensan que no tienen dignidad."

Y al hilo de su reflexión y de estos recuerdos me viene una triple pregunta casi obligada ¿hemos revisado, corregido y mejorado un poco? Habrá respuestas de todo tipo, seguro. Pero me atrevo a afirmar que



▲ El ejercicio es una de las mejores formas de cuidarse, junto a una correcta alimentación

A vueltas con la dignidad ... de las personas mayores



▲ Actividades en un centro municipal de mayores

no se están revisando a fondo, los modelos de cuidados. Modelos en su diversidad: en el propio domicilio, en residencias públicas y concertadas, en los apartamentos tutelados, las fórmulas diversas de convivencia que habría que estudiar, experiencias en nuestro país y fuera de él. Desterrar la enorme desproporción entre residencias públicas y privadas, demasiado escasas las primeras. Y todo ello con condiciones dignas de trabajo y valoración social.

Algunos pensamientos

Las personas mayores somos tan humanas como cuando nacimos,

pero somos otras muy distintas ¡vaya obviedad! Y entre nosotras también somos muy distintas ¡otra obviedad! No vinimos con manual de instrucciones, frase dirigida a los niños en tono jocoso. Somos diversos y con necesidades muy diversas. Infantilizarnos y "café para todos" no vale. Y tampoco vale: "el que quiera más, distinto o mejor que se lo pague". No son respuestas para el siglo XXI en un país como el nuestro. No se trata de buscar fórmulas elitistas, ni mucho menos. Tenemos que revisar en serio y corregir, coordinar, mejorar y diversificar los servicios públicos de cuidados. Es importantísimo. Y estoy

convencida de que también puede ser fuente digna de empleo.

Disponernos a transitar la vejez. Se terminó la vida laboral y con ella buena parte del proyecto de vida. Final también de bastantes relaciones. Dejamos de pertenecer a... y, poco a poco, la distancia personal se hace su sitio. Todo esto hay que descubrirlo y afrontarlo.

Sin duda, este punto admite matices y variantes. No es lo mismo terminar la vida laboral como una liberación que como una imposición, terminarla con alegría que con pena, etc... Me parece fundamental combatir lo que algunos y algunas llaman

Me parece fundamental combatir lo que algunos y algunas llaman la vejez emocional. Tiene algo que ver con el sentimiento de inutilidad

la vejez emocional. Tiene algo que ver con el sentimiento de inutilidad. Y no hay muchas recetas, pero sí volver convencidos a nuestro valor como personas, a nuestra dignidad. Ojo con flagelarnos por ahí adentro y rebajar lo que somos. Buscar a los demás, aunque a veces sean otros, es buenísimo. Y quererlos mucho mejor.

Resistencia a la vejez

En nuestra sociedad se destaca a famosos y famosillos (por méritos propios o por otras circunstancias...) y a los jóvenes. El resto, y especialmente las personas mayores, pasamos a la invisibilidad salvo grandes fortunas o por otros intereses. Y cuando se nos menciona por algún tipo de interés se nos llama "seniors". Pongo el ejemplo de algunos viajes donde aparece la pareja fina, guapos, pelo blanco brillante, casi sin arrugas. ¡Vaya trampas! ¡vaya marketing!

Mayoritariamente la vejez es otra cosa, pero eso otro no vende igual. Nos queda rebelarnos y creernos la dignidad hasta el último de nuestros días.

En alguna ocasión observo ciertas resistencias a incluirnos en el sector jubilado y yo también lo he vivido. Se comprende. Por lo general no nos sentimos viejas, viejos, y nuestra cabeza va a su aire. A propósito de esto Ángela Molina decía "soy una joven vieja y una vieja joven".

Bien pensado, ¿no será mejor aceptar, encajar y vivir la vejez sin perdernos nada de lo que nos apetezca y podamos llevar a cabo? ¿no será mejor vivir el amor con mayor consciencia?

Para terminar

Algunos han escrito sobre la "revolución de los viejos". No creo que sea para tanto. Recuerdo que de jóvenes íbamos a cambiar el mundo y no nos dio tiempo jaja, ahora no tenemos tanto tiempo ¡qué risa!. Pero introducir algunos cambios no estaría nada mal. Por ejemplo: cuidarnos razonablemente, alimentación y ejercicio, sobre todo; creernos la dignidad y defenderla; no esconder ni disimular la vejez, que por otro lado vale de muy poco, es lo que es y somos lo que somos y como somos; querernos y querer; participar en aquello que más nos apetezca; aportar a la sociedad lo que creamos que podemos y queremos aportar; y vivir sin complejos. ¡Vivir!. Buenas fiestas navideñas. Que disfrutéis.

Tenemos que revisar, corregir, coordinar, mejorar y diversificar los servicios públicos de cuidados, que también pueden ser fuente digna de empleo

El instituto Palomeras-Vallecas, Premio Nacional de Bachillerato

➤ Por su participación en el proyecto eTwinning 'Brillando en la oscuridad'

Por Redacción

El instituto Palomeras-Vallecas recibió el 22 de noviembre el Premio Nacional eTwinning 2022 en la categoría de Bachillerato de manos de la Ministra de Educación, Pilar Alegría, por su participación en el proyecto 'Brillando en la oscuridad' junto a otros dos centros madrileños (Santa Teresa de Jesús y Cervantes) y en colaboración con socios italianos, el ISSI Giovanni Battista Novelli de Marcanise y el ISS Leonardo da Vinci de Arzignano, durante el curso académico 2020-2021. El encargado de recoger este

reconocimiento en representación del Palomeras-Vallecas fue su profesor Abel Carenas, junto a otros 31 profesores nacionales que también fueron galardonados.

Esta iniciativa, también distinguida con el Sello de Calidad Europeo, surge de iniciativas anteriores como las 'Jornadas de la Mujer y la Niña en la Ciencia', organizadas con carácter anual, con motivo del Día Internacional de la Mujer y la Niña en la Ciencia.

"Fue un momento emotivo por todo lo que vivimos en aquel curso, con aquel grupo de alumnos del BCT11 del instituto y que sin ellos este proyecto no hubiera tenido sentido", asegura el docente valleciano.



▲ El profesor del instituto Palomeras-Vallecas, Abel Carenas, fue el encargado de recoger el premio

A su vez, desde la Junta Municipal de Puente de Vallecas destacan que su mérito es aún mayor "si tenemos además en cuenta que el trabajo se ha realizado durante un curso marcado todavía por la incertidumbre de una pandemia que ha condicionado la vida de todas las personas a nivel mundial".

'Brillando en la oscuridad' incluye la perspectiva de género como categoría transversal en la ciencia, la tecnología y la innovación. Para ello, busca la visibilización del trabajo de las mujeres científicas a lo largo

de la historia, así como descubrir referentes femeninos en la investigación actual en Italia y España para motivar la vocación científica en las alumnas que participan en el proyecto y en sus centros escolares.

Entre sus objetivos también se encuentran valorar la colaboración entre los estudiantes con las materias de ciencias que se imparten en sus centros, y conseguir un entorno virtual de aprendizaje colaborativo entre alumnos, en el que exista conciencia de pertenencia a un grupo y se establezcan lazos de solidaridad y trabajo

El proyecto que se desarrolló en el curso 2020-2021, incluye la perspectiva de género como categoría transversal en la ciencia, la tecnología y la innovación

en equipo entre los diferentes centros implicados en el proyecto. Además, otras de las metas son fomentar el uso del castellano como lengua de comunicación en Europa y mejorar las competencias clave utilizando las TIC, respetando los derechos de autor y la protección de datos.

Red de colaboración

La red de colaboración escolar a nivel europeo eTwinning promueve la dimensión europea y la internacionalización. Ofrece formación, desarrollo de proyectos, participación en grupos y fomenta las metodologías activas y desarrollo de competencias, especialmente la digital, lingüística y cultural. El impacto del programa en la evolución de la calidad educativa en los centros madrileños se traduce a lo largo de estos años en 15 Premios Nacionales, 8 Premios Europeos, 484 Sellos de Calidad Nacionales y 300 Sellos de Calidad Europeos y en un incremento de registros de docentes.

DESDE 1991



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



ASOCIACIÓN DE EDITORES DE PRENSA DE PROXIMIDAD

CADA MES MÁS DE 150.000 EJEMPLARES

Victoria histórica

► Europa también exige a España el restablecimiento inmediato de la luz en la Cañada Real Galiana

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

El Comité Europeo de Derechos Sociales del Consejo de Europa obligó a España el pasado 19 de octubre a restablecer de manera inmediata el suministro eléctrico, la luz y la calefacción en la Cañada Real, en una decisión histórica tomada de forma unánime.

En esa decisión el comité europeo informa de que admite a trámite la demanda que el 2 de marzo presentaron, gracias al impulso de la Plataforma Cívica de Apoyo a la Lucha por la Luz de Cañada Real Galiana y GENTIUM y CAES, Magistrados Europeos por la Democracia y las Libertades (MEDEL), Confederación Sindical de Comisiones Obreras (CCOO), Defensa de los Niños Internacional (DCI), Federación Europea de Organizaciones Nacionales que trabajan con las personas sin hogar (FEANTSA) y Movimiento Internacional ATD Cuarto Mundo. Pero además, este organismo, ante el gravísimo riesgo que reconoce que existe para la vida y la integridad física y moral de los habitantes de la Cañada Real por no tener un adecuado acceso a la electricidad, le exige a España que tome inmediatamente todas las medidas posibles que garanticen que todas las personas afectadas (y en especial las personas en situación de especial vulnerabilidad, como son los niños, las personas con discapacidad, las personas de origen extranjero, las personas

mayores y los gitanos) tengan ese adecuado acceso a la electricidad.

La decisión del comité obliga jurídicamente a España, que habrá de dar cuenta antes del 15 de diciembre, de las actuaciones que haya realizado al respecto. Todas las administraciones públicas, la del Gobierno central, la de la Comunidad y las de los Ayuntamientos de Madrid y Rivas-Vaciamadrid están jurídicamente obligadas por la decisión del Comité Europeo. Es decir, todas actuarán en contra del Derecho al que están sometidas si no proceden a reestablecer de forma inmediata la luz y la calefacción en la Cañada Real.

Las administraciones actuarán en contra derecho si no proceden a reestablecer de forma inmediata la luz y la calefacción en la Cañada Real

Panorama desolador

Sin embargo, las últimas actuaciones de las administraciones públicas no pueden ser más desoladoras. El Gobierno central está teniendo un perfil demasiado bajo, no haciendo más que reuniones para "buscar" soluciones, cuando lo que hay que hacer es actuar con urgencia. Pero mucho peor es la respuesta de la Comunidad de Madrid y de los Ayuntamientos. El Comisionado de la Comunidad de Madrid para la Cañada Real, Markel Gorbea, se ha atrevido a decir en público que el suministro eléctrico,



▲ El derribo de una de las viviendas levantadas en la antigua vía pecuaria



▲ La presentación de la demanda, admitida recientemente a trámite

PLATAFORMA LUZ

El 16 de noviembre se derribó una casa dejando en la calle y teniendo que dormir en un coche, a una familia con 5 niños pequeños, de entre 14 años y 14 meses

a través de cables, no va a volver nunca al sector 6 de la Cañada y que la decisión del Comité Europeo no les afecta en tanto como comunidad autónoma. Y pasando a la acción, incluso con flagrante incumplimiento de los debidos procedimientos administrativos, se está vertiendo diariamente tierras y escombros con productos tóxicos junto a viviendas del sector 6 e incluso se las está derribando. El 16 de noviembre se tiró abajo la casa de la parcela 103 del sector 4, dejando literalmente en la calle y teniendo que dormir en un coche, a una familia con cinco niños pequeños, de entre 14 años y 14 meses. A la Comunidad de Madrid y el Ayuntamiento de Rivas-Vaciamadrid les dio absolutamente igual el Derecho internacional y nacional, los derechos humanos, el hecho de que la familia estuviese registrada en el censo que hizo la Comunidad en el 2015, que estuviese empadronada en Rivas-Vaciamadrid desde 2012 o el más mínimo sentido de la decencia o la moral.

Se ha obtenido una victoria absolutamente histórica con la decisión del Comité Europeo de Derechos Sociales del Consejo de Europa a partir del trabajo de cooperación entre asociaciones de vecinos y organizaciones sociales de la sociedad civil, pero nuestras autoridades parecen empeñarse en incumplir todas las normas legales y morales con tal de hacerse con el terreno en el que desde hace más de 40 años viven las familias de la Cañada Real. Nuestro deber como vecinos de Vallecas y como ciudadanos es aumentar los apoyos a esta lucha para obligar a las autoridades a cumplir con las normas.

Asesoría legal gratuita para vecinos y comunidades

► El servicio lo presta la Asociación Vecinal Puente de Vallecas-San Diego en su sede los martes y los jueves

Por Redacción

La Asociación Vecinal Puente de Vallecas-San Diego ofrece un servicio gratuito de

asesoría legal y de acompañamiento a todos los vecinos y vecinas del barrio que lo necesiten, y también a comunidades de propietarios de la zona, en su sede de la calle de Sierra Carbonera 32, los martes, de 10 a 13 horas, y los jueves, de 17 a 20 horas.

Los profesionales prestan asesoramiento integral en materia laboral, para comunidades, en cuestiones relacionadas con la tramitación de la documentación necesaria para obtener el permiso de extranjería, a la hora de plantear una posible reclamación de consumo o acompañamiento en procesos legales. Para ello es únicamente necesario pedir cita previa en los teléfonos 651 42 94 59 y 91 026 62 64 o a través del mail avptevallecas@gmail.com.

El mismo colectivo también presta asesoramiento laboral, en colaboración con el sindicato Comisiones Obreras, entre otras iniciativas como la dinamizadora de empleo.



▲ Un vecino hace sus consultas en la sede vecinal

Una zona verde en terrenos del sector 6 de la Cañada Real

➤ El suelo, situado en el distrito de Villa de Vallecas, pasará a ser de dominio público



▲ Las obras que se están realizando en el sector 6 de la antigua vía pecuaria

Por Comisionado de la Comunidad para la Cañada Real Galiana

La Comunidad de Madrid recuperará 80.000 metros cuadrados del sector 6 de Cañada Real, que pertenece íntegramente al distrito de Villa de Vallecas, para espacios verdes que pasarán a ser suelo de dominio público y podrán ser disfrutados por todos los vecinos de Vallecas y por el resto de ciudadanos madrileños.

El Pacto Regional por la Cañada Real, firmado por todos los partidos políticos con representación en la Asamblea de Madrid, así como por los ayuntamientos de Madrid, de Rivas Vaciamadrid, de Coslada y por la Delegación del Gobierno en Madrid en representación del Gobierno de

España, acuerda, en su apartado 5, respecto al sector 6 de Cañada Real, el compromiso de su desmantelamiento "debido a las circunstancias excepcionales de ausencia de las mínimas condiciones de habitabilidad". Contiene asimismo el pacto, en su apartado 2, diversos objetivos, entre los que se encuentra el de "restaurar el medio natural del territorio" o el de "regularizar la situación urbanística y patrimonial de los inmuebles y/o parcelas".

Por tanto, lejos de bulos y rumores malintencionados de especulación inmobiliaria o futuras construcciones faraónicas en la zona, que únicamente persiguen malmeter y dañar tanto a la población de Cañada como al resto de vecinos de Vallecas, todos estos terrenos van a pasar a ser suelo de dominio público y se convertirán en un espacio

El pacto regional recoge el compromiso de desmantelar el sector 6 "debido a las circunstancias de ausencia de las mínimas condiciones de habitabilidad"

verde del que podrán disfrutar todos los madrileños y muy especialmente, por su proximidad, los vecinos de Vallecas.

Los terrenos de la Cañada Real Galiana están adscritos al Comisionado del Gobierno de la Comunidad de Madrid para la Cañada Real Galiana. Esta adscripción confiere al comisionado las funciones y responsabilidades de uso, administración, gestión,

conservación y defensa respecto de los terrenos adscritos.

Por ello, y en cumplimiento de estas responsabilidades, así como de los acuerdos fijados por el pacto regional, la Comunidad firmó un convenio de realojo el 11 de mayo de 2018, que supuso una inversión para el Ejecutivo autonómico y para el Ayuntamiento de Madrid de 18 millones de euros para la compra de viviendas, y que ha permitido el realojo de más de 500 personas, en el denominado "camino sin asfaltar" del sector 6. Concluida la ejecución de dicho convenio y, estando vigente un segundo acuerdo de realojo para el sector 6 con una inversión conjunta de 34 millones de euros, es momento de recuperar la zona en la que ya no vive ninguna familia.

8.000 árboles

Como último paso del proceso, se llevará a cabo a cabo por parte del Comisionado del Gobierno de la Comunidad de Madrid para la Cañada Real Galiana la plantación de 8.000 especies autóctonas de árboles, plantas y arbustos, en colaboración con la Dirección General de Biodiversidad y Recursos Naturales, así como el Instituto Madrileño de Investigación y Desarrollo Rural, Agrario y Alimentario (IMIDRA), con el fin de consolidar la recuperación medioambiental de la zona.

El asentamiento irregular en la Cañada Real Galiana se extiende a lo largo de 14 kilómetros, está dividido en seis sectores y atraviesa los municipios de Madrid, Rivas-Vaciamadrid y Coslada.

Berzosa del Lozoya

Aquí, todos podemos tener un pueblo.

La Comunidad de Madrid cuenta con más de 140 pueblos de menos de 20.000 habitantes, pequeños, bonitos, con mucho encanto, rodeados de naturaleza, con los mejores servicios públicos y sistemas de conectividad.

Vente.
Estamos muy cerca.



Comunidad de Madrid

'400 días sin luz': Cañada Real, crónica de un barrio

La obra de teatro cuenta el día a día de un vecindario que sobrevive a más de dos años sin suministro eléctrico

Por Alberto Astudillo

El pasado 13 de noviembre fue el último día en que se pudo disfrutar de '400 días sin luz' en el Centro Dramático Nacional. Una representación escénica creada por Vanessa Espín y dirigida por Raquel Alarcón, que se adentra en la vida de un barrio donde la vulneración de derechos humanos es una constante en su día a día, y donde el último corte de luz ya dura más de dos años. Esta obra traslada a los espectadores a apenas 12 kilómetros, al llamado sector 6 de la Cañada Real Galiana. La Cañada comprende territorios de los términos municipales de Madrid, Coslada y Rivas Vaciamadrid. En los años 50 llegaron los primeros pobladores y se expandieron en las décadas siguientes, al igual que sucedió en otros barrios de los dos distritos vallecanos. Gente llegada del campo, familias migrantes en busca de trabajo o personas desalojadas de otros poblados. Una de las cuestiones clave a tener en cuenta es que la Cañada se sitúa en una intersección de terrenos comprados por las grandes promotoras urbanísticas del país, zona afectada por el proyecto urbanístico Bosque Metropolitano de Madrid, adjudicado en 2020, y repartido en cinco proyectos.

Las creadoras

"La primera vez que entré en La Cañada me encontré con el sonido de mis pasos. Los pájaros volaban en eterno diálogo. No pían por piar, me dijo una señora gitana que vive en una de las casas de arriba. Cañada es una geografía peculiar y para entenderla había que caminar para hacer el mapa, para entender el territorio con los pies y no con la cabeza", comenta Vanessa Espín, creadora de la obra.

Cañada se forjó como otros barrios de emigrantes rurales que acabaron integrándose en el término municipal de Madrid, a través de sucesivos planes urbanísticos (Vallecas, Orcasitas, Carabanchel). Sin embargo, el caso de Cañada fue diferente manteniéndose al margen, y devolviéndonos a retratos del pasado, como relata Espín: "Este sitio me recuerda a mi barrio. Mi barrio

se levantó a pulso desde la tierra. Mi barrio lo levantó la gente que quería construir su hogar. Vivir, amar, trabajar, pertenecer. La vida es lo que pasa todos los días. Los días malos también nos pasa la vida. En Cañada la falta de luz se ha convertido en un faro. Las personas de aquí no se quieren sentir ni víctimas ni marginadas, pero por desgracia todo apunta a ese lugar", lamenta.

La llegada de Raquel Alarcón, directora de la obra, vino acompañada de la nevada que ocupó nuestros televisores a inicios de 2021. "Llegué por primera vez a este barrio en enero de 2021. Acabábamos de salir de una nevada histórica y el equipo que me acompañaba entonces formaba parte de un proyecto que se llamó 'Dramawalker Cañada Real'. Aquel día lo único que hicimos fue caminar y recuerdo que la sensación compartida fue la de volver al pueblo de la infancia, a la casa de los abuelos, al hogar. Una vez más el barrio atrapado en el tiempo. Tampoco sabía, ni podía imaginar, que dos años más tarde el barrio seguiría sumido en la misma situación: vivir sin electricidad", asegura.

El tiempo parece eternamente detenido en Cañada, que rodeada de grandes proyectos de expansión urbana, resiste contra todo pronóstico, siendo ya tres generaciones las que habitan el barrio.

Actrices y vecinas

Rahma Hitach, Khadija Ajahiou y Houda Akrikez son vecinas y actrices de esta ficción en primera persona. Rahma, mediadora intercultural y fundadora de la asociación A.M.A.L (Asociación de mujeres árabes luchadoras), hace acompañamiento laboral, promueve talleres de gimnasio, costura o apoyo escolar con mujeres del sector 5 y 6 de Cañada Real. Cuenta que todo "esto ha sido posible gracias a la voluntad de las mujeres de Cañada, los voluntariados, el apoyo del A.M.P.A, los colegios de Rivas, 15-M de Vallecas, varias asociaciones y sobre todo a los espacios que nos han proporcionado el centro socio comunitario (sector VI) y la casa de asociaciones de Rivas".

Llegó a esta iniciativa después de conocer a Raquel Alarcón y participar en el proyecto 'Dramawalker Cañada



▲ El elenco de actores de la obra

SORICENTRO DRAMÁTICO NACIONAL

Raquel Alarcón: "Una vez más el barrio atrapado en el tiempo. Ni podía imaginar, que dos años más tarde, seguiría sumido en la misma situación: vivir sin electricidad"



Vanessa Espín: "Cañada es una geografía peculiar y para entenderla había que caminar para hacer el mapa, para entender el territorio con los pies y no con la cabeza"

▲ Un momento de la presentación el Centro Dramático Nacional

SORIA. CENTRO DRAMÁTICO NACIONAL

Real' en 2021. También organiza y coordina el festival de cine 'VOCES' en Cañada que se celebra a finales de noviembre en el barrio.

Khadija Ajahiou nació en Madrid en 2003, creció en el seno de una familia de origen bereber, y, en la actualidad, estudia Enfermería en la universidad, siendo una de las representantes estudiantiles de la asociación Tabadol y portavoz de las estudiantes de Cañada. Llegó al teatro de la mano de Houda Akrikez y de las mujeres de la asociación Tabadol en un proyecto llamado 'A contraluz', que fue representado en Matadero Madrid y en varias universidades de

la Comunidad. Una propuesta que tenía como objetivo denunciar la situación de injusticia que suponía el corte de luz en su barrio. Khadija reconoce que "desde muy pequeña me ha gustado el teatro asistiendo a clases en mi instituto y participando como voluntaria en varias actividades en mi universidad, y que se me otorgue esta oportunidad para mostrar mi propia realidad es un privilegio".

Por su parte, Houda Akrikez, que se presenta como mediadora intercultural y defensora de Derechos Humanos a tiempo completo, llegó de niña a Cañada, donde pasó su infancia y adolescencia, se casó y tuvo dos hijas. Fue la fundadora y portavoz de Tabadol e integrante de la Plataforma por la Luz de Cañada Real. Llegó al teatro también con el proyecto 'A contraluz', que sirvió como terapia para canalizar las emociones de la lucha diaria, la rabia, la frustración,

pero, sobre todo, la esperanza. Houda es la única de todo el elenco que ha cambiado el texto en cada representación, aumentando en voz en grito los días que llevan viviendo sin luz. En la última representación fueron 772 los días: 2 años, 1 mes, y 11 días.

Esperanza

En Cañada, no perder la esperanza es su ingrediente para vencer. La justicia europea a través del Comité Europeo de Derechos Sociales, dictaminó el pasado 19 de forma unánime la obligatoriedad del restablecimiento inmediato del suministro eléctrico, luz y calefacción.

Todas las administraciones públicas están jurídicamente obligadas. Es decir, todas actuarán en contra del Derecho si no obran en consecuencia.

“Me gustaría llevar el nombre de Vallecas a lo más alto”

Entrevista con el joven músico vallecano Bujan

Por Christian Rodríguez

Raúl Manzanero Bujan, conocido artísticamente como Bujan, es un joven vallecano que actualmente se encuentra cumpliendo uno de sus mayores sueños: vivir por y para la música. Y es que, con tan solo 20 años, ya hay quienes le consideran una estrella del ‘drill’ español. Para los no muy entendidos, el ‘drill’ es un género derivado del ‘trap’, al que ya nos tienen acostumbrados otros artistas como Kidd Keo, Bad Gyal o C Tangana.

“La música me llamó la atención desde siempre. Gracias a mi gente más cercana, iba a estudios de música y me fui interesando por aprender cada vez más. Al principio no sabía casi ni rapear... pero ahora, gracias a la confianza de los míos, sé que tengo la fuerza y las ganas suficientes como para aprovechar cada oportunidad que tenga para dedicarme profesionalmente al mundo de la música”, comenta el artista.

De familia vallecana, Bujan afirma estar muy orgulloso de pertenecer al barrio que le vio nacer y crecer. “El barrio está lleno de gente trabajadora, humilde y honrada. Se dicen muchos bulos y existen muchos prejuicios sobre Vallecas, pero cualquiera que conozca un poco el barrio sabe que no es así. Los vallecanos somos gente luchadora y me gustaría llevar el nombre de Vallecas a lo más alto”, asegura.



▲ Raúl Manzanero Bujan

“Me gusta dar a mis letras un significado especial, por eso concibo que mis canciones están hechas para todos los públicos”

en solitario o en compañía es ideal para pensar y poder sacar partido a la hora de realizar las letras de sus canciones. “Me gusta dar a mis letras un significado especial para que se sienta identificada cualquier persona, por eso concibo que mis canciones están hechas para todos los públicos”, añade.

Preferencias

Aunque desde siempre se sintió inspirado por la música americana, dice tener un gusto musical muy variado. Pero de decantarse por un género en específico, no le puede faltar el flamenco y los temas de uno de sus artistas favoritos: Maka.

Por otro lado, se considera también un auténtico fan de sus amigos, por lo que siempre está muy pendiente de escuchar y echar una mano cuando sea necesario en los proyectos de la gente de su alrededor.

Así es Bujan que, aunque ahora dice estar focalizado en su proyecto personal y más acostumbrado a trabajar en solitario, tiene la ilusión de que para el próximo año 2023 salgan a la luz nuevas colaboraciones con artistas más reconocidos en el mundo de la música que, por el momento, no puede adelantar.

La I Edición de los Premios de Fotografía Villa de Vallecas ya tiene ganadores

Por Redacción

El jurado de la I Edición de los Premios de Fotografía Villa de Vallecas otorgó el primer premio, dotado con una cuantía de 1.000 euros, a la obra titulada ‘Vieja Rockera’, presentada por David Arévalo, y el segundo galardón, con un premio de 500 euros, a la fotografía ‘Oxígeno’, de David Quintanar. Asimismo, concedió una mención especial, sin recompensa alguna, a la imagen ‘En el corazón de la Villa’, realizada por Rubén Mateo.

El jurado, que estuvo presidido por la concejala del distrito, Concha Chapa, y del que formó parte el fotógrafo Sebastián Navarrete entre otros miembros, basó su elección en criterios como el valor creativo e innovador de la fotografía, así como su calidad artística y técnica.

A la I edición del certamen se presentaron 38 participantes en una iniciativa que aprobada en el Pleno de la junta municipal.

La concejala del distrito afirma que el certamen viene a sumarse a “las iniciativas culturales que estamos impulsando en Villa de Vallecas durante esta legislatura, bien desde la Unidad Cultural de la junta, bien gracias a las propuestas que se aprueban en Pleno” y destacó “la oportunidad que suponen estos premios para dar a conocer la riqueza patrimonial y cultural del distrito a través de los objetivos, encuadres y perspectivas de los participantes”.



▲ La fotografía ganadora

CONTENIDO PATROCINADO



EL COTILLEO NAVIDEÑO

El 2022 culmina pronto y nos encanta la navidad porque viene acompañada de muchos eventos, momentos y familia. Para que puedas disfrutar todo este mes, tenemos **TRES MENÚS NAVIDEÑOS** en los que podrás compartir junto con tus colegas, compañeros de trabajo o tu familia (las familias numerosas son bien recibidas en cualquiera de nuestros dos locales, solo necesitas hacer tu reserva).

Navidad es momento de celebración, por eso queremos contarte el cotilleo más guardado:

TENDREMOS NUEVO LOCAL EN ENERO.

Estamos muy agradecidos por la acogida que ha tenido **Doromari** durante estos años, actualmente tenemos dos locales: En Entrevías-Vallecas que tiene dos meses y Ciudad Lineal que ya tiene dos años. En enero nos vamos por el tercer restaurante que es la sorpresa del momento.

Tienes que estar atento a nuestras redes para que pronto te enteres de todo. **Síguenos en Instagram, Facebook y Tiktok: @chifadoromari**

UBICACIÓN:

- ✓ C. Cerro de la Alcazaba, 36, 28053 - Entrevías
- ✓ Centro Comercial Alcalá Norte, 2do piso, 28027 - Ciudad Lineal

☎ 611 735 667 / 634 461 471 / 620 77 93 93

📱 @chifadoromari f @chifadoromari

📍 chifadoromari



▲ Varios de los participantes en la edición de 2022



▲ 'Vallecas VA' también estuvo presente en las jornadas

En colaboración con La Villana de Vallecas, se llevó a cabo una recogida de alimentos entre los participantes para la denominada 'Operación Kilo'

Siete años de 'VillaRol'

La asociación vallecana Bukaneros del Rol volvió a organizar el 12 de noviembre estas jornadas de ocio lúdico y alternativo

Por Christian Rodríguez

El pasado sábado 12 de noviembre, tuvo lugar la celebración de una nueva edición de las 'VillaRol', las jornadas de ocio lúdico y alternativo para todas las edades y familias de Villa de Vallecas. Como viene siendo costumbre, estas se desarrollaron en el Centro Juvenil El Sitio de mi Recreo, situado en la calle de Real de Arganda, 39.

Las instalaciones del recinto se abrieron y acomodaron para recoger todas aquellas actividades destinadas

tanto a pequeños como a mayores. La única condición para poder disfrutar de este evento era la de inscribirse de manera totalmente gratuita. Inscripción que servía, además, para entrar en un sorteo de material (juegos de mesa, decorados, figuras...) y participar en otros muchos juegos que Bukaneros del Rol, asociación creadora de las 'VillaRol', se encargaron de llevar a cabo.

Los planos de las distintas actividades estaban repartidos por todo el centro. La primera planta contaba con una zona de stands donde se podían adquirir distintos artículos, libros, juegos de mesa,

decoraciones, artesanía, etc... relacionados con el mundo del rol. Este mismo espacio también disponía de un área independiente destinada a los juegos de mesa 'WarCrow', 'Formula D', y 'Neón y Acero', además de muchos otros gracias a la colaboración que Bukaneros del Rol mantiene con la editorial Mercurio. Aquí también estaba situada la ludoteca bukanera.

En la planta baja, se habilitó una zona familiar que contaba con juegos de mesa infantiles, dibujos para colorear, un taller de chapas y otro de pintacaras, donde los más pequeños podían caracterizarse de su personaje o animal favorito. También se hicieron dos concursos, uno para el mejor dibujo de 0 a 6 años y otro para el mejor dibujo de 7 a 12. Otra actividad fue la gymkana '¿Dónde está Bucky?', en la cual el primero en encontrar cinco veces a la mascota bukanera, tuvo un regalo garantizado.

Pero una de las zonas más destacadas fue la destinada a las partidas de rol en mesa. 'The Expanse', 'Cyberpunk RED', 'Mausritter', 'Tiny Pirates', 'Midnight' o el famoso 'Dungeons and Dragons', entre muchos otros, fueron los



▲ La zona donde se podían adquirir libros, juegos de mesa, decoraciones o artesanía, relacionados con el mundo del rol

Se impartió un taller de improvisación para los juegos de rol con una recopilación de ejercicios prácticos para desarrollar habilidades

juegos a los que se podían acceder en las distintas mesas que se habilitaron para ello.

En la planta superior, se desarrollaron las zonas de rol en vivo, tanto infantil como adulto. Madrid by Night, Asociación Éter y Refuerzo Divertido fueron las asociaciones colaboradoras

encargadas de realizar las dos partidas para cada edad, en turnos de mañana y tarde. Para la puesta en marcha de estos juegos de rol en vivo, todo aquel quiso, pudo caracterizarse a su antojo utilizando distintas pinturas, accesorios, vestimentas o armas de juguete para adentrarse más aún en su papel de jugador.

Este mismo piso contaba con otro espacio transformado en un taller de modelado, impresión 3D y pintado de miniaturas. Muchos fueron los que acudieron a esta propuesta para aprender las bases del modelado y la impresión 3D, con la ayuda de

los voluntarios, y llevar a cabo la creación de sus propias figuras para, posteriormente, pintarlas y llevárselas a casa como un buen recuerdo. Además, de 16:30 a 19:30 horas, se impartió otro taller dedicado a la improvisación para los juegos de rol con una recopilación de varios ejercicios prácticos para desarrollar ciertas habilidades que añadir a las partidas de rol, tanto en mesa como en vivo.

Vertiente solidaria

Por otro lado, la séptima edición de 'VillaRol' también tuvo carácter solidario. Colaborando un año más con el centro social La Villana de Vallecas, se llevó a cabo una recogida de alimentos por parte de todos aquellos que quisieran participar en la denominada 'Operación Kilo'. Además, en colaboración con Jugando por Ellos, se realizó una tirada solidaria (un euro por cada tirada) en la Torre de Dados, donde aquella persona que sacase la mayor puntuación durante el horario de mañana y en el de tarde, se llevaría un premio. Sin límites, cada participante pudo realizar una tirada la cantidad de veces que quisiera. Todo el dinero recogido se destinó como ayuda a las protectoras de animales.

Y así fue cómo se llevó a cabo, un año más, las jornadas. Un día lleno de diversión, risas y disfrute para todo aquel que se acercó a pasar unas horas a El Sitio de mi Recreo.



La Mirilla de Vallecas



Fin de partida

Por Antonio Osuna

Siempre me gustó pensar en el mes de diciembre como un mes de reflexión total. El mes en el que haces el balance del año completo, repasando todos y cada uno de los logros, y de las frustraciones de lo no conseguido.

Más allá de las luces, de los regalos y de los villancicos que no dejan de sonar, más allá de las colas interminables en los centros comerciales, más allá de todo eso pienso una cosa... que es el fin de la partida. La imagen que da color a este texto creo que simboliza muy bien lo que quiero explicar. Lo primero de todo, es que me apasiona ver este tipo de tableros o

mesas de juego en nuestros parques. Aun así, creo que jamás vi a nadie jugar al ajedrez en estas mesas. Habrá pasado, seguro, pero yo no fui testigo y me hubiera gustado serlo. De pequeño si recuerdo la imagen de algunos ancianos jugando a la petanca en los parques, pero ahora ya no la veo. No sé si será algo generacional, pero me apena en cierto modo ver que estas cosas van desapareciendo y que prácticamente solo son visibles para los ojos que realmente quieren verlo. Estoy seguro de que estas mesas de ajedrez pasan desapercibidas día tras día. Ojalá este texto inspire a que ese juego se produzca y pueda ser observador.

Sin embargo, si he sido testigo de miles de historias en parques igual a este, de miles de narraciones en una mesa como la que se muestra aquí y, sin lugar a dudas, todas esas historias tienen un desenlace, bueno o malo, pero un



desenlace, al fin y al cabo. Una última jugada. Diciembre al final es eso, una última jugada para un jaque mate inminente, un fin de año, un fin de ciclo.

En este 2022 a mí, personalmente, me han sucedido muchísimas cosas, muy buenas y muy malas, como a todos imaginó. Y es que el paso de los días son las jugadas que iremos haciendo en este tablero. Puede que en algunos momentos seamos peones y en otros debamos comportarnos como un escurridizo caballo o una protectora torre. Pero dejando esto atrás, lo importante es el resultado, el comentado fin de partida.

Así pues, desde aquí únicamente puedo decir una cosa. Aprovechad los días que nos quedan, porque aún tenemos todo el mes por delante para planear esa última jugada. No sabemos lo que vendrá en el año próximo, y no sabemos si será mejor o peor. Pero si aún estás a tiempo de acabar el año de la mejor manera, hazlo. Pide perdón si debes hacerlo, di un te quiero (que nunca sobra ninguno) y abraza a quién estimas antes de que este año llegue a su fin. No solamente ve a centros comerciales a comprar algo para regalar en las fechas que están por llegar. Prueba a regalar algo creado por tus manos. Algo palpable, algo en lo que pongas el corazón más allá del dinero.

Estamos jugando con el tiempo que tenemos. Demos entonces el mejor de los regalos que no es otro más que el tiempo del que disponemos. Y recuerden una cosa: el calendario siempre acaba haciendo jaque mate, aunque en la mesa no haya ni fichas ni jugadores.



VALLECAS VA DE TEATRO

Entre dos orillas

Como un sueño de primavera
como el oxígeno que preciso
tibia brisa con olor a playa...
Vuelvo, como las olas del mar
que siempre vuelven
y rompen en la orilla.
Al otro lado del Océano
te esperan brazos abiertos
como las estaciones una tras otra
como vuelve la noche
y te envuelve de sueños
Y fragante perfume de jazmines.
El pensamiento acorta la distancia
tu creías que ya no volvería
acaso pensaste que te olvidaría.
Olas del mar, soplos del viento
lluvia ligera que calma tu sed
dulce de tu boca sincronía de latidos
mieles de abejas incomprensibles.
Tan y tan y tan de cajas
y guitarras desacompañadas
música tu risa compás de mi alegría
sinfonía de mi vida
canción de madrugada
que siempre me hace volver.

G.A.G. y J.M.L.



Clases de teatro en tiempos de guerra

Por Pedro Lorenzo

'París 1940'. De Louis Juvet. Versión y dirección: Josep María Flotats. Reparto: Francisco Dávila, Josep Mª Flotats, Natalia Huarte y Juan Carlos Mesonero. Escenografía y vestuario: Josep Mª Flotats. Iluminación: Albert Faura. Traducción: Mauro Armijo. Producción: Teatro Español. Teatro Español, hasta el 8 de enero de 2023.

El director, dramaturgo y actor Josep María Flotats da una lección magistral acerca del arte dramático,

cómo se va construyendo un personaje y el arduo recorrido hasta conseguir el papel. Lo hizo hace ya 20 años con el mismo texto de Louis Juvet y por el que obtuvo el Premio Ercilla a la mejor creación dramática en 2003.

Son siete clases magistrales de Juvet, a quien Flotats llama el maestro de sus maestros, a unos alumnos que trabajan una escena de la 'Elvira' de 'Don Juan' de Molière, en el Conservatorio Nacional Superior de Arte Dramático de París en 1940, cuando la capital francesa estaba ocupada por los nazis. Louis Juvet seguía impartiendo sus clases mientras su secretaria iba transcribiendo sus diálogos para los pupilos, que recogería en grandes volúmenes de teatro clásico, tragedia, tragedia clásica y comedia clásica, como en este caso, y que posteriormente a través de sus herederos, publicó la editorial Gallimard. Queda una nítida constancia de la época por la música militar y enseña que ondea en el teatro al principio de la obra.

José María Flotats, miembro de la Société de la Comédie Française, Orden de la Artes y las Letras en Francia, nace

el mismo día y mes que Molière. En el 400 aniversario del nacimiento de su "patrón", tuvo el encargo de Helena Pimienta de montar en el Teatro Clásico 'El enfermo imaginario', estrenado en noviembre de 2020, texto que también representó el grupo Morboria en el mismo escenario. Quienes vieron esa obra dirigida y protagonizada por Flotats no podrán olvidar su papel como Argan. Es también memorable su 'Voltaire/Rousseau. La disputa' en su papel como Voltaire, que colgó el cartel de entradas agotadas durante 40 días en el CDN. Al igual que su interpretación en 'Arte' y en tantas otras. En todas sus obras se observa su pasión por el teatro, su oficio y excelencia.

Aquí dirige, interpreta, diseña el espacio escénico y el vestuario, por algo es Medalla de Oro al Mérito en las Bellas Artes en España. Es una leyenda viva de las tablas y siempre que hace cualquier montaje, siempre va a ser muy elaborado. Destacar también a su sempiterno traductor Mauro Armijo. Si quieren ver cómo se trabaja un personaje, no se pierdan esta obra.

Deportes Rayolandia

Por Christian Rodríguez



▲ Jugadores del Rayo celebran la victoria contra el Real Madrid



▲ Las jugadoras del Rayo femenino, tras el triunfo en casa frente al Córdoba

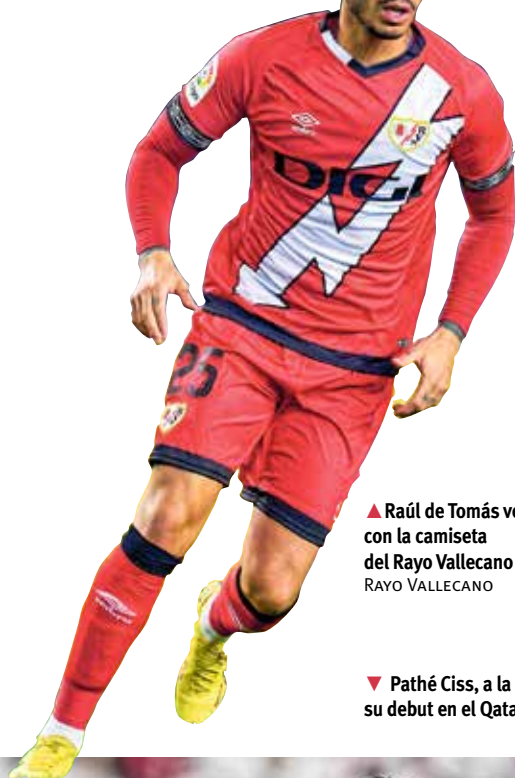
RAYO VALLECANO

Volvió el Matagigantes

El mes de noviembre fue breve, pero intenso para el conjunto de Andoni Iraola. Tan solo se disputaron dos jornadas ligueras antes del parón obligatorio por la disputa del Mundial de Qatar y ambas con el Estadio de Vallecas como escenario. La primera fue un duelo espectacular contra el Real Madrid (7 de noviembre), donde los vallecánicos lograron remontar y poner fin a la imbatibilidad de los merengues tras vencerles por 3 goles a 2. Vallecas volvió a vibrar con los suyos en una noche mágica al grito de "Rayito, Matagigantes". El siguiente rival sería el Celta de Vigo (10 de noviembre), cosechando otro valioso punto en un partido donde no hubo goles. Estos 4 puntos conseguidos le permiten a los franjirrojos asentarse en la octava posición, a tan solo 2 puntos de competiciones europeas y a 11 puntos por encima del Sevilla, equipo que, asombrosamente, se encuentra marcando los puestos de descenso.

Primer examen copero superado

El Rayo Vallecano consiguió vencer el 13 de noviembre al CFJ Mollerussa (1-3) de la Primera División catalana con Bebé, Sergio Camello y el debutante Diego Méndez como goleadores del encuentro, consiguiendo de esta forma el pase a la siguiente ronda de la Copa del Rey. Buen comienzo de los vallecánicos en la competición



▲ Raúl de Tomás volvió a jugar con la camiseta del Rayo Vallecano

RAYO VALLECANO

▼ Pathé Ciss, a la izquierda, en su debut en el Qatar-Senegal



fetiché de Andoni Iraola, que a punto estuvo ya de meter a su equipo la temporada pasada en la gran final. La próxima eliminatoria tendrá lugar el 21 de diciembre a las 19 horas en el Camp Nou de Morvedre, ante el Atlético Saguntino, club recién ascendido a la Segunda RFEF.

Pequeña pretemporada durante el Mundial de Qatar

A excepción del mencionado Pathé Ciss, que está inmerso en la disputa del Mundial de Qatar con Senegal, el resto de la plantilla rayista se encuentra haciendo

una especie de pretemporada hasta que se vuelva a reiniciar la competición liguera. Fenerbahçe, Galatasaray y Newcastle son los rivales a los que se medirán los pupilos de Iraola. Ante los primeros, el equipo consumió una derrota (3-1) en la que hubo poco más que destacar que un extraordinario gol de Óscar Trejo tras sortear a varios adversarios dentro del área y el debut de Raúl de Tomás con la camiseta del Rayo Vallecano. El último de los tres encuentros, se disputará el 17 de diciembre. Dos semanas después, los vallecánicos visitarán Montilivi para enfrentarse al Girona en la última jornada liguera del año.

Pathé Ciss, mundialista

El centrocampista senegalés es la única representación por parte del Rayo Vallecano en el Mundial de Qatar. Ciss debutó ante la selección anfitriona sustituyendo en el minuto 64 del encuentro al jugador del Mónaco, Krepin Diatta, participando de esta forma en la victoria de los suyos (1-3). En el último partido de la fase de grupos ante Ecuador, Ciss estuvo en el once inicial y cuajó una sobresaliente actuación en una nueva victoria (1-2) que clasificaba a Senegal y dejaba fuera de la competición a los ecuatorianos.

El Rayo B sigue sin levantar cabeza

Una victoria, un empate y una derrota. Ese fue el

balance del filial franjirrojo durante el mes pasado en su andadura por la Tercera RFEF. Comenzaron con un empate (1-1) en el duelo de Galapagar disputado el 6 de noviembre. Tras el parón, el día 20 volverían a jugar en la Ciudad Deportiva endosando una gran goleada (5-2) al segundo clasificado, el RSC Internacional. Seis días después, nuevo partido en casa, pero con un resultado menos favorable (0-1) ante el Trival Valderas. Los de Iván Amaya solo han conseguido escalar un puesto en la clasificación, pero siguen estando en descenso, aunque a tan solo tres puntos de la salvación.

El Rayo Femenino empieza a carburar

El Rayo Femenino por fin consiguió la primera victoria de la temporada el pasado 6 de noviembre en la Ciudad Deportiva ante el Córdoba (3-1). Tras la semana de parón, las guerreras se trajeron un más que merecido punto de Albacete (1-1), gracias al tanto de cabeza de Marianela Szymanowski. La última jornada liguera del mes ante el Juan Grande, también finalizaría con victoria para las franjirrojas (1-0) tras un solitario gol de la brasileña Bruna Tavares. Noviembre se convierte de esta forma en el mejor mes para las vallecánas en Liga, consiguiendo 7 de los 9 puntos posibles. El apartado negativo llega en la Copa de la Reina, donde el Rayo Femenino cayó eliminado ante la Fundación Albacete (1-0).



Los trámites burocráticos, como encontrar un campo donde poder disputar los partidos, son las principales dificultades que se están encontrando

◀ Foto de familia de las jugadoras del club con parte de sus seguidores

▼ Las futbolistas del Puerto VK celebran un gol

▼ Una jugadora vallecana saluda a los aficionados

Puerto VK: el fútbol femenino llega a Vallecas para quedarse

El nuevo club cuenta ya con casi un centenar de socias que han puesto su granito de arena para que el proyecto siga adelante

Por Christian Rodríguez

Los tiempos cambian y la sociedad evoluciona. Y el mundo necesita de personas que impulsen esos cambios. Eso es lo que pensaron las socias y fundadoras del Puerto de Vallecas, un grupo de mujeres con la intención de crear un espacio seguro para practicar el deporte que aman (el fútbol) y, a la vez, poder posicionarse contra el machismo, el racismo, el 'bullying' y la lgbtifobia. Problemas que, aunque cueste creer en pleno siglo XXI, siguen estando tristemente a las órdenes del día.

Aunque resulte sumamente difícil conseguir estos propósitos, esta es la utopía de las integrantes del nuevo equipo femenino de Puente de Vallecas, el Puerto VK, que trabajan para hacer realidad

sus sueños creando nuevas redes de apoyo en el barrio que les ayuden a remar en la misma dirección que lo hacen ellas.

Defender el fútbol femenino y desmarcarse de toda aquella violencia, tanto verbal como no verbal, en los que se ve involucrado en algunas ocasiones este deporte. Esa es la meta a la que quiere llegar la gente que forma el Puerto de Vallecas.

Alrededor de 20 personas son las encargadas de organizar el funcionamiento de este nuevo club. Y ya son casi un centenar de socias las que han decidido aportar su granito de arena para que este proyecto siga adelante. Por ahora, un proyecto muy reciente en el cual aseguran estar trabajando en un gran número de eventos e ideas de las que ahora no pueden hablar pero que, de llegar a salir adelante, garantizan que mantendrán al tanto a todos los interesados a través de sus redes sociales. Además de ofrecer una serie de nuevos y futuros beneficios para sus socias.

Sus integrantes afirman que los procesos para sacar a la luz todas las ideas que tienen, no son del todo sencillos. Los trámites burocráticos, como encontrar la

concesión de un campo de fútbol donde poder disputar los partidos del equipo, son las principales dificultades que se están encontrando por resultar ser un equipo totalmente nuevo. De ahí que todo el apoyo con el que puedan contar ahora, será de gran ayuda para darse a conocer en Vallecas y, por qué no, en todo Madrid.

El resto de infortunios, bastantes leves. Las propias jugadoras aseguran que cada vez son menos los insultos machistas que reciben cuando disputan sus partidos, por no decir nulos. Aunque sí que se siguen encontrando con cierto trato condescendiente o paternalista por parte de algunos árbitros o entrenadores rivales, por el simple hecho de ser mujeres.

Un trato que ojalá desaparezca en un futuro muy cercano. "Se debería tratar igual, sin discriminación, a todos los deportes, independientemente de quién lo practique. El deporte es el mismo, lo único diferente es la categoría o la competición. Pero el deporte es de todos y de todas por igual", afirma Elena Galindo, jugadora y socia del Puerto de Vallecas.

Actualmente, el Puerto de Vallecas es un equipo de fútbol 11 senior femenino, que



Su meta es defender el fútbol femenino y desmarcarse de toda aquella violencia, tanto verbal como no verbal, que rodea en algunas ocasiones este deporte

Reguera de Tomateros 39B, es por ahora el escenario de estas nuevas luchadoras vallecanas para desarrollar sus entrenamientos y jugar sus partidos.

Colaboraciones

Aparte de promover y unificar el fútbol femenino en el barrio, este colectivo de mujeres también apoya y colabora con distintas campañas y asociaciones de la Comunidad de Madrid. Han realizado y participado en distintos eventos con RQTR (Erre Que Te Erre), asociación LGTBI de la Universidad Complutense de Madrid; con Vallecas Rugby Unión, que cuenta con un equipo senior femenino de rugby en el barrio; o con la PAH (Plataforma de Afectados por la Hipoteca) de Vallecas,

en la celebración del décimo aniversario de la recuperación del bloque de viviendas de la calle Sierra de Llerena 24, que tuvo lugar el pasado 10 de junio en Puente de Vallecas.

Próximamente también tienen planeado colaborar con la Despensa Solidaria de La Villana de Vallecas, centro social referente en el barrio que lucha por los derechos de los ciudadanos vallecánicos y del cual este nuevo equipo de fútbol femenino forma parte junto con otros muchos colectivos. Sus responsables afirman que esto es una forma de agradecer a La Villana su apoyo incondicional desde el inicio del proyecto, el cual fue de suma importancia para la fundación del Puerto de Vallecas.

Son muchas las ideas que pasan por la cabeza de las jugadoras y de las personas de la comisión social del club para que las jóvenes del barrio puedan realizar actividades cercanas al mundo del fútbol de una manera totalmente normal y segura.

Primer objetivo

De momento, el principal objetivo del Puerto de Vallecas es la de asentarse como club de fútbol femenino en el barrio y seguir creando comunidad con otros colectivos de la zona que compartan sus ideas. Como metas a largo plazo, la existencia de muchas ideas y sueños por cumplir. Pero lo más importante para ellas es el seguir creciendo en lo deportivo y seguir prestando su ayuda a todas aquellas personas que, dentro del ámbito social, la requieran. Eso sí, manteniendo los mismos ideales y los mismos valores con los que nació este proyecto.

Cooperativismo

◀ Una de las actividades realizadas en la pista del colegio CCP

Medio siglo como colegio comprometido con su barrio

En sus aulas imparte también sus clases la Escuela de Personas Adultas en horario de tarde

Por Centro Cultural Palomeras

El Centro Cultural Palomeras (CCP) nació en los convulsos años 70 como un colegio de barrio. Corrían tiempos difíciles para la población vallecana: infravivienda, analfabetismo, paro, ausencia de prestaciones básicas como transporte público, centros de salud, acondicionamiento de las calles... El

barrio era un barrizal repleto de casitas bajas y chabolas construidas gracias a la solidaridad vecinal. Había mucha pobreza y escasez de casi todo.

Un pequeño grupo de vecinos y vecinas, en colaboración con un conjunto de maestros y maestras sensibles a esta realidad, se organizó para ofrecer un servicio al barrio. Construyeron un pequeño colegio en la calle de Cuatro. Eran padres y madres, maestros y maestras militantes, apasionados y apasionadas, que compartían un enorme sentido de justicia social.

Se trataba de atender a los hijos e hijas de la población migrante llegada a esta zona de Madrid. Una ciudad necesitaba esa mano de obra, pero, a la vez, no ofrecía a esta buena gente un lugar digno donde vivir, ni colegios donde educarse.

Cooperativa de profesores

Y así surgió el CCP, transformándose posteriormente en una pequeña



◀ El colegio celebró recientemente su 50 aniversario CCP

cooperativa de profesores con una profunda vocación de servicio público. Es, desde entonces, nuestra seña de identidad y así hemos querido mantenerla hasta el día de hoy.

Ha llovido mucho desde aquellos días. Los tiempos han cambiado, la sociedad ya no es la misma, las familias no son las mismas y el profesorado tampoco. Sin embargo, nuestro compromiso con el barrio sigue intacto.

Hemos celebrado recientemente nuestro 50 aniversario y, echando la vista atrás, nos hemos dado cuenta del enorme esfuerzo realizado para

La sociedad ya no es la misma, las familias no son las mismas y el profesorado tampoco. Sin embargo, nuestro compromiso con el barrio sigue intacto

Nada de esto hubiera sido posible sin la participación de las familias. Durante muchos años, hubo talleres impartidos por familias y docentes

perseguir nuestro sueño de ser un colegio de barrio comprometido y "molón".

Los antiguos alumnos y alumnas nos han contado ahora cuánto les ha aportado en su vida haber pasado por el CCP: el trabajo permanente sobre los valores humanos; los talleres organizados con la participación de las familias; la conciencia feminista, celebrando por todo lo alto el 8 de marzo; la mirada crítica despertada con las chirigotas de los carnavales; las maravillosas acampadas, aportando su granito de arena para mejorar la convivencia y la cohesión de grupo; las asambleas de clase para resolver conflictos y hacer propuestas...

Desde la mirada adulta, queremos añadir a esta lista el hecho de acoger en nuestras aulas, desde hace 40 años, a la Escuela de Personas Adultas en horario de tarde.

También, el haber apostado firmemente por el programa de integración desde el año 86 convirtiéndonos en centro preferente desde sus inicios. Actualmente, hemos incorporado, además, las aulas TEA (Trastorno del Espectro Autista).

Centro bilingüe

Desde el año 2010, se ha realizado un gran esfuerzo por convertirnos en un centro bilingüe y que nuestros chicos y chicas de Palomeras tengan esa oportunidad de salir al mundo con un buen nivel de inglés. Nuestro interés por la innovación pedagógica nos acompaña desde siempre aunque no es fácil hacer una propuesta innovadora que se salga, un poco, de lo establecido: trabajo cooperativo, aprendizaje por proyectos, trabajo por rincones, metodología de las matemáticas... etc.

Hay que insistir, por supuesto, en que nada de esto hubiera sido posible sin la participación de las familias. Durante muchos años se llevaron a cabo, incluso, talleres impartidos conjuntamente por familias y docentes una tarde a la semana. Ese sistema de organización con padres y madres se tuvo que interrumpir debido a trabas administrativas, pero nos planteamos volver a retomarlas cuando sea posible, dado que era una experiencia integradora, formativa y gratificante para toda la comunidad educativa.

A día de hoy, seguimos funcionando por comisiones mixtas entre familias y escuela para llevar al colegio y a su proyecto hacia adelante. La verdad es que hemos tenido mucha suerte con las madres y padres que han elegido nuestro centro y, sin ellos y ellas, no hubiéramos podido hacer ni la mitad de las cosas que hemos hecho. "Queridas familias, muchísimas gracias por estar ahí".

Sabemos que quedan muchos aspectos por mejorar e incorporar a nuestra realidad educativa, pero nos sentimos muy orgullosos y orgullosas de nuestro colegio y de su vínculo con Puente de Vallecas, nuestro querido distrito.

NO SIEMPRE LEVANTAN LA MANO CUANDO NECESITAN HABLAR

Detectar problemas socioemocionales entre el alumnado
es el primer paso para solucionarlos



📱 Infórmate aquí



Comunidad
de Madrid



En manos de tu enfermera

La relajación como ancla del bienestar

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

Vivimos en una época en la que la vida parece haberse convertido en una sucesión de tareas. Parecemos ratones en una rueda que nunca deja de girar. Ciertamente es que todas las comodidades actuales de las que disponemos (desde un vehículo, una lavadora a una red social) nos hacen ahorrar tiempo si lo comparamos con la vida que llevaban nuestros antepasados. A pesar de todo esto, parece que disponemos de menos tiempo que nunca.

Tanto nuestra mente como nuestro cuerpo necesitan desconectar de las rutinas que, impuestas o voluntarias, tenemos a diario. Si conseguimos relajarnos sin sentir culpabilidad por ello,

podremos alcanzar un cierto nivel de paz mental.

La sociedad cada vez es más consciente de la importancia de la salud mental. En la actualidad, se ha puesto muy de moda algo que se conoce como el mindfulness, o las técnicas de relajación. Nos vamos a centrar en las técnicas de relajación, pues son prácticas sencillas y rápidas.

Debemos practicarlas a diario, como una rutina más en nuestras vidas. Con esta práctica conseguiremos aumentar la sensación de calma. Para que empecemos a trabajar en alcanzar esa transformación, vamos a dejar por aquí una técnica de relajación sencilla y de corta duración.

Técnica sencilla y corta

— Vamos a sentarnos en una silla o en el suelo sobre un cojín. La espalda debe estar alineada, el cuello recto y no debemos cruzar las piernas. En esta técnica vamos a utilizar la respiración

SOPASALUD

Armonía

Inhala

Enfermera

Actitud

Mindfulness

Exhala

Salud

Mental

Relaja

Bienestar

A R M O N I A K L Ñ S
D E X H A L A F R S G
F L R E T Y J A M B A
G A F D F K T N E N R
D J R S D S L L N B E
U A F G E U Y K T V M
L N G N F G J L A G R
A V E D T G H J L V E
S I N D U T I T C A F
B I N H A L A S D R N
M F C V B N J U L X E

como ancla para obtener ese estado de relajación y bienestar.

— Debemos dejarnos llevar sin esperar nada. Es muy importante tratar de aprovechar el momento presente, tu momento, en contacto con tu respiración.

— Asegúrate de que tu

postura es cómoda, manteniendo los hombros relajados y la cabeza recta, relaja la musculatura de la cara quedando la boca ligeramente abierta. Si es posible puedes ir cerrando los ojos y tomando consciencia de cómo te encuentras en este momento.

Toma consciencia de cómo está tu cuerpo, tus pies y tus hombros, y observa todas las sensaciones físicas que percibas.

— Poco a poco, centra tu atención en tu respiración. Observa como el aire entra lentamente y tu pecho se expande y al soltarlo se contrae y se relaja. Con cada respiración intenta soltar todo aquello que te agobia. Inhalación y exhalación, solo debes focalizarte en esto. Es posible que a lo largo de la relajación puedas sentirte distraído por sonidos, pensamientos...cada vez que esto ocurra, vuelve a focalizar tu atención en la respiración.

— Deja que todos tus sentidos vayan descansando sobre tu respiración y trata de mantener una actitud abierta y amable. Observa como tu mente y tu cuerpo se van relajando a medida que inhalas y exhalas. Mantén este trabajo de respiración entre 8 y 10 minutos.

— Poco a poco, puedes comenzar a abrir lentamente los ojos y moverte despacio. Retoma tus actividades y valora el cambio.

Decía Marco Aurelio: "aquel que vive en armonía consigo mismo, vive en armonía con el universo". Es hora de empezar a valorar nuestra propia armonía.



VA DE SALUD

Salud comunitaria

Por Francisco Javier García, enfermero del Centro de Salud José María Llanos

Han pasado 44 años desde la celebración en 1978 de la primera Conferencia Mundial de Atención Primaria. En ese foro se la definió como "la asistencia sanitaria esencial basada en métodos y tecnologías prácticos, científicamente fundados y socialmente aceptables, puesta al alcance de todos los individuos y familias de la comunidad mediante su plena participación y a un costo que la comunidad y el país puedan soportar, en todas y cada una de las etapas de su desarrollo con un espíritu de autorresponsabilidad y autodeterminación. La atención primaria forma parte integrante tanto del sistema nacional de salud, del que constituye la función central

y el núcleo principal, como del desarrollo social y económico global de la comunidad". Pues bien, de esa definición hoy queda poco... El impacto de la pandemia ha dejado entrever unos cimientos poco estables del sistema sanitario a nivel general y de la atención primaria a nivel particular: sanitarios cansados y con condiciones laborales precarias y, por otro lado, población crispada y desconcertada. ¿Dónde puede estar el problema? Paremos un momento y analicemos: probablemente una parte de este descontento tenga que ver con la ignorancia que se tiene de nuestro trabajo, cuyo objetivo principal es el fomento de la prevención y la promoción de la salud de la comunidad. Por eso nos parece muy importante hacerlo visible y darlo a conocer para que se entienda mejor. Si los usuarios están debidamente informados, sin sesgos ni discriminaciones, se podrá conseguir que tanto



◀ Vanesa González, enfermera del José María Llanos, en el inicio de la sesión 'Conoce tu centro'

los pacientes como sus familias se impliquen de forma activa en su salud.

'Conoce tu centro'

A propósito de esta labor, el pasado día 16 de noviembre, dentro de las actividades programadas para la conmemoración de la Semana

de la Ciencia, se celebró la I Jornada de Salud Comunitaria de la Comunidad de Madrid. El anfiteatro de la Fundación Caixa Fórum sirvió de escaparate para difundir intervenciones y actividades que se realizan en los centros de salud. Concretamente, en el Centro de Salud José María Llanos se ha desarrollado un taller con agentes comunitarios

formales e informales bajo el lema 'Conoce tu centro'. En él se habló sobre su historia, sobre las distintas vías de acceso y sobre aquello en lo que los profesionales llevan trabajando en el barrio de El Pozo del tío Raimundo desde hace 28 años: ser una puerta de entrada accesible al sistema sanitario, dar voz a los vecinos y ofrecerles herramientas para mantener su salud en niveles aceptables.

Hay que ser conscientes de los continuos cambios (laborales, económicos y demográficos) que se producen en la sociedad actual. Saber, además, que pueden afectar negativamente a la calidad de vida de la población, propiciando la aparición de numerosas enfermedades, pero como profesionales sanitarios seguiremos implicados en proporcionar los mejores cuidados. Y seguiremos contribuyendo a garantizar una sanidad pública y universal.

ACTUALIDAD

Un nuevo ejemplar de Vallecas VA ya está en la calle

➤ En este reportaje se cuenta cómo es el proceso de recepción y reparto mensual del periódico

Por Christian Rodríguez

Como lleva siendo habitual cada mes y desde hace más de 28 años, a comienzos de noviembre llegó al barrio un nuevo número (el 316 para ser más exactos) del periódico 'Vallecas VA'. En este reportaje se cuenta el proceso de recepción del mismo, así como la posterior entrega de algunos de sus ejemplares en los muchos establecimientos existentes en las calles vallecanas.

La furgoneta de reparto llegó sobre las ocho y media de la mañana al reconocido Mercado de Numancia, lugar donde se llevó a cabo la descarga de todos y cada uno de los ejemplares de la edición mensual recién salidos de la imprenta. Con la ayuda de tres carretillas manuales y el esfuerzo físico del equipo del periódico,

se fueron transportando los paquetes (agrupados en 50 periódicos cada uno) desde la furgoneta hasta el sótano del propio mercado. Para ello, las carretillas se fueron metiendo en el interior de un elevador que facilitaba dicho transporte.

Una vez se llegó al sótano y bajadas las carretillas del elevador, el siguiente paso consistió en colocar todos los paquetes o montones de periódicos en distintos palés. De esta forma, se consigue tanto mantener los periódicos preparados para su futuro reparto, como reducir el espacio para que otros trabajadores del espacio comercial puedan almacenar sus mercancías sin ningún tipo de problema.

Con los ejemplares ya almacenados, la siguiente misión fue la de distribuirlos por todo el barrio para que los vecinos de Vallecas pudieran leerlo. El reparto de los primeros periódicos se realizó al más puro estilo tradicional. Solamente hizo falta un buen café, fuerza en las piernas y una carretilla para que el manejo y el transporte fuera lo más cómodo y efectivo posible.

Por el camino, muchos fueron los vecinos que pidieron un ejemplar del periódico mientras se encontraban paseando o conversando. Otros tantos, no sabían qué era lo que se estaba repartiendo y



Por el camino, muchos fueron los vecinos que pidieron un ejemplar del periódico mientras se encontraban paseando o conversando

◀ La descarga de los periódicos de la furgoneta de reparto C. R. B.



▲ Periódicos agrupados en palés en el sótano del Mercado de Numancia C. R. B.

El Mercado de Numancia ofrece un apoyo logístico imprescindible para el proceso de distribución mensual de 'Vallecas VA'

no dudaron en preguntar e informarse. Pero la gran mayoría, ya conocían el periódico y simplemente estaban esperando la entrega de este nuevo número de 'Vallecas VA' en su comercio habitual.



▲ Distintos montones de ejemplares almacenados y agrupados en palés C.R.B.

Historias ocultas

Cada parada en cada establecimiento fue como vivir una aventura nueva. Estancos, colegios, centros de mayores, gimnasios, peluquerías, zapaterías, autoescuelas, carnicerías, tiendas de ropa, mercerías, locutorios... en resumen, cientos de lugares que dan al barrio su aspecto y su encanto. Y esto no sería posible sin los muchos trabajadores y trabajadoras de Vallecas, que están llenos de historias ocultas que poca gente conoce. Incluso más de una persona comentó distintas ideas que les iban surgiendo (reportajes, entrevistas, actividades culturales, investigaciones...) para poder colaborar con el periódico.

Es sorprendente la cantidad de cosas nuevas que se pueden aprender en tan solo una mañana. Porque mucha gente conoce Vallecas, pero pocos saben cómo son realmente los vecinos vallecanos, que son la verdadera esencia de este barrio. Quién sabe si algunas de estas historias pudieran salir a la luz en futuros ejemplares de 'Vallecas VA'.



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

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!

EL PUCHERO TAPAS CERVECERÍA CAFETERÍA



Menú casero diario – Especialidad en hamburguesas
¡RESERVA TU CENA DE NAVIDAD!
☎ 914 38 47 27

Av. de la Albufera, 270 (Metro Miguel Hernández)

Vallecas VA

El equipo de **Vallecas VA** desea a todos los vecinos, amigos, colaboradores, anunciantes, etc. que estos días de fiestas sirvan para hermosos **ReEncuentros**



Elige con qué quieres sorprender, nosotras le ponemos el lazo.

CESTAS REGALO
para los mejores deseos
¡Salud, amor y buenos alimentos!

Tomatomates



CARNICERIAS

Precios y productos exclusivos solo para domicilio

SIGUENOS EN:

FACEBOOK

INSTAGRAM

FURGOCARNES

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

LEGANÉS
☎ 916 851 390
☎ 699 934 603

ALCORCÓN
☎ 915 075 171

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

Mercado Puente de Vallecas

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

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

PUESTO 11-12 EXTERIOR
Especialidad en Legumbres y Bacalao
-Jamones, fiambres, quesos y conservas-
91 477 03 37
jorgeesteban5572@gmail.com www.alimentacionjorge.com

PUESTO 10
● Pan de pueblo
● Palmeritas de Morata
● Productos artesanos
ROSCÓN DE REYES ARTESANOS
☎ 673 584 336
msgourmet2021@gmail.com
f msgourmet Vallecas
msgourmet.2021

PUESTO N.º 1
TODOS LOS DÍAS GÉNERO FRESCO Y DE 1ª CALIDAD
☎ 650 371 370
652 828 628
Pedidos a domicilio gratis a partir de 20€



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