



nacion humana universal

LAVAPIÉS, ^{La} LATINA

www.nacionhumanauniversal.org/periodico • nhu.lavapies@gmail.com • Mayo 2020
Año 6 y **EMBAJADORES** Número 79

Para anunciarse en el periódico llame al teléfono 636877952 o póngase en contacto a través del correo electrónico nhupublicidad@gmail.com



**Entrevista a Ángel García Rodríguez,
más conocido como padre Ángel**
Filántropo y sacerdote católico español

P4

Contenidos mes de mayo

- | | | | |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------|-----|------------------------------------------------------------------|
| P3 | Editorial
Primero la gente | P19 | Vivencias
Saliendo adelante |
| P4 | Entrevista al vecino del mes
Ángel García Rodríguez,
más conocido como padre Ángel | P20 | Oenegés
Todos hemos sido tocados |
| P10 | Poesía
En estos momentos | P22 | Derechos humanos
El colapso del sistema: nadie atrás |
| P10 | Opinión
La pandemia inesperada | P23 | Madre y mujer trabajadora
de Lavapiés
Confío en que sí |
| P11 | El faro de Alejandría
Esperanza | P24 | Vivienda
Morosidad: castigando durante
a no culpables |
| P12 | Opinión
Desde dentro de Ernesto | P25 | Asociaciones
Apoyo escolar de Convergencia
de las Culturas |
| P13 | Cartas imposibles
A Isabel Díaz Ayuso | P26 | Oenegés
Asociación Becha Wear
(Unión africanos en España) |
| P13 | Viñeta
De Marcos García Sandberg | P27 | Oenegés
Comedor solidario en India
ONG Regalos de Amor |
| P14 | Opinión
Lo mejor de esta pandemia | P28 | Historia de Egipto
La tumba de Seti I |
| P15 | Opinión
Tener ilusión y esperanza
en tiempos del coronavirus | P29 | Reseñas del barrio
Noticias breves |
| P16 | Opinión
Tan lejos, tan cerca | P32 | Barrio
Carta a los comerciantes |
| P17 | Opinión
Un pan como unas hotias | P34 | Comercio del barrio
Nuestros mercados |
| P18 | Opinión
Rastreados | | |

Primero la gente



NHU

Hay quien dice que es saludable hablar de algo distinto a la pandemia y sus derivadas, y no sabemos qué aspecto de la vida presente y futura puede cumplir esta condición. Es posible que nos pueda el miedo y que después, en muy poco tiempo, las diferencias entre la normalidad a secas o esa nueva normalidad sobre la que nos previenen no sea mucha, pero desde aquí no es fácil verlo. De todos modos, ya está ocurriendo que la cantidad de gente afectada por la situación es enorme. Desde el que ha perdido un familiar cercano hasta el que ha estado afectado por la enfermedad en primera persona, pasando por el que, aun cobrando el ERTE, no tiene muy claro lo que va a ser de su actividad laboral cuando todo pase. Todo esto hablando de quienes partían de una situación en la que, por lo menos, lo básico estaba resuelto. También sabemos de una enormidad de casos que ya, a día de hoy, no tienen absolutamente nada resuelto o asegurado. Vivir debajo de un techo del que te pueden desahuciar y esperar una cola larguísima para recibir una bolsa de comida que llega a tus manos por el trabajo voluntario de la buena gente es una situación que puede romper el psiquismo de cualquiera.

Un gobierno y un grupo de técnicos han tenido que dar respuesta a la emergencia y no vamos a entrar a valorar la calidad de esa respuesta, porque en el mismo consejo de redacción de este periódico no nos pondríamos de acuerdo sobre esta valoración. Ni vamos a hacer la ola a nadie desde este editorial, ni vamos a hacer una crítica desalmada, pero el hecho es que, cuando el momento de la emergencia dé paso al de la reconstrucción, no va a ser suficiente con la acción o el empeño de este gobierno. Toda la estructura administrativa y política a todos los niveles va a tener que implicarse, y tendrán que ser los niveles más próximos a la gente los que puedan escribir la letra pequeña de ese contrato en el que todos debemos comprometernos a no dejar atrás absolutamente a nadie.

Los que no tenemos toda nuestra fe puesta en la administración y sus capacidades debemos prepararnos para llegar a donde, seguramente, ellos no van a llegar, y si con una mano tenemos que aplicarnos en la acción positiva y eficaz, con la otra tendremos que

escribir el texto de las pancartas que recuerden a esas administraciones sus obligaciones ineludibles. Y si la falta de ganas e imaginación no les permiten a los que administran recursos a distintos niveles articular soluciones distintas para tiempos distintos, tendremos que echarles una mano desde las páginas de publicaciones que, como esta, no comen en ningún pesebre ni tienen deudas que saldar.

No nos vamos a callar si a alguien en el barrio le falta un techo o un plato de comida, y vamos a difundir como un fracaso político el que tengan que ser los colectivos que se organizan para cubrir esas necesidades los que tapen las vergüenzas de un ayuntamiento, una comunidad o un gobierno. Como siempre, estas páginas van a estar abiertas tanto a la denuncia como a la información veraz y comprometida.

Nosotros, en cuanto sea posible, vamos a regresar a la relación personal y a la comunicación directa, y ya estamos echando de menos muchos abrazos que no van a poder ser reemplazados por sucedáneos de plástico con olor a hidroalcohol, y tampoco vamos a conformarnos con manifestaciones virtuales e inventos similares. No renunciamos a volver a llenar teatros y barras de bar. Y si el puto coronavirus nos ha demostrado nuestra fragilidad y los límites de nuestra ciencia, ya nos podemos poner las pilas para hacer posible que un abrazo o un beso dejen de ser una amenaza real o imaginada.

Queremos vida con olor a vida, con sabor a vida, que suene a vida y con tacto de vida, y juramos por los dioses que nos vamos a ocupar, de aquí en adelante, de que otro susto como este no se vuelve a repetir. Esperamos que este sea “el gran susto” que nos haga reaccionar y nos permita entender que no se puede vivir así, que no podemos envenenar el aire que respiramos y que no podemos poner en riesgo esta frágil nave que gira en torno a una estrella, y que si nuestro nivel de conciencia y de conciencia realmente es superior debería notarse mucho más. Roto el espejismo del dinero, del poder, del prestigio y de la producción incontrolada de cosas, quizás nos demos cuenta de que no puede haber nada por encima del ser humano y ningún ser humano por debajo de otro ser humano. ✍️



Entrevista a Ángel García Rodríguez, más conocido como padre Ángel Filántropo y sacerdote católico español

En este número entrevistamos a Ángel García Rodríguez, más conocido como padre Ángel, filántropo y sacerdote católico español. Es el fundador y presidente de la ONG Mensajeros de la Paz. Desde su parroquia de San Antón, ha emprendido diversas iniciativas solidarias. La iglesia permanece abierta las veinticuatro horas del día para acoger a personas sin techo y ofrecerles desayuno. En 2016 abrió el restaurante Robin Hood, un establecimiento normal durante el día pero que, a partir de las siete de la tarde, ofrece cena gratuita a personas desfavorecidas.

P ¿Cómo está, padre Ángel? ¿Está muy cansado?

R Entero, que en estas circunstancias ya es mucho. Están más cansadas otras personas, sin duda alguna. Pero vamos a cuidarnos.

P ¿Cuál está siendo el papel de su iglesia en la lucha contra la pandemia?

R Bueno, desde la iglesia de San Antón —con las puertas cerradas como nos han aconsejado y mandado, pero abiertas por dentro— seguimos las 24 horas *online* (sananton.net), funcionando y rezando continuamente. Allí es como el centro donde recibimos muchas donaciones y desde donde las repartimos, sobre todo lo que es material sanitario, alimentos, productos de limpieza, etc., porque aquel es uno de los barrios (Chueca) donde sigue habiendo muchas personas empobrecidas. Y puesto que allí no pueden ahora desayunar ni comer, eso lo estamos haciendo desde un punto de “vuestro territorio”, como dicen los apaches: desde la plaza Vara del Rey, donde todos los días damos más de 150 o 170 desayunos a los sin hogar y donde después, a través de Robin Hood —el restaurante que tenemos en Bravo Murillo—, también damos la cena.

La iglesia de San Antón sigue siendo el nervio desde donde hacemos todo, uno de los nervios

más importantes, donde llevamos más de veinte años. Pero en estos dos meses lo hacemos desde la plaza Vara del Rey, junto al Rastro, en el corazón de Madrid, donde estamos llevando todas las residencias y todos los centros de Mensajeros de la Paz.

P Respecto a toda esta ayuda que ustedes están dando desde la iglesia de San Antón, ¿de dónde les llegan los recursos para abarcar a todas estas familias, a todas estas personas que se encuentran sin hogar? ¿De cuántas personas estamos hablando?

R Estamos atendiendo a más de 1800 familias con niños, y esto lo hacemos a través también de la Fundación de Mensajeros de la Paz. Antes, como no se podía dar la comida en persona, todos los meses dábamos un vale para que pudieran ir a Mercadona o a Carrefour a comprar. Ahora ya comenzamos a poder darles para la semana. Sí, en total estaremos atendiendo a más de 5000 personas entre las familias, los trabajadores que tenemos y entre los sin hogar y sin techo, que hay como 700 personas que habían quedado aisladas. Algunas han ido a IFEMA gracias al SAMUR y al Ayuntamiento de Madrid, que están haciendo un esfuerzo inmenso, pero sigue habiendo mucha pobreza. La pobreza se ha multiplicado por dos o por tres en este Madrid nuestro y, sobre todo, en este Madrid no digo viejo y antiguo, sino en el Madrid clásico, en el corazón de Madrid. Es precisamente en Lavapiés y en estos lugares donde hay mucha gente mayor y empobrecida, mayores que no han podido salir de casa. Entonces, desde la iglesia de San Antón también hemos montado el equipo de los hogares de oportunidades, chicos jóvenes, una plantilla de 12 o 15 equipos de jóvenes que van a los hogares a preguntarles si quieren que les saquen al perro, si necesitan que les hagan la compra de medicamentos o de alimentos, y esa labor la está haciendo la juventud. Y como cosas curiosas, muchos voluntarios nos están ayudando. Tanto que la jefa de voluntariado nuestro me ha dicho: “Si te preguntan si queremos más voluntarios, di que no, que no tenemos casi dónde hacer”. Es una maravilla, a pesar de tener el corazón encogido, el ver la solidaridad que existe.

“ No se pueden ver los espectáculos que vemos, a ver quién insulta más, quién dice más cosas en contra del otro. Tenía que ser al revés. A veces hay que tender las manos, pero no solamente la oposición, sino todos. Tenemos que unir a la gente para que trabaje por los demás ”



Casi todos los recursos para atender a todas estas personas, me atrevería a decir todos en estos momentos de una manera especial, proceden de fundaciones, de empresas, de particulares, que nos llaman porque saben que lo necesitamos. Hemos puesto mensajes sms a través de los medios de comunicación y están lloviendo, sobre todo, de muchas empresas. En cuanto a la solidaridad, antes decíamos que los pobres dábamos más que los ricos, y sigue siendo verdad. ¡El que no tiene nada todavía comparte lo poco que tiene! Pero vivimos ya en una sociedad donde el que tiene algo también empieza a compartir porque sabe que no nos llevamos nada para el otro mundo, sabe que en esta pandemia nos hemos visto todos al límite de la vida y que tener más de un par de zapatos no servía para nada, que con un solo par de zapatos no hacía falta más.

P ¿Es mejorable el papel de la Iglesia? Usted ha declarado que la Iglesia deberá adaptarse a la etapa posterior a la crisis de la COVID-19. ¿A qué se refiere?

R Bueno, yo lo he dicho y me critican algunos, pero esto lo ha dicho también el papa Francisco y lo dice cualquiera que tenga sentido común. No solamente la Iglesia, ahora las peluquerías y las tiendas y todo se tiene que adaptar

después de esta pandemia. ¡Y claro que nos tenemos que adaptar! Claro que la Iglesia, que ha sido pionera —y me atrevo a seguir diciéndolo— en obras sociales, que es la primera que ha estado con los leprosos, con las víctimas del sida, con las del ébola, con los emigrantes y ahora con los enfermos de la pandemia, sigue siendo la más valorada y la que hace tanto en cada parroquia. Pero, en cuanto a la vida espiritual, claro que tenemos que salir. El papa Francisco decía: “Abrid las puertas de las iglesias”. En algunos momentos nos han cerrado las puertas de las iglesias y las vamos a volver a abrir. Pero el abrir las puertas de las iglesias no es solamente para que entre la gente. Es para que nosotros, los sacerdotes, los católicos, la comunidad cristiana, salgamos a la calle como Jesús de Nazaret salía a la calle, y no solo a predicar, sino a estar con la gente, a preguntarles qué es lo que les pasa, a escuchar. En la Iglesia tenemos que aprender a escuchar, algo que no saben a veces hacer los políticos, los gobiernos, incluso nosotros. A veces hablamos demasiado y hay que escuchar. La Iglesia se va a acomodar, y eso no es solamente guardar los espacios, que haya menos fieles en las iglesias. En algunas iglesias no hace falta guardar muchos espacios porque estaban vacías. En aquellas iglesias que estén llenas, como la

nuestra, vamos a tener problemas para guardar los espacios.

P ¿Cree que los gobiernos, las instituciones públicas están haciendo todo lo que pueden?

R Uno siempre quiere que se haga más. Es como si a mí me preguntan si estoy haciendo todo lo que puedo. ¡Y más se podría hacer, sin duda alguna! Pueden hacer más y lo podrían hacer mejor, que esto no lo duda nadie. Pero en estos momentos yo creo que más que criticarles, que pelearse tanto como se pelean en el Senado, en el Congreso, lo que tienen que hacer es unirse unos y otros. No se pueden ver los espectáculos que vemos, a ver quién insulta más, quién dice más cosas en contra del otro. Tenía que ser al revés. A veces hay que tender las manos, pero no solamente la oposición, sino todos. Tenemos que unir a la gente para que trabaje por los demás. Yo creo que en la unión está el poder salir de este virus que ha acabado con tantos abuelos y tantas abuelas. En estos momentos hay todavía 25.000 ancianos y ancianas contagiados en las residencias en toda España. 25.000 que, si no somos capaces de atenderlos, se nos van a morir, como han muerto ya 8000 o 10.000 en Madrid. ¡Claro que pueden y deben hacer más! Y debemos pedirles que hagan muchas más cosas. Pero criticarlos en estos momentos... ▶



Es como cuando un padre tiene dificultades. Criticarle no, hay que ayudarlo a hacer las cosas y también él se tiene que dejar ayudar.

P Con todo lo visto y vivido todas estas semanas, ¿habrá un antes y un después en la gestión de residencias para persona mayores?

R Sin duda alguna. Las residencias no pueden ser para curar, no pueden ser hospitales. Las residencias son para cuidar. A las residencias tienen que ir las personas que están bien y que hay que cuidar. Las personas que están ya terminales, enfermas, tienen que ir a lugares que sean hospitales, donde se las pueda curar. Y en eso nos hemos equivocado. Debemos seguir insistiendo en que las personas siempre que puedan deben seguir en su propio hogar. El Estado, el Gobierno, en vez de pagar esas pensiones, esa cuota que se paga por cada residente, lo debería dar a la familia o hacer una especie de servicio. No se está en ningún otro lado mejor que en casa, sobre todo cuando eres mayor. Las residencias, por muy bonitas que estén, por mucho que tengan, son una antesala del cementerio. También la casa es la antesala del cementerio cuando eres mayor, pero siempre que se pueda... Esa

mirada del nieto, del hijo que llega a casa de trabajar, o del yerno o la nuera que te echan una sonrisa... Eso no se paga con nada. Esta pandemia nos ha mostrado que lo más importante es el cariño, estar cerca de los demás.

P ¿Cree usted que de esta crisis vamos a salir más solidarios?

R Sin duda alguna, esto nos va a hacer más solidarios. Esta es una crisis grave y grande. Recuerdo, estando en Haití, el segundo día del terremoto, en el que habían muerto 320.000 personas en unos segundos. Se habían quedado dos millones de personas sin vivienda. Haití es un pueblo donde, por desgracia, los gobernantes no son todo lo eficaces que son en otros países. Van poco a poco saliendo, aunque todavía no han salido y es tremendo el horror. Nosotros hemos tenido menos muertos que en Haití, con una pandemia muy grave.

Las personas somos capaces, en la dificultad, de salir siempre que tengamos salud y podamos trabajar. Esto es lo que les pedimos a los políticos, a los gobernantes: poder tener salud, trabajar o poder encontrar trabajo. Pero ¡sí que salimos! Los que somos muy mayores hemos conocido otras etapas.

Salimos de unas guerras, de unas persecuciones, de una falta de muchas cosas, entre ellas la falta de alimento y de trabajo... Y salimos, y de esto estamos saliendo. No es que vayamos a salir, es que estamos saliendo.

P Durante todas estas semanas hemos vistos cómo muchos de los trabajos denostados, no valorados, se han convertido en trabajos —y trabajadores— esenciales a los que aplaudimos cada tarde. ¿Cree usted que, una vez que pase esta situación, nos olvidaremos pronto de ellos?

R Creo que no los valoramos en masa, pero en privado sí. Todos los que íbamos al médico, cada vez que nos atendía una enfermera, siempre que te echaba una sonrisa, aunque te diese ese pinchazo en el brazo para sacarte la sangre, nos sentíamos felices de saber que estábamos en manos de profesionales y de sanitarios. Pero en esta sociedad se ha convertido a algunas profesiones en profesiones de peor calidad o de cuarta calidad. Entre ellos estaban, por ejemplo, los camioneros, los agricultores, los que llevaban los tractores. Estos tractores a los que recriminaban, a los que echábamos tantas culpas de hacer cosas, resulta



“ Los que somos muy mayores hemos conocido otras etapas. Salimos de unas guerras, de unas persecuciones, de una falta de muchas cosas, entre ellas la falta de alimento y de trabajo... Y salimos, y de esto estamos saliendo. No es que vayamos a salir, es que estamos saliendo ”

que han sido unos de los que han venido a salvarnos, a desinfectar zonas. Estas enfermeras, cuidadores, trabajadores... ¡Claro que son esenciales en nuestra sociedad! Pero creíamos que en la sociedad a los que había que dar incienso y llamar señoría era a los políticos,

a los gobernantes, a los jefes, a los jefes de empresas. A esos se les llamaba señoría. Se sigue llamando señoría a los diputados... A lo mejor hay que cambiar y llamar señores y señorías también a estas personas que sí que lo son.

¿Usted un día decide que quiere ser sacerdote, pero ¿cuándo decide ser el sacerdote que es? Porque es un sacerdote peculiar: tiene usted un hijo adoptado, está reivindicando que las mujeres tengan un papel más importante, más protagonista, en la Iglesia, además aboga por que los sacerdotes puedan casarse...

Ya estando en el seminario tenía mucho contacto con los gitanos de mi pueblo, de Mieres. Me enseñaron muchas cosas. Los gitanos que andaban desharrapados, sucios, que comían mal, que no tenían casa, que seguían viviendo en chabolas, me enseñaron muchas cosas. Ellos saben muchas cosas de la familia, la familia es el clan. Y cuando iba a ordenarme sacerdote, tuve el privilegio de que el cardenal me enviara a un hospicio. Allí había demasiados niños tristes, con el pelo cortado al cero, con un mandilón azul. Me di cuenta de que yo no conocía a ese tipo de personas tristes. Yo no

digo que sufrieran. Ni los gitanos sufrían ni estos niños sufrían, pero estaban tristes, estaban apartados de la sociedad. Personas a las que no se las dejaba ir a los colegios, a las universidades. Ahí empezó un poco la vocación. Les debo muchísimo a ellos, más que ellos a mí, y me atrevo a decir que más que a los estudios del seminario. Todo lo que yo he estudiado en ese minuto de terremoto, de tsunamis, momentos vividos en El Salvador, Haití..., aprendes mucho más. Y en estos días, en estos dos meses de silencio y de confinamiento en casa, uno aprende que lo más importante es el estar con la gente. Todos daríamos lo que fuera para poder seguir besando y abrazando a los nuestros y a los que no son nuestros. Poder besar y abrazar a tantas personas mayores que a veces, en las residencias y en sus propias casas, dicen: “Llevo tanto tiempo sin que nadie me llame, sin que nadie me bese, sin que nadie se acuerde de mí, de si hoy es mi cumpleaños o el aniversario de cuando me casé o separé”. ¡También a veces hay que celebrar el día de cuando uno se separa!, ¿no?

¿Existe alguna situación que haya vivido especialmente dramática, que le haya hecho dudar de su fe? ▶

R Sí. Esta misma, claro que sí. Uno a veces se pregunta dónde está Dios. Al papa Francisco, en Filipinas, una niña le preguntó también eso. Le preguntó por qué los niños sufren y se mueren. Y el papa le contestó: “No hay respuesta”. A veces no hay respuesta a muchas preguntas que hacemos los humanos. Esto les ha pasado a la Madre Teresa de Calcuta y al papa, y le pasa a mucha gente de fe. Claro que, a veces, uno intenta preguntarse el porqué. A veces no hay porqués, ¡es la vida!. ¿Puede o no una madre perder a un hijo de cáncer con 7 años, con 6? No se puede preguntar a Dios el porqué, no hay respuesta. La única

citan a los abuelos. Y de esos abuelos que se sienten enristecidos porque tienen ganas de ver a sus nietos. Creo que es una estampa preciosa la de un nieto intentando hacer una videoconferencia con el teléfono para hablar con él y decirle: “Te quiero mucho, abuelo”.

Como cosa triste, el ver que no hemos sido capaces, que hemos tardado demasiado para poder subsanar tantas calamidades. Con esas estampas tristes de los hospitales llenos de personas y, a veces, de expresiones de algunas de las personas que decían que había que prever y, por tanto, escoger entre una persona mayor o una persona que no era tan mayor.

por no decir miles, de peticiones de personas que me pedían que les mandase un responso por teléfono porque no habían podido despedir a su padre, a su abuelo. En esta pandemia se han dado estas dos estampas: la del cariño, la de querer a la gente, la de los que dieron su salud y su vida por los demás (han muerto muchos sanitarios, policías y muchos médicos, cajeras, demasiados). Y la estampa negativa: en la isla de Lampedusa, cuando hubo aquel desembarco en el que murieron 150 personas, yo fui allí y tuve ocasión de ver en una nave los 150 ataúdes, cadáveres... Alguno de ellos eran de niños, muchos sin nombre. Pues



respuesta del papa Francisco a esta niña es “tus lágrimas”, esa es la respuesta. ¿Por qué esta pandemia? No es un castigo de Dios ni mucho menos, es por distintas circunstancias. Algunos dicen que se ha inventado en China. No hay alguna respuesta a fenómenos de la naturaleza. De vez en cuando, le suenan las tripas y provoca esos volcanes.

P En estas semanas ha vivido y ha visto muchas cosas en ese día a día, en ese trato directo con las personas. ¿Con qué imagen positiva y con qué imagen negativa se quedaría y compartiría con nosotros?

R Me queda la imagen de los aplausos, la imagen de esos nietos o niños que escriben cartas o felicitan

Eso me ha dolido en el alma y me sigue doliendo. Pero sí quiero seguir, creyendo que no es verdad lo que he visto, lo que he oído, lo que me han contado, que dijeran a los mayores que ya no tenían mucha posibilidad de vivir que ya nos los podían atender porque había que atender a los demás. Eso que hemos leído en cuentos o en la infancia: si hay un naufragio y va un niño, un anciano, una mamá y un hombre, ¿a quién salvarías primero? Es una atrocidad preguntar eso. Creer que la vida de las personas se puede valorar por la edad... ¡Es tremendo! Esas estampas y esos tertulianos y no tertulianos a los que he visto cómo hablaban sobre las personas mayores... ¡Es tan triste! Yo he recibido cientos,

yo he visto por los medios de comunicación ese Palacio de Hielo lleno de cadáveres, de ataúdes, y era la misma estampa que había visto en Lampedusa.

P Lleva muchos años haciendo cosas y para usted la coherencia es muy importante, ¿qué le queda por hacer?

R Yo creo que nos queda todavía unir fuerzas. Unir fuerzas es unir a los políticos, a los gobernantes. No es posible que sigamos viendo esa estampa en las personas a las que llamamos señorías (que yo tengo ganas de que se les quite la palabra, porque señoría son también las enfermeras y los guardeses). Ver unida a la gente, trabajando. Yo los he visto. He nacido casi después de la guerra y he

visto muchos conflictos, muchos insultos, muchas muertes y muchos rencores, odio... No quiero verlo en mi país, no quiero que haya ese rencor, ese odio, donde lo único que algunos a veces quieren es enviarlos a la cárcel o apartarlos de la vida. Me queda el ver todavía, en algún momento, lo que hemos visto en la democracia, en algunos momentos en que que estaban juntos los políticos, que se reunían los comunistas y los no comunistas, que en el Parlamento se hablaban un poco fuerte los unos a los otros, se decían cosas, pero no decían cosas tremendas de "quítate tú para que me ponga yo". Yo eso nada más que lo he

“ Si hay un naufragio y va un niño, un anciano, una mamá y un hombre, ¿a quién salvarías primero? Es una atrocidad preguntar eso. Creer que la vida de las personas se puede valorar por la edad... ¡Es tremendo! ”

P ¿Qué les diría a los vecinos ante esta situación que estamos viviendo todos?

R Yo me siento vuestro vecino. Me paso horas sentado o de rodillas en la plaza Vara del Rey, en el Rastro, cerca de la plaza del Cascorro. Tenemos que seguir siendo el corazón de Madrid, de estas zonas tan deprimidas. Creían que lo habían solucionado todo rehabilitando las casas o las calles, pero lo que no habían rehabilitado son los hogares, las personas que estaban ahí. Les diría a los vecinos: “Gracias, porque sois un ejemplo”. Sabemos que se ayudan unos a otros, son un ejemplo. Nos hemos visto, nos conocemos. Son un ejemplo



En Benín. Imágenes páginas 8 y 9

oído en algunos momentos para quitar a un presidente, pero no para quitar a todos. Pero es que ahora es “marchaos todos los de ese banco porque queremos ir los de este banco al otro lado”. Hombre, ¡trabajen unidos! La responsabilidad es de todos. Cuando están en el poder no quieren estar unidos, no quieren trabajar con los demás. Cuando se pide al Gobierno que sea que estén todos unidos, trabajando, sobre todo en estos momentos difíciles, a uno le gustaría ver que van de la mano, que sufren, que no se ponen corbata unos, se la ponen todos o que no se la pone nadie, pero que estén todos unidos.

P Y a usted, personalmente, ¿le queda algo por hacer?

R Me queda por hacer lo que le decía: seguir abriendo las puertas. No de las iglesias, sino de las casas. En mi casa no había cerradura ni llave. Abrir la casa para que seamos capaces de compartir todos, unos con otros. Pero esta pandemia lo está haciendo. Hoy es muy difícil encontrar en un piso en Lavapiés, en La Latina, una vecina que salga a la compra y no se le ocurra preguntar al vecino del cuarto, del segundo o al portero si necesitan algo. Esto antes no existía y esta situación lo ha hecho posible. Y esto es lo que a mí me queda: compartir, ser capaces de compartir. No hay que ser tonto y no hay que pasar por un cáncer o por una pandemia de estas para ser buenos. Podíamos ser buenos sin ello.

de humanidad, esos santos de la puerta de al lado que dice el papa Francisco. A veces, para ser santo, hay casi que mear agua bendita. Pues ahora lo único que hace falta es querer a los demás, compartir con los demás. Gracias por el ejemplo. Habéis acogido a tantas generaciones, a tantas comunidades distintas de distintos países... Si uno quiere ir a ver lo que es el mundo que venga a esta zona (Lavapiés) porque están todas las nacionalidades. No ha habido peleas. Se decía que si venían a quitarnos algo y no nos han quitado nada, al contrario. Hemos sido acogedores y es un ejemplo. Somos capaces de congeniar, compartir, integrarnos. Tenemos una riqueza inmensa en la zona. 🌱

En estos momentos



Pilar Corrales

*En esta época toca
un poema especial.
Preguntaremos a todos,
¿a quién queréis abrazar?*

*Nos parece hasta mentira
que sea eso un deseo,
pues llevamos muchos años
entre abrazos y entre besos.*

*Son esas cosas sencillas
las que ahora necesitamos,
y es que tienen gran valor
el calor de algunas manos.*

*Y cuando esto se acabe,
a levantarlas unidos,
a moverlas con vaivén.
Tenemos que celebrar
estar juntos otra vez.*

*Y así unidos, sin palabras,
que no las necesitamos,
necesario es solo eso,
el calor de nuestras manos. ✍️*

La pandemia inesperada



Alberto Romeral
Vecino del barrio de Embajadores

El coronavirus, qué gran tragedia y, me atrevo a decir, qué gran problema para los mandatarios de todos los países. Por culpa de este virus en particular, sin darse cuenta, está siendo puesta a prueba la capacidad tanto del presidente de turno como de sus ministros y asesores para demostrar que están preparados para dirigir un país. Lo de los asesores me hace mucha gracia, por lo menos los de mi país, ESPAÑA. ¿Cómo asesoran? ¡Para que lo que diga el presidente o cualquiera de los portavoces en horas lo tengan que rectificar!

Menos mal que, por suerte y por el esfuerzo impagable de muchos, parece que hay una mejoría suficiente, parece ser, como para empezar a dar vía libre a algunos negocios con condiciones y ciertas reglas, como la de usar el sentido común y el civismo.

Negocios que podrán abrir sus puertas, como por ejemplo los bares, cafeterías y restaurantes, que tendrán que achicar el aforo tanto en el interior como en el exterior. Entre las reglas estará la de que, después de cada servicio en mesa, esta tenga que ser desinfectada.

Bien lo de achicar el aforo y lo de desinfectar la mesa por precaución. BIEN, pero ¿de qué me sirve si me voy a contagiar por culpa de la falta de higiene en la cocina o en los servicios (WC) porque nadie ha ido a desinfectar después de usarlo el cliente? El servicio tiene que tener el mismo tratamiento que las mesas y las sillas, O MÁS, y si no es así lo estaremos haciendo MAL. A ningún portavoz le he escuchado nada referente al tratamiento que tengan que dar a los servicios. Y ME PARECE MUY GRAVE, pues, en mi opinión, puede ser un punto de contagio muy grande.

Claro que el Sr. ministro podrá decir que no tenemos suficientes inspectores para tanta supervisión, "YA". Pues, Sr. ministro, dé ejemplo. Si para cada distrito ahora mismo hay, por ejemplo, cuatro inspectores, está claro: nombre diez más y de esta forma su ministerio estará colaborando en la creación de empleo.

Es evidente de que el portavoz de turno tendría que mandar el mensaje de que los inspectores de sanidad harán un seguimiento para el cumplimiento de las normas de higiene mencionadas. ✍️



Esperanza

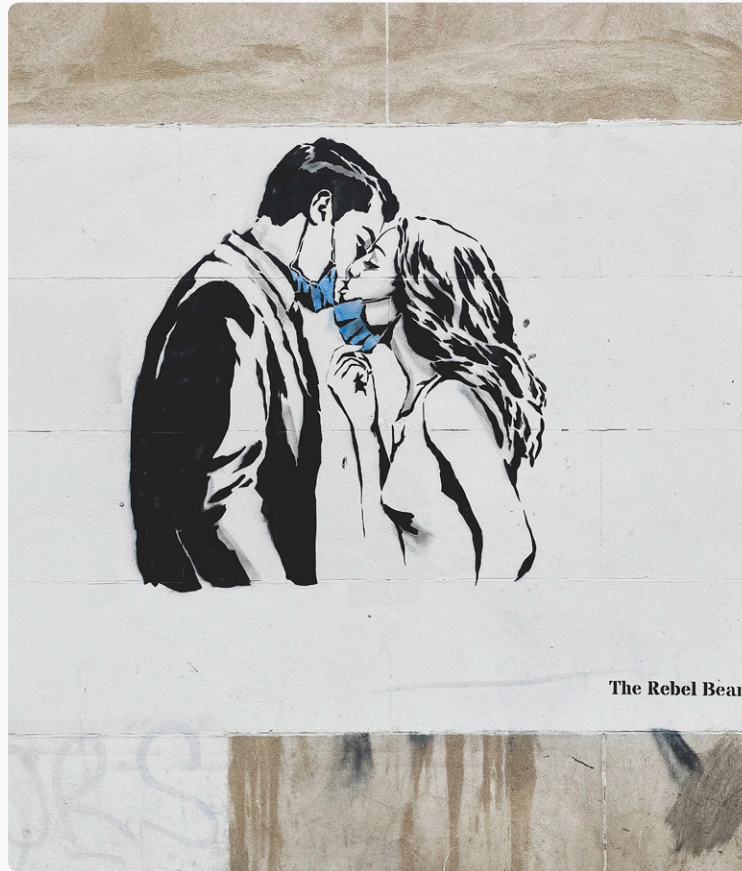


Alejandro Flórez-
Estrada Vergara

¡Cuánto alivia saber que nuestra capacidad de lucha y aguante a la larga es más fuerte que cualquier virus asesino! Una fuerza alentada por la esperanza, algo que siempre ha de acompañarnos y sobre todo en estos tiempos tan difíciles, pues su ausencia nos empujaría a arrojar la toalla y no salir jamás del agujero.

Recurriendo a ella, a esa esperanza, afrontamos la llamada “desescalada” sin lograr aplacar el dolor que nos ha provocado el coronavirus, una herida abierta que hace que aún nos sintamos sobrepasados e indecisos. Y es que nos asaltan toda clase de temores, empezando por el miedo a un beso, a un abrazo o a un simple apretón de manos. Sin embargo, aunque ahora miremos con desconfianza al otro, como si fuera un apestado forrado de bombas, seguro que llegará un punto en que nos percataremos de que renunciar a las personas equivaldría a tirar la vida por la borda. Además, ante el cataclismo social y económico sobrevenido, tenemos que alzar la voz al alimón para insistir en que la gente es lo más importante y exigir que la manida frase “nadie se quedará atrás” no sea una pose y se haga realidad.

Entre la incertidumbre y la invocada esperanza, nos toca retornar a la rutina en pequeñas dosis, a sorbitos, para así no atragantarnos y reencontrarnos poco a poco con la luz del sol, con el cielo al natural, con mil decisiones que habremos de tomar sin delegar en mesías y con docenas de amigos y familiares a los que parece que no hemos visto en siglos. ¡Cómo nos urge olvidar el confinamiento y rebelarnos contra la vaticinada falta de horizontes! Necesitamos sentirnos vivos, críticos, capaces de construir algo que merezca de verdad la pena, pero eso sí: al principio abriremos los ojos muy despacio, con el aturdimiento y el recelo propios de quien ha despertado de una pesadilla y teme dormir



Trababaja artístico de "The Rebel Bear" en una calle Glasgow. Fotografía de Crawford Jolly en unplash.

de nuevo por si vuelve a soñar con lo mismo.

Y aferrados al instinto de supervivencia, aprendemos sobre la marcha a creer en el futuro al vernos hoy perdidos en medio de un mundo peligroso, más indefensos y vulnerables que nunca, y darnos cuenta de que no somos dioses. Pero, como queremos vivir, nos las ingeniamos para ir domando los miedos acumulados a causa de la covid-19 y reconquistar la calle, ese Lavapiés, esa Ribera de Curtidores, esa Latina, aunque durante meses debemos guiarnos por la prudencia y adaptarnos a una serie de medidas preventivas para evitar un repunte del virus. Ojalá, a partir de ahora, probemos a ser humildes y saquemos de esta experiencia alguna conclusión lúcida que nos ayude a reconocer lo vacíos que estamos por culpa de nuestra estúpida forma de entender la vida. ¿De veras nos compensa, tras lo

vivido, seguir anclados en la soberbia, en lo superficial e impostado, en las ansias de poseer?

Lo bueno es que ya queda menos para volver a juntarnos sin aprensión. Con paciencia todo llega. Y recobramos, aunque llevará tiempo, el deseo adictivo de frecuentar las plazas donde de repente se montan tertulias improvisadas y se entrecruzan miradas que invitan a pecar. Costará, pero recuperaremos el ajeteo de los barrios y sus bares, el incesante ir y venir de la gente, el calor humano que tanto extrañamos, apuesten por ello. Retomaremos, sí, el hábito de mezclarnos como siempre lo hemos hecho, en nombre de la tan necesaria y contagiosa alegría. Y sucumbiremos a la tentación de besarnos, abrazarnos y cortejarnos incluso mejor que antes porque, de lo contrario, ocurriría otra catástrofe: que nada tendría sentido. 🐾

Desde dentro de Ernesto, el que está detrás de todo esto



Ernesto
Arango Labandera

Viernes, 24 de abril 2020

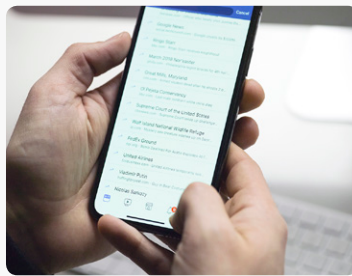
¿Hola qué tal, hola qué pasa qué tal?, aquí vuelvo a recitar, contar, cantar, transmitir para transformar en bondad toda la maldad que nos rodea por el mundo.

Pues sí: en forma de bulo, mentira, manipulación, envidia, “hijaputez”, con perdón, utilizo el taco porque así utilizo alguna palabra menos y aprovecho un poco más el espacio.

Estamos rodeados de personas en las redes con opiniones de lo más variopinto; también hay muchas actividades y cosas por hacer: visitas, reuniones, aprendizajes, charlas. Grupos de wasap, proyectos elaborándose, personas creciendo, nuevos mundos por explorar, personas por conocer, personajes por jugar, trabajos por desempeñar; a las ocho haga lo que haga paro para aplaudir, salgo al balcón porque quiero desde mi invisibilidad dar presencia y visibilidad a los que están mostrando con su profesionalidad que nuestra sociedad merece la pena. La seguridad social merece la pena, la sanidad pública merece la pena, nosotros somos y merecemos la pena, el esfuerzo y las ganas con que nos tomamos la existencia es legítimo. Mi calle es la parte de mi barrio donde están mis hermanos y hermanas que no lo parecemos porque tenemos diferentes madres y padres, pero es así. Somos familia de esas que responden a la pregunta eterna: ¿y tú de quién eres? Tantos días en los balcones mirando al horizonte, cruzando la mirada con complicidad, sacando aullidos que salen del alma fluyendo sin forzar (pensando un momento en alguien que no tiene balcón, ni ventana exterior, ni ve la luz del día, ni tiene para adquirir pan). Y repienso: ¡qué mierda!, la semilla que brota es esta, la de darse cuenta de lo que cuenta ahora que nadie “cuenta”, estamos a

cubierto. Somos números en las estadísticas manipuladas por unas, unos y otras otros; aplaudo, aplaudo, aúllo, aplaudo, paramos, paro. Me despido pregonando a mis vecinas. Vuelvo dentro.


Discusiones en redes por pensar diferente, porque yo creo que hay que caminar en la misma dirección que marca el que tiene la antorcha y va delante. Ya he dejado de discutir, si no te gusta el contenido de mis publicaciones no me leas, hazlo fácil. Creo en fomentar el desarrollo de estructuras desde abajo; proyectos que se proponen a través de las redes están funcionando y adquieren peso y empaque. Conciertos, encuentros, charlas, todo se está haciendo a través de las redes, incluso este periódico en el que



Fotografía tomada de unplash

escribo para transmitir sensaciones y provocar reacciones. Somos invisibles intentando encender luces orientativas, faros hacia los que caminar y no hay manera de caminar al paso, cuando menos al mismo ritmo, es muy difícil. Nos tenemos que esforzar más, ¿progresamos adecuadamente? No, es evidente que no, hay una parte de la población (el que pueda que consulte estadísticas, seguro que están disponibles) que no se informa ni domina las redes para discutir de todo lo discutible. Digo Diego, sí; discusión, y dijo no. Elaboración de teorías, convencimiento de colegas. Engrandecimiento de la ecuanimidad particular, “qué guay soy, el que lleva la razón, el que todo lo

tiene claro”. Y reír, reír, me río a carcajadas por las reacciones y contrarreacciones; si te ríes, ¿de qué te ríes?, ¿qué te hace gracia?, está muriendo gente. Gente muere y morirá todos y cada uno de los días que amanecen. Asesinados, enfermos..., de que nos llega el momento, de este virus. Hoy hemos pasado el ecuador, el pico de contagio, estamos descendiendo en números de MUERTOS y afectados por la pandemia. Se atisba el final del protagonismo del virus COVID-19, todas nos posicionamos para lo que nos viene sin haber solucionado este durante, que es todavía ahora. Los que estamos en nuestras casas (porque tenemos casa), ¿de qué estamos viviendo? Se han hartado de decirnos que mejor pagar con tarjeta en los lugares, el dinero se infecta e infecta (me parto de risa) a las personas. Los niños y niñas ahora van a poder salir siguiendo su correspondiente protocolo de actuación; nosotras estamos ya instruidas sobre cómo tenemos que actuar. Nuestros representantes políticos están jugando al ajedrez, colocación, estrategia. Los medios de comunicación, según cuáles, transmiten crispación continua. Todos los días parte de bajas, previsiones, recomendaciones, televisado (el medio al que todas en teoría podemos llegar). A día de hoy, seguimos viviendo y viéndonos y escuchando las sirenas con cantos que auguran ¿alegría?, ¿preocupación?, ¿ilusión?

Yo estoy ilusionado porque me preparo para ello cada día. Me lo trabajo como todo. Sigo vivo en la estadística madrileña, soy un número activo y reactivo. Una mierda que se revuelve y huele, y estamos en tiempo de apertura de semillas, la tierra hará brotar lo que he comido porque en mí ha evolucionado y ha formado el principio de lo que viene. ¿Qué viene?, no lo sé. Solo sé que no se nada sin 'flotar'. ¿Cómo estás? Me pregunta mirándome a los ojos un desconocido con mascarilla y gafas; bien, gracias, contesto. La bandera de Ernesto. 

Carta a Isabel Díaz Ayuso



Federico
Gutiérrez Cifuentes



Querida Isabel:

- ¿Por qué?
- ¿Cuándo?
- ¿Dónde?
- ¿Cómo?
- ¿Cuál?
- ¿Sanidad?
- ¿Centros de mayores?
- ¿Alimentación?
- ¿Mentiras?
- ¿Fallecidos?
- ¿Contagiados?
- ¿Verdades?
- ¿IFEMA?
- ¿Palacio de Hielo?
- ¿Aviones?
- ¿Test?
- ¿Equipos de protección?

Isabel, tus vecinos de Lavapiés, Embajadores y Latina quieren saber, son muchas las preguntas y la mayoría no tendrán respuestas.

Hay situaciones para las que nadie está preparado, pero no es la soberbia el mejor escudo para combatir las.

Señora presidenta, el tiempo juzgará a los protagonistas y sus acciones, pero sobre todo sus inacciones.

“Los funcionarios son como los libros de una biblioteca: los que están en lugares más altos son los que menos sirven” (Paul Masson).

Viñeta



Marcos García Sandberg





Nines
Fuentes Moreno

Llevo casi 2 meses de confinamiento y sin salir apenas de casa, ni siquiera para comprar; mi pareja contagiada y en el hospital cuando todo estaba en pleno apogeo; un ERTE parcial, teletrabajando el 30%; y un hijo adolescente estudiando en casa. Aun así, creo que de esta pandemia algo bueno ha brotado y me ha hecho, en algunos momentos, recobrar la fe en el ser humano.

Mayor conciencia social

Circulan muchas historias de compras desenfrenadas y peleas por el papel higiénico, pero el virus también ha estimulado actos de bondad. Generosidad que va desde los sanitarios, que hacen horas de más para frenar esta pandemia, hasta los vecinos, donde en muchos lugares los más jóvenes se ofrecen a hacer la compra a los más mayores. También ha habido mucha unión ciudadana a la hora de buscar recursos para los más desfavorecidos, hacer mascarillas caseras, u otro tipo de material sanitario.

Ante la falta de contacto físico y el parón forzoso, la falsa ilusión de la cercanía virtual nos ha hecho aprovechar el tiempo de ocio obligatorio y se han organizado, a través de las redes, clases *online* gratuitas para estudiantes, talleres de lectura virtual, de cocina de "confinamiento", de pintura, de música, atención psicológica, ejercicio físico, recorridos virtuales por los museos y las galerías más grandes del mundo, conciertos en vivo de estrellas del pop, iniciativas solidarias y un sinfín de cosas más.

Muchos hemos aprovechado la oportunidad para reconectar con amigos y seres queridos por teléfono o videollamadas. Miles de personas estamos saliendo a los balcones y ventanas para aplaudir a los médicos y enfermeras que luchan contra el vi-

GRACIAS



Ilustración de Vanessa Santos en unplash. Llamamiento de Naciones Unidas a creativos

rus, y nos sentimos hermanados con nuestros vecinos de escalera, a los que casi ni conocíamos.

Situaciones nuevas

El temor al contagio propio o de familiares no desaparecerá por arte de magia. Evitaremos el contacto físico y las aglomeraciones, y con ello los espacios concurridos y los cerrados, condicionando, por ejemplo, la forma de divertirse, pero también la movilidad, sobre todo en lo que se refiere al uso del transporte público o evitar los viajes innecesarios.

Hemos visto que nuestro bienestar y nuestras condiciones de vida son frágiles, de modo que la gente intentaremos ahorrar más. Y la recesión también provocará que muchos ganemos menos, de modo que habrá una tendencia obligada a gastar menos.

Poseeremos cada vez menos cosas, pero querremos que duren más. Vamos a ser más cuidadosos con lo que tenemos y menos locos consumiendo, y se volverá a la cultura de reparar.

El instinto de protección desarrollado ante la crisis también impulsará la tendencia a priorizar la producción y el consumo local para asegurarse el abastecimiento. El miedo al desabastecimiento reforzará la importancia de disponer de producción y suministros propios o muy próximos.

Esta crisis ha evidenciado la

importancia de transportistas, empleados de supermercados, personal de limpieza, cuidadores..., que se han convertido, junto al personal sanitario, en los nuevos héroes. A futuro, el reconocimiento social ya no correrá paralelo a la compensación económica o la cualificación profesional, y por ello quizá las empresas se vean obligadas a cuidar más esos empleos y pensar menos en robotizarlos.

Las restricciones impuestas por los gobiernos a las libertades personales durante la pandemia también dejarán secuelas en la confianza de las personas. Dicen que viviremos en una sociedad mucho más sensible, donde la libertad y la privacidad ya no estarán aseguradas ni siquiera en las democracias occidentales.

El cambio

De la noche a la mañana percibimos que no somos intocables ni invencibles; caemos en cuenta de que nuestros sistemas de salud o de atención social son más vulnerables de lo que nunca imaginamos; que existen muchas desigualdades; que lo público es el último refugio frente a situaciones como las que vivimos y que la solidaridad real está en las personas.

Y esa solidaridad surge cuando se entiende que todos dependemos de todos, que a problemas globales hay que dar respuestas locales, y que no existen los "otros", sino un compromiso con las personas, pueblos, barrios, etc., donde estamos todos englobados.

Cuando salgamos de este trauma colectivo, podremos decidir si volver a lo de antes o aprender de la experiencia para hacer las cosas de manera diferente a futuro.

No sé si los cambios se desarrollarán a corto plazo; no lo creo. Las inercias no cambian de un día para otro. Lo que sí he visto claro es que cuando las cosas se complican surge lo mejor del ser humano: la solidaridad, la colaboración, la ayuda vecinal...

Y esta es la mejor forma de rendir homenaje a todas las víctimas que se ha llevado por delante esta pandemia. 🖊️

Tener ilusión y esperanza en tiempos del coronavirus



María García Gómez

Durante estos difíciles tiempos de coronavirus, estamos atravesando situaciones muy difíciles: el miedo a enfermar nosotros o nuestros seres queridos, las dolorosas muertes, las pérdidas de trabajo y la incertidumbre por el futuro a todos los niveles, como la economía, la subsistencia o las relaciones humanas. En este mes he decidido hablar sobre algo tan necesario como es tener esperanza.

Esperanza es un vocablo derivado del latín *esperare*, que significa 'esperar'. Lo que se espera es algo bueno para el futuro; quien tiene esperanza siente que algo positivo está por venir. Es un estado del ánimo, favorable, que nos permite resolver nuestros problemas con la convicción de que lo haremos satisfactoriamente, independientemente de que el resultado querido se concrete o no. Es el deseo de que algo se cumpla.

La esperanza se define como uno de los sentimientos más positivos y constructivos que puede tener un ser humano. Es un sentir que hace que un individuo construya hacia un futuro cercano o lejano una situación de mejoría o de bienestar. Para que tal sentimiento se haga presente, la persona debe contar con una actitud optimista.

Se suele decir que el presente es lo único real, puesto que el pasado ya ha dejado de existir y el futuro es tan inaprehensible como incierto. Aun así, el presente perdería buena parte de su sentido, cuando no todo, si no llevara implícito el combustible de futuro que representa la esperanza. La esperanza es una inversión de ilusiones y expectativas que debe trabajarse desde el presente. Solo así se dota de significado y se obtienen los frutos en el futuro. Y es que el futuro, por su propia incerteza, se convierte en una necesidad en la que debemos creer.

¿De qué hablamos cuando hablamos de esperanza? Para algunos, la esperanza es la creencia

firme de que, antes o después, las cosas saldrán bien. Sin pruebas, sin certezas. La genuina creencia de que todo se arreglará en el futuro. Para otros, la esperanza no es la convicción de que algo vaya a salir bien, sino la certeza de que algo tiene sentido, independientemente de cómo resulte.

Las personas que tienen esperanza se definen como felices en mayor proporción que aquellas que no. El problema reside en que muchas personas hoy están "desesperanzadas".

Esperanza significa 'esperar con fe'. El hombre siempre ha tenido esperanza hasta en los momentos más difíciles.

Los fuertes se aferran a la esperanza porque desean hacer posible sus proyectos y saben que no se puede vivir la vida sin ella.



Las personas depresivas pierden la esperanza, no esperan nada, no tienen ningún interés, se cierran en sí mismas y no le encuentran sentido a la vida. No pueden empezar de nuevo, se sienten inútiles, fracasadas, inservibles, se odian a sí mismas y piensan que la muerte es su única esperanza. El depresivo no quiere nada, solo dejarse estar y morir para dejar de sufrir.

Esperanza es esperar, es tener esa dosis de paciencia y de fe que nos permita superar el mal momento presente para lanzar las energías hacia un futuro mejor. Pero la esperanza no puede ser esperar continuamente. No es un don para los hombres inactivos, ni siquiera lo es para aquellos que se han dejado caer definitivamente ante las dificultades. La esperanza es una promesa, pero hay que luchar denodadamente para plasmar esa promesa. Ella

promete, nosotros realizamos.

Nuestra historia reafirma cómo el ser humano ha sobrevivido a lo largo de los años a situaciones difíciles: catástrofes, guerras, crisis económicas, etc. Nuestra especie resiste y sigue buscando la manera de avanzar. Está en nuestra naturaleza.

Según la mitología griega, Pandora fue la primera mujer, modelada a imagen y semejanza de los mortales por el dios del fuego, Hefesto, con la ayuda de Atenea. Fue ordenada hacer por el dios de dioses, Zeus, para castigar a los humanos, dado que Prometeo había intentado robar el fuego divino para proporcionárselo a los hombres.

Cada uno de los dioses del Olimpo proporcionó a Pandora una cualidad diferente, haciendo que tuviese una gran belleza, persuasión, habilidad y gracia. Aunque hubo algo que también se introdujo en ella, pero no por los dioses, sino por Hermes, su mensajero e intérprete de la voluntad divina, quien dotaría a Pandora del don de la mentira.

El mito de Pandora comienza en el momento en el que Zeus le entrega una caja para que se la lleve a Epimeteo. Dentro de la caja se encontraban todos los males existentes y tenía prohibido abrirla en ninguna circunstancia. Cada uno de los dioses del Olimpo proporcionó a Pandora una cualidad diferente. Pandora tenía una gran curiosidad y finalmente no pudo resistir la tentación de abrir la caja y, en ese momento, todos los males se escaparon y se alojaron entre el género humano.

Ante lo sucedido, Pandora tuvo miedo y cerró la caja, pero solamente pudo dejar un elemento sin escapar: la esperanza, lo que hizo que los humanos no la recibieran. Pandora, al darse cuenta de lo que había hecho, se mostró muy arrepentida y quiso intentar arreglar el mal que había hecho, por lo que se dedicó a ir ofreciendo a todos los hombres, uno por uno, la posibilidad de que estos contasen con la esperanza, lo único que le había quedado en su caja. ✍️



LAVAPIÉS, La LATINA y EMBAJADORES



Begoña
Núñez Fernández

Estamos viviendo unos momentos extraños, paradójicos. A las personas que serían más cercanas, incluso la familia, es preciso protegerlas suprimiendo las muestras elementales de cariño. Nada de abrazos, naturales y afectuosos, porque hay riesgo de un contagio oculto que nadie desea. Y porque esa es la trampa más diabólica de esta desconocida y traidora epidemia minúscula, invisible y que ni siquiera se manifiesta con síntomas evidentes en sus fases primeras, tan letales como propias de un espía inteligente, a pesar de ser una partícula que no tiene vida propia, salvo lo que obtiene de su huésped, nosotros cuando somos infectados sin saberlo.

Estos barrios son la muestra más clara de esa situación. Los contactos habituales actúan como en un pueblo. De hecho, esa es mi sensación en una ciudad tan extensa pero en un ámbito cercano. Los quiosqueros, las farmacéuticas y hasta el vigilante del supermercado me conocen tan a diario que sustituyen, con ventaja, a lo que sería el entorno de mi pueblo, yo diría que con más tranquilidad, aunque solo sea porque la información que tienen de lo cotidiano, en estos casos de los clientes habituales, es mucho más objetiva y profesional. Para contraste tengo que referirme a las circunstancias que comprobé en una escapada obligada a mi pueblo. Está a cuarenta kilómetros de Madrid, y el núcleo principal o son familiares o personas muy cercanas desde mi niñez.

Desde la proclamación del estado de alarma quedamos encerrados en casa. Salimos cada vez que hay que hacer alguna compra necesaria, con las protecciones exigibles, y no hay preguntas inútiles por lo que es evidente. Pero surgió un problema con el sistema de protección de la casa del pueblo y recibimos el aviso de que tendríamos que acordar la visita de un técnico para reponer el circuito de la alarma por la caída de contacto en los sensores de una de las puertas. Tenía que viajar en transporte público, sola y con un justificante que

Tan lejos, tan cerca



me enviaron al móvil. Sería una visita técnica, de reparación breve, pero el traslado supone una hora de trayecto en ambos sentidos. Y ahí empezó el choque diferencial. Soy por naturaleza muy afectiva, y sabía que tendría que tener contención para suprimir esas manifestaciones naturales de abrazo y besos. Y mis supervivientes más cercanos son ya no solo de la tercera edad, sino además como mi hermano para mayor riesgo, nonagenario e invalidado. Pero lo que marcó claramente la diferencia con el resto del núcleo de personas que me encontré camino de mi casa, fue la pregunta que es un modelo estupendo de esa dualidad de afecto/cautela: “¿A qué has venido?”, en sustitución un tanto descarada de “con este virus, ¿tú que haces aquí? Deberías haberte quedado en Madrid; podrías estar infectada sin saberlo y contagiarnos”. Por mi parte la explicación habría sido tan complicada y extensa que habría sonado a una excusa rebuscada. Por doble suerte no me encontré a nadie conocido, ni desde la parada del autobús hasta la casa (donde ya me esperaba a la puerta el técnico) ni de retorno.

Volví reflexionando en que, si hubiesen ocurrido alguno de esos encuentros inoportunos, habrían supuesto la prueba de esa contradicción entre la represión de los sentimientos naturales de cariño y al mismo tiempo el inevitable choque, entre la confianza en la cercanía y la desconfianza por el peligro oculto que en estos días todos, sin saberlo, llevamos como una bomba en la mochila. Y la segunda lección que ese traslado de urgencia e imprevisto me proporcionaba era que vivo en dos mundos, muy cercanos en lo geográfico y humano, pero al mismo tiempo muy alejados en las relaciones sociales que ahora se evidencian por circunstancias dramáticas. La prueba de esa distancia impuesta me vino a la memoria por la diferencia entre el fallecimiento de mi hermano Ángel, ocurrido días antes de la alarma, lo que nos permitió estar cerca en su despedida dolorosa, y ahora mi hermano Blas, que me tuve que volver a casa sin poderle dar siquiera un abrazo. ✍

Un pan como unas hostias



Javier J.
Herranz Aguayo


Cada vez que intentamos analizar lo que nos ha ocurrido, y cada vez que intentamos disponer de una información completa, alguien intenta desvirtuar y reducir a la nada esa intención. Yo no tengo relación alguna con el entorno de Vox y ni siquiera del PP o Ciudadanos, y si con ámbitos políticos, sindicales o sociales de izquierdas. En esos ámbitos se notan mucho las hipotecas intelectuales a las que se ven sometidas las gentes de partido, pero siempre la variedad de fidelidades ha asegurado cierto nivel de crítica y de profundidad en los análisis y en las opiniones. Ahora, esa diversidad se ha visto arrasada por la falta de libertad, por la fuerza de las consignas y por la censura pura y dura, justificada en la emergencia o en cualquier otra cosa que se quiera invocar.

No soy partidario de poner la prioridad en buscar culpables, sobre todo cuando la responsabilidad del enorme fracaso que hemos vivido es conjunta. Es incontestable que los datos de muertes o de sanitarios contagiados, por ejemplo, no nos permiten presumir de nada. Viviendo en Madrid, me queda claro que el Gobierno de la Comunidad o del Ayuntamiento tendrán responsabilidad en el estado previo de las estructuras sanitarias o de servicios sociales; en el caso de la Comunidad es fácil culpar al PP y sus políticas, y en el caso del Ayuntamiento es más difícil por el poco tiempo que llevan al frente Almeida y sus socios. Pero ese no es exactamente el tema que quiero tratar. El tema que motiva este artículo es que, ante todo intento de análisis y reflexión sobre lo ocurrido y las posibles salidas a esta situación, saltan de inmediato un ejército de talibanes echando espumarajos por la boca para exculpar al Gobierno de todo, y para señalar a Ayuso o a Casado como culpables de que todo se haya hecho mal o haya producido resultados desastro-

sos. A mí que se culpe a Casado o al Ayuso no me quita el sueño, pero ese dique de protección sobre la gestión del Gobierno y la acción de esa policía o esa inquisición ideológica me preocupan mucho más.

La situación de las residencias en la Comunidad de Madrid, seguramente, ya era un desastre antes del coronavirus, pero el enorme número de muertes sin atención no solo se ha producido en Madrid, como no ha sido solo en Madrid donde se han negado respiradores a enfermos con edades que hacían difícil su recuperación. Respiradores y camas de UCI que estaban disponibles en hospitales privados, que aunque podían haber sido intervenidos porque un decreto lo permitía



 Klaus Regling, director del fondo europeo de rescate (MEDE)

no lo fueron, dejando a cientos o miles de enfermos sin la atención hospitalaria que hubieran necesitado. Pero a mí no me interesa depurar responsabilidades, a mí lo que me interesa es que se reconozca que un sistema sanitario que no asegura la atención necesaria al 100% de la población es un fracaso conjunto. El mantra de los recortes oculta que esos recortes tienen mucho que ver con políticas compartidas por la derecha y la izquierda política, y con los años en los que no se ha permitido reemplazar a los que se han ido jubilando porque desde Europa esa senda de aus-

teridad es una condición obligatoria para obtener ayudas. Si, como dicen, hemos presentado la documentación necesaria para acceder al MEDE, la gente debe saber que en ese rescate ya se firman recortes e hipotecas. Y si eso es así, no entiendo por qué esa decisión no es pública y por qué no forman parte del debate y la reflexión conjunta.

Seguramente el Gobierno ha actuado como ha podido en una situación de emergencia, y lo mismo ha ocurrido con otros Gobiernos europeos del mismo o de otro color político; y el saldo de parados y de gentes desprotegidas nos dará los parámetros para valorar esas decisiones; pero, sobre todo, lo que es importante es que no tengamos miedo a analizar que las soluciones se producen dentro de un mismo sistema, y que la procedencia de los recursos empleados tiene mucha importancia. Si cada vez que intentamos entender y analizar nos limitamos a señalar con el dedo al PP o a Vox, y toda nuestra acción política se limita a difundir por redes lo que nos mola y nos hace gracia, estaremos haciendo exactamente lo mismo que ellos, y esas campañas por las redes serán muy agradecidas porque cada uno estaremos hablando para nuestro público, un público que nos jaleará y nos reirá la gracia.

El mismo FMI nos anima a pedir todo lo que sea necesario y a pagar una renta básica con cargo a deuda, nos dice que pidamos sin miedo lo que necesitemos y como uno de los supervisores del MEDE, seguramente, no pondrá grandes problemas si los firmantes del crédito se someten a su control y supervisión. A mí me parece que no estamos ante un problema de dinero, me parece que estamos ante un problema de control y de modelo económico futuro. Y mientras señalamos a Ayuso o a Abascal, nuestro Gobierno ya ha presentado los papeles para solicitar la hipoteca y, además, a ninguno nos han consultado sobre las condiciones del crédito. Estamos haciendo un pan como unas hostias. 

nación humana universal

LAVAPIÉS, ^{La} LATINA y EMBAJADORES

Rastreados



Miguel Ángel
Carreño Jiménez

Hoy día casi todos llevamos un espía en el bolsillo capaz de recordar nuestra vida hasta en los más mínimos detalles que nosotros mismos no somos capaces. Según Julian Assange “un teléfono móvil es un artilugio de vigilancia que también permite hacer llamadas”. Permanentemente conectado a las redes sociales guarda dónde estuvimos, con quién, qué opinábamos, dónde dormimos, qué compramos, qué nos gusta comer, cuántas pulsaciones dimos haciendo deporte e incluso las escenas de nuestros momentos más íntimos.

cambio de tener una mayor sensación de seguridad, a pesar de que esto pueda ser un espejismo que seguramente no cumpla la igualdad “menos libertad = más seguridad” y ciertamente nos pone en gran desventaja con respecto a los poderes establecidos.

La situación de pandemia desatada en el mundo es una situación nueva para todos los contemporáneos que compartimos estos tiempos de crisis progresivas. También para los gobiernos, empresas y ciudadanos de muchos países que no hemos sabido prever lo que se nos venía encima. Aunque en algunos círculos científicos parece que ya llevaban avisando tiempo es una situación por la que la mayor parte de la

confinamiento. Lo más llamativo es que estas sanciones están amparadas por una ley mordaza absolutamente antidemocrática cuya derogación debería haber sido una de las principales prioridades cuando se formó el nuevo gobierno supuestamente progresista.

En lo que llevamos recorrido de este siglo XXI me parece observar una deriva hacia el totalitarismo en todo el mundo, más acusado en democracias poco desarrolladas pero también cada día más presente en las democracias consolidadas. La tentación por controlar a las sociedades, con desigualdades crecientes, se está volviendo indispensable para la perpetuación de un sistema de poder que no resuelve los proble-



Con la pandemia de este coronavirus sentimientos como la angustia, el temor, la incertidumbre o la inseguridad hacen que bajen nuestros umbrales a la hora de permitir el control de nuestros derechos e intimidad. Es el momento oportuno para que consintamos la cesión de información personal muy delicada. Nos resignamos al control de nuestra movilidad, del derecho de reunión o de manifestación, sacrificándolo por un bien común como es la salud de todos. Nos aventuramos a perder grandes cuotas de libertad y derechos que han costado mucho conseguir a

población mundial no habíamos pasado antes y nos ha pillado sin reflejos. Solo experiencias anteriores en países que sufrieron el Sars-Cov o el Mers-Cov propiciaron respuestas más eficaces en algunas zonas.

Ahora toca salir del agujero de la forma menos perjudicial posible y parece que lo responsable es acatar las órdenes de las autoridades y recomendaciones sanitarias. Y así lo estamos haciendo en un porcentaje altísimo, lo que contrasta con los cientos de miles de propuestas de sanción (ya veremos cuántas prosperan) y miles de detenciones por saltarse el

mas de casi nadie y, más aún, hace peligrar nuestra existencia.

El desarrollo de las tecnologías actuales como el *big data*, la inteligencia artificial, la robótica, la geolocalización o el reconocimiento facial, aunque en principio sean utilizadas por causas justificadas, si no cuentan con mecanismos que permitan su fiscalización por parte de los ciudadanos dejan el camino despejado para consolidar sistemas de control social cuya puesta en marcha y manejo dependen de los diseños de gigantes tecnológicos, cuyos recursos superan en muchas veces el producto interior bruto ▶

Saliendo adelante



Eusebia Martín Jiménez

► de muchos países desarrollados. No es deseable impedir el desarrollo de estas tecnologías ya que su carácter beneficioso o destructivo vendrá dado por la dirección y utilidad que quieran darle las intenciones humanas. Pero sí deben surgir nuevos procedimientos para que nadie haga un uso tendencioso o abuse de esos nuevos medios contra sus propias poblaciones o las de los vecinos. Necesitamos mecanismos que eviten que las redes sociales puedan ser utilizadas para la censura, la persecución o la discriminación. Se impone profundizar las democracias y promover herramientas reales que eviten que el poder acabe en unas pocas manos y se torne arbitrario.

En el caso de esta pandemia el sentido común sugiere que una vez superada la crisis sanitaria terminen estos poderes especiales y que cesará inmediatamente el empleo de los medios de control social por parte de las autoridades. Porque si lo que interesa es que todos estemos saludables lo que deben hacer los poderes públicos es dotar generosamente de profesionales y medios a la sanidad pública que es la que, con diferencia, responde de manera universal cuando las cosas se ponen difíciles.

Otro peligro importante a evitar debe ser la estigmatización de personas debido a su estado de salud, más aún cuando podemos ser geolocalizados y todo el mundo puede saber dónde estamos y si estamos enfermos. Esto puede ser aún peor si a administraciones, empresas y aseguradoras se les permite el acceso a nuestros historiales médicos confidenciales.

Sin embargo, y como contrapunto, sabemos que la vida se abre paso por acierto y error allá donde se manifiesta y que busca el crecimiento y el aumento de su complejidad. Y el espíritu humano, siempre latente, como manifestación consciente de esa vida que se abre paso no se dejará doblegar por la negación de la vida ya que su sentido de liberación le lleva a romper sus propios límites. 🖊️

Esta mañana ha habido un pequeño accidente, y yo no he dicho nada pero me he encontrado con el desayuno por encima. La persona que trae el desayuno ha dado un traspíe y todo ha salido por el aire. Se ha arreglado, yo he tomado mi desayuno un poco baqueteado, pero bien. Lo siento por la chiquilla, que estaba un tanto apurada (aun a sabiendas de que yo no iba a decir nada, a no ser quitar hierro). Final feliz.

El día, como otro cualquiera, con sus altos y bajos. La comida a las dos, como siempre puré batido de carne o pescado (o huevo, arroz y zanahoria) y de postre flan o helado o natillas o batido. Después, a reposar y hasta la merienda, café con leche semi, galletas (yo me como un paquete) y la mermelada. Luego, vuelta a la rutina hasta la cena. Entretanto, pidiendo a Dios para que nos ayude a salir de esto y ser un poco mejores y aportar en todo lo posible.

Mi experiencia hospitalaria un tanto aburrida: cuatro paredes, un servicio y dos armarios. Ahora estoy acompañada, la compañera es fabulosa, bastante más joven que yo (unos 20 o 30 años) y siempre pendiente de si puedo abrir las botellas y de las pastillas. Trabaja con pacientes, pero ahora le ha tocado ser uno de ellos.

Es lo mejor que me ha podido pasar dentro de este caos, del que saldremos con la ayuda de Dios y tanto voluntario dispuesto a dar sus vidas por las nuestras. Me refiero a médicos, sanitarios, desde el “capitán doctor” hasta el último de la lista. A todos, nuestro agradecimiento por tanta dedicación y cariño. Hasta el punto de dar sus vidas por las nuestras (me repito). A todos, mil gracias. Entre todos y con la ayuda de Dios saldremos adelante.

Tratando de ser mejores, más sanos, más humanos y lo mejor posible para salir de esta. Dios lo quiera, pues sin él no somos nada. Una vez más, gracias a tanto valiente que está luchando por salir de esta situación.

Un hurra, hurra por tanto valor. Gracias. 🖊️

Todos hemos sido tocados



RESILIENCIA

Todos hemos sido tocados por la Crisis



Bertha Pérez Q.
Mediadora Intercultural
Oasis Center

“Cuando mi sufrimiento se incrementó, pronto me di cuenta de que había dos maneras en las que podría responder a la situación: reaccionar con amargura (resistencia) o transformar el sufrimiento en una fuerza creativa (resiliencia). Elegí esta última” (Martin Luther King).

Hemos abandonado nuestras rutinas cotidianas, perdimos la noción del tiempo, no sabemos si es lunes o jueves. Una sensación de “sentirnos bloqueados”. Ya he hecho de todo en casa, ahora ¿qué más hago? ¿Vuelvo a lavar las cortinas por tercera vez? Son los síntomas más comunes del trastorno de ansiedad y muchos de nosotros lo vivimos.

Los días pasan y, mientras aumenta la incertidumbre en muchos, ¿qué va a pasar con su futuro laboral y familiar? Observamos a diario una España que llora en silencio a sus muertos. Nos preparamos para retomar nuestras rutinas, pero nada será igual que antes. Tendremos que luchar con las secuelas

anunciadas por los psicólogos, al salir del confinamiento.

¿Cómo dicen que seremos después de la cuarentena? Una sociedad con...

- Miedo a contagiarnos o a contagiar a otros
- Aprensión para mezclarnos con otras personas
- Aumento de fobias
- Desconfianza obsesiva
- Preocupaciones financieras

“Nos cuesta estar muy solos”, como dice la canción de La Oreja de Van Gogh que tanto hemos oído durante este tiempo de confinamiento. La soledad nos debilita y baja nuestras defensas tanto físicas como emocionales.

Un equipo de psicólogos del King’s College de Londres, liderado por Samantha Brooks, ha publicado un estudio en la revista *The Lancet* sobre las consecuencias psicológicas de las cuarentenas, basado en pandemias anteriores.

La Dra. Brooks nos advierte: «La ansiedad, la ira, la frustración, el miedo o el insomnio se pueden prolongar entre cuatro y seis meses después de una cuarentena. Y síntomas de estrés postraumático o ▶



► un abuso de alcohol o drogas relacionados con el episodio son detectados hasta tres años más tarde».

Hemos sido diseñados para socializar, para compartir con otros. Esto hace parte de nuestra salud mental.

A comienzos del siglo XX la palabra *resiliencia* comenzó a sonar, aunque el origen del concepto lo encontramos en la física, en la capacidad que tienen algunos metales para doblarse y luego volver a su posición original cuando la presión sobre ellos ha desaparecido.

¿Qué podemos aprender del junco?

Sobreponernos ante la adversidad es algo que surge de nuestro interior, es volvernos “como el junco, que se dobla pero siempre sigue en pie”, y no sé si conoces la historia.

Cuenta la leyenda que una vez un hermoso y fuerte roble se sentía orgulloso de su poder y fortaleza. Se burlaba del junco que estaba a su lado, diciendo “yo soy grande y tengo poderosas ramas. ¡Qué pequeño e insignificante eres!”. El junco pasaba de esas palabras, pero sí que le daba pena la vanidad del roble.

Una noche, de manera inesperada, llegó la tormenta, azotando con sus fuertes vientos todo a su paso. El roble resistió todo lo que pudo, intentando vencer a la tormenta con toda la fortaleza que sabía que tenía. Mientras que el junco, sabiamente, se movía con la dirección del viento, de manera flexible. Al día siguiente el roble yacía inerte en el suelo, arrancado de raíz, mientras que el junco había salido ileso ante la sorpresa del roble, que no entendía cómo siendo tan débil su vecino había sobrevivido a la tormenta.

¿Se puede entrenar la resiliencia?

Sí. Podemos compararla con un músculo que podemos ejercitar... Y al que también podemos lesionar si abusamos de la presión.

La resiliencia es la capacidad para mantener el equilibrio de las emociones a pesar del suceso traumático que estemos viviendo. No se trata de rechazar ni negar el problema, se trata de resistir y continuar. Se trata de avanzar con valentía y encontrar enseñanzas preciosas que no solo van a enriquecer nuestras vidas como también las de los demás.

La resiliencia es por tanto un don divino, mucho más fácil para personas familiarizadas con el ejercicio de la fe, desarrollando así la Inteligencia Espiritual.

Contar con amigos de confianza a quienes tengamos la libertad de abrir nuestro corazón es muy saludable. Tener un mentor, persona a quien admiramos por su estilo de vida, que nos inspira y anima a continuar en los peores momentos. Los verdaderos amigos son medicina para nuestra salud mental.

Otro factor clave para ejercitar la resiliencia es el desarrollo de un buen sentido del humor. Multiplica las endorfinas en nuestro organismo.

La psicología la define como la capacidad del ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, superarlas e, incluso, transformarlas en positivas.

Características de una persona resiliente:

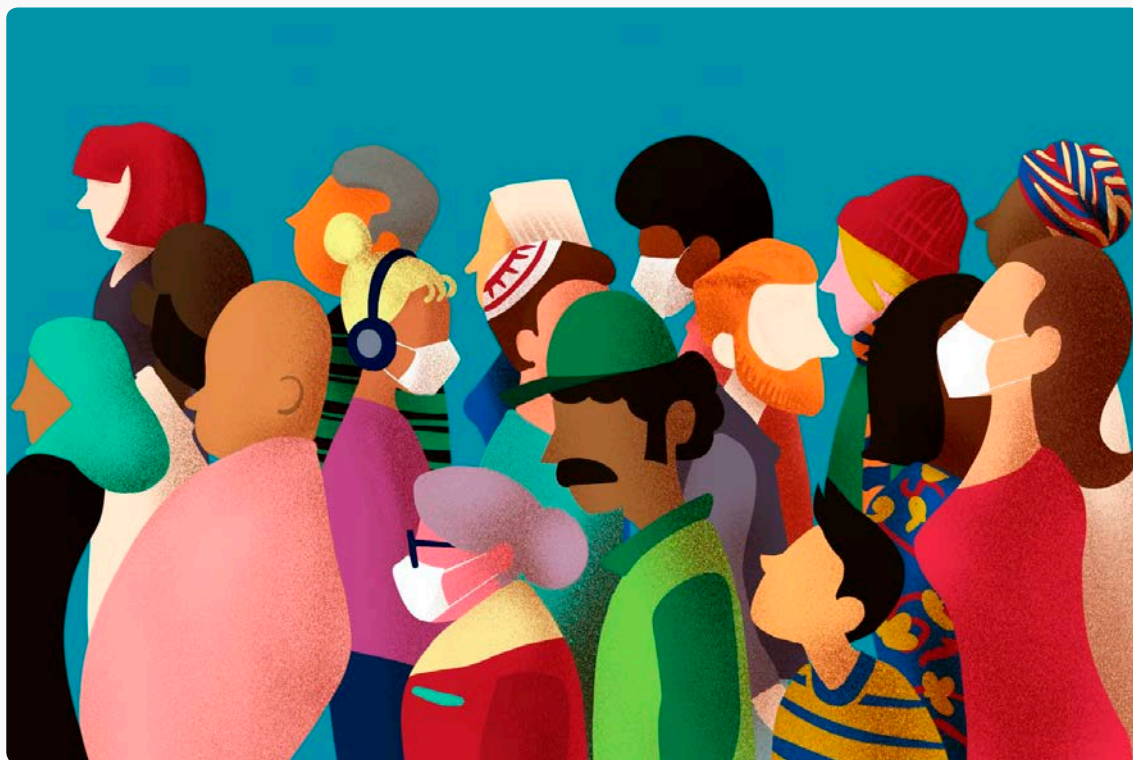
- Empatía
- Solidaridad
- Buen sentido del humor
- Conoce sus fortalezas
- Capacidad creativa
- Flexibilidad
- Capacidad para resolver situaciones difíciles
- Adaptabilidad al cambio
- Reingeniería: capacidad de aprender cosas nuevas
- Reconoce el valor propio y el de otros

Hace unos días escuchaba a un japonés. Él hablaba del significado de un carácter fuerte y decía que nosotros, los occidentales, cuando hablamos de una persona explosiva o inflexible la describimos como poseedora de un "gran carácter" o de tener una "personalidad fuerte", mientras que para los japoneses no es así. Para ellos quienes gritan, alzan la voz, humillan o manifiestan explosiones de ira y enojo no son fuertes en lo absoluto: son terriblemente débiles y frágiles, al punto que no pueden gobernarse a sí mismos. Decía que, detrás de un gran enojo, existe una profunda tristeza o una persona llena de miedo.

El cambio hace parte de la vida, ¡acéptalo!

Volveremos a encontrarnos, hay muchos cafés pendientes. Mientras tanto, seguimos aprendiendo para ser mejores seres humanos. Eso sí, esperamos que a partir de diciembre haya aumento de la población, un Baby Boom. Está por nacer una nueva generación, fruto de compartir de nuevo en un ambiente de familia. ☺

El colapso del sistema: nadie atrás



Conchi Villanueva

En los últimos algo más de dos meses hemos escuchado al Gobierno decir que *nadie quedaría atrás*. Pero la situación actual que vive el país con la pandemia deja fuera de toda medida, de toda protección, a colectivos precarios y vulnerables. Grupos sociales ya de por sí invisibilizados, expuestos a una soledad mayor, al miedo, al aislamiento, la explotación, a la enfermedad. Personas a las que el COVID-19 “estrangula” social y económicamente ante su falta de papeles, obligándolas a pedir ayuda de forma silenciosa. Un silencio que, por otra parte, nos lleva a ignorarlas, a no verlas, no prestarles atención. Como si aquello que no veo, de lo que no se habla, no existiera. Pero existen, están ahí, estamos ahí.

Hablamos de las personas migrantes, de los manteros, lateros, trabajadoras del sexo, trabajadoras del hogar sin papeles y que no forman parte de ese “nadie” que no quedará atrás.

Muchas de estas personas se aferran a redes de apoyo (de fami-

liares, de compatriotas,...) debilitadas más aún por la crisis sanitaria. No pueden salir a trabajar y tampoco acceder a las ayudas porque no tienen papeles. Algunas de estas personas acaban de llegar y no tienen nada. Otras llevan en España desde hace más de 10 años y aún no han logrado regularizar su situación. También están quienes han visto como su proceso de regularización actual se ha visto parado por el COVID-19. La Ley de Extranjería no les pone fácil los contratos laborales, responder a las exigencias para demostrar su arraigo. No responde en definitiva a la realidad y necesidad actual.

Mientras una gran parte de nuestra sociedad vive un confinamiento y una desescalada en sus casas, con las necesidades básicas cubiertas con plataformas como Netflix —que han aumentado beneficios—, las personas que antes sobrevivían con lo que lograban cada día (con sus mantas en nuestras calles llenas de mercancías variadas) ahora se ahogan en un sistema, una administración, donde la justicia social no se aprecia.

Son muchas las organizaciones no gubernamentales y las asocia-

ciones que están pidiendo su regularización porque la misma les permitiría acceder a un ingreso mínimo vital, visibilizaría a todas estas personas, todas estas realidades. Pero parece que la regularización solo se ha planteado para aquellos casos que suponen una transacción mercantil que genera beneficios, para esos migrantes que se requieren de cara a fortalecer el sistema sanitario y agrario, entre otros.

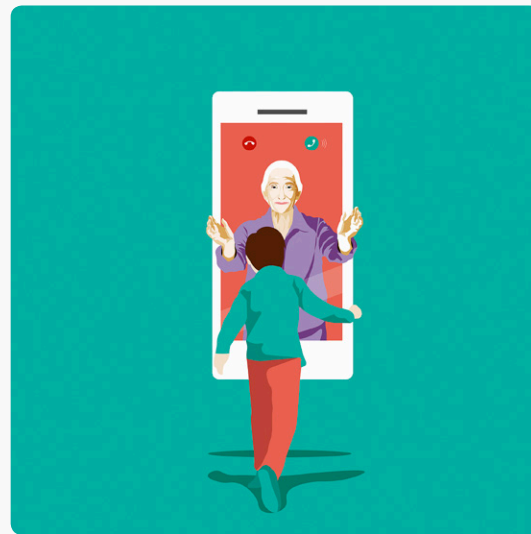
Muchas de las trabajadoras del hogar se hallan en la economía sumergida. No pueden presionar a sus empleadores por temor a perder sus trabajos. En ocasiones son despedidas por teléfono. Algunas llevan tiempo sin cobrar y no pueden acceder a las ayudas. Quienes trabajan como internas han visto aumentadas sus cargas laborales, ya que los hogares de sus empleadores se han visto completados con otros familiares que han acudido al hogar. Un hogar donde las tareas no cesan, la jornada laboral se ha incrementado, donde los fines de semana desaparecen. En ambos casos, la carga emocional es muy alta. Muchas de estas mujeres, muchos de los migrantes que se hallan en nuestro

Confío en que sí

► país, tienen personas a su cargo (familiares mayores, menores...). No solo aquí, también en sus países de origen, por lo que esta crisis ahoga en ambos lados. Ahora, sin posibilidad de trabajar, sin posibilidad de acceso a las ayudas del Gobierno, con la situación de precariedad por estar sin papeles, no solo ven incrementada su vulnerabilidad y precariedad personal, sino que la misma trasciende fronteras, pues esas familias que dependen de ellas (esos medios de vida familiares, procesos educativos que permiten subsistencias en sus países de origen) ven cortados flujos económicos que repercuten en los procesos de desarrollo iniciados. Un doble impacto de retroceso, de exclusión, que el COVID-19 fortalece.

Con la crisis sanitaria, las trabajadoras del sexo han tenido que dejar sus zonas de trabajo. Muchas de ellas en la calle, ya que el riesgo a las multas y las detenciones las han ido disuadiendo. Como en las realidades anteriormente presentadas, muchas de ellas no tienen papeles, por lo que no acceden a los servicios sociales ni a las ayudas. Ahora más que nunca están expuestas a abusos, los cuales tienen miedo de denunciar. El descenso, el parón de su actividad económica (que muchas veces les garantiza una subsistencia día a día) dificulta además el pago de alquileres, incrementa sus deudas hipotecándolas muchas veces más allá de lo económico, como mercancía con respecto a las cuales “el otro” se considera con derecho. Quienes las ayudan en ocasiones abusan de ellas, siendo consciente de su necesidad. Pero su exposición a la denuncia, a la expulsión, las inmoviliza.

Para muchas de estas personas desgraciadamente no es nuevo vivir con miedo. Pero ahora el miedo se ha extendido. Somos muchos quienes vivimos con ese miedo. La situación económica y social que ya vivimos nos introduce en una realidad en la que se compite, en un sistema colapsado. Se corre el riesgo de desplazar más aún a estas personas al abismo y al olvido. 🖋️



📷 Ilustración en unplash. Llamamiento global de las Naciones Unidas a las creatividades



Loly
Redondo Corrales

Hace ya 7 semanas que no tenemos roce social. ¿Lo echamos de menos? Muchísimo.

A los que estamos confinados con nuestra familia nos gustaría escuchar voces distintas, otras risas. Pero el que está solo en casa... necesita volver a oír.

Es extraño compartir sentimientos y sensaciones a través de una pantalla de ordenador o una aplicación de móvil.

El contacto diario nos hacía sentir cerca a nuestros amigos, cada uno con su libre pensamiento y opinión, con nuestras discusiones y voces altas, pero que terminaban con un beso o apretón de manos y un “hasta mañana”. Ahora se sigue con las discusiones (quizá más que antes) virtuales, también con el “hasta mañana”, pero ese abrazo, ese apretón de manos que ahora no nos damos..., ¿cambiará esa amistad?, ¿marcará el reencuentro?

Deseo que si lo hace sea para mejorarnos, haber descubierto que nos necesitamos, que los sentimientos han cambiado, pero para ser más grandes y fuertes.

Pienso en los que ya eran vulnerables, en los que ahora han caído en esa situación. ¿Cómo retomarán la “nueva normalidad”? ¿Estará la sociedad preparada y dispuesta para echar una mano?

Nuestro hijos, da igual pequeños o adolescentes, están perdiendo tiempo de contacto con su alrededor. ¿Sabrán retomarlo sin egoísmo o sin complejos por la nueva situación a la que se enfrentarán?

Los mayores, esa generación que nos ha dado, nos da y nos debería seguir dando tanto cariño, experiencia y saber. ¿Estamos a la altura de entregarles lo que necesitan? ¿Sabremos recompensarles el miedo que están pasando?

Ojalá el ser humano se convierta en eso, en humano, y seamos capaces de ayudar a curar la herida tan grande que va a quedar en nuestra sociedad.

Todos nos vamos a necesitar. ¿Sabremos mirar al frente? ¿Ser valientes y entregados? Confío en que sí. 🖋️

'Morosidad': castigando duramente a no culpables



Carlos A.
Gómez Hernán

Con ocasión de los pronunciamientos y las continuas y duras actuaciones que se dirigen contra quienes se ven reducidos a vivir de alquiler, y no en viviendas propias, puede oírse con frecuencia que se acuse a los que de ese modo viven de una preconcebida y malintencionadamente interesada voluntad de incurrir, a su ventaja y beneficio, según se dice, en lo que se tiene y se reprocha como "morosidad", al darse alguna falta de pago de la renta del alquiler o, simplemente, algún posible retraso en dicho pago.

Pero es lo cierto que tal "morosidad" en ello consistente, y así entendida, tiene muy malas consecuencias para quienes a ella se ven conducidos, bien a su pesar, pues se trata de algo que no ocurre sino por unas u otras dificultades económicas que puedan sufrirse para hacer frente al pago de esas rentas, lo que, naturalmente, se ha extendido y acentuado muchísimo con las cuantías cada vez más abusivas y usurarias de estas, a impulsos de una desatada especulación, impuesta por los sucesivos gobiernos, en tan-

to en cuanto no la han frenado y evitado con firmeza, como era su obligación y tenían que haberlo hecho hace ya mucho tiempo.

Tales faltas de pago o meros retrasos en el abono de esas rentas tienen un tratamiento sumamente leonino y encarnizado, a causa de las antisociales y draconianas leyes (o, más bien, antileyes) que, en esta materia, como en tantas otras, se nos han impuesto en los presentes tiempos que nos está tocando atravesar y padecer. Así, los "morosos" (que lo son a la fuerza y que bien quisieran no serlo) resultan ser condenados al enorme trastorno y los enormes daños del desahucio, y no solo si la falta de pago efectivamente se consuma,

sino por simples retrasos en ese pago. Lo que lleva a que, aunque los retrasos se subsanen y el pago se produzca, sean aplicables acciones legales para que el desahucio, el desalojo forzoso, no se detenga y se lleve a efecto, a manos de

los juzgados y la policía.

Pero es que, además, si de hecho hay alguna renta que quede, realmente, sin pagar, o cualquier débito del desahuciado, de cualquier cuantía, que pueda quedar pendiente, entra en juego el artículo 1966, 2, del Código Civil, que tiene establecido un plazo especialmente largo —cinco años— para las reclamaciones legales de deudas provenientes de arrendamientos, tanto rústicos como urbanos y, por tanto, del alquiler de viviendas. E incluyendo, esas reclamaciones, el principal de la deuda más intereses, recargos, costas judiciales, etc. Para el cobro de todo lo cual, puede ser demandado y embargado durante esos cinco años el que, en algún momento, haya sido víctima del desahucio por encontrarse en situación de unas u otras dificultades económicas, tan facilitado por la enorme demasía de las rentas de los alquileres que, injustísimamente, se viene permitiendo que exija e imponga el agiotaje de la especulación con bienes de primerísima necesidad, como en esto sucede. Y, para colmo, existen los llamados "registros de morosos" en los que, contraviniendo

los más elementales derechos a la protección de datos, se incluyen, con exacerbado ensañamiento, a quienes hayan podido sufrir aquellas dificultades económicas en el pago del alquiler. ✍



Fotografía de Yuliya Kosolapova en unplash



Convergencia de las Culturas



LAVAPIÉS, ^{La} LATINA y EMBAJADORES

		
		
		
	<p>Apoyo escolar por WhatsApp, Skype, Google Meet... ¡Conéctanos y nos ponemos de acuerdo!</p> <p>educacion@convergeniadeculturas.org</p>	 <p>Convergencia de las Culturas Lavapies - Proyecto Educativo ESO y Bachillerato</p>

Asociación Becha Wear (Unión de Africanos en España) en acción solidaria en Lavapiés



Besha
Sita Kumbu

Desde la asociación Becha Wear nos hacen llegar el testimonio de varios de sus integrantes sobre la labor que están haciendo en el barrio de Lavapiés:

Mi nombre es Besha Sita Kumbu, tengo 35 años, soy modista, y originaria de la República Democrática del Congo. Tengo una tienda de moda africana que se ha reconvertido en un banco de alimentos. Está gestionado por la asociación Becha Wear (Unión de Africanos de España), de la que soy presidenta. Al surgir la emergencia del COVID-19 las personas que son parte de nuestra asociación se han visto afectadas, al no poder sobrevivir por la situación. A raíz de esto, hemos impulsado el proyecto con una donación para poder empezar a repartir la comida en la calle Esgrima, 5. Empezamos el día 29 de marzo y hemos visto como, día tras día, las personas que nos solicitaban ayuda han aumentado; empezamos el proyecto con 20-30 familias, y a día de hoy sumamos más de 700 familias de alrededores de Madrid, muchas de ellas del barrio de Lavapiés. Atendemos a familias de todas las nacionalidades.

Hemos llegado a un momento en el que tenemos más pedidos y menos donaciones. Lo bueno de este proyecto es que nosotros, siendo africanos, ya hemos hecho esto desde nuestra infancia. Me refiero al hecho de compartir lo que tenemos con los vecinos y con toda la gente que nos rodea, ya que nos encontramos con esta situación aquí en Madrid, la ciudad que nos ha acogido y que sigue acogiendo a los que están llegando. Nos toca también ayudar a nosotros.

Soy Jerome, originario de Camerún, y secretario de la asociación. Quería ayudar a la gente que lo estaba pasando mal con esta situación. Esta idea vino como



una estrella a mi cabeza. Ahora tenemos un grupo de gente joven que tiene energía y quiere ayudar. Es bueno que nos juntemos para participar de manera positiva en esta pandemia, haciendo reparto de comida a las personas que más lo necesitan. Al principio teníamos miedo porque es la

primera vez en Europa.

Hay muchas personas que piensan que tenemos apoyo de alguna empresa, pero no es así. Damos lo que tenemos: hay voluntarios que nos dan dinero o alimentos. Con ello nos organizamos para comprar la comida.

Por ello, lo que entregamos una semana puede ser diferente de lo que dimos la anterior, o lo que daremos la siguiente.

Todo eso lo hacemos desde el corazón. La asociación no está pagando a nadie para hacerlo, nosotros tampoco cobramos.

Después de la pandemia no sabemos si la gente va a seguir donando; pero, si es así, seguiremos reparando comida.


Me llamo Aziz Elessa, también soy de Camerún, y soy miembro y voluntario de la asociación. Estoy dispuesto a ayudar en la asociación, en el reparto de alimentos que recibimos como donación para apoyar a los habitantes del barrio de Lavapiés, La Latina, Tirso de Molina, entre otros, los más necesitados durante esta crisis del COVID-19. Nuestra asociación es muy nueva, llevamos poco más de un año, y esta es la primera vez que realizamos una iniciativa como esta.


Pero esta crisis deja a muchas familias sin ningún recurso, por lo que estamos contentos de realizar esta labor, ya que tenemos el objetivo de apoyar y ayudar a las personas.

Esta iniciativa, dependiendo de las donaciones y los diferentes apoyos que recibamos, podrá seguir aún después de la crisis. Creo que siempre habrá gente de Lavapiés y de otros barrios que necesitarán esta ayuda.


La asociación y yo lo hacemos con alegría.


Estas son las formas de contacto:


 beshawearoficial@gmail.com

 Becha 602070678

 Greta 603328019

 Beshawear Facebook

 Beshawear Twitter

 Beshawear Instagram



ONG Regalos de Amor Comedor Solidario en India. Emergencia Covid-19



María Rosario Cases Arce.
Fundadora y presidenta

La pandemia del Covid-19 nos está afectando a todos, pero está siendo especialmente severa con las personas más vulnerables, y eso lo hemos podido comprobar en India, país donde Regalos de Amor está colaborando con proyectos al desarrollo. Una de las consecuencias del confinamiento en todos los países es la imposibilidad para las personas sin recursos de conseguir comida. En España vemos como una parte de la sociedad, que son nuestras vecinas y vecinos, están viviendo una situación económica desfavorable que hace que sus recursos hayan desaparecido y tengan que solicitar las ayudas que los estamentos gubernamentales poco a poco van implantando para poder llegar a todos. Como país del “primer mundo” el engranaje social hace que se ponga en movimiento la solidaridad y el apoyo a todos los niveles: particular, entidades de ayudas (bancos de alimentos, comedores sociales...), empresas solidarias, fundaciones, oenegés... Una unión que permite compartir nuestros recursos desde una posición más afortunada: en cuanto somos conscientes de lo que podría significar vivir en nuestras carnes lo que estas personas están pasando despertamos desde nuestro corazón y nos ponemos en acción.

En India, millones de personas trabajan en condiciones precarias en la construcción, venta callejera, recolección de basura, trabajo doméstico... Los recursos que consiguen diariamente son los que les permiten atender las necesidades básicas de su entorno familiar. El aislamiento les está impidiendo llevar una comida a la boca. Los mendigos no pueden conseguir alimentos porque no hay nadie en las calles que les dé limosna o un plato de comida. Todas es-

tas personas que se encuentran en situación de total desamparo no cuentan con ayudas sociales, como en nuestro país. Ahora mismo su principal enemigo no es el virus sino el hambre.

La ONG Regalos de Amor de España lleva un año haciendo estudios de las necesidades en Gaya, distrito que se encuentra en Bihar, uno de los estados de la zona noreste de la India.



Ha firmado convenios con entidades locales para apoyar el desarrollo de proyectos que ayudan a crear puestos de trabajo a mujeres de la zona.

Ante la situación de alarma generada por la pandemia, uno de nuestros voluntarios locales, Sikandar, nos explicó cómo estaban viviendo el estado de alarma en su zona y que por la falta de comida para las personas más pobres se habían organizado con recursos propios para hacer lle-

gar una comida al día al máximo de vecinos que pudieran. Desde España decidimos apoyarles poniendo en marcha un Comedor Social para dar respuesta a esta emergencia.

Después de varias semanas el grupo de voluntarios en India ha ido creciendo con personas que están dispuestas a entregar su tiempo y su gran corazón al servicio de los demás. Hombres, mujeres y adolescentes están demostrando que la solidaridad es más contagiosa que el virus.

Nuestro equipo se desplaza todos los días a las aldeas para aliviar el hambre de muchas personas. Les abastecen con platos cocinados y bolsas de alimentos para que puedan cocinar las familias que tienen lugar para ello.

Hasta el 5 de mayo hemos llegado a 23 aldeas, entregando 5.650 comidas cocinadas y 249 bolsas con las que se alimentan 1.743 personas. En total 7.393 personas beneficiadas.

Con el esfuerzo por parte del equipo de Regalos de Amor en India, la campaña puesta en marcha desde España para la recaudación de fondos económicos y, sobre todo, con el apoyo de muchos colaboradores, estamos manteniendo este Comedor Social desde primeros de abril. Continuaremos con él en funcionamiento hasta que termine la orden de confinamiento en ese distrito.

En estos momentos en que la humanidad sufre esta pandemia, las personas de todas las razas, creencias e ideas políticas se unen a través de la generosidad. Ella da a todos el poder de hacer un cambio positivo en la vida de los demás.

¡Tú también tienes ese poder! Colaborando para mantener abierto el Comedor Social en la India, seguirás ayudando a miles de personas.

¡Necesitan tu ayuda!

Más información en nuestra web:

www.regalosdeamor.org

Y en nuestro Facebook:

[ongregalosdeamor](https://www.facebook.com/ongregalosdeamor)

La tumba de Seti I



Francisco
José
Garrido

La tumba de Seti I fue hallada por el arqueólogo italiano Giovanni Belzoni el 16 de octubre de 1817 en el Valle de los Reyes. Su sarcófago es uno de los más bellos hallados hasta la fecha y su tumba muestra una decoración no vista hasta la fecha, siendo la primera enteramente decorada, no solo la cámara sepulcral.

Adentrarse en la tumba de Seti I es hacerlo en una de las tumbas más bellas halladas hasta el día de hoy. Pintada casi por completo, incluidos pasillos y cámaras, con un sinfín de motivos iconográficos, la tumba de este faraón estableció una serie de precedentes, como vamos a ver a continuación.

Los dos primeros pasillos se decoraron con los textos de la letanía de Ra, invocando al dios solar a través de 75 nombres distintos. Además, en el segundo pasillo aparecen imágenes del Am Duat, hecho que reviste gran importancia porque hasta ese momento estas escenas solo eran representadas en la cámara funeraria. El foso de la tumba se decoró con imágenes del soberano frente a los diferentes dioses que lo recibían en la otra vida.

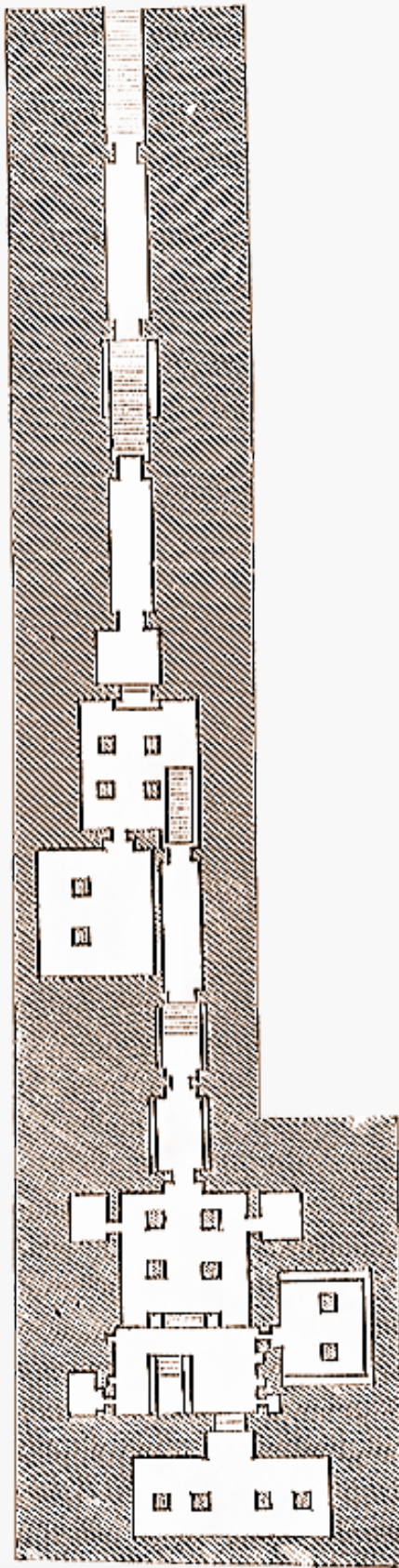
El Libro de las Puertas es una colección de conjuros mágicos que tenían como objetivo permitir al difunto hacer frente a los demonios y poderes

del Inframundo egipcio. Estos conjuros le permitían conocer el nombre de los guardianes de las puertas que le facilitaban el acceso, sin el cual su viaje quedaba detenido. Estos textos fueron hallados decorando tanto el sarcófago de Seti I como el recibidor de la sala de los cuatro pilares.

Tras esto se debían atravesar la sala de los dibujos que estaba inacabada, y después la sala de las bellezas que recibía este nombre por la belleza y precisión de sus dibujos. Por desgracia, casi todo el color de esta sala se perdió debido a las malas técnicas utilizadas para documentarla tras su descubrimiento.

Por último, nos encontramos con la cámara sepulcral de Seti I, que se divide en dos, con una pequeña cámara situada a la derecha donde podemos ver la representación de la vaca celeste. En la cámara sepulcral podemos observar diversas escenas que van desde las incluidas en el Libro de los Muertos hasta unas nuevas imágenes que introdujo Seti I: la bóveda astronómica.

Para los antiguos egipcios el cielo nocturno se dividía en “decanas” o grupos de estrellas. El calendario egipcio estaba conformado por 36 decanas, que por primera vez aparecían representadas en una cámara sepulcral junto a algunas de las principales constelaciones, que serviría como fuente posterior para el estudio de la astronomía en el antiguo Egipto. ✍



Plano de la tumba de Seti I

Los vecinos de Lavapiés responden a la emergencia social repartiendo alimentos en el Teatro del Barrio



La Plataforma La CuBa Lavapiés Cuidando del Barrio está compuesta por vecinos y vecinas que se han apoyado en organizaciones como Teatro del Barrio, el Club de Fútbol Dragones de Lavapiés, la Red de Cuidados Madrid Centro o un Micro para el Sáhara, con el afán de ayudar en este tiempo de emergencia. Ante el obligado confinamiento, la hibernación de la actividad y la lenta y escasa respuesta de la Administración, los ciudadanos

han reaccionado espontáneamente, conformando un banco de alimentos ubicado en el Teatro del Barrio (calle Zurita, 20), que ya entrega productos de primera necesidad a más de 500 familias (cerca de 2000 personas en total). Existen actualmente 983 peticiones de ayuda —unas 30 nuevas cada día de media— y en 400 de esos hogares hay menores. La plataforma reúne a todos los colectivos y personas voluntarias

que hacen posible que se ofrezcan “cubas” (cestas) con alimentos, productos de higiene y de primera necesidad para unidades familiares que previamente solicitan ayuda y que son amadrinadas por una red organizada de 30 personas que hace seguimiento de la evolución de sus necesidades. Al día acceden 70 familias a ellas.

También se reparten unas 30 comidas diarias a personas en situación de calle gracias al apoyo de otras asociaciones, como Plaza Solidaria, Sol y Barrio de las Letras, y la cocina del restaurante La Lorenza. El Banco de Alimentos del Barrio (BAB) provee a La CuBa de muchos de los productos, pero también son otros vecinos quienes donan parte de sus compras en puntos establecidos en el mercado de San Fernando, el de la Cebada o en otros pequeños comercios y supermercados del barrio. A partir de este 28 de abril se podrá colaborar económicamente a través de la web de la plataforma: www.plataformalacuba.org

Para más información y solicitud de material:
plataformalacuba@gmail.com
 Tfno.: 692 848 644
 610 401 221

Voluntarios por Madrid

Con el Estado de Alarma, Voluntarios por Madrid ha estado preparando a sus voluntarios y voluntarias para actuar en caso de emergencia y ha diseñado iniciativas para cubrir necesidades derivadas del aislamiento y el distanciamiento social, sobre todo para personas mayores al ser uno de los colectivos de riesgo.

Llamadas a nuestros voluntarios y voluntarias mayores: Nos preocupamos de establecer contacto con cada uno de ellos con el objetivo de conocer su situación personal y mostrarles apoyo para sobrellevar la situación.

Buena vecindad: Cualquier persona que lo desee ofrece ayuda a las personas mayores o con algún

tipo de dificultad que residan en su comunidad, en tareas como bajar la basura, pasear al perro y comprar el pan u otros artículos de primera necesidad.

Minutos en compañía: Junto con la entidad Adopta un Abuelo, consiste en un teléfono gratuito al que pueden llamar todas aquellas personas mayores que se sientan solas. El objetivo es brindar apoyo emocional durante la situación de emergencia sanitaria.



Cerramos nuestras oficinas y actividades hasta nuevo aviso

Pero seguimos dispuestos a actuar

voluntariospormadrid@madrid.es

#YoMeQuedoEnCasa
 #NoSonVacaciones



Si estás interesado/a en colaborar, mándanos un correo con tus datos de contacto a voluntariospormadrid@madrid.es o accede a nuestra comunidad virtual para hacerte voluntario/a.

Seguimiento de los mayores durante el confinamiento, en el distrito Centro

Los servicios sociales del distrito Centro han reforzado el trabajo de atención que desempeñan a lo largo de todo el año al colectivo de personas mayores y que, por su situación de aislamiento social durante el confinamiento a causa de la crisis sanitaria provocada por el coronavirus, son ahora más vulnerables. Esta labor forma parte del programa de apoyo psicosocial a personas mayores, a través del cual se inten-

ta acompañar a aquellas personas de más edad que, en la mayoría de los casos, carecen de redes familiares y sociales.

En estos momentos de crisis sanitaria, el equipo de este programa de apoyo psicosocial a personas mayores cuenta con dos psicólogos y un terapeuta ocupacional. La labor de estos profesionales persigue favorecer los sentimientos positivos ante la vida de las personas de más edad,

así como reforzar dos factores fundamentales como son la seguridad y la autoestima personal para lograr una mejora en su calidad de vida. Este confinamiento obligado provoca que los mayores, más si viven solos, se vean afectados psicológicamente, por eso es fundamental esta labor de seguimiento telefónico. La atención a los colectivos más vulnerables del distrito Centro se puede solicitar a través del teléfono 010.

Apartamentos para personas mayores con soledad sobrevinida por COVID-19

El alojamiento está dirigido a personas mayores que no puedan permanecer en su domicilio habitual hasta que dispongan de los apoyos que garanticen su integridad física, psíquica o social, o a los usuarios de residencias que necesiten un traslado a este recurso para garantizar su seguridad si la residencia presenta un alto número de infectados por el virus. Además, estará destinado a aquellos que no puedan permanecer en su apartamento municipal compartido si su compañero tiene un resultado positivo por coronavirus o para casos en los que, por procesos de desinfección o situaciones similares, tengan que reubicarse de forma temporal. Situados en los apartamentos turís-



ticos Eurobuilding 2, están gestionados por ASISPA y cuentan con 75 plazas dirigidas de forma temporal a personas mayores de 65 años de la ciudad de Madrid que no presen-

ten sintomatología de infección por COVID-19. Además, contarán con la asistencia de un médico y un equipo de enfermería facilitados por Madrid Salud.

La crisis social posconfinamiento afecta ya al 46% de las familias madrileñas

Hace unos días, se presentaron los resultados de un estudio sobre el impacto de la situación de confinamiento en la población de la ciudad de Madrid, del que se desprende que los más afectados por la crisis económica y social están siendo las parejas con hijos a su cargo y las familias monoparentales.

En concreto, el 46% de las parejas madrileñas con hijos sufren reducciones en sus ingresos a causa del confinamiento, mientras que el porcentaje se amplía a uno de cada dos hogares en el caso de las fami-

lias monoparentales.

El estudio desgana que la crisis consecuencia del confinamiento ya ha provocado caídas en los ingresos del 38% del total de los hogares madrileños, de forma más severa en hogares con rentas inferiores a los 2000 euros mensuales. Las perspectivas de cara a los próximos seis meses aumentan el porcentaje a casi dos de cada tres hogares, que prevén que sus ingresos se verán reducidos. Se espera que alrededor del 22% de los madrileños podrían demandar algún

tipo de ayuda municipal de emergencia frente al 6% que lo hizo el año pasado.

Para los próximos meses, el Ayuntamiento ha anunciado la creación de una mesa de detección y coordinación en cada distrito que permitirá, por una parte, detectar todos los casos de personas que necesitan ayudas, evitando así que al Ayuntamiento le pasen desapercibidos casos de vulnerabilidad y, por otra, coordinarse con las entidades sociales para que nadie quede sin atender.

Nuevos intentos de estafa con e-mails suplantando a la Seguridad Social

Si recibe un *e-mail* como este, no haga clic en el enlace. Es un fraude que busca obtener sus datos personales o infectar con archivos dañinos su ordenador o teléfono móvil.

Cómo identificar rápidamente estos intentos de estafa:

1) La Seguridad Social nunca le va a invitar a usted a hacer clic en un enlace para confirmar la devolución de un importe ni el pago de una prestación. Cuando la Administración tiene que pagar una prestación (incapacidades, desempleo, ayudas sociales, etc.), envía al ciudadano una comunicación confirmándole el reconocimiento de esa prestación y se lo abona en la cuenta bancaria que ya conoce. Jamás le pedirá que pulse un enlace para hacer efectivo el pago.

2) También hay que revisar con atención el e-mail del remitente y ver que no coincide con los dominios oficiales de la Seguridad Social. La Administración nunca envía mensajes desde direcciones web con dominios de *gmail*, *yahoo*, *hotmail*, etc.

3) Los mensajes que llaman a la acción inmediata, con advertencias de que van a caducar pronto, intentan que la víctima actúe rápido, sin pensar mucho, para que no tenga tiempo de reflexionar sobre si es un fraude lo que acaba de recibir.

4) Los detalles en el lenguaje utilizado también son importantes: ¿"sistema de gestión de facturas" en la Seguridad Social? La Seguridad Social paga nóminas de prestaciones, no facturas. Y la Administración no se despide con un "sinceramente" y no se dirige a nosotros como "clientes", porque no lo somos.

5) En el caso de que se tuvieran dudas razonables sobre si un correo es verdadero o un fraude, antes de abrirlo conviene contactar con la Administración que los envía para que confirmen si es un correo oficial. En el caso del ejemplo que estamos viendo, los indicios de fraude son abrumadores, pero puede haber otros más sofisticados o bien recibir mensajes legítimos de la Administración que nos puedan hacer dudar. Ante la sospecha, preguntar.

6) Es muy recomendable visitar con alguna frecuencia la página web oficial de la Oficina de Seguridad del Internauta (OSI) <https://www.osi.es/es>, donde se facilita información sobre los últimos fraudes detectados y cómo prevenirlos.



¿Qué pasa con el ingreso mínimo vital?

El Consejo de Ministros ha vuelto a aplazar la aprobación del ingreso mínimo vital. La justificación: se está analizando el mecanismo más adecuado y su coordinación con otras Administraciones.

El ingreso mínimo vital es una ayuda extraordinaria para personas y familias que carecen de ingresos, no tienen ningún modo de obtenerlos en este momento por estar confinados en sus casas y no reci-

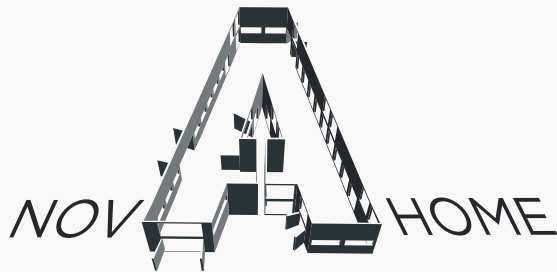
ben otro tipo de ayudas sociales. Antes de que tuviera lugar la emergencia sanitaria, el programa de gobierno PSOE-Podemos ya contemplaba la creación de este ingreso. Ahora, con la grave situación económica en la que nos encontramos, parece más necesario que nunca, como han reclamado distintos grupos políticos, sindicatos y el tercer sector (Cruz Roja, Cáritas, ONCE, CERMI y otras ONG).

La necesidad de coordinación y los controles que garantizan la eficacia de esta ayuda son necesarios. Sin embargo, no debemos olvidar que estamos hablando de una necesidad urgente para cientos de miles de personas y que los servicios sociales no disponen de medios ni recursos para hacer frente a esta situación excepcional.

Carta a los comerciantes

Desde Nación Humana Universal queremos agradecer vuestra fidelidad a los comerciantes e instituciones que os anunciáis en nuestra publicación, tan necesaria para sostener un proyecto como el que nos une y que no es otro que el periódico del barrio, Lavapiés-La Latina-Embajadores, siempre a disposición de los vecinos para que puedan expresarse libremente en sus páginas. Pero, sobre todo, esperamos que os encontréis bien y os enviamos toneladas de ánimo y de solidaridad en estos momentos tan duros que estamos viviendo. Confiamos en que, pese a las muchas dificultades que se presentan a causa de esta maldita pandemia, no os rindáis y salgáis adelante, pues sin duda alguna sois parte fundamental del barrio. Seguro que todos juntos, con tesón y paciencia, conseguiremos rehacernos y retomar nuestra vida con más fuerza si cabe.

¡Un abrazo enorme, amigos!



C/ Embajadores, 2 (plaza de Cascorro)
Tels. 616152413 y 917959861
www.novahomesl.com



Lycamobile

www.lycamobile.es

... PRESSTO+PLUS ...
www.pressto.es

C/ Santa Isabel, 6. Tel. 911994657

C/ Tirso de Molina, 12, entrada por Duque de Alba. Tel. 911344202



P E M

www.emprendimientoymicrofinanzas.com



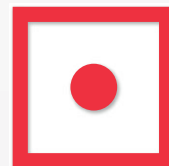
C/ San Carlos, 6 - Tel. 915300467



MADRID



Embajadores 41,
esquina a Sombrerete
Tel. 632565425



redpiso
Servicios Inmobiliarios

C/ Atocha, 27 - Tel. 911921007



C/ Ave María, 50, bajo derecha
Tel. 629538232



mercado
antón martín



C/ Santa Isabel, 5
www.mercadoantonmartin.com
Tel. 913690620



C/ Valencia, 16
Tel. 915393577

FISIOTERAPIA
MASAJES



C/ Sombrería, 7, Local 1
Tel. 616 854 363



TR3SDLAND

Plaza de Cascorro, 2
Tel. 914293679



Plaza del Campillo
del Mundo Nuevo, 1



alter
café



C/ San Millán, 4
Tel. 910346490

RESTAURANTE
IKRAM



C/ Rodas, 9
Tel. 910823533



C/ Embajadores, 64
www.finocchioristorante.com



C/ Santa Isabel, 17
Tel: 915391284



C/ Martín de Vargas, 46



Soluciones constructivas
ALMOROX, S.L.

C/ Juanelo, 18, 3º A
Tel: 699346121



C/ Humilladero, 30
Tel. 910334778



Facebook:
@atw.translation
Tel. 619514269

Charcutería
Jesús y Toñi



Mercado de la Cebada
Puesto 209
Tel. 913641175



Calle San Pedro Mártir, 3
(junto plaza Tirso de Molina)
Tels. 910233742 y 627720417



Lupita
Paleta

C/ Toledo 81
Facebook_LupitaPaletaES



C/ Dos Hermanas, 19
Tel. 910852507



C/ San Cayetano, 3
Tel. 915275222



Ecollaitors
Madrid

C/ Moratines, 16
Tel. 910513102



RE/MAX
CALIDADE

C/ Cañizares, 2



PSICÓLOGA
-Luz Rodríguez Corrales-
Tel. 627379870
luzpsicologia@hotmail.es



TALLERES
MOLINA
Ronda de Toledo, 16
Tel: 915278263



JOAQUÍN MORALES
Terapeuta corporal
C/ Dos Hermanas, 14
Tel. 647648908



C/ Santa Isabel, 17



El Mercado de la Cebada PERMANECE ABIERTO pero CON NUEVO HORARIO para comercio y párking.

Y recuerda que tenemos SERVICIO A DOMICILIO

- Nuestro **NUEVO HORARIO** de mercado es:
LUNES A JUEVES: 08:30 a 15:00
VIERNES: 9:00 a 14:00 y 17:00 a 20:30
SÁBADO 9:00 a 15:00
- El Servicio de Entrega a Domicilio se realizará sólo por la mañana
- EL HORARIO del PARKING es de:
Lunes a sábados (excepto viernes) de 06:00 a 17:00 horas.
Viernes de 06:00 a 22:00
Domingo cerrado

#Yomequedoencasa



Consulta nuestra web, puedes hacer tus pedidos en muchos comercios sin desplazarte de tu casa. El Mercado de la Cebada se compromete con el servicio a la ciudad de Madrid.

Mantenemos nuestro mercado abierto.

Entrega a domicilio en la mayoría de nuestros comercios.

Pedidos a través de nuestros teléfonos o mail.

www.mercadodelacebada.com

Teléfono: 913666966 oficinas.

Hemos creado un servicio de reparto a domicilio por la zona. Se pueden realizar los pedidos a través del whatsapp:



699260906

mercado antón martín


**Comunidad
de Madrid**

Estamos abiertos

Os recordamos que en el Mercado de Antón Martín seguimos abiertos para garantizar el abastecimiento a particulares y empresas. Nuestros puestos están abiertos de lunes a sábado, 09:00 a 15:00 horas, para atender del mejor modo a nuestros clientes y ofrecerles unos productos de la máxima calidad.

Para facilitarles sus compras pueden realizarlas en diferentes modalidades: presenciales, para quienes quieran llevarse sus productos personalmente; o a distancia, mediante servicio a domicilio, pedido telefónico, a través de correo electrónico o plataformas on-line, que permite bien la recogida de los productos, o bien la entrega en casa. Tenéis disponible el listado de comercios y venta online para aquellos que no puedan venir o prefieran hacer la compra desde casa.

www.mercadoantonmartin.com



C/ Santa Isabel, 5
28012 Madrid
☎ 913690620

COVID_19

Protocolo de prevención Mercado Antón Martín



El **horario** de mercado será de **9 a 15 horas** (por las tardes se facilitará el reparto a domicilio)



Distancia mínima de seguridad de **2 metro** entre clientes y comerciantes



No está permitido tocar el género, únicamente será manipulado por los comerciantes, con las medidas higiénicas correspondientes



El pago se realizará con tarjeta para evitar la manipulación de dinero en efectivo (siempre que sea posible)

Debido a la situación excepcional de contención decretada por la autoridades por COVID-19/ Coronavirus, el Mercado de Antón Martín pone en marcha el Protocolo de Prevención.

Agradecemos su comprensión, y sentimos las molestias.



LAVAPIÉS,^{La} LATINA y EMBAJADORES

Editado por Nación Humana Universal. Plaza de Cascorro, 11, locales 5,6 y 7

 www.nacionhumanauniversal.org

 nhu.lavapies@gmail.com

 [nhuperiodico](https://www.facebook.com/nhuperiodico)

 [@NHULavapies](https://twitter.com/NHULavapies)

Para anunciarse en el periódico póngase en contacto con el teléfono  636877952

o el correo electrónico  nhupublicidad@gmail.com

Puedes ver y descargar el periódico en:

 www.nacionhumanauniversal.org/periodico

HAN HECHO ESTE PERIÓDICO:

Alberto Romeral
Alejandro Flórez-Estrada
Begoña Núñez Fernández
Bertha Pérez Quiroz
Besha Sita Kumbu
Carlos Alfonso Gómez Hernán
Conchi Villanueva López
Convergencia de las Culturas
Ernesto Arango Labandera
Eunice Vidal Cuadros
Eusebia Martín Jiménez
Federico Gutiérrez Cifuentes
Francisco González de Tena
Francisco José Garrido
Ignacio de Miguel Díaz
Javier Herranz Aguayo
Loly Redondo Corrales
Marcos García Sandberg
María García Gómez
María Rosario Cases Arce
Miguel Ángel Carreño Jiménez
Natividad Jiménez López
Nines Fuentes Moreno
ONG Regalos de Amor
Pilar Corrales

Debido a las especiales circunstancias ocasionadas por la pandemia del COVID-19 la edición número 79 del periódico, correspondiente al mes de mayo de 2020, no ha contado con tirada de papel en rotativa, habiéndose publicado solamente en formato PDF y tamaño Din-A4.

NHU es un periódico abierto a gran diversidad de puntos de vista. Por esta razón, los artículos firmados reflejan únicamente la opinión del autor o autores y no tienen por qué coincidir con la de los editores, quienes declinan toda responsabilidad derivada de las mismas.

Depósito Legal: M-24371-2013