



TÚ PARTICIPAS, TÚ HACES MADRID

Boletín de noticias · Octubre 2021

En Voluntari@s por Madrid puedes colaborar en aquello que más te interese, cuando y como quieras: proyectos sociales, medioambientales, deportivos, culturales, etc. Conocerás a personas de todo tipo participando en actividades que favorecen al bien común en tu ciudad.

En este boletín te informamos de actividades que fomentan la solidaridad y el compromiso para con los vecinos y vecinas de la ciudad.

¡Gracias por tu interés en construir una mejor ciudad para tod@s!



POR UN MADRID MÁS ACTIVO Y SOSTENIBLE

Desde el arranque de curso en septiembre, varios han sido los eventos en los que la ciudadanía ha querido involucrarse moviéndose por Madrid de forma saludable y sostenible. El 12 de septiembre Madrid volvió a correr por Madrid. 5.000 personas participaron en esta emblemática cita del calendario deportivo. Otra de las pruebas fue la entrañable Duatlón Familiar de Carabanchel del 19 de septiembre. Todo un éxito de participación en una carrera intergeneracional en parejas y por relevos, a pie y en bicicleta. Pero la gran fiesta del running, fue sin duda, la Maratón Popular de Madrid. Durante el último fin de semana de septiembre, decenas de personas voluntarias atendieron a corredores/as que se acercaban a Expodepor (la feria del deporte) para recoger su dorsal y las instrucciones de la carrera. El domingo 26 tuvo

lugar la prueba estrella del atletismo, que contó con 30 puntos de animación para dar ritmo a la carrera por las calles más bonitas de la ciudad y apoyar a los participantes a superar sus 42 km de recorrido. Más de 400 personas voluntarias apoyaron todos estos eventos deportivos.

El domingo 19 se celebró la SEM'21, Semana Europea de la Movilidad Sostenible. Voluntari@s por Madrid quiso colaborar en las diferentes actividades que el Ayuntamiento había organizado en tres de las grandes plazas de Madrid: Cibeles, Neptuno y Colón. El fin era concienciar a los vecinos y vecinas de los beneficios de una movilidad sostenible en Madrid.

Y ahora, en octubre, toca celebrar la luz y el patrimonio de nuestra ciudad. Bienvenid@s al boletín.



Volvemos: ¡Todos a desayunar!



¡Qué alegría reiniciar un curso más nuestra colaboración con el proyecto Todos a Desayunar de Kellogg's España!

Este año estaremos presentes en colegios de tres distritos madrileños, donde nuestro voluntariado participará y disfrutará con l@s escolares a primera hora del día.

Una gran oportunidad para que más personas voluntarias puedan compartir estos espacios intergeneracionales donde se promueven los hábitos saludables entre los niños y niñas de sus distritos.



Llama y participa en los proyectos que más te interesen, cuando quieras y como quieras

900 777 888

NATURALEZA EN LOS CENTROS ESCOLARES



Comenzamos el mes de la vuelta al cole, y en Voluntari@s por Madrid nos reencontramos con los proyectos en los que colaboramos con infancia y adolescencia. Agroecología, sostenibilidad, cultivos urbanos, son conceptos que cada vez resuenan más. En septiembre 20 personas voluntarias recibieron formación en el Huerto del Retiro para apoyar a los colegios que pertenecen a la

Red de Huertos Escolares. Estos encuentros al aire libre son una oportunidad para vivir experiencias que mejoran el aprendizaje, tanto de los escolares como para el voluntariado que los acompañará. Una oportunidad para que niños/as y personas voluntarias disfruten de un espacio natural en su ciudad e intercambien aprendizajes y experiencias. ¿Te unes? Llámanos al teléfono 900 777 888.





Tres pasos muy fáciles para formar parte del voluntariado

¿Quieres vivir Madrid de verdad? ¿Te apeetece conocer gente, compartir ilusiones y disfrutar mientras mejoras tu ciudad? Solo tienes que seguir estos tres pasos:

Paso 1 Entra en nuestra página web <https://voluntariospormadrid.madrid.es/>

Paso 2 Descubre todos los proyectos activos en los que estamos colaborando.

Paso 3 Rellena el formulario con tus datos y nos ponemos en contacto contigo para informarte sobre cómo puedes participar. O si lo prefieres, llámanos al 900 777 888 y te atenderemos.



LA COMPAÑÍA, FUENTE DE AMISTAD

En Voluntari@s por Madrid somos muy conscientes de que la vecindad mayor de 65 años que vive en nuestra ciudad, en ocasiones, necesita apoyo para realizar las tareas de su día a día y de este modo mejorar su calidad de vida. Por eso es-

tamos trabajando en una innovadora solución de voluntariado que pretende dar respuesta a estas demandas de una forma rápida, directa y de toda confianza. Si quieres participar en este proyecto, puedes llamar al 900 777 888



MADRID, FESTIVAL DE LUZ

Las últimas noches de octubre vamos a colaborar en una brillante celebración. Serán tres noches para disfrutar de una luminosa experiencia gratuita y abierta a todos los públicos por lugares emblemáticos de nuestra ciudad. Porque Madrid lo merece. ¡Nos lo reconoce hasta la UNESCO!





No compres, ¡adapta!

¿Estás pensando tener un amigo nuevo en la familia? No compres, ¡adapta!

Mientras esperan a ser adoptados, los animales son atendidos por varias personas voluntarias que acuden al Centro de Protección Animal del Ayuntamiento de Madrid. Allí les paseamos, jugamos con ellos y tratamos de que no pierdan el contacto afable con los humanos.

Quizás quieras hacer voluntariado con animales tú también. Llámanos y te informamos
Tel: 900 777 888



MADRID OTRA MIRADA



El Ayuntamiento de Madrid volvió a celebrar **'Madrid Otra Mirada'** (MOM) durante los días 15, 16 y 17 de octubre. Se trataba de acercar a la población los mágicos lugares de la capital, su patrimonio histórico, cultural y artístico. Esta iniciativa se

pudo disfrutar gratuitamente a través de visitas guiadas, conferencias, conciertos y exposiciones.

Allí estuvimos Voluntari@s por Madrid para recibir a los visitantes, acompañar a los grupos en las visitas y disfrutar de la experiencia.



¿Dónde estuvimos?

Voluntari@s por Madrid participó en estos quince enclaves:

- 1) Bolsa de Madrid
- 2) Capilla de San Isidro
- 3) Centro de Estudios Hidrográficos
- 4) Consejería de Medio Ambiente
- 5) Escuela de Arte Francisco Alcántara
- 6) Filmoteca española
- 7) Fundación Orcam
- 8) San Jerónimo el Real
- 9) Colegio Oficial de Médicos de Madrid
- 10) La Casa Encendida
- 11) Real Academia de Bellas Artes de S. Fernando
- 12) Real Academia Española
- 13) Senado
- 14) TeamLabs
- 15) Ministerio de Transportes



Comenzamos el nuevo curso

La primera reunión general del grupo para este nuevo curso fue en Navas el 16 de septiembre. Empezamos con ganas de sacarle brillo a las historias y con la ilusión de hacer que los cuentos viajen y aterricen allí donde el público quiera escucharlos y disfrutar con ellos.

En la universidad

El 27 de septiembre tuvimos un encuentro en la Universidad La Salle de Aravaca, con estudiantes que se dedicarán a la Educación Infantil y al Diseño Gráfico. Fue una mañana llena de magia, en donde les transmitimos nuestra experiencia, les llevamos cuentos, canciones y animalitos que utilizamos para narrar a los niños y niñas. El coloquio final con los adolescentes fue muy gratificante.



CUÉNTAME UN CUENTO

Este mes habla Lida, Luz de luna. Estoy en este mundo de la narración desde que comenzó el grupo de Las Mayores También Cuentan, en septiembre de 2002. Desde que inicié mi andar entre cuentos, supe que me subía a un tren mágico con muchas estaciones y que en cada una de ellas esperaba un público de muy variadas edades, con ganas de escuchar y disfrutar con las historias.

Estas estaciones tienen el nombre de guarderías, colegios, institutos, bibliotecas, centros culturales, centros de día, residencias, parques, hospitales, centros para niños especiales... porque los cuentos también sirven como terapia.

Dicen que la distancia más corta entre las personas y la vejez son los cuentos. Con un cuento, se despierta el asombro. Con un cuento, se esboza una sonrisa. Con un cuento, se derrama una lágrima. Con un cuento, nos unimos tú y yo, para soñar y disfrutar.

En el grupo tenemos pseudónimos, una palabra que empieza con la primera letra del nombre, que es personal y escogida por cada una de nosotras. Nos ayuda a memorizar más rápido los nombres, a la vez que los adorna y embellece para los cuentos.

Mi pseudónimo es Lida, Luz de luna. Para mí todos los encuentros son gratificantes, y dejo mi experiencia como cuentera. Me llevo la mochila llena de sonrisas, complicidad y aplausos.



Síguenos en Facebook

El canal de Mancorbo

El sol ha salido, la vida empieza/
El canto del gallo, el cuco, la abuela. /
Los niños dormidos, la casa despierta. /
Vigila el padre, la madre bosteza.

Comienza el día y alguien nos espera... /
¿Dolores de parto? - Sobra la experiencia. /
Lo más importante, el niño que llega. /
Un día tan limpio, buen augurio lleva.

El grito del niño, ¡ay lo que le espera! /
No llores cariño, que mamá está cerca. /
Mi niño ya crece, crece y tropieza, /
la montaña es dura, peñascos y piedras.

Agárrate fuerte, resiste, conserva las fuerzas. /
Mamá, ¡me he caído! - Levanta y observa, que del árbol caído todos hacen leña. /
Tropiezo y me araña, /
Esas son quimeras, levanta, levanta, el triunfo te espera.

-Mamá veo el cielo. /
¿nubes de tormentas? /
- No mamá, son blancas de inmensa belleza. /
Estás ya llegando, la cima está cerca.

- Mamá cuando llegue, ¿luego qué me espera? /
- Te espera la vida, sin mamá ya cerca.

Florencia Bernabé
(Fantasía)



Duatlón familiar en Carabanchel

El gran equipo de Voluntari@s por Madrid colaboró en un entrañable evento deportivo en la ciudad. El II Duatlón familiar de Carabanchel del pasado domingo fue todo un éxito de diversión y participación.

¡Qué magnífica mañana pasamos! Fue una carrera intergeneracional en parejas y por relevos, a pie y en bicicleta. Organizada por la Junta Municipal del Distrito de Carabanchel, contó con la colaboración de 30 personas voluntarias en puntos de avituallamiento y repartiendo mucho ánimo por todo el recorrido.

Estos encuentros entre las personas voluntarias que participan sirven, además, para generar nuevas relaciones y compartir experiencias. ¡Gracias Carabanchel! ¡Gracias voluntari@s!



SEMANA EUROPEA DE LA MOVILIDAD

El domingo 19/09, con motivo de la celebración de la Semana Europea de la Movilidad en Madrid, estuvieron presentes nuestro@s voluntari@s para colaborar en las propuestas del Área de Medio Ambiente y Movilidad en la mejora de la sostenibilidad de nuestra ciudad. Fue un placer informar a la ciudadanía sobre las actividades y participar con las personas que se

acercaron a disfrutar de las exposiciones, talleres y propuestas municipales para avanzar hacia una movilidad más sostenible en nuestra ciudad. Sigue nuestras redes sociales para comprobar lo bien que lo pasamos. Si te apetece implicarte y participar en proyectos para mejorar tu ciudad, no lo dudes, hazte Voluntari@ por Madrid. Llama al 900 777 888.



Unirte a Voluntari@s por Madrid te posibilita colaborar en los proyectos solidarios que más te interesen, cuando quieras y como quieras

900 777 888



Madrid volvió a correr por Madrid

El domingo 12 de septiembre, 5000 participantes salieron a correr en una de las citas más emblemáticas del calendario deportivo.

Fueron 10 km. por el Paseo de la Castellana y Recoletos con varios puntos de avituallamiento en el recorrido y la meta atendidos por Voluntari@s por Madrid: agua, aplausos, ánimos, sonrisas, plátanos y más aplausos. Las 90 personas voluntarias implicadas vivieron una mañana muy animada transmitiendo grandes dosis de entusiasmo, apoyo y energía a los/as corredores.



LA FIESTA DEL RUNNING



El 26 de septiembre fue un día histórico en el que sentimos que Madrid volvía a recuperar su normalidad. Celebramos con mucha ilusión la **EDP Rock 'n' Roll Running Series**. Un evento con tres carreras: maratón, media maratón y 10 kilómetros por las calles más bonitas de la ciudad. Un recorrido por el corazón de la capital, en una auténtica fiesta para los/as corredores y el público con más de 30 puntos de animación que pusieron ritmo a la carrera. Más de 30.000 corredores,

agradecidos por la labor de nuestras 300 personas voluntarias, vecinos y vecinas activas, solidarias que quisieron participar.



En la feria del deporte de IFEMA

Estuvimos en la feria **EXPODEPOR** el 24 y 25 de septiembre desde las 10 h. a las 20 h., colaborando con la organización de la Maratón del

domingo 26/09. Dimos información sobre la carrera, repartimos camisetas, bolsas y también animamos a formar parte de Voluntari@s por Madrid.



PERSONAS VOLUNTARIAS

A Voluntari@s por Madrid, cada persona llega con una historia y una motivación. Conoce a los compañeros y compañeras que forman nuestro equipo y han querido compartir su experiencia.



Teresa lleva haciendo voluntariado desde los 15 años: "Nunca dejaré de colaborar en lo que pueda. Desde antes de casarme, iba yo a "Las Latas", ese descampado donde la gente vivía en chabolas, a ayudar en lo que se pudiera. Hoy en día es Moratalaz". Especialmente le ha gustado estar al lado de personas mayores en varias asociaciones, hospitales, comedores, etc. Durante el confinamiento al que nos llevó la pandemia por COVID, conoció Voluntari@s por Madrid: "Es que todos los grupos en los que par-

ticipaba habían cerrado. Tuvimos muchas bajas por el coronavirus. Pero yo no me podía quedar quieta. Conocí por televisión la labor de acompañamiento telefónico que hacía Voluntari@s y me pareció la mejor opción".

Hace poco le propusimos colaborar presencialmente en tertulias con mayores contra la soledad no deseada y acudió encantada. Le preguntamos de dónde parte su actitud tan solidaria. "Cada uno tiene una motivación para hacer voluntariado. La mía es que he recibido tanto en la vida, una gran familia, amor, salud, cariño..., que no tengo más remedio que compartirlo con los demás. No me lo puedo guardar todo para mí. Y todavía tengo mucho que dar".

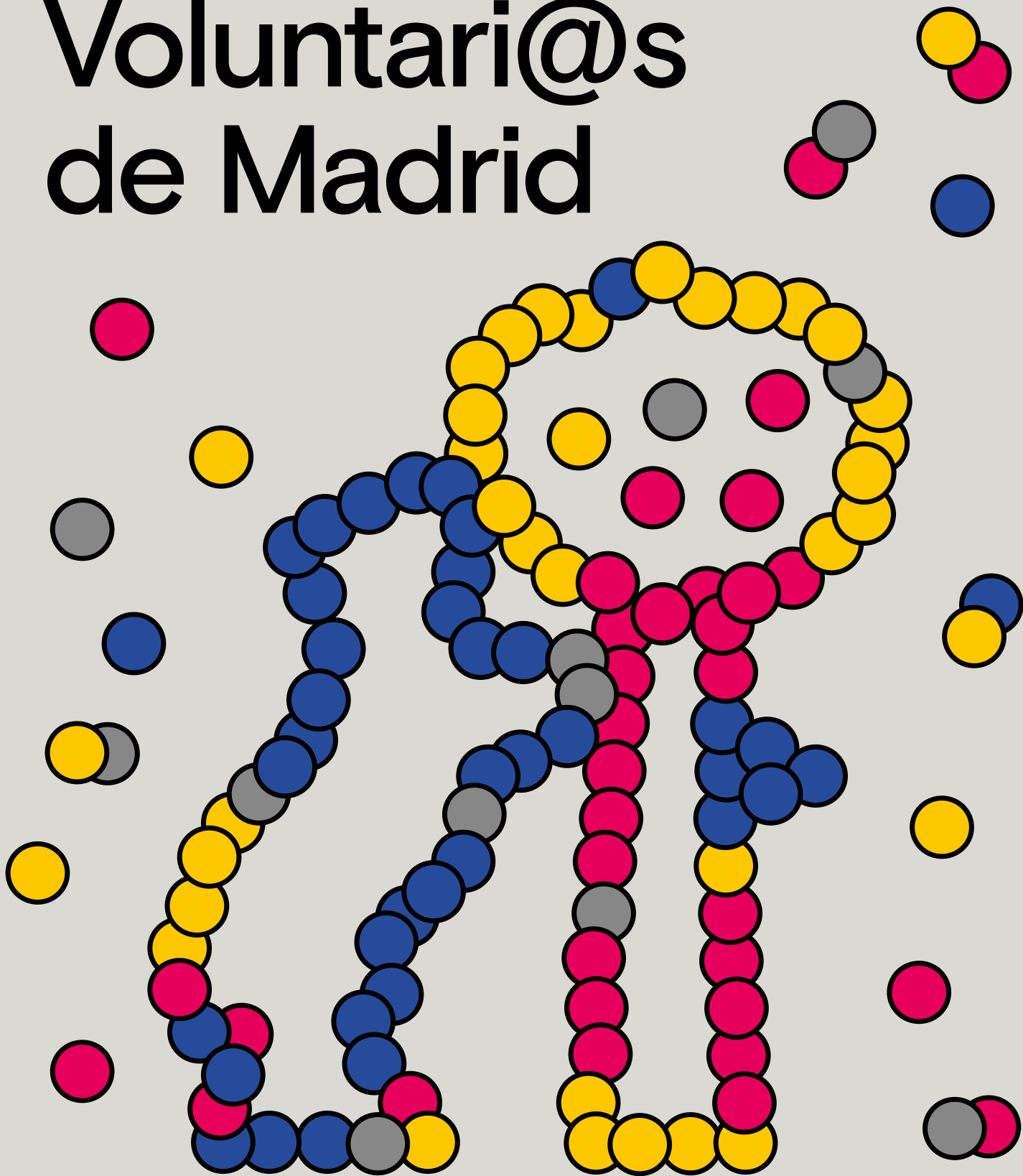
Teresa, con sus más de nueve décadas cumplidas, acude en transporte público allí donde la necesitan. Si te la encuentras por Madrid, recuerda que personas como ella merecen una gran sonrisa.

Daniel, de 47 años, llegó a España en el 2004 desde Rumanía.

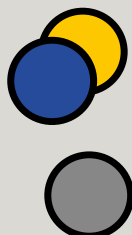
De joven se le daba bien cocinar y en Madrid logró su meta: ser encargado de cocina. En su tiempo libre le gusta hacer voluntariado: "Me encanta participar en eventos deportivos y con menores con alguna discapacidad. Me apunté para la Semana de la Movilidad y también para la maratón del 26 de septiembre. Lo pasé genial. Es una manera estupenda de encontrarme con otra gente y conocer experiencias de otras personas. Cada vez que participo me siento fenomenal. Me aporta una visión más positiva de la vida."



Voluntari@s de Madrid



Mucho más de
lo que te imaginas



¿Te vienes?
900 777 888