



“Vivo la realidad del barrio en primera persona”

Entrevista con la concejala del PSOE, Ana Lima

Página 4



V Marcha por el cierre de la incineradora

Unas 300 personas llegaron a las puertas de Valde-mingómez el 21 de enero

Página 3

La alegría del Carnaval recorre las calles de las dos Vallecas

➤ Vuelven los tradicionales desfiles, bailes y chirigotas del 8 al 11 de febrero

➔ Pág. 11

AUTOESCUELAS
Rayo
Mucho de Vallecas

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

PATROCINADOR OFICIAL

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

CAÑAS · TAPAS · VERMUT DE GRIFO · RACIONES
RECETAS Y POSTRES CASEROS · MENÚ DEL DÍA · GRUPOS

EL SALERO DE MING
BAR DE TAPAS CON TERRAZA

C/PAYASO FOFO 24 @elsalero deming T.675 36 87 55 / 646 31 90 21

RESTAURANTE
"El Colorado"
EL MEJOR POLLO DE MADRID

MENÚS DIARIOS
de lunes a viernes
de 12 a 16 h.

MENÚ 10€

MIÉRCOLES CERRADO

www.polloselcolorado.com

C/ Francisco Iglesias, 61 Madrid - 28038
640 73 65 94

REPARTO A DOMICILIO
DE JUEVES A LUNES Y FESTIVOS
CONSULTAR ZONAS

LA CASA DE TUS SUEÑOS
MÁS CERCA DE LO QUE IMAGINAS

Déjanos ayudarte a comprar, vender o alquilar vivienda con toda tranquilidad.

#somosdelbarrio

comprarcasa.
TORRESRUBÍ

C/ San Claudio, 27, local 3,
28038 Madrid.
913 03 63 55
www.torresrubí.com

comprarcasa.
TORRESRUBÍ

EDITORIAL

Todo un 2024 por construir

La buena sociedad empieza en la relación de uno consigo mismo y continúa en la relación con los más próximos buscando el buen vivir para todos, sin excepción. Es la única salida a la actual situación de tránsito en este particular momento en la historia del ser humano.

No desaprovechemos el "ventanal de oportunidad" que estamos viviendo. Tomemos el toro por los cuernos y, ante el hecho de la caída de los valores de esta sociedad, de este sistema, apostemos por reemplazarlo de manera anónima, suave y silenciosa por esta nueva sensibilidad humanista, que ya se está expresando por todo el planeta.

Tenemos por delante la impostergable tarea de llevar adelante lo que de una u otra manera

nos propusimos al empezar el año. Para ello es necesario mantener las prioridades y, si fuera el caso, hacer los ajustes necesarios e impostergables en algunos aspectos o ámbitos. Se puede empezar por precisar los objetivos hasta junio de este año en los dos o tres aspectos o ámbitos principales de la vida de cada uno.

Cuando todo se cae afuera, en la sociedad, en el sistema, solo queda reforzarse internamente, hacer crecer un "centro de gravedad" en uno mismo y eso pasa por construir con objetivos bien precisos en la dirección que uno decida. Una vez hecho esto, será imprescindible fortalecer las relaciones más queridas con la familia, con los amigos, con los compañeros, con los vecinos... Necesitamos "hacer cuerpo", sentirnos unidos, apoyados, querer y ser queridos...

De esa manera, en los momentos de duda, indecisión, desánimo, flojera, etc., uno podrá recurrir a su interioridad, a ese "espacio interior" que ha ido labrando, y pedir con fuerza que vuelvan las mejores sensaciones, los anhelos más profundos, las vivencias más significativas y así poder sacar fuerzas para de nuevo ponerse en marcha. Y todo esto compartirlo con los más cercanos.

No es tan difícil. Solo requiere valorar la vida, la propia vida y dar un primer paso. Después de ese, vendrá un segundo, un tercero... Así es como se construyen las realidades. Así es como se puede amar la realidad que uno construye y como dice un buen amigo, Silo, "ama la realidad que construyes y ni aún la muerte detendrá tu vuelo".

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

Juntos somos más

Ignacio Marín
(@ij_marin)



Las últimas semanas han sido especialmente productivas en lo que se refiere al tejido social de nuestro barrio. Por un lado, el pasado domingo 4 de febrero clausuramos Vallekas Negra, el festival de novela negra y social de Vallecas, que tengo el honor de coordinar. Han sido más de dos semanas de actividad en las que hemos celebrado nueve presentaciones de libros, tres encuentros literarios, dos mesas redondas y otras actividades culturales y lúdicas, diseñadas por y para los vecinos.

Como era de esperar, Vallekas Negra ha tenido una excelente acogida por parte de los vecinos, que han llenado el Ateneo Republicano de Vallekas todos los días, demostrando, por un lado, el interés y necesidad de cultura de dos distritos con más de 350.000 vecinos, y por otro, la acuciante necesidad de actividades de ocio en un lugar absolutamente abandonado por las administraciones. Vallekas Negra volverá el año que viene, no solo porque es nuestro compromiso, sino también porque nuestro barrio así nos lo exige.

Nuestro barrio también exigió, el pasado 21 de enero, el cierre de una vez por todas de la maldita incineradora de Valdemingómez que tanto mal nos hace, no solo a nuestro barrio, sino a los 700.000 habitantes que tenemos la mala suerte de vivir en los 10 kilómetros de su entorno y somos discriminados simplemente por nuestro código postal. La marcha de nueve kilómetros por las hermosas afueras de Villa de Vallecas, fue de alegría y camaradería, como siempre lo son las relaciones cooperativas entre los vecinos. Lástima que esa ruta tuviese como destino la incineradora, que se levanta ufana en medio del campo como un auténtico monumento a la impunidad y al desprecio por los semejantes.

El alcalde Almeida, tras su imagen cercana y campechana, y todo su equipo continúan con su despiadada intención de alargar la vida de la incineradora todo lo que sea posible, desoyendo, una vez más, el clamor de los vecinos que la sufrimos a diario. Supongo que el simpático alcalde, dedicado a vender las bondades de desarrollos urbanísticos como el de Valdecarros, no insistirá demasiado en difundir que sus habitantes tendrán como vecina

En una ciudad que ya son dos por culpa de una brecha de desigualdad que crece sin parar, ya solo nos queda luchar y protestar

a la incineradora de Valdemingómez, masticando sus toxinas e inhalando sus emisiones cada día.

Otra lucha que parece eterna es la de la defensa de la sanidad pública. No podemos bajar la guardia, ya que la resignación de los ciudadanos es empleada por la Comunidad

de Madrid para continuar mercantilizando y precarizando lo que pertenece a todos. El pasado jueves 1 de febrero se reunieron los vecinos para defender, esta vez, el Centro de Salud Vicente Soldevilla de Puente de Vallecas, en el que más de 5.000 personas no tienen médico asignado, existen siete plazas de médicos sin cubrir, en el turno de tarde solo hay un médico cuando tendría que haber nueve, y cada doctor tiene asignados 400 pacientes más de lo que debería.

En definitiva, en una ciudad en la que se desprecia de esta manera tan ostensible la cultura y la salud, en una ciudad donde se vanaglorian de tener un Gran Premio de Fórmula 1 diseñado para el enriquecimiento de unos pocos, en una ciudad que ya son dos por culpa de una brecha de desigualdad que crece sin parar, ya solo nos queda luchar y protestar. En esta ciudad, juntos somos más.

La imagen del mes



OLIVIA ANDERS



La atención primaria, la más necesaria

'Atención primaria, la más necesaria' o 'urgencias cerradas, muerte asegurada' fueron algunos de los lemas más repetidos al final de la enésima manifestación en defensa de la sanidad pública que tuvo lugar el jueves 1 de febrero por las calles de Puente de Vallecas. Alrededor de un millar de personas participaron en esta protesta que partió del Centro de Salud Vicente Soldevilla (Sierra de Alquife, 8) y finalizó frente a la Asamblea de Madrid. Precisamente, los vecinos denunciaron la precaria situación del Soldevilla tras la dimisión del último médico, Daniel García, que pasaba consulta en turno de tarde.

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: Calprint ■ EDITA: Publicaciones Periodísticas 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



Actualidad

Más de 300 vecinos marchan contra la tóxica realidad de la incineradora de Valdemingómez

● El enésimo acto reivindicativo que tuvo lugar el 21 de enero, exigió el cierre de la planta de Las Lomas en 2025

Por Ignacio Marín

Un año más, la reivindicación de siempre. El pasado domingo 21 de enero, más de tres centenares de vecinos volvieron a darse cita para celebrar una nueva marcha, la quinta ya, por el cierre de la incineradora de Valdemingómez en 2025, una clausura a la que se comprometió el propio Ayuntamiento de Madrid durante el mandato de Manuela Carmena. La planta de Las Lomas lleva años emitiendo, no solo malos olores, sino también emisiones y sustancias potencialmente peligrosas para unas 700.000 personas que residen en un radio de 10 kilómetros, en localidades, distritos y barrios como Puente y Villa de Vallecas, la Cañada Real, Coslada, Rivas-Vaciamadrid, Velilla de San Antonio o Getafe.

La ruta partió del Metro La Gavia a las 11 de la mañana

y recorrió nueve kilómetros, llegando hasta la incineradora y volviendo al punto inicial. La caminata fue realmente agradable a pesar de la ominosa presencia del centro de tratamiento de residuos. A través de caminos, cruzó los terrenos que se encuentran entre la M-45, la M-50 y las vías del AVE, en los que se pudieron observar grandes extensiones de campo abierto, el Cerro de los Ángeles a lo lejos e incluso pasar por la casa en ruinas del Maestrazgo. En fin, una ruta muy recomendable, incluso para ir con niños, perros o en bicicleta, como así hicieron los asistentes. Fue un día soleado y con temperaturas agradables, donde la única pega fue el gran volumen de barro por culpa de las últimas lluvias.

Pero los motivos de esta nueva marcha no fueron tan amables. Las instalaciones de la incineradora de Valdemingómez son tan imponentes como siniestras. Desde

una ligera colina, es posible ver el interior del complejo, rodeado por un alto muro de hormigón. Entre los edificios se apilan cientos de sacas de cenizas cubiertas por lonas de plástico. El silencio reinante se interrumpe por un continuo sonido industrial procedente del interior del complejo. Ya no se atisban tantos animales, no corretean los conejos ni buscan presas las aves rapaces. Solo gaviotas, habitantes habituales en todos los vertederos del mundo. Y en los alrededores, escombros, basura y hasta coches quemados. "Con lo bonito que era el paseo, qué pena que tengamos este estercolero aquí en medio", se lamentó una vecina participante en la marcha.

Pues ese estercolero lo sufrirán especialmente de cerca los vecinos de las nuevas y mastodónticas promociones que se van a extender por todo el sureste de la región: los nuevos desarrollos de El Cañaveral, Los Ahijones, Los Berrocales y Valdecarros. Uno de los proyectos de urbanismo más grandes de la historia de nuestra región y que, como es ya costumbre,

no responde a las necesidades demográficas, solo a los intereses económicos y especulativos. En el caso de Valdecarros, que supondrá más de 50.000 viviendas, se encuentra a apenas dos kilómetros de la incineradora, al igual que el ya existente Ensanche de Vallecas.

La protesta, además de reclamar una vez más el cierre de la polémica y contaminante instalación, sirvió para visibilizar la inadecuada gestión de los residuos en la Comunidad de Madrid. De hecho, participaron miembros de plataformas vecinales de las mancomunidades de residuos del Este, Sur y del Noroeste. En estas dos últimas se está tramitando la ampliación de los vertederos de Pinto-Getafe y de Colmenar Viejo, respectivamente.

Frente a las instalaciones, los portavoces de la marcha, organizada por Ecologistas en Acción Madrid, la Federación Regional de Asociaciones Vecinales de Madrid (FRAVM) y el Grupo de Acción para el Medio Ambiente (GRAMA), recordaron las intenciones del ejecutivo que

Las instalaciones de la incineradora son tan imponentes como siniestras. Desde una ligera colina, es posible ver el interior del complejo, rodeado por un alto muro de hormigón

dirige José Luis Martínez Almeida de prorrogar la vida de la incineradora al menos hasta 2035, un auténtico desatino que choca frontalmente con la línea de gestión de recursos actual de la Unión Europea, y que incumple los anteriores compromisos del ayuntamiento. Intenciones que aparecen recogidas en el proyecto de nueva Estrategia de Prevención y Gestión de Residuos municipal que, a punto de ser aprobado por la Junta de Gobierno del consistorio, parece haber sido concebido con el único fin de justificar esta prórroga.

Lejos de un modelo sostenible

"El Ayuntamiento de Madrid no va a desarrollar

políticas de prevención y no va a cambiar hacia un modelo más sostenible debido a que los residuos son un gran negocio para un puñado de empresas que tienen repartidas convenientemente la recogida y la explotación de las distintas plantas que componen el Complejo Tecnológico de Valdemingómez. Y, por tanto, Almeida y el delegado de Medio Ambiente, Borja Carabante, harán todo lo posible por alargar la vida de la incineradora allá hasta donde se pueda, operando a pleno rendimiento", indica el comunicado que leyeron los delegados vecinales y ecologistas ante el complejo.

"Mientras anuncian a bombo y platillo que Madrid tendrá un Gran Premio de Fórmula 1, un espectáculo elitista que ningún beneficio nos supondrá aquí, seguimos sufriendo las emisiones de la incineradora de Valdemingómez. Ya basta de traer la basura del centro de Madrid a nuestro distrito. Exigimos el cierre de la incineradora cuanto antes", insiste Miguel Delgado, integrante de la marcha y vecino de Villa de Vallecas.



▲ Los manifestantes desplegaron una pancarta con la incineradora de fondo

I. MARÍN

▼ Un momento de la caminata
AV PAU ENSANCHE DE VALLECAS



LA CERVEZA DEL BARRIO EN TU SITIO FAVORITO



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



ACTUALIDAD

➤ **¿Cuáles piensa que son los principales problemas de Puente de Vallecas?**

➤ Vivo en Puente de Vallecas y mi familia también, así que no solo hablo como concejala, sino como vecina. El gran problema de este distrito es la desigualdad territorial. Hay un acumulado de población con rentas más bajas y las tasas más altas de desempleo. Los vallecanos y las vallecanas siempre hemos sentido que somos el distrito olvidado en cuanto a inversión pública.

➤ **¿Qué proyectos echa en falta?**

➤ Un centro juvenil, un espacio de igualdad, una biblioteca municipal y mayor inversión en la accesibilidad, sobre todo en la zona de San Diego, que es la más castigada en este sentido. Y una escuela de música que es una reivindicación histórica. Y lo único que ha entrado en los presupuestos de este año es el espacio de igualdad y la escuela de música, dejando fuera, una vez más, a la población juvenil, cuando tenemos bandas, violencia, absentismo o menores en tránsito sin respuesta de alojamiento al cumplir los 18 años.

➤ **Puente de Vallecas es uno de los distritos donde más se hace notar la desigualdad social. Desde su larga experiencia, ¿cuál sería su receta para corregirla?**

➤ Falta un orden entre lo público y lo complementario, una valoración necesaria de qué se puede financiar para programas que parten de las asociaciones sin caer en la filantropía. Y hacer un trabajo real que complemente lo público con las asociaciones y que se haga una labor comunitaria. Las listas de espera en Servicios Sociales en el distrito son de tres meses, una cifra más alta que en otros. Si no se tiene en cuenta de cara a las inversiones, así como en sanidad, se colapsan los recursos. También es necesario mejorar las infraestructuras en materia de accesibilidad. Me reúno constantemente con entidades de personas con discapacidad. El distrito y muchos centros públicos del mismo suspenden en esta materia.

➤ **El 'scalextric' sigue en pie a pesar de las proposiciones aprobadas en los plenos de Cibeles y del distrito para su desmantelamiento. ¿Ve usted tan complejo el proyecto como defiende el Gobierno municipal?**

➤ Está aprobado y ha sido una desvergüenza absoluta. El año pasado iba en el presupuesto un estudio. Este año ni eso. No hay ninguna predisposición a solucionarlo. Es el último 'scalextric' que queda en pie en la ciudad y, si se hizo en Pacífico, se podría hacer aquí igual. Vamos a seguir defendiendo y reivindicando su final. Es viable, pero existe dejadez y desidia por parte del Ayuntamiento hacia este tema. Muchas veces se piensa que es una forma de "castigar" a un distrito mayoritariamente con votantes de izquierdas.

➤ **El concejal de Puente de Vallecas, Ángel Niño, dijo en una entrevista en Vallecas VA en diciembre que le daba un notable,**



'No solo soy concejala, soy vecina de toda la vida de Puente de Vallecas, y vivo la realidad del barrio en primera persona'

◀ La concejala del PSOE posa junto a un banco de la Plaza Vieja.
J. INASTRILLAS

Entrevista con Ana Lima, concejala del PSOE, responsable en Puente de Vallecas

'El gran problema del distrito es la desigualdad territorial'

Por Olivia Anders / I. Mendi

Ana Isabel Lima (Madrid, 1968), concejala del Ayuntamiento de Madrid, es la responsable de su partido en el lugar en el que reside, Puente de Vallecas. Profesora en la Universidad Complutense, su vida ha estado ligada a los Servicios Sociales, donde ha llegado a ser Secretaria de Estado y trabajado durante 22 años en puestos de intervención directa con personas y en la dirección de centros. En esta entrevista con Vallecas VA, hace un análisis actual de la situación de su distrito y defiende a ultranza su histórico de solidaridad y participación vecinal frente a los actuales estereotipos de inseguridad.



▲ Ana Lima contesta una de las preguntas de Vallecas VA.

JESÚS INASTRILLAS

en torno a un 7, a la limpieza en el distrito, ¿qué nota le daría usted?

➤ Le daría un suspenso y diría que no progresa adecuadamente. Hay zonas, como los interbloques que nunca se limpian, auténticas

escombreras, que son uno de los grandes problemas del distrito. Fuera de los contratos se han quedado espacios que no se limpian nunca, como los alrededores del Centro de Salud Federica Montseny. Y se

está intentando poner remedio de alguna manera, ya que ni Comunidad ni Ayuntamiento se hacen cargo. Muchas veces son los propios vecinos los que tienen que limpiar esos espacios. Hay que tener una visión de intervención integral en materia de limpieza. Lo que se hace no es suficiente. Hemos llevado a Plenos el tema de plagas de chinches y de ratas. Y la respuesta que recibimos siempre es que son casos puntuales, cuando no lo son.

➤ **El último cierre por obras de la Línea 1 de Metro, desde junio hasta octubre de 2023, puso en jaque la movilidad de los vallecanos y de las vallecanas. ¿Cree que hacen falta alternativas?**

➤ No hay una reformulación real de la red de transportes actual. Llevábamos la propuesta de la creación de la Línea 8 que saliera de Entrevías-El Pozo, pasando por Puente de Vallecas y llegara a Nuevos Ministerios. Con la obra de la Línea 1 nos quedamos incomunicados, los autobuses alternativos iban llenos, no se tuvo en cuenta la realidad de los vallecanos y de las vallecanas, y nos sentimos olvidados. Hay zonas del distrito que no tienen acceso al transporte. Por ejemplo, el hospital de referencia, que está en medio de un descampado. Tiene posibilidad de accesos tanto a Villa de Vallecas como a la A-3, o un sistema de autobuses adecuado en un horario amplio.

➤ **Sanidad y Educación no son de competencia municipal, pero aglutinan muchas de las quejas de los vecinos por la precaria situación de lo público, ¿qué se podría hacer desde el Ayuntamiento y desde la Junta Municipal?**

➤ Hemos creado los 'Desayunos Sociales', unos espacios a los que convocamos a entidades y organizaciones por áreas para explicar

las diferentes competencias y la hoja de ruta que se puede seguir. De ahí llevamos a los Plenos esas propuestas consensuadas, negociamos y se consigue llegar a acuerdos, sobre todo en temas sociales. Nuestro modelo es siempre la defensa de lo público, mientras que el partido que gobierna pone en el centro el mercantilismo de los recursos públicos. Esto hace que los Servicios Públicos pierdan calidad por la mala gestión de las empresas adjudicatarias. Defendemos un modelo social democrata y el partido que gobierna defiende uno neoliberal, que segrega y estigmatiza cada vez más.

➤ **El Ayuntamiento presume de que el Plan Sures para el reequilibrio de los distritos del sur y del este, entre ellos Puente, está consiguiendo sus objetivos. Cree que es suficiente ¿o lo considera poco ambicioso?**

➤ Veo muy positivas todas las inversiones en infraestructuras, remodelación de parques, como, por ejemplo, en Entrevías. Pero hay una parte que dice "en estudio" o "en tránsito". Básicamente todo lo que tiene que ver con las acciones de prevención social o con la mejora de la calidad de vida están en estudio y estancadas. Es más fácil hacer una obra. Está bien que exista este plan, pero lo veo insuficiente. Del Plan Sures nos hemos quedado un poco fuera como distrito. Creo que en estos últimos presupuestos se han metido pocas cosas.

➤ **Para terminar, ¿qué se puede hacer la combatir la imagen y el estereotipo de distrito inseguro?**

➤ Es una responsabilidad nuestra dignificar el barrio, su histórico de solidaridad y participación vecinal. A mí ese estigma me duele. Me da tristeza, porque para mí Vallecas es un gran distrito para vivir y debemos estar orgullosos. No solo hay que fijarse en lo malo, Vallecas es un "puente". Estamos muy bien comunicados, el precio de la vivienda ha sido de los más bajos de la ciudad, lo que ha propiciado el aumento de la población, pero esto está cambiando. Y lo que tenemos que hacer es defender y evitar que eso vaya a más. Hay que reorganizar el casco histórico, invertir mucho en prevención, dotar de inversiones en base a la densidad de población, más centros culturales, etc.

'En Puente de Vallecas es necesario un aumento en la inversión pública, una reordenación del transporte y mejorar la accesibilidad para personas con discapacidad'

Fe de errores

En la entrevista publicada al concejal de Villa de Vallecas, Carlos González Pereira, en el número 329 de Vallecas VA apareció por error que la construcción del segundo instituto del Ensanche costará 100 millones cuando en realidad será 10 millones de euros.

Por un parque de viviendas de alquiler para Vallecas

● La solución debe buscarse en el crecimiento sostenido de los barrios para mejorar los entornos urbanos

**Por Néstor Montenegro,
arquitecto, profesor asociado
en la Universidad Politécnica
de Madrid**

Si atendemos a los datos que conocemos, la vivienda es el principal factor de exclusión y segregación social en la ciudad de Madrid. Y la dificultad de acceso a la misma uno de los mayores obstáculos a la hora de definir un proyecto de vida. Especialmente si hablamos de los jóvenes, cuya emancipación se ve condicionada por la imposibilidad de asumir la adquisición o el alquiler de una vivienda. Sea cual sea el distrito de la capital, pero especialmente en los nuestros, las estadísticas

apuntan además a que esos datos empeoran año a año, generándose una mayor brecha entre las demandas de los vallecianos y la oferta que el mercado proporciona.

Los datos socioeconómicos de las Vallecas apuntan a que la relación entre la renta per cápita y el coste de la vivienda en sus barrios, tanto en alquiler como en compra, aleja mucho de una solución que sea inmediata y fácil. Aún en situación favorable de mejora de salarios, los precios de alquiler en nuestros barrios siguen siendo inasequibles.

Debemos empezar por determinar dónde radica el problema. En Madrid, solo un 1,5% del parque inmobiliario total está destinado a alquiler social. En el extremo

opuesto, encontramos el 35% de Ámsterdam o el 32% de Viena, que encabezan positivamente las ratios europeas. Ante a estos números es necesario impulsar políticas públicas que apuesten por revertir esta situación, facilitando el incremento del parque de viviendas de alquiler, y también diversificando los entornos en los que estas viviendas se ubican.

Laboratorio de ideas neoliberales

¿Cómo hemos llegado hasta aquí? Fundamentalmente, después de décadas de sucesivos gobiernos regionales y municipales, que han convertido Madrid en un laboratorio de ideas neoliberales, olvidando que la verdadera razón de la gestión pública no es el enriquecimiento de unos pocos a través de la especulación, sino equilibrar las condiciones de vida de los ciudadanos y, por tanto, facilitar el acceso a un bien de primera necesidad como es la vivienda.



La emancipación de los jóvenes se ve condicionada por la imposibilidad de asumir la adquisición o el alquiler de una vivienda

◀ El 'ecobarrio' de Puente de Vallecas

Lejos de encontrar la única solución en las grandes operaciones urbanísticas desarrollistas que se han promovido en los últimos 40 años, y que continúan aún hoy en inauguraciones como la de Valdecarros, nuestros barrios ya consolidados requieren ser el foco en el que se fomenten políticas alternativas que conduzcan a mejorar el acceso a la vivienda de nuestros vecinos.

Desde la regeneración del parque residencial existente, a la adquisición por parte de la administración de viviendas inmovilizadas; desde la promoción en pequeña escala, mediante la constitución de comunidades acordes a la dimensión del tejido urbano, a la implantación de diversos modelos de vivienda asistencial que cubran necesidades específicas de nuestros mayores y jóvenes.

Desde un pensamiento innovador, pero fundamentalmente cercano, las soluciones deben buscarse en el crecimiento y consolidación sostenida de nuestros distritos en busca de una mejora de los entornos urbanos a través de la mejora de los entornos domésticos, hacia una prosperidad que permita que la vivienda deje de ser la primera preocupación de nuestros vecinos para constituirse en su principal orgullo.

PASTELERIA *Sanli* **FIAMBRES**

Sanli

CHARCUTERÍA PASTERÍA
PRODUCTOS DE PRIMERA CALIDAD

Al servicio de nuestros Clientes 50 años 1973-2023 Aniversario

Creaciones artesanales para Carnaval y San Valentín

Avd. Albufera, 103 ☎ 91 437 23 34 ✉ pasteleriasanli@gmail.com

ACTUALIDAD



▲ Un momento de la concentración que tuvo lugar en la calle de Fuentidueña

@DANI_AYUSOVK

Villa de Vallecas vuelve a reclamar una sanidad de calidad

● La última protesta, una concentración en la calle de Fuentidueña el pasado 24 de enero

El Ensanche de Vallecas, con 53.000 empadronados, dispone de un único centro de salud en el que se tarda hasta 22 días en obtener cita en atención primaria

Por I. Mendi

'Sanidad, pública' y 'O recortar en sanidad, es un acto criminal' fueron algunos de los lemas más repetidos en la enésima concentración vecinal para exigir mejoras en la sanidad pública, que tuvo lugar en la tarde del miércoles 24 de enero. En esta ocasión, el escenario elegido por la Plataforma por la Sanidad Pública de Villa de Vallecas para una protesta que contó con la participación de alrededor de un centenar de residentes, fue la entrada del Centro de Salud Villa de Vallecas, situado en la calle de Fuentidueña.

Este colectivo considera que el estado de la sanidad en un distrito

de 117.400 vecinas y vecinos "es insostenible". "A pesar de tener la suerte de contar con dos hospitales públicos en su territorio, la Comunidad de Madrid lleva años desmantelando el Hospital Virgen de la Torre que desarrolló una importante labor en cirugía ambulatoria y que actualmente se dedica a centro de corta y media estancia para pacientes crónicos", denuncia.

"La atención primaria no corre mejor suerte. El Ensanche de Vallecas, con 53.000 empadronados, dispone de un único centro de salud en el que se tarda hasta 22 días en obtener cita en atención primaria. El resto de ambulatorios del distrito se encuentran también saturados, sin profesionales

sanitarios suficientes para atender a la población de manera adecuada, con tiempos de espera entre 10 y 15 días para conseguir una cita en atención primaria", añade.

Demandas recurrentes

Entre las demandas ciudadanas, se encuentran la construcción del segundo centro de salud en el Ensanche y del paso al hospital, más profesionales, mejores condiciones y abrir la tercera planta del Infanta Leonor.

"Se han dado ya tantas y tantas razones para luchar por nuestro sistema de salud que se puede pensar que ya está todo dicho, pero nunca será suficiente hasta que el gobierno de la Comunidad de Madrid oiga lo que ya es un clamor. No nos cansaremos de reclamar lo que nos falta. No nos cansaremos de advertir a quienes no ven, que vamos hacia un peligroso sistema que nos condenará a una menor esperanza de vida y a una grave pérdida de bienestar. No nos cansaremos de reclamar todas las deficiencias que tenemos en nuestro distrito, Villa de Vallecas", apostillan desde la plataforma.

Más de 3.200 firmas contra el "progresivo deterioro" de la atención primaria



▲ Vecinos recogen firmas a las puertas del Centro de Salud Vicente Soldevilla

Por Redacción

La Plataforma en Defensa de la Sanidad Pública de Vallecas presentó el miércoles 17 de enero un total de 3.290 firmas para denunciar el "progresivo deterioro" de la atención primaria en Puente de Vallecas. Estas rúbricas, recogidas en 174 páginas, van dirigidas a la responsable de la Dirección General de Atención Primaria del Servicio Madrileño de Salud (Sermas), Rosario Azcutia, y buscan poner el foco, especialmente, en el Centro de Salud Vicente Soldevilla.

Este colectivo denuncia un abandono de las instalaciones, potenciado por el cierre de las urgencias y la posterior apertura sin profesionales médicos, especialmente de familia y pediatras. "Está ocasionando que haya miles de vecinas y vecinos sin médico asignado, con listas de espera habituales de 15 a 20 días, y que son atendidos cada vez por un médico distinto, sin que por parte de la administración sanitaria se esté

dando soluciones", lamentan sus miembros.

En el caso de Soldevilla, aseguran que falta la mitad de la plantilla, situación que se agrava por la tarde, porque de los nueve que debería haber "hay momentos donde hay un médico de familia y otras veces que desde las 18 horas no hay ninguno". En este punto, rompen una lanza en favor del "esfuerzo" de los profesionales del centro, pero creen que la falta de medios está dejando sin atención médica "a muchas personas enfermas".

"Esperamos soluciones urgentes a esta situación y, lo antes posible, una fecha para la reunión que hace meses pidió la Federación Regional de Asociaciones Vecinales a la Gerencia de Atención Primaria por la situación del Centro de Salud Vicente Soldevilla, plantilla y espacio", concluye este colectivo.

Precisamente desde este ambulatorio partió la enésima manifestación vecinal a favor de la sanidad pública, convocada por el colectivo Vallecas por lo Público, que tuvo lugar el jueves 1 de febrero con final en la Asamblea de Madrid.



MES
12 GRATIS
CONTRATOS
DE + 1 AÑO

tiki trast

ACCESO
365 DÍAS
AL AÑO

ALQUILER
TRASTEROS

Calle Peña Cavero, 25

696 92 04 98

www.tikitrast.com | info@tikitrast.com

 ECONÓMICOS

 UNIDADES LIMITADAS

 DE 1 A 10 M2

 VIDEO-VIGILANCIA
24H. Y ALARMA

 CARRITOS PARA
TRANSPORTE

 GUARDAMUEBLES

Acceso clientes de 6 a 24 h.

anúnciese **Vallecas** **VA**
en Mar: **620 940 440**

Three images illustrating natural therapies:

- Reflexoterapia Podal**: A close-up of hands performing reflexology on a foot.
- Masaje Tradicional Chino**: A person receiving a traditional Chinese massage on their back, with a red flower in their hair.
- Masaje Ayurveda**: A person receiving an Ayurvedic massage on their back, with a red flower in their hair.

- TERAPIAS NATURALES - Peticion de cita: 699 221 244

[illegible]

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



**Yoga
y Pilates**

**Medicina
Tradicional China
Osteopatía
Masajes**

📍 **Avd. de la Albufera, 226**

☎ **91 777 66 88 y 678 499 491**

f armonia centro de naturapatia

De lunes a viernes:

- **MENÚ DEL DÍA** compuesto por 4 primeros y 4 segundos a elegir, postre, café, bebida y pan **12€**
- **MENÚ EJECUTIVO**, compuesto por 3 primeros para compartir en centro de mesa, 1 segundo plato a elegir, pan, postre y bebida. **27€** por persona.

RESTAURANTE ASADOR *San Isidro*

Salones privados hasta 100 comensales

Especialidad:

- Lechazos asados en horno de leña de Aranda del Duero.
- Comida castellano-vasca.

Restaurante-Asador: Lunes a Domingo de 13:30 a 23:30 ■ **Cafetería:** Lunes a Domingo las 24 horas

Centro de Transportes de Madrid. Calle Eje 1. ☎ **91 507 20 40** reservas@hoteldianaplus.com

Pídenos presupuesto para tus celebraciones navideñas



Vallecás VA

Por solo
5 €
mensuales

Suscripción a Vallecás VA

Si estás interesado en suscribirte o necesitas más información:

675 646 204

¡Apóyanos, suscríbete!

www.vallecás.com

La solución a los problemas de la Cañada Real no son los realojos

● Los residentes quieren que se les devuelva la luz y que se les permita hacer contratos para pagar el suministro eléctrico

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

Ya basta de escuchar a representantes políticos decir que la solución para las vecinas y los vecinos de la Cañada Real es el realojo. Esto no sólo es falso, sino que supone hacerse partícipes de una acción criminal.

Evidentemente, la situación de la Cañada Real es muy compleja, al ser un barrio abandonado por los poderes

públicos desde hace décadas, y es necesario articular diferentes soluciones. Si bien todas esas soluciones se conseguirían simplemente con que el Estado social de Derecho fuese una realidad en el mismo, que esos mismos poderes hiciesen que fuese real para sus habitantes lo que les obliga a hacer el artículo 9.2 de nuestra Constitución: "Corresponde a los poderes públicos promover las condiciones para que la libertad y la igualdad del individuo y de los grupos en que se integra sean reales y efectivas; remover los obstáculos que



▲ La reunión mantenida a principios de enero para hablar sobre la situación del barrio

PLATAFORMA LUZ

Como no se van, les cortan la luz y los someten a un permanente entorno torturante. Y como siguen sin irse, les dicen que la solución a sus problemas es que se vayan

del suministro eléctrico. El suministro que esos mismos poderes, por activa o por

pasiva, les cortaron a más de 4.000 personas de la noche a la mañana el 2 de octubre de 2020 y que en tres años se lo han venido negando, creando con ello condiciones de vida humana indignas para más de 1.800 niños y niñas, donde sus derechos humanos son constantemente violados en un entorno torturante.

Todas las instituciones de los Derechos Humanos; internacionales, como la ONU;

europas, como el Consejo de Europa; y nacionales, como el Defensor del Pueblo, lo han dicho y exigido explícita y terminantemente: ¡que se restablezca de manera inmediata el suministro eléctrico!

Violación de derechos

Poner el foco en los realojos es ser partícipe de esa violación de derechos. No hay otra forma de verlo si se quiere ser respetuoso con los derechos humanos y nuestra Constitución.

Los poderes no promueven las condiciones para que los habitantes de la Cañada puedan llevar una vida digna. Como no se van, les cortan la luz y los someten a un permanente entorno torturante. Y como siguen sin irse, les dicen que la solución a sus problemas es que se vayan. No. La solución, las diferentes soluciones, porque, como decíamos la realidad de la Cañada es muy compleja, pasan siempre por el restablecimiento inmediato de la luz, por permitir que sus habitantes la puedan pagar con contratos de suministro eléctrico y por establecer una mesa de diálogo con sus habitantes para buscar las mejores soluciones dentro del Estado social de Derecho.

La OMS, ¿por nuestro bien?

Por C.E.Llorente

En mayo de 2024 la OMS quiere aprobar enmiendas al Reglamento Sanitario Internacional y firmar un acuerdo para la creación de un Tratado Internacional de Pandemias. Las negociaciones se están realizando con una total falta de transparencia. El texto definitivo no se conoce aún, pero en los borradores, se habla de transformar sus recomendaciones en decisiones vinculantes e incluso con imposición legal. También de dar a su director general el poder para declarar emergencias sanitarias, imponer restricciones al movimiento de mercancías y personas, decidir tratamientos, protocolos médicos y vacunaciones en todos los países firmantes de estos tratados.

Incluso se habla de permitir que la OMS determine qué información científica es válida y aceptable y cuál es falsa, errónea, o engañosa. No se habla de utilizar los mecanismos y cauces que desde hace siglos sirven para validar la ciencia. Van a decirnos cuál es la verdad sin recurrir al debate científico.

Ya hace muchos años que la OMS ha dejado de ser financiada y controlada por los estados miembros. Actualmente y como se puede comprobar en los datos públicos de su web (<https://open.who.int/2022-23/contributors/contributor>), sólo el 20% de los fondos son contribuciones regulares de los estados miembros, estando el resto de la financiación en manos de intereses privados.

Todo apunta a que estos acuerdos no son iniciativas altruistas y por nuestro bien y sin intereses políticos y económicos. Hay muchos datos

Hay un riesgo de que en mayo nuestro gobierno firme un tratado del que no sabemos nada y que puede terminar de destruir nuestra ya machacada sanidad pública

objetivos que avalan que no es así, es cuestión de buscarlos. Hay un riesgo de que en mayo nuestro gobierno firme un tratado del que los ciudadanos no sabemos nada y que, por ejemplo, puede terminar de destruir nuestra ya machacada sanidad pública, dada la priorización de los fondos que se produciría en una emergencia sanitaria, disminuyendo con ello las partidas que deberían dedicarse a los servicios públicos básicos, y especialmente a los problemas sanitarios preexistentes, reales, bien conocidos y, cada vez, peor atendidos.

Cuanto menos, deberíamos de cuestionar el dejar decisiones tan importantes en caso de emergencia sanitaria a burócratas que no han sido elegidos democráticamente



▲ La mayor parte de la financiación de la OMS está en manos de intereses privados

y que están financiados por la industria farmacéutica.

Debemos como ciudadanos exigir información sobre estas negociaciones y no dejar que los grandes capitales nos cuelen tratados y acuerdos que fomentan sus negocios a costa de dinero público, el bienestar de las personas y de las pequeñas empresas. El poder sobre la salud de las personas no puede ser cedido, todavía más, a las megacorporaciones.

Es hora de que la gente que hemos trabajado y

seguimos trabajando por el bien común, rompamos nuestro silencio.

Manifestación 16 de marzo

Rompe el Silencio Vallecas nos hemos sumado y estamos convocando a la manifestación el 16 de marzo, a las 12:30 h. frente al Ministerio de Asuntos Exteriores, para pedir al gobierno que rechace las enmiendas al Reglamento Sanitario Internacional y no ratifique el Tratado Internacional de Pandemias.

Si eres consciente de la trascendencia de los peligros que dichos cambios en la OMS pueden suponer, y quieres colaborar, ponte en contacto con nosotros en este correo electrónico: rompamos.el.silencio.vallecas@gmail.com.

Nota: Este artículo está basado en el publicado en 'Diario 16' por Margarita Mediavilla Pascual el 18 de enero de 2024. <https://diario16plus.com/tratado-de-pandemias-asi-desde-luego-no/>

Deportes

El baloncesto de Vallecas recordó a Enrique Montañés

● Su primer memorial de este deporte tuvo lugar en el polideportivo Miguel Guillem Prim el 7 de enero

Por Manolo Jiménez

Los equipos Centro Deportivo Vallecas (CDV), Ensanche de Vallecas y Villa de Vallecas organizaron el pasado 7 de enero, en colaboración con la Federación de Baloncesto de Madrid, el primer 'Torneo Memorial Enrique Montañés' de este deporte. El escenario fue el polideportivo Miguel Guillem Prim y participaron los tres equipos A de las categorías infantil y cadete, tanto masculino como femenino en una competición que fue un éxito. El evento finalizó con una comida de directivas, para estrechar lazos y

sentar las bases de futuros proyectos de colaboración entre tres colectivos que representan a más de 1.200 deportistas y a sus respectivas familias.

"Este torneo surge como una iniciativa compartida entre tres entidades que llevamos desde hace ya muchos años trabajando por el baloncesto en el barrio con idea de compartir un espacio de convivencia entre clubes, fomentando una competición sana y una rivalidad bien entendida: rivales en la pista, pero vecinos y compañeros en el día a día de nuestro barrio", comenta a Vallecas VA Javier Laín, responsable de baloncesto del Club Ensanche de Vallecas. "Trabajar juntos

Participaron equipos cadetes e infantiles, masculinos y femeninos, de los clubes Centro Deportivo Vallecas (CDV), Ensanche y Villa de Vallecas

desde el respeto mutuo, la colaboración, y el cuidar unos de otros, es una de las claves de este estupendo proyecto compartido que cobró vida con un aliciente adicional, poder dedicarlo a la memoria de Enrique Montañés, figura relevante en el deporte de nuestro barrio", añade.

Como muestra de este espíritu de convivencia, en la

previa de cada partido una representación de los tres clubes se reunió con los equipos para explicarles esta motivación y razón de ser del torneo.

"La sección de baloncesto se lo debía a Enrique Montañés. Fue la primera del club. Nuestra intención era celebrarlo en el polideportivo Ángel Nieto, pero por obras no fue posible. Este año ha sido un poco corto, solamente amistosos entre infantil y cadete. La idea es hacer el próximo diciembre un torneo de sábado y domingo con todas las categorías benjamín, infantil, cadete junior y senior. Todo el mundo colaboró y estamos muy contentos", asegura Fernando Doblas, coordinador de Baloncesto del CDV.



▲ La organización entregó un recuerdo a la viuda de Enrique Montañés CDV

▲ Uno de los encuentros de categoría femenina entre el Ensanche y el Villa de Vallecas J. INASTRILLAS

◀ Un jugador del CDV tira a canasta J. INASTRILLAS

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.

Rayolandia

Por Juan Rodríguez

El Rayo engancha y, su gente (como Antonio Castilla), más

En el libro 'Subcampeón' (Libros del K.O.), Zuhaitz Gurrutxaga, ex-jugador de la Real Sociedad, cuenta que a él también le picó el gusanillo del Rayo en el poco tiempo en el que estuvo en el club. Escrito junto al periodista Ander Izagirre, es un emocionante (y tronchante) repaso a la carrera del jugador, que se cortó de raíz debido a la ansiedad, la depresión y un trastorno obsesivo-compulsivo que sufría. Merece mucho la pena leerlo. Y reír con él. Y aprender de él. Y fascinarse con que, también a él, le dejó poso el Rayo Vallecano. "De lo único que me arrepiento en toda mi carrera deportiva es de no haberme esforzado más por seguir unos años en el Rayo Vallecano, el equipo más especial que he conocido, el más divertido, el más popular, no sé cómo explicarlo", explica en sus páginas el ex futbolista vasco.

Y es que el club vallecano tiene un algo que lo hace especial. ¿Será ese algo sus aficionados? Pues es muy posible. Es el caso de Antonio Castilla, un insigne rayista que será homenajeado con una placa en el edificio en el que vivió. Castilla, que falleció el pasado mes de diciembre a los 64 años y que presidía la Federación de Peñas del Rayo Vallecano, recibirá un bonito homenaje a petición de la Asociación Deportiva Entrevías El



▲ Óscar Trejo conduce un balón presionado por el jugador de la Real, Brais Méndez RAYO VALLECANO

Pozo: tendrá una placa en la fachada de la que fue su casa, en la que rezará: "Aquí vivió Antonio Castilla Ferrer (1959-2023). Defensor de los derechos de las personas con discapacidad de Vallecas". Recordemos que Antonio, además, presentó un programa en Tele K, reivindicando a los discapacitados como él y fue figura fundamental en la creación de la Peña Rayista de Discapacitados, Familiares y Amigos.

El Rayo empieza mal el nuevo año

El mes de enero de los de Francisco ha sido bastante más complicado de lo esperado. La buena marcha en liga del Rayo fue partida por un ídem y el equipo parece haber entrado en un periodo de inseguridad en el que le cuesta un mundo

resolver los partidos. Los vallecanos elaboran un juego fluido y vistoso, con frecuentes llegadas al área, pero la falta de gol le ha costado muy caro desde que comenzó 2024. Ya se venía advirtiendo en diciembre cierta falta de riego en lo que a meter la pelotita se refiere, pero lo de este mes es ya sequía definitiva. Y esto se traduce en que no gana partidos. No solo ha sido eliminado de la Copa del Rey, sino que está cayendo puestos en la tabla de clasificación liguera a marchas forzadas y más le vale recobrar el brio inicial si no quiere pasar dificultades a final de temporada.

Quitando el triunfo a domicilio ante el Getafe (jugado en el Metropolitano!), lo demás ha sido un quiero y no puedo: tras pasar de ronda en Copa al eliminar al Huesca en un encuentro durísimo de roer, el Girona lo apeó de la competición

sin miramientos. Tres goles en poco más de 10 minutos ante los que la posterior reacción rayista se quedó corta. En liga, derrota ante Las Palmas en casa (cero goles en el casillero de los de la franja) y empate en Anoeta ante la Real Sociedad (de nuevo, cero goles). Aquel doblete de Camello ante el 'Geta' se ve ahora como un oasis en el desierto. Las dudas sobre el 9 son tantas que se rumorea la posible marcha de RDT en los últimos días de este mercado de invierno. El Rayo finalizó enero en la decimotercera plaza, con 24 puntos, a 8 del descenso.

El Femenino no mejora

El Rayo Femenino empezó el año enfrentándose en casa a sus vecinos del Atleti y del Madrid, los dos del tirón. El primer encuentro salió cruz (derrota



▲ El once inicial del Rayo B en el Municipal de Los Prados de Parla

RAYO VALLECANO



▲ Las jugadoras del Rayo celebran el tanto de la victoria frente al Real Madrid B

RAYO VALLECANO

0-2 con el Atlético Femenino); pero el segundo salió cara (victoria 1-0 al Real Madrid B, líder del grupo Norte de la Segunda RFEF femenina, tras un partido muy disputado). El tercer duelo del año, el primero fuera de casa de 2024, se saldó con una derrota en Oviedo por 2-0. El cuarto partido del mes de enero, disputado en casa contra el Viajes Enterrías, puso el broche (negro) al mes con

una nueva derrota: 1-2. Las jugadoras franjirrojas acabaron enero en la novena posición, con 23 puntos, lejos de los puestos de ascenso.

El Rayo B copia al A y al Femenino

El Rayo Vallecano B, al igual que el de Primera y el Femenino, ha tenido un inicio de año

entre regular y malo. Derrota en casa 0-4 ante el equipo de Villanueva del Pardillo, empate a dos contra la Real Sociedad Deportiva Alcalá y derrota en casa del Canillas por 1-0. En el último encuentro disputado en Los Prados de Parla, los de Jorge Vallejo volvieron salir de vacío, al perder por 2-0. Con 2 puntos de 15 posibles, el filial ocupa la duodécima posición, con 22 puntos, a solo 2 del descenso.

TE AYUDAMOS A SONREIR

Clínica Dental SED

Salud y estética dental

Avda. San Diego, 77 - 28053 Madrid
<https://clinicased.es>

BRACKET

desde **65€** al mes
Sin entrada

ORTODONCIA INVISIBLE

desde **99€** al mes

Financiación hasta **36 meses** (*sujeta a financiación bancaria)

Infórmate: **917 571 499**

Cultura

Vallecas celebrará su Carnaval del 8 al 11 de febrero

● Por la Paz será el lema en Puente, mientras que los vecinos de Santa Eugenia pedirán el final de la incineradora de Valdemingómez y llegar al Infanta Leonor sin dar rodeos

Por Isa Mendi

Ya está todo preparado para vivir el Carnaval a lo grande Puente y Villa de Vallecas del jueves 8 al domingo 11 de febrero. Una fiesta que, siguiendo la esencia vallecana, volverá a mostrar su lado más reivindicativo. Este año el lema elegido en el primero de los distritos es 'Por la Paz' en alusión a los actuales conflictos bélicos en Ucrania y en Gaza. Por su parte, en el segundo, los residentes de Santa Eugenia pedirán por enésima vez el cierre de la incineradora de Valdemingómez y la construcción del paso subterráneo al Hospital Infanta Leonor. A continuación, las actividades que se desarrollarán fundamentalmente en la calle y en los espacios públicos.



PUENTE DE VALLECAS

Viernes 9 de febrero

17:30 horas. Desfile de Carnaval. Recorrido: Salida de Avenida de la Albufera con Avenida de Buenos Aires y finalización en Plaza de Puerto Rubio (antigua Plaza Vieja)

20 horas. Chocolatada y concierto familiar. Educapop presenta 'Radio Party las canciones de tu vida'. Plaza Puerto Rubio (antigua Plaza Vieja)

Sábado 10 de febrero

20:30 horas. Baile de Carnaval. Plaza Puerto Rubio (antigua Plaza Vieja). Charly & The Conconuts (versiones de



▲ El fin de fiesta en el Auditorio Las 13 Rosas



◀ La Pinocha fue protagonista del desfile del año pasado en Puente
AV PUENTE DE VALLECAS-SAN DIEGO

pop-rock) y Contrapunto Rock Band (versiones pop-rock)

Domingo 11 de febrero

11 horas. Muestra de chirigotas infantiles. Centro

Cultural El Pozo (Avenida de las Glorietas, 19-21)

A continuación, Teatro Infantil en inglés: 'Jack and the Giant'. Compañía Face 2 Face

18:30 horas. Muestra de Chirigotas Adultos con la colaboración de: Chirigota Rompeholas, Chirigota Los Chiribroders, Chirigota Contracorriente y Chirigota vallekana El Desván. Presentado por Jasón Matilla. Centro Cultural El Pozo (Avenida de las Glorietas, 19-21)



VILLA DE VALLECAS

Sábado 10 de febrero

17 horas. Desfile de Carnaval. Recorrido: salida

Metro Congosto, calle Congosto, Paseo de Federico García Lorca hasta la plaza de Juan de Malasaña, calle de Sierra Gorda y finalización en el Auditorio Municipal Las 13 Rosas. Contará con la charanga La Sonora más refrescante y la actuación en el auditorio de Rosa Ole Hop con las chirigotas más divertidas, a partir de las 18:30 horas. Organizado por la Junta Municipal de Villa de Vallecas

SANTA EUGENIA

Jueves 8 de febrero

De 17:30 a 20 horas. Taller Máscaras de Carnaval y merienda saludable en Mercado de Santa Eugenia.

Viernes 9 de febrero

17 horas. Plaza de la Hacienda. Inicio de los carnavales, animados por la Charanga Los Amigos

17:30 horas. Pregón e inicio del desfile a ritmo de batucada por el grupo Batukas. 17:30 h. Arranca en la plaza de la Hacienda, calle de Castrillo de Aza hasta Avenida de Santa Eugenia, se desvía en la calle Puente de la Virgen hasta el colegio público Blas de Otero y retoma Puente de la Virgen hacia Avenida de Santa Eugenia hasta calle de Virgen de las Viñas y Plaza del Mercado (llegada).

18:30 horas. Plaza del Mercado. Actuación de Artimañas, Escuelas de baile Nobadanza, Ditrambo y Pilar Rivas. Taller de Pintacaras

20 horas. Plaza de la Cultura. Concierto Escuela de Música Caché. Fiesta autogestionada, financiada por las aportaciones de los patrocinadores y los organizadores.

Tu asesor inmobiliario

¿Qué esperar del mercado inmobiliario en 2024?

Una de las claves para entender el mercado actual es la falta de nuevas viviendas. Desde el 'boom' inmobiliario de 2000 y su posterior colapso, no se ha visto un repunte significativo en viviendas de obra nueva. Esta escasez de oferta es una de las principales razones detrás de la estabilidad de los precios, a pesar de las fluctuaciones en otros factores como los tipos de interés.

Una pregunta recurrente estos últimos meses es si realmente estamos ante una burbuja inmobiliaria. A diferencia de la crisis de 2007-2008, que fue impulsada por un exceso de crédito, la situación actual es distinta. El crédito para promotores inmobiliarios es mucho más reducido (solo el 7% en

comparación con el 40% en 2007). Esto indica que, aunque los precios han alcanzado o superado los niveles de 2007-2008, la dinámica subyacente es diferente, centrada más en la oferta y demanda que en un exceso de crédito.

En 2023, los precios de las viviendas en España mostraron un comportamiento contrario si lo comparamos a otros países europeos como Alemania y Francia. Mientras que, en estos últimos, los precios comenzaron a corregirse, en España continuaron al alza. Esta disparidad se debe en parte a diferencias en la evolución relativa de los precios desde el estallido de la burbuja inmobiliaria de 2008, y a factores como la oferta limitada y una fuerte demanda, especialmente de inmigrantes.

El mercado inmobiliario español en 2024 se encuentra en una encrucijada compleja. Si bien los temores de una burbuja inmobiliaria parecen infundados, dadas las diferencias sustanciales con la crisis de 2007-2008, existen desafíos

significativos, especialmente en términos de oferta y accesibilidad a la vivienda. Este panorama nos invita a reflexionar sobre la necesidad de políticas eficientes y medidas que aseguren un mercado inmobiliario sano y accesible para todos.

Si quieres vender tu casa, en Torresrubí hacemos valoración gratuita de vivienda. Ven a visitarnos.

Jose Ignacio Rubí

Experto inmobiliario y Gerente de compraventa Torresrubí

91 303 63 55
www.torresrubi.com



Quise hacer
un poema al viento,
que tuviera música,
cadencia.
Quise cultivarlo
con suave ademán,
con toda paciencia,
tejerlo con hilo
fino, de pura seda,
hilvanar puntadas iguales,
perfectas.
Pero el hilo era basto y rojo,
lleno de nudos,
mi labor se llenó de rabia,
de ira contenida,
de negra conciencia.
Dejándome la realidad
exhausta, vencida.
(Dientes chirriantes, empapada,
en el hedor de la muerte).

Aurora Castro Abad



VALLECÁS VA DE TEATRO



La Transición, a través de una mujer trascendente y opacada

Por Pedro Lorenzo

'Carmen, nada de nadie'. Texto: **Francisco M. Justo Tallón y Miguel Pérez García.** Dirección: **Fernando Soto.** Reparto: **Mónica López, Oriol Tarrasón, Ana Fernández y Víctor Massán.** Iluminación: **Juanjo Llorens.** Espacio escénico: **Beatriz San Juan.** Vestuario: **Paula De Diego.** Sonido: **Sergio Sánchez.** Videoescena: **Elvira Ruiz.** Teatro Español, sala Margarita Xirgú hasta el 28 de febrero.



◀ Un momento de la función
VANESSA RABADE/
TEATRO ESPAÑOL

familia aristocrática, lo que le permitió hablar cuatro idiomas y tener una vasta cultura, luchó por la justicia y la igualdad de manera casi obsesiva.

Recoge unos momentos muy convulsos y trágicos de la reciente historia de España desde julio de 1976 a mediados de 1977, como fue su propia vida. Los hitos que pone en pie esta magnífica e interesante función son: su empeño por la legalización del Partido Comunista, su lucha por la igualdad, la ecología y el feminismo contra una sociedad machista y a través de esa narración, que recuerda el asesinato de los abogados de Atocha y su

pugna vehemente con su jefe por estos asuntos y su visión aperturista al respecto, va haciendo el correlato de su propia vida, marcada por una tragedia familiar que le dejaría huella...

Hasta aquí la larga sinopsis, que entiendo no desvela mucho, pero sí que sirva de homenaje a un personaje femenino trascendente y opacado.

La obra tiene una puesta en escena ágil y con mucha fuerza, aparte de Mónica López (Carmen) que está soberbia y muy convincente, parecería su alter ego, tenemos al personaje de Suárez (Oriol Tarrasón), que tiene que dar la réplica contundentemente, sino esta

mujer se lo come. Muy en su papel y acertado. Su madre, la Marquesa consorte de Llanzol (Ana Fernández), muy digna y distinguida que también acierta con su puesta en escena. Y el otro personaje, muy campechano y conocido, interpretado por Víctor Massán, que no se deja en su interpretación ni la dicción del original.

Es tan rico el texto que creo que sería importante que lo viesen los jóvenes para conocer otros tiempos pretéritos que a veces parecen no han sido superados. Tiene tintes de novela histórica, tragedia, humor y también de thriller. Es un compendio de todo esto muy bien representado y que se puede ver en más de una ocasión.

'La musa de la transición', como denominó Umbral, una mujer de armas tomar que sirve como excusa, también para poner en pie una obra redonda de texto, con contenido y emoción. Un despacho y la escenografía sirven para despachar historia y mala leche con despecho y verdad. Muy recomendable.

HISTORIA DE VALLECÁS

Carlota Megía y Eduardo García-Goyena

José Luis García Heras

A este matrimonio se debe la creación del Barrio de Doña Carlota en los terrenos de su propiedad. "Su esposo, Eduardo García-Goyena y García, era [...] empresario de líneas de ferrocarril, y fábrica de ladrillos (al menos desde 1876)" (Apuntes sobre la Historia de Puente de Vallecás, Vicente Martín Morales). El matrimonio no tuvo hijos. Eduardo era hijo de Florencio García-Goyena y Juana García. Don Florencio fue Ministro de Justicia y Presidente del Gobierno en 1847 y debió tener posesiones en el barrio (la calle de San Florencio ya se llamaba así en 1900).

El 'Imparcial' del 20-1-1927 publica 'El barrio de Doña Carlota. Su origen, formación y desarrollo' y se refiere al barrio, de "una curiosa y emocionante historia", al origen del nombre y a doña Carlota Megía, de la que solo era conocida "la pretérita existencia de una dama que se llamó [así], que por sus obras caritativas legó

su nombre a la posteridad: una vida ejemplarísima": "Allá por 1875 un matrimonio, constituido por el ilustre jurisconsulto D. Eduardo García Goyena y doña Carlota Megía, sevillana de nacimiento, establecieron en Madrid, recién llegados de Cuba, donde los esposos poseían una gran fortuna. La señora, enderezando su voluntad hacia

una idea fija, adquirió una enorme extensión de terrenos en las márgenes del famoso Arroyo Abroñigal, a la izquierda del Puente de Vallecás; y allí [...] hizo construir una casa de labor, en la que, asistida de algunos sirvientes, pasaba largas temporadas. Ya en vida, doña Carlota hizo popular en el barrio, integrado por unos 400 modestísimos obreros o indigentes.

Ni un solo día púsose el Sol sin que la ilustre sevillana remediara alguna desgracia. Su mano pródiga llamaba a las puertas de los hogares fríos para llevar consuelo a los desheredados. Aplacó hambres, cubrió desnudeces, enjugó lágrimas y desterró miserias. La muerte de doña Carlota constituyó un duelo general en todos los hogares del barrio. Quiso la ilustre dama disponer en su testamento que los terrenos adquiridos en torno a la casa de labor se lo adjudicaran a los pobres, con la condición de constituir por su propio esfuerzo modestísimas viviendas y que el barrio que se formara llevase su



▲ La finca lindaba con el A. de las Moreras

nombre. Asimismo, dejó dispuesto que se construyese una iglesia en el grupo vecinal.

El esposo de la finada, D. Eduardo García Goyena, dió cumplimiento a esas disposiciones. El barrio de Doña Carlota se construyó en cinco años, existiendo ya en 1885, y se le dotó de su iglesia, cumpliendo los deseos de la testadora. Su viudo contrajo segundas nupcias con doña Sabina Bellido, y muerto sin descendencia, legó la mayoría de sus bienes a instituciones de Beneficencia. Hoy el barrio de Doña Carlota, enclavado entre Puente de Vallecás y el barrio de La Elipa, sobre el cegado arroyo Abroñigal, consta de unos 800 vecinos.

Andando el tiempo, hacia el año 1906 se fundó un Casino obrero, La Benéfica Carloteña, en el que se da enseñanza primaria a 150 niños".

Ejercicio de la caridad

En enero de 1885 fallece Carlota Megía. En la noticia que da 'La Correspondencia de España' se la considera una mujer "virtuosa (...), amantísima esposa, sincera amiga y siempre propicia a ejercitar la caridad". En 1901 fallece D. Eduardo: "Pocas figuras tan respetables como la suya habrán pasado más inadvertidas para la generalidad de las gentes de su tiempo"; "Consagró su vida entera al estudio y al trabajo: acrecentó con sus sabios consejos la fortuna de muchos sin preocuparse de la suya"; "Prototipo de honradez, bondadoso en su trato, distinguido hasta el extremo y revelando en los rasgos de su carácter y en la firmeza de su voluntad la sangre navarra, de que blasonaba frecuentemente" ('La Correspondencia de España', 30-1-1901).

Fuente: unvallecano.blogspot.com

CULTURA

Vallekas Negra sitúa al barrio como referente cultural

● La clausura del festival literario tuvo lugar el 4 de febrero, tras más de dos semanas de actividades

Por Redacción

Es lo que tiene el Ateneo. No el Ateneo de Madrid, el Ateneo Republicano de Vallekas, el nuestro. Que sabes que cualquier cosa que hagan, lo hacen a lo grande, generando cultura y barrio. Y Vallekas Negra son palabras mayores. En esta segunda edición, el festival de novela negra y social de nuestro barrio ya forma parte del panorama cultural de la ciudad. Había un espacio, una exigencia de cultura, y se ha sabido dar respuesta a la demanda de los vecinos. Ya no hay vuelta atrás. Es compromiso de sus organizadores consolidar y arraigar el festival.

De hecho, según Ignacio Marín, coordinador de Vallekas Negra, "esta segunda edición ha tenido el objetivo de consolidarse, ya que sufrimos una carencia de actividades culturales en esta ciudad que, en ausencia de las administraciones públicas, tenemos que suplir los vecinos".

Por su parte, Álex Pérez, presidente del Ateneo Republicano de Vallekas, recuerda que "esta iniciativa nació con el objetivo de generar opciones de ocio y cultura en nuestro barrio. Desde el Ateneo llevamos años creando esa cultura alternativa y popular que tanto está demandando el vecindario".

El pasado domingo 4 de febrero tuvo lugar la clausura de Vallekas Negra, una jornada que consistió en la entrega de premios al primer certamen de relatos, que ganó la escritora Diana Moreno; un homenaje al prolífico escritor de novela negra Juan Madrid, que recibió un premio a su trayectoria en un acto dirigido por Álvaro Aguilera, responsable del podcast 'La luz del pasillo'; y para finalizar, un aperitivo noir y la actuación musical de Sótano 4 Sax.

Durante más de dos semanas, el festival ha acogido nueve presentaciones, tres encuentros literarios y dos mesas redondas. Ha dado cita, entre otros, a autores como Berna González Harbour, Paco Gómez Escribano, Victoria González,

El Flako, Marisol Pérez, Paco Bescós, Jacobo Rivero o Cristina Fallarás. También hubo espacio para autores vallecanos como Paco Pérez, Lola Montalvo o Ignacio Marín.

Más allá de la literatura, acogió otras actividades como el taller de microrrelatos por Ana Grandal, la exposición del artista valleciano Guillermo Casanova, la yincana negra por el barrio de mano de la Asociación cultural Gandalf, la lectura dramatizada de 'Los viejos papeles' de David G. Panadero por parte del propio autor, Elena Tébar y Miguel Ángel Larruscáin o una cata de cervezas por la Compañía de Cervezas Valle del Kaks (CCVK).

El festival de novela negra y social Vallekas Negra, una iniciativa sin ningún apoyo público ni privado, nació con el objetivo de llevar la cultura a las calles de Vallecas y dar voz a autores, tanto consagrados como noveles. Y lo está consiguiendo.

Diana Moreno, doble ganadora del concurso de relatos

La escritora de Moratalaz, Diana Moreno, fue ganadora tanto del primer concurso de relatos Vallekas Negra como de la mención especial al mejor texto ambientado en nuestro barrio. Su relato arranca en un edificio de Doña Carlota donde un piso despierta intriga al permanecer vacío. La



▲ Vicente Gil, miembro del Ateneo Republicano de Vallekas y de la organización de Vallekas Negra, a la izquierda, con el escritor El Flako



▲ La escritora y periodista Cristina Fallarás con el presidente del Ateneo Republicano de Vallekas, Álex Pérez

protagonista, residente del piso inferior, escucha misteriosos ruidos, desatando especulaciones entre los vecinos. Un reciente asesinato en el barrio añade tensión, sugiriendo la posibilidad de que el sospechoso esté oculto en esa vivienda. La trama se entrelaza con la historia de una anciana desahuciada, resaltando los problemas de vivienda. La narrativa alcanza

su punto álgido cuando la protagonista descubre una bolsa de ganchillo en la puerta, similar a las de la mujer desahuciada, impulsándola a ofrecer ayuda en una nota. Un relato intrigante que aborda temas sociales en un microcosmos vecinal. Tanto este texto como el de las ganadoras, Marisol Pérez Urbano, Andrea Caballero de Mingo, Anuska Ruiz Gómez y Marta Guerrero Marín, estarán disponibles en la versión digital de este periódico.

Juan Madrid, premio al compromiso social y literario

La clausura también sirvió para el merecido homenaje al escritor malagueño Juan Madrid, figura clave por su aportación a la novela negra en lengua castellana.

Desde sus primeras novelas, Madrid mostró un compromiso claro con las realidades sociales y políticas. Ganó

renombre por la creación del personaje Toni Romano, que se ha convertido en un ícono en el ámbito de la novela negra. Su obra, aunque ha explorado diversos temas sociales y políticos, destaca por su estilo narrativo apasionante y su habilidad para tejer tramas complejas. A lo largo de su carrera ha explorado temas como la corrupción, la violencia y las desigualdades, utilizando la novela negra como medio para denunciar las problemáticas sociales de su tiempo.

Además de su éxito como novelista, Juan Madrid también ha desempeñado un papel activo en el periodismo, contribuyendo a varios medios de comunicación. Su legado literario se basa en una narrativa rica y una mirada aguda sobre la realidad, ofreciendo a los lectores una perspectiva única de la sociedad contemporánea española. Su obra trasciende el género de la novela negra, dejando una huella duradera en la cultura literaria.



**COLEGIO CONCERTADO
SANTO ÁNGEL
DE LA GUARDA**

En el barrio desde 1956



JORNADAS DE PUERTAS ABIERTAS
1ª JORNADA DEL 4 AL 8 DE MARZO
A PARTIR DE LAS 17:00 H
2ª JORNADA DEL 18 AL 21 DE MARZO
A PARTIR DE LAS 17:00 H

**Una línea educativa desde
Educación Infantil 3 años
hasta 4º de la E.S.O.**

Horario

E.I. y Primaria

MAÑANA: 9:15 a 12:45

y TARDE: 14:45 a 16:30

E.S.O. 8:10 a 14:00

Contamos con:

- Aula matinal desde las 8:00
- Comedor escolar, cocina propia
- Un gran patio escolar rodeado de naturaleza
- Grandes instalaciones deportivas.
- Aula de informática y material digital en todas las aulas.
- Innovación pedagógica.
- Formación en valores.

Somos **FAMILIA SANTO ÁNGEL**
educando desde el afecto, el cuidado y la sencillez
¡Ven a conocernos!

C/ Villuercas, 4
☎ 917 855 661 / 618 658 774
saguardamad@planalfa.es
www.santoangelentrevias.es

ACTUALIDAD / Espacios de Igualdad

Espacio de Igualdad María Moliner



601 642 453

Espacio de Igualdad Elena Arnedo



914 802 508

En febrero y siempre, amor y corresponsabilidad

Ana Isabel García, abogada del
Espacio de Igualdad María Moliner

Los términos muy relacionados pero distintos, y que se confunden habitualmente, son conciliación y corresponsabilidad. La conciliación consiste en la posibilidad que tiene una persona de desarrollar, tanto su vida laboral como la personal y familiar.

Por otro lado, la corresponsabilidad consiste en el reparto equilibrado de las tareas del hogar y del cuidado y educación de las hijas, hijos y personas dependientes convivientes, con la finalidad de distribuir de una manera más justa

e igualitaria los tiempos de vida de mujeres y hombres.

Al tratar el tema de la igualdad y la corresponsabilidad entre mujeres y hombres es habitual escuchar comentarios del tipo: "la desigualdad es cosa de otros tiempos, hoy todos tenemos las mismas oportunidades", o "por supuesto que "ayudo" a mi mujer en casa" (como si las labores del hogar no correspondieran a los hombres), pero lo cierto es que las estadísticas muestran lo contrario, esto es, que no es equitativo el reparto de tareas y responsabilidades en el ámbito privado del hogar.

Entre esas estadísticas están los datos de excedencias solicitadas para el cuidado de



hijas, hijos y personas dependientes, cuya mayoría, más del 90% del total, son solicitadas por mujeres, lo cual, entre otros perjuicios, conlleva la ausencia de ingresos. Lo mismo ocurre con las reducciones de jornada, también solicitadas por mujeres en un porcentaje similar al anterior, y que supone reducción de horas laborales e ingresos, menos posibilidades de promociones y ascensos, además de pensiones de

jubilación más bajas en el futuro.

¿Mismas oportunidades laborales?

Por tanto, ¿tenemos las mujeres las mismas oportunidades laborales que los hombres? Teniendo en cuenta los datos, separados por sexo, como el porcentaje de las excedencias y reducciones de jornada para los citados cuidados

familiares, el número de horas semanales dedicadas a las labores del hogar, al cuidado de las hijas e hijos, o el reducido número de mujeres en los consejos de administración de las empresas y en puestos de mayor responsabilidad, la respuesta es no.

Y para que esto cambie se necesita una mayor corresponsabilidad, que contribuirá a una sociedad más igualitaria, justa y enriquecedora.

ACTIVIDADES DEL ESPACIO DE IGUALDAD MARÍA MOLINER

Amor y arte: collage sobre amor sano

Dirigido a mujeres
Viernes 16 de febrero, de 11:30 a 13:30 horas

Risoterapia

Dirigido a mujeres
Lunes 26 de febrero, de 18 a 19:30 horas

Manejo del estrés

Dirigido a mujeres
Jueves 15 de febrero, de 11 a 12:30 horas

¡Atrévete con Canva!

Dirigido a mujeres
Miércoles 7 de febrero, de 12 a 14 horas



ACTIVIDADES DEL ESPACIO DE IGUALDAD ELENA ARNEDO SORIANO

Herramientas de resistencia cotidiana a las violencias machistas: Introducción a la Autodefensa Feminista

Dirigido a mujeres
Martes 20 de febrero, de 17 a 20 horas

Iniciación al Teatro de las Oprimidas

Dirigido a mujeres
Sábado 17 y domingo 18 de febrero, de 10 a 14 horas

Paseo situado: Visibilizando la brecha salarial

Dirigido a población general

Lunes 19 de febrero, de 16 a 18 horas

Lugar de encuentro: Plaza de Daoiz y Velarde, 2

Paseo comunitario: Memoria de las mujeres perseguidas por brujería

Dirigido a población general

Miércoles 28 de febrero, de 17 a 19 horas

Una red para el desarrollo comunitario de Villa de Vallecas

● Su última iniciativa, una encuesta para detectar las necesidades del distrito

Por Red VIVA

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

La red está abierta a cualquier institución pública o privada, asociación vecinal o de cualquier tipo que trabaje con la comunidad y esté interesada en conocerlos y participar en la medida en que decida hacerlo.

El objetivo general de Red VIVA es contribuir al desarrollo comunitario en el distrito de Villa

de Vallecas, a través del trabajo en red de diversas entidades sociales.

Se realiza una reunión mensual. En cada reunión dinamiza y coge las notas del acta una de las entidades participantes y se sube a la red este documento colaborativo en la que todas las demás participan. Tenemos un correo electrónico grupal y un espacio drive de almacenamiento de documentos conjuntos.

En las reuniones también se realiza formación en los diferentes ámbitos de actuación de las entidades que conforman la red. Cada entidad participante comparte sus saberes y experiencias con el resto en un área temática o con una población determinada, a través de sesiones monográficas, ayudando a crear una visión pluridisciplinar y cohesionada, así como teniendo en cuenta todas las especificidades temáticas y poblacionales, para evitar perpetuar las discriminaciones sociales de colectivos.



▲ El paseo de Federico García Lorca, una de las arterias principales de Villa de Vallecas

Cuestionario

En estos momentos la mesa está trabajando, a través de una encuesta, en la detección de las necesidades del distrito de Villa de Vallecas, que pretende ser un punto de partida destinado a la mejora de la comunidad.

El cuestionario es sencillo y recoge algunas opiniones sobre temáticas como las siguientes: Convivencia familiar (como uso y cuidado de espacios públicos ...), Familia (economía, vivienda ...), Discriminación

(racial, por edad ...), Salud (adicciones, duelo ...), Empleo, Educación, Formación, Discapacidad, Servicios de la Administración Pública (salud mental, juventud, infancia ...), Violencia, etc.

Nos gustaría conocer cuáles son vuestras necesidades, preocupaciones y propuestas como protagonistas de este camino. La participación en esta consulta se puede realizar a través de las siguientes vías:

— De manera presencial los días 27 y 28 de febrero, de 11 a 13 horas y

de 17 a 19, en los diferentes barrios del distrito: Casco Histórico, la UVA, Santa Eugenia, Ensanche de Vallecas y Cañada Real. La recogida de información finalizará el 29 de febrero.

— A través de este enlace: <https://forms.gle/GK4Jat8aMjdC55xP8>.

— Por medio de este código QR:



La red está abierta a cualquier institución pública o privada, asociación vecinal o de cualquier tipo que trabaje con la comunidad

Salud



DE LA MANO DE TU ENFERMERA

Insuficiencia cardíaca, cuenta con tu enfermera

Por Margarita Álvarez y Concha Párraga, enfermeras de Familia CS Entrevías y Campo de la Paloma

La insuficiencia cardíaca es la enfermedad causada porque el músculo cardíaco no bombea sangre de la manera en que debería hacerlo. Cuando esto sucede, la sangre a menudo retrocede y el líquido se puede acumular bien en los pulmones, lo que nos puede causar falta de "aliento, o aire" (lo que nosotros llamamos disnea) o en las piernas, lo que puede causar hinchazón de las mismas (lo que llamamos edemas). Las causas pueden ser varias, y pueden provocar un corazón demasiado débil

o rígido como para llenarse y bombear sangre de forma apropiada. Cualquiera de las siguientes afecciones puede dañar o debilitar el corazón y causar insuficiencia cardíaca: — Enfermedad de las arterias coronarias y ataque cardíaco, que se desarrolla por la acumulación de depósitos de grasa en las mismas (placas de ateroma). Los depósitos estrechan las arterias, lo que reduce el flujo sanguíneo y puede derivar en un ataque cardíaco. — Presión arterial alta. La hipertensión obliga al corazón a realizar un esfuerzo mayor de lo debido para bombear la sangre a todo el cuerpo. Con el tiempo, puede hacer que el músculo cardíaco se vuelva demasiado rígido o demasiado débil para bombear la sangre con eficacia.

— Enfermedad de las válvulas cardíacas. Si una válvula no funciona correctamente, el corazón debe realizar un esfuerzo mayor para bombear la sangre, debilitándolo. — Ritmo cardíaco irregular, conocido como arritmia, puede hacer que el corazón lata demasiado rápido, lo que genera un trabajo adicional. Una frecuencia cardíaca lenta también puede derivar en insuficiencia cardíaca. — Otras enfermedades pueden contribuir a la insuficiencia cardíaca crónica como la diabetes, el VIH, una tiroides hiperactiva o hipoactiva o una acumulación de hierro o proteínas. Los síntomas de la insuficiencia cardíaca pueden desarrollarse lentamente, aunque en ocasiones repentinamente. Los más comunes son: falta de aire (disnea) durante una actividad o cuando estás acostado, fatiga y debilidad, hinchazón en las piernas (edema), en los tobillos y en los pies, latidos del corazón rápidos o irregulares, menor capacidad para hacer ejercicio, hinchazón del abdomen, aumento de

SOPASALUD	
Taller	Hipertenso
Salud	Prevención
Sal	Tabaco
Enfermera	Ateroma
Arritmia	Disnea
Edema	Corazón

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

peso muy rápido debido a la acumulación de líquidos, náuseas y falta de apetito, dificultad para concentrarse o menor estado de alerta, y dolor en el pecho si la insuficiencia cardíaca es producto de un ataque cardíaco. ¿Qué puedo hacer para prevenirla? Los cambios en el estilo de vida pueden prevenir que nuestro corazón esté más débil o rígido. Es conveniente mantener un peso

adecuado para la edad y estatura, no fumar, hacer ejercicio regularmente, consumir menos sal, controlar el estrés y mantener unas cifras de tensión arterial por debajo de 140/90. ¿Qué debo hacer si ya padezco insuficiencia cardíaca? — Pesarme todos los días en las mismas circunstancias para identificar de forma precoz cualquier aumento de peso. — Autocontroles de tensión arterial. — Seguir todas las recomendaciones indicadas en cuanto a dieta, ejercicio y control de estrés, así como una correcta adherencia al tratamiento farmacológico prescrito. Durante el próximo mes de abril el Centro de Salud Entrevías organizará un taller para tratar con más profundidad la insuficiencia cardíaca y sus cuidados dirigido no solo a los pacientes del centro, sino a todos aquellos que estén interesados en el tema. Para poder asistir solo tenéis que poneros en contacto con vuestro centro de salud para poder inscribiros en el taller. ¡Cuenta con tu enfermera también en la prevención y tratamiento de la Insuficiencia Cardíaca! Siempre caminando de tu lado.



— RECETA SALUDABLE —

Habichuelas con almendras

Por Marina Ruiz Serrano, ganadora del I Concurso de Cocina de Vallecas VA

Ingredientes:

- 850 gr. de habichuelas verdes.
- 1,5 litros de agua.
- 2 dientes de ajo.
- 12 almendras.

- 2 rebanadas de pan del día anterior.
- 1 huevo duro.
- Aceite de Oliva Virgen Extra (AOVE)
- Sal.

Preparación:

Poner el agua al fuego, y cuando ésta empiece a hervir, echar las habichuelas. En una sartén echar el aceite y freír los ajos y almendras (con cuidado de que no se quemen porque darían amargor y estropearían la receta). En el mismo aceite anterior se fríe el pan. Se hace un majado con el pan, los ajos y las almendras. Se puede hacer con un mortero o para que quede más triturado con la batidora.

Se añade este majado a las habichuelas y se deja hervir todo hasta que las habichuelas estén tiernas (25 o 30 minutos). Se apaga el fuego y cuando deje de hervir se le añade el huevo duro picado. Listo para servir. ¡Buen provecho! Las habichuelas verdes (judías verdes) son un alimento que contiene muy pocas calorías tan solo 35 gr. por cada 100 gramos. Es un vegetal con un alto contenido en vitamina C, ácido fólico y fibra. Por otro lado, las almendras son un fruto seco que aporta proteínas, fibra, calcio, fósforo, magnesio, hierro, zinc, potasio, vitamina E, riboflavina, tiamina, niacina y folato. El huevo es un alimento con alto valor nutritivo y su proteína es de gran valor nutricional. Apto para omnívoros.

La ganadora del concurso de recetas disfrutó de su premio

Por I. Mendi

Marina Ruiz Serrano, ganadora del I Concurso de Recetas Saludables 'Vallecas cocina salud', organizado por Vallecas VA en colaboración con los centros de salud Campo de la Paloma y Ángela Uriarte, disfrutó de su premio, una cena para cuatro personas en el Restaurante

La Cruz Blanca de Vallecas (calle de Carlos Martín Álvarez, 58) el pasado miércoles 24 de enero. El jurado, compuesto por dos enfermeras de los mencionados ambulatorios, eligió finalmente su propuesta culinaria, 'Habichuelas con almendras', entre los diferentes platos que llegaron al correo del periódico: prensa@vallecas.com hasta el pasado 10 de diciembre.



Marina Ruiz, segunda por la derecha, brinda en compañía de sus allegados

CENTROS DE MAYORES



GRUPO
casablanca

grupocasablanca.es

916 004 529

Avd. de la Democracia, 9

Conoce
nuestra
escuela



GSD
educación

gsdeducacion.com

GSD Las Suertes, GSD Vallecas,
GSD Moratalaz...

**Escuela
infantil**
de 0 a 3 años

El mejor lugar para
empezar a crecer

Matrícula abierta

