



—
'EL ARMARIO SOLIDARIO'
RECORRE 13 CENTROS
COMERCIALES DE TODA ESPAÑA
P. 2

—
**ABRIENDO PUERTAS A LA INTEGRACIÓN
LABORAL DE PERSONAS CON
ENFERMEDAD MENTAL**
P. 3

—
**REDES FAMILIARES Y VECINALES PARA
LOS QUE TIENEN MENOS RECURSOS Y
QUE EVITAN LA GRIETA SOCIAL**
P. 5

**Humana consolida en
Leganés un proyecto
de agricultura
urbana**
P. 8, 9



**Sembrando
comunidad**



El cantante fue el encargado de depositar la primera prenda en El Armario Solidario en el Centro Comercial Parquesur

13 centros comerciales de toda España participan en esta campaña de donación de ropa usada

Antonio Orozco abre 'El Armario Solidario'

Tras su paso por los centros comerciales de Equinoccio (Madrid), Garberá (San Sebastián), VallSur (Valladolid), Los Arcos (Sevilla) y Bahía Sur (Cádiz) éste es el calendario de la campaña:

NOVIEMBRE

El Faro (Cáceres): 6-8 de noviembre
Bonaire (Valencia): 13-15 de noviembre

Habaneras (Torrevieja-Alicante):

20-22 de noviembre

La Maquinista (Barcelona):

27-29 de noviembre

DICIEMBRE

Glòries (Barcelona): 4-6 de diciembre

Splau (Barcelona): 10-12 de diciembre

Barnasud (Barcelona): 25-27 de diciembre

Un lujo. Eso es lo que significa arrancar una campaña como 'El Armario Solidario' y que el padrino sea el músico y cantante Antonio Orozco. El objetivo, promover el reciclaje textil y acercar a los ciudadanos la importancia de dar una segunda vida a la ropa que ya no utilizamos.

Esta campaña está en marcha gracias a Unibail-Rodamco. Hasta finales de diciembre el Armario está viajando por centros comerciales de toda España.

El estreno tuvo lugar el 22 de septiembre en la Plaza de Barcas de Parquesur (Leganés), con Orozco como maestro de ceremonias de un acto al que acudieron decenas de fans, amigos, personas que querían donar su ropa, simpatizantes de la Fundación y clientes de Parquesur que simplemente pasaban por allí pero que al ver el stand de El Armario Solidario se interesaron por la campaña, volviendo los días siguientes para donar ropa usada.

Durante el evento, Orozco mostró su faceta más solidaria y comprometida, animando a los presentes a donar su ropa usada para entre todos lograr un mundo más sostenible. Ello, unido a las lágrimas de algunas de las fans presentes, dio al evento un toque entrañable. Antonio colabora y se hace eco de acciones e iniciativas de diferentes ONG's, mostrando con ello que la música no está reñida con la solidaridad, sino todo lo contrario.

El armario dispone de una báscula que va calculando los kilogramos de textil y calzado que se van donando. Sobre el stand, una pantalla muestra la cantidad donada hasta ese momento. 1, 2, 3, 4... durante los tres días en los que el armario estuvo abierto en Parquesur, se recogieron cerca de 300 kgs de ropa y calzado usados.

Así que ya sabes, ¡entra y participa en 'El Armario Solidario'! Muchas gracias Antonio y muchas gracias a todos por vuestra colaboración.

Quiénes somos



Humana Fundación Pueblo para Pueblo es una organización no gubernamental para el desarrollo (ONGD) que desde 1987 promueve la protección del medio ambiente y lleva a cabo programas de cooperación en África, América Latina y Asia gracias a los recursos que obtiene de la gestión textil procedente de la ropa usada.

En la delegación de la zona Centro, que comprende la Comunidad de Madrid, el sur

de Castilla y León y el norte de Castilla-La Mancha, la organización dispone de 1.478 contenedores para la recogida de ropa usada gracias a los acuerdos de colaboración que mantiene con decenas de ayuntamientos así como entidades y empresas privadas. En 2013 se recogieron 5.308 toneladas de textil usado.

El reciclaje textil contribuye a la protección del medio ambiente al reducir en parte los residuos generados por la ciudadanía, otorgando una segunda vida a una ropa que de otra manera iría a parar a un centro de tratamiento de residuos para su incineración.

Cada kilogramo de ropa que se reutiliza y no es incinerado ahorra la emisión a la atmósfera de 3,169 kg de CO₂.

El reciclaje y la reutilización de material textil es un servicio gratuito para los municipios y significa un ahorro importante en los gastos de recogida y eliminación de residuos urbanos.

Sabías que...



1.478 contenedores

5.300 toneladas de ropa usada recogidas

16.795 toneladas de CO₂ menos a la atmósfera

180 personas empleadas

215 acciones de sensibilización realizados

3.300 beneficiarios de esas acciones

15 tiendas second hand

Datos de 2013

Dónde estamos

SEDE CENTRAL:

Pol. Industrial L'Ametlla Park
C/Aiguafreda, 12
08480 - L'Ametlla del Vallès (Barcelona)
Tel. 93.840.21.82 - Fax. 93.840.28.19

DELEGACIONES:

Andalucía

Pol. Ind. Arco, Parcela 1
18250 - Valderrubio (Granada)
Tel. 958.45.49.12 - Fax. 958.45.49.13

Pol. Ind. Fridex

Calle Fridex, 10
41500 - Alcalá de Guadaíra (Sevilla)
Tel. 954.772.506

Aragón

C/Vicente Pinies, 34
22580 - Benabarre (Huesca)
Tel. 902.170.273

Asturias

Pol. Ind. Asipo - Calle A, Parcela 1, Nave C
33428 - Llanera (Asturias)
Tel. 985.26.75.99 - Fax. 985.26.39.25

Baleares

Avda. Son Noguera, 22, nave 18-19
Pol. Ind. Son Noguera
07620 - Lluçmajor (Mallorca)
Tel. 699.85.84.57

Castilla - La Mancha

C/Pedro José Navarro, 6, 1º C
19200 - Azuqueca de Henares (Guadalajara)
Tel. 949.26.28.59

Comunidad Valenciana

Pol. Ind. Mas del Jutge
C/dels Rajolers, 19
46909 - Torrent (Valencia)
Tel. 96.134.16.05 - Fax. 96.134.16.05

Galicia

Lugar da Gándara, s/n
15881 - Sergude-Boqueixón (A Coruña)
Tel. 981.51.18.52 - Fax. 981.51.15.82

Madrid

Pol. Ind. Polvoranca
C/Camino de la Polvoranca, 3
28914 - Leganés (Madrid)
Tel. 91.642.31.89 - Fax. 91.694.22.59

C/ Alcalá, 171 - 28009 - Madrid
Tel. 91 432.07.34

Navarra

Pol. Ind. Noain
Esquiroz C/T 30
31110 Galar (Navarra)
Tel. 948.316.357 - Fax. 948.199.718

TIENDAS

Barcelona

Avinguda Paral·lel, 85
C/ Viladomat, 51
C/ Roger de Llúria, 9
C/ Astúries, 41
C/ Provença, 167
C/ Provença, 500
Travessera de Gràcia, 80-82
Avinguda Meridiana, 314
C/Creu Coberta, 110
C/ Sants, 295
Ronda Universitat, 19
C/Hospital, 91
C/Santa Eulàlia, 116
(L'Hospitalet de Llobregat)

Granada

Avda. de la Constitución, 20
Camino de Ronda, 152

Madrid

C/Raimundo Fdez. Villaverde, 12
C/Atocha, 68
C/Atocha, 33
Avda. Monte Igueldo, 3
C/López de Hoyos, 145
Paseo de las Delicias, 55
C/Nuestra Señora del Carmen, 7
C/Alcalá, 171
C/Alcalá, 312
C/Alcalá, 434
C/Ríos Rosas, 31
C/Marcelo Usera, 70
C/Luchana, 5
C/Cea Bermúdez, 13
C/Doctor Esquerdo, 174

Sevilla

Avda. Menéndez y Pelayo, 52
C/Feria, 145

EL ROPERO DE HUMANA

C/Santa Teresa, 17. Bajos. Oviedo

El Ropero Solidario de Usera funciona como taller prelaboral y como fórmula para cubrir necesidades básicas de vestimenta en el entorno comunitario



Luchando por la integración laboral en un entorno normalizado

“**T**rabajamos para que las personas con una enfermedad mental tengan las mismas oportunidades que cualquier otra a la hora de acceder a un empleo y que cuando lo hagan sea en el marco de un entorno laboral normalizado”. Así resume Eva Pizarro, su directora, el trabajo del Centro de Rehabilitación Laboral (CRL) de Usera, un recurso asistencial gestionado por la empresa *Walkredi* y que forma parte de la Red de Atención Social a Personas con Enfermedad Mental Grave y Duradera de la consejería de Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid.

“Se trata de un recurso voluntario al que las personas acuden derivadas desde los servicios de psiquiatría de su centro de salud mental de referencia porque cuentan con un cierto nivel de motivación respecto a su integración laboral. Nuestro papel es acompañarlos en el proceso de rehabilitación e incorporación a un empleo, ya sea en la empresa ordinaria, en fórmulas de empleo protegido o bien a través de los sistemas de autoempleo”, señala la directora del centro.

Una de las palabras que más se repite en la conversación con Eva Pizarro es “autonomía” y es que una de las principales características que presenta el CRL de Usera es que todo el trabajo a realizar se asienta en la premisa de que la persona es la que mejor se conoce a sí misma y debe ser autónoma a la hora de determinar cuándo y qué quiere hacer para favorecer su integración laboral. “Cada usuario tiene unas características y unas capacidades diferentes y creemos que debemos darles la posibilidad de que adapten el tipo y el ritmo de los itinerarios previstos a sus necesidades”, añade. Para facilitar la aplicación de este método de trabajo, el centro dispone de unos itinerarios en el que los profesionales que atienden

LAS CIFRAS

- El centro **atiende a 61 personas** de los distritos de Usera y Arganzuela.
- Un **58%** de los usuarios son **hombres**.
- La **media de edad** se sitúa en torno a los **39 años**.
- En lo que va de año se han realizado **45 inserciones laborales**. Un **63%** ha sido en **empresas ordinarias**.

a las personas con enfermedad mental actúan como facilitadores de los conocimientos y habilidades necesarias para que el usuario pueda acceder y manejarse de manera adecuada en el entorno laboral.

Humana colabora con el CRL de Usera de cara a facilitar la incorporación al mercado de trabajo de personas con enfermedad mental

“La primera vez que un usuario viene al centro le explicamos qué es un CRL, qué es lo que hacemos y cómo y le damos tiempo para decidir si le interesa comenzar el proceso de integración laboral. Si su respuesta es positiva iniciamos una fase de evaluación de la persona para establecer de manera conjunta un itinerario y unos objetivos a nivel de rehabilitación laboral que sean concretos y ajustados a sus necesidades”, apunta Eva. Para lograr esos objetivos, el CRL pone en marcha los talleres prelaborales, entornos que simulan de la manera más fiel posible un entorno de trabajo real. En el centro de Usera cuentan con tres: diseño gráfico, administración y limpieza y reciclado de ropa.

En todo este período se realiza un seguimiento constante por parte de

los profesionales del centro para valorar la evolución de la persona así como el grado de cumplimiento de los objetivos previstos al inicio del itinerario. Estas sesiones se combinan con las reuniones de coordinación que el CRL realiza mensualmente con el centro de salud mental.

“Ellos conocen la parte sanitaria de la persona, la evolución del tratamiento y nosotros cuál es su grado de desempeño de cara a su integración laboral y el ponerlo en común nos permite diseñar estrategias de intervención que nos ayuden a potenciar las capacidades de la persona y aprovecharlas para el logro de los objetivos propuestos”, comenta.

¿Cuándo se produce el alta? “Cuando los objetivos fijados se cumplen, se realiza un período de seguimiento con la finalidad de valorar si los logros

obtenidos se mantienen en el tiempo y si es así, se determina el alta”, señala Eva Pizarro.

LA ENFERMEDAD MENTAL COMO ESTIGMA

En paralelo a la labor que realizan con las personas que acuden al centro, desde el CRL de Usera también trabajan con empresas, asociaciones e instituciones para intentar aumentar las oportunidades de inserción laboral de las personas que acuden al recurso. Una de esas entidades es Humana que acaba de incorporar a una persona derivada del centro a su equipo de mantenimiento de contenedores. “Ahora hay más conciencia de que una persona con un trastorno mental no es sinónimo de problema y hemos logrado experiencias muy positivas de inserción laboral”, reconoce Eva.



El de administración es uno de los talleres que se imparten en el centro



Mercados de Madrid: cómo adaptarse a los hábitos de consumo



El de San Antón, en Chueca, y el de La Cebada, en La Latina, representan dos formas distintas de atraer clientes

Al principios de octubre abrió sus puertas el reformado Mercado Barceló de Malasaña tras varios años en los que los comerciantes estuvieron reubicados en un espacio provisional. Esta reapertura invita a reflexionar sobre el papel de los mercados y su capacidad para adaptarse a los horarios y los gustos del público. En la actualidad conviven dos tipos de ofertas: el tradicional mercado de abastos y el que apuesta decididamente por la restauración, el ocio y los productos “gourmet”.

Un buen ejemplo de los primeros es el de la Cebada, uno de los mercados de abastos más grandes de Madrid. El edificio original se inauguró en 1875, fue derribado en 1956 y dos años después se construyó el actual, cuya superficie supera los 6.000 metros cuadrados y cuenta con dos plantas. La Cooperativa de Comerciantes tiene 93 miembros y está presidida por Santiago Matas.

Matas, que regenta un puesto de productos gourmet, reconoce que se hallan en un momento de inflexión. “Tenemos que adaptarnos a la sociedad. Eso puede implicar mayores ingresos pero nos arriesgamos a perder valores familiares”, afirma. Se refiere a la flexibilización de horarios y a la posibilidad de abrir el fin de semana, más allá del sábado por la mañana. “Muchos comerciantes son mayores y se resisten a los cambios. Además, si abrimos todos los días de la semana, ¿cuánto tiempo nos queda para la familia?”

El comercio de proximidad está tocado por la crisis aunque mantiene sus armas para atraer a los clien-

tes: el trato personalizado y familiar y el profundo conocimiento de sus productos. “Eso no lo puedes encontrar en un súper. ¿Qué si comprar en el mercado es caro? En absoluto, aquí encuentras mil calidades y mil precios. En un súper o una gran superficie sólo hay un precio y una calidad. Nosotros tenemos para todos los gustos y todos los bolsillos”, añade.

Crítico con la despersonalización que afecta a La Latina con la llegada de franquicias (“si seguimos así se perderá el encanto de este barrio”) y resignado a que los comerciantes veteranos se jubilen y apenas haya

El Apunte

“Historia de una plaza” es un proyecto colectivo que solicita a los vecinos de La Latina que cedan alguna imagen, documento, historia o recuerdo del mercado de La Cebada, la plaza, el polideportivo o el barrio. Quieren documentar el origen, la transformación y la actual situación del mercado “así como su fundamental papel en la historia social del barrio”. El objetivo es “construir una narración colectiva con la intención de indagar en la representación de la identidad de un barrio en constante proceso de cambio”, explican sus impulsores.

Más información: Historiadeunaplaza.blogspot.com.es

relevante generacional, Matas confiesa que el futuro del mercado pasa por “ser diferentes y originales”. “En eso estamos, en encontrar la fórmula para conseguirlo”, añade.

Antón. “Esos son otra cosa: lugares de tapeo y de venta de productos caros para turistas y clientes

despistados”, coinciden varios comerciantes. Sin embargo, desde el equipamiento de Chueca, inaugurado en mayo de 2012, su responsable de marketing, Ana Martín, señala: “Somos un mercado de barrio que quiere dar servicio al barrio donde está ubicado”. Reivindican su condición de equipamiento de referencia tanto para los vecinos como también para los visitantes.

“Es un proyecto y un concepto global que intenta aunar compra diaria con restauración y ocio”, añade, “los mercados de hoy en día deben ofrecer aquello que les caracteriza: calidad y profesionalidad, servicio y distinción”. Situado en el corazón de Chueca y reformado bajo el paraguas del Plan de Modernización de los Mercados Municipales, el de San Antón se ha convertido en un atractivo más del barrio: “Los vecinos nos veían al principio con cierta distancia, ahora con cercanía y orgullo”.

Así es: vecinos y visitantes recorren las dos plantas del mercado y muchos se relajan en la terraza, disfrutando de los cómodos asientos o echando un vistazo a las calles adyacentes.

Por su parte, la singularidad del Mercado de San Miguel se halla tanto en su contenido como en su continente.

Los turistas se quedan con la boca abierta cuando salen de la Plaza Mayor y se topan con su estructura metálica de soportes de hierro fundido. Considerado Bien de Interés Cultural en la categoría de Monumento, desde el propio mercado explican que pretenden llegar a ser “un centro de cultura culinaria”.

Solidaridad para evitar la grieta social

Cuanto más se adelgaza el estado del bienestar aparecen un mayor número de iniciativas dirigidas a las personas desempleadas

Desde que estalló la crisis económica hace siete años, son numerosas las iniciativas de administraciones, empresas, entidades y particulares que ofrecen ventajas a las personas desempleadas. Descuentos en entradas, rebajas en el precio de la matrícula, cursos gratuitos... son algunos ejemplos de las redes sociales, familiares y vecinales que siempre han existido y que en los últimos años han aflorado con más firmeza.

Las tiendas amigas

La asamblea popular 15M de los barrios de Hortaleza y Carabanchel, y también la de Alcalá de Henares, impulsan las llamadas "Tiendas Amigas". Son comercios de proximidad que realizan un descuento, normalmente entre un 5% y un 20%, a desempleados. "Atraen no sólo a personas en situación de desempleo, sino también a los que prefieren un comercio más justo y solidario", afirman desde Hortaleza, e insisten en que estas tiendas, identificadas con un cartel en el escaparate, también activan el comercio del barrio y a la larga favorecen el mantenimiento de los empleos existentes. "El descuento que ofrecen es libre, lo deciden ellas. Sólo tienen que decirlo y mantener su compromiso. Además, pueden incluirse y desvincularse cuando quieran", indican desde Alcalá de Henares.

Cóbrese dos cafés: el mío y el de un desconocido

Media docena de cafeterías de Madrid están adheridas a la campaña "Café pendiente", que invita a realizar una acción solidaria, sin ánimo de lucro y basada en la confianza: consiste en pagar anticipadamente un café a alguien que no tiene recursos para comprarlo. Esta idea surgió en Nápoles con el nombre de "Caffe Sospeso" y se ha extendido a varios países. El Café Comercial (Glorieta de Bilbao, 7) lo impulsa desde hace más de tres años. "Lo del café estaba muy bien pero la necesidad de mucha gente era paliar el hambre, así que decidimos poner en marcha el 'bocadillo pendiente'", explican desde el establecimiento, que añaden: "El primer año llegamos a tener hasta 200 cafés pagados al día, ahora ha bajado porque vivimos momentos muy difíciles". Desde el bar Leiner (Conde Duque, 42) explican que la iniciativa funciona mejor en invierno que en verano y avanzan que rebautizarán la campaña con el nombre 'Cafés solidarios Leiner'.

Iniciación al arte para parados

El Museo Lázaro Galdiano, situado en la calle Serrano, inició en octubre la sexta edición de "Entender el arte", un curso gratuito de inicia-

ción al arte dirigido a desempleados de larga duración mayores de 40 años. La iniciativa, nacida en 2013, "pretende mejorar directamente la situación personal de estas personas a través del enriquecimiento intelectual y la adquisición de nuevas destrezas, mediante el contacto directo con el arte, la experiencia estética y el conocimiento teórico de la mano de profesionales especializados en educación artística". Amparo López, conservadora jefe del museo, es la coordinadora de esta iniciativa.

Entradas gratis a museos y palacios

Estar en el paro no debe ser un impedimento para acceder a la cultura. Así lo entienden desde Patrimonio Nacional cuya red de palacios, museos y monasterios ofrece desde el pasado mes de abril entrada gratuita para los desempleados que lo acrediten en taquilla (desde junio han despachado más de 10.000 tiquets de estas características). Lo mismo sucede en el Museo del Prado, el Reina Sofía, el Thyssen, el Museo del Traje, el Museo Sorolla o el Lázaro Galdiano, entre otros. Por otro lado, hay teatros y promotoras que ofrecen descuentos como el Bellas Artes o La Abadía, y en el Parque Warner sólo cobran la mitad de la entrada para el titular y tres acompañantes presentando la tarjeta de desempleo y DNI en las taquillas.



La opinión del experto

"En las sociedades democráticas desarrolladas existen cuatro pilares o sistemas de provisión de ayuda: el estado, las empresas o el mercado (en el modelo anglosajón, por ejemplo, son comunes las empresas con éxito que se dedican a la filantropía, se sienten moralmente obligadas a devolver algo a la sociedad), las organizaciones del tercer sector y el individuo o las familias. En situaciones como la actual, la sociedad civil cobra protagonismo y el hueco que antes cubría el estado lo suplen los propios ciudadanos con redes vecinales y familiares. La ciudadanía es el colchón que evita el abismo social".

Ramón de Marcos, coordinador del área de Ciudadanía e integración del Colegio de Politólogos y Sociólogos de Madrid

La imagen

*Afrontando los desafíos
del cambio climático*



El cambio climático es en este momento, y de manera incuestionable, uno de los mayores desafíos a los que se enfrenta la humanidad y sus consecuencias son cada vez más visibles. Numerosos espacios naturales así como la sociedad en su conjunto se encuentran bajo la amenaza de los efectos del calentamiento global lo que obliga a dar una respuesta inmediata.

El nacimiento del río Manzanares (en la imagen) se sitúa en la Sierra de Guadarrama, declarada Parque Nacional en junio de 2013. Por su situación, a tan solo 50 kilómetros de Madrid, es un enclave muy relevante a la hora de estudiar las consecuencias del cambio climático. Prueba de ello es que desde 1989 se recopilan datos de caudales, limnología, incidencia de rayos ultravioletas, etc. La estación de la Agencia Estatal de Meteorología de Navacerrada ha constatado que desde hace 25 años la temperatura ha subido una media de 1,8 grados centígrados, mientras que la precipitación ha disminuido 200 litros por metro cuadrado en los últimos 20 años lo que evidencia la existencia de un calentamiento del clima en la Sierra.





Desde su inicio en abril, la foto de familia del huerto de Leganés no deja de crecer

Humana desarrolla en Leganés un proyecto de agricultura urbana

Mañana de septiembre en Leganés. En las instalaciones que Humana Fundación Pueblo para Pueblo tiene en el Polígono Industrial Polvoranca, Andrés y Miguel nos reciben rastrillo y azada en mano. Les acompañan Pilar, que aprovecha para regar su parcela, y Ana que nos enseña lo que hasta ahora ha dado de sí su cosecha. Los cuatro son “activistas” del programa “3C: Cultivando el clima y la comunidad” que Humana promueve en Leganés y Lliçà d’Amunt (Barcelona), un proyecto de agricultura urbana que busca aprovechar los recursos de la tierra para generar productos de autoconsumo al tiempo que refuerza los lazos sociales y el sentimiento de comunidad.

“Esta mañana han venido cuatro, hay quien prefiere o le va mejor por la tarde...”, apunta Elena, la monitora encargada de ayudar a los activistas en la puesta en marcha de la parcela que se les asigna. Y es que cada uno de ellos decide cuándo venir a atender su huerto, un pedazo de terreno de unos 30 metros cuadrados, al que, eso sí, deben dedicar un mínimo de 5 horas semanales. Desde que en abril inició su actividad, el número de participantes en el proyecto no deja de crecer. “Ya somos unas 15 personas y aún tenemos espacio para más activistas así que las puertas están abiertas”, nos confirma Elena. Como complemento al trabajo en la tierra, Elena imparte de manera regular un taller teórico, con eminentemente vocación práctica, sobre algún tema relacionado con los cultivos: control de plagas, sistema de riego... “Ahora tenemos que ir programando uno de cocina de temporada a partir de los productos que tenemos en el huerto. Podemos elaborar una receta cada una y la ponemos en común con el resto”, señala Ana.

Sembrando semillas de comunidad



El huerto está situado en las inmediaciones de la nave de Humana en el Polígono Industrial Polvoranca



Miguel es desempleado de larga duración. Acude al huerto para mantenerse activo.



Pilar recoge tomates en su parcela. De lo que se lleva a casa siempre reparte algo con sus vecinas.



Por mantenerse activos, porque les gusta la naturaleza, por diversión... Cada activista tiene su propio motivo para acudir al huerto. “Yo vengo porque me entretengo, paso el tiempo y estoy muy a gusto con la gente”, confiesa Andrés. “Siempre he estado haciendo cosillas de aquí para allá y ahora que estoy jubilado no podía parar”, añade.

Pilar trabaja durante el fin de semana y aprovecha los días de entre semana para cuidar su parcela. Es, sin lugar a dudas, la más práctica de todos los activistas. “Lo que más me gusta es llevarme a casa la cesta llena de productos de calidad y que están muy buenos”, reconoce entre risas. Tanto es así que se está convirtiendo en la vecina preferida de su comunidad: “De lo que llevo siempre comparto algo con mis vecinas”.

Miguel, por su parte, acude al huerto “para mantenerse activo”. “Soy desempleado de larga duración de la construcción y esta es una actividad que me gusta, en la que estoy entretenido, hago algo productivo y en la que he encontrado un grupo muy majo”, sostiene. Miguel es de los que antes de empezar en el huerto de Humana en Leganés tenía una pequeña idea de trabajar la tierra: “De joven hice alguna cosilla en el campo y mi padre y mi suegro tenían huerto así que algo me sonaba”. Hay quien se convirtió en activista “de regalo”. Es el caso de Evelio, pescadero a punto de jubilarse, a quien su hija Mariví, apasionada de la naturaleza, decidió regalar una parcela “ahora que tendrá tiempo para disfrutarla”. Otros como Paco y Yoli, trabajadores en un centro de jardinería de Madrid, comparten pasión por todo lo referente a



la producción ecológica y ahora también un huerto en el proyecto “3C”. El interés por la horticultura ha sido el que ha animado a José Miguel y Victoria, cuñados, a convertirse en activistas. En ocasiones, junto a ellos se asoma al huerto Víctor, hijo de José Manuel y, por ahora, el benjamín del grupo.

Sin experiencia alguna llegó Ana a su parcela. “No tenía ni idea”, reconoce. “Vivo muy cerca, vi los carteles informativos, me acerqué a preguntar qué era y cómo funcionaba... Y aquí estoy con mi huerto”, recuerda. “Ahora nos puede vigilar la cosecha desde la ventana de su casa”, bromea Andrés.

Al escucharlos hablar de su experiencia, todo apunta a que el objetivo de tejer lazos de comunidad entre los activistas va viento en popa. “Una de las cosas que más me gusta del huerto es que se ha creado un grupo en el que nos ayudamos unos a otros y vamos aprendiendo

entre todos”, señala Ana. “Es fantástico que pese más lo colectivo que lo individual y que si unos se van de vacaciones o faltan unos días por lo que sea el resto estén pendientes de cómo va su cosecha, de regar la parcela cuando toque...”, reconoce Miguel. “Para mí son un gran grupo, muy participativo, con muchas ganas de aprender y de echar una mano en cuanto se les pide”, afirma Elena. Tanto es así que ni la “gestión” del huerto se escapa de las nuevas tecnologías: “Nos hemos abierto un grupo de *whatsapp* para tener el huerto controlado”, apunta Andrés.

Si nos quedamos solo con la cifra de 400 kilos de tomates recogidos desde abril, puede parecer que todo ha sido coser y cantar pero trabajar el huerto no siempre ha sido fácil. “Al principio esto era un trozo de terreno de un polígono industrial que en nada se parecía a un huerto. Tenía mucho escombros, piedras... Tuvimos que mover la tierra, echarle

una buena capa de estiércol de caballo...”, reconoce Andrés al tiempo que el ir y venir de los trenes de la línea 5 de Cercanías acompaña sus golpes de azada para preparar una nueva parcela que compartirá junto con Pilar y Miguel para sembrar patatas. “Mira todo lo que hemos sacado de aquí”, añade Miguel señalando un montículo de piedras situado en un extremo del terreno. Una vez adecuada instalarán el sistema de riego y la parcela ya estará lista para cosechar. En breve podrán empezar a utilizar como abono el compost que realizan en uno de los rincones del huerto.

“No hay color entre lo que comemos del huerto y lo que compramos en el súper”

En todo este tiempo han tenido que compartir parcela con todo tipo de plagas: hormigas, pulgón... “Yo antes si veía un bicho en la planta lo arrancaba todo pero ahora hemos aprendido que los bichos forman parte del huerto y que la mejor manera de tratarlos es con prevención y tratamientos naturales”, apunta Pilar. Así pues, para ganar la partida al pulgón sembrarán plantas de ajo; hierbas aromáticas para ahuyentar hormigas e insectos; o un preparado a base de leche y agua para fornecer de calcio a las plantas.

Pero todo esfuerzo tiene premio. “Tenías que ver la cara de felicidad que teníamos el día que salió el primer tomate”, recuerda Elena. La calidad y buen sabor de los productos cosechados es una de las cosas que más llama la atención a los activistas. “Hemos ido aprendiendo la importancia y el valor de la agricultura ecológica. ¡No hay color entre lo que comemos del huerto y lo comprado!”, señalan.

Cuando el otoño y el invierno empiezan a asomar la cabeza en el calendario, es el momento de plantar lechugas, zanahorias, cebollas o guisantes. Siempre productos de temporada. Ahora solo falta que las verduras y hortalizas

resistan los azotes del frío. “Por si acaso ya tenemos en mente empezar a construir un invernadero”, señala Elena.

“El verlos aquí cada día para mí ya es un éxito porque eso quiere decir que estamos haciendo un buen trabajo”, confiesa satisfecha Elena.

VERTIENTE SOLIDARIA

El proyecto “3C” tiene también una vertiente solidaria. Una parte del terreno está destinada a huerto comunitario y lo que allí se cultiva es de todos y cada uno de los activistas. El excedente de hortalizas que obtienen lo llevan al comedor “Paquita Gallego” de Leganés que gestiona la asociación benéfica Madre de la Alegría. Así mismo, en el mes de octubre se han incorporado al huerto como activistas un grupo de personas del centro de inserción social y laboral “Al Abrigo” de Fuenlabrada que gestiona la Asociación Social Libélula. Una actividad lúdica y terapéutica que permite a los usuarios mantenerse activos, relacionarse con otra gente y aprender una serie de técnicas básicas en materia de agricultura ecológica.

¿POR QUÉ SE LES LLAMA ACTIVISTAS?

Una de las primeras cosas que llama la atención del proyecto “3C” es que las personas que participan en el huerto no reciben el nombre de usuarias, sino de “activistas”. El concepto no es casual: “Queremos que sean y se sientan parte activa del huerto. Son los que trabajan para activar la tierra y para activarse a sí mismos, de ahí el emplear el término activista”, nos aclara Damiana Conde, integrante del patronato de la Fundación y una de las impulsoras del proyecto.

Los equipos de Humana y Leroy Merlin Leganés unieron sus fuerzas recientemente en una interesante jornada de voluntariado corporativo: un grupo de seis personas de la compañía visitaron nuestra planta de clasificación y dedicaron su tiempo, capacidades y talento a apoyar el proceso de gestión del textil usado que llevamos a cabo.

Natalia, Iris, Teo, Marta, Ana y María conocieron cómo gestionamos la ropa, la clasificaron junto a nuestro equipo y participaron en el proyecto 3C de agricultura urbana anexo a las instalaciones. Actividades como ésta dan forma al Programa de Voluntariado Corporativo de la Fundación, en el que se combinan el Programa de Visitas a nuestra planta de clasificación, el de Voluntariado y el de Responsabilidad Social Empresarial (RSE). Con anterioridad se organizó una jornada similar en la que tomó

parte una representación de la empresa Granite. Leroy Merlin, multinacional francesa especializada en el acondicionamiento y la decoración del hogar, tiene 55 establecimientos en el territorio nacional, el primero de los cuales se inauguró en 1989 en el centro comercial Parquesur de Leganés. "La esencia de nuestra RSE tiene una vertiente de acción social centrada en la mejora del acondicionamiento del hogar para niños y ancianos, y otra relativa a la sostenibilidad y el respeto del medio ambiente", explica Ana Pérez, del departamento de Recursos Humanos de la tienda de Leganés, "en este sentido, nos llamó la atención vuestro proyecto de huerto social. Nuestra voluntad es que las tiendas se acerquen cada vez más al municipio donde están".

En el marco de su RSE, Leroy Merlin impulsa varios proyectos: en Madrid colaboran con la fundación Tengo Hogar, rehabilitando y acondicionando pisos

que se ceden a familias sin recursos; ofrecen becas de prácticas a alumnos de formación profesional, con la posibilidad de incorporarse a la plantilla; seleccionan y forman a universitarios para que se conviertan en un futuro en managers; sus productos observan los principios de ecosostenibilidad...

"Las empresas se mentalizan poco a poco sobre la importancia del compromiso con su entorno"

"Las empresas se mentalizan poco a poco sobre la importancia del compromiso con su entorno", reconoce y añade: "En nuestros almacenes se separa absolutamente todo, le damos una importancia máxima al reciclaje para contribuir a proteger el medio ambiente y hacer más sostenible nuestro entorno".

Sueños de fútbol en Zimbabwe

Dos jóvenes de una escuela de Humana y DAPP-Zimbabwe logran jugar en el equipo nacional



El fútbol es uno de los fenómenos deportivos y sociales más grandes del mundo. Jóvenes de todo el planeta sueñan con seguir los pasos de sus ídolos futbolísticos. En la Ponesai Vanhu Junior School, una escuela para jóvenes vulnerables de Humana y su socio local DAPP-Zimbabwe, dos prometedores futbolistas han logrado dar un paso más para alcanzar su gran sueño: jugar en el equipo nacional.

Uno de ellos es Dudzai Chimusasa, delantero del primer equipo de la escuela. El año pasado, tuvo la oportunidad de jugar en la selección sub-17 que representó a Zimbabwe en el campeonato de fútbol a

seis del *International Orphan and Vulnerable Children's Sport Festival*, en Polonia.

"Estaba abrumado por la alegría. No podía creer que alguien como yo pudiera tener esta oportunidad", nos cuenta Dudzai sobre cómo se sintió cuando se enteró de que había sido seleccionado. El chico llegó a Ponesai Vanhu en 2010, después de que sus padres fallecieron. Actualmente está terminando el tercer curso de la escuela secundaria. Su gran ídolo es, sin duda, Lionel Messi. En el campo, con lo que más disfruta, como buen delantero, es marcando goles. Además, le encanta aprender de sus ídolos nuevos regates y habilidades con el balón, con

el fin de mejorar su juego y el del equipo.

Dudzai es un ejemplo de cómo el deporte estimula a los chavales en pos de su crecimiento como personas

La organización del *International Orphan and Vulnerable Children's Sport Festival* corre a cargo de *Hope for the Euro Association*, con el objetivo de empoderar a los chavales procedentes de entornos desfavorecidos en pos de lograr sus sueños. En principio, el torneo estaba reservado a equipos

polacos, integrados por jóvenes en situación de vulnerabilidad. En 2010 el campeonato era ya tan popular que adquirió carácter internacional, hasta convertirse en lo que es actualmente: una auténtica "Copa del Mundo" en la que participan selecciones de más de 20 países.

En la última edición, el equipo de Zimbabwe jugó tres encuentros antes de caer eliminado. El partido más memorable para Dudzai fue contra Alemania, en el que su equipo ganó por 1-0. "Fue un partido muy competido, pero siempre con juego limpio", explica. No obstante, el recuerdo más importante que tiene del torneo es el haber viajado en

un avión por primera vez. "Apenas me creía lo que estaba ocurriendo. Me sentía como un pájaro".

El torneo le proporcionó unas fantásticas lecciones de vida que ahora, además, le sirven para ayudar a los compañeros que este año viajan a Polonia para jugar el campeonato.

Para Dudzai, la experiencia le aporta un plus de confianza. Su próximo objetivo es jugar en un equipo de la National Premier League de Zimbabwe, una hazaña que seguramente logrará. Su consejo para los jugadores más jóvenes es el siguiente: "Si tienes talento, estoy seguro de que podrás destacar en lo que haces".

Y tú, ¿por qué compras en HUMANA?

Por la calidad de las prendas, por los precios bajos, por ayudar a proyectos solidarios... cada uno tiene su motivo para acercarse a las tiendas *second hand*



Mariel, 47 años

"Vengo con frecuencia a la tienda del Paseo de las Delicias, 55 porque me gusta comprar ropa diferente y de calidad y aquí la encuentro. No me gusta ir como las ovejas, todos vestidos con lo mismo, y aquí sé que puedo dar con modelos originales, singulares, de estética *vintage* y a un precio muy atractivo".

¿Qué ha comprado? Poncho: 8,45€



Luis, 65 años

"Vivo al lado de la tienda de Delicias y me paso por Humana a diario, casi desde el mismo día en el que abrió sus puertas. Conozco a todas sus trabajadoras y además de charlar un rato con ellas y gastar alguna broma siempre acabo comprando alguna prenda para mí, un juguete, una corbata..."

Hada en miniatura: 2€



Alejandro, 32 años

"Vengo desde hace unos dos años porque la tienda de la calle Alcalá, 171 me queda muy cerca del trabajo. Encuentro moda de calidad a un precio muy bueno, especialmente en la sección de ropa *vintage* que me es la que más me gusta".

Sudadera: 16,95€



Álex, 47 años

"Llevo ya muchos años acercándome a las tiendas Humana y prácticamente no compro en otros sitios porque considero que es una buena manera de practicar un consumo sostenible. Además, de esta manera estamos generando un beneficio para el desarrollo de proyectos de cooperación que siempre es positivo".

Camiseta: 10,45€



Marta, 29 años

"Me dedico al arte y con frecuencia necesito ropa de estilo retro a buen precio para poder realizar con ella mis creaciones, para customizar las piezas... Aquí encuentro ropa muy original y de buena calidad. A veces también la compro para mí, para ponérmela".

Camisa, 7,95€



Miguel, 33 años

"Vengo desde República Dominicana y ésta es la primera vez que me acerco a una tienda Humana. Mis amigas sí la conocen y vienen con frecuencia pero yo es la primera vez que entro y me he comprado una sudadera. He visto que se puede encontrar ropa de calidad, muy buena y a un precio asequible".

Sudadera: 12,45€

BREVES

📍 Jornada de sensibilización en Leganés



A finales de septiembre se celebró en la planta de Leganés el Humana Day, una jornada de sensibilización que reunió a toda la plantilla de la delegación de Madrid y a sus familiares. La cita, que tenía por lema "Our climate, our challenge", consistió en una visita a las instalaciones y al proyecto "3C. Cultivamos el clima y la comunidad". Los más pequeños se entrevistaron con la realización de talleres de marionetas y la representación de la obra de teatro "El mundo de Edmundo".

...

📍 Presentes en BioCultura



Por segundo año consecutivo, Humana está presente en BioCultura Madrid, la feria de productos ecológicos y consumo responsable que reúne miles de visitantes en Ifema. La Fundación exhibe su trabajo en el ámbito del reciclaje textil, la protección del medio ambiente, la cooperación, la educación al desarrollo, la agricultura social y la moda de segunda mano. Organizada por la Asociación Vida Sana, en BioCultura hay centenares de expositores de sectores como la alimentación ecológica, cosmética, eco materiales, energías renovables, ecología, turismo rural... en definitiva, profesionales, usuarios y consumidores del universo "eco".

...

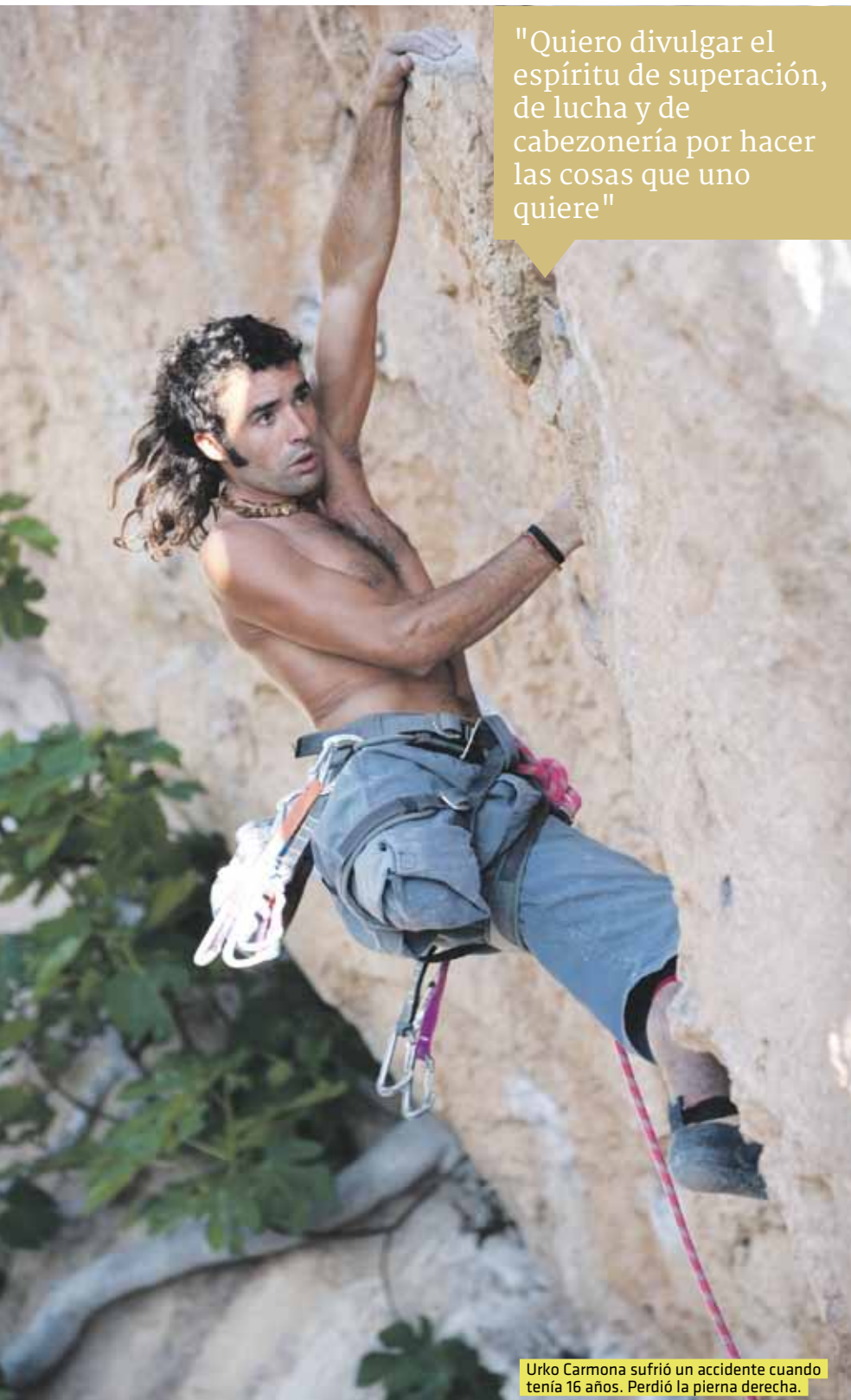
📍 Próximas citas para Humana



Además de BioCultura, Humana Fundación Pueblo para Pueblo tiene otras citas por delante: del 24 al 27 de noviembre tendrá un stand en el Congreso Nacional del Medio Ambiente (Conama) en el Palacio Municipal de Congresos de Madrid. Posteriormente, del 5 al 8 de diciembre será el turno de Dabadum, el salón de ocio infantil en familia que recalará en Feria de Madrid y donde los más pequeños podrán divertirse con los talleres que impulsa la Fundación. Y en enero, llegará la tercera edición de Recicladero que organizan Humana, Handbox y La Pecera Eventos en la nave 16 de Matadero Madrid (en la foto, una imagen de la pasada edición).

...

ENTREVISTA **Urko Carmona,** campeón del mundo de paraescalada



"Quiero divulgar el espíritu de superación, de lucha y de cabezonería por hacer las cosas que uno quiere"



"Escalo todo lo que puedo", explica, "y en invierno trabajo en una estación de esquí"

Y fíjate: ¡he conseguido escalar y además soy campeón del mundo! Escalar, disfrutar, ir con mis amigos... He hecho lo que me he propuesto. Y en lugar de lamentarme porque no tengo dos piernas, he aprendido que si tienes un objetivo al final encuentras tu camino.

H. Vives en una furgoneta.

U.C. Sí, ¡mi salón tiene las mejores vistas! Allí donde aparco todo lo que pueda ver es mío: el campo, el sol... Me encanta la vida en la naturaleza y tengo todas las necesidades cubiertas porque en mi pequeña furgoneta puedo cocinar, dormir, refugiarme... Aplico la filosofía de "vida sencilla, pensamiento elevado". Cuántas más cosas tienes

más te complicas y resulta que no estás tanto por ti sino por tus posesiones.

H. ¿Dedicas todo el año a escalar?

U.C. Escalo todo lo que puedo, pero en invierno trabajo en una estación de esquí, en el área de alquiler de esquís.

H. La paraescalada es una actividad desconocida

U.C. En el mundo de la discapacidad no hay muchos deportes aunque la gente sí conoce algunos como la natación o el atletismo, no así la paraescalada. Pensamos que un discapacitado tiene que evitar ciertas actividades de riesgo y no es cierto, cada cual tiene que hacer lo que le gusta. Yo tengo unos condicionantes, hay cosas que no puedo hacer o que me costarán mucho, pero soy yo quien lo valora y utilizo la lógica para conseguirlo o no.

"Pensamos que un discapacitado tiene que evitar ciertas actividades de riesgo. No es cierto, cada uno tiene que hacer lo que le gusta"

H. Hay que romper barreras mentales.

U.C. Mi ilusión es despertar esta conciencia en la gente para que luchen por lo que crean. Yo lucho por abrir una vía en la montaña y otros pueden hacerlo para bajar a comprar el pan porque les falta un brazo o no tienen una prótesis.

H. Tú vas a la tuya, vaya.

U.C. Sé qué quiero y lucho por ello. ¡Y que digan misa! La gente te mira, te falta una pierna, eres diferente, a veces ves discriminación... pero resulta que soy un tipo normal y corriente cuando estoy con mi gente. Por desgracia, la sociedad no es así: hay tantas influencias externas, te venden una idea de perfección... Por suerte yo no entro en estos cánones. Y no me deprimó, al contrario, me alegro por ser cómo soy.

U.C. Lo conozco... mejor dicho, él me conoce a mí desde que era un niño, por la relación que tenía con mis padres. Nos reencontramos cuando yo tenía 14 años, antes de mi accidente, y me introdujo en el mundo de la escalada. Es mi maestro, me enseñó qué es la montaña y cómo disfrutarla.

Urko sufrió un accidente cuando tenía 16 años. Él mismo lo explicó así a la revista "Escarlar": "Trabajaba fumigando en unos campos y fui en moto a buscar combustible. Un camión me embistió". Perdió la pierna derecha. La moto no tenía seguro, el camionero alegó circulación incorrecta y la justicia no se puso de su lado. Después de varios años de juicios, Urko no recibió ninguna indemnización ni cobra subsidio alguno.

H. Tú no has tirado nunca la toalla.

U.C. Te quedas en silla de ruedas y alguien te dice, o te lo dices tú mismo, que no puedes conducir. ¡Pues no!

Conduciré si me lo propongo. Hay personas que no se desaniman sino que creen en sí mismas y al final consiguen lo que se proponen. Quiero difundir el espíritu de superación, de

lucha y de cabezonería para que cada uno haga todo aquello que quiera.

"Vivo en una furgoneta. Aplico la filosofía de 'vida sencilla, pensamiento elevado'"

H. ¿Cómo viviste aquel momento tan dramático?

U.C. Sucedió, tenía que suceder y por suerte estoy vivo. Desperté de un coma y me encontré con la amputación. A partir de entonces, a menudo pensaba que no podría hacer todo lo que quería, pero me apasionaba escalar y soñaba con ser un buen escalador.

Urko Carmona sufrió un accidente cuando tenía 16 años. Perdió la pierna derecha.

"Sé qué quiero y lucho por ello. ¡Y que digan misa!"

Urko Carmona nació hace 33 años en Barcelona aunque se considera "un ciudadano del mundo". Se quedó sin la pierna derecha cuando tenía 16 años pero ello no le impidió dedicarse en cuerpo y alma a la escalada. Su pasión le ha llevado a lo más alto, a ser bicampeón del mundo de paraescalada (lo consiguió en 2012 en París y el pasado mes de septiembre en Gijón). Humana está a su lado para que pueda cumplir su nuevo sueño: difundir los valores que transmite el apasionante mundo de las montañas y normalizar la discapacidad.

Humana. ¿Cómo ha surgido la colaboración con Humana?
Urko Carmona. Debido a un interés

mutuo. Yo busco fondos para difundir el mundo de la escalada y el de la discapacidad: la paraescalada. Querría hacer proyecciones, actividades, clases prácticas... en asociaciones de discapacitados. Mi objetivo es motivar a la gente, demostrar que cualquier cosa es posible si se lucha con convencimiento, que cada granito de arena hace una montaña y que los sueños que a priori parecen imposibles se pueden realizar. Entiendo que Humana hace lo mismo, que trabaja con sus proyectos impulsando el progreso de las comunidades de los países del Sur.

H. Tienes una relación estrecha con Joan Martí, alpinista y vicepresidente del Patronato de la Fundación.