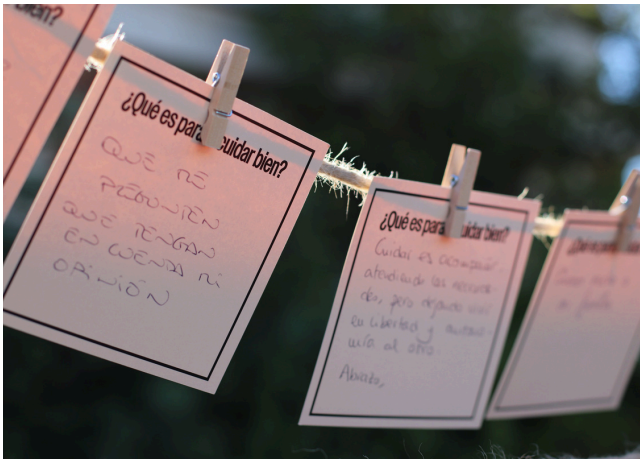
¿TÚ CUIDAS? EN VALLECAS CUIDAMOS

DESCUBRE LAS INICIATIVAS QUE CUIDAN DE NUESTROS BARRIOS



INTRO-DUCCIÓN



Tendal de los Cuidados - Asociación Andecha

En Bloques en Transición trabajamos junto al vecindario de Vallecas para construir barrios más sostenibles, habitables y resilientes frente a los retos actuales. Acompañamos a asociaciones, comunidades vecinales y colegios para impulsar cambios que mejoren nuestra vida cotidiana: consumo responsable, energías renovables, refugios climáticos, patios adaptados al calor, transporte público accesible y de calidad, y protección del entorno natural. Pero ¿de qué sirven estas mejoras si afrontamos los problemas en soledad, cuidar nos agota o las necesidades de muchas personas siguen siendo invisibles? Todas las personas necesitamos cuidados a lo largo de la vida. Somos interdependientes y merecemos barrios donde cuidar y ser cuidadas sea una responsabilidad compartida y sostenida colectivamente. Para lograrlo, necesitamos fortalecer las redes de apoyo vecinal y contar con administraciones comprometidas que garanticen recursos, servicios de proximidad y condiciones dignas para quienes cuidan. Así avanzaremos hacia un reparto más justo de los cuidados.

En Vallecas sabemos bien que los lazos comunitarios son la mejor infraestructura para sostener la vida, transformando los problemas comunes en soluciones compartidas. Las iniciativas que sostienen el tejido social del distrito no siempre son visibles a simple vista, pero están ahí: defendiendo la sanidad y la escuela pública, autogestionando la salud mental colectiva, garantizando el derecho a una vivienda digna, recuperando espacios verdes con huertos urbanos, abriendo refugios de resistencia feminista, combatiendo la soledad no deseada y tejiendo redes de solidaridad día a día.

Este cuadernillo nace con un propósito claro: **visibilizar, mapear y poner en común** los proyectos y espacios de cuidados de nuestro distrito. Queremos que sirva como una herramienta útil para que cualquier vecina o vecino sepa dónde acudir para encontrar apoyo, dónde sumarse para colaborar y cómo seguir haciendo de Vallecas un territorio vivo, solidario y que cuida.

Porque sin cuidados no hay transición justa

CONOCE LAS INICIATIVAS

A3CALLES CUIDADOS EN TERRITORIO

Cooperativa de socias consumidoras de cuidados que trabaja de manera activa para situar la sostenibilidad de la vida en el centro del distrito de Vallecas. Promueve el arraigo territorial, la corresponsabilidad ciudadana y el trabajo digno para las profesionales del sector, apostando por la intercooperación y un modelo de empresa cooperativa sin fines lucrativos orientado a la transformación social.

- **Dirección:** Calle Puerto de Viñamala, 15
- **Contacto:** 91 778 60 17 / a3callescuidados@gmail.com / abierto@abiertomadrid.coop
- **Redes sociales:** @a3callescuidados (Instagram) / A3Calles Cuidados en territorio (Facebook)

ASOCIACIÓN VECINAL PALOMERAS BAJAS

Asociación vecinal histórica que lleva desde 1968 transformando el barrio y luchando codo con codo para mejorar las condiciones de vida del distrito. Es un espacio de organización frente a las problemáticas comunes que aloja proyectos vitales como los *Martes de Juego y Más*, el *Grupo de Crianza Compartida* y la *Asamblea por una Vivienda Digna en Vallekas*, donde vecinas, vecinos y colectivos se unen activamente para defender el derecho al techo.

- **Dirección:** Travesía Felipe de Diego, 31, posterior
- **Contacto:** avpalomerasbajas@gmail.com
- **Web:** avpalomerasbajas.es

ABIERTO HASTA EL AMANECER

Cooperativa de trabajo de iniciativa social y sin ánimo de lucro en activo desde 2002. Desarrolla proyectos comunitarios dirigidos a mejorar las condiciones de vida de personas en situación de desigualdad, impulsando la autonomía y la empleabilidad a través de la formación laboral, el emprendimiento cooperativo en el ámbito de los cuidados y el acceso a competencias y educación digital.

- **Dirección:** Calle Puerto de Viñamala, 15
- **Contacto:** 91 778 60 17 - 675 91 88 52 / abierto@abiertomadrid.coop
- **Web y redes:** abiertomadrid.coop / @abiertomadridcoop (Instagram) / @ahacooperativa (Mastodon)

ASOCIACIÓN EPALV



Entidad sin ánimo de lucro volcada en garantizar el derecho de todas las personas adultas a una formación integral a lo largo de la vida. Promueve la igualdad y la solidaridad a través de alternativas educativas abiertas que incluyen una escuela de otoño, un grupo de memoria democrática y talleres compartidos sobre literatura, escritura, cine, divulgación científica, historia del arte o recorridos colectivos por Madrid.

• **Dirección:** Lunes o martes por la tarde en la sede de la AV Palomeras Bajas (Trav. Felipe de Diego, 31 posterior)
• **Contacto:** 640 17 08 88 / asociacionepalv@gmail.com
• **Web:** asociacionepa.blogspot.com

ASOCIACIÓN GANDALF

Entidad sin ánimo de lucro nacida en 1985 para dar respuesta a las necesidades sociales de Vallecas mediante la acción de personas voluntarias de la comunidad. Su finalidad es crear espacios educativos, preventivos y de desarrollo personal y comunitario a través de actividades como ludoteca, apoyo escolar, costura creativa, recorridos didácticos y talleres de estimulación cognitiva, informática, inglés o español para personas adultas.

- **Dirección:** Calle Rafael Fernández Hijicos, 2 (Local 4)
- **Contacto:** 91 380 66 04 / gandalflf@hotmail.com
- **Redes:** @acgandalf (Instagram) / Asociación Cultural Gandalf (Facebook)

ASOCIACIÓN LAKALLE

Colectivo social centrado en acompañar a las personas jóvenes de Vallecas para impulsar sus procesos formativo-laborales, defender sus derechos y construir barrio desde la participación y la comunidad. Apuestan por el cuidado a través de la creación de espacios seguros de escucha, aprendizaje colectivo, apoyo socioeducativo y ocio activo.

- **Dirección:** Calle Javier de Miguel, 92
- **Contacto:** 91 778 28 22 / programas@lakalle.org
- **Web:** lakalle.org / @lakalleasociacion (Instagram)

COOPERATIVA FAMYLIAS

Cooperativa de iniciativa social y sin ánimo de lucro enfocada en la inserción social y laboral de personas en situaciones de vulnerabilidad. A través de clases de costura con enfoque de moda sostenible, mercadillos de ropa de segunda mano, talleres de reciclaje y programas de acompañamiento laboral, genera recursos que visibilizan la diversidad como base de riqueza y crecimiento social.

- **Dirección:** Bulevar de la Naturaleza, 10-D (Local 2)
- **Contacto:** 691 440 475
- **Web y redes:** famylias.org / @famylias (Instagram) / Famylias (Facebook)

HUERTO URBANO COMUNITARIO "UTOPÍA"

Espacio verde y vecinal sustentado sobre los principios sociales y medioambientales de la AV Puente de Vallecas - San Diego. Transforma zonas degradadas en lugares de utilidad colectiva que mitigan el efecto del cambio climático, ofreciendo un entorno terapéutico, lúdico y de aprendizaje agrícola donde la infancia y las personas adultas del barrio tejen lazos comunitarios.

- **Dirección:** Avda. Palomeras, esquina con C/ Juan Mazo
- **Contacto:** huertoutopiavk@gmail.com
- **Nota:** Aunque para trabajar los bancales se requiere formar parte activa del huerto, el espacio siempre está abierto a visitas para explicar el proyecto a cualquier persona interesada.

LA COMALA

Cooperativa feminista de trabajo asociado constituida principalmente por mujeres migradas que opera desde 2017. Presta servicios profesionales de limpieza y cuidados a domicilio bajo los principios de la economía social y solidaria, dignificando el empleo doméstico y fomentando espacios formativos y comunitarios que promueven el apoyo mutuo y la corresponsabilidad de los cuidados.

- **Dirección:** Calle Melquiades Biencinto, 7
- **Contacto:** 657 183 457 / lacomalascm@gmail.com
- **Web y redes:** lacomala.org / @lacomalascm (Instagram) / La Comala SCM (Facebook)

LA CASA DE LAS MUJERES DE VALLECAS

Un espacio feminista de encuentro, acogida, resistencia y acompañamiento mutuo pensado para todas las mujeres del distrito, libre de cualquier tipo de discriminación. Un refugio comunitario autogestionado donde tejer redes de apoyo cotidianas, sanar en colectivo y construir comunidad desde la base.

- **Dirección:** Calle Diligencia, 10 (entrada por C/ Volver a Empezar)
- **Contacto:** 653 53 92 12 / casademujeresvk@gmail.com
- **Más info:** linktr.ee/Lacasadelasmujeresvallekas

LIBRERÍA MUGA

Librería de barrio de referencia que funciona como un auténtico dinamizador cultural y social en el distrito. Además de la venta de libros, ofrece una completísima agenda mensual autogestionada que incluye presentaciones de libros, recitales de poesía, cursos, tertulias literarias y cuentacuentos para todas las edades.

- **Dirección:** Avda. de Pablo Neruda, 89
- **Contacto:** 915 07 90 85 / info@publimuga.com

NODO DE LA VILLANA / DESPENSA SOLIDARIA

Red de vecinas y vecinos del barrio organizada bajo la convicción de que la alimentación es un bien básico y un derecho fundamental, independientemente de la renta de cada persona. Frente a las lógicas de la caridad, defiende la justicia social y una vida digna mediante asambleas abiertas y repartos quincenales de alimentos autogestionados.

- **Dirección:** Calle Sierra de Alquife, 12
- **Contacto:** despensasoldc@gmail.com

ORGULLO VALLEKANO

Asociación vecinal autogestionada que trabaja desde 2017 por la visibilidad, los derechos y el apoyo mutuo del colectivo LGTBIAQ+ en Puente de Vallecas. Libre de patrocinios y de forma combativa, defiende un barrio inclusivo y diverso a través de la cultura, el deporte y el arte popular, impulsando la marcha anual del Orgullo y el festival cultural comunitario TetaFest.

- **Dirección:** Calle Pico Cejo, 60 (Local 1)
- **Contacto:** orgullovallekano@gmail.com
- **Web y redes:** orgullovallekano.org / @orgullovallekas (Instagram) / Orgullo Vallekano LGTBIAQ+ (Facebook) / @orgullovallekano (Mastodon y Bluesky)

PLATAFORMA POR LA ESCUELA PÚBLICA DE VALLECAS

Espacio de encuentro asambleario y acción colectiva que une a la comunidad educativa vallecana (profesorado, familias, alumnado y tejido vecinal). Su actividad se enfoca en defender, visibilizar y dignificar la calidad de los centros educativos públicos del distrito frente a las lógicas de privatización.

- **Lugar de reunión:** AV Palomeras Bajas (Trav. Felipe de Diego, 31 posterior)
- **Contacto:** plataformadevallekasxep@gmail.com
- **Redes:** @EscPublicaVK (X) / @escpublicavk (Instagram)

PLATAFORMA POR LA SANIDAD PÚBLICA DE VALLECAS

Plataforma activa desde 1994 que aglutina a asociaciones vecinales, colectivos sociales y organizaciones políticas del distrito. Su objetivo principal es la movilización vecinal para defender, blindar y mejorar una sanidad pública, universal, gratuita, digna y de calidad en todos los barrios de Vallecas.

- **Contacto:** sanidadpublicavallecas@gmail.com
- **Redes:** @sanidadpublicavallekas (Instagram)

PSICOLOGÍA PARA TOD@S



Espacio de encuentro presencial y psicoeducativo vecinal que se reúne quincenalmente en la AV Palomeras Bajas. Desde 2022, este proyecto busca acercar herramientas teóricas y prácticas para potenciar el desarrollo personal, el autocuidado, la salud mental colectiva y el apoyo mutuo sin tratarse de una terapia formal.

- **Dirección:** AV Palomeras Bajas (Trav. Felipe de Diego, 31 posterior)
- **Contacto:** elsasierragarcia@gmail.com (Elsa) / isabelsanz10@yahoo.es (Isabel)

SOMOS PALOMERAS



Red vecinal de apoyo mutuo nacida en 2020 al calor de Somos Tribu VK. Articula la solidaridad del barrio mediante asambleas abiertas e itinerantes basándose en tres pilares esenciales: deporte popular para causas sociales, una escuela popular autogestionada con actividades culturales y rutas históricas, y un valioso proyecto vecinal de acompañamiento a personas en situación de soledad no deseada.

- **Dirección:** AV Palomeras Bajas (Trav. Felipe de Diego, 31 posterior)
- **Contacto:** 626 81 76 96 (Alberto) / somospalomeras@gmail.com
- **Redes:** @somospalomeras (Instagram y TikTok) / Somos Palomeras (Facebook)

VALLEKAS SOSTENIBLE



Colectivo vecinal y ecologista que trabaja por un Vallecas más verde, habitable, saludable y accesible para todas las personas. Defiende activamente el derecho vecinal al espacio público, la movilidad sostenible y la adaptación climática de los barrios madrileños bajo criterios irrenunciables de justicia social y equidad.

- **Contacto:** 666 668 163 (Rubén) / 637 765 091 (Manu) / vallekassostenible@gmail.com
- **Redes:** @VKSostenible (Instagram, X y Bluesky)

VECINAS MOLONAS



Red informal de comunicación, socialización y ayuda mutua articulada a través de un grupo vecinal de WhatsApp. Está pensado para compartir planes de ocio en Vallecas, expresar libremente necesidades cotidianas o sentires y buscar compañía. Es un espacio autogestionado, seguro y libre de juicios.

- **Acceso:** Al tratarse de un entorno seguro de confianza, el acceso al grupo se gestiona bajo invitación de alguna persona que ya participe dentro del mismo.

VEGUITERRÁNEO

Proyecto cooperativo de catering 100% vegano para todo tipo de eventos que concibe la alimentación bajo un fuerte compromiso ético. Elabora menús personalizados utilizando ingredientes frescos procedentes de la huerta ecológica local, entendiendo la gastronomía como una apuesta por la sostenibilidad, el respeto animal y la responsabilidad medioambiental.

- **Contacto:** 671351537 / cooperativaveguiterraneo@gmail.com
- **Web y redes:** veguiterraneo.es / @veguiterraneo_ (Instagram) / Vegiterráneo (Facebook)

Las iniciativas que aparecen en este folleto son solo una pequeña muestra de los muchísimos colectivos, redes y proyectos que sostienen el distrito día a día. Te invitamos de corazón a seguir informándote a través de tus vecinas y vecinos, a acercarte y participar en las asociaciones vecinales de tu barrio y a sumarte activamente a hacer comunidad en tu entorno más cercano.

CONTÁCTANOS

tangente.coop/bloques-en-transicion/
oficinadetransicion@tangente.coop
@bloquesentransicion (Instagram y Facebook)

Iniciativas vecinales para avanzar hacia barrios más justos y sostenibles
BLOQUES EN TRANSICIÓN

Tangente
ESS intercooperación

Colabora:
A.V. PALOMERAS BAJAS

Este proyecto cuenta con el apoyo financiero del:
GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO Y AGENDA 2030
DIRECCIÓN GENERAL DE AGENDA 2030
AGENDA 2030