



nacion humana universal

LAVAPIÉS, LATINA y EMBAJADORES

Ejemplar gratuito • Tirada 10.000 ejemplares • www.nacionhumanauniversal.org/periodico • nhu.lavapiés@gmail.com • Marzo 2017

Año 4

Número

43

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



P3 La ablación no es tradición,
es mutilación



P5 Contra el maltrato no hay trato



P15 100 años de Gloria Fuertes:
Su poesía sale a la calle

Entrevista a Ian Gibson Un irlandés en Lavapiés



NHU

Hemos estado con Ian Gibson, un irlandés fascinado por Lavapiés, el barrio en el que vive. Nacionalizado español desde 1984, Gibson es uno de los hispanistas y biógrafos más prestigiosos que existen, además de estar especializado en historia contemporánea. Con él hemos hablado de su vida, de nuestro barrio, de España y sus vaivenes, de la actualidad internacional y, por supuesto, de la pasión que siente por el poeta entre los poetas: Federico García Lorca.

P8 ▶

Soluciones constructivas ALMOROX, S.L.

C/ Juanelo, 18, 3º A • 28012 Madrid
Tel: 699346121 • antonio_almorox@hotmail.com



ITE, DF, licencias.
30 años en Madrid.
Administradores.
Comunidades de vecinos.
Pagos en 12-48 meses
sin intereses directamente.

MOUSHA
VINTAGE CONCEPT STORE

Artesanía
Ropa hombre/mujer
Muebles, proyectos a medida
Diseño independiente
Piezas con encanto
C/ Olmo, 24, bajo
Tel: 911 252 113
f Mousha_vintage

mayo
LIBRERÍA

Pº de la Esperanza, 19
www.libreriamayo.com
91 116 28 06



Plaza Tirso de Molina
3 dormitorios, 2 baños.
121m². Totalmente reformado.
499.000 €



CALLE EMBAJADORES, 2
(Plaza de Cascorro)
616 15 24 13
91 795 98 61
www.novahomesl.com



Plaza de Cascorro
3 dormitorios, 1 baño
55m², 2ª pta. con ascensor
199.000€

tekere
TEA LIFE

Queremos compartir
contigo nuestra pasión
por el té y más
C/ Atocha, 95 • Antón Martín
Tlf: 918214554 • www.tekere.es

**FISIOTERAPIA
MASAJES**

Cita previa:
616 854 363
C/ Sombrerería, 7,
Local 1

PRIMERA
SESIÓN
SÓLO A
23€
1 HORA

ONDA
OGESTALT

Editado por: Nación Humana Universal
C/ Casino, 22, 1º, puerta 1



nhu.lavapiés@gmail.com



PUNTOS
DE DISTRIBUCIÓN
GRATUITA DE ESTE
PERIÓDICO:

HACEN ESTE PERIÓDICO:

Alejandro Flórez-Estrada
Aroa Fernández
Aurelio Merino López
Bárbara González
Begoña Sebastián Quetglas
Brian Genio
Carlos Antonio
Figueroa Lillo
David Mateo Cano
Eunice Vidal Cuadros
Facua Madrid
Federico Gutiérrez Cifuentes
Francisco Serrano
Guillermo García Sánchez
Ignacio de Miguel Díaz
Jaime Forero
Javier Herranz Aguayo
Juan Antonio Gilabert Santos
Lola Toro
Loly Redondo
Luis Suárez Bracho
María García Gómez
Mario Erre
Miguel Ángel Carreño Jiménez
Natividad Jiménez López
Nines Fuentes Moreno
Pilar Condado
Red ONGD de Madrid
Réplica y Crítica
Rubén Alexandre

Tirada: 10.000 ejemplares.
Distribución gratuita.

Descarga y ve el periódico en:
www.nacionhumanauniversal.org/periodico/
descargas

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

- Ateneo de Madrid.
C/ Prado, 21.
- Biblioteca Pública Pedro Salinas. Puerta de Toledo, 1.
- Centro de Mayores Antón Martín. C/ Cabeza, 14.
- Centro de Mayores de Embajadores.
C/ Embajadores, 32.
- Centro Cultural Puerta de Toledo.
Gran Vía de San Francisco, 2.
- Centro de salud de Lavapiés
C/ Embajadores, 41.
- Centro de Servicios Sociales Puerta de Toledo.
C/ Paloma, 39.
- Centro Social Comunitario "Casino de la Reina".
C/ Casino, 3.
- Centro Sociocultural Lavapiés.
C/ Olivar, 46.
- Escuela de Idiomas.
C/ Embajadores, 68.
(junto instituto Cervantes).
- Farmacia. C/ Lavapiés, 56.
- Filmoteca (Cine Doré).
C/Santa Isabel, 3.
- Local de NHU.
C/ Casino, 22, 1º, 1.
- Mercados de Antón Martín, la Cebada y San Fernando.
- Museo de Artes y Tradiciones Populares.
C/ Carlos Arniches, 3 y 5.
- Sala de exposiciones "La Paloma".
C/ Toledo, 108.
- Teatro del Arte.
C/ San Cosme y San Damián, 3.
- Teatro del Barrio.
C/ Zurita, 20.
- Traficantes de Sueños.
C/ Duque de Alba, 13.
- UNED "Escuelas Pías".
C/ Tribulete, 2.
- UNED Gregorio Marañón.
C/ Argumosa, 3.
(junto plaza de Lavapiés).
- Universidad Pública Carlos III.
Ronda de Toledo, 1.
- Y en bares, panaderías, estancos... y en todos los comercios anunciantes.

Apoyar a los foros locales y las consultas ciudadanas



NHU

Nos hemos emplazado, con frecuencia, en una crítica mordaz a los intentos que se están haciendo desde la "nueva política", porque entre la expectativa y la realidad se está abriendo un abismo enorme. Seguimos pensando que no es lo mismo la democracia virtual que la democracia presencial, y que no se pueden reemplazar los espacios de debate y participación en los pueblos y barrios por ámbitos mucho más blandos.

No es necesario aceptar todo para poner la proa en apoyar iniciativas como la de los Foros Locales. No son nada nuevo realmente, aunque se ponga el acento en la apertura a vecinos y vecinas "particulares" y no limitarlos solo al tejido asociativo del distrito. Lo realmente nuevo sería darles un carácter autónomo y resolutivo.

Nos da lo mismo que formalmente solo se puedan articular propuestas. Si el Foro está vivo, si la participación es amplia y si los participantes no se limitan a hacer presentaciones formales, puede tener juego.

No hemos dado ejemplo al no asistir a la primera convocatoria del pasado 25 de febrero; también nos cuesta mucho ir a los Plenos del Distrito en los que no vemos ninguna novedad, espontaneidad o frescura. El mismo ladrillo conocido durante décadas. Ni siquiera se parece a otros Plenos que hemos visto en algunos municipios de la Comunidad de Madrid, en los que se abre un espacio informal a la expresión de las vecinas y vecinos sin el truke de hacerles presentar la "pregunta" o el "ruego" por escrito y por Secretaría.

Vamos a participar, vamos a implicarnos, vamos a dar una oportunidad a los distintos intentos que se están presentando. Seguiremos diciendo que los vecinos y vecinas no nos conformamos con una consulta sobre una pequeña parte de "presupuesto participativo", y que vamos a opinar, con todo descaro, sobre la estructura general del presupuesto. Pero tampoco pasa nada por aprovechar también los espacios que nos ofrecen.

La horizontalidad y los espacios asamblearios resolutivos son posibles y no son tan difíciles. Esta publicación es un ejemplo de que cuando se convoca a una reunión del Consejo Abierto de Redacción, por no llamarlo Consejo Abierto Editorial o "ámbito resolutivo, en el que todo el que se quiere implicar decide los contenidos de la publicación", cuando se convoca ese "consejo" se está abriendo un espacio que no es simplemente una formalidad.

¿Qué problema hay en que todo lo que se "mueve" en el distrito coincida en un ámbito como el que nos ofrecen? ¿No tenemos que dar una oportunidad a las nuevas propuestas? ¿Tenemos algo que perder en el intento?

Un Foro Local no tiene por qué ser un "foro domesticado" y reunirse en "sede municipal" no nos impide reunirnos y movilizarnos cómo, cuándo y dónde nos de la gana. Necesitamos tomar acuerdos y producir cambios profundos y, como estamos viendo, si los cambios solo son cosméticos, los espacios se vacían y la gente retira las manos. Es posible que solo se trate de meter el cuerpo y de dar contenido real a las propuestas formales, es posible que el simple intento merezca la pena...

La pregunta de Lola



Mario "Erre" Rodríguez
(Área de Feminismo y LGTBI
de Podemos Madrid)

"El pasado año 2016 se produjeron en España 219 agresiones a personas LGTBI por el simple hecho de serlo. Ante la más que demostrada inacción del Gobierno de España ante este tipo de delitos de odio, ¿ha pensado la Comisión Europea tomar alguna medida al respecto?"

Esta es la pregunta que la eurodiputada de Podemos, Lola Sánchez Caldentey, ha registrado en el Parlamento Europeo para dirigir a la Comisión Europea.

La pregunta es enjundiosa porque integra grandes incógnitas sobre el futuro de la comunidad LGTBI en España y, como veremos, fuera de ella.

Pregunta Lola Sánchez sobre las medidas que, a su juicio y a juicio de cualquiera que se precie de tenerlo, debería tomar la Comisión para avergonzar y ponerle las pilas al Gobierno de Rajoy, una vez llegados al punto de que, en los 365 días que duró el año 2016, más de doscientas personas fueron agredidas por causa de su orientación sexual o su identidad de género sin que hayamos tenido noticia de que sus agresores hayan pagado por ello como correspondería a un acusado por delitos de odio, en este caso hacia personas LGTBI, pero teniendo en cuenta que hablamos de delitos equiparables a agresiones por motivo de raza, o religión, o ideología; es decir, como los que cometió el noruego Anders Breivik, o los terroristas del 14N de París, del aeropuerto de Bruselas o del sacerdote bretón. Todos ellos responden a la misma tipología delictiva, pero mientras Breivik va a pasarse las dos próximas décadas entre rejas y los islamistas de Francia y Bélgica, probablemente, el resto de sus vidas, los responsables de las 219 agresiones denunciadas en España el pasado año campan a sus anchas por la península, islas y resto del Globo sin visos de que su situación y la de los imitadores que este 2017 les salgan, y han salido ya, vaya a cambiar.

Como ven, lo que Lola pregunta no es ninguna estupidez, y si no bastara lo expuesto ahí les doy más datos: nos encontramos en vísperas de celebración en Madrid del World Pride, el Orgullo Mundial. Es decir, en el país en cuya capital se va a celebrar semejante evento se produce casi una agresión por día a personas como el público al que va dirigido por ser como el evento reclama. Y al Gobierno de ese país, responsable de la seguridad de las personas que a él acudan, le importa un bledo y parece que le va a seguir importando un bledo. Yo, sinceramente, me lo pensaría antes de reservar el hotel y sacar el pasaje, por no hablar de la vergüenza mundial por ser un país donde la lgtbifobia está permitida, cuando no alentada, por según qué declaraciones de según qué gente cercana al poder.

Bueno será que, gracias a la eurodiputada cartagenera, la Comisión le aplique un buen correctivo a la banda de Rajoy. Y bueno será que resuene en todo el mundo, que lo hará seguro ante el evento que se avecina, para que lo antes posible España cuente con una ley Integral contra la lgtbifobia, de esas que ponen de los nervios a grupúsculos como Hazte Oír, garantía esto último de que está bien hecho.

Pero mientras no llega, sigamos lesbianas, gays, trans, bi, intersexuales y demás parentela paseando por nuestras calles con ojos en la nuca porque ni estamos seguros ni a nuestro Gobierno le importa lo más mínimo.

La ablación no es tradición, es mutilación



Nines Fuentes

“Soy Fatou y tengo 9 años. Esta mañana mis padres me dijeron que íbamos a una fiesta y me hicieron subir al coche. Me extrañó un poco porque mis hermanos no venían, pero no le di importancia. Llegamos a una casa. Una mujer me espera y me pide que me desnude. Me resisto. Me tapan la cara. Estoy asustada. No sé lo que me va a pasar, qué van a hacer conmigo... Me tumban en el suelo. Me sujetan las piernas y los brazos... y es entonces cuando siento que me cortan con un cuchillo afilado. Es un dolor indescriptible. Pierdo la noción del tiempo. No pudo más. Creo que me estoy desangrando...”

Como Fatou, unos 200 millones de mujeres en todo el mundo son víctimas de la ablación, una mutilación genital que consiste en la escisión del clítoris (tipo I); además de la amputación de los labios menores (tipo II y la más común); y el sellado de labios mayores (tipo III), dejando un pequeño orificio para las funciones fisiológicas.

Esta práctica, desvinculada de cualquier religión, todavía resiste en 30 países, 27 de ellos en África. La escisión del clítoris y de los labios menores es, para ellos, el sustento de la pureza y una garantía de monogamia para las mujeres.

Esta mutilación, además de violar los derechos básicos de la mujer y privarla de tomar decisiones sobre su propia vida y su cuerpo, es muy perjudicial para su salud: dolor, infecciones durante el momento del corte o poco después, molestias al orinar, menstruar o al tener relaciones sexuales, ruptura de útero, fistulas, problemas de esterilidad, mala cicatrización e incluso puede provocar la muerte.

En 2015, en nuestro país se aprobó un protocolo estatal de Actuación

del Sistema Nacional de Salud con el propósito de instruir a profesionales sanitarios para detectar posibles casos, penalizar a las familias que apliquen la ablación y educar tanto a las pequeñas como a sus familias para que esto deje de verse como una tradición. Contempla que los padres, antes de irse de vacaciones a sus países de origen, han de firmar, supuestamente, un documento comprometiéndose a no someter a sus hijas a una ablación. Incluso se pueden pedir exámenes médicos antes y después del viaje. Pero parece ser que ese protocolo tiene carencias de base como por ejemplo, no incluir a los ámbitos social y educativo. Y además, no se está aplicando.

El día 6 de febrero ha sido Día Internacional de Tolerancia Cero contra la Mutilación Genital Femenina, y cada vez hay más fundaciones y asociaciones antiablación impulsando sus campañas informativas para seguir concienciando y poniendo freno a estas agresiones. Estas organizaciones están afianzando su lucha a favor de conseguir un acceso a la cirugía que revierta los efectos de la ablación para las víctimas. A través de una operación en la que se practica una técnica ideada por el doctor Pierre Foldes (de origen húngaro, pero residente en París) se recupera el clítoris con su total funcionalidad. Gracias a esta cirugía se puede extraer

la parte interior del mismo con sus 8.000 terminaciones nerviosas y rescatar su actividad.

Ha pasado el tiempo y Fatou está dispuesta a irse a Francia, pero se entera de que en Barcelona hay un cirujano, el Dr. Pere Barri Soldevila que conoció la técnica en 2005 del Dr. Foldes y que también realiza esta intervención. Y Fatou, desafiando todas las creencias que le fueron inculcadas, decide operarse.

El proyecto del doctor Barri Soldevila es un rayo de luz para 130 millones de mujeres que han sufrido la mutilación de sus genitales. En el hospital Dexeus se realizó la primera reconstrucción de clítoris en el año 2007. En el 90% de los casos se consigue una restitución anatómica. En el 75%, una restitución funcional, es decir, la mujer recupera la capacidad de tener orgasmos.

Fatou ha recobrado esa capacidad. Ha sido una operación muy dolorosa pero está satisfecha. “En nuestra religión, el sexo es un tema tabú” Me siento mucho más guapa y orgullosa de mi cuerpo”. “Antes no tenía fantasías sexuales y no me apetecía hacer el amor. Ahora sí”

Fatou ha conseguido dar la vuelta al guión que le habían escrito. El progreso científico ha sido capaz de cambiar el curso de la historia y de las “tradiciones”. Y esto supone la esperanza para millones de mujeres. 🌱

¿Qué hay de lo mío?



Alejandro Flórez-Estrada Vergara

Qué fácil es la teoría, pregonar con ardor que se debe tener en cuenta a la gente, que no podemos abandonar al débil a su suerte, que hay que enarbolar orgullosos la bandera de la justicia social, luchar en pro de los derechos humanos, de la solidaridad sin fisuras, de los valores insobornables que han de guiar nuestra convivencia. Qué importantes nos sentimos gritando que nunca nos dividirán, que no nos dejaremos avasallar por los poderosos para así impedirles que arramblen con lo que es del pueblo. Qué emoción produce repetir hasta la saciedad que hemos de ir todos a una, como Fuenteovejuna, y olvidarnos de los intereses particulares. Sin embargo, no cantemos tan pronto victoria, no creamos que en la práctica será tan sencillo lograr la unidad en nombre de las causas más nobles.

Y es que, entre tantos ideales que parecían sagrados, entre tanto altruismo y camaradería con que juntos construiríamos un mundo mucho mejor, se cuela una pregunta que suena a puro egoísmo y es toda una declaración de intenciones: “¿Qué hay de lo mío?”. Una preguntita que puede ser formulada por cualquiera de nosotros en cuanto consideremos

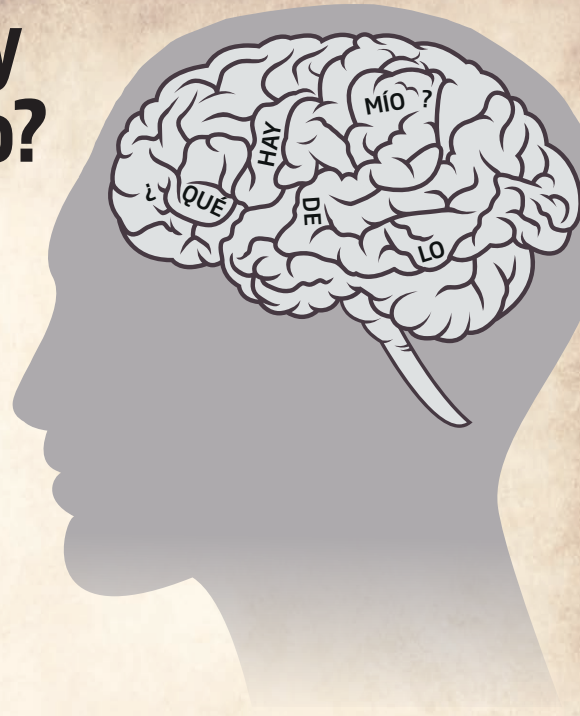
que lo nuestro ha de ir siempre en primer lugar, un pensamiento calcado al popular “el que venga detrás que arree” y que nos empuja a comportarnos de un modo insolidario. Y si la conciencia nos afea la conducta, ya encontraremos los pretexts adecuados para justificarnos ante ella y hacerla callar. Somos muy hábiles en eso.

“¿Qué hay de lo mío?”, alguien entre la multitud osa preguntar, al principio con un hilo de voz y luego, ya perdido por completo el pudor, con un vozarrón imponente a fin de llamar la atención. Y como debe de tratarse de algo contagioso, la pregunta de marras se propaga igual que la peste, se instala en nuestro cerebro y se incorpora a nuestro vocabulario cotidiano en compañía de la coletilla “a los demás que les den”. Y ese alguien egoísta no cesa de preguntar, cada vez con mayor insistencia, qué hay de lo suyo, qué pasa con lo que le pertenece por rango, por gracia divina o por narices, no vaya a ser que el vecino de arriba o el forastero recién aterrizado se lo quieran arrebatarse.

Aunque, por fortuna, existan personas maravillosas inmunes al contagio, este va a más, es imparable. Sus síntomas

son el aumento de los niveles de mezquindad y unos repentinos ataques de amnesia que borran de nuestra mente las nobles aspiraciones de ayer, cuando se nos llenaba la boca hablando de solidaridad y del tan necesario bien común. Ya contagiados del todo, nos apresuramos a dejar la lucha para no mancharnos más de barro, prescindir de la empatía para no andar metidos en la piel del otro, no fiarnos de nadie por si nos la juegan, renunciar a la generosidad para no tener que soltar... Pero el síntoma definitivo es ponernos a proclamar a los cuatro vientos, con la arrogancia del que se cree en posesión de la verdad absoluta, que merecemos más que el prójimo, que primero yo y después también yo, estaría bueno que no, hasta ahí podíamos llegar.

Sí, que resuelvan rápido mis problemas, que los demás se las apañen como puedan, que nadie toque lo que me pertenece: el pan, la casa, el coche, el ordenador, el teléfono inteligente... Así nace el “¿qué hay de lo mío?”, una forma de vida que quizá a la larga nos pase factura y nos haga desdichados. Nada que ver con Fuenteovejuna y su hermoso “todos a una”. 🌱



"Si nuestras vidas no valen, ¡produzcan sin nosotras!"



Red de ONGD de Madrid



Un año más, con motivo del 8 de marzo, Día Internacional de las Mujeres, aprovechamos desde diferentes espacios y ámbitos de actuación para escribir artículos, participar en actos y manifestarnos en las calles con el fin de reivindicar, otra vez, que los derechos de las mujeres deben ser cumplidos y respetados sin más excusas. También que la brecha existente entre lo que dicen las normativas internacionales, constituciones o leyes, y lo que nos muestra día a día la propia realidad, sigue siendo demasiado grande y escandalosa. Por eso, desde la Red de ONGD de Madrid nos sumamos a estas reivindicaciones y las hacemos nuestras, pues no podemos luchar por un mundo más justo y equitativo sin abordar de raíz esta grave vulneración de derechos que es la desigualdad por motivos de género.

Las ONG de Desarrollo (ONGD) madrileñas venimos trabajando, desde hace muchos años, en diferentes países del mundo para promover procesos de desarrollo mediante los cuales las personas que participan en ellos puedan alcanzar una vida digna. En estos procesos hemos tenido la oportunidad –y también la inmensa suerte– de trabajar y conocer de cerca la lucha de numerosas organizaciones y movimientos de mujeres que, desde cualquier rincón del mundo, pelean día a día por defender sus derechos y hacerlos respetar, como ciudadanas de pleno derecho. Son mujeres indígenas, campesinas, negras, mestizas, urbanas, rurales, con estudios, sin ellos... mujeres diversas y valientes todas, que tienen en común vivir situaciones de discriminación y desventaja por el mero hecho de ser mujeres. Y con ellas hemos aprendido también que la raíz de los problemas que padecemos es común en cualquier lugar del mundo (a pesar de las especificidades de cada contexto), pues se trata del incumplimiento de nuestros derechos como mujeres y que, por tanto, nuestra lucha debe ser común y global, pues para cambiar esta realidad debemos trabajar fundamentalmente por la transformación de este modelo de vida y sociedad insostenible que nos impide realizar nuestros derechos plenamente. Esta es también la base de la solidaridad entre los pueblos y entre los movimientos de mujeres que las ONG de desarrollo impulsamos al hacer propios los problemas de otras personas, por muy lejos que estén. Porque luchando por superar estos problemas estamos luchando por defender nuestros derechos también.

Queremos recordar y visibilizar estas luchas de los movimientos de mujeres, de aquí y de allá, y también proclamar que vamos a seguir trabajando por ello mientras la realidad siga empeñada en mostrarnos que queda mucho camino aún por recorrer. A modo de ejemplo, basta decir que las mujeres son el 70% de las personas que viven en extrema pobreza en el mundo. Sobre violencia de género en España, las cifras de este arranque de 2017 asustan. Quince mujeres asesinadas en el momento de escribir este artículo, tres de ellas en Madrid.

Por todo ello, este año el movimiento feminista lanza para el 8 de marzo un Gran Paro Internacional de Mujeres, bajo el lema "Si nuestras vidas no valen, ¡produzcan sin nosotras!". Animamos a todo el mundo a seguir y difundir esta protesta bajo la etiqueta #NosotrasParamos y seguimos insistiendo en defender el desarrollo y los derechos de todas desde una mirada global. ¡Nos vemos en las calles!

Carta a la infanta Cristina



Federico Gutiérrez Cifuentes

Querida doña Cristina Federica Victoria Antonia de la Santísima Trinidad de Borbón y Grecia:

Le escribo esta carta para felicitarla por el éxito que, junto con sus abogados, ha obtenido y que le posibilita salir indemne en la sentencia por la causa del caso Nóos.

Nunca un caso de ignorancia plena ha sido tan bien recompensado, aunque la fiscalía, abanderada por un fiscal de apellido impronunciable, también lo ha puesto fácil. Luego está la suerte, esa también influye, y más con ciertos estamentos. Manos Limpias, único denunciante personado en la causa contra usted, estaba de mierda hasta las trancas. El mundo es un pañuelo.

Le voy a contar un secreto que nunca le he dicho a nadie: durante muchos años de niñez fue usted mi amor platónico. La veía tan guapa, con esa sonrisa de niña feliz, viajando por lugares que no venían ni en mis libros de geografía, con esos vestidos tan brillantes y elegantes, acompañada siempre de uniformes llenos de condecoraciones. La miraba con ojos embozados en la Grundig de blanco y negro, en una edad de cuentos y sueños, de aventuras y desventuras. Quizás sea por eso por lo que me alegro de que haya salido airosa de este trance.

Esto último me da permiso para pensar que la



vida es muy injusta con unos y muy benevolente con otros. Que, dependiendo de quién sea la pareja con la que echemos el polvo, el destino nos llevará por un lugar o por otro. Que la justicia universal e igualitaria es una quimera, pues robar un pollo no vale lo mismo en Lavapiés que en La Finca. Y eso es algo, querida Cristina, contra lo cual me rebelo.

Ahora, Cristina, piense en lo que ha perdido por lo que ha ganado: su marido, seis años y pico en la cárcel; sus hijos, señalados y humillados (los niños son crueles aquí y en Suiza); usted, despreciada por su familia, desposeída de todos sus títulos de cuna. Sí, ahora tiene menos que el cine español. ¿Merece la pena tanto escarnio? Cuando la veo juzgada por personal como Kiko Matamoros o Mila Ximénez, Indas o Marhuendas, veo que el hoyo donde se encuentra es más profundo de lo que parece.

Cristina, me tengo que despedir ya. Seguro que sale de esta, sí, porque tiene todo a favor y el tiempo lo cura todo. Al fin y al cabo, el malo es Iñaki, como ha quedado "demostrado". Hable con su hermano, pídale perdón y pronto la veremos en las fotos del Palacio de Marivent que dan comienzo al verano. Se lo dice un republicano confeso.

El peor pecado hacía nuestros semejantes no es odiarlos, sino tratarlos con indiferencia; esto es la esencia de la humanidad

William Shakespeare

Mujeres que matan Niñas y niños que agreden I



Francisco Serrano

Afirmar que la única violencia explícita es la que ejercen los varones es negar la realidad. Vamos a intentar, de manera analítica y descriptiva, ver las causas, los mecanismos, la psicodinámica de las conductas violentas en las relaciones de familia.

A quienes defendemos el feminismo y el matriarcado, nos reprochan que ocultamos el hecho de que hay mujeres que matan a su pareja y/o maltratan y llegan a matar a sus hijas/os. También nos acusan de que, si hay niños e incluso niñas que agreden a sus iguales y/o a sus progenitores (violencia filio-parental), es por culpa de lo que llaman "ideología de género", la cual, al debilitar la autoridad paterna, favorece estas conductas.

Hasta el presente, los varones han establecido las normas sociales, la autoridad del "pater familias" y han prescrito las conductas emocionales y las actividades "propias de cada sexo". Así, los hombres no lloran. Las mujeres, encargadas del trabajo reproductivo, "troquelan" a niñas y niños según los patrones establecidos. Históricamente, en un principio, se planteó un "feminismo de la igualdad". Al ser el varón "modelo". El objetivo político era que las mujeres tuvieran los mismos derechos que ellos.

La equidad de género que realmente puede cambiar la realidad no es solo que las mujeres tengan los mismos derechos que los varones y la misma igualdad de oportunidades que ellos. Es también que los hombres imiten a las mujeres y procuren ser y actuar como ellas en aquellos valores que, por educación social, las mujeres han desarrollado y los varones no. Las mujeres y los hombres somos diferentes, no desiguales.

La alternativa al patriarcado es una sociedad en la que los arquetipos y valores femeninos estén presentes, activos, y tengan valor y aplicación universal para todas las personas, ya sean mujeres u hombres.

La estructura simbólica de la humanidad actual está construida desde el arquetipo masculino. El lenguaje: "todos", aunque haya 100 mujeres y un hombre. Las religiones: un dios supremo masculino, sacerdotes. La política. El derecho. La sexualidad. Las modas...

Actualmente, los avances técnicos hacen que no sea necesario que las mujeres se dediquen solo a funciones reproductivas. Los hombres permiten, por su propio interés, que puedan pasar del ámbito privado al público, que puedan tomar los ropajes masculinos, tener los mismos derechos que ellos, siempre que esto refuerce el patriarcado y no perjudique los gustos de los varones. (¿Ser como ellas?? ¡No!). "El hombre es la medida de todas las cosas", se decía en la Grecia Clásica...

Pero el verdadero cambio es el "feminismo de la diferencia" y de las "nuevas masculinidades" (formas de ser varón, alejadas del modelo hegemónico). El feminismo y el matriarcado no son un modelo solo para las mujeres, sino para toda la humanidad, mujeres y hombres.

En la especie humana, la violencia, la agresividad, los malos tratos, los abusos... no tienen causa biológica, sino cultural, se aprenden. Hay factores determinantes que no están en la persona que ejerce la violencia, sino en el marco que determina las relaciones interpersonales y en el modelo de educación afectiva-emocional. Este marco de violencia estructural, en el que vive la humanidad, lo ha creado el varón y se llama patriarcado.

La persona que agrede, mujer o varón, menor o adulta, "todas", actúa dentro de las normas implícitas del sistema patriarcal, que iremos viendo en sucesivas entregas...

No me llares extranjero

Canción de
Rafael Amor



Jaime
Forero



No me llares extranjero, porque haya nacido lejos,
O porque tenga otro nombre la tierra de donde vengo
No me llares extranjero, porque fue distinto el seno
O porque acunó mi infancia otro idioma de los cuentos,
No me llares extranjero si en el amor de una madre,
Tuvimos la misma luz en el canto y en el beso,
Conque nos sueñan iguales las madres contra su pecho.
No me llares extranjero, ni pienses de dónde vengo,
Mejor saber dónde vamos, adónde nos lleva el tiempo,
No me llares extranjero, porque tu pan y tu fuego,
Calman mi hambre y frío, y me cobije tu techo,
No me llares extranjero tu trigo es como mi trigo
Tu mano como la mía, tu fuego como mi fuego,
Y el hambre no avisa nunca, vive cambiando de dueño.
Y me llamas extranjero porque me trajó un camino,
Porque nací en otro pueblo, porque conozco otros mares,
Y zarpé un día de otro puerto, si siempre quedan iguales en el
Adiós los pañuelos, y las pupilas borrosas de los que dejamos
Lejos, los amigos que nos nombran y son iguales los besos
Y el amor de la que sueña con el día del regreso.
No me llares extranjero, traemos el mismo grito,
El mismo cansancio viejo que viene arrastrando el hombre
Desde el fondo de los tiempos, cuando no existían fronteras,
Antes que vinieran ellos, los que dividen y matan,
Los que roban los que mienten los que venden nuestros sueños,
Los que inventaron un día, esta palabra, extranjero.

No me llares extranjero que es una palabra triste,
Que es una palabra helada huele a olvido y a destierro,
No me llares extranjero mira tu niño y el mío
Como corren de la mano hasta el final del sendero,
No me llares extranjero ellos no saben de idiomas
De límites ni banderas, míralos se van al cielo
Por una riza paloma que los reúne en el vuelo.

No me llares extranjero piensa en tu hermano y el mío
El cuerpo lleno de balas besando de muerte el suelo,
Ellos no eran extranjeros se conocían de siempre
Por la libertad eterna e igual de libres murieron
No me llares extranjero, mírame bien a los ojos,
Mucho más allá del odio, del egoísmo y el miedo,
Y verás que soy un hombre, no puedo ser extranjero.

¿Extranjer@?

Autoría desconocida, dominio popular

Si tu Dios es judío,
Tu coche es japonés,
Tu pizza es italiana,
Tu gas es argelino,
Tu ropa es hecha en China,
Tu café es colombiano,
Tus vacaciones son marroquíes,
Tus cifras son árabes,
Tus letras son latinas
¿Cómo te atreves a decir que tu vecin@ es extranjer@?

Contra el maltrato, no hay trato...



Bárbara González

Hace unos días tuve la oportunidad de asistir a un acto convocado por la Asociación “VelaLuz” en Sol. Para el que desconozca su historia, le pongo en antecedentes.

“VelaLuz” es una asociación que lucha contra la violencia machista desde diferentes perspectivas. En la actualidad, ocho miembros de sus plataformas se encuentran acampadas en la Puerta del Sol desde hace varios días, en huelga de hambre. Su reivindicación es algo tan simple pero tan importante como exigir que se tomen medidas urgentes para acabar con la violencia machista y proteger a sus víctimas. Estas reivindicaciones se encuentran recogidas en un manifiesto que consta de 25 puntos muy lógicos e interesantes, el cual se puede leer y firmar tanto por su web www.asociacionvelaluz.org como en change.org o acudiendo allí mismo.

Básicamente serían: movilización y dotación de medios para luchar contra el feminicidio que se está cometiendo, medios también para la protección de las víctimas, junto por supuesto con la modificación de la ley que actualmente asiste estos casos.

Su objetivo con esta movilización es conseguir que esto se eleve al Parlamento y lograr un pacto de Estado contra la violencia machista.

Estas ocho mujeres llevan en huelga de hambre doce días (yo hablé

con ellas el pasado veintuno de febrero) y, aunque cansadas, consiguen transmitir su mensaje con mucha fuerza. Dicen que sus primeros días allí fueron los peores debido al clima. También destacan el enorme cariño y apoyo de la gente.

Aunque sueñan con comida, no tienen prisa. Saben que lo que piden es necesario. Durante estos años, la violencia machista ha aumentado hasta casi duplicar las cifras de años anteriores. Aun así, parece que a nadie le importa y no hay prisa por solucionarlo.

En el tiempo que me dejaron compartir con ellas, me transmitieron dos mensajes fundamentales:

*El primero es que, ante la violencia machista, ¡¡¡DENUNCIA SIEMPRE!!! Ponte en contacto con asociaciones, servicios sociales, autoridades (016)... Siempre hay salida y gente dispuesta a ayudarte.

*El segundo es que esto no es una lucha en solitario de ellas, sino que es de todos y todas, ya que nos afecta a todos y todas. Muchas mujeres están siendo asesinadas

Por ello, desde aquí quiero mostrarles todo mi apoyo y gratitud a estas ocho valientes: Espero que, a la fecha de publicación, vuestra situación haya variado y os hayan escuchado. Gracias Gloria, Martina, Patricia, Mariam, Susana, Sara, Sonia y Celia.

Feliz día de la mujer



Rubén Alexandre. Bloguero de moda

Como es ya costumbre, este mes la moda la dejo un poco de lado para hablar íntegramente de un género que siempre queda anodino en nuestra sociedad. Sí, es aquel género que este 8 de marzo dedicamos un día entero a festejar una lucha que debe permanecer en nuestros días, ya que se ha conseguido mucho, pero es necesario que continúe hasta que la igualdad reine íntegramente en nuestra sociedad.

Una sociedad que me recuerda (cada día más) la importancia de este día y de su sentido. Muchos son los que recurren al ya repetido –hasta la saciedad– tweet de “¿para cuándo el día del hombre trabajador?”. A los cuales responderé desde aquí que ese día lo es todos los días.

Cualquier hombre blanco heterosexual en esta sociedad impone su superioridad y en esta afirmación me avalan las cifras. Solo el 32% de los puestos directivos en este país son ocupados por mujeres. En las ramas de Atención al Cliente (categorías donde el salario, en muchos casos, incluso se aleja de la realidad mileurista) son una inmensa mayoría y es donde es más difícil compaginar una vida familiar con las aperturas de fines de semana y domingos. Además, en general, las mujeres cobran un 15% menos en comparación con los hombres. Así que no entiendo cómo puede haber gente que se siga preguntando por el Día del Hombre.

Por otro lado, quiero recalcar que es un día que no solo recoge el ámbito laboral. Desde hace unos años se ha vuelto más general, siendo el Día de la Mujer porque todas (por igual) luchan por la libertad de elegir su destino y por la igualdad de género que resulta cada día más injusta en nuestra sociedad.

Así también se lucha por otros cometidos que afligen a la mujer: el cáncer de mama, la violencia machista, el acoso laboral y sexual...

Recordemos que no es que sean el sexo débil: es que la sociedad hace que se puedan ver como víctimas fáciles. Ya está bien de que una mujer se sienta desamparada andando por la calle de noche, que tenga que fingir hablar por el móvil cuando se sienta en peligro, que tenga que pedir que la vayan a buscar o que la acompañen porque las calles no son seguras. Debemos inculcar a todos la importancia de este día, la importancia de ver personas, y no solo mujeres que podrían ser tu madre, tu hermana, tu novia... Debemos inculcar que ningún tipo de violencia es aceptable, sea quien sea la víctima y sea como sea el tipo de violencia. Porque hacer de menos porque sí, también es violencia.

En mi ciudad natal, A Coruña, este año este día será festivo. Muchos son los que se indignan porque no lo sea ni el Rosario ni San Juan. Y yo estoy muy orgulloso por esta alternativa dado que, por un lado, estos días caen en sábado este año, y, por otro, hay que dar relevancia a días menos ortodoxos y dogmáticos dejando un poco de protagonismo a los días a los que se les debe ir dando más relevancia en el calendario para que su mensaje llegue y se integre más en nuestro día a día, ¿no?

Feliz Día de la Mujer a todo Lavapiés y que todos lo festejemos juntos.

Palabras sin orden: Estado mundial, Méjico y Trump



Eunice Vidal
Cuadros

Todo el continente americano inició su vida de manera conjunta con guerras colonialistas y neocolonialistas, que no han dejado de tener continuidad hasta hoy, 2017, adquiriendo una modalidad distinta mediante una nueva forma representada en la etapa denominada imperialista. Hecho que no ha dejado de tener actualidad durante toda la época histórica de lucha de clases, olvidando que en la **Convención de la Declaración de Independencia del 4 de Julio de 1776** afirmó el derecho natural de cada pueblo de decidir su propio destino. Fue la guerra de Estados Unidos contra los gobernantes piratas ingleses, que oprimían a su pueblo manteniéndole en la esclavitud colonial. Dicha guerra también influyó en el desarrollo de movimientos liberadores en las posesiones coloniales de España, Portugal y Francia, pero muy pronto se puso de manifiesto la verdadera faz auténtica de la burguesía naciente, exterminando a sus primitivos habitantes pobladores del naciente continente llamado América y el sometimiento y explotación poco después de los esclavos negros. De esta manera, se inició la involución de la revolución burguesa triunfante. Los únicos que disfrutaron de los resultados de sus consignas de **"LIBERTÉ, ÉGALITÉ Y FRATERNITÉ"** de la Revolución Burguesa fueron los capitalistas. Según Fr. Sorge, el capitalismo se desarrolló en Estados Unidos de una forma más cínica que en cualquier otro país. Así se convirtió Estados Unidos (no América Continente) en un país capitalista de Estado, al empezar la época del imperialismo. No obstante, consecuente con esta concepción expansionista, entre (1846-1848), Estados Unidos llevó a cabo una de las más cínicas guerras

contra Méjico. Como consecuencia de ello, los mejicanos perdieron más de la mitad de su territorio. Desde este triunfo, continuó el imperialismo extendiendo su piratería al Sur y Centro América, a mediados del siglo XIX. Así es que la espantosa lucha, después de trescientos años bajo la dominación de la España colonizadora, se vio de pronto bajo la férula del dominio invasor de Estados Unidos, así como el resto de países de América.

Como está escrito antes, con lágrimas de sangre, la historia de México es la historia de la política agresiva y expansionista de Estados Unidos, es la realidad de la eterna usurpación de Estados Unidos por medio de la violencia del terrorismo de Estado contra el resto del continente que hasta del nombre ha despojado. ¿Dónde comenzó su expansión? ¿Qué importa. ¿Y con qué lemas? ¿Liberté, Égalité, Fraternité? Esto se reducía y sigue reduciéndose a la "libertad de comercio"; por esto, las buenas intenciones sobre los llamados "derechos humanos" quedaron encadenadas para siempre a la Filosofía Nominalista. Por ello, nadie se dio cuenta de que en menos de tres años, por resolución del presidente Madison, el 27 de octubre de 1810 los nativos de Florida Occidental, territorio perteneciente a Méjico, fueron derrotados, y por orden del invasor fue declarada esa tierra **"República Independiente"**, anexándola poco después a Estados Unidos. Después se dirigió hacia Florida Occidental, territorio mayor en extensión. Luego, el Ejército estadounidense invadió Florida Oriental, a la que declaró de inmediato propiedad de Estados Unidos. En 1845, el Congresista John Sliddell, con el objeto de que Méjico consintiera que Estados Unidos se anexara a Texas y permitiera la venta de California, insiste en que Méjico tenía que cumplir esas

demandas; demandas que eran para tensar un enfrentamiento bélico. Así, un 29 de diciembre de 1845, su Congreso tomó la resolución de anexar Texas a Estados Unidos y el 13 de mayo declaró la guerra a Méjico y siguió avanzando hacia el interior del país, cada vez más, a pesar de que los indios **"Semínolas"** ofrecieran una tenaz resistencia e infligieran importantes derrotas a los agresores, guiados por su Jefe **"Otzeol"**. * (R. Guerra y Sánchez. *La Expansión Territorial de los Estados Unidos. Madrid de 1935, pág. 105*).

Rooy Meridith, historiador estadounidense, al respecto escribió: "Los sufrimientos de México no finalizaron al liberarse de los opresores españoles". Hoy, el pasado y el presente vuelven a confluir. ¿Será mera coincidencia que el presidente Madison confluya en sus métodos hoy con el presidente Trump?

¡No! No es una coincidencia: es un proceso histórico perfeccionándose hacia la esclavitud total del mundo. Es la globalización centralizada en poquísimas manos, hasta que los pueblos que eligen merenarios y asesinos dejen de hacerlo y se instale en los Estados una científica igualdad humana.

Hoy, apenas iniciado el 2017, la llamada globalización que somos nosotros está sorprendida con la boca abierta. Hasta sus votantes ya esperan, día a día, qué nuevo precipicio se deslizará a los pies del mundo, empezando otra vez por el patio trasero del continente americano: Méjico, de nuevo, con la incógnita llamada **Donald Trump**. ¿Quién maneja sus hilos invisibles? Su nombre es un mero accidente. Lo que importa es su apellido, llamado **Institución**. Es hora de que todos empecemos a investigar un cúmulo de coincidencias. Según críticos, hay una que tiene que ver con tratados de venta de armas de Alemania a Méjico. Según

ellos, su arribo ha provocado un súbito ascenso global o una enorme oportunidad comercial y hegemónica de Alemania, que se abalanzó sobre la presa mejicana, como solo ella sabe hacerlo, en una acción relámpago, produciendo al ciento por ciento, a partir del 2010, y nutriendo de manera creciente los fondos fiscales de su agenda de "cooperación", es decir, de su política expansionista, desembarazada ya de su socio comunitario: la Unión Europea. Así fue que se convirtió Méjico en su socio predilecto de la noche a la mañana. El 30 de agosto, la Secretaría de Medio Ambiente y Recursos Naturales (Semarnat) anuncia la firma de un proyecto alemán de aprovechamiento de la biodiversidad mexicana y de recursos genéticos. Alemania es el primer importador de plantas de uso farmacéutico en Occidente. En Alemania, las *apotheken* (farmacias) expenden una gran variedad de fitofármacos, la mayoría producidos por decenas de empresas medianas y pequeñas. Alemania responde a Trump que su proteccionismo dañará empresas de Estados Unidos; por su parte, las palabras de Trump suponen un ataque frontal a la estrategia e intereses de Alemania. * (Theresa Richter, Juan Ignacio Domínguez. *Armas y biodiversidad marcan la nueva era de la relación Méjico-Alemania. (5/12/16)*).

Por todas estas dudas, aunque Trump se haya convertido en el eje de un proceso histórico aparentemente visible, hay interrelaciones ocultas que tienen que ver con el desarrollo desigual del sistema capitalista, hoy en su última etapa. Tenemos el deber de sacarlas a la luz e investigar dichas contradicciones interimperialistas: **Trump, Alemania** y su expansión en territorio mejicano, el presidente chino, quien le advierte a Trump: "Nadie saldrá vencedor de una guerra comercial". Todo esto está interrelacionado y hay que mirar todos los aspectos porque, hoy por hoy, ya no se trata de sumas ni de restas, sino de la guerra interimperialista.

La chinche no tiene n



Begoña Sebastián Quetglas
plataforma.barriolavapiés@gmail.com

Estadísticas 2016 de edificios afectados

Calles	Edificios
Tribulete	1
Buenavista	2
San Carlos	1
Ave María	1
Olmo	1
Zurita	7
Olivar	6
Lavapiés	3
Amparo	10
Ministriles	2
Miguel Servet	1
Juanelo	1
Esperanza	2
Sombrerería	2
Salitre	1
Mesón de Paredes	6
Provisiones	1
Bar	1
Doctor Fourquet	3
Peña de Francia	1
Ribera de Curtidores	2
Rodas	3
Total	59

Qué es una chinche

Es un bicho pequeño de color café, aplanado, que se alimenta solo de sangre. Las chinches adultas miden alrededor de medio centímetro, y son ovales y de color marrón.

Las fases inmaduras "ninfas" se parecen a las adultas, pero las ninfas son más pequeñas y un poco más claras. Aunque no pueden volar, las chinches de cama se mueven muy rápidamente en el suelo, las paredes, el techo u otras superficies. Las chinches hembras ponen los huevos en áreas retiradas. Los huevos son muy pequeños, pueden sobrevivir por meses sin alimentarse y los adultos por más de un año.

Los indicios de una infestación

Generalmente, las chinches de cama son más activas por la noche. Durante el día, prefieren esconderse muy cerca del lugar donde duermen las

personas. Los cuerpos aplanados de los insectos les permiten meterse en hendiduras o grietas pequeñas, especialmente en el colchón, el soporte de madera el marco de la cama y la cabecera. Si hay chinches de cama, las sábanas de la cama, el colchón o las paredes aparecen marcadas con manchas oscuras, las cuales son excrementos secos de los insectos.

Las picaduras

Usualmente, las chinches de cama pican durante la noche mientras las personas duermen.

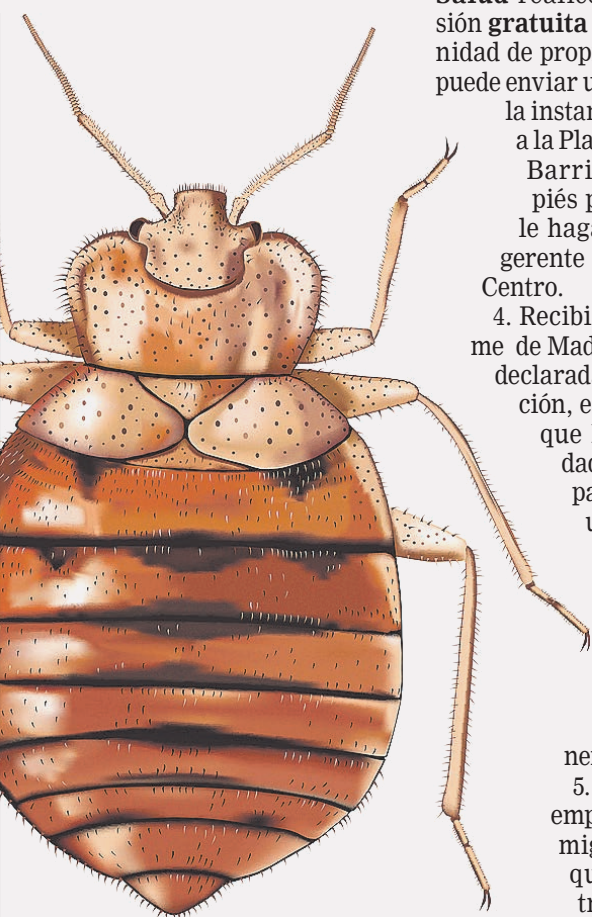
Las chinches de cama se alimentan de cualquier parte de la piel expuesta mientras se duerme (la cara, el cuello, los hombros, los brazos, las manos, etcétera).

¿Cómo se originan las infestaciones?

Las chinches de cama se transportan en el equipaje, la ropa, las camas,



acionalidad



Salud realice una revisión **gratuita** de la comunidad de propietarios. Se puede enviar una copia de la instancia general a la Plataforma del Barrio de Lavapiés para que se le haga llegar al gerente del distrito Centro.

4. Recibido el informe de Madrid Salud y declarada la infestación, es necesario que la comunidad este unida para resolver un problema que tiene un vecino, pero que mañana lo puede tener otro.

5. Buscar una empresa de fumigación para que haga el tratamiento. Madrid Salud te dará

el soporte de madera del colchón, etc. El uso de camas, sofás y muebles de segunda mano es una buena manera de transportar las chinches de un lugar a otro

Tenga cuidado en adquirir muebles usados, especialmente camas o sofás. Evite los artículos que se encuentran en la calle o del contenedor de la basura, y examine con cuidado los muebles y la ropa adquiridos de segunda mano antes de llevarlos a casa. Es muy difícil eliminar las chinches de cama cuando ya han infestado la casa.

Pasos necesarios a realizar en caso de sospecha de chinches

1. No perder la calma.
2. **No buscar culpables.**
3. Informar inmediatamente al presidente de la comunidad para que solicite por "instancia general", ante el Ayuntamiento de Madrid, que **Madrid**

un listado de empresas de fumigación. El coste económico ronda, más o menos, los 150-200 euros, con una garantía de un año, siempre y cuando cumplas con el protocolo que te va a decir la empresa de fumigación. Entre las medidas están:

a. Lavar todas la ropa a 65 grados, la ropa de cama (toda!!) garantizando temperaturas y tiempos necesarios para destruir las chinches (lavadora a ciclo completo a máxima temperatura posible, mínimo 65°).

b. Encapsular los colchones en fundas certificadas antichinches. Se trata de unas fundas especiales (no sirven las normales de tela y/o anti-incontinencia!). Ese tipo de fundas no mata las chinches, pero evita la salida de insectos desde el interior del colchón e, incluso, la picadura a través de su tela. Obviamente, esta cobertura debe estar en perfecto estado y

ya no podrá ser retirada del colchón.

La alternativa al uso de estas fundas certificadas sería tirar el colchón (necesario gestionar como material infestado y sustituirlo por uno nuevo).

c. Separar la cama de las paredes y de cualquier mobiliario presente y/o foco adicional potencial de insectos.

d. No mezclar ropa lavada con ropa sin lavar después del tratamiento químico.

e. Despejar armarios para poder llevar a cabo el tratamiento químico en el interior de ellos.

f. No evacuar ropa, objetos, colchones, etc. sin que hayan recibido previamente tratamiento químico lavado a alta temperatura en el caso de la ropa.

g. No se podrá acceder a las instalaciones tratadas hasta pasadas 12 horas.

Muy importante: Contratar por parte de la comunidad un servicio de control periódico, para que se revisen las viviendas infectadas y no infectadas para evitar una nueva infestación (coste aproximado 7 viviendas 30 euros).

Ayuntamiento de Madrid

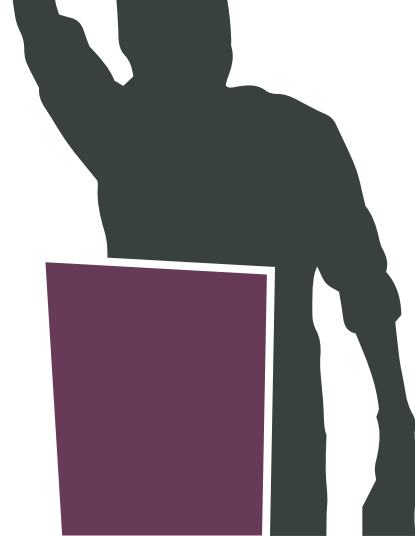
Hemos acudido al Ayuntamiento de Madrid, departamento, **Madrid Salud**, que es la entidad competente, solicitando:

1. Revisiones de las comunidades de propietarios que lo soliciten. **Está funcionando.**

2. Recogida de muebles infectados, llamar al 010 y contar el problema. Pasarán a su recogida en el día. **Está funcionando.**

3. Ayudas económicas para las comunidades de propietarios, al ser muy costoso para algunas comunidades la erradicación de dicho problema, además de ser **las responsables de la solución del problema ante el Ayuntamiento de Madrid. Sin respuesta.**

Los "mesías" de la izquierda



Javier Herranz

Mira que nos tiramos el rollo de que no hincamos la rodilla ante ningún Dios y presumimos de ateísmo y lo que nos gustan los enviados, salvadores y redentores...

Ahora en el relato "guay" será la unión de Pablo, Pedro y el Espíritu Santo la que nos abrirá el camino a la ansiada unión de la izquierda. Dice Pedro Sánchez que, además, va a promover la unidad con los sindicatos y que las identidades múltiples y las "naciones" van a configurar una nueva realidad territorial. Parece que la cosa no es que piensen y se expresen muchos, sino que piense uno y los demás lo aplaudan a rabiar o, como mucho, que la gente participe en un proceso de "primarias" que elija al nuevo César con plenos poderes.

Me he enterado recientemente de que el democrático sistema electoral de Eurovisión tenía nombre. Aquella cosa de repartir puntos entre distintas opciones y con eso marcar el orden de preferencias se llama, en realidad, sistema Borda y Desborda (el segundo es el sistema mejorado por Echenique para favorecer a su colega).

Se devalúa mucho el debate y la reflexión cuando dejamos de hablar de estructuras y espacios de participación para hablar

de procedimientos de elección de líderes. Nos hemos inflado a criticar la democracia representativa y las estructuras burocráticas para conformarnos con algo que está muy por debajo de aquellas construcciones sociales tan deficientes. Hay mucha más vida inteligente en cualquier localito de un pueblo de esta enorme España rural, que en muchos de esos nuevos espacios de participación que se presentan como novedosos. Que conste que a mi nunca me han convencido las viejas estructuras, pero es que las nuevas, se han quedado tan cortitas...

Sigo pensando que, en general, no somos idiotas pero tampoco somos especialmente brillantes; las cualidades especiales para tomar decisiones que nos afecten a toda la población yo no me las creo. Es más, prefiero que nos equivoquemos entre todas y todos a que acierte el listo o la lista de la clase y se lo tengamos que agradecer eternamente. Organización y participación siguen siendo dos asignaturas pendientes.

Me nuevo mucho en este barrio pero no vivo en él y en el pequeño pueblo de Madrid en el que tengo mi casa, al tiempo que cuesta mantener una asamblea en la que se tomen las decisiones de una de las mejores candidaturas de unidad popular que conozco, otras convocatorias no políticas se llenan de gente con

mucha facilidad. Da mucha pereza juntarse a hablar de política local y, sin embargo, la gente carga las pilas al juntarse para aporrear un surdo o un repinique en una batukada, o pegando diez carteles que hacen que se llene un espacio para tejer y conversar entre vecinas. Aquí, en Lavapiés, tampoco nos va nada mal con el periódico/revista, y las convocatorias en el Casino son cada vez más divertidas. La última en la que nos juntamos para diseccionar a Donald Trump me pareció algo realmente vivo y divertido.

Soy sociólogo y sé que estoy interpretando una realidad muy amplia tomando una muestra no representativa y que, además, lo estoy haciendo sin ningún rigor metodológico, pero me parece que no estoy demasiado equivocado. El problema no está en la gente, el problema está en los dados trucados, en poner los intereses personales por encima de los intereses conjuntos y, sobre todo, en que el juego sucio y la mentira interesada cada vez produce una náusea mayor. No se pueden prometer grandes cambios y luego quedarse tan cortos. Y parece que, una vez más, ¡la montaña parió un ratón!

Cuanto más escucho a los redentores más me aburren, cada vez soporto menos el todo didáctico de algunos y cuando detecto que alguien se emplaza como vanguardia esclarecida o como portador de "las verdades de barquero", menos me interesa lo que dice.

Básicamente estoy de acuerdo con el discurso de los "vencedores" del último Vistalegre, y hasta hay elementos en lo que también dice Pedro Sánchez que me puede parecer interesante y, sin embargo no me gusta cómo lo dicen y, sobre todo, desde dónde lo dicen. Imagino que todo esto forma parte de mi enorme confusión y de mis grandes contradicciones, pero simple y llanamente no me los creo. Y si no me creo algo, siempre me ha costado mucho acatar las cosas por obligación o por disciplina, aunque se trate "aparentemente" de la única alternativa posible.

Entrevista a Ian Gibson Un irlandés en Lavapiés

► Viene de página 1

■ Ian, ¿cuánto tiempo llevas viviendo en Lavapiés?

R Llevo aquí, más o menos, diez años. Antes vivía en Arturo Soria y luego decidí pasar una temporada en un pueblo granadino, puesto que toda mi vida la he dedicado a Lorca, al mundo lorquiano, y quería vivir en la tierra andaluza. Me fui a Restábal, al sur de Granada, pero en vez de estar solo dos años pasé catorce. Después vi que no podía seguir allí porque comprobé la realidad de un pueblo pequeño. Como dice el refrán: "Pueblo pequeño, infierno grande". Empecé a tener problemas con la ultraderecha del lugar y, además, ¡me di cuenta de que la Biblioteca Nacional no estaba en Restábal, sino en el paseo de Recoletos! Llegó un momento en que había que volver a Madrid, pero no a las afueras. Decidí instalarme en el centro, en Lavapiés. O Lavapiés o nada: esa era la disyuntiva.

■ ¿Crees que Lavapiés es el Montmartre de Madrid y que es el mejor barrio del mundo, como has dicho alguna vez?

R Claro que sí. Es un barrio con una configuración fascinante, con sus pendientes, sus subidas, sus bajadas, ¡lo cual es muy bueno para las piernas! En sus calles cada día hay algo nuevo. Y me encanta estar a diez minutos de la plaza Santa Ana, que es otro de los sitios importantes de mi vida. Sí, se parece un poco a Montmartre y para mí es el epicentro del mundo hispánico, exagerando un poco. Me gusta por la mezcla de etnias, de idiomas que se oyen, de posibilidades. Además, el Reina Sofía está al lado, el Retiro cerca, Atocha a dos pasos, el Prado no está lejos. De modo que es un sitio fantástico.

■ ¿Qué deficiencias ves en nuestro barrio? ¿Notas problemas de convivencia?

R: Hay pobreza, hay incultura. El barrio es muy mejorable, ya que está muy sucio, la gente tira mucha basura a la calle, hay bolaridos rotos, falta de mantenimiento... Me gustaría verlo más cuidado, más

limpio, con más civismo. Tenemos que trabajar en ese sentido. Lo que es fantástico es que, después de los atentados de Atocha del 11M, se podría haber esperado una reacción violenta, y lo que noto es que la gente es muy apacible. Este no es un barrio agresivo, y eso es muy positivo. Creo que, en el fondo, los españoles son tolerantes.

■ ¿Hay algún barrio de tu Dublín natal que se parezca a Lavapiés?

R ¡No creo! Estoy aquí, entre otras razones, porque no aguantaría el clima de allí. Irlanda es como España, pero sin su sol. Sé que es un tópico, pero es la realidad. Supongo que tengo cierta tendencia depresiva, pero no podría soportar no ver el cielo que hay en España. Mira, aquí había celtas por todos lados, no solo en Galicia. Es algo que acabo de investigar. Para mí los irlandeses son españoles que se extraviaron en el norte por un error histórico que yo trato de corregir ahora volviendo a la Península Ibérica. ¡Ja, ja, ja! Y es que este sol me salva la vida. No podría estar ya diez días en Irlanda. La llevo dentro, claro. Y si necesito un poco de Dublín, leo unas páginas del *Ulises* de James Joyce, mi paisano, o pongo la genial película de John Huston, *Dublinenses*. Recuerdo que hace unos años volví a Dublín para recoger el doctorado que me concedieron, y no conocía a nadie y nadie me conocía a mí. Me di cuenta de que ya no pertenecía al Dublín real, al de hoy. Pertenezco a un Dublín anterior, que es el que tengo dentro. Me siento ahora más de Madrid que de allí.

■ Acabas de terminar de escribir un nuevo libro.

R Se llama *Aventuras ibéricas*, con este subtítulo: *Recorridos, reflexiones e irreverencias*. Es un libro que expresa una mezcla de amor y de rabia, o de amor y tristeza, que es lo que me produce España. Este es un país donde no puedes ganar ninguna batalla. Por ejemplo, si dices que España te encanta, toda ella, eres un gilipollas. Y si dices que hay cosas que no te gustan demasiado, te contestan que te vayas a tu país.

■ Has dicho que este país te produce una mezcla de amor y rabia...

R En efecto. Rabia porque podría ser un paraíso y no lo es todavía. Mariano Rajoy dice que España es una gran nación. La España actual para mí no es una gran nación porque permite que haya todavía en cunetas 130.000 fusilados por el franquismo. Yo digo que España es una gran nación en potencia por muchas razones, pero no lo es en el sentido moral y ético. Un país grande y magnánimo no deja a sus fusilados en cunetas. Y eso que estamos en Europa, al lado de la señora Merkel.

■ ¿Por qué no se puede aplicar adecuadamente la ley de memoria histórica? ¿Por qué solo se puede hacer con miedo, a escondidas?

R Porque la derecha no quiere. La derecha que tenemos no está dispuesta a afrontar la realidad del holocausto que hubo aquí. Cada vez que salen Esperanza Aguirre, Pablo Casado o Rafael Hernando diciendo barbaridades de la gente





«Aquí vienen los liberales y deshacen toda la legislación anterior, y vuelven los otros y hacen lo mismo. La II República fue así: llega, en 1933, Gil Robles porque la izquierda no se pone de acuerdo, como siempre, y la derecha se une, gana las elecciones y deshace todo lo que había hecho la República, su revolución cultural. Si la izquierda se hubiera unido, Gil Robles no habría llegado al poder. Es desesperante»

que busca a su abuelo, me revienta, siento asco. Cuarenta años de dictadura son muchos años, y eso lo tienen en los genes, en la sangre. Hasta que no se afronte ese problema, no va a haber aquí una reconciliación verdadera.

¿Es España un país de complejos?

Sí, por supuesto, aunque, con la entrada en Europa, creo que menos que antes. Y lo es porque la versión oficial de la historia española no se corresponde con la realidad. España es una mezcla de culturas, algo que no se reconoce a causa de la Contrarreforma, el Concilio de Trento, la llamada "Toma de Granada", de 1492, y todo el tema católico en general. Hay un rechazo profundo hacia lo judío y lo moruno. Muchos católicos no se dan cuenta de que su religión es oriental. ¿Dónde está el problema si tienes unas gotitas de sangre hebrea o mora? Jesucristo, el jefe de los cristianos, era judío. Es positivo que haya cinco mil palabras árabes en castellano y veinte mil topónimos, como la

capital de España, la palabra *Madrid*. Esto habría que enseñarlo en la escuela. Iba a proponerle a Aznar, ya que no le gustan los moros, quitar las palabras árabes del idioma castellano. ¡Limpieza lingüística! Lo propongo como un juego. La verdad es que esta mezcla es una riqueza inmensa y, además, es un pecado no verlo así.

Eres un apasionado de la cultura española, sobre todo de la obra de Federico García Lorca. ¿Cómo descubriste a Lorca? ¿Cómo te enamoraste de su obra?

Y sigo enamorado. Eso fue cuando tenía dieciocho años. Ya sabía francés y empezaba a aprender el idioma castellano. Un día, en una librería de ocasión en Dublín, vi unos libros españoles. Uno de ellos era el *Romancero gitano*. Leí primero el *Romance de la luna, luna*. Fue uno de esos impactos que ocurren cuando eres joven. Es como el amor, que de repente te puedes enamorar cuando aparece alguien. Había palabras que aún no conocía, pero ese libro me entró de golpe.

¿Cuánto has escrito sobre Lorca?

Miles y miles de páginas, pero he cerrado el ciclo. El año pasado me sacaron ocho nuevas ediciones de libros míos, entre ellos *Vida, pasión y muerte de Federico García Lorca*; *Lorca-Dalí, el amor que no pudo ser...* También he escrito sobre la homosexualidad de Lorca y su relación con el mundo gay en *Caballo azul de mi locura*. Nadie me había dicho en la universidad que Lorca era homosexual, fue algo que descubrí después. Y es fundamental, pues no se puede entender su obra sin tener en cuenta su condición de gay en una sociedad homófoba.

¿Cuál es el gran problema de España?

Es un país que lleva siglos a salto de mata. Larra dijo que España es como la mujer de Ulises, tejiendo y destejendo para mantener alejados a sus pretendientes mientras esperaba el regreso del esposo. Aquí vienen los liberales y deshacen toda la legislación anterior, y vuelven los otros y hacen lo mismo. La II República

fue así: llega, en 1933, Gil Robles porque la izquierda no se pone de acuerdo, como siempre, y la derecha se une, gana las elecciones y deshace todo lo que había hecho la República, su revolución cultural. Si la izquierda se hubiera unido, Gil Robles no habría llegado al poder. Es desesperante. De modo que el país nunca ha tenido estabilidad. Por esa razón, Américo Castro decía: "Los españoles viven desviviéndose". Sin fe en el futuro, cada uno ha ido a lo suyo. "Maricón el último", se dice aquí. Si no robas, eres tonto porque lo hacen hasta los políticos. Nunca ha habido nada sólido. Esto tiene que cambiar, claro.

Volviendo a Federico García Lorca...

Lorca es una obsesión para mí desde que lo descubrí con dieciocho años. Fui a Granada en 1965 a hacer la tesis acerca de las raíces rurales de su obra. Y la tesis se convirtió en una investigación sobre su asesinato. No pude evitarlo. Todo el mundo me hablaba de lo que había ocurrido en Granada y que nunca se había

contado fuera: ocho mil fusilados, con Lorca como el gran símbolo. Una mañana pensé que no tenía derecho a hacer una tesis aburrida sobre las raíces rurales del poeta, que la tesis podía esperar y que era casi una obligación investigar su asesinato. Y así lo hice. Me llevó cinco años. El libro, prohibido en España, fue publicado en París, en 1971, por Ruedo Ibérico, una editorial perseguida aquí por su antifranquismo. Se llamaba *La represión nacionalista de Granada en 1936 y la muerte de Federico García Lorca*. Un título demasiado largo, pero quería subrayar que su asesinato se había llevado a cabo en el contexto de la matanza que hubo en Granada. El libro, que salió en catorce idiomas, tuvo un gran impacto.

Hablemos de la actualidad política española. ¿Por qué no se ha podido formar un gobierno de cambio que mandara al PP a la oposición?

Le echo mucho la culpa a Pablo Iglesias, pero él es quien es y tiene sus obsesiones. Iglesias quería dar

el gran *sorpasso*, quería ser el número uno. Le faltó visión. Yo diría que también le faltó magnanimidad. Lo que veo es que la izquierda no se pone de acuerdo, ni siquiera el PSOE es capaz de ponerse de acuerdo consigo mismo. A mí me gustaba la idea de Pedro Sánchez con Ciudadanos. Desde mi óptica, considero que lo que hace falta es tranquilidad, sensatez, para llegar a una especie de solución de compromiso, para avanzar dos años o así y luego ver. Me habría gustado una legislatura sensata, pactada. Eso es lo que por ahora no han sido capaces de hacer, y es muy deprimente.

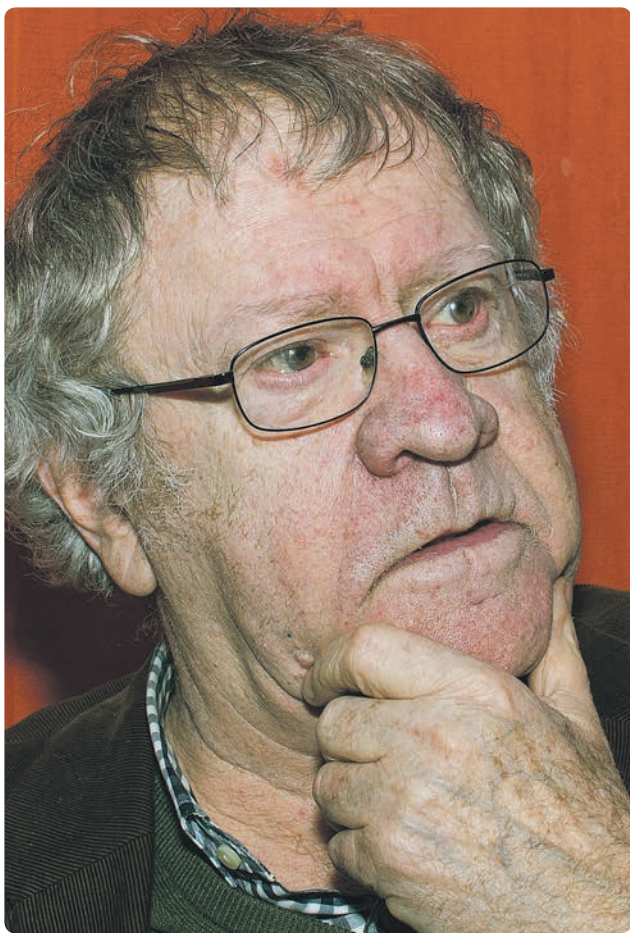
¿Piensas que la democracia es el mejor sistema posible?

Alguien dijo que es el sistema menos malo que se conoce, pero tiene que haber una ética pública, una moralidad. Antes, en Inglaterra, pillaban a un corrupto y enseguida dimitía. No sé si será igual ahora. Esa ha sido la norma en los países protestantes,

Pasa a página 10 ▶



Fotografías de Brian Genio



► Viene de página 9

donde estás a solas con Dios, sin ningún cura en el confesionario. La democracia nunca va a ser perfecta, pero es verdad que es el sistema menos malo que conocemos, aunque podría haber una democracia mucho más ética.

► **¿Cómo ves la situación del mundo, con el *brexit*, Trump, los refugiados abandonados a su suerte...?**

► Lo del *brexit* es horripilante. No todos los ingleses son gente civilizada y culta, claro. Hay millones de ellos que solo leen los tabloides, y eso es basura diaria. Además, siempre ha habido por parte de muchos británicos un rechazo a Europa. ¿Trump? Es un espanto, un esperpento. Parece una deformación de lo que creíamos que era un buen norteamericano, sensato y razonable. Un hombre que ha dicho lo que ha dicho de las mujeres es intolerable e impensable que sea presidente de los Estados Unidos. Creo que su propia gente acabará viendo la realidad de este hombre inculto, espantoso, orgulloso, chabacano. En cuanto a los refugiados, es un drama terrible. La Unión Europea

podría dar alguna respuesta si los europeos que la están dirigiendo fueran distintos. Lo que pasa es que tenemos los políticos que tenemos.

► **¿Qué piensas del trato que se le da a la cultura?**

► Nadie habla de ella, ni aquí ni fuera. Si somos europeos, deberíamos estar hablando de Shakespeare, de Cervantes, de Dante. Debería ser un orgullo ser europeo. La cultura es la gran esperanza.

► **Ya para terminar, tú que fuiste profesor de Literatura, ¿qué opinas de evaluar los conocimientos de los alumnos por medio de los exámenes?**

► Para mí era muy difícil ser profesor de Literatura en un sistema de exámenes. Pedirle a un joven que te dé su opinión sobre un poema de Bécquer es meterse en la vida íntima de otro ser humano y, encima, luego le tienes que poner un “nueve” o un “siete” por la respuesta. Llegué a odiar el sistema de medir, de examinar a un joven que comenta un poema, ya que estás moviéndote en un mundo muy íntimo. Eso no era para mí.

Muchas gracias, Ian. Ojalá volvamos a vernos pronto.

Memorias de un hombre nacido en Andorra



David Mateo Cano

Nací un dieciséis de febrero en Andorra la Bella. Allí pasé los primeros veinte años de mi vida y allí también me enamoré por primera vez. Fruto de ese amor nació mi único hijo, al cual no volví a ver hasta treinta años más tarde. Por medio de unas recomendaciones, conseguí un empleo en España, concretamente en A Guarda. Empecé trabajando como representante de cuchillas de afeitar. El pueblo me encantaba, así como sus gentes, pero no mi trabajo, de manera que decidí emigrar. Me fui a Londres a aprender inglés y trabajé en un Burger para sustentarme. Al poco tiempo pude comprobar que mis progresos, en lo que respecta al idioma, no eran los más adecuados, ya que apenas me relacionaba con nativos, por lo que me trasladé a Edimburgo, donde ejercí como gerente de compras en una empresa de logística. Los inicios fueron duros, pero me vinieron muy bien para afianzar mi inglés. Cumplido este objetivo, cogí un avión con dirección a las antípodas de mi lugar de nacimiento, es decir, hasta Auckland. Había visto una película que me maravilló. Me enteré de que se rodó en Nueva Zelanda, de forma que no quise morir sin conocer aquel paradisiaco enclave. Me gané la vida como guía turístico, hasta que conocí a un chino que me llevó a Hong Kong en busca de fortuna. Esta llegó mucho antes de lo que me imaginaba. Comencé a trabajar como agente de bolsa. La cosa me fue tan bien que monté mi propia empresa bursátil. Todo salió que ni pintado y en un par de años me hice millonario. Jamás imaginé que amasaría tanto dinero. Por medio de otro chino diferente al que me llevó a Hong Kong, recalé en Macao con suerte muy dispar. Me convertí, de la noche a la mañana, en un jugador empedernido y dilapidé toda la fortuna que había conseguido. Quebrado económicamente y hundido psicológicamente, conseguí llegar hasta el Tíbet, donde me recliné en un templo a meditar y a olvidar lo vivido, pero me fue imposible olvidarlo todo, puesto que me encontré con mi hijo ya hecho un hombre, aunque hundiéndose al igual que yo. Se refugió en aquel templo sagrado para olvidar un desengaño amoroso. Aquel encuentro nos fortaleció a los dos. Sin su ayuda no hubiera podido salir adelante. Aun así, tuvimos que separarnos nuevamente. Yo emprendí rumbo hacia Moldavia, donde conocí a una guapa moldava de la que me enamoré perdidamente, pero por desgracia no duró mucho nuestro amor, ya que después de casarnos decidimos irnos de luna de miel al Serengueti a realizar un safari, y a mi adorable mujer la devoró un león en un descuido. Sin saber cómo ni por qué, di con mis huesos en Antigua, donde trabajé como recepcionista en un hotel de lujo. Un cliente me habló de las maravillas de Kioto y no quise perdérmelo. Permanecí unos cuantos años en aquella singular ciudad. Mermadas mis facultades físicas debido a la edad, llegué a Nueva Delhi, donde residí actualmente a mis noventa y un años. Cuento historias a la gente y siempre me gano algunas monedas para subsistir. A veces narro vivencias propias y, en otras ocasiones, algunas que he oído en algún lugar de los que he estado. Los turistas son los que me dejan las mejores propinas. El idioma no es ningún obstáculo, puesto que sé hablar muchos. Creo, sinceramente, que este será mi último destino, aunque nunca se sabe.

Las creencias limitadoras



María García Gómez

Los seres humanos podemos elegir lo que hay en nuestra mente: nuestra actitud, nuestras creencias, nuestros valores y nuestros pensamientos.

Hay varias maneras de trabajar en la evolución: mediante la meditación, ejercicios espirituales, la oración, la contemplación, la práctica del silencio o las experiencias de contacto con la naturaleza. Cualquier cosa puede ser válida mientras tenga el efecto de superar las limitaciones de nuestro yo y hacernos conectar con la fuerza que emana de nuestro ser. Otra manera puede ser trabajar para soltar las barreras que se han ido erigiendo a nuestro alrededor y que están formadas por creencias que existen en nuestra mente, que nos hacen sufrir mucho emocionalmente.

Conforme aprendamos a cambiar nuestras creencias y a hacerlas más positivas, de forma automática, nos iremos elevando hasta alcanzar el ser verdadero que espera pacientemente en nuestro interior. El despertar espiritual y la evolución consisten en un proceso de desaprendizaje, descondicionamiento y reaprendizaje.

Las preguntas que habría que hacerse son las siguientes: ¿qué porcentaje de nuestras creencias ha sido elegido por nosotros conscientemente y qué parte de nuestras creencias ha sido heredada de aquellos que vinieron antes que nosotros? Además, ¿qué parte de estas creencias nos gustaría preservar y qué partes podemos cambiar?

Cada emoción negativa tiene detrás una creencia que la refuerza. El simple hecho de expresar un malestar no es suficiente para cambiar el estado mental del que surge. Puede contribuir a soltar emociones reprimidas y dar lugar a una experiencia de catarsis temporal, pero en poco tiempo las emociones empezarán a crecer otra vez porque no se han tenido en cuenta las creencias que subyacen tras ellas.

Solo cuando dejamos salir ideas limitadoras y las redefinimos desde un punto de vista positivo, conseguimos liberarnos de la conciencia de víctima, del “me siento mal porque...”. Una vez que la visión negativa desaparezca y dé lugar a una más acorde con la realidad, dejaremos de reaccionar ante las situaciones como lo hemos venido haciendo hasta ahora, y las viejas emociones no volverán a reproducirse.

El condicionamiento que recibimos en la infancia suele fomentar ciertas creencias que luego arraigan dentro de la conciencia y forman un filtro a través del cual vemos nuestras experiencias. Se trata de un filtro invisible e inconsciente que afecta al modo en que percibimos la realidad. Por tanto, es difícil identificarlo y cambiarlo, pero una vez que aprendemos a hacerlo puede resultar un proceso bastante placentero.

Para transformar las creencias limitadoras, lo primero que hay que hacer es preguntarse si podríamos elegir otra perspectiva, a la hora de enfocar esta situación, que nos hiciera sentir mejor. Y si mantene-mos esta perspectiva, ¿qué cambios creemos que se podrían producir?

Al cambiar las creencias se da una transformación en la calidad de la emoción que estamos experimentando. Es nuestra misión encontrar todas las barreras que hemos construido en nuestro interior y eliminarlas.

PSOE: desahucios, Bankia, "CETA" y muchos más...



Réplica y Crítica

El pasado día 15 de febrero llegó, finalmente, al Parlamento Europeo, para ser sometido a votación, el tratado de comercio de la Europa troikesca con Canadá, denominado "CETA", contra cuyo proyecto se han venido produciendo, a lo largo de mucho tiempo, masivas movilizaciones de protesta y se han elaborado innumerables análisis y documentos críticos sólidamente fundamentados, dada la extrema gravedad de dicho tratado y las desastrosas consecuencias que de él han de esperarse.

Tan es así que los socialdemócratas europeos, cuya deriva duramente reaccionaria y antisocial todos conocemos, se dividieron, no obstante, a la hora de votar en el Parlamento de la UE ese tratado: los hubo que votaron a favor, pero otros votaron en contra. Naturalmente, los eurodiputados del PSOE fueron de los que votaron a favor, fieles a la tradición tan particularmente retrógrada y de neoconservadurismo radicalizado que viene distinguiendo a ese partido, ya desde los tiempos del felipismo, que actuó como contundente sepulturero de los mandatos sociales de la flamante Constitución de 1979. Arremetió contra la industria nacional, en beneficio del capital

extranjero, desencadenó una catastrófica política de desahucios y de burbujas especulativas y muchas cosas más...

El referido tratado –el "CETA"– se aprobó por fin con los votos de los partidos conservadores y de derechas en el Parlamento de la UE y con los de los socialdemócratas que se unieron a ellos, entre los que figuraban, por supuesto, los catorce eurodiputados por el PSOE. Pero hubo socialdemócratas de otros países que incluyeron sus votos entre los 254 que contra el tratado se produjeron, más 33 abstenciones, lo que supone un ampliamente significativo rechazo de este, dados los poderosos intereses económicos y políticos que se han movido y presionado con fuerza para que al tratado se aprobase y que, en gran parte, entrará de inmediato en vigor, aunque habrán de ratificarlo los Parlamentos nacionales de los países miembros de la UE.

Esto último, no deja de ser una mayúscula aberración, como, sin duda, lo es el que teniendo que ratificarse el tratado en cada país, teniendo que debatirlo a tal fin, entre en vigor antes de que se hayan seguido tales trámites.

Con motivo de los cuales, ni que decir tiene que habrán de intensificarse



las denuncias del nefasto tratado en cuestión y las acciones en su contra.

En nuestro país, está en manos del PSOE que las Cortes Generales lo ratifiquen o no: malas manos, pésimas manos, sin duda, dados los antecedentes. Serán los del PSOE los responsables y culpables de que el tratado se ratifique, para lo que es preciso que sumen sus votos, sumisamente, a los del PP. Sobre lo que hay y habrá que llamar la atención con la mayor viveza.

Y, por cierto, coincidiendo con lo perpetrado por los representantes el PSOE en el Parlamento Europeo, con ocasión de la votación del CETA, ha tenido lugar la imputación, por los escándalos y saqueos de Bankia, del "socialista" que fuera gobernador del Banco de España, Miguel Ángel Fernández Ordóñez (Mafo). Uno de los personajes más siniestros y ultrareaccionarios de la historia de este país y que, con sus cargos en el Ministerio de Economía, jugó un papel decisivo en los desmanes y tropelías del felipismo.

Cineforum

Viernes 24 de marzo, 19 hs.
en el Casino de la Reina

¿Existe la coherencia política? Pepe Mujica, la "otra" política



Fue muy bueno el debate sobre Trump. Se podría haber extendido el debate al descrédito de la política y los políticos en general. Alguien habló de algunos líderes como excrecencias de un sistema aquejado por una profunda crisis. Queremos encontrar, si es posible, un contrapunto, un ejemplo o varios ejemplos distintos. Por lo pronto, la dependencia de un líder ya es todo un tema de reflexión, pero como las referencias son importantes, queramos hablar de si existe una política decente, una política honesta, una política y unos políticos que inspiren confianza.

En esta ocasión, recuperamos la forma de cine fórum y proyectaremos un pequeño documental sobre Pepe Mujica, y ese documental aún no lo hemos elegido por lo que se admiten sugerencias, ya que tenemos varias opciones. No se nos ocurre un contrapunto a Donald Trump más evidente, aunque se han barajado otras opciones. Como siempre, se trata de un espacio abierto a las vecinas y vecinos y a todos los puntos de vista sin prejuicios. No dudamos de que se trata de algo que no sirve para nada, pero en lo que disfrutamos un montón. No se trata de que nadie nos lea la cartilla; la cartilla nos la leemos entre nosotros y nosotras sin dictados ni tutelados.

Reunión del consejo abierto de redacción

Los lunes 6 y 27 de marzo tendrán lugar las próximas reuniones del consejo abierto de redacción, para planificar el contenido de la edición nº 44 del periódico, correspondiente al mes de abril. Será de 19:00 a 21:00 horas en el Centro Comunitario Casino de la Reina, calle Casino, 3 (parque del Casino).

Separados, pocos y, sin embargo,... ¡lúcidos!

El 14 se manifestaron los sindicatos "oficiales" y el 25 los "alternativos". Ya sabemos que la manifestación del 25 se hizo como Marchas por la Dignidad y no solamente convocaban sindicatos, pero la reivindicación es obrera y de clase, sin duda alguna, y salvo el incombustible PC de siempre, los grupos con mayor identidad fueron los de Co.bas, CGT y Solidaridad Obrera. Importante en ambos casos la presencia de jubilados con identidad y pancarta propia.

Se ha tratado de dos manifestaciones de delegados y de militantes incombustibles, dos manifestaciones en las que no se ha arrastrado a "la calle", con una asistencia muy reducida pero con mucha lucidez en el diagnóstico y en la propuesta. No sabemos si es compensatorio proponer, desde la debilidad, una huelga general, pero lo que no cabe duda es que ahora más que nunca, se trata de una necesidad inaplazable. También se coincide en que la calle no tiene portavoces en el parlamento, y esos portavoces, como no pueden liderar nada, simplemente no han venido.

Se está gestando el ataque más demoledor de la historia reciente al sistema público de pensiones y defenderlo es una prioridad. Los sindicatos "oficiales" y los "alternativos" siguen siendo como agua y aceite y, al tiempo que los primeros se han debilitado, los segundos ni se han fortalecido ni los han reemplazado y en la izquierda, entendida en sentido amplio y difuso, ni siquiera hay acuerdo en la defensa y recuperación de "lo público". Una huelga general desde la unidad y desde los cientos de miles de gentes que tomaron Madrid en su día desde todos los lugares y todas las procedencias, hubieran hecho temblar el sistema. Ahora nos está tocando reiniciar las movilizaciones y, desde luego, la cosa no va a ser nada fácil.

Manuela Chirimbolos



José Jiménez y Ángela Fernández

Con gracejo popular, se denominaron "chirimbolos" esas aparatosas pantallas y torretas publicitarias de gran tamaño que, hace ya bastante tiempo, se colocaron en diversos puntos de Madrid, lo cual mereció críticas y en ellas abundó lo que suele tenerse por

"progresía"...

Pues bien, aquello no fue nada comparado con la apabullante invasión masiva de tales artilugios a que resulta que está siendo sometida la capital por su actual alcaldesa –llamada ya, por ello, Manuela Chirimbolos-. Con burda y torpe degradación de la estética,

de las perspectivas y de los valores urbanísticos y arquitectónicos de la ciudad, lo que está afectando, ante todo, a sus zonas histórico-artísticas y, luego, a todas las demás. Algo a sumarlo a todas las otras reprobables ocurrencias de esta señora que ahora manda en Madrid.

Se alquila local por horas, 40 m², de nueva construcción, pulcro, acogedor y de fácil acceso. Con mesas y sillas, ideal como oficina o para impartir clases. Zona Embajadores. Se alquila para compartir con asociación. 636877952 652202374

La cocina de sefarad



Juan A. Gilabert

Si bien el pueblo judío ha vivido siempre de forma independiente y celoso de sus costumbres, su cocina ha sido permeable a recoger elementos de aquellas zonas donde vivían que se han perpetuado a lo largo de los siglos en recetas tradicionales. El calendario judío está marcado por sus fiestas y los preceptos religiosos que conllevan un ritual de comidas y ayunos. Además, las normas de la *cashrut* establecen qué ingredientes son aptos (*casher*) para su consumo y qué combinaciones pueden realizarse (así, carne y leche no puede consumirse juntas), incluso los mismos platos tienen un marcado significado simbólico. En España, la presencia de los judíos ha estado marcada por sucesivos periodos de persecución y de tolerancia hasta la firma del Edicto de Granada para su expulsión en 1492 (no se derogaría hasta 1969) por los Reyes Católicos, poniendo fin a su presencia durante casi milenio y medio. El termino sefardí define a los judíos que vivieron en la península hasta 1492 o son descendientes de aquellos. Más tarde, las recetas heredadas, tanto de la cocina andalusí como de la sefardí, se enriquecerían con los productos venidos del Nuevo Mundo dando lugar a las bases de nuestra cocina actual, donde nos encontramos todavía platos que nos recuerdan aquella “España de las Tres Culturas” abortada con el final de nuestra Edad Media.

En la cocina sefardí, como en el resto de las cocinas antiguas, los cereales (cebada, trigo) constituyen uno de los elementos más importantes en la alimentación empleándose para la elaboración de panes y pasteles ázimos, esto es, sin fermentar, al no llevar levadura (recordando el pan del éxodo a través del desierto). Las hortalizas y verduras no se ven limitadas por las normas de la *cashrut*, por lo que nos encontramos gran variedad, puerros, cebollas o ajos, pero sin duda el más característico es la berenjena, tanto que fue considerada “comida de judíos”. Ingrediente central en platos representativos de la comida sefardí que han llegado hasta nuestros días como el almodrote (pastel de berenjenas gratinadas) o la alboronía, de origen árabe y precursor de nuestro actual pisto.



Esta obra de Emili Sala de 1889 representa a fray Tomás de Torquemada, Inquisidor General, en presencia de los Reyes Católicos instándoles a la expulsión de los judíos de sus reinos, lo que se llevó a efecto en 1492, año de la Reconquista de Granada y del descubrimiento de América por Cristóbal Colón poniendo fin a la Edad Media.

Las recetas más elaboradas eran reservadas para la cena del shabat, ya que durante ese día la prohibición de no poder trabajar se extendió a cocinar o encender fuego; por ello, los guisos eran preparados la tarde-noche del viernes y se dejaban a fuego lento, arropados, para que no perdiesen calor. En estas recetas de elaboración lenta y pausada tienen un lugar destacados los potajes, con verduras como las espinacas, las coles o las berzas y los cocidos de legumbres secas (lentejas, garbanzos y habas). Entre estos últimos, destacar la adafina, un elaborado plato, precursor de nuestra olla podrida y nuestros cocidos, que contenía garbanzos, carne de ternera y pollo, fideos y huevos duros; era servido en tres platos y los judíos conversos añadíanle tocino, chorizo o morcilla para demostrar su renuncia a la fe de Moisés, ya que entre los alimentos prohibidos está el cerdo y la sangre, junto con todos aquellos animales que no rumien y tengan la pezuña partida. Sí que comían aves, salvo carnívoras y carroñeras, y entre las más populares, el pollo y la gallina, herencia de su origen fenicio. Una habitual preparación de origen árabe eran las albóndigas con carne picada de

cerdo o de pescado con salsa de limón, huevo y azafrán.

El pescado, para poder ser considerado *casher*, debe tener aletas y escamas (atún, boquerón, sardina, besugo, merluza). Como los fenicios, su pasión por el pescado (considerado un símbolo de fertilidad), junto a la ya comentada prohibición de cocinar durante el *shabat*, dio lugar a un recetario extenso de métodos culinarios (desde ahumados y salazones a escabeches y encurtidos) y platos complejos de lenta elaboración con los que celebrar el fin del ayuno sabático. Una receta destacada es el pescado relleno, cuya carne era troceada y mezclada con pan y huevo para luego cocerlo con cebollas y verduras.

Como los árabes, continuaron su gusto por los frutos secos y las frutas de estación o preservadas y por las especias, en especial, por el azafrán. En cuanto a la repostería, muy variada, los gustos árabes por la almendra y las masas fritas coinciden con los sefardíes. Destacar como herencia los piñonates, los pestiños con miel, los buñuelos o el mazapán, entre otros.

Y es que la herencia cultural y el genoma no engañan; ahí están las tres culturas. Hasta siempre.

Galerías Piquer



Alfonso Sastre Higuera

Existe en la zona del Rastro un apartado dedicado a las antigüedades. Se encuentra en la parte baja de Ribera de Curtidores y me parece un edificio bello y extraño a partes iguales, que rompe con la hegemonía de Lavapiés, pero que no podría estar en ninguna parte salvo aquí.

Me refiero a las Galerías Piquer, llamadas así por la actriz y cantante de

coplas Concha Piquer, que acabó siendo propietaria del solar. El edificio fue diseñado en los años cincuenta por el arquitecto José de Azpiroz y Azpiroz e inaugurado por el alcalde de Madrid, José Moreno Torres. En un principio fueron conocidas como Galerías de la Isla de Cuba y no siempre le pertenecieron a la tonadillera.

No se sabe con exactitud cuándo fue que los vecinos que frecuentaban el Rastro comenzaron a interesarse por los objetos de antigüedad, pero cierto francés de nombre Bargues, que no era más que un trapero, vio el negocio y acabó convirtiéndose en todo un magnate.

De hecho, este no era un caso aislado. Muchos ropavejeros y traperos acabaron amasando grandes fortunas, en esa zona del Rastro, con dicho negocio entre los siglos XIX y XX. Como dice el dicho: “La basura de un hombre es el tesoro de otro”.

El caso es que el tal Bargues se hizo con un amplio solar que el pueblo conocía como El Corralón del Francés y se mantuvo durante generaciones. El libro Historia del Rastro nos habla un poco más de sus descendientes y de otros vecinos franceses, hombres y mujeres, que llegaban a raudales hasta nuestro barrio desde la Galia para vender figuras y objetos de colección. El mismo libro nos cuenta que, mientras nuestros vecinos galos se forraban, otros apenas llegaban a finales de mes. Así que, como veis, el Rastro da y el Rastro quita.

Galerías Piquer fue la primera. Cobró gran popularidad y rápidamente fue imitada, de modo que así surgieron Galerías Ribera y las Nuevas Galerías, todas ellas en Ribera de Curtidores. Son nombradas en la trilogía que el escritor Francisco Umbral dedica a Madrid y tuvieron gran repercusión en los medios llegando incluso a aparecer en el NODO.

Si hoy entráis en ellas, os encontraréis en un patio hermoso, lleno de estatuas blancas más propias de un museo que de un arrabal, como si os hubierais adentrado en un mundo diferente de las callejuelas estrechas y los recovecos de Lavapiés. Un pequeño mundo dentro de otro, pero que, como ya hemos dicho, en ningún lugar encajaría igual de bien.



Guillermo
García Sánchez

Hay dos tipos de guardametas, los altos y los gigantes. A este último grupo pertenece Sergio Brell, la "promesa de barrio" de este mes. Un chico con la mayoría de edad recién cumplida, que llama la atención por sus 193 centímetros de estatura. "Siempre fui el alto de la clase", recuerda un Brell, que con 5 años daría sus primeras patadas a un balón como jugador de campo en el exiguo patio del colegio Sagrado Corazón, junto a la calle de Bailén. Eso sí, antes de acabar el curso Brell había conquistado la portería.

Con 13 años Sergio decidió dar un paso adelante fichando por el club de fútbol sala federado "CDR La Paloma". En su primera temporada ganó el campeonato de Segunda División de toda la Comunidad de Madrid, ascendiendo a la Primera División y poniendo la guinda al pastel con su convocatoria por parte de la selección madrileña. En su segunda temporada Sergio compartió vestuario con otra de nuestras "promesas de barrio", el actual jugador del Getafe, Martín Fraile. No es el único amigo que recuerda de esa bonita etapa: "Me quedo con la labor de Aitor, mi preparador de porteros. En ocasiones me ponía a entrenar con chicos cinco o seis años mayor que yo. Eso me curtió".

Brell, el guardameta que nunca se rinde

Con 13 años se apunta al club de fútbol 11 de segunda división infantil Gigantes. "El cambio fue sideral. Me costó acostumbrarme a las nuevas porterías. En las primeras semanas no me lanzaba a despejar algunos disparos, porque pensaba que se marchaban fuera del marco", reconoce Brell. El cancerbero tardó poco tiempo en familiarizarse con su nuevo mundo. Tras esa primera temporada en el Gigantes, acabó fichándole un club cuatro categorías superior: el "Águilas de Moratalaz" de DH -división de honor-. A pesar de sus nervios iniciales lo acabaría bordando, hasta el punto de que en el paso de la categoría infantil a cadete tenía dos ofertas de canteras potentes del balompié madrileño: el Alcorcón y el Unión Adarve. A pesar de ser más impopular, Brell tomó la decisión de jugar con el Adarve, del barrio del Pilar, debido a su mayor cercanía al centro de Madrid.

El penalti

El fichaje por el Adarve hace que Brell se empiece a tomarse las cosas más en serio: "Me di cuenta de que tenía posibilidades de hacer algo grande. Eso provocó que empezara inquieto", rememora nuestra promesa. Pero un día, partiendo como suplente desde el banquillo, sucedió algo que no se podía imaginar: "El portero que me había quitado la titularidad fue expulsado al cometer un penalti. Salgo en su lugar y lo paro. A partir de ahí todo empieza a cambiar". De menos a más, como siempre le ha sucedido, Brell reconquistó la titularidad y se marcó dos años excelentes en el Adarve. Transcurrido este bienio, Sergio no se siente

a gusto con el proyecto deportivo y decide poner rumbo al San Sebastián de los Reyes, también en División de Honor: "El año del Sanse fue duro, estaba lejos de mi casa y deportivamente tuve que luchar muchísimo", asevera Sergio.

En los compases finales de la temporada 2015-16, Brell queda con su amigo Mario, central del Unión Adarve. De repente suena su teléfono. Eran los preparadores del Leganés, que deseaban ficharle para el juvenil. Así lo explica el entrenador de porteros de la academia blanquiazul, Mario Martín: "Creímos que podía tener un mayor aprendizaje estando con los de uno o dos años más". El preparador valora a nuestra promesa: "Tiene una gran fortaleza física y, sobre todo, el afán de superación que le hace superar carencias de temporadas anteriores como la coordinación. Para mí es un Buffon, un Diego López, poderosos en el área". A Sergio se le tiene en cuenta en el club de primera división siendo convocado unas cuentas veces a partidos y entrenamientos con el filial.

Brell reconoce su pasión por el Athletic de Bilbao. Desconoce el motivo de su amor, son cosas del corazón. Lástima que el conjunto rojiblanco solo acoja a vascos, navarros o riojanos. Quizá cambie su política cuando Brell vuele por las grandes plazas de Primera. Si Brell tiene que elegir a un modelo, no lo duda, Courtois es su ídolo. En más de una ocasión le han comparado con el gigante belga -mide 1,99 metros-. Él se siente orgulloso con el símil, seguirá trabajando por su pasión, sin bajar los brazos en los estudios, en pos de su meta.



...y vecina de Lavapiés:

Loly
Redondo

Más de 400 agresiones en 3 años a árbitros españoles. Teniendo en cuenta el calendario de la Liga, esto son 2 agresiones por jornada. Una barbaridad.

Estas agresiones se producen en todas las categorías; es decir, desde niños de 7 años hasta padres de 40 años o más. Pero, claro, si el padre pega, pues el hijo también. Qué triste.

Por poner un ejemplo, el pasado día 14 de enero, un benjamín (8 o 9 años) se lio a patadas con el árbitro mientras su entrenador recriminaba al colegiado su mala actuación durante el encuentro. Muy "deportivo". Al niño le han sancionado con 3 partidos, me parece poco. ¿Y al entrenador? Nada. ¿Qué está enseñando a sus jugadores? ¿Cómo frenar todo esto? Tan solo en el mes de enero han sido 24 los árbitros agredidos. ¿Esto es deporte?

Yo, como tantos de vosotr@s, tengo un hijo al que le gusta el fútbol. Lleva jugando 16 años, desde que tenía 5. Y claro que se enfada, pero hasta esos extremos jamás.

¿A quién culpamos de esta violencia? ¿A los padres? En un gran porcentaje, sí. Es inaudito ver cómo gritan improperios y amenazas desde las gradas al árbitro, que en la gran mayoría de las ocasiones es un chaval muy joven.

¿Y si el árbitro gritara e insultara al jugador que ha fallado el gol o no ha detenido un disparo? Impensable, ¿verdad?

El día 18 de febrero, en un partido de alevines (10-11 años), una madre quería pegar al árbitro y le gritaba como una loca porque le habían dado una patada a su niño y no había expulsado al agresor. El niño siguió corriendo hasta el final del partido sin quejarse.

¿También nos "comemos" a los compañeros de



clase o al profesor cuando juegan al fútbol en el patio del colegio y salen con las espinillas moradas por las patadas?

Es complicado controlar toda esta violencia, no se sanciona con dureza. Sobre todo, si hay personas como un tal periodista llamado Roberto Gómez, que se permite la licencia de decir "qué malos son los árbitros españoles". Yo no recuerdo su época de árbitro, no sé cómo lo haría él. No he visto al colectivo arbitral cuestionar, y mucho menos insultar, a tanto periodista deportivo tan entendido que tenemos hoy en día. "Zapatero a tus zapatos".

Este tema me afecta y me indigna bastante, pues desde hace 5 años mi hijo pertenece a este colectivo, "los árbitros". Disfruta del fútbol desde ambos lados, y le gusta y quiere seguir disfrutándolo muchos más años.

Recuerdo un partido de juveniles en Pozuelo. Uno de los jugadores no convocados estaba en la grada viendo el encuentro. El árbitro, es decir, mi hijo, pitó alguna acción que a este muchacho no le gustó. Y se puso a insultarle con bastante energía, acordándose de mí (su

madre). El padre del árbitro le recriminó su actitud y la madre de otro jugador intervino para decir "si saben que le insultan, ¿para qué vienen?". Y yo me pregunto: "Si tu hijo juega mal y pierde los partidos, ¿para qué vienes tú?". La respuesta es sencilla: por estar con ellos, por compartir y disfrutar su afición.

Los jugadores tienen padres, los árbitros también. Los jugadores son deportistas, los árbitros también. Todos disfrutan y aman este deporte. No lo estropeemos desde la grada o desde los medios de comunicación. Disfrutemos del espectáculo.

Ojalá la estadística de las agresiones se reduzca a 0. Ni que decir tiene que la violencia está totalmente injustificada, pero añadiría que a los árbitros no se les da toda la importancia que tienen en su trabajo, porque el Real Madrid puede jugar sin Cristiano y el Barcelona sin Messi, pero ninguno de los dos equipos jugaría sin Mateu Lahoz.

Si en nuestros momentos de ocio hay tanta violencia, ¿ni me imagino en los de tensión!

Seamos civilizados y construyamos un mundo respetuoso y mejor.



Centro de fisioterapia y psicología Regala, regálate salud y bienestar



OFRECEMOS TRATAMIENTOS DE FISIOTERAPIA Y OSTEOPATÍA.
TRATAMOS DOLORES DE ESPALDA (CERVICALES, DORSALES, LUMBARES), CIATICAS,
FASCITIS PLANTAR, CONTRACTURAS, ESGUINCES DE TOBILLO, MUÑECA,..., TENDINITIS
(SUPRAESPINOZO, MANGUITO ROTADOR, EPICONDILITIS,...), SOBRECARGAS MUSCULARES,
PIERNAS CANSADAS, ARTROSIS,... LESIONES DEPORTIVAS O TRAUMÁTICAS...
TU RECUPERACIÓN ES NUESTRO OBJETIVO
NO TRATAMOS UNA ENFERMEDAD, SINO A LA PERSONA QUE LA PADECE
BUSCAMOS LAS CAUSAS DE LA DOLENCIA



Fotografías de Pilar Condado



Lola Toro
Onda Gestalt

La fisioterapia previene, identifica, corrige y alivia el dolor, restaura el movimiento y la fuerza con el objetivo final de conseguir la recuperación del paciente, solucionar sus limitaciones físicas causadas por lesiones o enfermedades. Para ello, nosotros realizamos una valoración individual de cada paciente, adaptando un tratamiento concreto con objetivos específicos para cada individuo, empleando técnicas manuales, fundamentalmente, de fisioterapia y osteopatía estructural.

Técnicas que utilizamos: diferentes tipos de

masajes, estiramientos, movilización de articulaciones, manipulación vertebral, ejercicios de fortalecimiento muscular, etc... También utilizamos ventosas, vendaje neuromuscular, liberación miofascial, encaminadas a obtener la recuperación funcional de individuo y la prevención.

Otras técnicas: reflexología podal (mejorar el estado físico a través de los pies) y masaje Shiatsu.

Para nosotros la implicación del paciente en su recuperación es importante para conseguir mejores resultados y prevenir futuras recaídas.

Beneficios

- No solo se consigue tratar el problema, sino también mantener un buen estado de salud en la persona.

- Al tratar las disfunciones se elimina el dolor.
 - Mejora y elimina el dolor muscular y articular.
 - Favorece el movimiento de las articulaciones
 - Mejora la fuerza muscular y la movilidad.
 - Ayuda a mantener o recuperar la flexibilidad de los músculos.
 - Previene y controla el deterioro físico.
 - Corrige posturas nocivas.
 - Mejora la circulación.
- Mejora del flujo sanguíneo a las zonas masajeadas.
- Reduce el estrés.

PRECIO (las sesiones son de una hora):

- 1ª sesión, 23 euros.
- Sigüientes sesiones, 30 euros.
- Bono de 5 sesiones, 125 euros (puedes compartirlo con familiares o amigos, o regalarlo).

Lola Toro (Fisioterapeuta. Osteópata estructural. Masajista de Shiatsu)
C/ Sombrerería, 7, local 1, Lavapiés-Atocha-Embajadores
CITA PREVIA. TELÉFONO 616 85 43 63

Facua Madrid



FACUA Madrid

Informa a los usuarios de las cinco claves para conocer los productos sostenibles

La asociación hace especial hincapié en el etiquetado para detectar qué artículos cumplen la normativa. Letras minúsculas que incumplen la normativa, términos incomprensibles, grasas ocultas o 'virtudes' irrelevantes. Las normas de etiquetado son muy estrictas y establecen que la persona consumidora debe poder leer y entender qué compra para poder decidir. Sin embargo, enfrentarnos a leer la etiqueta de un alimento puede suponer una tarea compleja. Si a ello le sumamos que existen distintas clasificaciones de alimentos y que cada una de ellas cuenta con una regulación específica, el resultado puede ser un laberinto de recomendaciones, porciones y porcentajes para la persona consumidora. Por ello, FACUA Madrid informa de las cinco claves para comprender las etiquetas de los alimentos y poder hacer un consumo responsable:

1. Los contenidos de la etiqueta

Todos los productos envasados vienen obligados a contener una información mínima en el etiquetado, con independencia de otras normas respecto de alimentos concretos como la carne de vacuno, carne de ave o el pescado, entre otros. Este contenido de carácter general comprende la denominación del alimento, la identificación de la empresa alimentaria, la lista de ingredientes -de mayor a menor peso-, los alérgenos que contiene, la cantidad neta para productos envasados, la fecha de duración mínima o fecha de caducidad, el modo de empleo y condiciones especiales de conservación y utilización, el país de origen o lugar de procedencia, el grado de alcohol contenido (para bebidas con contenido de alcohol superior a 1,2 % en volumen) y la información nutricional. También debe indicar si hay algún contenido transgénico, que debemos evitar si queremos apostar por un consumo ecológico.

2. La información nutricional obligatoria

La información nutricional que tiene que ofrecernos un producto tiene que incluir como mínimo el valor energético, las grasas, las grasas saturadas, los hidratos de carbono, los azúcares, las proteínas y la sal. Toda esa información debe estar referenciada a "100 gramos o 100 mililitros", lo que nos permitirá comparar productos.

3. El tamaño de la etiqueta

El etiquetado debe ser claro y legible. Para los envases cuya cara mayor tenga una superficie inferior a 10 centímetros cuadrados solo será obligatorio indicar la denominación del producto, la cantidad neta y el marcado de fechas.

4. Ojo a los ceros

Algunos productos usan como reclamo publicitario "cero grasas", pero eso no significa que no contengan calorías. Los que indican que tienen un cero por ciento de azúcares añadidos tampoco quieren decir que no los contenga, sino que no se la han añadido a la que de por sí contiene ese producto.

5. El porcentaje del valor diario

Algunas veces los productos nos indican el valor diario de una dieta; pero se basa en una dieta de 2000 calorías, que no tiene por qué coincidir con nuestras necesidades nutricionales.

Una vecina excepcional cumple cien años: la poesía de Gloria Fuertes sale a la calle



Carlos Antonio Figuera Lillo y Aurelio Merino López

La poeta, como ella reivindicaba llamarse, ya en sus últimos años concluye firmemente:

"El más bello paisaje es sin duda un rostro humano".

Tras una infancia humilde y trabajosa, una orfandad materna temprana y al final la guerra, todo sin cumplir los veinte años, para quedar luego "más sola que yo misma", su fe en un mundo mejor y en la gente que habrá de conseguirlo no logró ser quebrantada.

Sigamos su ejemplo: frente a la deshumanización, poesía, memoria, ganas de llenarse del sol de Madrid, el nuestro y el suyo. Calle adelante gentes que no se conocen, pero sí se reconocen

en los claros mensajes de las "Glorierías", afilados y certeros como saetas, en los cantos rotundos al amante que espera en soledad, en la esperanza en un Dios que habita en "el vino, el puerto, la mina, el cine o la casa del médico".

Cien años ya que nos nació a todos un ángel de voz rota y pluma preclara, en una calle recoleta que llaman de la Espada. Celebremos el acontecimiento, y después sigamos festejando, ya sin excusas, que Gloria sigue en las tabernas, en la charla y la fraternidad, mirando las torres truncadas de San Cayetano, para hacernos ver que se sufre pero se puede seguir de pie, junto a "La Gota de Leche", para no olvidarse nunca del débil y el necesitado.

Vamos a descubrir juntos lecciones de vida y arte, las que Gloria nos dejó aquí mismo en Lavapiés.

También los críticos

literarios y sus compañeros escritores supieron reconocer su valía.

Decía de ella el gran dramaturgo Francisco Nieva: "El ser tan madrileña la hacía más universal, por acertar a expresar las cosas con tanta originalidad de concepto", "en los versos de Gloria se ríe y se llora a la madrileña", "el organillo cristalino de Gloria suena siempre a Gloria y a Madrid, sin ser nunca poesía localista".

La poeta Luz María Jiménez Faro, que dirigió la Fundación Gloria Fuertes para conservar su legado, decía en el prólogo de "Pecábamos como ángeles" (1997):

"Espontánea, divertida, irónica, disparatada, tierna, afectiva, surrealista, sencilla, solidaria, sincera, diferente...", "su poesía llega a todo tipo de lectores, su emoción humanísima alcanza a todas las gentes de buena voluntad", "en su



poesía aparecen con frecuencia los mendigos, los borrachos, los marginados, las prostitutas, los heridos por la vida y, en general, todos aquellos que, de una forma u otra, viven en el dolor y en la soledad".

Max Aub, nuestro exiliado dramaturgo, dijo: "¿Qué comieron sus padres que supieron llamarla desde

que nació?", "Poetisa de rompe y rasga".

Carmen Conde, la primera mujer en llegar a la Real Academia de la Lengua, la describe así: "Es una madrileña barojiana y goyesca, de los Caprichos menos virulentos pero más populares".

¿Y usted qué opina?

"Sábados con Gloria" circula durante dos horas por el barrio de Embajadores una vez al mes. Siempre en sábado. El precio, 4 euros por persona. A partir de doce años. Pueden informarse en mediadimadrid@yahoo.com

GRUPO DELED
Expertos en Iluminación y Domótica

TIENDA LED · PROYECTOS · ELECTRICIDAD
ASESORAMIENTO · DISEÑOS · INGENIERIA
PROFESIONAL · COMUNIDADES ...

C/RIBERA DE CURTIDORES 26, LOCAL 5
WWW.GRUPODELED.ES TEL : 91 805 13 77

PRODUCTOS LED AL MEJOR PRECIO

LAVAPIÉS, LATINA y EMBAJADORES

LA FORMA MÁS FÁCIL, RÁPIDA Y SEGURA DE ANUNCIARTE

Nati 636877952
nhupublicidad@gmail.com

Allioli
Valencian Food

Restaurante Arrocería
Take Away

911 386 718
646 414 629
Calle Carlos Arniches, 14
allioli.valencianfood@gmail.com

Galería-Escuela de arte
"El Dragón de Madera"

Pinturas Playmobil y esculturas, también por encargo. Clases de Escultura, pintura y Modelado 3D con impresora 3d
www.eldragondemadera.com
C/Juanelo, 25
eldragondemadera@gmail.com

BAR SKINAZO

JARRA 2€
CAÑA 1€

Plaza del Campillo del Mundo Nuevo, N°1

Síguenos en facebook SKINAZO-BAR

Infusionar
te
salud y bienestar

Más de 50 tipos de té, rooibos, infusiones, hierbas aromáticas y especias.

INFUSIONARTÉ
C/ San Millán, 4 · Madrid
La Latina 911999783

Los BAYONES COCINAN

Comida para llevar y a domicilio.
Menú del día.

Calle San Pedro Mártir, 3
(Junto a la Plaza Tirso de Molina)
91 023 37 42 - 627 72 04 17
lasbayonescocinan@gmail.com

DESDE 1940
LA CARNE Y LA COCINA
SON LA PASIÓN Y EL OFICIO
DE MI FAMILIA

www.lasbayonescocinan.es

la de Espronceda

El Santa Isabel, 17
Tel. 915391284



La teoría sueca del amor

Un ideal de la felicidad



Luis Suárez
Bracho

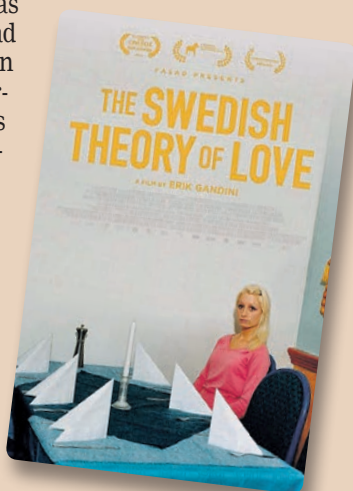
Se habla mucho sobre si la felicidad es sinónimo de seguridad o está más ligada a la inseguridad y el imprevisto. ¿Quién lo dicta? ¿Qué lo permite? Son preguntas con las que intentamos comprender el idilio de la felicidad.

Ese lugar existe al norte de Europa y se llama Suecia. Un país vanguardista que quiso encontrar esa felicidad en la independencia de sus ciudadanos.

Esta independencia se consiguió instaurándose de manera pasiva en la sociedad, pero olvidando que el hombre es por naturaleza un ser social.

Hoy en día, Suecia es el país con la taza más alta de suicidio a causa esta

independencia del individuo, convirtiendo aquella ansiada búsqueda en un equívoco, debido a que la felicidad sólo es un bien común.



La Teoría sueca del amor es una reflexión acerca de un país en busca del ideal de la felicidad, que a su vez nos reclama que la seguridad tiene un aporte más bien escaso para la felicidad.

Fotorreportaje: El Rastro resiste a la lluvia



Aroa Fernández

Este tradicional mercado madrileño triunfa cada domingo y festivo en el entorno de la calle Ribera de Curtidores. Con más de 400 años de historia, es uno de los lugares más visitados de Madrid.



Más de 100.000 personas pueden congregarse un domingo por la mañana en el Rastro.



Los comerciantes se las ingenian para aguantar los días de lluvia.



Los más fieles nunca falta a su cita.

Rincones que conjugan tradición y modernidad en el Rastro.



Con capuchas o paraguas, cualquier domingo es bueno para vivir la magia del Rastro.



C/ Santa Isabel, 5 • 28012 Madrid
www.mercadoantonmartin.com
91 369 06 20



mercado
antón martín



El Equipo

CÓMO PARTICIPAR

1. Envía tu foto y tus datos a HOLA@FICASA.ES (fotos de Lavapiés)
2. Todas las fotos recibidas serán compartidas en nuestra FANPAGE de Ficasa.
3. La foto que obtenga más ME GUSTA será la ganadora.

VER BASES en FICASA.ES/BLOG

1ª EDICIÓN
**CONCURSO
FOTOGRAFÍA**
"Rincones de Lavapiés"
MARZO 01-31

¡TIENES 4
PREMIOS A
ELEGIR!

Valorados por un
importe de 100€



🏠 c/ Valencia, 16
28012 Madrid
Tel. 915393577
www.ficasa.es
hola@ficasa.es