RIVAS AL DÍA
REVISTA DE INFORMACIÓN MUNICIPAL
ABRIL 2020 Nº 198
www.rivasciudad.es

Sigamos siendo ejemplo

SUMARIO

ESPECIAL COVID-19 EN RIVAS

4. REPORTAJE: PRINCIPALES INICIATIVAS MUNICIPALES ADOPTADAS PARA PALIAR LA CRISIS SANITARIA Y SOCIOECONÓMICA.
12. JOSÉ ANTONIO LUENGO: ENTREVISTA CON EL PSICÓLOGO PARA CONOCER CÓMO GESTIONAR EMOCIONALMENTE EL CONFINAMIENTO EN CASA.
16. GUÍA PARA PERSONAS MAYORES: CONSEJOS Y RECOMENDACIONES.
19. ARTÍCULO UNITARIO DE TODOS LOS GRUPOS CON REPRESENTACIÓN EN EL PLENO MUNICIPAL.
20. ÁNGELA RODRÍGUEZ PAM , ASESORA DEL MINISTERIO DE IGUALDAD: "ANTE CUALQUIER SITUACIÓN DE VIOLENCIA DE GÉNERO, SAL DE CASA Y LLAMA A LA POLICÍA".
24. INICIATIVAS CIUDADANAS EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS: SOLIDARIDAD POPULAR.
27. FOTOS Y VÍDEOS VECINALES QUE RETRATAN ESTE MOMENTO HISTÓRICO SE INCORPORAN AL ARCHIVO MUNICIPAL.
28. DEPORTISTAS CONFINADOS: CÓMO ENTRENAN Y VIVEN LA CUARENTENA.
32. EL COLE EN CASA: IDEAS DE FAMILIAS Y AMPAS ESCOLARES PARA LLEVAR MEJOR ESTOS DÍAS.
34. EL FORO JUVENIL DISEÑA UN 'BINGO' CON PRUEBAS DOMÉSTICAS PARA SUPERAR EN CASA.
35. COMERCIO LOCAL: UN MAPA WEB MUESTRA LOS ESTABLECIMIENTOS QUE SIGUEN PRESTANDO SUS SERVICIOS A LA CIUDADANÍA.

GENTES DE RIVAS

36. MATILDE GARCÍA OREJAS: LA PRIMERA FARMACÉUTICA DEL MUNICIPIO.
40. BELÉN DE NICOLÁS: CUARTA MEJOR NOTA DE ESPAÑA EN EL EXAMEN MIR DE MEDICINA.
54. ESPERANZA NEGUEROLES: FEMINISTA DIVULGADORA DE LA HISTORIA DE LAS MUJERES.

CULTURA

38. SANTIAGO ALBA RICO: ARTÍCULO DEL ESCRITOR E HIJO DE LOLO RICO. UNA CALLE DEL BARRIO DE LA LUNA LLEVARÁ EL NOMBE DE LA PERIODISTA.
42. PEDRO GUERRA: "QUÉ MENOS, EN ESTE MOMENTO, QUE ACOMPAÑARNOS MUSICALMENTE EN EL AISLAMIENTO"
44. AMPARO SÁNCHEZ: "AHORA HABLO MÁS DE LO QUE TENEMOS QUE CONSEGUIR LAS MUJERES PARA ALCANZAR UNA IGUALDAD REAL"
46. CIUDAD JARA: "REFLEJAMOS ALGO DE REBELIÓN Y TRANSGRESIÓN, PORQUE ESO ES EL ARTE"

ACTUALIDAD

49. LA CIUDAD DECIDE LOS NOMBRES DEL COLEGIO E INSTITUTO QUE SE CONSTRUIRÁN.
51. COMPRA DE ENERGÍA: AHORRO DEL 35% EN LA FACTURA MUNICIPAL DE FEBRERO.
52-53. DEPORTES.

RIVAS AL DÍA Nº 198 / ABRIL 2020

Edita: Ayuntamiento de Rivas Vaciamadrid.
Dirección: Héctor Juanatey. **Adjunto a la dirección:** Javier Barchín.
Diseño y maquetación: Luisa Ceballos. **Redacción y maquetación:** Nacho Abad Andújar y Patricia Campelo.
Colaboraciones: Álvaro Mogollo (Good News Televisión).
Diseño: Gabinete de Prensa y Comunicación del Ayuntamiento de Rivas Vaciamadrid.
Secretaría de redacción: Ana Elena, Natalia Olmo y Paloma Villarroya.
Depósito legal: M.32612-2002.
Fotomecánica e impresión: Editorial MIC / 15.000 ejemplares.

Departamento de Prensa y Comunicación:
Teléfono: 91 660 27 23.
rivasaldia@rivasciudad.es / www.rivasciudad.es
Edificio de Alcaldía. Plaza de la Constitución, 1.

Sigue a 'Rivas al Día' y al Ayuntamiento en:
Facebook: @AyuntamientoRivas / **Twitter:** @RivasAlDia / **YouTube:** Ayuntamiento Rivas Vaciamadrid **/ Instagram:** @rivasaldia

RECICLADO
Hecho de material reciclado
FSC® C125445
FSC www.fsc.org 100%

Por tu salud

Hola vecina, hola vecino. Antes de que te sumerjas en este nuevo número de 'Rivas Al Día', nos gustaría pedirte disculpas por la demora y por el hecho de que no hayas podido recibirlo en tu buzón, como es habitual. La situación de excepcionalidad que vivimos ha afectado también al normal desarrollo de la redacción, impresión y reparto de la revista. Con todo, hemos hecho lo posible para que, aun con unos días de retraso, puedas disfrutar con cierta normalidad de su lectura.Si este mes no hemos podido entregar la revista en todos los domicilios ripenses es porque el estado de alarma afecta de forma directa al desempeño de las empresas de distribución. Es por ello que, antes de no seguir adelante, hemos decidido que al menos puedas recogerla en los establecimientos que siguen prestando servicio en Rivas.En días como los que vivimos es hasta lógico un cierto reparo a la hora de recoger cualquier producto ajeno para llevarlo a casa. Por eso queremos explicarte la manera en la que esta revista ha sido elaborada y repartida, garantizando siempre la seguridad de los trabajadores y trabajadoras así como la protección de quien la coge. Las personas que elaboran esta revista se encuentran en situación de teletrabajo desde antes incluso de que se decretase el estado de alarma.

Más allá del diseño, maquetación y elaboración de las piezas, ninguno ha entrado en contacto físico con la revista que tienes entre las manos. Respecto a la empresa que realiza la impresión, que sigue desempeñando sus tareas al considerarse un servicio esencial, ha extremado el orden y la limpieza con soluciones hidroalcohólicas en el centro de trabajo, sobre todo en las superficies con alto riesgo de favorecer transmisiones. Todos lostrabajadores y trabajadoras utilizan los Equipos de Protección Individual que la propia empresa les ha facilitado y mantienen la obligada distancia de seguridad. Asimismo, ha incorporado dos turnos rotativos de trabajo para que las personas empleadas no entren en contacto unas con otras durante los cambios de turno.Una vez impresa, los ejemplares de la revista han sido trasladados en una furgoneta con solo una persona al volante y entregados en el edificio de Alcaldía del Ayuntamiento. Ya allí, personal de Mantenimiento de la ciudad,que cumple de manera exquisita las recomendaciones y obligacionesimpuestas por el estado de alarma, ha realizado su reparto por los diferentes locales abiertos del municipio (supermercados, tiendas de alimentación, quioscos y farmacias). Así hasta llegar a tus manos. Esperamos que la disfrutes.

CORPORACIÓN MUNICIPAL

IU-EQUO-MÁS MADRID

Pedro del Cura Sánchez
Alcalde – presidente

Aída Castillejo Parrilla
Portavoz del Gobierno.
Primera teniente de alcalde.
Responsable del Área de Ciudadanía.
Concejala de Educación; Infancia y Juventud; y Cultura y Fiestas.

José Luis Alfaro González
Segundo teniente de alcalde.
Responsable del Área de Ciudad Sostenible.
Consejero delegado de la Empresa Municipal de Vivienda.
Concejal de Urbanismo y Vivienda; Mantenimiento de la Ciudad; y Barrio Oeste

José Manuel Castro Fernández
Cuarto teniente de alcalde.
Responsable del Área de Economía y Organización.
Concejal de Hacienda y Patrimonio; Organización y Función Pública; e Innovación y Modernización.

Carmen Rebollo Álvarez
Quinta teniente de alcalde.
Responsable del Área de Cohesión Social.
Concejala de Desarrollo Económico y Empleo; Salud Pública y Protección Animal; y Barrio Este.

Yasmin Manji Carro
Sexta teniente de alcalde.
Concejala de Feminismos y Diversidad, y Participación Ciudadana y Barrios.

Enrique Corrales López
Consejero delegado de la empresa municipal Rivamadrid. Concejal de Transición Ecológica;y Seguridad y Movilidad.

PODEMOS

Vanesa Millán Buitrago
Portavoz adjunta del Gobierno.
Tercera teniente de alcalde.
Concejala de Deportes.

Amaya Gálvez Espinar
Concejala de Mayores; Bienestar Social; y Barrio Centro.

PARTIDO SOCIALISTA OBRERO ESPAÑOL

Mónica Carazo Gómez
Omar Anguita Pérez
Pilar Gabina Alonso García
Juan Manuel Callejas González de Mendoza
María Luisa Pérez González
Alberto Cabeza Saco
Elena Muñoz Echevarría

CIUDADANOS

Bernardo González Ramos
Roberto de la Hoz
Luis Mas Gutiérrez
María Teresa Cintora Conde
Mario González Parra

PARTIDO POPULAR

Janette Novo Castillo
Francisco José Gallardo López

VOX

María Ángeles Guardiola Neira

CONCEJAL NO ADSCRITO

Antonio Sanz González

Rivas ante la COVID-19

El Ayuntamiento ha puesto en marcha una serie de medidas para paliar el daño social y económico que la emergencia sanitaria puede provocar en la población del municipio

Texto: **Héctor Juanatey Ferreiro**

El 31 de diciembre de 2019, la Organización Mundial de la Salud (OMS) recibió una alerta de la Comisión Municipal de Salud y Sanidad de la provincia china de Wuhan. Un total de 27 personas habían acudido a varios hospitales con síntomas muy parecidos a los de una neumonía, pero con causa desconocida. Según el informe enviado por las autoridades chinas, el primero de los casos se conoció el 8 de diciembre de 2019. Un mes después, el 7 de enero de 2020, se identificó el agente causante de tal brote vírico: un virus de la familia Coronaviridae al que se denominó 2019-nCoV.

¿Pero qué es eso del coronavirus? Se trata de una familia de virus que pueden transmitirse de animales a seres humanos y causan infecciones que pueden ir desde un resfriado común hasta un Síndrome Respiratorio Agudo Grave (SARS). ¿Y por qué se habla de COVID-19? Es el nombre que se le ha puesto a la enfermedad infeccionsa causada por el 2019-nCoV. Aunque la comunidad científica todavía trabaja en una conclusión, todos los estudios apuntan a que este nuevo coronavirus tiene su fuente primaria en un animal. Pese a todo, el contagio que ha puesto a todo el mundo en alerta sanitaria es el que se produce entre personas a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que tose o exhala una infectada, hasta el punto de que el 11 de marzo de 2020 la OMS declaró la pandemia mundial. En el momento en que se escribe este texto, 5 de abril de 2020, más de un millón de personas están infectadas y casi 65.000 han fallecido. Solo en España hay 130.000 personas infectadas y 12.500 han fallecido.

¿Y cuál es, hasta ahora, la fórmula más eficaz para evitar la propagación del virus? Responde la Organización Mundial de la Salud: vigilancia activa, detección precoz, aislamiento y manejo de casos. Todo ello para, en definitiva, romper la cadena de contagios. De ahí que en España se decretase el estado de alarma el pasado 14 de marzo, limitando la movilidad de la ciudadanía, y prorrogado hasta, por lo pronto, el próximo 26 de abril.

¿El objetivo? La ya famosa sentencia que llama a "frenar la curva". Según los estudios médicos, no solo es imprescindible reducir el contagio, sino lograr que el sistema sanitario no se vea colapsado: no es lo mismo sumar diez casos con COVID-19 en diez días que incorporar 100 en un día. Y parece que funciona. El director regional de la OMS para Europa, Hans Kluge, abandonó España la primera semana de abril asegurando sentir un "optimismo cuidadoso gracias a medidas audaces, enfoques innovadores y decisiones valientes" tomadas.

Imagen capturada desde el dron de la Policía, de la avenida de los Almendros, durante el confinamiento.

RIVAS VACIAMADRID

El pasado 10 de marzo, el Ayuntamiento de Rivas Vaciamadrid, en coherencia con las recomendaciones de la OMS y como medida preventiva para evitar la propagación del coronavirus, tomó la decisión de suspender desde el miércoles 11 todas las actividades que se desarrollaban en las instalaciones municipales.

La medida incluyó, asimismo, la paralización del 'Marzo Mujeres 2020' y del Festival de Cine.

Dicha determinación supuso el inicio del periodo de cuarentena, vigente durante este mes de abril. No obstante y teniendo en cuenta que el estado de alarma tendrá que retirarse de manera paulatina, el Ayuntamiento optó finalmente por aplazar toda actividad municipal hasta el mes de septiembre, incluyendo las Fiestas de Mayo 2020.

El Ayuntamiento ha elaborado una guía específica con recomendaciones para personas mayores

Con el fin de paliar las consecuencias que dicho encierro causa en la cotidianidad de los más de 93.000 habitantes de Rivas, desde el Consistorio se han ido aplicando una serie de medidas.

PERSONAS MAYORES

Aunque la Organización Mundial de la Salud ha aconsejado en multitud de ocasiones a las personas de todas las edades que tomen precauciones para protegerse del virus, es cierto que el 2019-nCoV

supone mayores riesgos para las personas mayores, en especial para quienes tienen alguna patología previa como asma, diabetes o cardiopatías.

Siguiendo esta premisa, el Ministerio de Sanidad ha definido las residencias de mayores como "un entorno de gran vulnerabilidad por ser un lugar cerrado donde es difícil evitar el contacto entre las personas y por la población de edades avanzadas y múltiples comorbilidades (presencia de varias enfermedades) que se concentra en ellas".

En Rivas Vaciamadrid, siguiendo las recomendaciones de Salud Pública de la Comunidad de Madrid, los centros de mayores Felipe II y El Parque echaron el cierre el 6 de marzo. El Ayuntamiento elaboró entonces una guía con recomendaciones específicas para personas mayores ante la COVID-19 (accesible en la web así como impresa en esta revista).

Las personas más vulnerables a la COVID-19 pueden solicitar un servicio de comida y cena a domicilio

SERVICIO DE COMIDA A DOMICILIO

Pocos días después del cierre de los centros de mayores, el Ayuntamiento puso en marcha un servicio de comida a domicilio no solo para las personas mayores sino para todas aquellas que se vieran afectadas por el nuevo coronavirus: mayores sin apoyo familiar, en cuarentena, con inmunodepresión o patologías crónicas (hipertensión, diabetes, afección respiratoria, etc).

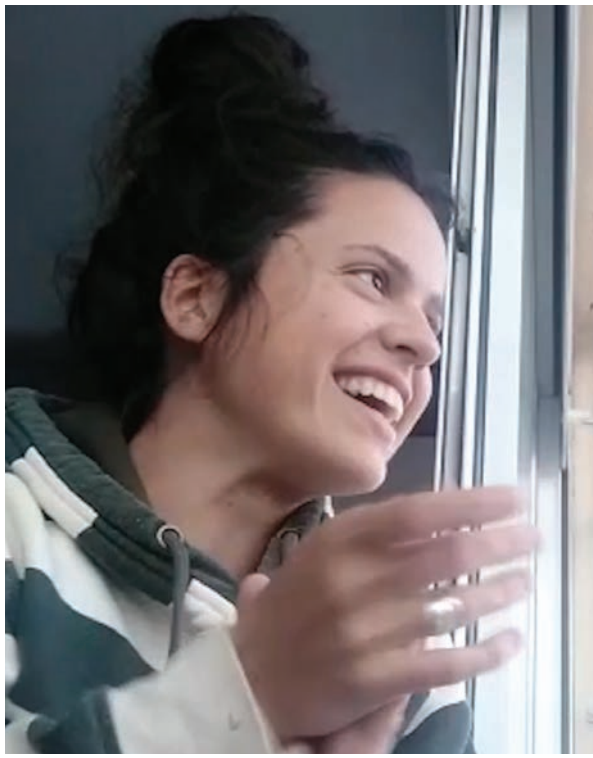
El servicio, al que todavía se puede apuntar quien lo necesite, está accesible a través del teléfono gratuito 91 670 00 00 (010) o el 900 907 816. El precio de la comida es de 3,92 euros y el de la cena, 2,93 euros.

ATENCIÓN A RESIDENCIAS

En cuanto se supo de la existencia de casos positivos por COVID-19 en una de las dos residencias de mayores de Rivas, Geriatel, el Ayuntamiento puso en marcha un protocolo de atención especial, logrando asimismo que la Unidad Militar de Emergencias (UME) desinfectara el lugar, así como que la Comunidad de Madrid, a petición del Consistorio, decidiera intervenir el centro, de carácter privado.

RED DE VOLUNTARIADO

Además del servicio de comida a domicilio, el Ayuntamiento ha puesto en marcha una red de voluntariado en coordinación con Protección Civil, Cruz Roja, la Red de Recuperación de Alimentos y Cáritas para ayudar a las personas en situación de mayor vulnerabilidad en todo aquello que precisen, como puede ser la compra de me-



La ciudadanía de Rivas se ha sumado al agradecimiento al personal sanitario.

dicamentos o de alimentación.
El servicio, al que todavía se puede apuntar quien lo necesite, está accesible a través del teléfono gratuito 91 670 00 00.

VIOLENCIAS MACHISTAS
Tal y como explica Ángela Rodríguez 'Pam', asesora del Ministerio de Igualdad, en este número (ver páginas 20-22), la situación de las mujeres víctimas de violencias machistas "empeora muchísimo" durante la cuarentena. Con el objetivo de seguir luchando contra esta lacra, su Ministerio ha puesto en marcha un plan de contingencia contra la violencia de género ante el nuevo coronavirus.

Todos los servicios que ya se prestaban se convierten ahora en esenciales: el teléfono 016, el correo electrónico 016-online@mscbs.com, el servicio de atención electrónica ATENPRO y atención psicológica las 24 horas del día durante los siete días de la semana a través de dos líneas de WhatsApp (682 916 136 y 682 508 507). Desde el Ayuntamiento de Rivas Vaciamadrid se ha iniciado también una campaña de información no solo para las mujeres víctimas de violencias machistas, sino también para las vecinas y vecinos que tengan constancia de algún caso.

El Consistorio garantiza la acogida de víctimas de violencias machistas

Ante cualquier emergencia, además del 016 y el 112, los teléfonos de la Policía Local de Rivas están disponibles las 24 horas durante los siete días de la semana: 092 o 91 666 16 16.

Asimismo, el Consistorio tiene garantizada la acogida de mujeres víctimas de violencias machistas en distintos espacios si así lo necesitaran.

ATENCIÓN PSICOLÓGICA
Cada día es menos tabú, pero todavía hay que seguir trabajando en la salud mental, sobre todo en una situación como la actual.

Si el confinamiento como tal es difícil desde el punto de vista psicológico, lo es aún más el no poder despedirse como se desaría

de familiares y/o amistades con COVID-19. Además de los consejos y recomendaciones que aporta en esta revista el secretario del órgano de gobierno del Colegio Oficial de Psicología de Madrid, José Antonio Luengo, el Ayuntamiento de Rivas Vaciamadrid ha puesto en marcha un servicio de atención psicológica para acompañar en el duelo a quienes hayan perdido a familiares y/o amigos durante esta crisis sanitaria.

Quienes estén en esta situación pueden ponerse en contacto con el teléfono gratuito 91670 00 00 (010) y las psicólogas municipales se pondrán en contacto lo antes posible.

Respecto a este acompañamiento, el alcalde de Rivas, Pedro del Cura, ha enviado una carta a la Comunidad de Madrid pidiendo los datos de las personas fallecidas con COVID-19 en el municipio para que el Ayuntamiento pueda ayudar a sus familias en todo aquello que puedan necesitar.

Existe un servicio municipal de apoyo psicológico por fallecimiento de familiares

DONACIÓN DE MATERIAL SANITARIO

Ante la escasez de material de protección sanitario de las personas que cada día luchan contra el nuevo coronavirus, el Ayuntamiento de Rivas ha puesto en marcha un servicio de recogida y entrega de diferentes productos que quieran donar empresas y ciudadanía y que sean útiles para el personal sanitario. A 14 de abril, Protección Civil ha hecho llegar a Hospitales y Residencias de Mayores miles de guantes y cientos de mascarillas, además de batas, calzas, pantallas, hidrogeles, etc. Toda empresa, comercio, vecino o vecina que quiera seguir donando, puede ponerse en contacto con el teléfono gratuito 91 670 00 00 (010) o el 91 666 16 16 (Policía Local). Si lo prefiere, puede dejarlo directamente en la sede del cuerpo municipal de Policía (avenida de José Hierro, 82, Rivas Vaciamadrid).

MORATORIA DE IMPUESTOS

Con la intención de mitigar los efectos económicos que puedan producirse a raíz de la emergencia

Rivamadrid ha activado un plan de limpieza por todo el municipio.

sanitaria, el Ayuntamiento de Rivas ha establecido una moratoria en los principales impuestos municipales. De esta forma, el Sistema Especial de Pagos (SEP), que establece el fraccionamiento de los tributos en cinco cuotas, prolonga la segunda y las sucesivas de manera correlativa.

El segundo pago y cargo de la cuota, que se produciría el 15 de abril, pasa al 15 de mayo, y así sucesivamente, teniendo lugar la última cuota anual el 15 de noviembre.

De esta forma, el Consistorio quiere evitar que la ciudadanía ripense vea el cargo de un impuesto en su banco en plena crisis por el COVID-19. Asimismo, los periodos impositivos que correspondían al 40/60, sistema por el que pagan sus impuestos quienes no están acogidos al Sistema SEP y al que se acogen muchas PYMES y autónomos, quedan aplazados en su periodo voluntario hasta el 31 de julio, quedando el plazo de final de año como funciona actualmente.

Rivamadrid tiene en marcha un protocolo de limpieza especial para evitar la propagación del virus

LIMPIEZA DE LA CIUDAD

Con el fin de mejorar la limpieza del municipio y garantizar la tranquilidad a la ciudadanía en sus salidas imprescindibles del hogar, la empresa pública Rivamadrid ha puesto en marcha un protocolo especial de limpieza para evitar la propagación del nuevo coronavirus.

Para ello, se está empleando diversa maquinaria con hipoclorito en las zonas de la ciudad más sensibles: entradas a supermercados y alrededores, centros de salud, farmacias, establecimientos abiertos, residencias de mayores, paradas de autobús o edificios públicos todavía operativos como las sedes de la Policía Local, Guardia Civil o Protección Civil.

En estos momentos, la empresa pública ya no utiliza sopladoras, ha alquilado dos lavaceras nuevas y se ha hecho con tres nuevas máquinas de ozono (potente oxidante capaz de eliminar microorganismos y virus presentes en el aire).

La Policía Local ha constatado el comportamiento ejemplar de la ciudadanía ripense.

Además, Rivamadrid ha puesto en marcha un servicio de recogida de residuos a domicilio para personas con movilidad reducida.

SEGURIDAD

Ante la situación de emergencia sanitaria, se ha constituido la Comisión Delegada de Coordinación de la Junta Local de Seguridad, presidida por el alcalde de Rivas, Pedro del Cura, y en la que participan tanto Policía Local como Guardia Civil.

En la reunión mantenida el 3 de abril, ambos Cuerpos de Seguridad han constatado el comportamiento ejemplar de la población ripense respecto a las limitaciones impuestas por el estado de alarma. Hasta ese día, Policía Local y Guardia Civil incoaron tan solo 703 denuncias.

ACTIVIDADES NO PRESENCIALES

El Ayuntamiento de Rivas, consciente del menoscabo que supone para la ciudadanía ripense la paralización de actividades con motivo de la emergencia sanitaria, trabaja activamente en la búsqueda de nuevas fórmulas para que la mayoría de los servicios que ofrecía el Consistorio puedan seguir adelante de manera no presencial.

El Ayuntamiento recoge y entrega material sanitario donado por empresas y ciudadanía

Dicha labor no busca solamente que la población continúe sus actividades, sino también evitar la pérdida de empleos y mantener el tejido productivo de la ciudad.

Por otro lado, y para evitar mayores perjuicios económicos, el Ayuntamiento no emitirá ningún recibo de nueva mensualidad mientras no sean comunicadas las actividades no presenciales que continuarán y la manera en que se realizarán. En el mismo sentido, se estudia también la forma en la que se compensará la parte proporcional de las actividades cobradas en marzo.•

“Como dice Simeone: la cuarentena, partido a partido, día a día”

JOSÉ ANTONIO LUENGO→ Secretario del órgano de gobierno del Colegio Oficial de Psicología de Madrid, ha elaborado una guía para la gestión emocional del encierro en casa. En esta entrevista ofrece claves para salir más reforzados del confinamiento, como personas y como sociedad. Es una de las voces de referencia en España en un momento tan anodino y crítico

Texto: **Nacho Abad Andújar**

Es una de las voces de referencia en el ámbito psicológico desde que se decretó el confinamiento en las casas y el estado de alarma. José Antonio Luengo Latorre, secretario del órgano ejecutivo del Colegio Profesional de Psicología de Madrid y especialista en psicología educativa y sanitaria, dedica sus días y parte de su noches a atender a medios de comunicación, grabar audios y vídeos o redactar píldoras informativas con las que difundir pautas para hacer más respirable y llevadera esta situación inédita que vive el país. Suya es la guía ‘Orientaciones para la gestión psicológica de la cuarentena por el corovanirus’, documento de referencia en estos tiempos de incertidumbre, salidas al balcón, convivencias forzosas y estancias recluidas.

Han pasado ya semanas de confinamiento en casa y aún queda. Lo que al principio se pudo idealizar y romantizar, ahora pesa. ¿Cómo mantener la calma según pasan los días? Muy buena observación. En este tipo de situaciones uno se enfrenta, de buenas a primeras, a un cambio drástico de rutina, costumbres y maneras de estar y ser. Animados por la gente, por ‘ese tenemos que hacerlo, cumplir con nuestra obligación y ser responsables’, se pudo encarar el confinamiento al principio como si fuéramos a hacer una carrera de 100 metros, cuando en realidad es una prueba de 20 kilómetros: salir atolondrados, con muchas ganas, haciéndolo todo de la noche a la mañana y pensando que todo va a ser maravilloso. Pero luego nos encontramos que es una carrera de fondo, no de velocidad. Es necesario planificar, organizar y pensar lo que vamos a hacer.

> “El encierro es una carrera de fondo, no de velocidad: es necesario planificar y organizarse”

Prevenir que habrá momentos de tensión, agobio y ansiedad. Es muy importante para la convivencia de quienes vivimos en casa que preparemos cómo queremos que se responda cuando los nervios, la inquietud o el desasosiego lleguen. Cómo queremos que se comporten los demás. Qué les pedimos. Preverlo como si fuera a ocurrir dentro de cinco minutos, visibilizarlo. Qué frases vamos a evitar. Cómo intentar comprender a quien lo está pasando mal. Todo esto es especialmente importante. Planificar bien este tipo de situaciones, incluso escribiéndolas. Yo suelo recordar estos días el mantra del entrenador del Atlético de Madrid, Diego Pablo Simeone, ese ‘partido a partido’. Y no pensar en objetivos a largo plazo, sino fase a fase. Planificar día a día. Que cada día sea agradable, tranquilo, razonable. Y entender que habrá momentos malos que habremos de superar.

¿Cómo se protege la mente para no caer en depresión o ansiedad?
Hay orientaciones de carácter general, sencillas pero muy útiles porque funcionan. Es importante que, cuando uno empiece a sentirse tenso, nervioso, inquieto o agobiado, hable en los primeros instantes con las personas con las que está y ponga en aviso de que esa circunstancia se está produciendo. Es como cuando se inicia un dolor de cabeza, que atacamos la situación ante los primeros síntomas y tomamos un paracetamol. Es mejor actuar que esperar a que el dolor de cabeza se dispare e instaure, no solo fisiológicamente sino mentalmente. Las otras personas nos pueden ayudar: te comprendemos, ¿necesitas algo?, ¿cómo te podemos ayudar?, ¿necesitas estar un rato solo? Es, por ejemplo, importante cambiar de actividad, no caer en bucle. A veces, por ejemplo, el agobio nos llega en la cama: levantémonos. En esas situaciones de oscuridad,

El psicólogo José Antonio Luengo, una de las voces más escuchadas en España en estos tiempos de cuarentena.

donde no se oye nada, los pensamientos entran y se insertan como si fueran raíces profundas: es mejor levantarse, pasear un rato, sentarse a leer un libro o escuchar música que nos guste para estas situaciones.

Actuar ante los primeros síntomas. Es muy importante también el ejercicio físico. La actividad física genera endorfinas, que en el fondo es morfina, pero de nuestro organismo. Y las endorfinas elevan significativamente la sensación de bienestar. Son auténticos batallones contra la ansiedad. La actividad física hace que amaine el desasosiego extremo. Pero tenemos que ser disciplinados. Igual que una medicación ante una enfermedad actúa con más o menos rapidez, pero actúa, estas pautas psicológicas funcionan en estas situaciones de confinamiento.

Nuestro particular mundo de seguridad se desmorona. ¿En qué nos puede ayudar lo que vivamos ahora para el día de mañana? Difícil de contestar. Creo que socialmente vamos a salir más fuertes. La sociedad española tiene en su historia reciente momentos especialmente duros, que hemos superado con solidaridad, apoyo y pensamiento optimista. Apretando el hombro. Socialmente vamos a salir beneficiados. Pero hay una crisis económica que se cierne que no sabemos muy bien a dónde nos llevará, que afectará significativamente a muchas personas. Desde el punto de vista psicológico, vivir una situación de crisis, trauma y shock, relacionada con el miedo a la enfermedad y la muerte, pero también con cambios de rutinas tan profundos que se derivan del confinamiento, te hace más fuerte cuando se supera. Porque sacas resistencias, capacidades y competencias que ni siquiera sabías que estaban ahí. Quien tiene que aprovechar esta situación para que seamos mejores como colectividad es el sistema educativo, las escuelas. Si algo nos muestra la realidad es que, al final, lo importante es la convivencia, sentirnos juntos, la amabilidad, el trato, el cariño, apoyar a las poblaciones más vulnerables, ser conscientes de la gente que sufre, aportar una visión de la convivencia democrática, pacífica, saludable y ética. Todo esto tiene que formar parte del corazón de los planes educativos.

Desde la psicología social, ¿valoraremos más a partir de ahora el sujeto social que el individual, se alzará el nosotros sobre el yo? Ese es mi deseo. Y mi esperanza. El confinamiento nos

> **"Hay una crisis económica que se cierne y no sabemos muy bien por dónde nos llevará"**

está enseñando que el ritmo de vida que llevábamos, el modo en que vivíamos, nuestro cuidado personal, de los nuestros y nuestros mayores, las prioridades de nuestra vida, se alejaban mucho de lo razonable, de lo que hace el buen ser de las personas: el buen trato, la amabilidad, disponer de tiempo para los tuyos y no solo tu familia (hijos, pareja o padres), sino tus amistades y compañeros de trabajo. Yo he elaborado un listado de personas con las que hace tiempo no hablo, para ponerme en contacto con ellas. Quiero volver a escuchar su voz, recuperar las muchas vivencias que forman parte de mí y que hicieron que sea lo que soy hoy. Pequeñas acciones que adecuadamente ordenadas marcan un camino diferente en tu vida: cómo tienes que estar en tu casa, cómo tienes que mirar a tus hijos, cómo plantearte ser mucho más sensible y afectuoso con lo que viven los demás, a pesar de que cada cual viva sus propias tempestades. Esto no es un buenismo ramplón. Es una manera de estar en la vida que, al final, te hace estar y sentir mejor.

Es ocasión para tejer redes comunitarias, esos favores de hacer la compra a personas mayores que viven en nuestro portal. La expresión es esa: tejer redes, construir comunicación entre las personas, cadenas de favores, andamiajes. Mirar a quien tienes al lado y pasa más dificultades que tú. Gestos que ayudan. Es lo que cuento en un escrito en mi blog, 'La actitud de dar': lo que ganamos en la vida cuando damos y ofrecemos, con mirada amable. Tiene muchas ventajas. Es uno de los aspectos que más abordo en los talleres con adolescentes en centros educativos. Esa visión de la vida proactiva, solidaria, donde surge la bondad y la empatía, el buen trato por encima de todo.

> **"Socialmente vamos a salir más fuertes, descubriendo capacidades que no sabíamos que teníamos"**

¿Por qué comprender que estamos haciendo lo correcto ayuda a llevar mejor la situación? Lo importante no es lo que nos pasa, sino lo que pensamos sobre lo que nos pasa. Al final, el pensamiento es esa especie de caja donde se interpreta la vida y que te permite comprender cognitivamente lo que está pasando e interpretarlo desde una perspectiva negativa u optimista. El optimista no es una persona que vive en un mundo de fantasía. Es quien sabe encontrar los aspectos negativos de la realidad, los coteja, siente y toca, pero amplía la observación para ver los aspectos buenos que tiene su vida. Y así entra en un proceso de valoración cognitivo para valorar cómo resolver los problemas y no centrarse en la mala suerte o el pozo profundo y sinuoso que le ha tocado vivir.

Las familias con niños y niñas lo tienen especialmente complicado en un enclaustramiento, ¿consejos? Hay claves muy sencillas, aunque dependen de la edad. En términos generales y siempre que podamos: lo que vayamos a decidir, cómo organizarnos, qué rutinas establecemos, todo eso hagámoslo con ellos, sentémosles, departamos, dialoguemos. Una niña o niño de cuatro años puede dar su opinión, puede ser muy creativo. Hay que darles responsabilidades, que se encarguen de algunas propuestas, de organizar, establecer horarios... La disciplina, en estos días, es fundamental: la personal, en relación con la higiene, dieta, sueño o el ejercicio, y la social, que busquen propuestas en la red y hagan aportaciones, que sean proactivos de cara al futuro, qué vamos a hacer cuando esto acabe, cómo vamos a darnos un homenaje, un premio por lo que hemos vivido. Que asuman su protagonismo también.

También importa cuidar el estado de ánimo: lo que decimos y cómo lo decimos. Si somos conscientes de que estamos haciendo lo correcto, siendo responsables y buenos ciudadanos y

que formamos parte de un elenco de personas que lucha colectivamente, nuestra respuesta va a ser mejor. No es lo mismo pensar: 'Nos están engañando, esto es horroroso, qué situación más dramática, no confío en el gobierno, estos que salen a las ocho a aplaudir...'. No es igual eso que pensar en clave optimista. Esto es lo que tenemos que hacer y toca, tenemos que buscar respuestas, ser cuidadosos de no impregnar la casa de información nociva. Los comportamientos que tienes después de penar de una manera u otra son muy diferentes. Pero además del pensamiento, es especialmente importante el mundo de los afectos y las emociones.

¿En qué sentido? Cómo voy a responder, sacar mi mejor sonrisa, dar una respuesta amable, entender que la paciencia es muy significativa en estos momentos. Cuando una persona con la que convivimos lo está pasando mal, hemos de evitar frases del tipo 'no te pongas nervioso', 'tranquilízate', 'estás sacando los pies del tiesto'. Son frases que generan más tensión y acumulan agobio y desasosiego. Mejor utilizar palabras del tipo 'te entiendo', '¿quieres pasar un rato solo?', '¿necesitas algo?', 'lo que precises, dímelo', 'estoy aquí para lo que quieras'. Pero sin entrar en un consejo paternalista.

Luengo tiene experiencia docente en universidades y es miembro del equipo para la prevención del acoso escolar en la Comunidad de Madrid.

¿Qué importancia social tienen esos momentos que se comparten desde los balcones? Dos dimensiones importantes: una tiene que ver con la creación de redes de solidaridad. Funcionan como cadenas de favores. Y nos encontramos un poco mejor. Y la respuesta que damos luego a pequeños conflictos en nuestra casa va a ser más correcta. Y tiene, por otro lado, una parte fundamental porque actúa generando buenas sensaciones y endorfinas, como la actividad deportiva. Y te hace sentir miembro de una colectividad. Y te sientas en el sofá diciéndote: qué bien. El cerebro segrega sustancias que nos hace sentir de una manera más satisfactoria. Hay una repercusión social y otra personal, incluso fisiológica.

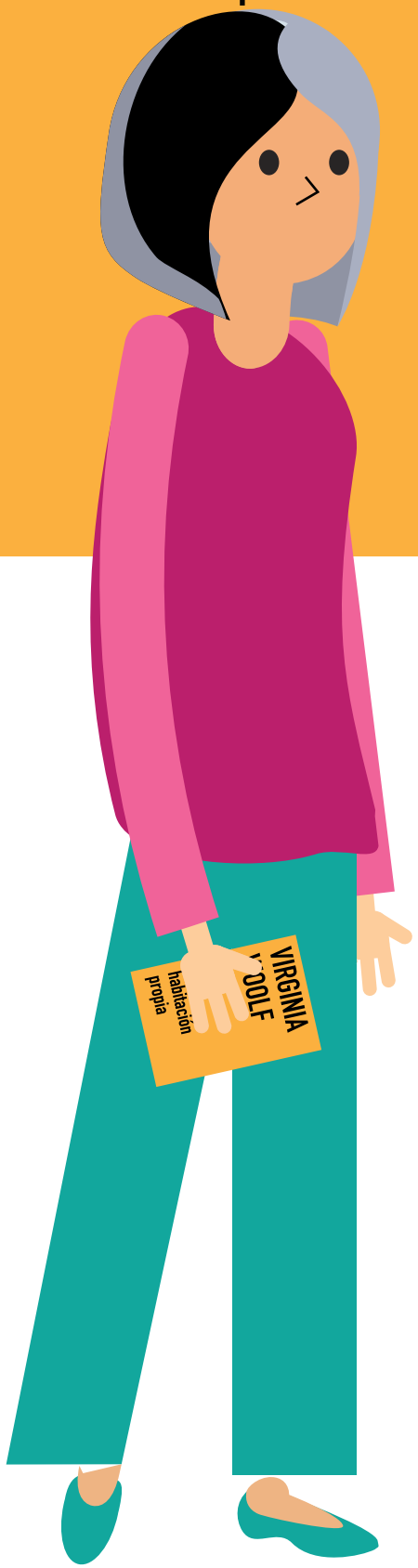
¿Llegará un momento en que también haya que dosificar esas salidas al balcón? Eso está muy estudiado, en el mundo de la publicidad, por ejemplo. Un anuncio no funciona mejor cuantas más veces lo muestres, sino cuanta más calidad tenga. Eso es aplicable al tipo de comportamientos de los que estamos hablando. Hay que diversificar y dosificar esas acciones solidarias y de reconocimiento. Es significativo cómo las televisiones sacan cada vez testimonios más diversos, personas muy mayores hablando de sus experiencias diciendo que de esta vamos a salir, personal de supermercados, artistas que hacen conciertos en la red... Hay una iniciativa que estamos moviendo por la red de cómo chicos y chicas autistas cuentan cuentos infantiles, personas con muchas dificultades para hacer eso. Estamos diversificando y ampliando el mensaje, que ha de ser más igualitario, provocando que la respuesta de cansancio no aparezca o lo haga de forma más reducida. Se está hablando muy poco del profesorado. Tenemos mucho que agradecerle. La mayoría está trabajando desde casa con su alumnado a través de plataformas digitales y grupos de WhatsApp. Y hay que dar visibilidad a ese colectivo.

Hay un lema, 'Todo va a salir bien'. Pero hay familias para lo que esto ya no ha salido bien: han perdido a seres queridos, incluso no les han podido ni despedir. Ese es uno de esos escenarios de diversificación, reconocimiento y sensibilidad del que hemos hablado. Cada vez hay más reconocimiento hacia quienes han perdido familiares. Esto es especialmente importante. Desde el Colegio de Psicología de Madrid estamos trabajando en proyectos para atender el duelo en diferido que se está viviendo. Dar orientaciones a personas que viven estas situaciones. Cómo llevar estos momentos en los que ni siquiera pueden despedirse de un familiar fallecido. Hablar de estos colectivos, explicar lo que viven y darles visibilidad, ayuda.

Desde algunas instancias se emplea un vocabulario belicista: estamos en guerra. ¿No se exacerba así el imaginario colectivo de agresividad? En la guerra hay personas enemigas a las que se mata, aquí no. Esto no es una guerra. Es una grave crisis, que inicialmente se consideró sanitaria pero ha incorporado los tentáculos dramáticos de lo económico y que puede alcanzar lo personal y social. Es una crisis humanitaria que tiene un enemigo: una pandemia, una enfermedad, contra la que se puede luchar. Necesitamos que aflore el ser humano. Sin odios hacia nada ni nadie.

#ESTE VIRUS LO PARAMOS UNIDAS Y UNIDOS | SEAMOS EJEMPLO, RIVAS

CORONAVIRUS: prevención y consejos para personas mayores



¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS?

Los coronavirus son una familia de un virus que normalmente afecta solo a animales, aunque en distintas ocasiones pueden transmitirse a personas. El virus del que tanto está escuchando hablar últimamente es el SARS-CoV-2, un nuevo tipo de coronavirus detectado por primera vez en diciembre de 2019. Si es más preocupante que otros es porque este nuevo virus puede afectar a las personas, produciéndoles la enfermedad llamada COVID-19.

¿QUÉ ES EL COVID-19?

COVID-19 es el nombre que se le ha dado a la enfermedad que produce este nuevo coronavirus. Sus síntomas más comunes son: fiebre, tos, sensación de falta de aire.

RIVAS VACIAMADRID

EVITAR EL CONTACTO CERCANO CON OTRAS PERSONAS

LAVARSE LAS MANOS CON FRECUENCIA CON AGUA Y JABÓN
Pocurar no tocarse la nariz y la boca

AL TOSER O ESTORNUDAR CUBRIRSE la boca y la nariz con un pañuelo desechable

MANTENER UNA DISTACIA DE 2 METROS

¿QUÉ PUEDO HACER PARA EVITAR EL CONTAGIO?

Lávese las manos con agua y jabón siempre que llegue a casa.

No se toque la cara, los ojos y la nariz si no se ha lavado antes las manos.

Protéjase al toser o al estornudar / Trate de utilizar pañuelos de usar y tirar.

No comparta objetos como vasos, cubiertos, etcétera.

Evite los lugares concurridos.

Si sale a pasear, evite ir en grupo , y si va acompañada, mantenga siempre una distancia de dos metros con las demás personas.

Si no es estrictamente necesario , no coja el Metro, el autobús ni cualquier otro transporte público.

Limite las visitas que reciba de familiares y amistades

¿QUÉ DEBE HACER SI ALGUIEN VIENE A VISITARLE?

Si esa persona tiene algún síntoma, es mejor que no acuda a su casa.

Pídale que se lave las manos nada más llegar.

Evite el contacto físico (dar la mano, besos).

No comparta objetos.

Mantenga una distancia de 2 metros.

SOMOS CONSCIENTES DEL PROBLEMA QUE TODAS ESTAS MEDIDAS, SUMADAS AL CIERRE DE LOS CENTROS DE MAYORES Y DE DÍA, SUPONEN EN SUS HÁBITOS, PERO SON ENORMEMENTE ÚTILES PARA EVITAR SU CONTAGIO Y PONERLE EN UNA SITUACIÓN DE RIESGO.

COMPARTA ESTA INFORMACIÓN CON SUS FAMILIARES Y AMISTADES.

Si tiene algún síntoma no acuda a su Centro Sanitario. Llame al

900 102 112

y espere en casa

Servicio municipal de comida a domicilio para personas con mayor riesgo de contagio o afectadas por el coronavirus (COVID-19)

Comida 3,92 euros

Cena, 2,93 euros.

Solicitudes
900 90 78 16

Seamos responsables.

El servicio es solo para quienes estén en verdadera situación de vulnerabilidad y riesgo.

#ESTE VIRUS LO PARAMOS UNIDAS Y UNIDOS

SEAMOS EJEMPLO, RIVAS

RIVAS VACIAMADRID

Todo saldrá bien

ARTÍCULO→ La Corporación municipal en su conjunto suscribe este texto ante la crisis de la COVID-19

Aída Castillejo Parrilla, *portavoz del Grupo Municipal IU-Equo-Más Madrid*
Mónica Carazo Gómez, *portavoz del Grupo Municipal Socialista Obrero Español*
Bernardo González Ramos, *portavoz del Grupo Municipal Ciudadanos*
Janette Novo Castillo, *portavoz del Partido Popular*
Vanesa Millán Buitrago, *portavoz de Podemos*
María Ángeles Guardiola Neira, *portavoz de Vox*
Antonio Sanz González, *concejal no adscrito*

En la situación excepcional que vivimos a causa de la emergencia sanitaria global por la COVID-19, como portavoces de todas las fuerzas políticas que formamos la Corporación Municipal del Ayuntamiento de Rivas Vaciamadrid, queremos transmitir un mensaje de aliento y agradecimiento a la ciudadanía ripense por su comportamiento ejemplar; al personal municipal por su esfuerzo diario para que la Administración siga funcionando; y a quienes estos días trabajan, ya sea en farmacias, tiendas de alimentación, servicios de limpieza, para cubrir nuestras necesidades básicas y, así, cuidarnos como población.

No queremos olvidarnos, por supuesto, de quienes día a día luchan en primera línea contra la COVID-19, nuestro personal sanitario, y tampoco de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad que garantizan la protección de la ciudadanía ante el estado de alarma. Sirvan estas palabras como aplauso.

Es tiempo de estar unidas y unidos y dejar a un lado las diferencias políticas. Como representantes de Rivas, no podemos sino dejarnos guiar por el ejemplo que la ciudad está dando. Durante los días previos al estado de alarma decretado por el Gobierno estatal, desde el Ayuntamiento de Rivas con su alcalde, Pedro del Cura, al frente, hemos trabajado para dar una respuesta coordinada aplicando una serie de medidas orientadas a la prevención del contagio de la COVID-19 y, sobre todo, a la protección de las personas con mayores factores de riesgo. Todo ello siempre en coherencia con las recomendaciones de las autoridades sanitarias.

Somos una ciudad comprometida y solidaria. Hoy, más que nunca, debemos seguir empujando desde lo colectivo, como siempre hemos hecho

Somos una ciudad comprometida y solidaria. Hoy, más que nunca, debemos seguir empujando desde lo colectivo, como siempre hemos hecho. Nos toca ahora hacerlo desde casa, respetando las limitaciones y ayudando a quienes tienen que salir a la calle para garantizar nuestro día a día.

Solo desde esta temporal distancia podremos frenar la pandemia. Sabemos que son y serán días duros y que estáis realizando un esfuerzo heroico por el bien común.

Sigamos así.

Aunque esta crisis sanitaria haya interrumpido totalmente nuestras rutinas y modo de vida, no ha conseguido frenar la creatividad de nuestra ciudadanía y las ganas de continuar haciendo barrio sin poder salir a las calles.

Nos hemos acercado un poco más aun distanciados: nos animamos cada tarde desde nuestras terrazas, balcones y ventanas con los aplausos en agradecimiento a quienes luchan en primera línea de esta batalla, con las coloridas pancartas que lanzan mensajes de esperanza; o a través de las redes sociales, desde donde nuestros clubes deportivos nos animan a hacer ejercicio en estos días de confinamiento.

Debemos sentir orgullo de la ciudad que hemos construido. Si nos comprometemos, somos responsables y cumplimos las recomendaciones del Ministerio de Sanidad, no tengáis duda: todo saldrá bien.

Como dijo el primer ministro italiano, Giuseppe Conte, "mantengamos la distancia ahora para abrazarnos con más fuerza mañana"•

Concejal no adscrito: Antonio Sanz González

“Ante cualquier situación de violencia de género: sal de casa y llama a la policía”

ÁNGELA RODRÍGUEZ ‘PAM’→ Asesora del Ministerio de Igualdad, describe el panorama que enfrentan las mujeres víctimas de violencia de género, para quien existe doble pandemia: la COVID-19 y la convivencia en casa con sus maltratadores - Teléfonos: ante una emergencia, 112 o 092; para información, 016

Entrevista: **Nacho Abad Andújar y Rocío Lleó**

Para la violencia de género no hay confinamiento posible. Las mujeres que padecen maltrato se enfrentan durante la cuarentena a una pandemia doble: la COVID-19 y la convivencia en casa con su maltratador. ¿Con qué recursos cuentan en este tiempo? ¿A qué teléfonos llamar? ¿Cómo ayudar a una vecina víctima? Ángela Rodríguez Martínez (Pontevedra, 1989), conocida como Pam, licenciada en Filosofía y asesora del Ministerio de Igualdad, responde a estas preguntas. Su departamento ha diseñado un plan de contingencia especial en un momento tan delicado. Exparlamentaria tras las elecciones de 2015 y 2016, insiste en una idea: a pesar del confinamiento, las mujeres deben abandonar la casa urgentemente y llamar a la policía ante cualquier situación de violencia. Y los teléfonos de referencia son dos: ante una emergencia, el 112 (policía); para información y asesoramiento, el 016.

También recuerda que se ha editado la ‘Guía para víctimas de violencia de género durante el COVID-19’: se puede consultar, por ejemplo, en la web de la Delegación del Gobierno Contra la Violencia de Género [la página tiene un botón de salida rápida en la parte superior derecha]. Y ante tiempos de reclusión obligada, un mensaje a la sociedad: “Lo más importante es que nos tratemos bien y cuidemos, porque esto va a ser más largo de lo que nos gustaría. Es fundamental no solo rechazar el maltrato, sino fomentar el buen trato”.

> **“Hemos declarado como esenciales los servicios que se venían prestando para las mujeres víctimas de violencia”**

Para la violencia de género no hay cuarentena. Empeora muchísimo la situación de las víctimas de violencia de género y violencia machista en general. Particularmente para las que conviven con su agresor: se ven obligadas a estar todo el tiempo con él, y eso las pone en peligro. Pero también para cualquier otra forma de violencia machista: sabemos que las víctimas de trata se ven en una situación muy compleja; como las de explotación sexual, porque muchas ni siquiera tienen sitios donde vivir durante el confinamiento; o para las víctimas de ámbito sexual no necesariamente dentro de la pareja y que se puede dar en otros espacios de convivencia.

¿Cuáles son los puntos más importantes del Plan de Contingencia contra la violencia de género ante la crisis de la COVID-19 diseñado por el Ministerio de Igualdad? El plan tiene como objetivo fundamental poner el foco en estas situaciones y dar soluciones tanto preventivas como para cuando la violencia ya se ha producido. Lo que nos preocupaba era que todos los recursos estatales, autonómicos y municipales se siguieran prestando y desarrollar algunos específicos, para este tiempo de confinamiento, que pudieran ayudar a las mujeres. Muy resumidamente, todos los servicios existentes hasta ahora se convierten en esenciales: el teléfono 016, cuyas trabajadoras siguen ofreciendo el servicio telemáticamente, y el telefónico de atención y protección (ATENPRO) [entrega de un dispositivo móvil que permite a las víctimas contactar en cualquier momento con un centro atendido por personal especializado]. Y, además, hemos generado unas líneas de WhatsApp de atención psicológica (24 horas, siete días a la semana) que no existían antes (682 916 136 y 682 508 507). Nos parecen fundamentales para que no solo exista un teléfono al que llamar para que venga la policía [112 (y 092 para policía local)] o para asesoramiento jurídico (016), sino que también haya un soporte por chat, para que así las mujeres se sientan acompañadas en una situación de escalada de violencia y, a lo mejor, puedan pararlo antes. Es un chat de contención emocional.

El plan crea un nuevo recurso de emergencia a través de un mensaje geolocalizado, con botón de alerta que reciben las fuerzas de seguridad

Ángela Rodríguez Martínez,* Pam*: "El confinamiento obliga a las víctimas a convivir en casa con su agresor, y eso las pone en peligro". MARIÑA SÁNCHEZ

del estado. El botón de alerta de geolocalización es desarrollo del Ministerio del Interior y funciona a través de la aplicación AlertCops, app que utilizan Policía y Guardia Civil, en la que puedes denunciar o chatear con un agente si has sufrido cualquier tipo de agresión. Por petición del Ministerio de Igualdad, han desarrollado, para estos días, un botón de emergencia que, al descargarte la app en el teléfono, simplemente con un clic lanzas un aviso de alerta y geolocalización sin necesidad de hacer una llamada. Tanto el chat emocional como el botón de alerta responden a la idea de que estás confinada con tu agresor y, quizá, una llamada de teléfono puede provocar un episodio de violencia que queremos evitar a toda costa. Y un mensaje fundamental para las mujeres, con el que ha habido un poco de confusión en los medios de comunicación: no hay que hacer nada para que el agresor no te agreda. Ante cualquier situación de violencia hay que salir de casa; el confinamiento, en ese caso, da igual.

¿Qué mujer va a llamar al 016 desde casa con el maltratador al lado? El 016 es un servicio de asesoramiento jurídico y derivación a los servicios de las comunidades autónomas. Si una mujer llama al 016, lo habitual es que lo haga porque se está planteando iniciar un proceso de denuncia. Y, aquí, de lo que estamos hablando es de sacar a las mujeres de una situación de peligro. Es muy poco probable que las mujeres estén pensando en denunciar, sino en salir de su casa. Es lo que más nos preocupa; lo novedoso y urgente a lo que hay que responder estos días.

¿Aumentarán las plazas en servicios como centros de emergencia, centros de acogida, pisos tutelados o alojamientos para trata y explotación sexual? Sí. Una de las cuestiones al blindar como servicios esenciales los servicios de atención a las víctimas es que se han de prestar para quien lo necesite. De tal manera que, si en cada comunidad, los recursos ya están saturados, que por desgracia es lo que sucede en muchas ocasiones, particularmente en la Comunidad de Madrid, donde hay lugares donde no hay casas de acogida que funcionen como tal, planteamos que se disponga de hoteles cerrados por el real decreto. Si se han medicalizado o reservado para alojar a personal sanitario, también se pueden emplear para casos de acogida para víctimas de violencia de género, de trata o lo que fuera necesario. Lo que queremos es ofrecer un alojamiento alternativo y seguro para toda mujer que lo necesite.

Custodias y regímenes de visitas de menores que no han sido contempladas de forma expresa por las nuevas directrices. ¿Cómo está el tema?
Es un aspecto que corresponde sobre todo al Ministerio de Justicia, con el que también hemos colaborado. Tanto la Fiscalía como el Consejo General del Poder Judicial ya remitieron sus informes. Con ellos hemos redactado las recomendaciones pertinentes en cada caso. Hay problemas a varios niveles. No todos los regímenes de visita tienen que ver con casos de violencia de género. Lo frecuente es que no. Por lo tanto, nosotras no tendríamos que pronunciarnos sobre ello. La Delegación del Gobierno Contra la Violencia de Género

PASA A PÁGINA SIGUIENTE→→→

←←← VIENE DE PÁGINA ANTERIOR

coordina todas las políticas del Estado relacionadas con los casos de violencia de género. Pero hay un montón de parejas divorciadas en las que afortunadamente no hay ningún caso de violencia de género. Es importante distinguir los casos. De hecho, cuando hay violencia de género, no hay visitas.

Despidos, ERTES o vacaciones forzadas, ¿son situaciones que ponen en mayor riesgo a las mujeres frente a sus parejas o exparejas? Esperemos que a las mujeres que han sido víctimas y necesitan una ayuda extra se les pueda dar una respuesta con las políticas sociales que se están promoviendo, especialmente a las más vulnerables. Justo antes de hablar contigo, analizábamos con las compañeras del Ministerio de Trabajo que la casuística de todas las personas vulnerables, en este momento, es enorme y se sigue trabajando en las medidas que dan respuesta a cada situación. Y se sacarán más medidas, y no solo para las mujeres sobrevivientes de violencia de género, también para las trabajadoras domésticas, sector donde hay un sesgo de género muy grande, con un subsidio de desempleo extraordinario para ayudar a las que se han quedado parcial o totalmente sin trabajo durante el confinamiento. Las medidas económicas, que siempre tienen un sesgo de género, y lo vimos en la crisis de 2008, es fundamental que atiendan tanto a quienes han sido víctimas de violencia de género como a las mujeres en general. Va a haber que hacer una lectura muy profunda en clave de género, sobre todo con el tema de los cuidados.

La violencia sucede más en los hogares que fuera de ellos. En nuestro portal o escalera, puede haber una vecina víctima. No miremos para otro lado. Todo el mundo debe implicarse. Si sabes que hay violencia de género porque la presencias o escuchas, actúa y llama a la policía. Pero, además, se puede dar una vía de escape a las mujeres que la están sufriendo. Si alguna no puede denunciar o llamar a la policía, si no tiene capacidad de utilizar una aplicación o mandar un wasap, quizá sí puede mandarle un mensaje a una persona cercana (familiar, amiga, amigo, alguien de la vecindad) y que esa persona denuncie por ella. El sentido de comunidad es, en este momento, importantísimo. Por eso, recordamos a las mujeres que sufren violencia que no están solas: estamos con ellas y las cosas saldrán bien si lo hacemos juntas y juntos.

Ángela Rodríguez, Pam, durante una intervención en el Congreso, la pasada legislatura. DANI GAGO

> **"A los maltratadores: el Estado está vigilante. Pedimos colaboracón vecinal ante lo que suceda en un portal"**

¿Qué le parece la medida específica 'mascarilla 19' de Canarias? Una mujer acude a una farmacia y dice esa palabra clave para alertar que padece violencia de género. En Rivas se ideó una campaña similar en bares en las fiestas de 2018. Creo que lo importante es fomentar el uso del 016, los números telefónicos de emergencia de los cuerpos y fuerzas de seguridad del estado (112) y, en estos momentos, los recursos de contención emocional y atención psicológica. Eso es lo más importante. A nivel estatal no deberíamos generar información confusa en este sentido. Es una medida canaria que, por ejemplo, no funciona en la Comunidad de Madrid. Y si puedes bajar a una farmacia a pedir una mascarilla puedes llamar a cualquiera de esos teléfonos citados.

¿Vale el consejo de no decir nunca a los maltratadores que se les va a dejar? La mayoría de asesinatos se cometen en ese momento, según dicen las informaciones. Soy muy poco partidaria de dar ese tipo de consejos a las mujeres. Les puede generar inseguridad. Y es depositar en ellas una responsabilidad que no tienen. Si una mujer es maltratada es porque el hombre es un maltratador, no por nada de lo que ella haya dicho o no dicho. Por eso, si hay una situación de violencia, lo más importante es que salgan de casa, llamen al 112 o 016 y utilicen los recursos que tiene su comunidad autónoma o municipio. Es el mensaje de seguridad que podemos dar a las mujeres, y no que si se comportan de una manera u otra no las van a agredir. Las agreden porque algunos hombres son maltratadores, no porque nosotras hagamos o dejemos de hacer cosas.

¿Algún mensaje para los maltratadores? Que el Estado está vigilante. Y que vamos a hacer todo lo posible por pararles.

¿Y para las mujeres? Que no tengan la más mínima duda en salir de casa. Que salgan urgentemente y llamen a la policía (112) o al 016. El confinamiento no les afecta si están en una situación de violencia. Y un mensaje general a toda la sociedad: hay que fomentar el buen trato. Son días muy difíciles en los que las personas convivimos en muy poquito espacio y que, a lo mejor, no queremos estar juntas en ese confinamiento. Lo más importante es que nos tratemos bien y nos cuidemos, porque esto va a ser más largo de lo que nos gustaría. Y por eso es fundamental no solo rechazar el maltrato, sino fomentar el buen trato.

#ESTE VIRUS LO PARAMOS UNIDAS Y UNIDOS | SEAMOS EJEMPLO, RIVAS

¿SUFRES VIOLENCIAS MACHISTAS?

¿CONOCES ALGUNA VECINA QUE LAS SUFRA?

016

24 HORAS
GRATUITO
NO DEJA RASTRO EN LA FACTURA
51 IDIOMAS

092
91 666 16 16

POLICÍA LOCAL DE RIVAS

RIVAS VACIAMADRID

Punto Municipal del Observatorio Regional de la Violencia de Género

Ripenses en pie contra la COVID-19

REPORTAJE→ Cientos de llamadas, mails y contactos por redes sociales de vecinas, vecinos, empresas y colectivos ofrecen su ayuda, desde cualquier ámbito, para mejorar la vida de las personas durante el confinamiento y luchar en comunidad contra la pandemia

Texto: **Patricia Campelo**

Quienes peinen canas y residan al oeste ripense no se extrañarán de la ola solidaria acrecentada en la ciudad durante la crisis del coronavirus COVID-19.

Aquellas familias que llegaron al 'far west' de Rivas a principios de los años 80 carecían de recursos básicos para comenzar sus nuevas vidas. En algunas viviendas, incluso, no había electricidad o agua. Y en aquel contexto de necesidad comenzaron a tejerse unas redes ciudadanas de lucha y solidaridad que han llegado a nuestros días. Desde recoger a diario, en Conde de Casal, a ripenses que regresaban a casa del trabajo, a las manifestaciones que cortaban la carretera de Valencia contra la incineradora o a la acogida de infancia refugiada del Sáhara y los Balcanes. Redes tejidas con hilo resistente que formaron el músculo que hoy alienta esas iniciativas ciudadanas que refuerzan el espíritu comunitario ripense. Un acervo adoptado por las familias que han engrosado la ciudad: del Casco Antiguo, la zona decana, hasta el barrio de La Luna pasando por las nuevas urbanizaciones del centro.

Toda la localidad está tocada por ese impulso de participación en la comunidad, y su última expresión ha sido la forma de ofrecer ayuda durante el confinamiento decretado para frenar los contagios por COVID-19.

Cientos de llamadas, mails, contactos e iniciativas desde las redes sociales dimensionan la solidaridad ripense. A lo largo de los días, desde el decreto del estado de alarma, el pasado 14 de marzo, se han sucedido las acciones. Algunas de ellas se han coordinado de manera autónoma en apenas semana y media. Es el caso de Rivas Proyecto Solidario, que aglutina los grupos de WhatsApp que cosen mascarillas, batas e imprimen viseras sanitarias.

Mayca Ezcurra y Sonia Barragán atienden las solicitudes que les llegan, tanto de necesidades como de ofrecimientos, y las redistribuyen entre los grupos. Cerca de 200 personas, "y sumando más cada día", asegura Mayca, nutren estas tropas que habían fabricado, hasta el pasado 3 de abril, cerca de 2.800 mascarillas, 500 batas y 720 viseras.

"Según nos han explicado en los hospitales, las mejores son las mascarillas con empapador, de un solo uso. También hacemos las de doble tela, a las que se puede colocar un filtro en medio", explica la voluntaria. En el caso de las batas, las confeccionan con bolsas industriales de basura. Después, el grupo de logística, con cinco personas, se encarga de recoger y repartir casa a casa para que nadie tenga que salir, solo bajar al portal. "Llevan guantes, mascarillas, viseras 3D y bote de hidroalcohol". Según relata Mayca, ya han entregado el material a hospitales como el Gregorio Marañón, Infanta Leonor o 12 de Octubre, en un centro de esclerosis de la Comunidad de Madrid, a policías y guardias civiles o residencias, entre otros.

Por su parte, también funciona con éxito el grupo Coronavirus Makers Madrid, que imprime viseras sanitarias en impresoras 3D en la región. A fecha del pasado 6 de abril, sólo desde Rivas se habían impreso 2.650 unidades. En este caso, el colectivo local las entrega al Ayuntamiento que, después, las distribuye entre los equipos sanitarios que las requieran.

AYUDAS VENTANA A VENTANA

En otros casos, los propios vecindarios, que ahora se miran a la cara más que nunca en la cita diaria con los aplausos al personal sanitario, la ayuda brota puerta a puerta. Es el caso de la ripense Mar, que pidió resolver el acceso al suministro de agua de una vecina que

Arriba: mascarillas de Rivas Proyecto Solidario y participante del vídeo del alumnado de la Escuela Municipal de Música. Abajo: entrega de material donado por la ciudadanía al Hospital del Sureste y camión nebulizador, de la empresa local Tryobsa, que desinfectó Rivas el 1 y 8 de abril.

carecía de este bien básico; de Cristina, que reveló cómo los hijos de una familia de la Cañada Real no figuraban en los listados de ayudas de comedor escolar, o de Lucía, que ofreció al Ayuntamiento una finca en una localidad cercana para que se le de el uso que se considere durante esta crisis.

Las asociaciones ripenses también se han involucrado. Algunas deportivas han recaudado dinero, como Uros de Rivas, para conseguir radios, pilas, bebidas isotónicas o pasatiempos para las personas ingresadas en el hospital Infanta Leonor. También, bombones y golosinas para el personal sanitario. O el club de triatlón Diablillos, que reunió materiales para ayudar en la fabricación de las viseras 3D.

Otras entidades culturales que se han sumado a la ola solidaria son Triana en Rivas, que ha ofrecido su facturación anual de cuotas de socio, o Amal, para traducciones al árabe de los mensajes grabados de Guardia Civil o Policía Local y de los textos informativos sobre la COVID-19 [la población de origen marroquí es la segunda más numerosa en el municipio, con 989 vecinas y vecinos según datos del padrón].

Empresas de restauración, tecnológicas, educativas o de entretenimiento ayudan desinteresadamente

SOLIDARIDAD EMPRESARIAL

Por su parte, las empresas ripenses han cambiado estos días su actividad comercial por la no lucrativa. Es el caso de Tryobsa, la compañía de plantas de tratamiento fundada por los ripenses Francisco Quero e Inma Muñoz.

Francisco contactó con el Ayuntamiento a través de la página de Facebook para ofrecer el cañón nebulizador que utiliza en una de esas plantas para mitigar el polvo. "Al tener la actividad cerrada, se nos ocurrió equipar uno de los camiones para poder hacer esta labor en los municipios donde se ubican nuestras plantas y poder luchar contra la COVID-19 junto a nuestros vecinos", explica el empresario. Así, el pasado 1 de abril, escoltado por Policía Local y en un recorrido guiado por Rivamadrid, el camión con el cañón nebulizador desinfectó con una solución de agua e hipoclorito aportada por la empresa pública ripense las zonas próximas a centros de salud, residencias, centros comerciales y parada de metro. Tres horas de recorrido que se repitieron una semana después. "Nuestro equipo adecuó en tiempo récord un vehículo con el cañón nebulizador y estamos dando servicio las 24 horas a los municipios que nos solicitan la ayuda", afirma el ripense.

Otras empresas, como las que surten a los comedores escolares de la ciudad, Scolarest, Comedores Blanco, Central de catering, Gastronomic y Comedores Fuentes Riaño, han realizado donaciones de comida a la Red de Recuperación de Alimentos de Rivas (RRAR), que se encarga de entregarlas a las familias en colaboración con los Servicios Sociales del Ayuntamiento. Además, la academia local Zona de Ciencias ha abierto al público sus contenidos educativos digitales. La empresa tecnológica ripense Virtual Cable ofrece su aplicación de software a pymes para teletrabajar.

Vecinas y vecinos entregaron cientos de máscaras de snorkel a Protección Civil para su uso en hospitales.

El complejo La Cigüeña alberga a personas sin recursos y la empresa Suministros Limpiadores Sánchez Ruiz aporta material para la confección de batas. También, una empresa de karting ha ofrecido gafas de cross y geles; Toldos Mario se dispuso a comprar artículos de primera necesidad a familias en situación desfavorecida y la Asociación Empresarial de Arganda, Rivas y Comarca (Asearco) presta asistencia legal a empresas. Y esto son sólo algunos ejemplos de la montaña solidaria que emerge en la ciudad cada día durante la crisis de la COVID-19.

PEDIATRÍA Y CORONAVIRUS

Las redes sociales configuran la forma más habitual de organizar ayuda durante estas semanas inciertas. Sobre todo, en lo que a resolución de dudas sobre salud se refiere. Personal de la sanidad pública extrae el poco tiempo que tiene ante esta emergencia para calmar preocupaciones de vecinas y vecinos. Es el caso de los grupos de Facebook creados para consultas específicas en esta crisis sanitaria: Matronas por Rivas, que presta ayuda profesional a mujeres gestantes y está abierto a la participación de matronas, y Pediatría en Tiempos de COVID-19.

Este último ha sido promovido por el pediatra Ángel González Requejo, con ayuda de sus compañeras del centro de salud Santa Mónica Elisabeth Espinosa y María Gil, también pediatras, y Rocío Mateo, enfermera de pediatría. "La idea surgió cuando, debido a la epidemia del coronavirus, se anularon las agendas de los centros de salud. La estrategia se basó en la atención telefónica para que los pacientes, salvo casos muy justificados, no acudieran a los centros. Después, administración los anotaba en un listado y su médico les llamaba. Este modelo de atención no tuvo en consideración las peculiaridades de la pediatría", explica el médico. "La COVID-19 en niños cursa, salvo casos excepcionales, como una enfermedad muy leve, pero seguían teniendo problemas de salud. Las familias se encontraron así entre la espada y la pared: por una parte no podían citarse por el sistema tradicional, por otra, les llegaban mensajes insistentes de no acudir a su centro si no era imprescindible. Y después era casi imposible contactar por teléfono porque las centralitas están colapsadas".

A primeros de abril, este grupo contaba ya con 1.500 miembros que realizaban "un número de consultas muy razonable", aclara Ángel, lo que les permite "contestar a todas". Las dudas con las que se aterriza son variadas: "Si se mantienen los controles, si se siguen poniendo las vacunas o si hay dentista". Otras vienen acompañadas de fotografías o se refieren a problemas de la piel, "alguna caries -tenemos una dentista que contesta amablemente-, algún traumatismo y muchas preguntas sobre lo más habitual: fiebres, toses, mocos, diarreas", enumera.

Rivas Proyecto Solidario cosió, hasta el pasado 2 de abril, 2.800 mascarillas y 500 batas

CULTURA PARA EVADIRSE

En el apartado de iniciativas culturales para el entretenimiento, el coro góspel The singing ladies ha creado un video de agradecimiento a profesionales que están en primera fila; el colectivo I+D Films, junto a ScenoFilm y CineLab, ha grabado un cortometraje con más de 40 ripenses para divertir a la población.

También, alumnado de la Escuela Municipal de Música ha compartido un vídeo musical interpretando a varias voces e instrumentos la canción 'Don´t worry be happy'; la asociación Escritores de Rivas prepara un audiovisual colaborativo con la narración de una historia o poema entre vecinas y vecinos; integrantes de Micro Abierto dieron un concierto con 21 actuaciones grabadas en su casas -ahora preparan un rap con más de 20 artistas- y el vecindario de la urbanización Pablo Iglesias ameniza desde sus ventanas con versiones de canciones clásicas adaptadas a esta realidad.

Las ampas, los clubes deportivos o los miembros de los foros infantil y juvenil también participan en las iniciativas que buscan animar el confinamiento. Todo un torrente de acciones que no cesan y que se resumen en las letras gigantes y entrelazadas que dominan la fachada de la biblioteca Gloria Fuertes, 'felicidad y resistencia'. Quien no las conozca, visitar esta obra artística puede figurar en la agenda de planes cuando acabe la cuarentena.

De arriba a abajo, canción del alumnado de la Escuela de Música; corto de I+DFilms y CineLab y concierto de Micro Abierto.

Los balcones y ventanas, oteaderos para ver la vida en tiempos de confinamiento. L.G.C.

Rivas dejará constancia de este momento histórico con fotos y vídeos vecinales

PARTICIPACIÓN→ El Archivo municipal ampliará su patrimonio de memoria visual con imágenes actuales que envíe la ciudadanía - En redes sociales se publicarán algunas con la etiqueta #SoyHistoriaDeRivas

Rivas está viviendo, como el resto del país y del mundo, un momento histórico. Para dejar constancia del mismo, el Ayuntamiento propone a su ciudadanía incrementar el patrimonio visual municipal con fotos y vídeos (no pueden exceder de 30 segundos) que manden las vecinas y vecinos desde sus balcones y ventanas mientras dura el confinamiento.

La idea es que sean los propios habitantes quienes documenten con sus móviles, aparatos electrónicos o cámaras lo que ven y viven durante este tiempo de cuarentena. No se aceptan imágenes domésticas con escenas de la vida en el interior de las casas.

También se pueden remitir instantáneas de cuando se haya salido a la calle por algunas de las causas legales previstas (compra, paseo de mascotas, desplazamiento laboral,etc), pero sin utilizarlo como excusa para demorarse en el tránsito (el abuso de este recurso puede conllevar sanción policial).

"Queremos seguir construyendo nuestro futuro conservando y dejando huella del presente. Dejar memoria para las futuras generaciones, poniendo en primera línea la mirada vecinal", explican desde el Archivo municipal, departamento impulsor de la iniciativa.

Las fotografías o vídeos remitidos se tratarán en el Ayuntamiento, incorporándose al patrimonio documental. Las personas participantes cederán los derechos de las imágenes al Consistorio. No se aceptarán documentos gráficos de contenido ofensivo, sexista, discriminatorio, xenófobo o tendencioso que pretendan o puedan pervertir el objeto de la iniciativa.

Será responsabilidad de quien envíe la imagen asegurarse de que las personas que aparecen en ella, especialmente menores de edad, han dado su consentimiento para ello.

REQUISITOS

A través de la web municipal rivasciudad.es, y mediante un formulario online, podrán subirse las fotografías o vídeos, indicando:

1. Título de la foto o vídeo.
2. Nombre y apellidos.
3. Correo electrónico de contacto.
4. Notas con información relevante sobre el documento enviado. Especialmente interesantes son las siguientes informaciones, algunas obligatorias:

-Persona autora de la fotografía (obligatorio).
-Fecha, aunque sea aproximada (obligatorio).
-Lugar de la imagen: puede situarse sobre un mapa o ubicarlo en calles (obligatorio).
-Personas que aparecen en el documento (opcional).
-Temática (opcional).
-Más datos: cualquier otro dato que pueda parecer relevante (opcional).

MÁS INFORMACIÓN:
archivo@rivasciudad.es

El triatleta Iván Cáceres, campeón del mundo de Ironman en Hawái en categoría 30-34 años (derecha), pedalea en su bici estática en casa.

Deportistas en cuarentena

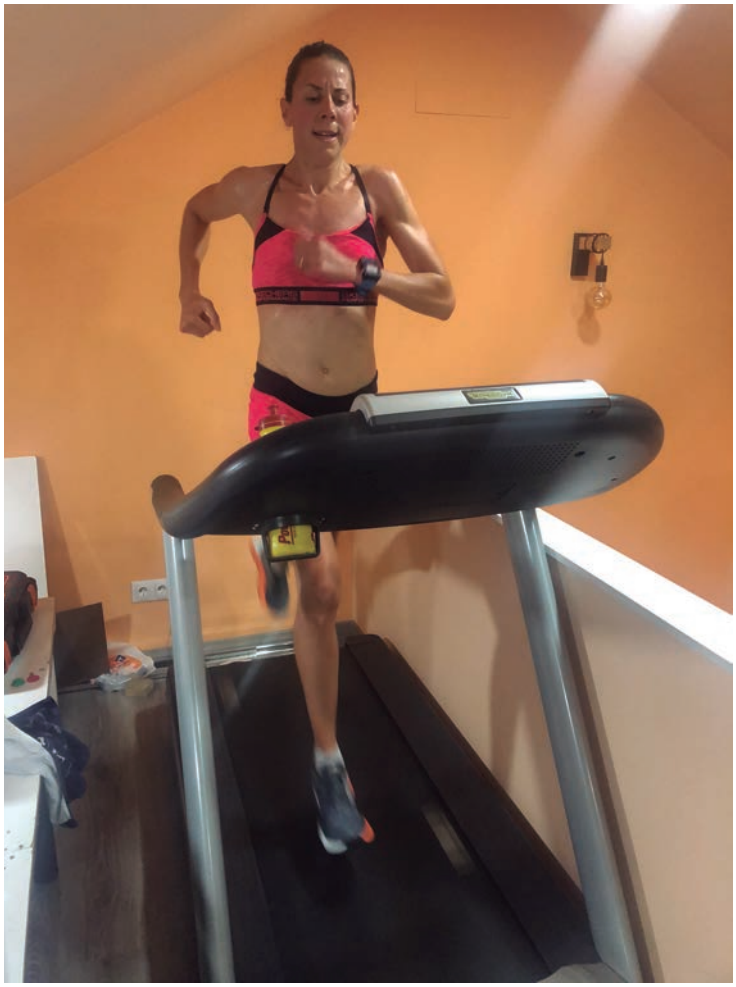
REPORTAJE→ La triatleta campeona del mundo Paula García Godino, el mejor ironman del planeta en 30-34 años Iván Cáceres, el yudoca olímpico Paco Lorenzo o la gimnasta Alejandra Balboa cuentan cómo viven el confinamiento en sus hogares, donde tratan de mantener la forma física

Texto: **Álvaro Mogollo**

Cuatro deportistas de Rivas cuentan cómo afrontan la crisis sanitaria desde casa. Rutinas, trabajos, clases virtuales, tranquilidad y mucho deporte: claves comunes para sobrellevar esta etapa de confinamiento. Paco Lorenzo, Paula García Godino, Iván Cáceres y Alejandra Balboa son referentes del deporte nacional y ripense, que llevan el nombre de la ciudad por donde van. Sus dinámicas se ven alteradas estos días por culpa del coronavirus y atienden desde sus hogares la llamada de 'Rivas al Día' para ofrecer su experiencia.

EL REY DEL TATAMI

Francisco Lorenzo Aparicio, madrileño de 60 años, es director del Judo Club Rivas y maestro nacional de esta modalidad deportiva. Ostenta la certificación de cinturón negro 8º Dan, tercer máximo rango de este arte marcial, y su palmarés apabulla: 20 veces campeón de



MILA ÁLVAREZ CORREDOR

Paula García Godino es campeona del mundo y Europa de paratriatlón haciendo de guía con Susana Rodríguez. Habían conseguido el pase para Tokio 2020.

"Lo afronto con tranquilidad, con rutinas de entrenamiento y videoconferencias", dice el yudoca Paco Lorenzo

España, varias medallas en campeonatos de Europa y un diploma olímpico (fue quinto en Barcelona 1992). Actualmente es campeón europeo individual y por equipos en categoría máster (veteranos).

Desde su domicilio, explica cómo es su día a día: "Lo afronto con tranquilidad, con rutinas para hacer entrenamientos y con clases de yudo por videoconferencia dos veces por semana". Cuenta que, para yudocas de menor edad, han creado unas olimpiadas en las que se graban vídeos realizando las técnicas y pruebas físicas. Además, les facilitan dibujos para que aprendan ejercicios específicos coloreando, y se hacen fotos retratando sus actividades. "Cuando acabe esta crisis, daremos un premio a quien más se haya esforzado", buscando así incentivar la práctica deportiva, indica.

"Yo intento seguir la rutina diaria que tenía antes. Me levanto y hago preparación física en casa, porque al dedicarme a esto profesionalmente, dispongo de algo de material en mi domicilio", dice Paco.

Si hay un elemento común entre las personas deportistas que aparecen en este reportaje es su capacidad de adaptación y el optimismo con el que afrontan la situación. No son las condiciones idóneas, pero comprenden la relevancia del momento y adoptan el mejor ánimo posible.

Paco ofrece algunas claves para que el confinamiento sea más liviano: "Hay que intentar seguir una rutina con las dinámicas que se tenían antes. Si hace unas semanas me iba por la mañana a trabajar, pues ahora lo hago desde casa con el ordenador. Me adecúo a lo que siempre hago, pero en mi vivienda".

"No me preocupa la nueva fecha de los Juegos Olímpicos. Lo primero, que esta catástrofe se solucione"

Preguntado por las consecuencias de esta anómala situación, lo tiene claro: "Creo que físicamente pasa factura, porque en casa no se puede hacer lo mismo que en un recinto deportivo. Y

PASA PÁGINA SIGUIENTE →→→

Izquierda: Paco Lorenzo, en su casa, con su mujer Ana Roldán, también yudoca, y su hijo. Derecha, foto de archivo durante un entrenamiento con el club.

←←← VIENE DE PÁGINA ANTERIOR

además, nuestro deporte se practica con más gente por los combates. Pero creo que afecta más psicológicamente porque es una situación a la que no estamos acostumbrados", asevera.

LA TRIATLETA OLÍMPICA

Paula García Godino, triatleta de 35 años, comenzó a practicar atletismo cumplida la mayoría de edad. Policía nacional de profesión desde hace una década, esta madrileña tuvo su primer contacto con el deporte que aúna natación, carrera a pie y ciclismo a los 26, cuando se encontraba en la academia de policía de Ávila.

Empezó a competir a nivel nacional e internacional, logrando numerosos éxitos. Ha sido tres veces campeona de España en las modalidades de triatlón, acuatlón y duatlón, y quinta de Europa. En 2016 recibió la llamada de la atleta invidente Susana Rodríguez, que le ofreció ser su guía y preparar conjuntamente los Juegos Olímpicos de Tokio 2020, postergados por la COVID-19. En 2018 ganaron su primer mundial de paratriatlón y el segundo en 2019, año en el que también se proclamaron campeonas de Europa.

Las limitaciones del confinamiento y sus obligaciones laborales no le impiden mantenerse activa: "Hago rodillo y elíptica, aunque evidentemente no puedo nadar. Además, el comité paralímpico me ha enviado una cinta andadora. Con eso y un pequeño gimnasio que tengo en casa, realizo dos o tres sesiones diarias".

Su compañera Susana vive en Vigo y también dispone de material de entrenamiento, como una cinta y una máquina de remo. La suspensión de los Juegos Olímpicos de este verano no trae de cabeza a Paula García: "No me preocupa la nueva fecha que se dictamine. Lo que queremos es que esta catástrofe se solucione y que haya cuantos menos damnificados. Confío en que se celebren en 2021", apunta.

"Hago bici estática y gimnasia en casa, pero no puedo correr ni nadar", comenta el triatleta Iván Cáceres

También ha creado una iniciativa con la que ofrece clases de gimnasia y baile a través de sus redes sociales (@paulagarciagodino en Instagram y también en su perfil personal de Facebook), tanto para personas adultas como para niñas y niños. "Las clases son para que la gente esté activa y se entretenga. También con mi hija, a la que pinto y disfrazo, así que le sirve para hacer ejercicio y divertirse", comenta.

Esta situación la compatibiliza con su trabajo como policía nacional, que le obliga a salir de casa y estar en primera fila durante esta crisis: "Tomamos precauciones, pero estás en contacto con gente y el riesgo está presente. Me da miedo por mi hija, así que lavo la ropa y me ducho nada más llegar".

Este estado excepcional no significa asueto en su caso: "Estoy más ocupada que normalmente. Pero, bueno, casi lo prefiero porque se sobrelleva mejor la situación". "Intento llevar una rutina: desayuno, cocino, hago cosas de casa como la compra por internet y veo series si tengo tiempo. Soy optimista y aunque creo que esto durará más tiempo de lo que se piensa, me lo tomo con ánimo", finaliza.

EL IRONMAN MUNDIAL

Un caso similar es el de Iván Cáceres, policía nacional y triatleta de éxito. Lucense de Sarria, de 33 años y afincado en Rivas, se proclamó campeón del mundo de Ironman el pasado mes de octubre en Hawái, en la categoría de 30-34 años. Varias de sus pruebas en el calendario de primavera ya se han suspendido, pero no le preocupa demasiado porque entiende que la salud es lo primero.

"Lo llevo lo mejor posible, intentando no perder la forma física. Hago bici estática y gimnasia en casa, pero correr y nadar no puedo", describe sobre su actividad física. A pesar de ello, busca el lado bueno de estas semanas atípicas: "Hago las cosas de casa que normalmente en el día a día no puedo. También paso tiempo con mi pareja intentando entretenernos lo más posible".

Por su profesión, se ausenta del domicilio con regularidad: "Salgo para trabajar y con ello me expongo al riesgo, pero en cierto modo me despeja y no tengo esa sensación de agobio casero

Alejandra Balboa, fundadora del club de gimnasia ripense, imparte clases online desde casa. Derecha: entrenamiento antes del estado de alarma.

que tienen otras personas". Con el paso de los días, ha experimentado la evolución de la crisis: "Yo trabajo en el aeropuerto y estuve muy expuesto al principio porque venían muchos vuelos. Ahora la restricción es muy grande y transitan muy pocas personas".

Al igual que Paula, vive con cierta indignación que algunas personas no cumplan las recomendaciones de las autoridades: "Cuando se patrulla en la calle, vemos gente que no respeta las normas y arriesga la salud de los demás, algo que genera impotencia". "Teníamos varias competiciones durante marzo y abril y un triatlón en Guadalajara en mayo, que se han suspendido.Hay programada una competición el último fin de semana de junio, que ojalá se pueda disputar", comenta sobre la alteración sufrida por el calendario deportivo de este triatleta del Diablillos de Rivas, club en el que también milita Paula García Godino.

Esas cancelaciones no le preocupan en demasía, es consciente de la transcendencia del momento: "El deporte ahora queda en segundo plano. Lo importante es que esto pase cuanto antes. La salud por encima de todo".

LA MAESTRA DE GIMNASIA

Este momento inusual también ha alterado la rutina de Alejandra Balboa Torres, que dirige, junto a Ana Navas, el Club Gimnasia Rítmica de Rivas, entidad con más de 20 años de vida y que atiende la escuela municipal. También dirige Rivas Activa con su hermana Adriana Balboa, una escuela en la que se llevan a cabo actividades como gimnasia rítmica, gimnasia estética o kangoo.

"Damos clases virtuales con las alumnas: ballet, gimnasia y gimnasia estética", explica Alejandra Balboa

Esta madrileña de 43 años se ha adaptado, junto a su red de entrenadoras que imparten clases en Rivas, a las circunstancias: "Hasta ahora damos clases virtuales con cada grupo de alumnas a través de una plataforma. Damos ballet, gimnasia o gimnasia estética". Tratan de mantener los horarios de unas clases con buena aceptación entre el alumnado. "Podemos ver cómo lo hacen las alumnas y corregirlas si deben mejorar algo", comenta sobre las sesiones telemáticas.

También procura que su desarrollo profesional continúe de modo similar al habitual: "A nivel personal estoy manteniendo mis clases. Como practicamos sesiones de kangoo y tengo las botas específicas en casa, puedo hacerlas con cierta normalidad al igual que las personas que disponen del material en sus domicilios. No se trata solo de entrenamiento físico, sino de un apoyo emocional, igual de importante en estos momentos", advierte.

Como muchas personas que afrontan el confinamiento junto a sus hijos e hijas, la conciliación es un reto: "Tengo dos niñas, de seis y ocho años, e intentamos mantener una rutina para que tengan una referencia. Por las mañanas, nos conectamos a las plataformas del cole para hacer sus tareas; por la tarde, clases de entrenamiento". Y destaca el valor de mantener los hábitos de siempre: "Tenemos los mismos horarios de comidas y hacemos entre semana más o menos lo mismo que solíamos habitualmente. Los viernes y sábados vemos una película y nos acostamos algo más tarde, para diferenciar los días del fin de semana".

La parte más complicada para Alejandra es la incertidumbre que generan las circunstancias actuales: "Lo más difícil de este periodo es gestionar la situación de las trabajadoras que presumiblemente pueden quedarse sin trabajo. Eso genera estrés". Se declara optimista y aboga por vivir esta situación con calma, pero no da la espalda a las incógnitas futuras: "Tenemos un local cerrado y es una carga emocional y económica que hace mella. Hay gente que depende de nosotras, con la que tenemos vínculos emocionales. Es difícil gestionarlo".

Es imposible predecir que deparará el futuro más cercano ante un panorama desconocido, pero lo que sí tienen claro Alejandra, Paco, Paula e Iván es que el deporte ayuda a sobrellevar estos días y sirve para mantener el equilibro emocional. La crisis sanitaria terminará y el deporte ripense volverá a afrontar retos con vitalidad e ilusión. Hasta entonces, seguirán con su preparación física y mental en casa.

EL COLE

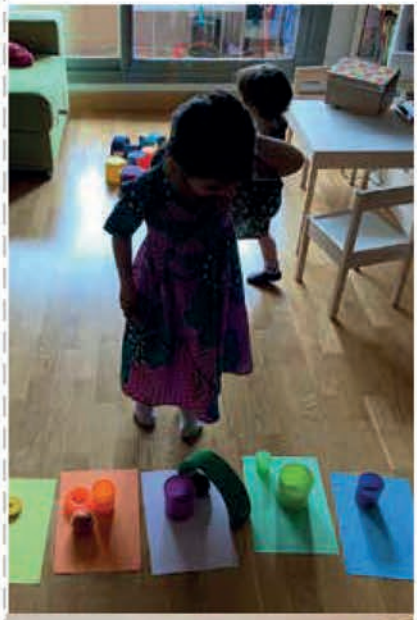
Suspendida la actividad escolar presencial durante el período de confinamiento, la sección 'Coles al Día' se sustituye por estas informaciones que envían familias y ampas de escuelas infantiles y colegios de Rivas, desde sus casas, a la Concejalía de Educación. Ideas y actividades que comparten con la población escolar del municipio.

COLEGIO MARIO BENEDETTI

EN BICI. La actividad física no se puede descuidar en estos días. En casa también se puede montar en bici. Solamente necesitas ponerle zapatillas a tus ruedines y ya lo tienes todo preparado para pedalear.

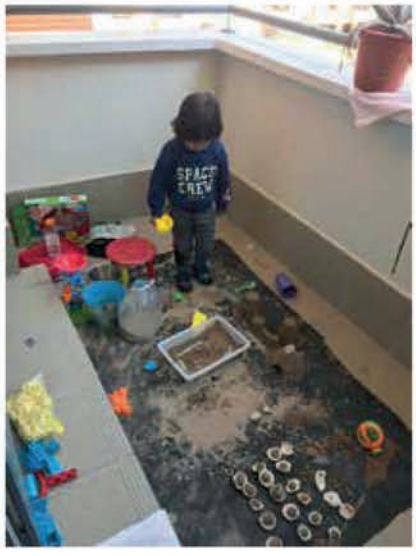
Si te pones un documental en la tele, puedes pedalear por selvas tropicales, calurosos desiertos o incluso sumergirte en el océano.
Violeta (familia)

COLEGIO RAFAEL ALBERTI



SUMA CON COLORES. Con todas las cosas que tenemos en casa podemos montar una actividad a todo color y para todas las edades. A toda velocidad encuentra los elementos y colócalos en su color. También lo podemos hacer más difícil todavía. ¿Cuántas piezas hay en cada color? ¿Cuántas piezas hay si sumamos el verde y el rosa? ¡En el Alberti, estamos aprendiendo a sumar! Y, por último, a guardar a guardar cada cosa en su lugar.

CON TIZAS. En estos días aprovechamos para utilizar todos los rincones de la casa y qué bien nos han venido las tizas que hemos encontrado. Pintamos nuestra silueta, rayuelas y lo que nos apetece. Fregamos y vuelta a empezar.
Familia



A LA PLAYA. ¡Vaya, vaya, en casa de Lucas y Eli sí hay playa! En su terraza han aprovechado un día de sol y, con unas conchas, arena, agua y moldes de todo tipo, han montado un auténtico fondo marino con el que han disfrutado toda la mañana. Experimentar con arena y/o elementos naturales siempre da mucho juego y facilita el uso de la imaginación. Además, es una actividad en la que puede participar toda la familia. *Familia*

EN CASA

ESCUELA INFANTIL GRIMM

CUENTACUENTOS. ¡Holaaaa a todas! Desde nuestra escuelita, se están haciendo cuentacuentos por aulas para que se puedan ver los amiguitos y amiguitas de clase, utilizando la aplicación ZOOM. Empezamos el lunes 30 de marzo, con el cuento '¿A qué sabe la luna?', y ¡fue genial! La educadora (o una familia con su hijo o hija) cuenta el cuento o canta una canción o lo que se les ocurra, y el resto escucha atentamente. *Familias y escuela*

COLEGIO LA LUNA

FLORES RECICLADAS. Natalia y Pedro, alumnado del CEIPSO de La Luna, han aprovechado los rollos de papel higiénico para hacer esta preciosa flor. Han utilizado temperas, con pincel y con las manos. No te olvides de pintar los dos lados y recuerda: ¡todo es más divertido si te puedes manchar! *Familia*

ESCUELA INFANTIL RAYUELA

MESA DE LUZ. Qué bien encontrar el bote de arena de playa que recogimos para nuestra escuelita Rayuela. Lo hemos utilizado en nuestra mesa de luz casera y también hemos echado arroz, utilizando piezas de construcción y hasta un puzzle. Le hemos dado un poco de luz a estos días. *Familia*

COLEGIO JARAMA

RECICLANDO. Los rollos de papel higiénico han protagonizado noticias alrededor de todo el mundo, pero desde la AMPA del CEIP Jarama los han reciclado para transformarlos en una auténtica Tortuga Ninja y un diminuto Minion. *AMPA*

MACARRONES. También desde la AMPA del Jarama nos mandan estas actividades tan chulas: una para pintar utilizando las sombras de dinosaurios que toman el sol; otra, un taller de bisutería con macarrones de 24 quilates, unas auténticas joyas. *Familia*

EN LA COCINA. Desde la AMPA del Jarama nos proponen esta actividad con un escurridor: en estos días, el ingenio saca partido hasta del menaje de cocina y, además, a todo color. *AMPA*

La cartulina con la decena de actividades propuestas por el Foro Juvenil para completar en casa.

Un bingo con 10 retos en casa

FAMILIAS→ El Foro Juvenil de Rivas propone un juego lúdico: superar las pruebas domésticas que figuran en la cartulina y mandar fotos y vídeos para crear una pieza audiovisual colectiva de ciudad

El Foro Juvenil de Rivas invita a la ciudadanía ripense (familias, niñas, niños, jóvenes...) a sumarse a su bingo de actividades bajo el lema 'Solo el Foro salva al Foro'. La iniciativa consiste en realizar, durante el período de cuarentena en casa, diez retos e ir tachándolos en la cartulina (ver foto de esta noticia) según se vayan resolviendo.

Se propone, además, mandar una foto o vídeo de cada prueba superada al correo del Foro: forojuvenil@rivasciudad.es. No hace falta indicar ni el nombre ni apellidos en el correo: la idea es montar un vídeo comunitario con las imágenes que vayan llegando.

Los vídeos y fotos se pueden mandar uno a uno, no hace falta esperar a tener todos los desafíos completados.

El Foro Juvenil es el órgano de participación donde la juventud ripense de 13 a 18 años debate y aborda los temas de ciudad que le afecta como ciudadanía.

Seis actividades propuestas para retratar en vídeo:

– 'Rey León': imitar la escena de la película 'El rey León', en la que Rafiki presenta a Simba a la sabana.
– 'Videoclip': 30 segundos de grabación musical.
– 'Me yoggi': ejecutar la postura cuervo de yoga.
– 'Comunidad': jugar con, al menos, dos casa vecinas a algo (¿quién es quién?, veo veo...).
– 'Plancha': ejercicio físico de plancha, lo más larga posible, para trabajar abdominales.
– 'Monetes': cruzar una habitación sin tocar el suelo.

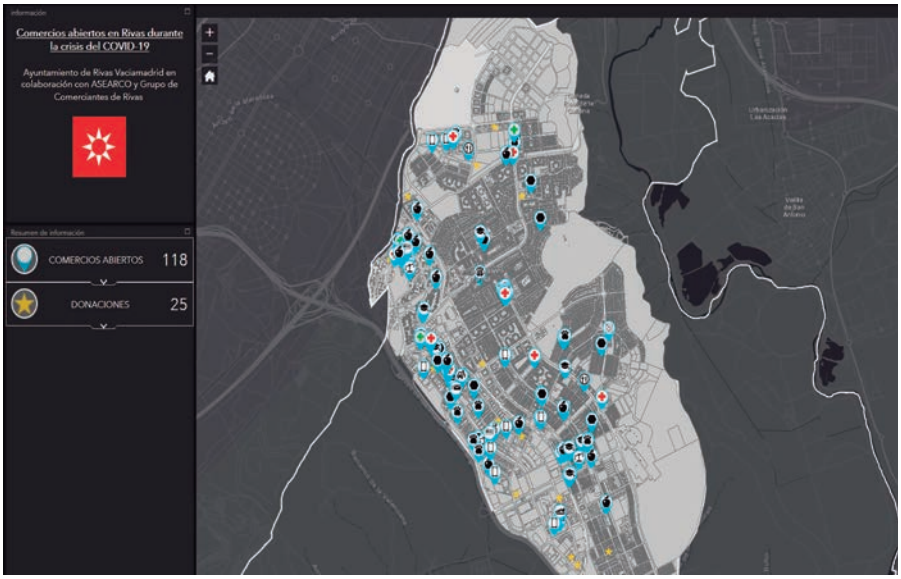
Cuatro actividades para retratar con foto:

– 'Los must' ('must', del verbo 'deber' en inglés): cinco cosas imprescindibles para pasar estos tiempos locos como si estuviéramos en una isla desierta.
– 'Reto Ratatouille': manos a la masa; prepara un plato de chuparse las patas: se valora presentación.
– 'Art attack': imitar un cuadro conocido.
– 'Retratista': hacer un retrato de una persona a la que admires.

FOTOS Y VÍDEOS A:
forojuvenil@rivasciudad.es

Un mapa web muestra qué comercios siguen prestando servicio en Rivas

ECONOMÍA→ Se trata de una herramienta que informa a la ciudadanía de los establecimientos abiertos o que trabajan pedidos a domicilio u online - Se puede consultar en la web municipal rivasciudad.es



El mapa digital señala los puntos de la ciudad donde se ubican los establecimientos operativos.

Un mapa web para saber qué comercios y establecimientos de Rivas siguen prestando sus servicios a la ciudadanía mientras dura el estado de alarma y el confinamiento en las casas.

El Ayuntamiento, en colaboración con el grupo de comercios de la localidad y la Asociación de Empresas de Arganda, Rivas y Comarca (ASEARCO), ha elaborado un plano digital donde se puede consultar el listado y ubicación de los negocios que permanecen abiertos o atienden pedidos a través de internet y/o a domicilio. El objetivo de esta iniciativa es visibilizar a los negocios locales y paliar, en la medida de lo posible, los efectos económicos que supone para el tejido comercial el estado de alarma.

La herramienta está accesible en la web municipal rivasciudad.es, en la sección 'Empresas y comercios'. Se trata de un diseño cartográfico que resulta útil y ágil para localizar los locales que siguen ofreciendo sus servicios cerca de cada domicilio ripense.

Asimismo, los comercios que deseen inscribirse y aparecer en dicho mapa pueden hacerlo en cualquier momento a través del formulario habilitado en el espacio online. Actualmente, figuran alrededor de 150 establecimientos.

MAPA WEB COMERCIOS ABIERTOS:
De consulta en la web municipal rivasciudad.es, sección 'Empresas y comercios', y página de Facebook 'Rivas Empleo y Empresas'.

Reparto gratuito de 250 tarjetas de datos para internet y refuerzo del servicio wifi

SERVICIO PÚBLICO→ Para familias en situación vulnerable: se trata de paliar la brecha digital en la actual coyuntura socioeconómica

Mediante el reparto gratuito de 250 tarjetas SIM de datos para móviles, el Ayuntamiento está ofreciendo a la ciudadanía en situación de vulnerabilidad la posibilidad de acceder a internet durante dos meses o el tiempo que dure el estado de alarma decretado por el Gobierno central.

La iniciativa pretende paliar la brecha digital y no dejar a nadie atrás en un momento socioeconómico tan comprometido. Las tarjetas, cedidas gratuitamente por la operadora Vodafone, disponen de hasta 60 GB de datos mensuales y se entregan a familias en situación de vulnerabilidad con hijos e hijas en edad escolar que no tienen posibilidad de conexión online para acceder a los contenidos educativos que se imparten telemáticamente. En este caso, los criterios de reparto los establecen los colegios y la Concejalía de Educación. 150 tarjetas ya están distribuidas entre varios centros educativos. El resto se asignan desde las concejalías de Participación Ciudadana, Bienestar Social y Feminismos e Igualdad, en este último caso para situaciones de violencia machista o intervención desde el área.

MÁS WIFI PÚBLICO

Por otro lado, el Ayuntamiento está reforzando los puntos municipales de acceso wifi en la vía pública, con la instalación de tres nuevas zonas de servicio en el entorno de los colegios Mario Benedetti, El Olivar y José Hierro. Las viviendas ubicadas en sus proximidades podrán acceder en mayor o menor medida a la red pública de conexión a internet. Las personas usuarias solo tienen que darse de alta en ella a través de sus perfiles de Google o Facebook o vía solicitud en el teléfono 010 del Ayuntamiento si se llama desde Rivas (también se atiende en el 91 670 00 00).

La localidad dispone actualmente de 115 puntos externos de acceso a wifi, situados en los entornos de edificios y dependencias municipales.

Una vida en la botica

GENTE DE RIVAS→ Matilde García Orejas es la primera farmacéutica de Rivas. Comenzó en el Casco Antiguo y ahora bordea la jubilación en la farmacia del centro comercial Santa Mónica, desde donde repasa recuerdos de décadas despachando salud

**Esta entrevista se realizó a principios del pasado febrero, por lo que no se aborda en ella nada relacionado con la COVID-19*

Texto: **Patricia Campelo** / Fotografía: **Luis García Craus**

Se había licenciado apenas unos meses antes y removió obstáculos, empeñándose "hasta las orejas" y solicitando créditos "al 18% de interés", para adquirir una pequeña farmacia en un barrio de Móstoles. Allí dio sus primeros pasos en el oficio, durante algo más de un año, hasta que la casualidad colocó la ciudad ripense en su camino. Un amigo le habló de un pequeño pueblo a las afueras de Madrid que prometía una gran expansión: "Ese lugar de la carretera de Valencia donde olía tan mal", según se lo describían.

Pero a Matilde García Orejas (Madrid, 1955) no le desalentó la idea de emprender en un lugar apartado. Vendió su primera farmacia, pagó deudas y aterrizó en la plaza de la Libertad del hoy conocido como Casco Antiguo. Era septiembre de 1982 y el médico Eduardo, el ATS Fernando y un pequeño botiquín eran los únicos recursos sanitarios para las cerca de 700 personas que residían entre esas calles y plazas que habían sido inauguradas 23 años atrás.

"Empecé de forma muy rudimentaria, con poquitas cosas en un local que fue antes un bar", recuerda Matilde. Así, con unas estanterías y pocos muebles comenzó la historia farmacéutica del municipio.

"Me pareció raro pero divertido. El médico era encantador y me acogió con mucho cariño. La gente del pueblo nunca había tenido farmacia, así que estaban contentos. Me sentí arropada", se sincera sobre las emociones que la envolvieron en aquellos comienzos en que los días parecían transcurrir con lentitud. "No había mucho trabajo, y me dedicaba a dar clases a las vecinas y a ponerlas a dieta", apunta sobre un contexto en el que el índice de analfabetismo, en una población que provenía de entornos rurales, era elevado. "Me sorprendió que hubiera tanta gente que no sabía leer ni escribir".

Aquellas rutinas que iban de la botica a las clases se completaban con las visitas médicas a las fincas del entorno agrícola. Matilde se confiesa una "médica frustrada", pero esa parte de su vida pudo satisfacerla de alguna manera ayudando al médico en sus rondas a los núcleos habitados más alejados. Las personas que aún residían en las fincas de El Porcal y de El Piul recibían al facultativo y a la farmacéutica cada tarde, y el poblado de las emisoras de Radio Nacional de España, en la carretera a Chinchón, los viernes. "Gracias a eso aprendí mucha patología y diagnóstico", agradece.

De aquellos años recuerda también la boticaria los paseos desde la plaza de la Libertad hasta la carretera de Valencia, cargada con una cesta, para recoger las medicinas que le traían desde el almacén. "La ruta seguía hasta Arganda y no les interesaba desviarse hasta el pueblo, así que nos las dejaban ahí", explica.

A LA CONQUISTA DEL OESTE

En octubre de 1982, un mes después de la llegada de Matilde, se inauguraba de forma oficial la urbanización Pablo Iglesias, y la farmacéutica pionera puso un ojo en esta nueva zona urbana que acogería a un millar de familias, algunas de ellas, ya instaladas de forma muy precaria desde el verano. Pero aún pasaron unos cinco años antes de dar el paso e iniciar los trámites para solicitar establecimiento farmacéutico al oeste del municipio. Antes de abrir a primeros de los años 90 la farmacia en la plaza Federico García Lorca, barrio de Covibar, colaboró de forma estrecha con la doctora Rosa en el sencillo consultorio instalado en un piso de la plaza

Matilde, delante de su farmacia en el centro comercial Santa Mónica, a principios del pasado febrero.

Antonio Machado. "Como aún no tenían farmacia allí, yo recogía las recetas de quienes lo necesitaban y por las tardes volvía con las medicinas. Aquí se había venido a vivir gente a pisos sin agua y sin luz porque no tenían otra opción. Algunas familias carecían de coche y no había transporte. Así les ayudaba, era una colaboración", concreta Matilde.

De aquellos años conserva la boticaria anécdotas como la del día que llegó al consultorio y se encontró a un vecino infartado. "No había taxis y no llegaba la ambulancia, así que lo metimos en mi coche y lo llevamos a La Paz. Pensaba que se moría, pero salió adelante", rememora. Y en clave, esta vez, de humor, rescata de su memoria a aquel 'abuelo' del Casco que acostumbraba a solicitarle "una caja para hacer el amor" cuando requería paracetamol. O el vecino que le pidió unos "paracaídas" y ella no sabía que se refería a preservativos.

Tras los años en el Casco y las colaboraciones en el consultorio, Matilde abrió su establecimiento en Covibar, pero durante el traslado, otra farmacia solicitó instalarse en la zona y el expediente de Matilde quedó paralizado.

Matilde abrió la primera farmacia de Rivas en el Casco Antiguo, en septiembre de 1982

Tras casi una década de proceso tuvo que marcharse, y se ubicó en el centro comercial Santa Mónica, donde aún sigue a pie de mostrador, y desde donde desgrana pedazos de su vida en el oeste ripense. "Como estábamos las dos farmacias en Covibar las guardias se alternaban. Así que instalé una ducha para vivir allí la semana que me tocaba la guardia", describe sobre una rutina no exenta de equilibrios. "Mi hija iba al colegio en Guzmán el Bueno [Madrid], así que una amiga la llevaba hasta Colón y allí un taxista la trasladaba al colegio. Yo llamaba cada mañana para comprobar que había llegado bien". Por las tardes, Matilde se permitía un descanso para ir a recoger a su niña. Un ajetreo rutinario en el que se fraguó Sandra, hoy de 36 años, y también farmacéutica: "No entiendo cómo ha querido trabajar en una farmacia después de aquello", sonríe la madre. Pero su otra hija, Blanca, de 25 años, también ha seguido sus pasos, por lo que esta boticaria, primera en la profesión dentro su familia, admite que es algo que "se mama por dentro".

LA FARMACIA DEL MUNDO

Recién llegada de Perú en el momento de la entrevista, la veterana vecina aficionada a los viajes confiesa que toma fotografías de las farmacias de los países que visita. Entre las rarezas halladas, los elevados precios de las cadenas en países como Perú o Chile, los puestos de medicina tradicional china o las mantas sobre las que se colocan cajas de medicamentos en los mercados de la India, al lado de las carnes o el pescado.

Ahora, a sus 64 años y ante la pregunta de cuándo ha pensado el retiro laboral, se muestra dubitativa: "Cuando me lo pueda permitir, no lo tengo claro porque así estoy muy bien. Tengo clientes de la época del pueblo que son amigos. Me ha compensado estudiar esta carrera. Es llegar aquí cada día y ser feliz", sintetiza sobre lo que ha sido y es una vida en la botica.

Lolo Rico, escritora y guionista del programa infantil de televisión 'La bola de cristal'.

Lolo Rico

Rivas le dedica una calle

ARTÍCULO→ Santiago Alba Rico, escritor, filósofo e hijo de Lolo Rico, recuerda la figura de su madre, guionista del mítico programa infantil de televisión 'La bola de cristal'. Una calle del barrio de La Luna llevará el nombre de la periodista, tras ser la opción elegida por vecinas y vecinos en un proceso de participación ciudadana

Texto: **Santiago Alba Rico**

Lolo Rico nació en 1935, en vísperas de nuestra última guerra civil, y desde niña su curiosidad intelectual – y su fantasía – sobrevolaron los angostos moldes de su época.

Leyó muchísimo pero solo tras la muerte de Franco logró su sueño de estudiar y finalizar su carrera universitaria. Se rebeló muchas veces a su manera, pero solo en la bisagra de la Transición se sacudió definitivamente el polvo (y un mal matrimonio) y sumó su compromiso político y feminista a las filas del Partido Comunista. Mucho antes, a principios de los 60, empezó a escribir y enseguida a trabajar en la neonata TVE, primero como guionista, luego también como directora de programas infantiles. Escribió cuentos y novelas para niños y jóvenes, pero también, y hasta el final de su vida, poesía, teatro y ensayo.

En radio y televisión fue una pionera, no solo por los cargos que ocupó sino porque, apenas tuvo libertad para hacerlo, volcó en los programas que dirigía una frescura extravagante sin precedentes hasta entonces en España: baste pensar en 'Dola Dola Tiralabola', una emisión de Radio Nacional de principios de los 80 y, sobre todo, en su mítica 'La bola de cristal', ese programa delirante, chapucero, irreverente y subversivo que, entre 1984 y 1988, propició un extraño apareamiento entre la cultura musical de la movida y la cultura política de la izquierda disidente. Precisamente porque hizo ese programa que ha sobrevivido treinta años en la memoria de los españoles, Lolo Rico no solo fue pionera haciendo televisión. También lo fue criticando la televisión, que consideraba una "fábrica de mentiras" – título de un conocido ensayo suyo de 1992 – y un poderoso somnífero de la conciencia política y social de los ciudadanos.

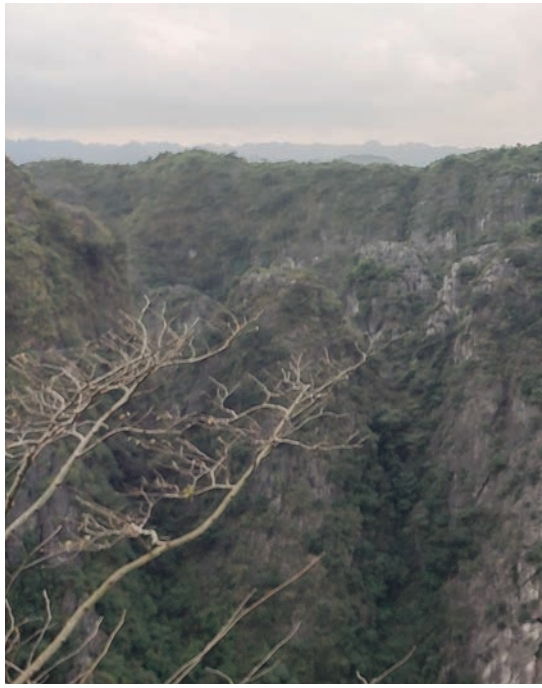
"Su felicidad hoy sería triple: porque una calle lleva su nombre, está en Rivas y ha sido la ciudadanía quien lo ha decidido"

Lolo Rico fue escritora, guionista, hechicera traviesa de la TV. Trabajó mucho, viajó mucho y amó mucho. Tuvo una vida intensa y, en proporción a su vitalidad, demasiado corta. Tuvo además siete hijos. O los "hizo", como hizo libros e imágenes. Yo soy uno de ellos y por eso me resulta difícil hablar de ella como de "una gran mujer", fórmula que solo se utiliza con las desconocidas. Me enseñó dos cosas sin las cuales hoy no entendería mi existencia: a leer buenos libros y a apoyar buenas causas. Muchos españoles y españolas de dos generaciones podrían decir, me parece, lo mismo.

Mi madre vivió los últimos años de su vida con la sensación de que no había recibido el reconocimiento que merecía. Por eso se hubiera quedado muy felizmente sorprendida por la reacción pública tras su muerte, acaecida hace ahora poco más de un año: los elogios de periodistas, políticos y colegas, sí, pero sobre todo la tristeza y admiración de cientos de miles de personas normales, muchas de las cuales, por su edad, nunca vieron sus programas ni leyeron sus libros. Ahora bien, mi madre siempre tuvo un sueño, un sueño, si se quiere, ingenuo y narcisista, en el que se cifraban todos sus anhelos de inmortalidad: que una calle llevara su nombre.

Su felicidad hoy sería triple. Primero, porque una calle, en efecto, lleva su nombre. Segundo, porque esa calle está en Rivas Vaciamadrid, cuya gestión municipal siempre admiró, y además entre la avenida de la Tierra y la avenida de los Almendros. Y tercero porque han sido los propios vecinos los que la han elegido para ese honor. En su nombre y en el de sus hijos, gracias.•

La cuarta mejor nota del país



BELÉN DE NICOLÁS→ La ripense despunta con su calificación excepcional en el examen MIR (Médico Interno Residente) de 2020, al que concurrieron 15.000 aspirantes de toda España

Texto: **Nacho Abad Andújar**

Se enteró de la noticia a 11.000 kilómetros de casa. En la habitación de un hotel en Ho Chi Minh, la ciudad más habitada de Vietnam. Recién aterrizada y junto a otros siete compañeros de la Facultad de Medicina. Rastreaban la publicación en España de las notas del examen MIR (Médico Interno Residente) por el único móvil del grupo que disponía de datos con conexión a internet.

Bajo el pegajoso bochorno del sudeste asiático, Belén de Nicolás Ruanes, ripense por los cuatro costados y 24 años de edad, supo que había obtenido la cuarta mejor calificación del país en la evaluación que da acceso a la especialidad médica en hospital. La cuarta entre 15.000 graduados. Casi nada. Hasta el delta del Mekong voló con sus compañeros de promoción en un viaje que cerraba un ciclo vital: adiós a los estudios, bienvenida a la incorporación laboral.

"Todos sacamos buenas notas. Y salimos a celebrarlo. Pero como teníamos jet lag [desfase horario] nos tomamos una cerveza y vuelta al hotel", recuerda una semana después de su regreso, ya en Rivas.

Confinada en casa ahora por el estado de alarma con su familia (madre, padre y hermano), apura la letanía de los días de cuarentena con algo de ejercicio físico, lecturas de novela

Belén de Nicolás se enteró de su nota en Vietnam, durante un viaje con compañeros de promoción. En la foto, en la provincia norteña de Ninh Binh.

negra (Agatha Christie es su autora favorita: "Además, es mujer", agrega) y desovillando la duda final: ¿dermatología o cirugía general?

¿Quedarse en la piel o abrirla para sanar las profundidades del cuerpo humano? La primera suponen cuatro años de formación en hospital; la segunda, cinco. "Cirugía me ha gustado desde siempre, especialmente la intestinal. Pero cuando estudiamos dermatología, también me atrapó. Es una especialidad donde no precisas tanto de pruebas diagnósticas, con la vista puedes obtener mucha información. He estado dudando entre ambas, pero, según pasa el tiempo, me inclino por dermatología", se aventura. "Además, es una especialidad menos sacrificada y con más salidas laborales", concluye esta antigua alumna del colegio Luyfe, oriunda del barrio de Covibar y hoy habitante de la zona residencial del parque Bellavista.

PREMIO EXTRAORDINARIO

Sí. La cuarta entre 15.000, ya se ha dicho. Pero no es su primer despunte entre la masa estudiantil. Fue premio extraordinario de la Comunidad de Madrid tanto en ESO como bachillerato, reconocimiento exclusivo que la Consejería de Educación otorga a los 25 mejores escolares. "Nunca me ha costado estudiar, no lo he vivido como un sacrificio. Lo he visto como una inversión de futuro. Soy muy perfeccionista. Y he tenido el ejemplo en casa: mi madre y mi padre siempre han estudiado mucho y son muy trabajadores". Ella, estudiante de Administración y Empresas y con el título de Turismo, es empleada pública hoy en la Oficina Española de Patentes mientras prolonga su formación académica en la UNED. Él, ingeniero de Telecomunicaciones y prejubilado de Telefónica, se aplica en alemán y ciencias sociales.

Belén ya fue premio extraordinario de ESO y bachillerato de la Comunidad de Madrid

Se viven días extraños. Coronavirus, crisis sanitaria y socioeconómica, reformulación de valores... Belén también cohabita con la incertidumbre. El COVID-19 ha trastocado la vida de medio mundo: "En teoría nos incorporábamos a los hospitales a finales de mayo. Pero ese plazo ha cambiado ante el estado de alarma". Ante la emergencia sanitaria, el Gobierno recluta personal nuevo [tras celebrarse esta entrevista, Belén se incorporó a un hotel medicalizado en Parla].

La catástrofe no trastoca su visión de la profesión: "Sabía que servía para salvar vidas y curar a la gente, aunque la presión que está padeciendo el personal sanitario es tremenda. A los médicos residentes [ella lo será próximamente] les han cancelado las rotaciones y destinado a los servicios con más carga. Quienes ingresamos ahora no lo hacemos en centros de nuestra elección [ella, con su cuarta plaza, no tendría problema en escoger], sino donde más se nos necesita".

VIETNAM, KENIA O EEUU

Viajera empedernida, entre sus aventuras trotamundos recuerda sus andadas por Indonesia (Java, Bali y Lombok), EEUU o Kenia. Hace tres veranos se echó el macuto a la espalda y voló hasta la selva lluviosa ecuatoriana de Camerún, para enfrascarse en un proyecto de cooperación de la ONG Zerca y Lejos, con el pueblo pigmeo Baka, que sobrevive a la destrucción de su mundo [etnia minoritaria en el país africano].

Esos viajes peregrinan ahora por su memoria. La de una joven que, tras completar bachillerato, estuvo a punto de matricularse en el grado doble de Matemáticas y Física, para decantarse finalmente por la bata y el estetoscopio. Tal vez, Rivas y el mundo perdieron a una física matemática. Pero ha ganado a una gran una médica. "Eso espero", dice ella.

Pedro Guerra

"Qué menos, en este momento, que acompañarnos musicalmente en el aislamiento"

ENTREVISTA→ El cantautor tinerfeño, vecino de Rivas, habla de la música, la literatura y la cultura en tiempos de coronavirus. Se había programado un concierto suyo en la Feria del Libro de abril

Texto: **Álvaro Mogollo** Fotografías: **Daniel Merino**

El artista canario es uno de los cantautores de referencia de las últimas décadas en España. A sus 53 años, este tinerfeño de Güímar y vecino de Rivas Vaciamadrid, se toma su profesión con seriedad pero muy alejado del alarde. El 25 de abril, con motivo de la Feria del Libro, estaba previsto un concierto suyo en la carpa de la biblioteca Gloria Fuertes que queda en suspenso debido a la crisis de la COVID-19.

Autor de canciones muy conocidas como 'Toda una vida', 'Contamíname' o 'Debajo del puente', rehúye de la denominación de literato y se considera un músico por encima de todo. Comprometido con la igualdad y el ecologismo, el artista contesta a las preguntas de esta entrevista confinado en su casa tras haber estado varias semanas de gira en México.

> "Me produce alivio saber que, ante la pandemia, la mayoría de los seres humanos opta por apoyar y acatar las medidas"

¿Usted es músico, literato o una mezcla de ambas cosas? Yo soy músico, fundamentalmente. Escribo canciones, que es un género cuya mitad pertenece a la palabra escrita. Y puntualmente he escrito un libro de poemas.

En cuatro décadas dentro del sector, ¿cómo ha cambiado la música? Muchísimo. Con la llegada de la tecnología y las redes, las formas de consumo han cambiado tanto que todo lo demás se transforma a la

misma velocidad. No es que haya cambiado la música, en realidad ha cambiado la civilización.

¿Cuál es la canción de la que se siente más orgulloso? No soy de elegir entre mis canciones. Cada canción es el resultado de una reflexión o propuesta sobre un tema o sentimiento en un momento dado. Así que todas son igual de importantes para mí.

¿Y qué canción de otra persona o grupo le hubiese gustado componer? Muchas. 'Ne me quitte pas', de Jaques Brel, por ejemplo.

¿Qué es la literatura para usted? ¿Qué convierte una forma de expresión en literatura? Es una pregunta muy grande sobre la que no he pensado mucho, la verdad. Digamos que podría ser plasmar sentimientos o imaginaciones por medio de la palabra escrita.

Cada persona suele tener uno o varios libros de cabecera. ¿Cuáles son los que nunca le pueden faltar? Leer es algo que solo tiene virtudes y solo aporta cosas buenas. Una buena novela, un buen libro de poemas y un libro de divulgación científica; esto es lo que me acompaña cada día desde hace unos años.

Con motivo del coronavirus, muchos artistas celebran conciertos telemáticos. ¿Qué le parece la conexión que se ha generado en un momento delicado para toda la sociedad? La oferta es enorme, así que no da tiempo de ver sino pedazos de lo que otros y otras hacen. Yo por mi parte estoy haciendo los míos. Qué menos, en este momento, que acompañarnos en el aislamiento. Aunque sea de manera virtual.

¿Qué problemas contemporáneos le producen desazón? Ahora mismo, creo que la pandemia y sus repercusiones sociales y económicas. Es un problema gravísimo que aparca todo lo demás.

¿Y cuáles le generan alivio? Me produce alivio saber que, ante la pandemia, la mayoría de los seres humanos opta por apoyar y acatar todas las medidas que nos van a sacar de este momento horrible. Saber que la mayoría de la gente opta por arrimar el hombro por el bien común. Eso es lo único importante.

Pedro Guerra, en el puente de Arganda y en la vía del antiguo tren que pasa por la laguna de El Campillo, escenarios ripenses.

¿Una aspiración? "Una sociedad justa, empática, igualitaria y ecológicamente sostenible"

¿Cómo se ve dentro de unos años? Cantando y escribiendo canciones.

¿Qué sociedad le gustaría que dejásemos para el día de mañana? Una sociedad justa, empática, igualitaria y ecológicamente sostenible.

Amparo Sánchez

"Ahora hablo más de lo que aún tenemos que conseguir las mujeres para alcanzar una igualdad real"

ENTREVISTA→ La cantante iba a actuar en uno de los conciertos de las fiestas de mayo, junto a Macaco y Kiko Veneno

Texto: **Álvaro Mogollo** Fotos: **Rakel López**

Esta artista andaluza es una mujer polifacética, como atestiguan sus distintos proyectos musicales. Con Amparanoia, un arrebato de energía poblaba sus conciertos. Como Amparo Sánchez, una versión más íntima, descubre ante el público sus certezas, miedos y verdades. Ambas caras son complementarias y hacen de esta granadina de corazón, nacida hace 50 años en la localidad jienense de Alcalá la Real, una mujer versátil y llena de aristas. Como la vida misma. La crisis sanitaria ha cancelado un concierto que iba a ofrecer en Rivas el 15 de mayo junto a dos notables figuras de la música nacional como Macaco y Kiko Veneno, durante las fiestas locales.

Se encuentra inmersa en dos proyectos como son 'Hermanas' y la banda sonora 'La niña y el lobo'. ¿Qué puede contar de estos trabajos? Son los dos álbumes publicados como Amparo Sánchez. 'Hermanas' es una propuesta que hago, junto a la poetisa brasileña María Rezende, de unir la rima y el ritmo con un mensaje empoderador y lleno de fuerza. Hay temas míos, poemas musicalizados y versiones de dos grandes mujeres: Chabuca Granda y Lhasa. La banda sonora de 'La niña y el lobo' son las canciones que he seleccionado para grabar, a voz y dos guitarras, en sistema analógico y que acompañan la historia del libro, una etapa de mi vida en la que estuve inmersa en una relación de violencia machista, y el mensaje de superación es mi grano de arena para luchar contra esta lacra social.

"Con mis canciones celebro la vida, expreso cómo me siento y vivo los acontecimientos más importantes"

¿Es esta Amparo Sánchez la misma de Amparanoia o está en constante evolución personal y musical? Sí, soy la misma. Aunque con Amparanoia invitamos a la 'Rebeldía con alegría' y los conciertos son una auténtica fiesta y un encuentro con el público vibrante de energía. Como Amparo busco ese lado más íntimo y cómplice y otras texturas y modos de cantar y componer.

¿Qué encontrarán las personas que disfruten de estos últimos trabajos? Ante todo coherencia y verdad. 'Hermanas' es un álbum que me ha llevado unos tres años acabarlo. Es una pequeña obra de arte junto a los vídeos que acompañan la canción. La banda sonora son canciones importantes para mí, que forman parte de mi vida y que las interpreto con todo mi sentimiento.

¿Qué asuntos le despiertan interés para componer y contar historias? Cada vez hablo más de mi propia historia, de cómo nos cuesta avanzar a las mujeres, todo lo que aún tenemos que conseguir para una igualdad real. Pero también celebro la vida, voy expresando cómo me siento y cómo vivo los

Como Amparo Sánchez ha publicado el disco 'Hermanas' y compuesto la banda sonora del libro 'La niña y el lobo'.

"Como Amparo Sánchez busco ese lado más íntimo y cómplice y otras texturas y modos de cantar y componer"

acontecimientos más importantes de mi existencia.

¿Qué artistas o grupos le inspiran? Escucho mucha música nueva, desde urbana hasta jazz, de cantautoras como Francis, de Uruguay, a otras muchas mujeres que están haciendo música comprometida y sentida. Mi último descubrimiento es Vivir Quintana, de México. Muy recomendable.

En la banda sonora 'La niña y el lobo' habla de una situación autobiográfica en la que aparece el maltrato machista. Su historia es de cambio y superación. ¿Cómo se encara la vida tras ello y qué poso deja esa lacra? Esta historia pasó hace muchos años, y al escribir el libro pude hacer sanación y terapia de lo que no había curado. Cuando salí de esa situación, poco a poco fui sintiéndome cada vez más fuerte, había sobrevivido y había mucho que hacer. Me centré en la crianza de mi hijo y en la música y, en poco tiempo, estaba en los escenarios como Amparanoia y había quedado atrás ese pasado.

¿Puede esa biografía despertar la conciencia de algunas mujeres que están sufriendo esa violencia y no la visualizan como tal? Me consta que sí. El libro salió en 2014, y muchas mujeres me escribieron agradeciéndome que reflejara sus historias: muchas madres que veían cómo sus hijas no eran capaces de salir de relaciones así y gente que nunca tuvo este tipo de relaciones también pudieron aprender de las dinámicas y complejidades que entraña la violencia machista.

¿Le parece que, con el ascenso de partidos radicales, se está banalizando un problema tan serio como es el maltrato machista? Es bastante preocupante que se niegue algo que, por desgracia, sigue pasando a diario. Las cifras de este 2020 son alarmantes a estas alturas de año, y creo que todos los partidos deberían luchar en un frente común para erradicar la violencia hacia las mujeres.

"Todos los partidos deberían luchar en un frente común para erradicar la violencia contra las mujeres"

¿En la música hace falta mayor grado de denuncia e implicación? ¿O la hay pero en cambio no goza de la difusión que debiera? Hay denuncia y hay implicación, al menos por mi parte. Estoy de acuerdo en que las canciones con mensaje son más difíciles de difundir. En el caso de la violencia o cualquier denuncia, no hay que olvidar que son temas incómodos. Creo que la música también sirve para llevarnos a otros lugares de nuestro inconsciente y no es necesario que las canciones sean explícitas para que lleven mensaje. Cuando escribí 'La fiesta' o 'Que te den', estaba muy triste, pero pude dar la vuelta a ese dolor. Aunque la letra sea dura, la música invita a soltar y a encontrar nuestra fuerza.

Ciudad Jara

"Aunque de manera menos explícita, Ciudad Jara refleja algo de rebelión y transgresión, porque eso es el arte"

PABLO SÁNCHEZ→ Tras liderar La Raíz, el músico ha creado el grupo Ciudad Jara, una de las formaciones que se programó para el concierto Revolution Fest de las fiestas de mayo

Texto: **Álvaro Mogollo** Foto: **Alba García** *Bikus*

Pablo Sánchez inicia una nueva etapa al frente de Ciudad Jara tras su exitoso paso por La Raíz. Nacido en el pueblo valenciano de Benirredrá hace 39 años, afronta ahora un periplo musical más íntimo y arriesgado, como llega a reconocer, con el que pretende seguir transmitiendo lo que lleva dentro a un público que ha acogido con entusiasmo este cambio. Atiende por teléfono a esta entrevista sin saber si podrá ofrecer sus próximos conciertos debido a los efectos de la COVID-19. Una de esas citas estaba programada para el 14 de mayo en el Revolution Rivas Fest junto a Los Chikos del Maíz, Tremenda Jauría, Mafalda y Pedro Pastor.

¿Qué es Ciudad Jara? Ciudad Jara es un proyecto en el que decido embarcarme cuando acabo de componer el último disco de La Raíz. Era una idea que tenía en mente porque quería que el siguiente proyecto mostrara mi parte más íntima.

¿Y por qué ese nombre? Jara es el nombre de mi hija, que nació en el parón de La Raíz y quería que estuviese presente de alguna manera. Ciudad Jara es una manera de representar el colectivo que quiero formar tanto con la banda como con el público.

¿Qué van a encontrarse aquellas personas que aún no hayan escuchado nada de esta nueva aventura musical? Música rock, mucha música íntima, canción de autor o poesía. Va a haber una mezcla de estilos muy amplia pero tratados de una manera muy delicada. Es posible que el público relacione alguna melodía o estilo con La Raíz, porque yo también era el compositor del grupo y esa es mi manera de componer.

¿Está contento con la acogida que ha tenido el grupo? Sí, porque era un proyecto nuevo muy arriesgado. En el recuerdo de la gente estaba mi anterior etapa, y dejar algo tan asentado para embarcarte en algo nuevo era un riesgo. Las sensaciones que tengo es que la gente no solo ha aceptado las nuevas canciones, sino que ha asimilado el cambio que he tomado, la deriva artística adquirida. Y esa es una de las cosas que más me gusta.

Compositores que han estado anteriormente en grupos de éxito suelen decir que la sombra de sus bandas precedentes es alargada. En este caso, ¿este cambio de aires va a tener continuidad en el tiempo? Sí, yo creo que este proyecto está hecho con delicadeza y ganas para que dure. Hemos puesto todos los cimientos para que sea una aventura duradera y no pasajera.

¿La música de Ciudad Jara está pensada para ser disfrutada en un concierto o para una escucha más reposada? Es de una escucha menos directa que la de La Raíz, de un *feedback* más sosegado y lento. Hay que escucharlo bien porque hay mucha profundidad en la letra, con muchas metáforas y, al no ser algo explícito, gana con las escuchas. En directo siempre es otra cosa, intentas que guste directamente a la gente, pero en este caso será algo más pausado.

¿Qué le motiva a la hora de crear nuevas piezas? Hay veces que te sientas y no es el momento. No es tanto la motivación que tengas como el momento que estás atravesando emocionalmente. Hay veces que necesitas explicar y desprenderte de sentimientos que tienes, como el dolor. Ahí prácticamente te obligas a verbalizarlo o a ponerlo en

Pablo Sánchez, en primer plano, con el resto de componentes del grupo Ciudad Jara.

un papel o en una música. Lo que compongo son reflejos de determinados momentos por los que he pasado. También escucho música de muy distintas épocas, desde cosas de los 70 a estilos modernos, y se nota en los temas porque el resultado es algo muy ecléctico.

¿Y hay momentos sociales que le empujen a componer? Sí, porque estamos rodeados de situaciones cercanas que le ocurren a familia o amistades y que consideramos injustas. En esta aventura lo he intentado reflejar de una manera un poco menos explícita, pero sí que hay algo de rebelión o transgresión, porque eso es el arte.

“Hay gente que no sabe nada de música y prueba suerte creándose un personaje”

¿Qué cosas no le gustan de la música actual? El grueso de la música mediática es un estilo que no defiende demasiado a las personas que hacen música. Se basa más en la idealización o la idolatración de una figura que en la pasión por este arte. Eso me tiene un poco confuso.

¿Son productos enlatados en ocasiones? Es algo que ha pasado siempre, pero ahora parece que se ha expandido. Ahora hay gente que no sabe nada de música y se atreve a probar suerte creándose un personaje. Y dispones de mucha tecnología para sacar un disco. Por un lado, está muy bien porque en cierta manera algunas personas sienten inquietud por este sector gracias a estas novedades. Pero, por otro lado, se ha creado un fenómeno de apariencia muy grande en la música.

¿Y qué cosas sí le gustan de la actualidad musical? Pues que estos nuevos métodos hacen que la cantidad de grupos se eleve exponencialmente. También que en los festivales que se celebran en España cada vez se mezclan más estilos distintos y así puedes conocer grupos jóvenes muy diversos.

“Jara es el nombre de mi hija: nació en el parón de La Raíz, quería que estuviera presente”

¿Qué grupos tiene de cabecera? Depende de la época. Me gustan mucho los cantautores, como Sabina o Jorge Drexler. Lo último que he descubierto es Kings of Leon y escucho mucho a la banda argentina Bersuit Vergarabat, además de música americana o inglesa.

Presupuesto participativo: 149 propuestas iniciales

PARTICIPACIÓN→ Una comisión técnica validará las que cumplan los requistios - La fase de votación popular: en junio y vía online

Actuaciones de mejora urbana, con proyectos del presupuesto participativo de 2018.

A pesar de las circunstancias excepcionales que vive el país por el estado de alarma, la ciudadanía ripense ha presentado, vía online, 149 propuestas al presupuesto participativo 2020, que este año destina 350.000 euros de las cuentas públicas a financiar proyectos que decidan las vecinas y vecinos.

Se trata de 50.000 euros más que en 2019. Y es el tercer ejercicio que Rivas desarrolla esta iniciativa que pretende implicar a la gente en la gobernabilidad de la localidad. Las propuestas se podían hacer para el conjunto de la ciudad (51 ideas recibidas) o por barrios: Este (17), Centro (32) y Oeste (49). Cada persona podía formular dos propuestas por categoría.

Por áreas temáticas, la más numerosa, con diferencia, es mantenimiento de la ciudad (63). Le siguen deportes (16), salud (14), movilidad urbana (11), cultura y fiestas (5), residuos (5) y telecomunicaciones (5).

Por sexos, 55 mujeres han lanzado sugerencias, y 62 hombres. Es la primera edición que la presencia femenina decae sobre la masculina: "Puede deberse a la asunción de mayores responsabilidades en tiempos de crisis", explican desde la Concejalía de Participación Ciudadana.

También han contribuido al debate tres asociaciones: las vecinales Placirivas y del sector 3 y la Asamblea 8M Rivas. Ahora comienza el trabajo de la Comisión Técnica Municipal, que debe validar aquellas proposiciones viables según los requisitos establecidos en las normas que rigen el proceso. Por ejemplo: pertenecer al ámbito de competencia municipal, no ser multipropuesta o no superar los 50.00 euros si son para un barrio o los 200.000 si se dirigen a la ciudad.

La comisión, integrada por funcionarias municipales, tiene hasta el 13 de mayo para el trabajo de chequeo. Las factibles pasarán a la fase de votación popular.

VOTACIÓN POPULAR

El *plebiscito* ciudadano se había programado del 3 al 23 de junio, con votación online a través de la web rivasciudad.es (sección Participación Ciudadana). Pero ante la imprevisibilidad que rige ahora mismo la actualidad del país, estos plazos pueden ampliarse. El Ayuntamiento comunicará las fechas definitivas a través de esta revista y sus canales oficiales de información: web municipal y perfiles de Twitter, Facebook e Instagram.

La Comunidad retrasa a mayo la escolarización para 2020-21

EDUCACIÓN→ Prevista para abril, se demora por el estado de alarma - Los nuevos plazos, no concretados al cierre de esta edición

La Comunidad de Madrid ha decidido retrasar el periodo de escolarización del curso 2020-2021 al mes de mayo. Al cierre de esta edición, no se habían concretado las nuevas fechas. Previsto inicialmente para abril, el proceso se ha pospuesto por la situación y evolución del coronavirus COVID-19 en España, y tras haber decretado el Gobierno central el estado de alarma.

La decisión fue comunicada a los centros educativos el pasado 31 de marzo. Según la Consejería de Educación y Juventud, los cambios y modificaciones en el desarrollo de los procesos de admisión de alumnado que finalmente se adopten serán recogidos en las oportunas resoluciones autonómicas, que se darán a conocer a través de los centros educativos y en la página web de la Comunidad de Madrid.

El Gobierno regional ha señalado que las actuaciones previas a los respectivos procesos de admisión se han desarrollado según lo previsto (actualización de las adscripciones de centros, grabación y revisión de la oferta de plazas vacantes o elaboración y distribución de las solicitudes de admisión, entre otras).

Concentración en 2019 en la parcela cedida por el Ayuntamiento a la Comunidad de Madrid para la edificación del colegio público en la avenida de Levante.

Tú decides cómo se llamarán el futuro colegio e instituto del barrio Centro

EDUCACIÓN→ La ciudadanía propondrá y votará los nombres de ambos equipamientos

Rivas quiere empezar a hacer realidad la construcción de los dos nuevos centros educativos públicos que se ubicarán en el barrio Centro (colegio e instituto) a través de un proceso participativo en el que sea la ciudadanía quien elija los nombres de ambas instalaciones.

La edificación de los equipamientos depende de la Comunidad de Madrid, a quien el Ayuntamiento ya ha cedido las parcelas municipales correspondientes (para el colegio, en la avenida de Levante esquina avenida del 1º de Mayo; para el instituto, en la confluencia entre las avenidas de Santa Catalina y Manuel Azaña). Se trataría del sexto instituto público y decimosexto colegio de Rivas, cuya apertura es una necesidad urgente ante la emergencia educativa que vive el municipio por la saturación de centros y aulas. Por eso, siguiendo el lema 'Lo que no se nombra, no existe', desde el Consejo Municipal de Educación (el órgano consultivo que agrupa a la comunidad educativa) se invita a las vecinas y vecinos, y con especial atención a las familias, a participar en el proceso para designar el nombre de ambos equipamientos.

FASES:

- Propuestas ciudadanas de nombres: del 6 al 17 de abril, en la web municipal participacion.rivasciudad.es. Se pide la motivación de los nombres propuestos, aportando DNI/NIE, fecha de nacimiento y correo electrónico.

Acto de protesta de familias del colegio público la Luna, en enero, para reclamar a la Comunidad de Madrid la finalización del centro, que aún no cuenta con todo el aulario ni gimnasio. L.G.C.

- Valoración de nombres: la comisión permanente del Consejo Municipal de Educación validará, en función de los criterios establecidos, las propuestas realizadas, admitiendo las que cumplan los requisitos.

- Votación ciudadana: del 27 de abril al 3 de mayo, en la web municipal participacion.rivasciudad.es. Solo para mayores de 16 años, aportando DNI/NIE, fecha de nacimiento y correo electrónico.

Esta iniciativa pretende vincular los nombres de los centros ripenses a su realidad más concreta, que no es otra que la vida de su municipio, permitiendo la integración de estos en la localidad a la que prestarán servicio.

Con el objetivo de visibilizar la enorme contribución de las mujeres al mundo cultural, educativo y científico, uno de los criterios principales que guiarán este procedimiento es que uno de los nombres propuestos sea el de alguna de las mujeres que han contribuido a enriquecer el patrimonio educativo. Desde el Consejo Municipal de Educación se invita a las familias a involucrarse en esta iniciativa con sus hijas e hijos, sobre todo en aquellas edades que, por motivos de seguridad del proceso, aún no pueden participar (menores de 16 años).

Con el sistema de compra sin comercializadoras, Rivas ha ahorrado 500.000 euros en consumo de vía pública y edificios municipales desde 2018.

Compra directa de energía: 35% de ahorro en la factura

MEDIO AMBIENTE→ El Ayuntamiento reduce notablemente el gasto económico con el sistema implantado en 2018, que independiza a las instalaciones municipales de las empresas intermediarias

Gracias a la compra directa de energía sin empresas intermediarias, el Ayuntamiento redujo un 35,8% la factura municipal de febrero, cuyo importe se quedó en 29.556 euros. Se trata de un ahorro notable respecto al gasto económico que supondría seguir en el sistema habitual dependiente de comercializadoras. El Consistorio se independizó de ese modelo en enero de 2018, cuando empezó paulatinamente a adquirir la energía directamente a quien la produce: el mercado mayorista.

Todas las dotaciones y edificios municipales consumen actualmente mediante compra directa. Y los contadores de energía eléctrica de estas instalaciones son en propiedad. Desde que apostara por esta vía hace casi dos años y medio, el Ayuntamiento ha ahorrado cerca de medio millón de euros.

En distribución del gasto, el 28,4% del importe de febrero se realizó en edificios públicos; el 25,8%, en instalaciones deportivas; el 25,1%, en alumbrado público, y el 18,4%, en los centros educativos públicos. El resto, en semáforos, fuentes y otros.

Rivas se convirtió en el primer municipio de la Comunidad de Madrid, y el tercero de España, en apostar por este nuevo sistema.

Gracias a él, se genera un ahorro en la factura eléctrica y se facilita un mayor control de lo que se gasta y planificación. Además, el Ayuntamiento alcanza una absoluta autonomía respecto a las decisiones de las compañías eléctricas que siguen decidiendo cómo fluctúa el precio de la luz.

VENTA DE ENERGÍA

El alcalde, Pedro del Cura, explica la situación: "Lo que tratamos es de modernizar la compra directa de energía para conseguir ahorro y así no depender de las comercializadoras energéticas. Este es el primer paso para afrontar un plan final de implantación de venta de energía sin intermediación, del que se puedan beneficiar directamente las vecinas y vecinos de la ciudad".

INICIATIVA MUNDIAL→

Rivas se sumó a 'La hora del planeta'

En esta misma estrategia del uso racional de consumos energéticos, y desde el criterio de respeto medioambiental, el Ayuntamiento de Rivas se sumó el pasado sábado 28 de marzo a la convocatoria de 'La hora del planeta 2020'.

La intención de esta iniciativa anual es demostrar que la naturaleza importa y que las ciudades son parte de la solución al cambio climático. Por eso, el Consistorio decidió apagar ese día, entre las 20.30 y las 21.30, la iluminación de todos los edificios municipales, además de reducir el alumbrado en la vía pública y las plazas, bajando la intensidad lumínica un 10%.

2.000 FAROLAS

La estimación de ahorro con esta iniciativa ha sido de 300 kw/h en las 2.000 luminarias repartidas por la ciudad.

El edificio Atrio, sede de la Empresa Municipal de la Vivienda (EMV). L.G.C.

Plazo abierto para solicitar las ayudas al alquiler de la Empresa Municipal de la Vivienda

RENTA SOCIAL→ Hasta el próximo 30 de abril podrá realizarse la petición de esta bonificación que, este año, y debido a la crisis de la COVID-19, se enviará por correo electrónico

La Empresa Municipal de la Vivienda de Rivas (EMV) abre el plazo, hasta el jueves 30 de abril, para solicitar las ayudas incluidas en la Renta Social 2020.

Estas ayudas forman parte de un sistema de bonificaciones para el abono mensual de las rentas de arrendamiento de la EMV, y cuenta con dos convocatorias anuales. La siguiente se abre del 1 al 31 de octubre de 2020.

Podrán solicitar la Renta Social las personas, familias y unidades de convivencia con ingresos bajos o moderados.

Este año, además, y debido a la situación de confinamiento decretada para frenar la expansión del COVID-19, la solicitud de la Renta Social se enviará por correo electrónico. El formulario puede descargarse de la web de la EMV, www.emvrivas.com, en la pestaña 'Alquiler'.

El plazo máximo de resolución y notificación será de 60 días desde su presentación. No se admitirán solicitudes fuera de los plazos indicados. La Renta Social supone una ayuda específica y complementaria que concede la EMV para aquellas personas adjudicatarias de viviendas en régimen de alquiler que atraviesen dificultades económicas, pero no se encuentra entre estas causas la emergencia sanitaria producida por el COVID-19.

Para esta situación concreta de vulnerabilidad provocada por la crisis sanitaria existe una medida establecida para hacer frente al pago del alquiler recogida en el Real Decreto Ley 11/2020, de 31 de marzo, por el que se adoptan medidas urgentes complementarias en el ámbito social y económico para hacer frente al coronavirus COVID-19.

Esas ayudas se pueden consultar en la web de la EMV, dentro del apartado Emergencia sanitaria por COVID-19.

DOCUMENTACIÓN

En el caso de la Renta Social, entre la documentación que se solicita figura:

- Fotocopia del DNI o tarjeta de identificación de extranjería.
- Volante de empadronamiento de la vivienda donde consten todos los miembros empadronados en la misma, o certificado de convivencia.
- Fotocopia del libro de familia. En caso de separación o divorcio, sentencia de la misma y convenio regulador.
- Documentación acreditativa de ingreso de la unidad familiar o de convivencia de todas las personas mayores de 18 años.

La Renta Social puede concederse durante seis meses consecutivos desde su aprobación, con un límite temporal máximo de un año consecutivo.

AYUDAS PARA GASTOS DE VIVIENDA

Además de la Renta Social, el Ayuntamiento ha aprobado las ayudas a la vivienda, también para personas alquiladas en pisos de la EMV. Se trata de una iniciativa que permite a familias con necesidades económicas afrontar obligaciones derivadas del mantenimiento de la residencia habitual, como el impuesto de bienes inmuebles (IBI).

El plazo de socilicitud de estas ayudas se anunciará en la web municipal rivasciudad.es próximamente.

Más información,
www.emvrivas.com

Desde la izquierda: el equipo absoluto, Carlos Tobal (un oro en júnior) y Alejandro Olombrada (dos oros y una plata en infantil). SONIA GALINDO (FMN)

Tres oros y dos platas en los autonómicos júnior e infantil

NATACIÓN→ Cinco integrantes de la Agrupación Deportiva Rivas Natación consiguen once marcas mínimas para los campeonatos de invierno de España en ambas categorías y en absoluta

La Agrupación Deportiva Rivas Natación ha despedido el invierno acuático acudiendo a los campeonatos autonómicos infantil, júnior y absoluto. Cinco integrantes consiguieron once marcas mínimas para los campeonatos de España. Y ganaron cinco medallas individuales: tres de oro y dos de plata. Estos resultados se suman al subcampeonato regional alevín conquistado por el equipo femenino a principios de febrero.

ABSOLUTO: OCHO FINALES

En el Open de Madrid absoluto, una suerte de campeonato autonómico, cinco nadadores del club alcanzaron ocho finales. Felipe Collado, en su primera temporada en categoría sénior, arañó dos marcas mínimas en 50 y 100 braza para el campeonato de invierno de España (previsto para principios de abril, antes de la crisis de la COVID-19). También fue finalista en 200 braza. La cita se celebró del 28 de febrero al 1 de marzo, en las instalaciones de la piscina del Mundial 86, que además acogieron el campeonato regional en categoría júnior.

Además de Collado, se colaron entre los diez primeros puestos de una final A: Carolina Brox, en 200 estilos; Cristina Santos, en 50 espalda y 50 libre; Cintia Blanco, en 50 braza; y Lucía Gañán, en 400 estilos. Hasta las finales B (puestos del 11 al 20), llegaron Daniel Prieto, en 50 mariposa; Irene Valtierra, en 50 braza, y Lucía Gañán, en los 200 estilos y 100 mariposa.

El equipo ripense infantil. SONIA GALINDO (FMN)

JÚNIOR: UN ORO

Ya en el campeonato júnior, Carlos Tobal se proclamó campeón de Madrid en 100 espalda, además de conseguir mínima para el campeonato de España en dicha distancia, 200 espalda y 200 estilos. Martina Villarrubia acarició el podio, con dos cuartos puestos en 100 espalda y 50 mariposa.

En la clasificación final júnior, el equipo femenino alcanzó la octava posición; el masculino, el 14º. En conjunta, Rivas se situó como undécimo mejor club madrileño de la categoría.

El resto de integrantes en absoluto y júnior fueron Lucía Manchado, Ariadna Sernam Gema Con, Laura Díaz, Alberto Borro y Héctor Almarza, dirigidos por el técnico Raúl Bueno *Ule*.

INFANTIL: CUATRO MEDALLAS

En el campeonato de invierno de Madrid, celebrado el 22 y 23 de febrero también en las instalaciones del Mundial 86, el club ripense se hizo con la décima posición. El equipo masculino concluyó noveno; el femenino, 13º. Participaron 42 clubes y 400 nadadores.

Alejandro Olombrada ganó dos oros y una plata. Se proclamó campeón en 400 libre y 1.500 libre. Y fue segundo en 200 libre. En los tres casos, con marca mínima para el campeonato de España; en el caso del 1.500, también hizo crono para 800. Tania de la Calle, plata en 1.000 braza, logró pasaporte para la cita estatal, como Iván Rivera en 50 libre.

La escuadra ripense la integraron ocho chicos y cuatro chicas: Alejandro Olombrada, Iván Rivera, Pablo Cano, Jesús Blázquez, Raoul Vadura, Alejandro Nieto, Sergio del Rey, Gonzalo Santiso, Daniela Villarrubia, Alba Valenzuela, Tania de la Calle y Vanessa Rivera. El entrenador, Roberto del Amo.

Plata en el campeonato de España de duatlón por clubes

ÉXITOS→ Los equipos femenino y masculino de Diablillos de Rivas, subcampeones del país - En el título de relevos mixtos, cuarta plaza

Los 20 integrantes del club Diablillos de Rivas, de rojo, en el podio.

Subcampeones de España de duatlón por clubes. Tanto el equipo femenino como el masculino del club Diablillos de Rivas ganaron la medalla de plata en el campeonato estatal, celebrado el 29 de febrero en Alcobendas. La primera división nacional reúne a los 15 mejores clubes del país, que concurren con diez integrantes para completar la distancia sprint (5 kilómetros de carrera a pie, 20 de ciclismo y otros 2,5 a pie).

La clasificación de cada club viene determinada por el puesto que obtiene cada participante. El equipo femenino lo formaron Raquel Arostegui, Emma Pérez, Marta Pintanel, Marta Borbón, Alicia Torres, Raquel Benito, Gloria Martínez, Elisa Ester, Lucía Acosta y Alba Rabadán. En chicos: Iván Cáceres, Javier García, Guillermo Cuchillo, Iván Gil, Álvaro Navalpotro, Daniel González, Carlos Oliver, Raúl Manso, Álvaro López y Jorge Figueras.

Ya el domingo 1 de marzo se disputó el campeonato de España de duatlón por relevos mixtos, donde cada escuadra concurre con dos chicas y dos chicos. Rivas acarició el metal, consiguiendo la cuarta plaza. En esta modalidad, cada integrante completa un mini duatlón de 2,5 kilómetros a pie, cinco en bici y otro a pie. El orden de los relevos siempre es chica-chico-chica-chico. Los integrantes: Marta Pintanel, Iván Gil, Raquel Arostegui y Carlos Oliver.

#ESTE VIRUS LO PARAMOS UNIDAS Y UNIDOS | SEAMOS EJEMPLO, RIVAS

RIVAS VACIAMADRID

Infórmate a través de los canales municipales oficiales:

www.rivasciudad.es

Ayuntamiento de Rivas: @RivasAlDía fb.com/AyuntamientoRivas @RivasAlDía
Policía Local Rivas: @PolicíaDeRivas fb.com/PolicíaDeRivas
Protección Civil Rivas: @ProteRivas

Comunidad de Madrid: www.comunidad.madrid
Ministerio de Sanidad: www.mscbs.gob.es

Esperanza Negueroles,

feminista divulgadora de la historia de las mujeres

La vecina de 73 años, economista y fundadora de la asociación ripense *Por la senda violeta*, mantiene una activa agenda diaria ahora frenada por la cuarentena para prevenir los contagios de COVID-19

Entrevista: **Patricia Campelo**

Rivas al Día' habla con ella durante la cuarta jornada de cuarentena tras el decreto de estado de alarma para prevenir contagios por COVID-19. Esta situación ha alterado la rutina que la conducía al centro de mayores El Parque cada martes y jueves a impartir el taller Historia de las mujeres, a sus clases de tai chi o a sus visitas al museo de El Prado. Esta última actividad incluso la había suspendido días antes. "En cuanto empezaron a llegar noticias preocupantes dejé de ir", comenta al otro lado del teléfono Esperanza Negueroles (Madrid, 1947), una veterana vecina muy activa en la vida de su ciudad. Incluso ahora, desde el confinamiento en el hogar: "Para que mis alumnas puedan seguir aprendiendo les envío por mail los apuntes".

Esperanza vive esta extraordinaria situación en su casa junto a su hijo, su nuera y dos nietos de 6 y 12 años. Con el pequeño traza estrategias de entretenimiento. "Como él se inventa que es un superhéroe yo le digo que pruebe el poder de correr rápido, y le tengo un rato dando vueltas por el pasillo", describe deslizando sonrisas, pero a continuación reconoce la dureza de este momento histórico. "No es fácil en una casa pequeña, con tantas personas".

A sus 73 años, Esperanza acumula experiencias de reflexión colectiva que le evocan a estos tiempos del coronavirus. Recuerda, por ejemplo, la guerra del Golfo como un momento "preocupante", o la crisis del ébola, más reciente. "Reflexionas sobre cómo hemos llegado a estas situaciones, lo precaria que es la sanidad en algunos países y las consecuencias de los recortes que hemos sufrido en Madrid, donde se desmanteló la sanidad pública y muchos, en lugar de salir a protestar, se hicieron seguros privados que no entran en epidemias".

Sobre la sociedad que quedará después de la pandemia, la veterana ripense no es más optimista. "Creo que las posibles reflexiones se borrarán con el siguiente partido de fútbol que se pueda jugar o con la bandera que vuelva sacar alguien", lamenta.

Esperanza residió en República Dominicana, donde colaboró en tareas humanitarias tras un huracán

Pese a lo insólito del estado de alarma que vive el país cuando se escribe este texto, a mediados de marzo, para Esperanza no es su primera vivencia excepcional en primera persona. Recién licenciada en Económicas por la Universidad Complutense de Madrid, a mediados de los 70, se marchó a vivir con su marido a República Dominicana, un lugar en vías de desarrollo y en estado de pobreza generalizada. En ese contexto, la isla caribeña fue azotada por un fuerte huracán, y a Esperanza le encomendaron la distribución de alimentos en una de las poblaciones. "Fue toda una experiencia, una aventura y algo muy provechoso para la vida. Te das cuenta cómo en estas situaciones algunos viven muy bien mientras otros sufren".

En Dominicana, Esperanza residió de 1974 a 1982, la mayor parte del tiempo ya divorciada, según relata, y con empleos de responsabilidad. "Estuve en la oficina nacional de planificación; después, como asistente del consultorio económico del presidente de la republica; también en la Comisión Nacional de la Energía y di clases en la Universidad Autónoma de Santo Domingo", enumera.

Para que sus hijos, nacidos en el país del Caribe, pudieran continuar estudios en España, Esperanza regresó con una oferta de trabajo que resultó ser una trampa. "Para acceder al empleo debía aceptar otra propuesta extra", lamenta sobre una proposición abusiva por parte del empleador y, probablemente, un punto de inflexión en su lucha feminista. Con una beca concedida en Madrid para un máster de dirección y administración de empresas, remunerada con 12.500 pesetas (unos 75 euros), no le alcanzaba para cubrir gastos, y

Esperanza Negueroles en el parque de Asturias. / KIKE AYALA

encontró una salida en el colegio de sus hijos cuidando el comedor y el patio. "Después ya me salió trabajo en la Consejería de Salud y Bienestar Social, de donde me fui como subdirectora del Centro para el Desarrollo Tecnológico Industrial; después estuve en el Instituto Madrileño de Desarrollo y en el Banco de Crédito Agrícola". Tras ese periodo de buenos empleos, a esta economista le tocó padecer la crisis de principios de los años 90, que la envió al paro durante cuatro años. Con el tiempo regresó a su último trabajo en el banco, de donde la prejubilaron en 1999 con el 80% del salario. "Me coincidió después la conversión al euro, lo que supuso una pérdida de poder adquisitivo", apunta.

Una vez liberada de sus obligaciones laborales, Esperanza, de naturaleza activa y comprometida, se volcó en el AMPA del instituto de sus hijos y emprendió un viaje hacia las teorías del feminismo. "Me di cuenta que me movía una rebelión contra una serie de temas que nos afectan a las mujeres, pero me faltaba una base teórica para poder responder y explicar qué es lo que nos pasa", clarifica sobre un tiempo que la llevó a participar en el Consejo de la mujer de la Comunidad de Madrid, en el fórum de política feminista y a fundar la asociación Mujeres porque sí.

El feminismo comenzó a tintinear en la cabeza de Esperanza tras ver una película cubana, 'Retrato de Teresa' (1979), en República Dominicana. "La gente me identificaba con el personaje porque yo también trabajaba fuera de casa y me había divorciado", recuerda. Pero antes de aquel momento, la ripense nacida en el madrileño barrio de Chamberí ya intuía que el mundo le ponía trabas por una única razón: ser mujer. "Mi padre me dejó ir a la universidad pero por la lógica de entonces, que allí encontraría un marido universitario".

Criada en una familia de izquierdas, Esperanza ya vivió en su casa el compromiso por las causas e ideas justas. Su abuelo fue Juan Negueroles, el tendero que ostentó el puesto número 1 de la Cuesta de Moyano, en Atocha, donde se podían encontrar

Su abuelo tuvo el primer puesto de la Cuesta de Moyano, y vendía libros prohibidos por la dictadura

los libros prohibidos por el franquismo. Según ha podido saber su nieta, "ayudó a escapar a judíos de Europa, y fue amigo de Azorín, con quien participaba en tertulias". De su faceta más familiar, sin embargo, la ripense recuerda las visitas de los domingos al puesto, los dulces que compraban en la pastelería del hotel Nacional (hoy, un local de comida rápida) y los paseos hasta la calle de Los Madrazo, donde vivían los abuelos. Con el tiempo, el tío de Esperanza heredó la caseta de libros, pero tras su muerte nadie más en la familia siguió la tradición. "Ya me pilló mayor, si no, lo hubiera cogido porque mi pasión son los libros. Después de la remodelación de la cuesta volví a pasar por allí, y ya no estaba el nombre de mi abuelo. Me eché a llorar".

NUEVA ASOCIACIÓN FEMINISTA

Fruto de su labor en el feminismo, Esperanza ya prepara la presentación de la asociación ripense Por la senda violeta. Con ella busca "trabajar todos los días y debatir sobre todo tipo de temas para poner la perspectiva de género en todo". Además de esta actividad, la pandemia la sorprendió preparando la charla 'Brujas, sanadoras y médicas', prevista durante las actividades suspendidas de la campaña municipal por el 8M.

Con un gran interés en la historia de las mujeres, Esperanza se ha convertido en divulgadora de grandes referentes femeninos a quienes da difusión en conferencias en los centros de mayores o en la exposición 'El trabajo de las mujeres', un repaso desde la Edad Media hasta la Transición. También, desde su recién estrenada columna en el digital ripense 'Rivas Actual'. Una intensa actividad que ha quedado en estado de espera y, como su propio nombre indica, de esperanza. •

RIVAS AL DÍA

REVISTA DE INFORMACIÓN MUNICIPAL

ABRIL 2020 Nº 198
www.rivasciudad.es

¡GRACIAS!

#TodoVaASalirBien