



Prensaldía

Usera



www.prensaldia.com



PERIODISMO DEMOCRÁTICO, SOCIAL Y COLABORATIVO

BARRIOS: Almendrales | Moscardó | Orcasitas | Orcasur | Pradolongo | San Fermín | Zofío

JUNIO 2026
Año I - N° 2

EJEMPLAR GRATUITO

COMPRAR EN USERA

Vuelve la campaña de apoyo al comercio "Usera Próxima"

Pág. 4

OCIO EN USERA

XUsera apuesta por el ocio saludable

Pág. 4

CULTURA

"Artistas de Usera" celebró su VI Edición

Pág. 8

CHINA EN USERA

Distintivos de Calidad Turística de Chinatown

Pág. 10

USERA EN FIESTAS

Pág. 16



Foto: CC BY 3.0, Concepcion AMAT ORTA...

Usera se prepara para afrontar el verano con una amplia oferta de ocio, cultura y deporte

RELOJERÍA ROCCIO

PLATERÍA JOYERÍA RELOJERÍA

ARREGLAMOS TODO TIPO DE RELOJES Y JOYAS
HACEMOS TASACIONES
CAMBIO DE PILAS

☎ 642 496 848
MERCADO DE ORCASITAS
C/ Villabona, 2 - pueño 18

XUSERA

OCIO SALUDABLE PARA INFANCIA Y JUVENTUD

7 BARRIOS
MIL HISTORIAS
UN MISMO ESPÍRITU

PIBA PLANES INTEGRALES DE BARRIO

madrid.es/usera

¿Quieres estar al día de todo lo que ocurre en tu barrio?

Únete a la mayor red de vecinos conectados e informados en un espacio pensado para compartir noticias de interés, actividades culturales, eventos, iniciativas vecinales, avisos importantes y toda la actualidad del distrito de Usera de forma rápida y cercana. Cuantos más vecinos participemos, más fuerte será nuestra red de información y colaboración.

No te quedes fuera y súmate a esta iniciativa.

¡No te quedes fuera!
¡Ayudanos!

ESTAMOS A UN SOLO CLICK

de construir la mayor red de vecinos conectados e informados de Usera

HOTEL MADRID RÍO

EXCELENTE COMUNICACIÓN CON EL CENTRO, FRENTE A MADRID RÍO

Ubicación envidiable a precios económicos

www.hotelmadridrio.com

(+34) 91 476 32 11 | reservas@hotelmadridrio.com
Calle Antonio López, 168 - 28026 Madrid

P GARAJE PRIVADO PREVIA RESERVA

- Hacienda
- Divorcios
- Fiscal
- Herencias
- Civil
- Escrituras de viviendas IVIMA
- Seguros

López Rey

ASESORAMIENTO TRAMITACIÓN

Calle Pradolongo, 2 - 28041 Madrid - CITA PREVIA: 91 341 85 09

COMPRAVENTA DE INMUEBLES

GENERALI

EDITORIAL

Prensaldiausera, testigo cotidiano de los cambios vertiginosos en nuestros barrios



Muchas, muchas gracias, de parte de todo el equipo de PrensaldiaUsera, a toda la gente que nos ha apoyado y ha recibido con entusiasmo esta segunda edición. Patrocinadores, amigos y establecimientos que nos han ayudado en su distribución.

Cada vez más este medio es menos nuestro y más ya de la los vecinos y vecinas de nuestros barrios. ¡Y nos anima saber que ya hay mucha gente deseando ver la tercera!

Todos sabemos de la acumulación histórica

que hay en Usera, de cómo muchas veces es nombrada como una reserva de activismo, de esfuerzo y superación, de vecindad.

Para muchos es toda una referencia en cuanto a lucha vecinal, animando y sirviendo

de inspiración a numerosas reivindicaciones en otros puntos de la ciudad. Pero para nosotros ha sido una sorpresa porque según recorríamos decenas de puntos para llevar adelante la publicación, hemos visto otra cosa, hemos visto, la proyección de Usera.

En Usera se están produciendo cambios vertiginosos y no es difícil notar, a pesar de los desafíos, que Usera se apresta a dar un salto. Y ojalá que Prensaldiausera pudiera acompañar a nuestro distrito en esa "succión" del porvenir que el futuro nos está haciendo.

Como nos comenta Giuliano da Empoli en su libro *Los ingenieros del caos*, antes el control de los acontecimientos se basaba en el manejo del binomio "comunismo y pan". Ahora el binomio se ha transformado, quien quiera decidir e influir, deberá controlar un binomio nuevo "algoritmo y rabia" Nuevos "Condotieros" de las redes, ofrecen sus prestaciones y ponen sus mesnadas de piratas informáticos, sus catervas de Hacers, al servicio del que paga.

Los modernos flautistas de Hamelín prometen desplegar su magia provocando una hipnosis colectiva, que favorezca los intereses de aquellos con los que han firmado contrato.

Esa visión objetivista y deshumanizada del hombre. Demuestran que no conocen la actividad intencional de la conciencia.

Los que la defienden, arrastran con esquemas propios del Darwinismo Social, donde la conciencia es pasiva y refleja solo las condiciones objetivas en las que está sumergida. ¡Que poco saben!, Que poco estudian los procesos de los que ellos mismo son su producto. Son antehistóricos y por ende, bien podrían inscribirse dentro de las corrientes del Neo- Irracionalismo y del Anti-Humanismo.

PrensaldiaUsera desde su aparente e insignificante importancia frente a lo global y mundializado, se sitúa en las antípodas de ese vanguardista e innovador fenómeno.

Para nosotros lo local y lo puntual hablando en términos espaciales, representan la unidad mínima de acción. Es en el vecindario donde se percibe todo conflicto, aunque sus raíces estén muy distantes. Por eso el barrio es el lugar donde actuar sin desconectar y con la mirada también puesta en lo global.

Un medio de comunicación tiene, o por lo menos debe aspirar a Comunicar.

En Usera se están produciendo cambios vertiginosos, y no es difícil notar, a pesar de los desafíos, que Usera se apresta a dar un salto.

La palabra comunicación proviene del latín *communicatio, communicationis*, que a su vez deriva del verbo *communicare*. Su significado etimológico fundamental es "compartir", "intercambiar" o "poner en común".

Communicare, al mismo tiempo, remite a la voz latina *communis*, que se refiere a lo común, a lo público. ¡Que lejos estamos en algunos casos de esto!

Pocos saben de la existencia del código deontológico de periodismo. Quizás sea el tiempo de invocar en el periodismo la formulación práctica, de un juramento análogo al hipocrático hecho por los médicos, para los futuros periodistas al terminar sus carreras.

Entre el estruendo que va produciendo la caída de los viejos armatostes del pasado, Si logras hacer silencio puede que escuches la insinuante melodía de un Nuevo Mundo.

Quiero cerrar la editorial levantando el ánimo, trayendo este pequeño fragmento del Capítulo XII del Paisaje Interno, del libro *Humanizar la tierra*, Silo.

"Inútil y malvada profecía que anuncia la hecatombe del mundo. Yo afirmo que el ser humano habrá no solamente de seguir viviendo, sino que crecerá sin límite. Y también digo que los negadores de la vida desean robar toda esperanza, palpitante corazón del acto humano."

DIRECTOR: José Muñoz
REDACCIÓN EDICIÓN IMPRESA: Ezequiel Fernández
DISEÑO Y MAQUETACIÓN: José Antonio Díaz
EDITA: prensaldia.com **TEL.:** 670 540 191
 Asociación Eco Esfera. N° Nacional 617102
 C/ Isabelita Usera, 36 - 28026 Madrid.
MAIL: prensaldiausera@gmail.com

NOTA DEL EDITOR: No se permite la publicación por ningún medio impreso o digital de los contenidos, imágenes, así como la reproducción del diseño de los anuncios contenidos en el periódico sin el consentimiento previo y escrito. Este periódico ofrece a los vecinos un espacio de libre expresión, y la edición no necesariamente comparte las opiniones expresadas en sus textos. En este medio no se aceptan ningún tipo de contenido que exprese o promueva la violencia o la discriminación.

Un reconocimiento en la categoría "Compromiso con el Distrito"

PrensaldiaUsera galardonada en la V Edición de Usera Solidaria



En la foto, todos los premiados juntos en la pasada Edición de los Premios Usera Solidaria

Año tras año, PrensaldiaUsera ha tenido el privilegio de cubrir y dar voz a las distintas ediciones de los Premios Usera Solidaria que organiza la Junta Municipal de Usera.

Desde nuestros inicios, siempre hemos considerado fundamental destacar estos galardones que reconocen el compromiso, la solidaridad, la generosidad y el trabajo altruista de personas, entidades, servicios públicos, asociaciones y comercios que contribuyen a construir un distrito más humano, participativo y cohesionado.

Durante todo este tiempo hemos estado al otro lado del objetivo, contando historias, difundiendo iniciativas y acompañando a quienes, con su esfuerzo diario y muchas veces silencioso, hacen de Usera un lugar mejor. Por eso, no podemos evitar sentir cierto pudor cuando, por una vez, el foco se dirige hacia nosotros.

Recibir este año el Premio Usera Solidaria ha supuesto una enorme sorpresa y una profunda emoción para todo el equipo de PrensaldiaUsera. Un reconocimiento que adquiere un significado muy especial al haber sido concedido en la categoría de "Compromiso

con el Distrito", precisamente uno de los valores que han guiado nuestro trabajo desde el primer día.

Este premio pertenece a muchas personas. A quienes han formado parte de este proyecto a lo largo de los años, a quienes colaboran desinteresadamente, a nuestros lectores, a las entidades que confían en nosotros y a todos aquellos vecinos y vecinas que, con sus historias y su participación, dan sentido a nuestra labor informativa. Estamos convencidos de que serán muchos los que compartirán con nosotros la alegría de este reconocimiento.

Dicen que la alegría es también un indicador de futuro. Por eso recibimos esta distinción no como una meta, sino como un estímulo para seguir avanzando, para continuar trabajando con la misma ilusión, cercanía y compromiso que nos han acompañado hasta ahora.

Agradecemos sinceramente este galardón, que nos honra y nos anima a seguir construyendo, entre todos, el presente y el futuro de nuestra querida Usera. Gracias de corazón. De parte de todo el equipo y de los amigos de PrensaldiaUsera.



Para un Nuevo Periodismo Social y Participativo

PRENSALDIAUSERA

BUSCAMOS VOLUNTARIOS

vecin@s, amig@s, reporteros, fotógrafos, redactores, cronistas, redes sociales, corresponsales, diseñadores, colaboradores.

Infórmate: 670 546 191

Ha comenzado la fase de apoyo en los Presupuestos Participativos

En este mes de junio los Presupuestos Participativos 2026 de Madrid pasan a la Fase de Apoyos. Ahora los vecinos podremos elegir aquellos proyectos que se han presentado y con nuestro voto ayudar a que los que elijamos sigan adelante.



El proceso de los Presupuestos Participativos se inició en febrero de este año con la fase de presentación de proyectos

Recordemos que los presupuestos participativos son un proceso de participación ciudadana en el que la ciudadanía decide de manera directa a qué se destina una parte del presupuesto municipal. Las personas presentan proyectos de presupuestos participativos que pasan varias fases, de recepción de apoyos, de evaluación (análisis y viabilidad técnica) y de votación, y el Ayuntamiento lleva a cabo los proyectos más votados por la ciudadanía a partir del año siguiente.

Fase de Apoyos

Tras superar las fases de "Presentación de proyectos" y de "Revisión interna de proyectos", ahora podremos apoyar aquellas ideas que queremos para Madrid y que han superado las fases anteriores. Se podrá elegir proyectos para toda la ciudad o un distrito. Los proyectos más apoyados pasarán a la fase de evaluación para analizar su viabilidad.

Del 1 al 30 de junio de 2026 se podrá apoyar tantos proyectos como se quiera, para toda la ciudad y/o para un distrito que se elija (pero solo en uno), en función de nuestros intereses y no necesariamente donde se esté empadronado, como, por ejemplo, lugar de trabajo, donde reside un familiar, etc.

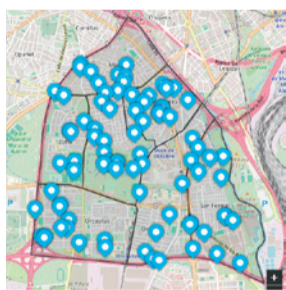
La participación es clave y, por ello, muchas asociaciones y particulares en estos momentos comparten, difunden y movilizan a más personas para buscar apoyos a los proyectos presentados. Cuantos más apoyos consigan más cerca estarán de avanzar.

Una vez finalizada la fase de apoyos (1 al 30 de junio de 2026) se publican los apoyos ob-

tenidos por los proyectos y los criterios de corte considerados para pasar a la siguiente fase de evaluación, de acuerdo con las especificaciones de la Convocatoria.

Solo falta decir que hay muchos y muy necesarios proyectos para nuestros barrios presentados, que merece la pena conocerlos y, por supuesto, apoyarlos. En esta página se encuentra, como muestra, una de las propuestas presentadas que necesitan los apoyos, pero hay muchas más que están esperando nuestros votos, como por ejemplo: *Creación de un espacio de aparcamiento en el Poblado Dirigido de Orcasitas, Recuperación del Jardín Botánico de Pradolongo, Campo de béisbol en Usara, Circuito Circular Multigeneracional (Orcasitas-Orcasur), Creación de biblioteca infantil en el barrio de Almendrales, Creación de una zona estancial en Zofío, Nuevo Pabellón Polideportivo en Parque Lineal: Deporte todo el año en San Fermín...* la lista de mejoras propuestas para nuestro barrio es larga, es el momento de descubrirlas y apoyarlas.

Para participar basta con ser mayor de 16 años, tener empadronamiento en Madrid e identificarse, o registrarse, en decide.madrid. es y tener verificada la cuenta.



Los puntos de ubicación sobre el mapa muestran la cantidad de proyectos presentados en cada barrio de Usara

Piden una cubierta para la cancha de baloncesto de la calle Villabona



Vista actual de la Instalación Deportiva Básica

El Club Baloncesto Orcasitas solicita a los vecinos el apoyo al proyecto de instalación de una cubierta sobre la cancha de baloncesto de la calle Villabona. De conseguirlo, la instalación se transformaría en un espacio deportivo utilizable durante todo el año.

La cubierta incorporaría placas solares fotovoltaicas, de modo que la infraestructura no solo mejoraría el uso deportivo del espacio, sino que también contribuiría a la producción de energía renovable para el barrio.

La propuesta permitirá:

- Usar la pista todo el año
- Instalar iluminación nocturna con energía solar
- Generar energía renovable para el barrio
- Crear un espacio más seguro, sostenible y útil para vecinos, niños y jóvenes

El proyecto ya está en proceso de votación en los Presupuestos Participativos de Madrid, y ahora comienza la fase en la que se necesita el voto de los vecinos del barrio.



Enlace para votar por este proyecto:

El SER pone en dificultades al personal y usuarios del Ambulatorio de Orcasitas



Encontrar aparcamiento se convierte en una odisea diaria

La reciente activación de la zona de Servicio de Estacionamiento Regulado (SER) en el distrito de Usara está trayendo numerosas dificultades a los trabajadores y usuarios del Ambulatorio de Orcasitas, situado en la calle de Cestona, al lado de la Escuela Municipal de Música Maestro Barbieri.

Frecuentemente, cuando se incorporan a la jornada laboral, los trabajadores se ven imposibilitados para aparcar. Algo similar nos cuentan algunos usuarios con dificultades de movilidad, que llegan para recibir atención médica.

Día Mundial de Tejer en el Espacio Público Tejiendo Usara



El 13 de junio también Usara celebrará el Día Mundial de Tejer en el Espacio Público con una propuesta dirigida a personas de todas las edades que busquen generar un espacio de convivencia, aprendizaje y creatividad compartida en el espacio público. Durante la jornada se contará con un espacio para tejer en comunidad, se facilitará el aprendizaje para quien quiera iniciarse y, además del intercambio, habrá música en directo y microabierto. La actividad tendrá lugar en la Plaza de la Asociación, Orcasitas, y será de acceso libre, por lo que no hay excusas para acudir.



Un lugar emblemático para todos los vecinos de Usara

www.balcondelestela.net

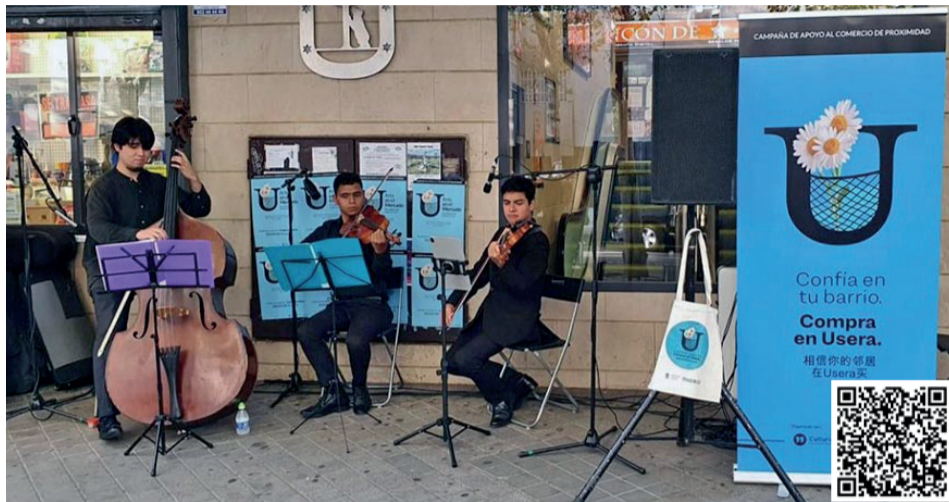
EL BALCÓN DEL STELLA
GASTROBAR - EVENTOS
C/ Dr. Tolosa Latour, 16 A, - 28026 Madrid



RESERVAS: 625 507 274

Vuelve la campaña de apoyo al comercio de proximidad "Usera Próxima"

Bajo el lema "Confía en tu barrio. Compra en Usera", la iniciativa busca llenar de vida los mercados, galerías y espacios públicos del distrito mediante una programación artística y participativa pensada para todas las edades.



Actividad de la pasada edición de Usera Próxima

Usera Próxima 2026 está promovida por la JMD de Usera para apoyar el comercio de proximidad y fomentar un consumo más responsable a través de la cultura.

Durante la campaña, vecinas, vecinos y comerciantes podrán disfrutar de conciertos de distintos estilos musicales, espectáculos de danza, teatro y poesía, además de talleres y actividades creativas que invitan a compartir, crear y disfrutar del arte desde lo cotidiano. Cada jornada se convierte en una oportunidad para redescubrir el barrio, apoyar a los comercios locales y fortalecer el vínculo entre quienes viven, trabajan y dan vida a Usera.

Apostando por la convivencia en Usera

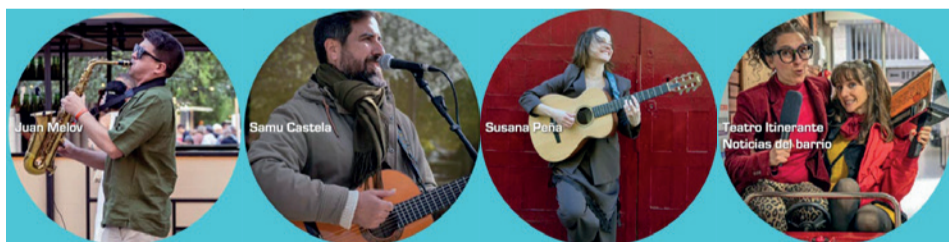
Usera Próxima transforma calles, plazas y mercados en espacios abiertos para la convivencia y la expresión artística, acercando la cultura al día a día del distrito y reforzando la identidad diversa y comunitaria que caracteriza a Usera. La propuesta busca que la experiencia de consumo vaya acompañada de encuentro, emoción y participación, haciendo del comercio local un punto de unión entre cultura y comunidad.

Impulsando la participación en Usera

El proyecto tiene como objetivo implicar activamente a comerciantes, entidades sociales y ciudadanía en una celebración colectiva de la riqueza cultural y humana del distrito. Así, Usera Próxima no solo impulsa el comercio de cercanía, sino que también promueve un barrio más vivo, participativo y conectado con su gente.

Actividades "Usera Próxima" en junio

- **Taller participativo**, en C.C. Caracol (avenida de Orcasur, 49). Martes, 2 de junio, 11:00 h.
- **Actuación de Juan Melov**, en galerías Deva (Orcasitas). Jueves, 11 de junio, 11:00 h.
- **Teatro itinerante Noticias del barrio**, en Junta Municipal del Distrito de Usera. Explanada. Viernes, 19 de junio, 11:00 h.
- **Actuación de Samu Castela**, en la plaza Ojos de la Mezquita. Miércoles, 24 de junio, 11 h.
- **Actuación de Susana Peña**, en el Mercado municipal de Usera. Martes 30 de junio de 2026 a las 11 horas



Cuentacuentos "De boca a oreja", de Ignacio Yuste, el pasado 1 de mayo en la Plaza Romana (Moscardó)

XUsera apuesta por el ocio saludable en Usera

XUsera es un despliegue de actividades y acciones de ocio saludable dirigido a niños, niñas, adolescentes y jóvenes del Distrito de Usera. El programa pretende crear un espacio seguro para jugar, aprender y disfrutar en comunidad.

Está dividido en cuatro áreas: Espacio Juvenil, Centros deportivos, Centros Educativos y Espacios Abiertos

ESPACIO JOVEN

Todos los sábados por la tarde, los centros culturales **Meseta de Orcasitas** y **Cánovas del Castillo** se transforman en puntos de encuentro para jóvenes con ganas de pasarlo bien, expresarse y descubrir nuevas aficiones.

Además, se ofrece apoyo para el desarrollo personal y profesional: orientación sobre estudios, búsqueda de empleo, o cómo poner en marcha las propias ideas y proyectos.

CENTROS DEPORTIVOS

En el **polideportivo Jesús Rollán** se organizan actividades deportivas algunos sábados al mes, diseñadas para todos los niveles y edades. Estas sesiones están pensadas para disfrutar del deporte en un ambiente divertido, seguro y motivador ya sea para probar algo nuevo, mejorar habilidades o simplemente pasar un buen rato.

Desde juegos dinámicos hasta prácticas deportivas más estructuradas, cada sesión busca fomentar la actividad física, el trabajo en equipo y el disfrute de todos los participantes.

Todo esto guiado por profesionales que que acompañan a los participantes para que aprovechen al máximo cada momento.

CENTROS EDUCATIVOS

Diferentes centros escolares del distrito se convierten cada sábado en auténticos es-

pacios de diversión, encuentro y creatividad. Lugares donde niñas, niños y adolescentes de 8 a 14 años pueden desconectar de la rutina, descubrir nuevas formas de jugar y expresarse, y sobre todo, compartir buenos momentos con nuevos amigos.

Las actividades están cuidadosamente diseñadas para fomentar el compañerismo, la imaginación y el movimiento a través de juegos cooperativos, dinámicas artísticas y propuestas que invitan a experimentar, reír y aprender jugando.

Todo esto en un entorno seguro y cercano, acompañado por un equipo de monitores y monitoras de ocio y tiempo libre que están siempre ahí para guiar, apoyar y animar cada actividad. Y además, ¡cada jornada incluye una merienda saludable para recargar pilas y seguir disfrutando!

Las plazas de inscripción están limitadas a 30, es importante elegir la actividad y buscar el centro más cercano para la inscripción. Todas las actividades y los centros donde se realizan están disponibles en la web de de XUsera.

ESPACIOS ABIERTOS

En XUsera ofrece una variada programación de actividades culturales pensadas para todos los públicos, realizadas en espacios al aire libre en el distrito de Usera. Estos eventos se celebran en diferentes puntos del barrio, creando un ambiente único donde la cultura y la comunidad se encuentran.

Desde representaciones teatrales hasta talleres de arte, pasando por música en vivo, cine al aire libre y muchas más propuestas, cada actividad está diseñada para fomentar la participación de vecinos y vecinas de todas las edades.

Son momentos perfectos para disfrutar en familia, con amigos o conocer a otras personas de del barrio.

ATC FINCAS
ADMINISTRACIÓN DE COMUNIDADES

Calle Villabona 2. Puesto 16 - 28041 Madrid incidencias@atcfincas.es

*Cercanía y confianza:
así cuidamos tu comunidad*

☎ 913 415 411
☎ 665 182 274

HORARIO: De lunes a viernes, de 09:30 a 14:00 h.
Tardes con cita previa. Viernes tarde y fin de semana cerrado.

Un equipo de odontólogos que nació, creció y vive en el barrio

Varias generaciones de vecinos de Orcasitas les ha confiado su salud bucodental durante décadas.

Hoy entrevistamos al Dr. Manuel Míguez, toda una referencia en Orcasitas y parte de la historia del barrio, mejorando la salud bucodental de sus vecinos desde hace más de 40 años.



El Dr. Durán-Cantolla y el Dr. Manuel Míguez junto con su equipo durante la inauguración de la Unidad del Sueño Eugnathos.

P: Dr. Míguez, su clínica dental fue la primera en la Meseta de Orcasitas. ¿Cuál es el secreto para mantenerse tantos años y seguir contando con la confianza de sus pacientes?

Comencé en 1986 alquilando un pequeño local en la calle Gran Avenida, 7, en la antigua pajarería Ibañez. Creo que la clave está en trabajar siempre con la ilusión de generar salud y bienestar. En nuestro caso, más que pacientes, sentimos que atendemos a nuestros propios vecinos. Yo sigo viviendo aquí, en Orcasitas, y gran parte de nuestro equipo también nació, creció y vive en el barrio. Eso hace que todo el equipo sintamos una gran responsabilidad y, al mismo tiempo, un enorme orgullo de poder contribuir al bienestar de nuestra gente. Los pacientes perciben ese trato cercano, familiar y de confianza, y creo que eso es crucial.

Para mí es especialmente emocionante ver a personas que traté cuando eran niños y que hoy vienen con sus propios hijos con esa misma edad. Este vínculo generacional también tiene continuidad familiar en la clínica, donde mi hijo, ahora el Dr. Mario Míguez, trabaja desde hace años como especialista en Ortodoncia, combinando una visión moderna con la misma ilusión y compromiso.

P: ¿Cómo han evolucionado sus clínicas en estos últimos años?

Actualmente contamos con dos clínicas: una en la calle Gran Avenida, 17, y otra en la parte

nueva del barrio, en la calle Ordicia, 36. Nuestra filosofía siempre ha sido que nuestros vecinos puedan contar con la máxima calidad posible sin necesidad de salir del barrio. Por eso, a lo largo de los años hemos reinvertido constantemente en tecnología avanzada, materiales de primer nivel, instalaciones modernas y profesionales altamente cualificados. Con el paso del tiempo fuimos incorporado todas las especialidades — Ortodoncia, Implantología, Cirugía, Endodoncia, Prótesis y Estética dental, entre otras— para poder ofrecer un tratamiento integral y valorar cada caso desde todos los puntos de vista, buscando siempre la mejor solución para nuestros pacientes.



Nuestra incorporación más reciente ha sido la Unidad de Sueño, dirigida por el Dr. Joaquín Durán-Cantolla (Médico Neumólogo especialista en Sueño), un referente internacional en este campo, quien fue fundador y primer presidente de la Federación Española de Sociedades de Medicina del Sueño (FESMES). Ahora podemos ayudar a nuestros vecinos que sufran de ronquidos, apneas del sueño, insomnio u otros problemas relacionados con su descanso.

P: ¿Por qué es importante prestar atención a estos problemas de sueño como el ronquido o la apnea del sueño?

Durante años se ha hablado del ejercicio y la nutrición para tener buena salud, hoy sabemos que el sueño también es fundamental para nuestro bienestar físico y mental.

El ronquido se produce cuando se estrechan los tejidos de la garganta y el aire pasa con dificultad. Sin embargo, no es solo un ruido molesto, sino que es una señal de alarma de un problema más grave como la apnea del sueño. Las apneas pueden repetirse hasta cientos de veces cada noche, donde la respiración se detiene y el cerebro tiene que 'despertar' al cuerpo para volver a respirar, aunque la persona normalmente no lo recuerde al día siguiente. Como consecuencia, el sueño deja de ser reparador y el organismo trabaja bajo una situación de estrés continuo.



A corto plazo, esto provoca cansancio, somnolencia, pérdida de memoria e incluso un mayor riesgo de accidentes de tráfico o laborales. Pero lo más importante son las consecuencias a largo plazo, ya que aumenta el riesgo de hipertensión, infartos, ictus, diabetes y otros problemas cardiovasculares.

También ocurre en niños, lo que es especialmente importante, porque están en una etapa de crecimiento y desarrollo cerebral. Pueden tener dificultades para concentrarse, aprender, rendir en el colegio e incluso en su crecimiento.

P: Usted fundó y fue el primer presidente de la Sociedad Española de Medicina Dental del Sueño (SEMDeS). ¿Qué relación existe entre el sueño y la odontología?

El dentista formado en medicina dental del sueño, con el apoyo de una Unidad de Sueño, se encuentra en una posición privilegiada para detectar y tratar determinadas patologías cuyo origen está relacionado con la boca y los tejidos de la garganta. Esto es especialmente útil en enfermedades como la apnea del sueño, donde el 80% de personas que la padecen no lo saben.

Estas patologías se tratan de manera interdisciplinar y, en muchas ocasiones, el dentista desempeña un papel fundamental. De hecho, en nuestra Unidad de Sueño recibimos muchos pacientes derivados de hospitales como el 12 de Octubre, especialmente personas que no se adaptan bien a tratamientos como la CPAP o que necesitan soluciones dentales específicas, como los dispositivos de avance mandibular (DAM) en el caso de los adultos o tratamientos de ortodoncia y ortopedia en niños en crecimiento. Precisamente, tengo el honor de ser el presidente del próximo Congreso Anual de SEMDeS 2028, que se celebrará en el Hospital 12 de Octubre, el cual estamos organizando conjuntamente con su Unidad del Sueño.

P: Gracias por atendernos y por ser parte de la historia del barrio también.

mīDAS
PIDE YA TU CITA

912 838 848
3799@redmidas.com

Tu revisión oficial en Midas

mīDAS
ANTONIO LÓPEZ



Calle Antonio López, 214 - 28026 Madrid

Eclipse solar, un acontecimiento único: ¡cuidemos nuestros ojos!

En agosto podremos asistir al primer eclipse solar en la península desde hace una centuria. No dejar escapar este evento y disfrutarlo plenamente conlleva adoptar unas medidas de seguridad que no debemos ignorar.



Tomemos precauciones para disfrutar de los próximos eclipses solares

MARTA URBANO FERNÁNDEZ | Directora Técnica- Optico Optometrista

El miércoles 12/08/2026, tendrá lugar el primero de los tres eclipses solares que se producirán hasta 2028. El siguiente, el 02/08/2027, también será total. El último eclipse, que será anular, se producirá el 26/01/2028. No se había podido ver un eclipse total en la Península Ibérica desde hace más de 100 años.

La franja desde donde se verá el eclipse total va desde A Coruña hasta Palma. Esta franja incluye Oviedo, León, Bilbao, Zaragoza y Valencia. España está situada al final de la franja de eclipse total, por lo que tendremos que buscar un sitio con buena visibilidad hacia el Oeste.

En Madrid, el eclipse será parcial, con una cobertura aproximada del 80%. El inicio será sobre las 19:35 h, el punto máximo sobre las 20:33, y el final sobre las 21:06.

No debemos dejar pasar esta ocasión única acompañados de nuestra familia y amigos. No obstante, debemos extremar las precauciones para no provocar quemaduras en la retina de nuestros ojos, que podrían producir una pérdida de visión irreversible.

Desde mi labor como Directora Técnica - Óptico Optometrista de **Urbano Ópticos** siempre recomiendo a nuestros clientes que nos consultan sobre cómo protegerse en estos casos los mismos consejos para una observación segura.

Para empezar: **NO USAR BAJO NINGÚN CONCEPTO** gafas de sol convencionales, radiografías, CD's, ni lentes ahumados.

Los métodos para ver el eclipse de manera SEGURA son:

- Filtros que cumplen la normativa ISO 12312-2:2015.
- Filtros para telescopios y prismas SIEMPRE colocados en la apertura (DELANTE), y NUNCA en el ocular.
- Sistemas de observación indirecta, como proyecciones en una superficie a través de una cartulina perforada.

Es **IMPORTANTE** vigilar a los más pequeños, para que en ningún momento se retiren la protección y queden sus ojos expuestos.

La norma **ISO 12312-2:2015** es un estándar internacional establecido por la Organización Internacional de Normalización (ISO) en la que se establecen los requisitos de calidad y seguridad imprescindibles para los filtros de protección solar empleados en la observación directa del Sol sin causar daños oculares, como ocurre durante los eclipses solares.

Aquellas gafas para eclipse solar que cumplan con la norma garantizan que:

- El 100% de la radiación UV e IR dañina y más del 99,999% de la luz visible intensa se bloquea, evitando daños oculares severos en la retina al mirar al Sol directamente.
- La densidad óptica es de 5,5 o superior y la calidad del material del filtro son aptas para una protección efectiva.
- Han sido testadas por laboratorios independientes y cumplen con estándares internacionales.



Más que esquejes para compartir

IMPULSADA POR @useraescucha



Llamémosle como queramos: una actividad que "ha echado raíces", una actividad que "ha florecido", una actividad que "ha dado sus frutos"... lo cierto es que el intercambio de esquejes en Usera se está posicionando como una actividad de gran arraigo.

Se trata de un espacio vecinal donde, de forma colectiva, se comparten plantas, consejos, trucos y sobre todo, un buen trato en comunidad. Poco importa si eres nueva o nuevo en este espacio, basta con que lleves un esqueje o una planta para compartir, y si ya has participado en otras ocasiones es un buen momento para contar a los demás cómo han ido tus esquejes y seguir haciendo crecer esta red vecinal en Usera. La última convocatoria se realizó el 21 de mayo en la Explanada de la Junta Municipal de Distrito Usera. Cada vez que vamos nos llevamos mucho más: nuevas ideas, nuevos brotes y nuevas conexiones.

¿Cómo hacemos para deshacernos de los escombros?

Los escombros son residuos procedentes de obras y reformas, como ladrillos, hormigón, azulejos, yeso o tejas. Aunque no se consideran residuos peligrosos, su volumen y características requieren una gestión adecuada conforme a la normativa vigente.

Madrid cuenta con 16 puntos limpios fijos para la recogida de residuos de origen doméstico que, por sus características, no pueden depositarse en los contenedores habituales. Usera cuenta con uno de estos puntos en el barrio de Pradolongo:

Los residuos admisibles en los puntos limpios fijos están destinados exclusivamente a la producción doméstica, es decir, aquellos residuos generados de manera ordinaria en un domicilio y dentro de los límites establecidos para cada tipología.

El traslado de estos residuos al punto limpio debe realizarlo la propia persona interesada con sus propios medios.

Las pequeñas empresas o trabajadores autónomos que generen residuos en el término municipal de Madrid deberán contar con autorización municipal previa para poder acceder a un punto limpio fijo.



Dirección:

Calle Cristo de la Victoria, 245 - 28026 Madrid

Horario de apertura:

- De lunes a sábado: de 8:00 a 20:00 horas
- Domingos y festivos: de 9:00 a 14:00 horas
- Días 24 y 31 de diciembre: de 9:00 a 14:00 horas
- Cerrado los días 25 de diciembre y 1 y 6 de enero

Tu electricista de confianza en usera

LA BOMBILLA MÁGICA

INSTALACIONES
ELÉCTRICAS

ILUMINACIÓN
LED



PORTEROS
AUTOMÁTICOS

ANTENAS
LÁMPARAS

C/ Isabelita Usera, 36 bombillamagica@gmail.com

661 823 499 / 91 475 02 19

urbanOOpticos

Calle Ordicia, 30 - Orcasitas
Telf. 91 292 16 46
C/ Antonio López, 76 - Carabanchel
Telf. 91 947 04 60

GRADUACIÓN DE LA VISTA - CONTROL DE MIOPIA - CONTROL TENSION OCULAR

Tu salud visual, nuestro principal compromiso

www.urbanoopticos.com/

La pista de Parkour de Orcasitas no es solo hormigón y barras



Orcasitas ha sido durante años referente de superación y la libertad, de atrevimiento y salto. Ahora, ese espíritu encuentra en la instalación de Parkour, un espacio diseñado para que vecin@s de todas las edades pongan a prueba su creatividad y resistencia.

La pista de Parkour de Orcasitas es el resultado de la propuesta promovida por Beatriz Ariza, vecina siempre preocupada por impulsar mejoras para nuestro barrio, en la quinta convocatoria de los Presupuestos Participativos.

El parkour no es solo una moda. Nació en los años 90 en los suburbios de Francia, de la mano de David Belle y un grupo de jóvenes que convirtieron la adversidad en arte. Le llamaron l'art du déplacement: el arte de superar obstáculos con fluidez, eficiencia y valentía. Sin competición, sin límites, solo el cuerpo y el entorno. Lo que empezó como una filosofía de superación personal hoy es una disciplina global que transforma ciudades y mentalidades.

Esta pista de Parkour, ubicada en la avenida de los Poblados 128, no es solo hormigón y barras: es un símbolo. Un lugar donde la juventud puede encontrar un espacio seguro para canalizar su energía, donde la dificultad se convierte en aprendizaje y donde todos pueden sentirse parte de algo más grande.

Probemos a saltar, a caer y a levantarnos. Quizás descubramos que el obstáculo no es el muro, sino no atreverse a cruzarlo.



Se presentó el proyecto "Servicios a tu alcance, Usera cerca de ti"



El pasado 18 de mayo se presentó esta iniciativa en la J.M.D de Usera, un proyecto pensado para acercar la información a las vecinas y vecinos del distrito. Prensaldiausera fue invitada junto con colectivos, representantes asociaciones de vecinos y parte del tejido asociativo de nuestro distrito.

A través "Usera Escucha2" se está realizando un esfuerzo importante para poner los servicios del distrito al alcance de todos. "Que nadie que necesite algún servicio se quede fuera por no conocerlos." Para impulsarlo del modo más adecuado se hará un recorrido, dedicando una semana a cada barrio, a fin contactar e informar con representantes y vecinas y vecinos de cada barrio.

Desde diversas asociaciones se hicieron preguntas e hicieron notar lo bueno que hubiera sido tener esa información antes, así como lo importante que es, precisamente para que todo funcione mejor, contar con ellos a la hora de lanzar un plan de ese tipo.

Oferta Formativa en el CEPA Orcasitas FP Básica Electricidad y electrónica



El CEPA ORCASITAS lanza para el próximo curso el nuevo ciclo de Formación Profesional Básica (FPB) en Electricidad y Electrónica. Una formación práctica, adaptada a lo que buscan las empresas y diseñada para que los jóvenes alcen sus metas.

El curso ofrece una doble titulación, no solo aprender un oficio con alta demanda. Al finalizar el segundo año, además del título profesional, se obtiene el título de Graduado en ESO.

Tiene una duración de 2 cursos académicos, y se impartirá en un horario de turno de tarde, ideal para compatibilizarlo con otras actividades o responsabilidades diarias.

Está dirigido a personas mayores de 17 años (cumplidos en el año de inicio del curso) que no tengan el título de la ESO o certificados de FP y quieran abrirse paso en el sector tecnológico y eléctrico.

Las posibles salidas profesionales de este curso incluyen ayudante de montador de antenas, instalador de telecomunicaciones, electricista de edificios, mantenimiento electrónico, entre otras.

Las plazas son limitadas, por lo que si estás interesado inscríbete pronto y no dejes pasar la oportunidad de dar un giro a tu perfil profesional.

- Lugar: CEPA Orcasitas en la Calle Oreja 186
- Más información e inscripciones: teléfono: 913 423 251
- CEPA ORCASITAS: Tu espacio de formación, tu camino al éxito.

La Escuela de referencia en Madrid para recibir formación de calidad y gratuita en oficios esenciales está en Usera



Escuela Municipal de Empleo Verde y Oficios se encuentra ubicada en la calle Ginebro, 1 y ofrece formación totalmente gratuita. Los cursos están orientados a mejorar la empleabilidad en sectores con alta demanda. Éstos incluyen formación práctica y la posibilidad de realizar prácticas en empresas, lo que facilita el acceso al mercado laboral.

La Escuela Municipal de Empleo Verde y Oficios (EMEVO) impulsa la transformación de los procesos de cualificación y recualificación de personas en oficios esen-

ciales, utilizando técnicas de digitalización, gestión circular de residuos, y nuevas metodologías, técnicas y materiales que mejoran el aprovechamiento de los recursos y la disminución de la huella ecológica.

Entre la oferta formativa destacan: Ayudante de albañilería, Instalación de tuberías, Operaciones con grúa torre, Trabajos encofrados, Aprendiz de electricista, Oficial de saneamiento.

Para más información e inscripciones: Teléfono: 689 43 91 90 Mail: empleoverdedyoficios.madrid.es

ENTRENAMIENTO PARA TODAS LAS EDADES Y NIVELES

ESCUELA DE BOXEO
Jacobó Sánchez
TU ESCUELA DE BOXEO Y VIDA EN USERA



C/ Olvido, 104 (USERA) 28018 Madrid - 672 439 253

FERRETERÍA J.M.
REPARACIÓN Y REPUESTOS EN ELECTRODOMÉSTICOS
ESPECIALISTAS EN CERRAJERÍA

913 417 595 Plaza de las Asambleas, 1
665 272 598 28041 Madrid

✉ ferret_jm@hotmail.com
📧 @jm.ferreteria.orcasitas
📱 /Ferreteria JM Orcasitas

“Artistas de Usera” celebró su VI Edición con la mayor participación de su historia

Usera se consolida como uno de los distritos más activos de la creación contemporánea en Madrid, con una escena propia que reúne grandes trayectorias, proyectos emergentes, galerías, talleres colectivos y espacios independientes.



El pasado sábado 30 de mayo, se celebró la sexta edición de Artistas de Usera, una jornada de puertas abiertas y entrada gratuita que invitaba al público a recorrer estudios, talleres, galerías y espacios de creación. Con 18 espacios y más de 50 artistas, esta fue la edición con mayor participación desde que comenzó el proyecto, una cifra que refleja el crecimiento real de una escena cultural que lleva años construyéndose desde el sur de Madrid.

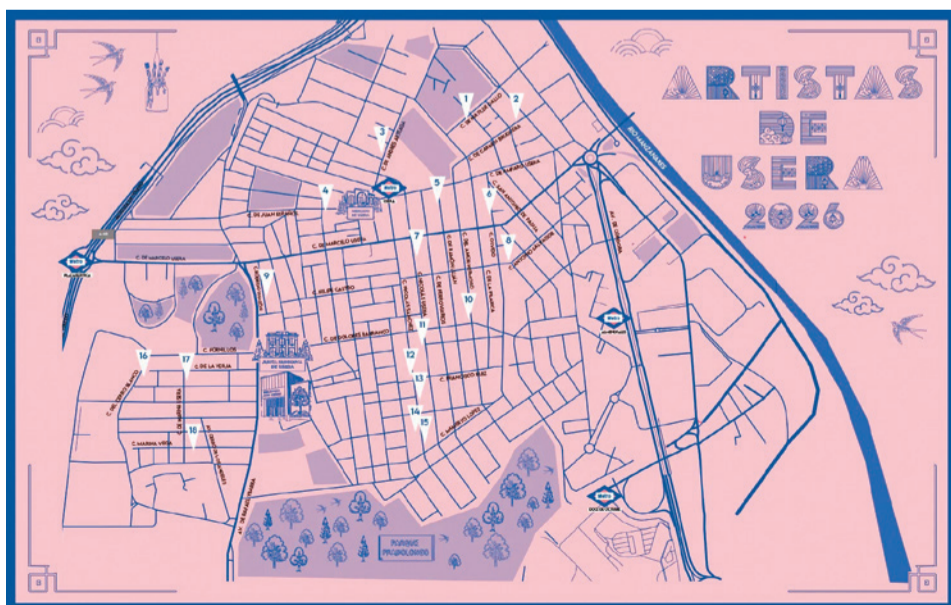
Usera alberga hoy una concentración de talento poco habitual para un distrito que sigue fuera de los circuitos centrales del arte madrileño. Conviven aquí artistas de reconocida trayectoria internacional como Sandra Gamarra Heshiki, primera artista migrante en representar a España en la Bienal de Venecia; Clara Carvajal, con obra en instituciones como el CGAC, el MAN o el Casal Solleiric; y Okuda San Miguel, cuyo universo visual habita Factory of Dreams, sede también de Nokta Gallery. Junto a ellos, una red de espacios colectivos que están redefiniendo cómo se produce y comparte el arte en el distrito: Espacio Oculito Madrid, Doble Erre, Espacio

Lighthouse, Le Bâtiment, Chinatown, Amor Hermoso Studio y Latolier.

La ruta también integró dos galerías con perfiles singulares: Galería FÚDO, dedicada al grabado japonés contemporáneo y al paisaje —con una exposición del muralista francés Nattosito—, y Enhorabuena Espacio, centrada en artistas peruanos y latinoamericanos y en los vínculos entre América Latina y Europa. Completan el mapa Ben Roberts EclectikTronik (instalación y arte sonoro), Hologramatic (conexión entre las escenas argentina y española), Florencia Ordoqui (fotografía), Chulona Mía (creación escénica y comunitaria), la pintora Margarita Gámez Cornejo y el estudio de Beatriz Ortega Fraile, donde convergen pintura, dibujo y collage.

Durante la celebración, el público pudo conversar con los artistas, conocer sus procesos de trabajo, visitar exposiciones y participar en actividades abiertas. La jornada se convirtió en una oportunidad para descubrir de cerca por qué Usera es hoy uno de los territorios más vivos de la creación contemporánea en Madrid.

Con 18 espacios y más de 50 artistas, esta edición se convierte en la más participativa de su historia.



Nuestros barrios son noticia y PrensaldíaUsera es testigo de ello. Repasamos las noticias más importantes que se han producido en las últimas semana en cada uno de los barrios de nuestro distrito. Para ampliar la noticia sólo tienes que escanear el QR y leer la noticia completa online.

SAN FERMÍN



Fiesta de la Primavera en la asociación La Pirámide

El pasado 21 de mayo se celebró la Fiesta de la Primavera en el Centro Social La Pirámide con una jornada de puertas abiertas llenas de actividades. El encuentro significó una oportunidad preciosa para reunirse los vecinos, disfrutar juntos y seguir construyendo barrio.

Usera y Villaverde retoman las movilizaciones ¡No al Crematorio!

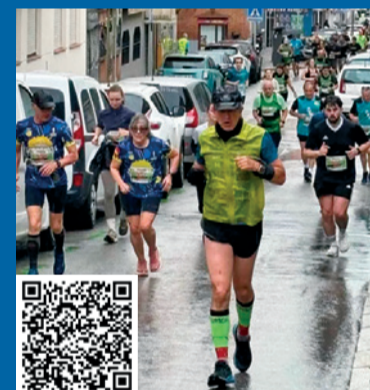
El pasado mes de abril los vecinos se concentraron frente al Tanario de la M40 y realizaron una asamblea reivindicativa. Recordemos que el crematorio que se proyecta está a unos 200 metros de viviendas, colegios, parques y residencias de mayores. Los vecinos exigen el cese de las licencias y denuncian que los distritos del sur de Madrid ya soportan una carga excesiva de instalaciones molestas y contaminantes.



ZOFÍO

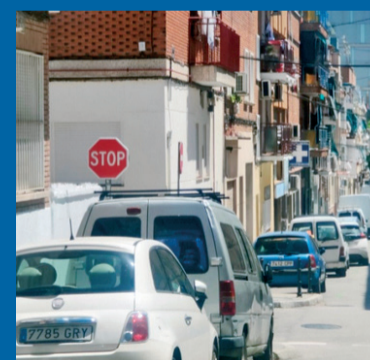
El Zofío celebra su XIII Carrera Popular a pesar de la lluvia

La convocatoria supuso toda una gran fiesta para la vecindad: más de 600 participantes acudieron a esta nueva edición de una carrera que ya está arraigada en el distrito y en todo Madrid. Muchos participantes han reconocido el esfuerzo y la dedicación de los organizadores del evento destacando el cuidado y el cariño con la gente que viene de otros barrios a participar.



Señalizadas calles del barrio como solicitó la AV Barrio Zofío

En febrero, la Asociación propuso a la Junta de Usera un cambio en la señalización de algunas calles con el fin de evitar accidentes por colisión de coches en sus intersecciones. Ya se han colocado señales de STOP en lugar de las anteriores de CEDA EL PASO lo que mejorará la seguridad de conductores y viandantes. ¡Otra conquista!



ALMENDRALES



Huelga y movilizaciones por una Educación Infantil digna

En el mes de mayo pudimos ver a las profes de la Escuela Infantil La Cornisa cómo se concentraban en La junta municipal junto a compañeras de otras escuelas de Usera y Villaverde. Entre sus reclamaciones estaban unas condiciones dignas de trabajo para que nuestras “personitas” de 0 a 3 años crezcan cuidados, educados y seguros.

PRADOLONGO



El Pradolongo se llevó el Torneo de Fútbol de Calle

Con una victoria de 3 a 2 goles, el equipo del Pradolongo Club deportivo de alzó con el primer título en la historia de del club. El partido se celebró en los aledaños del Wanda, así que para celebrar la victoria luego asistieron a la final entre España y Alemania.

ORCASUR

Jornada de limpieza y desbroce en el parking del C. C. Caracol

El equipo de las Unidades Distritales de Colaboración ha llevado a cabo una actuación de limpieza y desbroce en el parking del C. C. Caracol, en Orcasur, desarrollando tareas de acondicionamiento y mejora del entorno. Esta actuación también ha servido para concienciar sobre la importancia de cuidar los espacios comunes.



ORCASITAS

Realizan un mural colaborativo por los Derechos de la Infancia

La Comisión de Participación de Infancia y Adolescencia y el equipo de las UDC han desarrollado un mural colaborativo junto al alumnado de 4º, 5º y 6º del CEIP Puerto Rico, de Orcasitas, en torno a los Derechos de la Infancia. Esta iniciativa ha generado un espacio de reflexión donde niños y niñas han podido expresar sus ideas.



El borde forestal de Orcasitas se ha transformado en un gran pulmón verde

Las actuaciones en este entorno han supuesto la creación de una gran zona verde con 11.000 arbustos, 550 árboles, nuevos paseos y la instalación de nuevo mobiliario urbano. Esta actuación responde a una demanda histórica del vecindario y contribuye a eliminar barreras físicas que dificultaban la movilidad y la cohesión territorial.



MOSCARDÓ

Nuestros nuevos vecinos también se vistieron de Chulap@s

En Moscardó se celebró San Isidro con su tradicional verbena y un taller de chotis en plena Plaza Romana. No faltaron vecinos de la comunidad china que acudieron vestidos para la ocasión, de chulapos y chulapas.



Ruta de los relojes de sol de Moscardó

El sábado 13 de junio, a las 12 del mediodía, estamos emplazados en la Plaza Romana para recorrer el barrio desde una perspectiva diferente, descubriendo los 17 relojes solares diseñados en la década de 1980 por Alberto Corazón y Juan José Caurcel.



El Espacio PAD Joven Usara, amplía su oferta de ocio, arte y deporte en verano

Espacio PAD pretende favorecer que los adolescentes y jóvenes incorporen estilos de relación y modelos de ocio saludables, alejados de otros vinculados a la presencia de alcohol u otras drogas, al abuso de pantallas o a la participación en juegos de azar y apuestas deportivas.



En la imagen algunos de los integrantes que forman parte d equipo de los Espacios PAD Joven de Usara, San Blas y Villaverde

ES PAD Joven CIO USARA

El Espacio PAD Joven Usara se ha consolidado como un espacio referente de encuentro juvenil, convirtiéndose en un punto de encuentro positivo como alternativa a otras opciones de tiempo libre asociadas al consumo de alcohol y/u otras sustancias, al uso abusivo de pantallas, redes sociales y videojuegos y/o trastorno por juego de azar y apuestas deportivas. Sus actividades están enfocadas a los 7 barrios de Usara.

El espacio se ubica en C/ San Antonio de Padua 15 y está abierto todas las tardes, festivos incluidos. El horario de apertura es de lunes a jueves de 16:00 a 21:00, viernes y sábado de 16:00 a 22:00 y domingos de 16:00 a 20:00, a excepción de salidas o excursiones. En el centro se realizan actividades lúdicas, artísticas, deportivas, de capacitación digital, refuerzo educativo, capacidades pre-laborales, prevención y mucho más.

También se realizan actividades deportivas, lúdicas y educativas en el exterior de los siete barrios de Usara. Es importante el trabajo en red que se realiza junto con las mesas, entidades y asociaciones del barrio para llevar actuaciones conjuntas con el objetivo de aumentar la participación comunitaria y el fomento de la prevención de adicciones.

ACTIVIDADES DE JUNIO

Para este mes de junio la oferta de ocio, arte y deporte es amplia y variada.

- El 17 de junio nos emplazan para aprender a crear un avatar, realizando nuestro asistente virtual de decide Madrid joven.
- Si te gusta pintar, crear con tus manos o simplemente expresarte a través del arte, participa todos los martes.
- Cada quince días, jueves sí jueves no, se dedica el espacio para descubrir, aprender y experimentar con tecnología de forma creativa y divertida: crear con impresora de vinilo, impresora 3D, bolígrafo 3D, podcast.
- Si lo tuyo es experimentar con nuevos ingredientes y elaboraciones culinarias y (sobre todo) después comértelo... ven a los Talleres de Cocina se realizan todos los viernes.

Estas actividades dentro del Espacio se realizan a partir de las 18:00 h., pero también se realizan otras actividades fuera del Espacio con los grupos de Patinaje, Fútbol, Baloncesto, Volleyball, Arte en el Barrio, Jóvenes Orcasur... Para participar sólo tienes informarte e inscribirte.

Se puede ver toda la programación en el Instagram @espaciopadjovenusara

Sistemas de Protección Solar
INSTALACIÓN DE TOLDOS

Todo Tipo de Toldos
Lonas • Capotas • Pérgolas
Motores • Automatismos
Mosquiteras • Persianas
Lonas de Piscinas

Protección solar

Confort térmico

Ahorro energético

Calidad y durabilidad

635 157 320
spstoldos@gmail.com

SOLUCIONES A MEDIDA
PARA TU HOGAR O NEGOCIO

Calidad que se ve, confort que se siente

Orcasitas avanza para convertirse en el gran barrio ecosolar de Madrid



El delegado de Políticas de Vivienda, Álvaro González, y la concejala de Usera en el inicio de las instalaciones fotovoltaicas

El Ayuntamiento impulsa la primera fase de esta comunidad energética local, que permitirá a vecinos y comercios compartir energía renovable generada en el propio barrio.

El pasado 29 de mayo se iniciaron las instalaciones fotovoltaicas en el Poblado Dirigido de Orcasitas, donde se van a colocar cerca de 600 placas solares en siete edificios de viviendas, nueve unifamiliares y en la cubierta de la Escuela Municipal de Música Maestro Barbieri, gracias a la cesión del Ayuntamiento de Madrid.

El proyecto se desarrollará en varias fases. El Ayuntamiento colabora mediante la cesión de la cubierta de la Escuela Municipal de Música Maestro Barbieri, donde se van a instalar 177 placas solares fotovoltaicas destinadas a la generación compartida de energía renovable, después de que se coloquen las 406 placas previstas en los siete edificios de viviendas colindantes y nueve chalets unifamiliares. Ya ha comenzado la instalación en los dos primeros bloques.

La siguiente fase comenzará una vez quede constituida la cooperativa vecinal que gestionará la comunidad energética, proceso que contará con el apoyo técnico e institucional del Consistorio.

El modelo impulsado en Orcasitas permitirá que vecinos, edificios residenciales y equipamientos públicos compartan la producción y el consumo de energía limpia de proximidad a través de instalaciones fotovoltaicas colectivas. Gracias a este sistema, los usuarios podrán reducir entre un 20 % y un 50 % su factura eléctrica anual, protegerse frente a futuras subidas del precio de la energía y acceder a energía renovable, aunque no dispongan de tejados propios para instalar paneles solares.

La instalación de esta primera fase generará más de 211.000 kWh anuales y permitirá evitar la emisión de unas 65 toneladas de CO₂ al año, equivalente a la plantación de aproximadamente 2.500 árboles. Con esta primera actuación, el barrio ecosolar empieza a ser una realidad.

Preparándonos para la paz con Sekai

En un mundo donde las guerras, el odio y la violencia van en aumento, la asociación Sekai quiere demostrar que unidos podemos proyectar un mensaje de Paz y No-Violencia. Nos convocaron para el 7 de junio en el Templete del Parque Pradolongo para formar un símbolo humano de paz con un mensaje claro: **"No a las guerras, por la paz y el desarme nuclear"**

Sekai es una asociación creada por personas voluntarias de Usera y Pinto que, ligadas por la práctica de la meditación, quieren compartir los beneficios que obtienen de ella. Entre sus fines está promover la conciencia y la práctica de la meditación en la comunidad, así como fomentar y transmitir herramientas para el crecimiento personal a través del autoconocimiento.

Sus grupos son espacios abiertos, aptos para el estudio, la reflexión y la inspiración mental y espiritual. Son ámbitos de encuentro donde se favorece la solidaridad y el afecto, reuniendo a personas interesadas en la superación del sufrimiento y la



violencia personal y social, con deseos de encontrarse con lo mejor de sí mismas y de los demás.

Además de sus talleres de meditación los martes en el Albergue de San Fermín, Sekai organiza senderismo consciente, retiros y encuentros grupales. Únete, trae tu energía y ayúdanos a completar esta gran imagen. Podéis seguirles en @Meditasekai y contactarles en asociacionsekai@gmail.com

CHINA EN USERA

Se crean los Distintivos de Calidad Turística de Chinatown en Usera

El proyecto de mejora de la calidad turística del comercio en el distrito ha contado con una dotación de más de 140.000 euros procedentes de los fondos Next Generation EU.



La concejala de Usera, Sonia Cea, en la entrega de los Distintivos de Calidad Turística de Chinatown

El pasado 29 de mayo se entregaron los Distintivos de Calidad Turística de Chinatown a varios establecimientos del distrito. El nuevo sello tiene como objetivo consolidar este enclave como un referente cultural y gastronómico de la capital.

Más de 350 establecimientos han recibido formación específica y apoyo individualizado por participar en esta iniciativa que forma parte de un programa dotado con más de 140.000 euros provenientes de los fondos europeos Next Generation EU. El proyecto ha permitido poner en marcha un conjunto de actuaciones destinadas a mejorar la calidad

turística del distrito, reforzar la identidad cultural de la comunidad china y promover un modelo de turismo más sostenible y descentralizado.

Durante tres meses, se han desarrollado trabajos como el mapeo y el análisis de establecimientos turísticos de Chinatown Usera, la celebración de seminarios especializados y la asistencia técnica personalizada a empresas y profesionales del sector. El programa ha incluido formación específica en calidad del servicio, higiene, seguridad, accesibilidad y turismo cultural y gastronómico, con el objetivo de favorecer la captación de nuevos públicos y visitantes.

Todo ello forma parte de una estrategia municipal más amplia que incluye el fortalecimiento de la conexión del distrito con espacios culturales consolidados de la ciudad como Matadero Madrid y Madrid Río, el proyecto de digitalización del comercio, el nuevo Punto de Información Turística de Usera o las actuaciones de mejora de la calidad comercial. En conjunto, estas iniciativas han supuesto una inversión superior a los diez millones de euros, financiados mediante fondos europeos Next Generation EU.





EUGNATHOS

clínicas

Unidad del Sueño - Odontología General
Endodoncia • Ortodoncia • Periodoncia • Implantología

www.eugnathos.com

C/ Ordicia, 36 - 28041 Madrid | Telf: 91 7464788

C/ Gran Avenida, 17 - 28041 Madrid | Telf: 91 3416130

Usera acelera su transformación: el futuro Chinatown de Madrid podría inaugurarse este verano

Los emblemáticos arcos chinos avanzan hacia su instalación definitiva mientras continúan las obras de mejora urbana que conectarán el barrio con Madrid Río

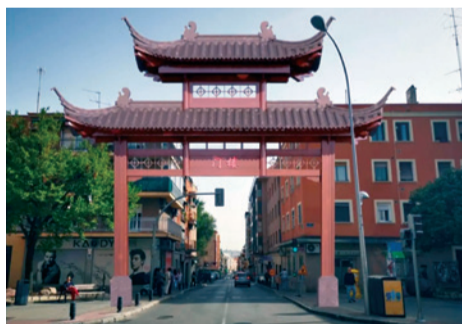


La construcción de los arcos chinos avanzan y podrían estar listos este verano

Las obras que convertirán a Usera en el gran Chinatown de la capital avanzan a buen ritmo y podrían concluir este verano. Durante una reciente visita a la zona, se ha podido comprobar el importante grado de ejecución de los trabajos, que ya permiten vislumbrar el aspecto que tendrá uno de los proyectos urbanísticos y culturales más singulares de Madrid.

Encargados por El Ayuntamiento de Madrid a Okuda San Miguel artista de Usera con proyección internacional, cuyo taller está afinado en nuestro barrio, para impulsar a Usera como el barrio chino de la capital.

Inspirado en los populares barrios chinos de ciudades como Londres, Nueva York o Los Ángeles, el proyecto busca reforzar la identidad cultural de Usera mediante la instalación de dos grandes arcos monumentales chinos, conocidos como paifang, que actuarán como puertas simbólicas de entrada al distrito.



Recreación de cómo quedará el arco chino de la calle de Dolores Barranco.

Más allá de su valor estético, los paifang representan conceptos profundamente arraigados en la cultura china como la prosperidad, la buena fortuna y la bienvenida a visitantes y residentes.

Instalación prevista para este verano

La concejala presidenta del distrito de Usera, Sonia Cea, ha confirmado que la instalación de los dos arcos está prevista entre los meses de junio y julio, siempre que se mantenga el calendario previsto de las actuaciones urbanísticas asociadas al proyecto.

Los accesos monumentales estarán situados en las calles Dolores Barranco y Evangelios, dos de los principales puntos de entrada al que aspira a convertirse en el Chinatown madrileño.

“El proyecto avanza de forma positiva y los trabajos desarrollados hasta la fecha permiten afrontar los próximos meses con optimismo”

Una conexión más verde y peatonal con Madrid Río

La instalación de los arcos está directamente vinculada a la finalización de un nuevo eje peatonal de 1,5 kilómetros que unirá la plaza del Hidrógeno, considerada el corazón social y comercial de Usera, con Madrid Río.

La actuación permitirá recuperar cerca de 9.200 metros cuadrados para los peatones, mejorando la accesibilidad, la movilidad y la calidad del espacio público en una de las zonas con mayor dinamismo cultural de la ciudad.

Un símbolo para la comunidad china de Madrid

Los paifang son elementos arquitectónicos tradicionales presentes en numerosas ciudades de China y en los principales barrios chinos del mundo. Su instalación en Usera supondrá un nuevo símbolo de reconocimiento para una comunidad que lleva décadas contribuyendo al desarrollo económico, comercial y cultural del distrito.

Usera se prepara para dar un paso decisivo en su consolidación como referente multicultural de Madrid y como uno de los espacios urbanos con mayor personalidad propia de la capital.

Claves del proyecto

Dos arcos monumentales chinos (paifang) marcarán los accesos al barrio.

Instalación prevista entre junio y julio.

Ubicación: calles Dolores Barranco y Evangelios.

Conexión peatonal de 1,5 kilómetros entre la plaza del Hidrógeno y Madrid Río.

Recuperación de 9.200 metros cuadrados para peatones.

Objetivo: consolidar a Usera como el Chinatown de Madrid.



Tomás Alberich presenta en Usera “Vindicación de la política”

Previamente se realizará una mesa redonda y un debate bajo el lema “Usera y Zofío en los años 80, historias de una remodelación”



El doctor en Ciencias Políticas y Sociología e histórico activista vecinal Tomás Alberich acaba de publicar unas sugerentes memorias en las que reivindica la acción política de los de abajo como instrumento para mejorar la sociedad. El jueves 11 de junio presentará el libro “Vindicación de la política” en la sede de la Asociación Vecinal Zofío (Usera), su antiguo barrio, y el 27 de junio hará lo propio en el Ateneo de Villalba.

En la presentación de Zofío, que se iniciará a las 19:00 en la calle Ricardo Beltrán y Rózpide 5, Alberich pondrá el foco en la parte de la obra en la que aborda sus vivencias en el barrio y el proceso de remodelación urbanística que tuvo lugar en los años ochenta del siglo pasado. Para ello, estará acompañado por Paloma Casáñez, Armando Gómez, Julia López, Tomás Arroyo y otros vecinos y vecinas.

En su obra, Alberich relata primero sus experiencias y vivencias de la infancia, en la España de los años cincuenta y sesenta. En los setenta empieza su andadura política, con la lucha antifranquista y por la democracia. Un recorrido por las vivencias sociales que le empujan a entrar en la política de la época y que ya no abandona nunca, primero en Usera, en la capital, y después en el municipio de Collado Villalba. En paralelo, relata algunos de sus descubrimientos, vivencias, así como su experiencia como estudiante y como trabajador en el mundo laboral.

En las páginas de Alberich se encontrarán múltiples ejemplos, experiencias y argumentos para denostar la política. También para ver lo necesaria que es, si queremos cambiar las cosas, si queremos una sociedad mejor. Es por lo que el autor considera necesario, sin ninguna duda, vindicar la política.

SÍGUENOS EN NUESTRAS REDES SOCIALES

@prensadiausera

YIGUIS
PELUQUERÍA

914 76 42 93 - 620 05 65 45

Calle de Nicolás Sánchez, 13, 28026 Madrid - Usera (salida Amparo Usera)

¡SÚPER OFERTA!
Al realizarte tu tratamiento de **Máxima Hidratación con Células Madre** para tu cabello **¡GRATIS!** Tu KIT de mantenimiento Shampoo + Acondicionador tratamiento

PODER JOVEN EN USERA

Darío. R. Velayos, la música como un cauce de agua potable [y helada]

Prensaldiausera entrevista a Darío. R. Velayos, Un joven que ha ido creciendo y formándose recorriendo las calles de nuestro barrio y los pasillos de una Escuela de Arte en Talavera.



El vínculo de afecto que nos une a Darío es tan especial que nos llevaría y merecía un capítulo aparte. Por eso eludiremos esta peculiar circunstancia y nos centraremos en Darío. El joven artista de nuestro barrio que asoma entre los escombros de este viejo mundo.

¿Darío, por qué entraste y te interesaste en la música? ¿Qué es la música para ti?

La música para mí es el jodido cauce de un río de agua potable, helada.

¿Qué sientes al beberla?

Eso mismo siento yo, y cualquiera del gremio. En el piano es algo más tosco experimentar esa sensación, pero las pocas veces que me he puesto con una guitarra no imagino pasatiempo más hermoso. Y solo me sé cinco acordes.

¿Qué quieres que le pase dentro a quien la escucha?

Realmente, no creo que la música tenga el poder de salvarte la vida. Creo que tiene el poder de sacarte de ella durante un instante.

¿Crees que la música puede cumplir con alguna función social?

Desde mi ignorante visión del mundo, noto que cada día más gente se convence de que las cosas importantes deben archivar en una carpeta. Veo madres gritándoles a sus hijos en situaciones cotidianas, sin ser conscientes del daño que pueden causar.

Veo profesores que, si un alumno les dice «todo esto me está superando», parecen más interesados en analizar la frase sintácticamente que en...

¿Cómo ves el panorama musical actual?

No voy a meterme con el reguetón, como es de esperar cuando preguntan este tipo de cosas. Tampoco hablaré de la masificación de la personalidad en la Generación Z, simplemente porque no sé lo suficiente del tema y me parece una estupidez fingir que sí. El panorama actual necesita más artistas. Más gente dispuesta a crear nuevas formas de vida, de pensamiento. Más gente que dé los buenos días en la parada del autobús. Por lo que respecta a tu pregunta, no necesitamos artistas que creen nueva música —como yo quiero hacer—; necesitamos que esa música cree nuevos artistas.

¿Crees que el panorama musical está cumpliendo ese requisito?

Pues mira... A mí nadie me saluda en la parada del autobús. Así que yo creo que no.

¿Qué planes tienes?

Mis planes son producir y distribuir las noventa canciones que tengo preparadas, de las cuales solo una ha visto la luz por ahora. Algunas están en inglés y otras en español.

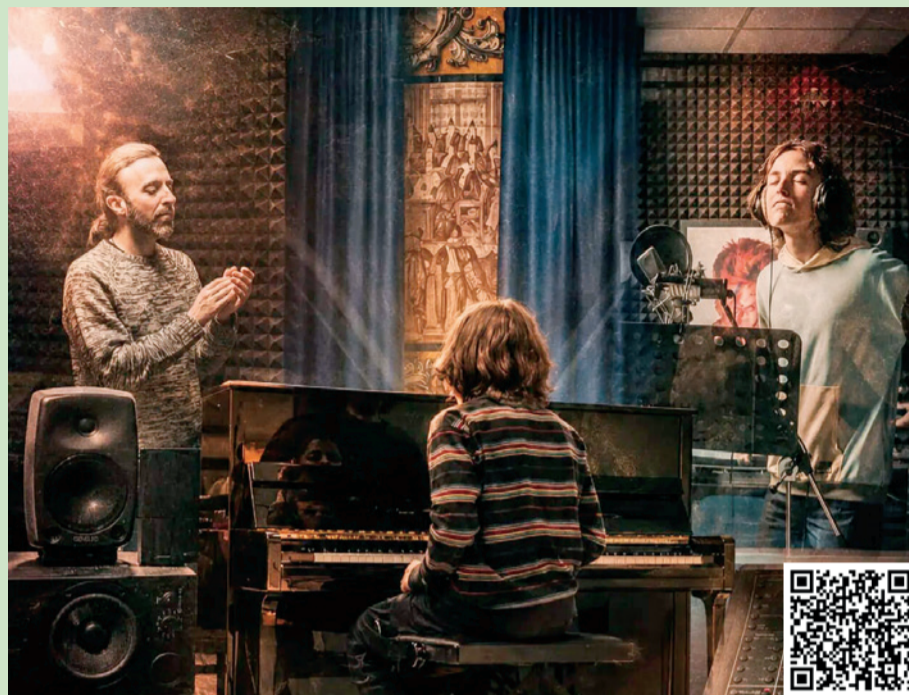
¿Darío, que buscas con tu música?

Bueno, en lo relacionado con la parte técnica y todo eso, a mí la verdad me encantaría poder vivir algún día de mi pasión, que es la música y todo lo que la rodea: el escenario, las canciones y todo eso.

¿Crees que hay espacio en panorama musical para un artista como tú?

-¿Que si creo que hay espacio para mí? Ojalá dependiera de mí. Si algún día encuentro un hueco, será porque el universo ha querido concedérmelo.

Vamos hacer un pequeño truco y modificar, con permiso por supuesto, de Don Gabriel, una de sus frases de uno de sus poemas musicados por Paco Ibáñez. *Darío, a qué te suena esta frase: "La música es un arma cargada de futuro" «La música no puede ser, sin pecado, un adorno».*



"Cause I'm Belling" es el primer tema que podemos escuchar de Darío en las plataformas de música: un sonido y una letra que no puede dejar indiferente a nadie y que ya da muestras de la potente trayectoria que puede llegar a tener este joven músico de Usera.

Esa frase me parece brutal. Me recuerda a una idea que defendía Canserbero: que el arte no debería limitarse a entretener, sino que también puede despertar conciencia, con política, claro. Comparto con un gran literato como Gabriel Celaya esa idea de transformar las partes más oscuras, injustas o dolorosas del mundo en arte.

¿Que sientes cuando haces música?

Para empezar, yo no sé hacer música. Sé poquísimo de teoría musical. En ese sentido, me gustaría robarle al viejo Joaquín Sabina el apodo de «artesano». Porque eso es lo que creo que soy. ¿Bueno? ¿Malo? ¿Con talento? ¿Sin él? Eso ya es otro tema.

¿Darío, te gustaría comentar algo o mandar un mensaje a tus futuros seguidores?

- Si, que soy Darío R. Velayos, tengo 16 años y una deuda de cinco euros que le debo a un compañero de clase.

¿Y ahora viene el mensaje motivacional? Está bien.

¿Tu madre a veces se traga una bocina y te grita con tanta fuerza que te dan ganas de marcharte de este mundo? -con perdón de Dios-. Sigue obsesionado. ¿Tu historial de Google parece la cartelera de una sala X? Déjalo, o te arrepentirás con treinta años. Pero sigue obsesionado. Y no pierdas ni un puto segundo en algo que no tenga que ver con tu obsesión: Obsesiónate. Pero mira a largo plazo. No hagas lo que yo.

Querido oyente: quiero mejorar el mundo, aunque solo sea un poco. No solo con la música. Tengo algunas ideas que realmente quiero compartir contigo.

Como mensaje de cierre, únicamente dirigido a ti: por favor. Te necesito.

Dejamos aquí un enlace a uno de sus recientes canciones. ¡¡Vamos entra y comparte!! ¡Apoyemos a uno de nuestros jóvenes!



Tarjetas Alta Calidad A TODO COLOR
Folletos Todos los tamaños y formatos

- NO IMPRIMA SIN CONSULTARNOS ANTES
- MEJORAMOS CUALQUIER PRESUPUESTO (CONSULTAR CANTIDADES Y FORMATOS)

José Muñoz
Grupo Gráfico PUBLIMARKET
publi1964@gmail.com
670 546 191

SALÓN DE BELLEZA
Cuore
PELUQUERÍA Y ESTÉTICA
Trabajamos con empresas de fotodepilación, microblading, piercing, tatuajes...

Pide Cita 913 419 370
C/ Deva, 83 - Locales 21-22

Miradas Film Festival, un festival de cortos diferente

Entrevistamos a sus organizadores para saber más sobre esta iniciativa que tiene como objetivo “visibilizar las enfermedades neurodegenerativas, en especial alzhéimer, a través del lenguaje audiovisual”.



■ ROBERTO BLANCO TOMÁS (Artículo y fotos por cortesía de “Voces de Carabanchel”)

El pasado 11 de abril fue presentado en el Centro Cultural Fernando de los Ríos el Miradas Film Festival, un certamen de cortometrajes que “tiene como finalidad visibilizar las enfermedades neurodegenerativas, en especial alzhéimer, a través del lenguaje audiovisual, fomentando una mirada humana, respetuosa y empática sobre quienes las padecen y su entorno”. Para saber un poco más, hemos entrevistado a las tres personas que están realizando el esfuerzo conjunto necesario para organizar una iniciativa de estas características: Eugenia García Alba (presidenta de la Asociación Nacional de Alzheimer y otras Demencias, AFADE), Beatriz Ariza del Valle (informadora ambiental, agente movilizadora del Instituto Jane Goodall España y con experiencia previa en la organización de un festival de cortometrajes a nivel internacional) y Fernando Sierra (actor, persona muy activa en movimientos sociales y vecinales y miembro del comité organizador de la Semana de Cine de Carabanchel).

¿Cómo surgió esta iniciativa?

Eugenia: Miradas Film comenzó porque a lo largo de nuestro trayecto como AFADE nos estaban llegando cortos relacionados con vivencias personales de estas enfermedades. De ahí surgió la idea, para poder ubicar y canalizar estos cortometrajes en un festival como tal. Dado que conocíamos a Fernando y sabíamos la experiencia que tiene en este campo, se lo comenté, nos reunimos, me presentó a Bea y aquí estamos. Desarrollamos la idea en más o menos cuatro meses, y finalmente hicimos la presentación del festival el pasado 11 de abril con un éxito de público increíble en el auditorio del Centro Cultural Fernando de los Ríos.

Fernando: Sí, cuando me lo contó Eugenia y vi las dimensiones que iba a tomar todo esto, no solo un festival al uso con una temática social sino también su voluntad de poder integrar a las propias personas que tienen enfermedades neurodegenerativas o de salud mental en el ciclo del festival, le dije: “Eugenia, eso no lo podemos hacer solo dos. Conozco una persona, Beatriz Ariza, que tiene experiencia en festivales, y entre los tres podremos darle forma a eso tan grande y tan ambicioso que quieres montar”. A la gente le sorprende cuando decimos que empezamos el mes de enero y ya hemos hecho una pre-

sentación y todas estas cosas que os vamos a contar, y esto es precisamente porque nos hemos unido tres personas con un bagaje y una experiencia que nos permiten hacer las cosas a una velocidad que puede sorprender, además de que nos hemos sabido complementar muy bien.

Beatriz: Exacto, como dice Fernando, nos unimos los tres y dijimos: “Sujetadme el café...” [risas], porque creemos en el proyecto. Además, la intención ha sido no hacer solamente el típico festival, con nuestra semana de cine del 18 al 21 de noviembre y con la gala de premios el 21... Para la idea que teníamos se nos quedaba corto, y nos planteamos: “Si queremos visibilizar y normalizar tanto a los enfermos como a los cuidadores

y a los familiares, vamos a hacer también un ciclo de cine. Este ciclo va a tener lugar en hospitales, ya tenemos previsto el 22 de junio hacerlo en el Gómez Ulla, y estamos cerrando fecha también en el 12 de Octubre, para que los familiares y los enfermos puedan tener una tarde de cine. Además, aunque la temática del festival son las enfermedades neurodegenerativas y la salud mental, hemos pensado que esas tardes de cine en el hospital tienen que tener otra más dispersa y animada para que se despejen un poquito, que ya tienen bastante de ese tema en su vida. Y también queremos hacer un ciclo de cine en centros culturales: ya tenemos cerrado el 29 de junio en el Centro Cultural San Diego (Vallecas), y estamos viendo más espacios. En éstos queremos hacer además coloquio con los directores y los protagonistas después de las proyecciones.

Ya está abierto el plazo de presentación de cortos, ¿verdad?

B.: Sí, comenzó el 7 de abril, y está abierto hasta el 15 de septiembre. Hay un equipo de visionado que ve los cortos y va haciendo filtro, y cuando se cierre la inscripción volve-

remos a hacer otra criba y dejaremos unos finalistas, que son los que se proyectarán en la semana del festival, del 18 al 20. Finalmente, el día 21 se darán los premios.

¿Estáis recibiendo ya cortometrajes?

F.: Sí, hay ya más de 30.

B.: Hay que tener en cuenta que es una temática muy especial, y además que de esta temática suele haber más documentales, que no entran a concurso. Hemos decidido que sean solo de ficción y animación.

E.: Sí, lo vimos cuando nos reunimos la primera vez: para aquellas personas que sufren las enfermedades o que comienzan con ellas ver testimonios de otros a veces les impacta demasiado. El objetivo de este festival es visibilizar, pero positivizar: lo que queremos es que se visibilicen situaciones que parece que no son comunes, pero que hay otras personas que están pasando por lo mismo y se puede hacer muchísimo, y lo más importante es que todo el mundo sepa que no está solo. Ése es nuestro objetivo fundamental, y la verdad es que estamos muy contentos por cómo está yendo todo.

En el festival la inclusividad juega un papel importante...

F.: Sí, y quizás es de lo que estamos más orgullosos, porque éste es de verdad un festival inclusivo, y te voy a poner un ejemplo: la presentación del festival el día 11 de abril fue en un centro cultural, que como todo organismo público está adaptado para diversidad funcional motora, pero normalmente la gente con problemas neurodegenerativos no va al cine. En la presentación me tocó a mí estar

mos personas con enfermedades neurodegenerativas que tienen alucinaciones o delirios, y es importante que contemplemos situaciones que se pueden producir. De la mano de lo que dice Fernando, este país lucha por la integración, pero de ahí a la inclusión hay un gran paso. Es decir: integramos, los cines están abiertos para todo el mundo, pero luego... ¿cómo hacemos la inclusión? La inclusión es que todo sea participativo. En estos dos cortos que se proyectaron yo sí que tenía miedo, un poco por el segundo, por cómo iban a reaccionar. La respuesta, cuando lo comentamos, era que estaban alucinados: era la sonrisa de la sorpresa porque estaban con su pareja o con su hija o su hijo haciendo una actividad común cuando a ellos normalmente se les segrega en esa actividad. No importaba tanto lo que estuvieran viendo, sino con quién lo estaban compartiendo. Era una emoción doble, y cuando salían, ese brillo en los ojos, esa sonrisa... Salimos contemplando un cambio, y eso yo creo que nos tiene que dar a todos esa imagen, llevarla a los cines y hacer que la inclusión sea real.

¿Queréis enviar algún mensaje especial a los lectores?

F.: Que este proyecto es de todas, de todos y de todes. Así que, al mundo artístico, que inscribáis vuestros cortos y nos ayudéis a difundirlo aunque no tengáis cortos de esta temática. Y a la gente, que nos ayudéis como podáis, no solo a nivel de patrocinio, sino también cuando publicitemos nuestra programación en los centros culturales: venid a ver esas tardes de cine y ayudadnos a impulsar este festival... Porque es algo que yo creo que ha venido para quedarse y que va a conseguir dar una visibilidad a este tema que muchas veces no llega.

E.: Pues yo os invito a todos, a todas y a todes a participar en un proyecto que, aunque va sobre enfermedades neurodegenerativas y salud mental, es un proyecto de personas. Personas que sienten, que se emocionan, que quieren ver en una pantalla de cine algo que les anime, que les saque una sonrisa. Porque el cine es eso: el cine identifica y sobre todo nos transmite cosas que en el día a día no podemos tener. Os invito a participar, y por supuesto aquella persona o empresa que quiera financiar este proyecto la recibiremos con los brazos abiertos y una sonrisa, pues será de enorme ayuda para poder llevar el proyecto a cabo. Y que estéis invitados a venir a esas tardes de cine y a participar en todas estas iniciativas. Muchísimas gracias.

B.: Yo voy a decir que el proyecto nace con alma. Y como mis compañeros, animo a todas, todes y todos a que vengáis. Normalicemos, visibilicemos, disfrutemos y emocionémonos todos juntos con los cortos del festival y con las tardes de cine.



EL PLAZO DE PRESENTACIÓN está abierto del hasta el 15 de septiembre

Instagram: @miradasfilmfestival
Bases del festival: www.afade.org/certamen-de-cortos
Inscripción de cortos: www.movibeta.com/festivals/1926
Correo-e: festivalmiradasafade@gmail.com

hablando en una televisión, tuvimos de invitado al presentador, y le dije: “Si yo te dijera que entre el público había personas con enfermedades neurodegenerativas, personas con problemas con los ruidos altos, con problemas de sensibilidad lumínica... ¿Tú notaste algo de eso?” “No”, me respondió. Pues precisamente eso es ser inclusivo de verdad. Intentamos que a los centros culturales venga gente que normalmente no va al cine, y eso, a nivel social, es como te digo una de las cosas de las que más orgullosos estamos y que en realidad menos sale porque tampoco se publicita. Y es una labor logística de cuidado la que hay que hacer, pero es una muestra real de que si hay voluntad política, institucional, de personas de los centros... realmente la gran mayoría de las personas que están excluidas o que se ha autoexcluido diciendo “yo es que no puedo hacer esto” puede hacerlo de verdad. El día de la presentación fue una muestra de que eso es real.

¿Qué hicisteis para que esto fuera posible?

E.: Vigilamos mucho, por ejemplo, las luces. Y sobre todo en la proyección de los cortos a mí me preocupaba mucho el sonido: tene-



**LIBRERÍA
DESDE 1994**

Tu comercio de barrio
30 años de experiencia

**Prepara la
vuelta al cole
con Trazos**



www.libreriatrazos.es
614 819 758
914 760 129

C/ Cristo de la Victoria 113 Local
28026 Madrid

[@libreriatrazos_usera](https://www.instagram.com/libreriatrazos_usera) trazos@gmail.com

Salvar nuestra Sanidad Pública es salvarnos a todos

El 31 de mayo miles de personas salieron a las calles desde distintos puntos de la ciudad de Madrid en defensa de la sanidad pública. Pero a esta manifestación le precedieron otras y no será la última para evitar que continúe el desmantelamiento de la sanidad pública por parte de la administración madrileña.



Masiva concentración en Madrid en defensa de la sanidad pública

Desde que empezó el año, algo se ha ido moviendo en Madrid. No ha sido de un día para otro, ni ha surgido en un solo barrio: ha sido un murmullo que crecía, que se extendía por calles, plazas y centros de salud, hasta convertirse en una voz colectiva que ya nadie puede ignorar. Porque cuando repetimos que "Salvar nuestra sanidad es salvarnos a todas", no es un lema: es una certeza que nos atraviesa.

Todo comenzó en enero, cuando más de 100 colectivos firman una carta contra el sistema Oracle. Aquello no fue solo un documento: fue el primer aviso. Ese sistema era otra forma de romper la relación médico-paciente, de deshilar la Atención Primaria, de empujar a la gente a desconfiar de lo público.

Después llegaron las calles, los cuerpos, las voces. Frente al Hospital 12 de Octubre, nos plantamos para exigir lo que debería ser obvio: revertir lo privatizado, contratar al personal que falta, mejorar las condiciones laborales y garantizar una atención digna. Allí, entre pancartas y megáfonos, se respiraba la sensación de que algo estaba despertando.

En el Hospital de La Princesa, la indignación tenía nombres y rostros concretos: las trabajadoras de Urgencias, agotadas por un deterioro que ya no podían soportar. Faltaban sábanas, mantas, lencería. La privatización del servicio de limpieza obligaba a veces a las propias sanitarias a limpiar camas y camillas. Y las obras de remodelación, prometidas desde hace años, seguían paralizadas. ¿Dónde estaba el dinero? ¿A qué bolsillos se desviaban los recursos públicos? Allí, en ese hospital, la pregunta se volvió grito.

Luego fue el turno del Gregorio Marañón, donde se reclamaba las 35 horas semanales que ya se aplican en todo el Estado menos en Madrid. Se pidió reforzar la Atención Primaria para evitar el colapso de las urgencias y frenar de inmediato la privatización de sus servicios. Cada concentración era un recordatorio de que la sanidad pública no se defiende sola: necesita cuerpos presentes, voces firmes, manos alzadas.

Mientras tanto, se seguía entregando reclamaciones de usuarios y usuarios, ya por séptima vez, registradas ante la Consejería de Sanidad. Cada una era un testimonio de frustración, de abandono, de resistencia.

El 2 de mayo, día festivo en la Comunidad de Madrid, se convirtió en un acto simbólico: un fusilamiento de nuestra sanidad, una imagen dura pero necesaria para mostrar lo que sentimos que está ocurriendo. Ese día, la celebración se transformó en denuncia.

Y no se paraba. Semana tras semana, barrio tras barrio, nuevas concentraciones en los Centros de Salud. El 7 de mayo, una concentración unitaria terminó en un encierro, un gesto de desobediencia civil que dejó claro que no había rendición.

Durante San Isidro entre rosquillas y chotis, repartimos folletos y cantamos nuestro propio chotis en defensa de la sanidad pública. Porque también en la fiesta cabe la lucha, y también en la tradición cabe la memoria de lo que se estaba defendiendo.

El 31 de mayo, en la Plaza de Cibeles, fue un clamor. No era solo una marcha: era la historia de meses de resistencia, de cuidados mutuos, de dignidad compartida. Y se sigue escribiendo la historia de un pueblo que ha decidido defender lo que es suyo.



Archivos espirituales de paz: donde la paz comienza, el diálogo fluye

Exposición conjunta de Francisca Blázquez y Alexis Montané



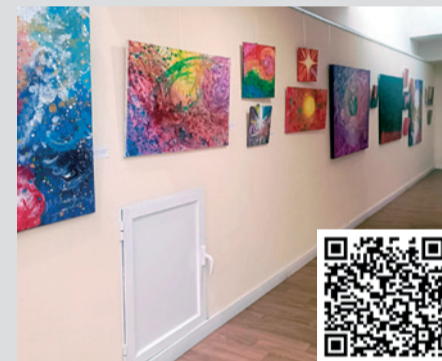
El Espacio Cultural Núñez de Balboa 40 acoge hasta el 29 de junio la exposición *Archivos Espirituales de Paz*, una muestra que reúne la obra de inspiración abstracta y geométrica de Francisca Blázquez y Alexis Montané, madre e hijo. La exposición propone una reflexión sobre el papel del arte como herramienta de transformación personal y construcción de una cultura de paz en un mundo marcado por la incertidumbre, la aceleración tecnológica y las tensiones sociales.

Aunque pertenecen a generaciones diferentes y emplean lenguajes plásticos distintos, ambos artistas comparten una misma visión: entender la creación artística como un medio para favorecer la introspección, la conciencia y el diálogo humano. Sus obras trascienden la búsqueda estética para convertirse en espacios de reflexión y equilibrio emocional.

Francisca Blázquez, reconocida internacionalmente como creadora de la pintura energética, ha desarrollado una trayectoria con más de 400 exposiciones en 17 países. Su lenguaje visual se basa en la interacción entre color, luz, vibración y simbolismo, creando composiciones que invitan a la contemplación y al crecimiento interior. Su trabajo parte de la idea de que todo cuanto existe posee energía y de que el arte puede contribuir a armonizar la sensibilidad humana. Frente a una sociedad dominada por la inmediatez y la saturación visual, sus obras reivindican la pausa, la meditación y la conexión con la dimensión interior de las personas.

Por su parte, Alexis Montané, joven creador de 14 años, representa una nueva generación comprometida con la exploración emocional de la pintura contemporánea. Su estilo neoespressionista, caracterizado

por el gesto, el dripping y la intensidad cromática, aborda los estados internos de la conciencia y las emociones de nuestro tiempo. Sus composiciones transforman la energía emocional en una búsqueda de armonía y equilibrio, mostrando cómo el arte puede canalizar las tensiones contemporáneas hacia procesos constructivos y de diálogo.



La relación artística entre ambos posee además un destacado valor simbólico e intergeneracional. Mientras Francisca aporta una visión meditativa, espiritual y trascendental, Alexis incorpora la vitalidad y sensibilidad de las nuevas generaciones. Juntos demuestran que la paz se construye desde la diversidad y el entendimiento entre distintas sensibilidades.

A través de lenguajes abstractos y universales, sus obras trascienden fronteras culturales e ideológicas, invitando al espectador a reflexionar sobre la necesidad de recuperar espacios de humanidad, conciencia y equilibrio. Archivos Espirituales de Paz reivindica así el arte como una experiencia transformadora capaz de contribuir a una sociedad más sensible, reflexiva y abierta al diálogo.

P

Anunciándote
con nosotros
AYUDAS también
al **BARRIO**

Llámanos
📞
670 546 191

Exposición de Sami Shaldoum
SEÑAL DEL VACÍO



Del 16 de junio al 31 de julio
De lunes a viernes de 10:30 a 13:30h y de 16:30 a 19:30h.
Sala de Exposiciones Junta Municipal de Usera

El artista Sami Shaldoum, vecino del distrito, trata de entender la realidad del mundo través de la creatividad y el simbolismo. Una exposición totalmente cautivadora.

Música en "Noches de Pradolongo"
TEO LUCADAMO



13 de junio
21:30 h.
Parque de Pradolongo, Espigón

Teo Lucadamo y Los Más Capitos vuelven a Madrid con un directo explosivo para hacer vibrar el Parque de Pradolongo. La propuesta mezcla jazz rap y electrónica con frescura, energía y mucho sentido del humor. La banda despliega un show dinámico y cercano, donde el groove, las bases contundentes y la conexión con el público lo son todo. Su repertorio combina letras afiladas, ritmos contagiosos y una actitud desenfadada.

CEAC Maris Stella / Orion ACD
IV FESTIVAL DE DANZA

27 de junio | Previa Inscripción
18:00 a 19:00 h.
Centro de Educación Ambiental y Cultural Maris Stella

Encanto oriental: muestra de danza Bollywood y Oriental (danza del vientre), gala entretenida y vibrante, de la mano de distintas bailarinas con trayectoria y su elenco.

Teatro con la Cía. Moral Producciones
JULIETA, PERO NO MUCHO



13 de junio | Entrada libre
19:00h.
COAJ Pipo Velasco | Calle Avena, 5

Guillermo, un dramaturgo enamorado de los clásicos, recibe el encargo de escribir una historia para el público del siglo XXI. En su intento por modernizar Romeo y Julieta, acaba invocando a una Julieta con ideas propias, que habla en un lenguaje millennial completamente extraño. Juntos, entre humor y choques, intentarán traducir el lenguaje de Shakespeare al de hoy.

Alumnos del Taller de Teatro C.C. Usera II
ZAPING



25 de junio | Entrada libre
19:00 h.
Junta Municipal de Usera | Av. de Rafaela Ybarra, 41

"Zaping" es una propuesta teatral creada e interpretada por los alumnos y alumnas del Taller de Teatro de Usera, que invita al público a recorrer diferentes situaciones, emociones y experiencias a través del lenguaje escénico. Los participantes darán vida a distintos personajes y escenas, mostrando cómo el teatro puede convertirse en una herramienta para expresarse, trabajar en equipo y compartir experiencias con el público.



Teatro con la Cía. Arte Y Punto
EL AMANTE



20 de junio | Entrada libre
19:00h.
COAJ Pipo Velasco | Calle Avena, 5

En una aparentemente tranquila vida matrimonial, Richard y Sarah han establecido un acuerdo poco convencional: ambos se permiten tener amantes. Sin embargo, lo que comienza como un pacto de libertad pronto revela un juego mucho más complejo. A través de encuentros cuidadosamente ritualizados, la pareja explora los límites entre la rutina, el deseo y la identidad.

Teatro con la Cía. Hybris
LA LLAMADA, EL MUSICAL



26 de junio | Entrada libre
19:00h.
COAJ Pipo Velasco | Calle Avena, 5

María y Susana son dos chicas de 18 años que se encuentran pasando el verano en un campamento de monjas. Sin embargo, a las niñas cada vez les interesa menos el campamento y más la fiesta, en concreto, el Electrolatino. Una noche, con la llegada de "un señor" que canta a María, las dos amigas descubrirán cómo se escucha la banda sonora de ese primer amor.

ACTIVIDADES INFANTILES

Cuentacuentos con Pingüi
CUENTOS PARA SOÑAR DESPIERTO

14 de junio | Previa inscripción
12:00 h.
Biblioteca P. M. San Fermín

Historias mágicas, personajes divertidos y mundos imaginarios, una sesión de cuentacuentos llena de emoción y aventuras, pensada para despertar la imaginación y el amor por los libros desde la infancia.



Musical Infantil
SUEÑOS DEL CIRCO

13 de junio
20:30 h.
Parque Lineal del Manzanares



Concierto Infantil
EDUCA POP + DJ Fiesta Fin de Curso

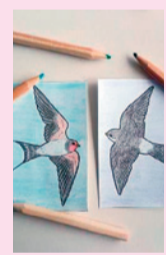
19 de junio
19:00 h.
Explanada Rafaela Ybarra, 42



IDENTIFICACIÓN DE AVES INSECTÍVORAS CREA TU CUADERNO DE CAMPO

13 de junio | Previa reserva
17:45 a 18:45 h.
Centro de Educación Ambiental y Cultural Maris Stella

¿Sabías que un solo pájaro puede comer miles de insectos al día? Aprende a reconocer diferentes especies y llévate una creativa manualidad hecha sobre estas divertidas aves. A partir de 5 años (menores acompañados con un adulto).



27 de junio | Previa reserva
10:30 a 11:30h.
Centro de Educación Ambiental y Cultural Maris Stella

Recorre con nosotras Pradolongo y aprende a identificar diversas especies botánicas del parque. A partir de 6 años (menores acompañados con un adulto).



ESPECTÁCULO ¡A VER UN APLAUSO!

27 de junio | Menores acompañados por un adulto
12:00 a 13:00h.
Centro de Educación Ambiental y Cultural Maris Stella

Dos payasos, Charly Charly y MickyChom, atraviesan serios problemas económicos y falta de oportunidades. Todos los públicos.



mercado de orcasitas
el de siempre, como nunca

www.mercadodeorcasitas.es

Calle Villabona, 2 - 28041 Madrid • Tif.: 683 444 059



Con el verano llegán las Fiestas de Usera

Como cada mes de junio, Usera se prepara para vivir uno de los momentos más esperados del año con la celebración de sus fiestas. Una nueva edición regresa con una programación amplia, diversa y participativa que llenará de música, deporte, cultura y actividades de ocio los distintos barrios del distrito.

Durante las fiestas, plazas, parques, centros culturales y espacios públicos se convertirán en escenarios de encuentro y convivencia, ofreciendo propuestas pensadas para todas las edades y públicos. Vecinos y visitantes podrán disfrutar de conciertos, espectáculos, exhibiciones deportivas, actividades infantiles, talleres, atracciones, propuestas familiares y numerosas iniciativas diseñadas para fomentar la participación ciudadana y fortalecer los lazos comunitarios.

Las Fiestas de Usera son, ante todo, una celebración de la vida en los barrios y de la riqueza social y cultural que caracteriza al distrito. El objetivo es crear espacios de encuentro donde compartir experiencias, disfrutar del tiempo libre y reforzar el sentimiento de pertenencia a una comunidad diversa y dinámica.

Junto a las actividades de carácter general organizadas para todo el distrito, las fiestas mantendrán su tradicional modelo descentralizado, llevando propuestas específicas a cada uno de los barrios.

En estos ámbitos, las asociaciones vecinales, colectivos ciudadanos y entidades sociales desempeñan un papel fundamental, aportando su experiencia, creatividad y compromiso para diseñar una programación que refleje la identidad propia de cada barrio.

De este modo, cada zona del distrito imprimirá su sello particular a las celebraciones, enriqueciendo unas fiestas que son el reflejo de la participación ciudadana, la convivencia y el orgullo de pertenecer a Usera. Un año más, las calles se llenarán de alegría, cultura y diversión para compartir entre vecinos unas jornadas que buscan fortalecer la vida comunitaria y hacer de Usera un lugar aún más cercano, abierto y participativo.

Al momento del cierre de esta edición de PrensaldíaUsera no contamos con la programación detallada, que estará disponible a partir del 15 de junio en nuestra web. Pero podemos adelantar algunas actividades que tendrán lugar en los barrios de Moscardó y Zofío. No olvides consultar todas las actividades a partir del día 15 de junio.



A partir del 15 de junio
DESCUBRE TODA LA
PROGRAMACIÓN
DE LAS FIESTAS AQUÍ



BARRIO MOSCARDÓ



El tradicional Festibarrío de Moscardó se desarrolla de forma destacada el sábado 20 de junio en la Calle Mirasierra. El programa oficial para el día central incluye las siguientes actividades:

Actividades de Mañana

- 10:00 h.** Simultáneas de ajedrez, Intercambio de eschques, Mesas participativas
- 10:00 h.** Exhibición de Takeshi Dojo
- 12:00 h.** Entrega de los Premios Lorenzo
- 13:00 h.** Batalla de agua

Actividades de Tarde/Noche:

- 19:30 h.** Castillos hinchables
- 20:00 h.** Mix Music Kids
- 21:00 h.** Espectáculo de Magia
- 22:30 h.** Concierto del grupo Triboo Pop

BARRIO ZOFÍO



El Festibarrío de Zofío se va a celebrar entre los días 16 y 20 de junio, con actividades como juegos, talleres, actuaciones o música... Es una buena oportunidad para hacer actividades diferentes y compartir momentos con la gente del barrio.

Martes, 16 de junio

18:00 h. Coros R. Venezuela, Grupo Clave De Sol. CEIP República Venezuela, CMM Zofío. En la Junta Municipal Usera

Miércoles, 17 de junio

19:00 h. Grupo de Castañuelas. CMM Zofío. En COAJ Pipo Velasco

Jueves, 18 de junio

18:00 h. Festibarrío Joven: Pisco, Xusera, Qdate, Papsu, Espacio PAD, COAJ. Pipo Velasco y CMSc Usera. En COAJ Pipo Velasco

Viernes, 19 de junio

20:00h. Actuaciones Vecinales en la Plaza de Zofío:

- Caramelo Swagger y Lobo Animal (Música Urbana)
- Grupo Aljarraque (Flamenco Rumba)
- Gema Peñas (Cantautora)
- Mix Artistas Emergentes (Música Urbana)
- Sesión Dj (Alumn@s de Dj Bremen Kobalt)

Sábado, 20 de junio

10:00 h. Taller de Cocina. Zofío sabrosón, Alimenta Futuro, Área Formación, AV Zofío. En Área de Formación.

En la Plaza de Zofío:

12:00 h. Juegos Intergeneracionales: juegos de agua, juegos de mesa, torneo de ajedrez y rummikub, castillo hinchable acuático...

13:45 h. Sesión del Vermú: Alumnos de Dj Bremen Kobalt.

14:30 h. Comida Popular, trae tu plato, vaso y cubiertos

18:00 h. Fiesta de la Espuma

19:00 h. Actuaciones Vecinales: Tinkus Puros, Gran Chaarera, Caporales mi Viejo San Simón, Grupo de Variedades Intercultural CMM, Grup SevillanasCMM, Adrián Espinosa (boleros), Flamenco "La Jelen".

22:00 h. Tributo Love Band

Símbolo Hoguera

00:00 h. Sesión DJ. Arthurman.

ENVÍANOS TUS NOTICIAS

Únete a nuestro grupos de Whatsapp o Telegram y envíanos tus noticias, sugerencias, fotos, o cualquier tema que creas que le puede interesar al barrio.



¡Mándanos tu noticia!
Grupo de WhatsApp



¡Mándanos tu noticia!
Grupo de Telegram

RECIBE LAS NOTICIAS

Únete a nuestro grupos de Whatsapp o Telegram para recibir las noticias o el boletín de Prensaldía Usera con los temas más actuales.



Noticias - PrensaldíaUsera
Grupo de WhatsApp



Prensaldía_Usera - Boletín-
Grupo de Telegram

DISEÑAMOS TU WEB

moderno, rápido y accesible desde **140€**

DOMINIO + HOSTING ¡GRATIS!
el primer año con nuestros planes

consúltanos: **601 001 991**

CONFECCIONES AMICA

COMPLEMENTOS
TEXTIL CABALLERO Y SEÑORA
INTERIORES

C/ Guetaria, 49 - 28041 Madrid
☎ 691 246 362

Blanca Salud

Tu salud en buenas manos

☎ **91 428 28 45**

Calle Guetaria 79, post. 28041 Madrid

• FISIOTERAPIA
• MEDICINA ESTÉTICA
• CLASES PILATES
• CLASES HIPOPRESIVOS
• ECOGRAFÍA

www.blancasalud.es