

Compromiso Solidario

Nº 114 Publicación de Cáritas Madrid Mayo 2024



Abriendo caminos de esperanza
Campaña del Día de Caridad 2024

Elogio de la Caridad

La importancia
de la mirada que
ponemos en el otro

PORTADA

Abriendo caminos de esperanza

CARTA DEL DIRECTOR página 3



CARIDAD página 4

Elogio de la caridad

La caridad además de traducirse en actos y en obras de misericordia, constituye un hábito del corazón, un auténtico «estilo de vida» en palabras del papa Francisco.

Por José Luis Segovia Bernabé
Vicario para el Desarrollo Humano Integral



OBSERVATORIO página 6

En 2023, mejoró la economía en Madrid, pero aumentó el porcentaje de personas afectadas por situaciones de carencia material severa

Por el Observatorio Diocesano de la Realidad



ENTREVISTA página 8

Andrea y Sara: juntas abren camino a la esperanza

La cita con Andrea y Sara es en la Vicaría V donde ambas son voluntarias en el Proyecto de Jóvenes. Son dos chicas jóvenes, de altura, tanto física como humanitaria, que visten unas preciosas sudaderas rojas diseñadas por el equipo.

Por María José Álvarez López



REPORTAJE página 12

Algo bueno sucederá

Hablamos de una de las tres virtudes teologales, esa que se basa en confiar en la gracia divina para obtener la salvación. A esta virtud se suman la fe y la caridad, siempre presentes en la labor social de Cáritas Madrid.

Por María Ángeles Altozano



ARTÍCULO página 14

La sonrisa de un ángel

Ella es la representación de los ángeles que atienden a las personas que se acercan a Cáritas.

Por Esperanza Salomón
Voluntaria en Cáritas Madrid

OPINIÓN página 15

Porque de ellos es el reino de los cielos

Desde mi rincón
Por Santos Urías



NUESTRA 'CASA COMÚN' página 15

El cuidado de nuestra 'Casa Común'

Si no prestamos atención y no afrontamos adecuadamente las causas que tienen que ver con la degradación natural, no podremos afrontar adecuadamente sus efectos.

Por la Comisión de Ecología
Integral de Cáritas Madrid



BIENESTAR página 16

La importancia de la mirada que ponemos sobre el otro

Para poder frenar y reducir el racismo es necesario que nos convirtamos en detectores de la discriminación.

Por Laura María Del Hoyo Expósito
Psicóloga colegiada n.º M-40331



CINE página 18

«Civil war» o ¿cómo hemos llegado hasta aquí?

Nos encontramos imbuidos en medio de una guerra, sin tomar partido, una *road movie* en la que atravesamos el drama, el terror, el conflicto e incluso la comedia.

Por Juan José Gómez-Escalonilla Arellano



RECETA página 19

Gazpacho de mango con arena de jamón

Carifood, la empresa de inserción laboral de *catering* que promueve Cáritas Madrid, nos propone un gazpacho diferente, en vez de con tomate o sandía, con mango.



EL MURO página 20

Un canal abierto a la participación. Atrévete a cruzar el muro, publicaremos tus poemas, fotos o posts favoritos.



FLASH ACTUALIDAD página 22

Conoce nuestros proyectos, eventos, campañas, iniciativas...



Carta del director

«**JUNTOS ABRIMOS CAMINOS DE ESPERANZA**», el lema de este año con motivo del Día de Caridad quiere ayudarnos a que nos situemos en cómo realizar la preciosa misión a la que hemos sido llamados. Los agentes de Cáritas acompañamos a las personas que acuden a la Iglesia buscando apoyo y ayuda. Acompañamos desde el compromiso que nace impulsado por el Espíritu. Las palabras de Jesús en el capítulo 25 del evangelio de Mateo, resuenan con fuerza en nuestro interior «... cada vez que lo hicisteis con un hermano mío de esos más humildes, lo hicisteis conmigo» (Mt 25, 40). Caminamos junto a ellos dejándonos conducir por Dios, abriendo caminos de esperanza.

Como es habitual en estas fechas, próximos al Día de Caridad presentamos la memoria del 2023 en la que reflejamos que hemos acompañado las necesidades de 119704 personas, fundamentalmente por medio de las Cáritas parroquiales y 416 proyectos y servicios. Como seguramente sabéis, las realidades que aparecen reiteradamente están ligadas a la carencia de vivienda o de empleo. Unido a esto, son personas que precisan asesoramiento en trámites administrativos o de formación; jóvenes con ganas de recuperar la ilusión por una profesión con futuro; personas mayores que se sienten solas; personas con problemas de salud; o madres que están solas al cuidado de sus hijos. Nos hemos esforzado en hacer nuestra función con calidez, empatía y cariño.

Somos conscientes de que en este camino ha sido fundamental la **SOLIDARIDAD** en mayúsculas de una gran parte de la sociedad madrileña. Una solidaridad que tiene nombres propios. Son los nombres de las personas donantes y entidades colaboradoras, cuyo apoyo se mantiene cada año, en unión con los voluntarios, contratados, comunidades de vida, religiosas, sacerdotes... Entre todos, unidos a los que acuden a nosotros, hacemos Cáritas. Cada uno aporta un toque especial por el que damos gracias a Dios.

Nuestro compromiso con las personas incluye también el cuidado de la 'Casa Común', como tantas veces nos recuerda el papa Francisco. En este sentido, hemos ampliado la red de tiendas de reutilización y reciclaje textil Moda Re-; ya son 7 tiendas en la capital, a las que se suma otra en Collado Villalba y 6 *corners* en hipermercados. Gracias al proyecto textil se contribuye a la sostenibilidad del planeta con la reutilización de más de 132000 prendas. Así mismo, hemos continuado con el programa de instalación de paneles fotovoltaicos en nuestros centros para incrementar el uso de energías verdes.

Finalmente, con motivo del Corpus Christi, el jueves 30 de mayo Cáritas diocesana de Madrid celebra el día de la Caridad. Es un buen momento para interiorizar que «es necesario entrar en ese AMOR que no se puede retener porque siempre necesitamos darlo y aprenderlo y dejarnos conducir por Él» (homilía del cardenal Cobo en la Eucaristía del envío de Cáritas del 8 de mayo de 2024).

Un abrazo agradecido,

Luis Hernández Vozmediano
Director Diocesano de Cáritas de Madrid

Elogio de la caridad

Por José Luis Segovia Bernabé
Vicario para el Desarrollo Humano Integral

«A los que aman a Dios todo les sirve para el bien»

(Rom 8, 28)

«SI TE FALTA TIEMPO para estudiar todas las páginas de la Escritura y descubrir sus secretos, simplemente practica la Caridad [...]. Sin ella, el más rico es pobre, y con ella el pobre es rico. La Caridad es la que nos da paciencia en las aflicciones, moderación en la prosperidad, valor en las adversidades, alegría en las obras buenas; ella nos ofrece un asilo seguro en las tentaciones, da generosamente hospitalidad a los desvalidos, alegra el corazón cuando encuentra verdaderos hermanos y presta paciencia para sufrir a los traidores». ¹

En estos términos tan hermosos expresaba el «argelino» San Agustín el significado de la caridad. La llama «el alma de la Escritura». Por eso, pudo concluir: «Ama y haz lo que quieras». Siglos después, *Deus Caritas est*, la encíclica de Benedicto XVI, constituye uno de los más hermosos cantos a la primera de las virtudes teologales.

Destaca en primer lugar que la caridad no se puede delegar en otros; pertenece a la naturaleza de la Iglesia y «es manifestación irrenunciable de su propia esencia» (DCE 25a). Ello parte de que «cerrar los ojos ante el prójimo nos convierte en ciegos ante Dios» (DCE 16).

Por otra parte, aunque en otros momentos haya podido ser un paliativo liviano de la injusticia, hoy las relaciones entre justicia y caridad son percibidas de un modo nuevo. En particular, el rescate de la noción de «caridad política» por el papa Francisco expresa a la perfección la vocación transformadora y universalista de esta virtud teologal.

La caridad organizada será siempre necesaria. Lo mismo que la coordinación intra y extraeclesial (cf. DCE 30). Pero servirá de poco sin la efectiva amistad con los pobres. La incondicionalidad abre el corazón «one to one» y hace de puerta de entrada a una comunidad cristiana habitable por las personas vulnerables.

«El imperativo del amor al prójimo» debe llevarnos a poner a las personas siempre en el centro. La proximidad, el conocimiento cabal de la realidad, su acompañamiento efectivo y no retórico y el ubicarnos existencialmente de parte de los pobres resultan imprescindibles. Por eso, la caridad además de traducirse en actos y en obras de misericordia, constituye un hábito del corazón, un auténtico «estilo de vida» en palabras del papa Francisco.

En una organización identitariamente voluntaria como Cáritas, proyección de la vida teologal de la comunidad cristiana, «los pobres son nuestros señores y maestros». Por eso, las imprescindibles competencias y habilidades técnicas nunca pueden ahorrarse el ponerse a la escucha del magisterio de los más vulnerables. Esa escucha requiere atención cordial, acogida que brota del corazón, dispuesta a implicarse, complicarse y, si es el caso, replicar ante las instancias que toque reclamando sus derechos.

No cabe engañarnos ni espiritualizar. Santa Teresa de Jesús, maestra de oración, cuestionaba a sus cohermanas que andaban «muy diligentes a entender la oración que tienen y muy encapotadas cuando están en ella... [y] cuan poco entienden del camino por el que se alcanza la unión con Dios y piensan que está allí todo el negocio. Que no, hermanas, no; obras quiere el Señor; y que si ves una enferma a quien puedas algún alivio, no se te dé nada de perder esa devoción y te compadezcas de ella»².

Esa compasión evitará ver tan tempranamente la faz de Cristo en el pobre que le impida encontrarse con el rostro concreto y la historia de la persona sufrien-

¹ *Sermo* 350, 2-3.

² *Moradas Quintas*, cap. III.

«La proximidad,
el conocimiento
cabal de la realidad,
su acompañamiento
efectivo y no retórico
y el ubicarnos
existencialmente
de parte de los
pobres resultan
imprescindibles»

te y sus circunstancias. El encuentro personal es siempre la llave maestra de la caridad. Precisa la audacia de ponerse a tiro del otro y en horizontal. Solo así la otra persona será un don para mí (aunque incordie a veces) y yo seré un regalo para ella.

El nexo necesario entre evangelización y obras de caridad debe evitar tanto el silenciamiento vergonzante de la propia identidad como el proselitismo que cosifica al destinatario y devalúa la gratuidad. No te hago rezar para darte algo. Más bien me doy porque rezo. Unas veces serán precisas las palabras: otras dejar que el amor en silencio actúe (cf. DCE 31c).

La caridad rehúye la instrumentalización ideológica. También evitará toda forma de excusas y burocracia que impida presto abajarse de la propia cabalgadura para montar en ella al apaleado. Si el encuentro es la clave de la caridad, la humildad es el código secreto que lo facilita. Porque se puede asfixiar al otro también a base de generosidad unilateral. Hay que favorecer siempre su protagonismo y su responsabilidad.

La caridad se integra armoniosamente con el resto de las dimensiones de la vida creyente: la transmisión de la fe, la celebración, la oración, la vida comunitaria... Por fin, la caridad hace lo posible por mejorar el mundo y con humildad confía el resto a Dios (DCE 35). 



En 2023, mejoró la economía en Madrid, pero aumentó el porcentaje de personas afectadas por situaciones de carencia material severa

*Observatorio Diocesano
de la Realidad
Cáritas Diocesana
de Madrid*

En 2023, Cáritas Diocesana de Madrid atendió a 119 704 personas. De ellas, el 49 % acudieron a Cáritas por primera vez.

LA COMUNIDAD DE MADRID es uno de los territorios más ricos de España, es la comunidad autónoma con el PIB más elevado y también la primera en PIB per cápita. En 2023, la renta media por persona creció un 6 % hasta 19 041 euros anuales (18 % superior a la media de España). La tasa de desempleo se redujo hasta el 9,7 %, lo que afectó a 361 000 personas (menos del 16 %). Su población creció hasta alcanzar los 7 000 621 habitantes (más de un 2%).

Esta realidad contrasta con que, según los datos del INE, todavía el 19,4 % de la población se encuentra en riesgo de pobreza o exclusión social y ha aumentado el porcentaje de población en situaciones de carencia material severa. A continuación, señalamos cómo



ha cambiado el porcentaje de personas afectadas por dificultades vinculadas a la carencia material severa:

- El 5,7 % no puede permitirse una comida de carne, pollo o pescado al menos cada dos días (+26,7 % respecto a 2022).
- El 19,4 % no puede permitirse mantener la vivienda con una temperatura adecuada.
- El 34 % no tiene capacidad para afrontar gastos imprevistos (+8,6 % respecto a 2022).
- El 12,5 % ha tenido retrasos en el pago de gastos relacionados con la vivienda principal (hipoteca o alquiler, recibos de gas, comunidad...) en los últimos 12 meses (+22,5 % respecto al año anterior).

¿CÓMO ES POSIBLE QUE AUMENTE EL PORCENTAJE DE POBLACIÓN EN SITUACIONES DE CARENCIA MATERIAL SEVERA SI HA MEJORADO LA SITUACIÓN ECONÓMICA?

Aunque los principales indicadores económicos han mejorado en la Comunidad de Madrid durante 2023, hay factores que están llevando a que una parte de la sociedad madrileña se esté descolgando cada vez más del resto.

Uno de estos factores es la inflación. Pese a que la escalada de precios se moderó en 2023, la subida de precios acumulada durante los últimos años está perjudicando especialmente al sector de población con menos oportunidades y trabajos más precarios.

Otro factor importante es el precio de la vivienda, especialmente de los alquileres. En 2023, el precio de los alquileres subió un 11,9 % respecto al año anterior en la Comunidad de Madrid (13,6 % en el municipio de Madrid). Es un problema para muchas familias que sigue agravándose, con una tendencia alcista desde 2022. Sigue aumentando el número de personas y familias que se ven obligadas a vivir en habitaciones alquiladas. La cobertura de necesidades relacionadas con la vivienda supuso el 59 % del gasto en ayudas directas de Cáritas.

También parece estar influyendo en el aumento de las situaciones de carencia material severa la dificultad para acceder al empleo de las personas recién llegadas a España y que se encuentran en situación administrativa irregular.

Los factores anteriores y otros han llevado al aumento del porcentaje de población afectada por carencia material severa a pesar de la mejora de los datos globales de empleo.

¿A QUIÉNES Y CÓMO HEMOS ACOMPAÑADO?

En 2023, Cáritas Diocesana de Madrid atendió a 119704 personas a través de 383 Cáritas parroquiales y 353 proyectos. El 49 % era la primera vez que acudían a Cáritas. Las nacionalidades más frecuentes entre las personas que acuden a Cáritas son la española, la peruana, la colombiana y la venezolana.

Los proyectos de atención directa a personas se han desarrollado en diferentes áreas: atención a familias en situación de dificultad social, menores, jóvenes, adultos, mujeres, personas mayores, desempleadas, en situación de exclusión residencial, con problemas de adicción, hospitalizadas, con enfermedad mental, en centros penitenciarios y en asentamientos chabolistas (Cañada Real).

Para apoyar el acompañamiento a las personas en situaciones difíciles, se entregaron 31904 ayudas por un importe de 8590962 euros. Este dato engloba la atención desde la red de parroquias y la atención desde otros proyectos y servicios de Cáritas Madrid. El acompañamiento va más allá de la ayuda asistencial, pues ofrecemos un acompañamiento integral que pone en el centro a la persona y se adapta a su situación específica. Además de apoyar en la cobertura de necesidades básicas, apoyamos a las personas para su autonomía y el acceso a derechos (vivienda, empleo, salud, formación).

Así mismo, la actuación de Cáritas no se limita a la atención directa a las personas. Aspiramos a la construcción de una sociedad más justa. Por ello, se han desarrollado también actuaciones de análisis de la realidad social, sensibilización, promoción del voluntariado y coordinación con la Administración pública y otras entidades sociales; todas ellas necesarias para colaborar en la transformación social.

¿QUIÉNES LO HAN HECHO POSIBLE?

Esta labor de acogida y acompañamiento ha sido posible gracias a la colaboración de más de 9000 personas voluntarias, la solidaridad de las comunidades cristianas y la colaboración de 17845 personas donantes. El 85 % del presupuesto empleado provino de aportaciones voluntarias y el 15 % del IRPF y subvenciones de la Administración pública. 



Andrea y Sara: juntas abren camino a la esperanza

Por María José Álvarez López

La cita con Andrea y Sara es en la Vicaría V donde ambas son voluntarias en el Proyecto de Jóvenes que coordina la educadora social Laura Menéndez. Son dos chicas jóvenes, de altura, tanto física como humana, que visten unas preciosas sudaderas rojas diseñadas por el equipo y de las que dicen que «son superchulas».

Las dos llevaban caminos distintos, pero sus vidas se cruzaron a través del voluntariado.

ANDREA NOS CUENTA que cuando Laura Menéndez hizo una sensibilización en su colegio, ella ya pensaba en hacer voluntariado, siempre había querido ayudar. «Aunque desde que estoy en Cáritas ya no digo ayudar, sino acompañar; acompañar a las personas y poder darles una parte de mí». Estaba en segundo de Bachillerato, muy centrada en la EBAU, pero las vibras de Laura, nos dice, crearon la conexión que la enganchó al voluntariado. Cuenta que Cáritas le ha aportado mucho conocimiento y ver su vida con otros ojos apreciando realidades que antes solo imaginaba y con las que ahora está en contacto.

En la actualidad, con 19 años, estudia segundo de Ingeniería Biomédica, le gustan las matemáticas, la física, la biología... y el acceso a demostraciones científicas de por qué las cosas se mueven en un sentido y no en otro. Los viernes atiende como voluntaria a adolescentes con los que realiza actividades de ocio, «es importante abrirles mundos fuera de su barrio, la semana pasada fuimos a la zona del Palacio Real y el Templo de Debod, y alucinaban. También hablamos de temas más controvertidos que les ayudan a conocer otros puntos de vista. Si estableces una relación de cariño y confianza, te escuchan». Los sábados acompaña a los niños, salen a jugar, hacen talleres y manualidades y también forma parte del equipo de sensibilización que da charlas en los colegios. Andrea compagina su voluntariado con una

«Desde que estoy en Cáritas ya no digo ayudar, sino acompañar; acompañar a las personas y poder darles una parte de mí»

carrera universitaria muy exigente, «y no tiene ojeras», comenta Sara con una carcajada, mientras Andrea explica que para todo hay tiempo, que lo importante es organizarse y que trabaja bien bajo presión, porque **«el voluntariado es una parte fundamental de mi vida y procuro que no desaparezca. En todo lo que me pueda comprometer voy a estar allí. Yo tengo un compromiso con mis niños»**.

Le pregunto por el futuro y confiesa que antes lo tenía más claro, pero ahora prefiere no pensar a largo plazo. Lo que le da seguridad es saber que el camino que está recorriendo es el correcto, que está haciendo las cosas bien. Le encantaría llegar a ser ingeniera o ¡controladora aérea! y seguir con su voluntariado. Confiesa que en un futuro le gustaría poder ayudar en un proyecto como «Nazaria baja a la calle» para mujeres jóvenes sin hogar, que visitó hace unos meses y del que habla entusiasmada.

Sara, que también tiene 19 años, entró en contacto con Cáritas Madrid a los 16 para hacer un curso de premonitores de ocio y tiempo libre y, cuando lo terminó, le propusieron (otra vez la mano de Laura Menéndez) hacer voluntariado en alguno de los espacios socioeducativos para menores. **«Yo iba sin saber lo que me iba a encontrar y ya desde el primer día flipé; vi algo que no había visto nunca, realidades totalmente diferentes, me vi como la persona que tenía que acompañar a un grupo de niños con necesidades concretas en actividades de ocio en un barrio, Villaverde, muy distinto al mío. Cuando lo ves, impacta más»**.

Sara reconoce que sin conocer estas realidades nunca se hubiera planteado ser voluntaria, y menos con 16 años y la cabeza en otras cosas, pero **«el voluntariado ha cambiado mi vocación, lo que voy a estudiar, mi personalidad, lo ha cambiado absolutamente todo»**. Estudia Integración Social en un Instituto de FP, y quiere terminar su formación social graduándose en la universidad.

En el futuro, se ve trabajando como educadora social; no sabe en qué proyecto o con qué colectivos, no se cierra a nada, ha estado con niños, con adolescentes, con mujeres víctimas de trata y con refugiados. Nos habla muy orgullosa del Café Joven: **«Hice el Camino de Santiago con Cáritas Española, conocí voluntarios de diferentes Cáritas diocesanas que cada día contaban los proyectos en los que trabajaban y fuimos cogiendo ideas para implementar aquí»**. Una de ellas es el Café Joven, un espacio de ocio para jóvenes de 18 a 25 años, voluntarios o no, enlazado con un proyecto de educación de calle que consiste en

«El voluntariado ha cambiado
mi vocación, lo que voy a
estudiar, mi personalidad,
lo ha cambiado
absolutamente todo»





«Es muy difícil contar esta conversación con la emoción que Andrea y Sara transmiten, es algo espectacular e increíble en dos jóvenes de 19 años»

salir una vez al mes al encuentro de otros jóvenes en situación de exclusión social, fundamentalmente migrantes sin red familiar o social. «Un domingo al mes nos reunimos a través de un grupo de wasap y preparamos juegos de mesa, vemos películas, hace poco hicimos un taller de cerámica, para conocernos y generar un espacio seguro».

Andrea y Sara cuentan cómo se conocieron; las presentó una integradora social hace más de dos años. Las dos tenían la misma edad y estudiaban segundo de Bachillerato; Sara llevaba algo más de tiempo como voluntaria y, según Andrea, la acogió con los brazos abiertos y desde ese momento establecieron una conexión muy potente. «A día de hoy, Sara ya no es compañera de voluntariado, es amiga». «Yo conocí a Andrea como una compañera e iniciamos una amistad increíble». Ambas reconocen que «tenemos ideas diferentes, pero nos une el voluntariado; nos gusta hacer lo que hacemos, nos une un sentimiento muy bonito». Andrea añade que comparten la manera de ver las realidades y cómo afrontarlas. «Tenemos los mismos

pensamientos sobre las personas, las mismas ideas a lo grande sobre cómo cambiar el mundo o sobre qué hacer para eliminar las dificultades. Vi un buen corazón y esa conexión es preciosa».

Les pregunto por cómo pueden cambiar el mundo; Sara dice que con el hecho de acompañar ya lo están cambiando. «Al principio no me daba cuenta, pero el simple hecho de que un niño o una niña venga y te tenga como referente, como esa persona que está ahí, eso es hacer algo, acompañar y crear momentos que si a mí no se me olvidan, a ellos tampoco, se crea un vínculo muy bonito». Andrea añade que «sobre todo es no quedarte callada; cuando algo te importa, tienes que ir a por ello con todo lo que esté en tu mano. El poder acompañar a esos niños, estar con ellos..., no te puedo explicar lo que siento. Cuando otros no pueden hablar, hablamos por ellos y el que se nos escuche y se sepa lo que queremos cambiar es un gran paso».

Es muy difícil contar esta conversación con la emoción que Andrea y Sara transmiten, es algo espectacular e increíble en dos jóvenes de 19 años que se conocieron ayudando a cambiar el mundo mediante el acompañamiento a los demás. Desde entonces, caminan juntas ayudándose a mantenerse fuertes gracias a la amistad.

Las observo camino arriba hacia la escultura de La Dama del Manzanares, ataviadas con sus sudaderas rojas, mientras Toni Blázquez hace las fotografías que ilustran este reportaje. El sonido de sus risas cómplices va amortiguándose a medida que caminan juntas con la energía y determinación de quienes se atreven a cambiar el mundo abriendo el camino a la esperanza. 



Algo bueno sucederá

Por María Ángeles Altozano

La confianza en que algo deseado sucederá. Es la *sperantia*, ahora la esperanza. Hablamos de una de las tres virtudes teologales, esa que se basa en confiar en la gracia divina para obtener la salvación. A esta virtud se suman la fe y la caridad, siempre presentes en la labor social de Cáritas Madrid.

EN UNOS DÍAS celebraremos el Día de Caridad, donde precisamente renovamos nuestra esperanza. Algo bueno sucederá. Es lo que se infunde a las familias que llaman a nuestra puerta, o a las personas que se acercan a colaborar con nosotros. Es una espera compartida. Algo bueno sucederá si vamos juntos.

Pero no se trata de esperar sentados, se trata de salir al encuentro. Por eso, hablamos de esa puerta que abrimos y de esa marcha que emprendemos. En Cáritas decimos que estamos donde nos necesiten. No hablamos de dónde nos ubicamos físicamente, hablamos de estar en los momentos vitales que atraviesan las personas. Puede ser en un momento de la vida en el que tenemos un problema económico, cuando no encontramos trabajo o no entendemos el idioma, cuando nos quedamos solos, o al cuidado de alguien, ante una pérdida... queremos llegar a estar ahí, a ser posible antes de que se pierda también la esperanza.

El Día de Caridad salimos al encuentro a llevar esperanza. Se colocan más de 500 mesas informativas por todas las calles de Madrid, más de 5000 sonrisas de personas voluntarias reparten ilusión y recogen donaciones. La jornada siempre es larga, y la recompensa más grande todavía. Podemos contabilizarlo en cifras. Pero hagámoslo mejor de momentos. Contémoslo desde la emoción.

Nos colamos en algunos de esos momentos que surgen en torno a este Día. Son momentos que año tras año se repiten, si no iguales, al menos parecidos. Son momentos que nos devuelven y reconcilian con nuestro lado más humano.

«Pero no se trata de esperar sentados, se trata de salir al encuentro. Por eso, hablamos de esa puerta que abrimos y de esa marcha que emprendemos»

«La jornada siempre es larga, y la recompensa más grande todavía. Podemos contabilizarlo en cifras. Pero hagámoslo mejor de momentos»



AMANECE EN UN MADRID donde, pese a las altas temperaturas, se presiente la lluvia. Será inminente. Saldremos aunque haya que regresar pronto. Saldremos aunque sea sin paraguas. Así fueron las primeras horas del Día de Caridad de hace un año. No hubo llamadas de ninguna de las mesas para cancelar la salida. La jornada transcurrió entre nubarrones y claros de solidaridad.

Juan abre a las seis de la mañana la persiana de su bar. Da más pereza que de costumbre madrugar cuando hace frío. Prepara la máquina del café y mira al cielo. Lloverá y vendrán a pedir café caliente o té, aunque sea primavera. Justo en la acera de enfrente Juan ve colocar las mesas. Un año más, son las mesas de los corazones de Cáritas Madrid. Alguien olvidó llevar paraguas —¿quién espera la lluvia en junio?—. Con la mesa puesta y los fo-

lletos salpicados de gotas, tres personas voluntarias sonríen a quienes pasan y regalan pulseras con una mano, mientras con otra se ajustan la capucha del abrigo.

A Juan le conmueve la escena. ¿Cómo pueden pasar frío y mojarse por y para otros? Qué fe les mueve a acercarse ante miradas de frío, prisa o indiferencia. Es entonces cuando abre el toldo de la terraza y les invita a colocar la mesa debajo. Si han de mojarse, que sea poco. Si han de salir al encuentro de quienes pasan por la calle, que puedan resguardarse de la lluvia.

Las personas voluntarias sonríen animadas. Se han descubierto el abrigo. Muchos pasan de largo, y muchos otros valoran el esfuerzo, escuchan lo que tienen que contarles y dejan un donativo. Y un claro se abre en el cielo. Hoy la mesa principal del bar de Juan no es la de los comensales.

A UNOS METROS DE ALLÍ. En otra esquina, la mesa sobre la que se derrama la solidaridad está inundada de flores. Las flores sí son de primavera. Este podría ser un Día de Caridad de mañana soleada donde el aroma a jazmín se extiende por la plaza.

Las flores que hay sobre la mesa este día las envía Ana, cada año, desde hace ya 8 años. Las trae desde la floristería que heredó de su madre. El suyo es un regalo de belleza, agradecimiento y amor. Ana, que ha heredado los ojos de su madre, ha heredado también su generosidad; por eso, cada año, llueva o haga sol, y como siempre con ‘un gracias’, envía un ramito de flores frescas.

«Mi madre —les cuenta a las personas voluntarias de la mesa— estaba muy agradecida a Cáritas Madrid». A la madre de Ana la ayudaron hace tiempo, cuando se quedó sin trabajo y al cuidado de sus hijos. Llamó tímidamente a una puerta que se abrió de golpe. La escucharon, la acompañaron «y, lo más importante —enfatiza Ana—, le hicieron recobrar la autoestima y la confianza en sí misma; saber que podría seguir adelante hasta cumplir el sueño de tener su propio negocio que ha ido floreciendo con el paso del tiempo». Estas flores, dice Ana, no son nada comparado con el cariño que sembraron en sus vidas.

Las cosas bellas por fuera, para adornar de color la desesperanza, la vulnerabilidad, el dolor. La belleza de las flores para decorar la solidaridad del Día de Caridad.

SEGUIMOS MADRID ABAJO. De los barrios del norte, donde son más quienes dan ayuda que quienes la piden, hacia el sur. El sur, que es el final de los caminos, es el principio de quienes menos tienen. En el sur se concentran, por estadística, las familias más humildes. En el sur, se llega a veces, a las fronteras de la pobreza, donde se agotan los sueños y la esperanza.

La esperanza de Toño habita en una de las esquinas del barrio entre cartones. Es una esperanza humilde. Se conforma con conseguir diez euros al día, que recauda en un vaso de plástico pidiendo a quienes pasan por su lado. La historia de su vida se oculta tras unas largas barbas desaliñadas y un pañuelo mal anudado al cuello.

En días como este, cerca de Toño, una mesa del Día de Caridad compete con él por la solidaridad de

quienes pasan por la acera. La moneda caerá, en cualquier caso, del lado de quienes menos tienen. Toño observa a las personas de la mesa, se saludan, ya se conocen del barrio y de otros años.

La jornada avanza. Cae la tarde. Y ambos permanecen en sus puestos de salida. Toño es el primero en recoger. Ya ha 'cumplido'. Tiene, tras diez horas de espera, diez euros en el bolsillo. Saca las monedas, se acerca a la mesa, y las va introduciendo una a una en la hucha de Cáritas. «Sí —dice bruscamente—, sé lo que estoy haciendo». En el Día de Caridad, lo poco que Toño tiene lo entrega orgulloso para quienes como él necesitan de un apoyo, ante el asombro de personas por las que él también se ha sentido acompañado. Y marcha satisfecho y sonriente. La riqueza no reside en lo que uno tiene, sino en lo que no necesita.



REGRESAMOS AL CENTRO de Madrid. Turistas bajan en cascada por Arenal y Gran Vía. Porque bajo la lluvia o sobre un sol abrasador la ciudad bulle. Las mesas del Día de Caridad tienen por estas calles carteles también en inglés. Es una llamada, ante tanto anuncio publicitario, a la solidaridad de quienes nos visitan. En una de esas mesas está Carmen. Hace unos años la acompañaba Luis, su marido. Ahora lo hace junto al resto de las personas voluntarias de esa zona. A media mañana, un joven acompaña a Luis hasta la mesa. Es su hijo. Se han acercado a visitar a Carmen. La mirada de Luis vaga por la mesa, donde hay folletos,

caramelos y huchas. No dice nada. Ya no pregunta. Coge un caramelo y sonríe, mientras su mirada se pierde, quizás tras una ventana del pasado. Luis ha olvidado que no hace mucho tiempo él estaba en esa mesa, saludaba a las personas que se acercaban y les explicaba cómo hacer una donación o en qué proyectos hacer voluntariado. Luis ya no recuerda. Pero en Cáritas Madrid no olvidan que él ha sido durante muchos años presidente de mesa, vital y dicharachero, coordinaba el grupo y luego se encargaba de llevar lo recaudado hasta la vicaría. Lo hacía cada año. Lo ha olvidado. Pero no lo han olvidado

Carmen ni Javier ni María Jesús ni Elena... ni tantas otras personas. Se olvidan los actos, pero no los afectos. Junto a las personas que olvidan quiénes han sido, qué batallas libraron o qué ternura repartieron, hay personas que se encargan de custodiar sus recuerdos para que permanezca viva la esencia de lo que han sido, para que sepan que si no es juntos, no hay camino a la esperanza ni al recuerdo.

Cuando la noche caiga, haremos el camino de regreso recordando las historias de las personas que se entregan con la convicción de que algo bueno sucederá. 

La sonrisa de un ángel

Por Esperanza Salomón
Voluntaria en Cáritas Madrid

SUBO LAS DESGASTADAS escaleras de madera del viejo edificio que alberga el proyecto «Nazaria baja a la calle» de Cáritas Madrid.

Ella abre la puerta siempre con voz firme y alegre, haciéndote saber lo feliz que le hace verte. Aunque su pelo ya ha encanecido y tiene un cuerpo menudo, es el alma del proyecto. Es incansable a pesar del paso del tiempo que delata su rostro.

Es una madre para cada una de las jóvenes que residen en la casa. Está atenta a sus necesidades y siempre tiene una frase de esperanza y aliento para el futuro que les espera.

Ya hace mucho tiempo que dedica su vida a los demás. Pertenece a las Misioneras Cruzadas de la iglesia.

Al mismo tiempo, cuida también de las voluntarias integrándolas en el proyecto y tratando que la casa se convierta en un hogar para todas.

Ella es la representación de los *ángeles* que atienden, en distintos centros, a las personas que se acercan a Cáritas.

Ella es Carmen y su eterna sonrisa. Esa sonrisa que nos devuelve la confianza y la Esperanza.

Mi gratitud a Carmen y a todas aquellas hermanas de distintas congregaciones, *ángeles* que integran algunos centros de Cáritas Madrid. 

La hermana Carmen, una alegre sonrisa gaditana, lleva toda su vida dedicada a los demás. La suya es una vocación religiosa y social. Lleva desde el año 1980 colaborando en programas sociales de Cáritas Madrid, acompañando a familias vulnerables, respetando la diversidad de cada cual, aceptando y tolerando, y brindando amor, escucha y cuidado. Ha pasado por diferentes proyectos entre ellos las acogidas parroquiales, el piso fin de semanas con niños acogidos, el proyecto residencial Santa María del Parral de madres solas con hijos a su cuidado, los talleres con mujeres prostitutas, o como comunidad de vida acompañando a familias del residencial o a las jóvenes de «Nazaria baja a la calle».



Desde mi rincón

Porque de ellos es el reino de los cielos

Por Santos Uriás

Pide en la puerta de un supermercado. No necesita mucho: cada día una pequeña cantidad para sus gastos esenciales. Todo lo demás se hace carga en la mochila y peso innecesario. Esa mañana Cáritas nos habíamos echado a la calle para hacer presencia: tantos voluntarios y voluntarias, oxígeno de nuestra sociedad, verdaderos «santos de la puerta de al lado», también con sus pobrezas, pero con un corazón sensible y generoso. Él, en la entrada del supermercado, ejercía su rutina sonriente y vivaz (también hay que servir para buscarse la vida). A media mañana ya había cumplido sus objetivos, pero ese día siguió abordando a la gente con esa amabilidad y esa soltura que sólo te da la calle. Al final recuento de ganancias. De forma inesperada se acercó a la mesa de Cáritas a coger un caramelo y, después de separar lo esencial del día, puso en una hucha una buena cantidad con todo lo demás que había recaudado. Muchos dan de lo que les sobra, él también; porque ha entendido que no necesita tanto para ser feliz; y que en el compartir, en una sonrisa, en un abrazo, en un buenos días, se esconde la verdadera bienaventuranza. 



El cuidado de nuestra 'Casa Común'

Por la Comisión de Ecología Integral de Cáritas Madrid

«Y Dios creó al hombre a su imagen; lo creó a imagen de Dios, los creó varón y mujer. Y los bendijo Dios, y les dijo Dios: creced, multiplicaos, llenad la tierra y sometedla. Y VIO DIOS TODO LO QUE HABÍA HECHO, Y ERA MUY BUENO» (Gen 1, 27-28,31). «El Señor Dios plantó un parque en Edén, hacia oriente, y colocó en él al hombre que había modelado para que lo guardara y lo cultivara» (Gen 2, 8).



EL 24 DE MAYO de 2015, festividad de Pentecostés, el papa Francisco publicó su Encíclica *Laudato Si'* (*mi Señora*), título que hace alusión al inicio del Cántico de las criaturas de san Francisco de Asís: «Alabado seas, mi Señor, por la hermana nuestra madre tierra, la cual nos sustenta, y gobierna y produce diversos frutos con coloridas flores y hierba».

Entre los muchos dones gratuitos que Dios nos ha dado para nuestro **uso responsable** y disfrute, como son, entre otros, la vida, su Espíritu, la fe o la libertad, está también la naturaleza, su Creación, **nuestra 'Casa Común'**. Pero nos hemos creído que somos propietarios de esa Creación no «para guardarla y cultivarla», sino que nos creemos con derecho a expoliarla. Por eso, dice el Papa en la encíclica que «entre los pobres más abandonados y maltratados está nuestra oprimida y devastada tierra, que gime y sufre con dolores de parto» (LS 2).

A unos nos ha tocado, aquí y ahora, vivir en estancias confortables de esa 'Casa', con clima cálido, agua, suelo fértil... Otros no han tenido

la misma fortuna, y su vida discurre en otras que carecen de las condiciones mínimas de salubridad y confort. En un mundo hiperconectado, puede darse el caso de que algunas personas sufran las consecuencias de nuestro bienestar mal administrado (derroche de energía y de alimentos, que se traduce en un exceso de emisiones a la atmósfera, consumismo, generación de residuos...). Y no nos referimos solo a las personas que habitan en nuestra cercanía, también se ven afectadas las que habitan en otros países por el efecto sobre el cambio climático.

Si no prestamos atención y no afrontamos adecuadamente las causas que tienen que ver con la degradación natural, no podremos afrontar adecuadamente sus efectos. Necesitamos un cambio de rumbo, tenemos que cambiar nuestro modo de mirar todo lo que nos rodea y la Creación, que nos lleve a un nuevo modo de vivir, a nuevos hábitos en uno mismo y en todos aquellos ámbitos en los que podamos influir. Son pequeños esfuerzos, que no por eso debemos pensar que no van a cambiar el mundo. Nuestro testimonio puede influir en otros que nos rodean, y esa suma puede tener un efecto sensible.

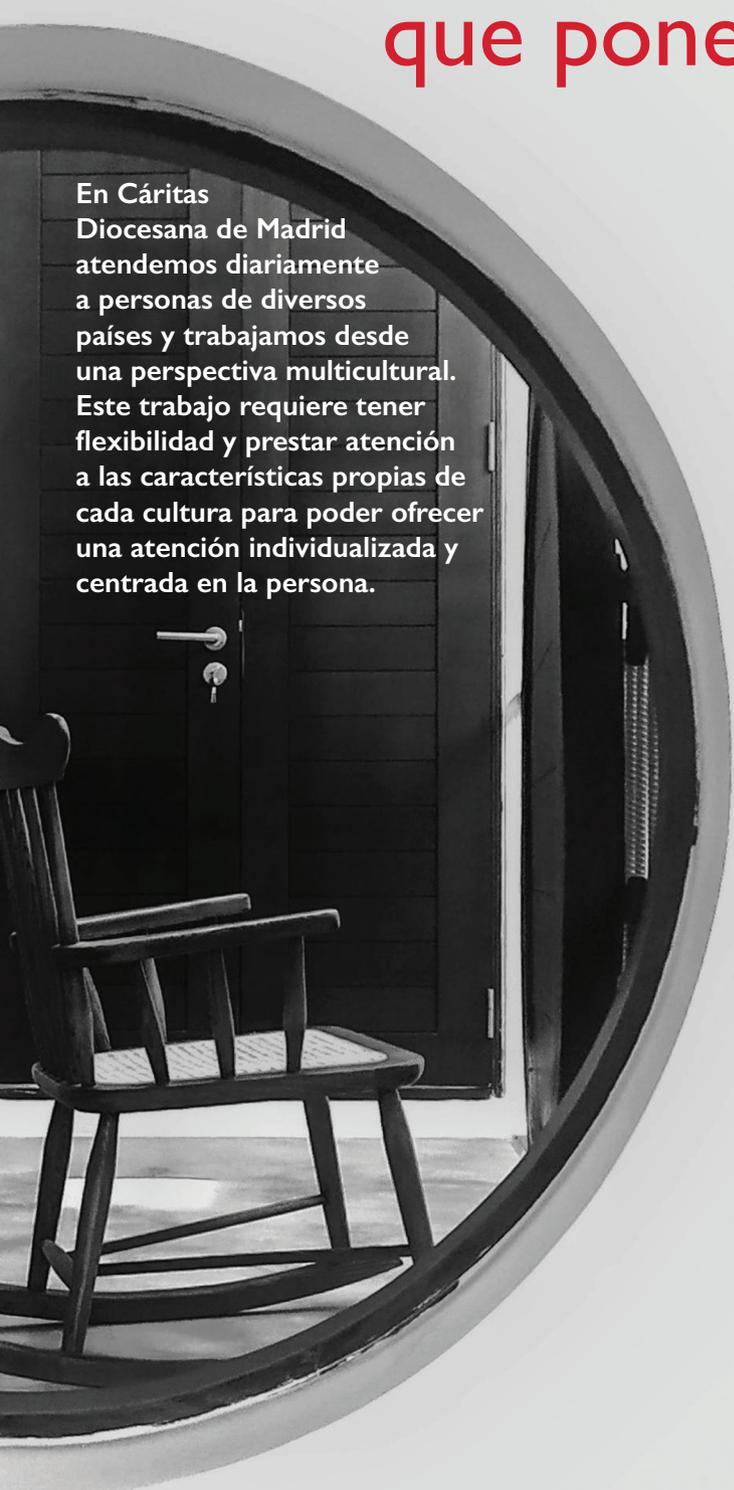
Se hace hoy patente en nosotros la necesidad de no quedarnos solamente en las palabras, sino impregnar de más austeridad nuestro modo de vivir, huyendo del consumismo y el derroche. Son peque-

ños cambios que están a nuestro alcance. Entre ellos, podríamos citar como los más habituales:

- No caer en el consumismo. Comprar solamente aquello que necesitamos, sobre todo alimentos, ropa, teléfonos móviles. Elaborar únicamente los alimentos que vayamos a consumir. En 2022, se tiraron a la basura, en España, más de un millón de toneladas de comida.
- Consumir menos energía y de forma más ordenada. Calefacción con menos temperatura. Apagar luces innecesarias, enchufar los aparatos eléctricos a regletas con interruptor que se puedan apagar cuando no se usan.
- Consumir el agua imprescindible. Cerrar grifos, que no goteen. Contaminar lo menos posible el agua del sumidero.
- Clasificar los residuos. Si no se pueden *reutilizar* o *reparar*, este hábito mejora sensiblemente la eficacia y economía del proceso de *reciclado*.

«A la política y a las diversas asociaciones les compete un esfuerzo de concienciación de la población. También a la Iglesia. Todas las comunidades cristianas tienen un rol importante que cumplir en esta educación» (LS 214). Desde Caritas Diocesana de Madrid, queremos sensibilizar a cuantos participen en nuestras actividades, para que el cuidado de la 'Casa Común' también figure entre sus valores prioritarios. 

La importancia de la mirada que ponemos sobre el otro



En Cáritas Diocesana de Madrid atendemos diariamente a personas de diversos países y trabajamos desde una perspectiva multicultural. Este trabajo requiere tener flexibilidad y prestar atención a las características propias de cada cultura para poder ofrecer una atención individualizada y centrada en la persona.

EN NUESTRA INTERVENCIÓN nos damos cuenta de la importancia de la mirada que tenemos sobre el otro y las repercusiones que esta tiene sobre la salud mental de los demás. Observamos que las personas con las que trabajamos en numerosas ocasiones son miradas desde el estigma y el prejuicio por el hecho de ser o parecer de otra cultura diferente a la nuestra. Nos encontramos con personas dañadas, en duelo y con

Por Laura María Del Hoyo Expósito
Psicóloga colegiada n.º M-40331

situaciones muy complejas. Y esta mirada que reciben dificulta su inclusión, cronifica su situación de riesgo y vulnerabilidad, y vemos cómo perdura el estigma y es transmitido social y generacionalmente.

En psicología, definimos el prejuicio como las actitudes negativas hacia una persona o grupo por el simple hecho de pertenecer a él. El prejuicio se constituye de una parte comportamental (¿cómo actúo yo respecto a ese grupo?), una parte cognitiva (¿qué es lo que sé o creo saber de ese grupo?) y una parte emocional (¿cómo me siento yo respecto a ese grupo?). La discriminación por cuestiones racistas sería la forma que tenemos socialmente de manifestar los prejuicios.

DESDE DÓNDEY CÓMO MIRAMOS

Por eso ante nuestra mirada hacia lo nuevo y lo diferente que representan las personas migradas, procedentes de otras culturas que no conocemos o que creemos conocer, debemos hacer el ejercicio activo de identificar desde dónde miramos y cómo nos posicionamos ante ellas:

- Ahondar en lo que creemos saber de ellas.
- Cuestionar lo que nos dicen.
- E intentar liberarnos de ideas estereotipadas para abrirnos a conocer y descubrir, a entender y acompañar.

NOMBREMOS LAS IDEAS ESTEREOTIPADAS PARA FRENAR LOS PREJUICIOS

Para poder frenar y reducir el racismo es necesario que nos convirtamos en detectores de la discriminación y estar pendientes de las distintas formas y ámbitos en los que tiene lugar; discernir discursos de odio, así como las formas más sutiles en las que se presenta; y tratar de concienciar a nuestro entorno para hacer lo mismo.

Es necesario poner palabras a esas conductas, emociones y pensamientos que parten de ideas estereotipadas y compartirlo entre todos para poder frenar la discriminación y reducir los prejuicios. 

«Civil war»

o ¿cómo hemos llegado hasta aquí?

CRÍTICA DE LA PELÍCULA «Civil war»

Por Juan José Gómez-Escalonilla Arellano

Es curiosa la premisa con la que comienza la película. Prácticamente, sin previo aviso, Estados Unidos está envuelto en una guerra civil: un presidente se arroga un tercer mandato y desencadena que dos estados se declaren en rebeldía lo que provoca un enfrentamiento entre patriotas. El film plantea una ucronía —reconstrucción de la historia sobre datos hipotéticos—. ¿Hipotéticos?

Uno se puede preguntar, de manera legítima, ¿cómo han llegado hasta aquí? —hacemos un silencio dramático—. ¿En serio? Perdonadme la digresión porque el planteamiento no está tan alejado de la realidad actual. Palabras como polarización, enfrentamiento, incorrección... se están haciendo presentes en la realidad de muchos países del mundo. Hemos pasado de etiquetar nuestras publicaciones a etiquetar a las personas. A dividir a nuestro entorno entre los nuestros y los otros. Las ideologías controlan nuestro día a día.

Esta es la base sobre la que se construye esta película, porque es el mismo odio, el mismo rencor, la misma ideología, las mismas ganas de venganza que tenemos en nuestro día a día, pero elevadas exponencialmente. Alex Garland tiene la delicadeza de plantear el levantamiento de dos estados que, habitualmente en Norteamérica, son de signo político distinto. Porque esta cuestión no tiene que ver con lo político sino con la polarización que esto puede provocar. Y esta división lleva a la locura.

Una película de personajes, en la que un grupo de cuatro reporteros de guerra emprende un viaje por carretera con el objetivo de llegar a Washington para entrevistar al presidente de Estados Unidos antes de



«Civil war»

Año: 2024 Dirección: Alex Garland Guion: Alex Garland
Música: Geoff Barrow, Ben Salisbury Reparto: Kirsten Dunst,
Wagner Moura, Stephen McKinley Henderson, Cailee Spaeny,
Jesse Plemons, Nick Offerman

que las fuerzas rebeldes asalten la Casa Blanca. Si crees que es una película de tiros, estás en un error.

Hay algunas escenas que te dejan como espectador deshecho en el asiento.

Por un lado, la escena en la que nuestros protagonistas se encuentran atrapados entre un fuego cruzado, entre los del grupo a y los del grupo b. Escondidos les preguntan: ¿Quiénes sois? ¿De quién recibís órdenes? ¡No tenían ni idea! Su respuesta es lapidaria: solo sabemos que allí hay unos que nos disparan y nos quieren matar y nosotros queremos matarlos a ellos. Así sin más, podrían ser de su propia familia y no hubiera pasado nada. Un sinsentido.

«No me preocupa el grito de los violentos, de los corruptos, de los deshonestos, de los sin ética. Lo que más me preocupa es el silencio de los buenos». Esta frase de Martin Luther King resonaba en otra escena de «Civil war» cuando los reporteros gráficos que van recorriendo el país —y otros países— reflejando con sus fotos la infinita crueldad del ser humano dicen: «Nosotros solo documentamos para que otros hagan las preguntas».

En otro lugar, llegan a una tienda en un lugar perdido y preguntan:

—Pero ¿saben lo que está pasando ahí fuera?

—Sí claro, pero preferimos mantenernos al margen —contestan.

El silencio de los buenos es lo que sobra. La humanidad impasible en realidad es la humanidad culpable.

Así acompañados por una puesta en escena magistral del director y guionista Alex Garland, nos encontramos imbuidos en medio de una guerra, sin tomar partido, una *road movie* en la que atravesamos el drama, el terror, el conflicto e incluso la comedia. Pero no solo es el guion y el argumento, también es esa combinación de fotografía, banda sonora y realidad, que continuamente se van contrastando y que te llevan a un sobresalto emocional continuo.

Hay películas que te enganchan por la propuesta, por la fantasía, hay películas que te atraen por su acción porque hacen lo que te gustaría hacer a ti, hay películas que te llevan a mundos increíbles y hay películas que te sobrecogen por la realidad que plantean.

Que sean uno como tú y yo somos uno. Esa es una de las aspiraciones más hondas de la humanidad, de los cristianos, porque cuando no queremos ser uno seremos divididos y confrontados. En la división no hay esperanza, no hay futuro, en la comunión sí. 

Gazpacho de mango con arena de jamón

(para 4 personas)

LAS TEMPERATURAS SUBEN en Madrid. La primavera dará paso a un prematuro verano. Y es necesario hacer frente al calor para cuidar de nuestra salud. Y ¡al calor, gazpacho! Pero ¿por qué nos apetece esta sopa fría cuando hace calor? Porque el gazpacho, además de muy vitamínico, es hidratante. Pero ¿y si le damos un toque exótico?

Aquí Carifood, la empresa de inserción laboral de *catering* que promueve Cáritas Madrid, nos propone un gazpacho diferente, en vez de con tomate o sandía, con mango. El mango simboliza, como las personas que trabajan en Carifood, la diversidad de sabores que nos acerca a otras culturas, a otro clima, a otras formas de cultivar y vivir. Es un ejemplo de que nuestra sociedad se ubica y nutre en un mundo hiperconectado, donde no hay distancias que nos alejen del valor de la multiculturalidad, donde junto a los tomates y naranjas podemos disfrutar del kiwi, el aguacate o el mango. ¡Disfrutemos del calor, del sabor y de la interculturalidad! 

Ingredientes

- 1 mango grande maduro
- 200 g de pepino
- 100 g de pimiento amarillo
- 15 ml de vinagre de manzana
- 20 ml de aceite de oliva virgen extra
- Sal al gusto
- Agua al gusto
- Para la arena de jamón, 100 g de jamón

Elaboración

1. Trituramos todos los ingredientes hasta que quede una textura homogénea y ligera.
2. Enfiamos en la nevera durante un mínimo de dos horas.
3. Cortamos el jamón en lonchas al gusto y lo picamos muy fino. Pasamos los cubitos de jamón por la sartén hasta que queden crujientes.
4. Acompañamos nuestro gazpacho de mango con la arena de jamón y un chorrito de aceite de oliva virgen extra.
5. Y... ¡a disfrutar!

Esta receta ha sido elaborada por el equipo de cocina de Carifood, empresa de colectividades y catering. Carifood ofrece sus servicios por encargo y a domicilio, tanto para empresas como para particulares que deseen organizar un almuerzo, acto, desayuno de empresa, celebraciones de fiestas, comuniones... u otros eventos.

Carifood es una de las empresas de inserción laboral que promueve Cáritas Diocesana de Madrid. Se trata de empresas solidarias donde aprender a trabajar trabajando, gracias a ella se da una oportunidad laboral a personas que están en búsqueda de empleo y que se encuentran en una situación vulnerable. En el último año se han generado 109 contratos de inserción.

Carifood

Tel. 680 50 11 09
carifood@carifood.org

CADA PERSONA IMPORTA

el muro 

Un canal abierto a la participación.

Atrévete a cruzar el muro, envíanos tus poemas, fotos o *posts* favoritos a comunicacion@caritasmadrid.org y los publicaremos en el muro.



La senda que nos guía a la esperanza

Hay muchas sendas para reconducir nuestro camino. Y muchos caminos para encontrar la esperanza. Desde el de baldosas amarillas hasta el camino de vuelta a una vida en paz.

Así se sienten las personas que asisten al centro de día y residencia para personas sin hogar con problemas de salud mental «Nuestra Señora de Valvanera», en las rutas de senderismo que se organizan una vez al mes.

Se trata de una actividad al aire libre que ofrece grandes beneficios para la salud mental y emocional, y que fomenta el compañerismo y el contacto con la naturaleza.

‘El árbol de sus vidas’

Hacer germinar la semilla. Ver crecer el tronco, las ramas, las hojas y las flores que engendran frutos. Este proceso requiere un tiempo.

Mientras esto ocurre con plantas y árboles, como el almendro que hay plantado en el jardín del Centro de Tratamiento de Adicciones, es necesario cuidar y acompañar; que no falte ni el agua ni el abono. Y es necesario entender que hay adversidades, como cuando no llueve o arrece el viento, que pueden hacer tambalear los cimientos o doblar las ramas. Lo importante es perseverar para que florezcan.

Nos cuentan las personas que acuden al Centro que son ellas quienes cuidan del jardín, quienes plantan los árboles y aseguran que, cuando alguna de ellas tiene una recaída, las hojas de su árbol se somborean y amarillean. Y también nos cuentan que, cuando se recuperan, su árbol crece más y más fuerte, como este almendro de la imagen.

Los árboles nos conectan con la naturaleza, pero también con las emociones. «Estos árboles nos representan», dicen con orgullo.



Un regalo directo al corazón

Estas cruces las han elaborado las personas del Centro de Tratamiento de Adicciones de Cáritas Madrid. Lo han hecho como encargo para una comunión, como recuerdo para las personas invitadas. Y tiene un enorme valor, no solo emocional, sino también social y solidario.

Este tipo de encargo les motiva, ya que en el Centro se realizan muchos talleres de manualidades como una actividad terapéutica que les hace desarrollar la creatividad y su autoestima.

Si tienes una celebración y quieres tener un gesto solidario, puedes contactar con el Centro.



FLASH ACTUALIDAD

Un tú a tú con nuestro arzobispo de Madrid, don José Cobo

El cardenal José Cobo se ha acercado a Cáritas Diocesana de Madrid donde hemos tenido la oportunidad de acercarnos a sus 'momentos' más importantes. Haciendo un recorrido por su vida, sus aficiones, deseos y creencias.

Ha sido un encuentro enriquecedor y entrañable. Personas que acompañamos en Cáritas Madrid, contratadas y voluntarias han tenido la oportunidad de conocer más al cardenal, y recibir parte de su aliento para seguir evangelizando con obras de amor.



Abrimos las puertas a la inclusión y a la salud mental

Hemos puesto en marcha un nuevo proyecto dirigido a personas con problemas de salud mental o emocional. Se trata del centro de día «San Felipe Neri», ubicado en Puente de Vallecas. En este centro se atiende y acompaña a personas ya atendidas desde la red de Cáritas Madrid que se encuentran en una situación de exclusión o vulnerabilidad social y con posibilidad de presentar algún problema de salud mental o emocional.

La derivación se hace a petición de algún recurso de Cáritas Diocesana de Madrid y, tras la valoración de un equipo del centro, el Equipo de Proximidad será quien derivará a los hombres y a las mujeres al centro.



«La caridad es una preciosa forma de mostrar a Dios»

Este es el valor y el significado que nuestro cardenal arzobispo de Madrid, José Cobo, da a la labor social de Cáritas Madrid. Nos lo ha recordado en la Eucaristía que se ha celebrado este 8 de mayo en la Catedral de Santa María de la Almudena, donde nos ha enviado «como parte de la Iglesia de Madrid, para atender juntos a la llamada; sentíos enviados por toda la Iglesia porque sois el rostro de Dios y a través de vosotros sirve Jesús a los demás».

Esta Eucaristía es la preparación al Día de Caridad, en el que la familia de Cáritas Madrid salimos a las calles para que las personas que nos necesiten, y quienes quieran sumarse a nuestra misión solidaria, sepan dónde localizarnos. El Día de Caridad es previo a la celebración el próximo 2 de junio del Corpus Christi.



El verano, para conciliar y disfrutar

Se acerca el verano y con él las colonias y campamentos que en Cáritas Diocesana de Madrid ofrecemos a los niños, niñas y adolescentes que asisten a los programas educativos. Durante parte del periodo estival, desde el 24 de junio y hasta el 9 de agosto, disfrutarán de talleres, juegos, salidas a la piscina o visitas culturales. En total serán 17 colonias urbanas en diferentes distritos madrileños, y 7 campamentos con pernocta fuera de la capital. La mayoría cuenta con la colaboración del Programa CaixaProinfancia de la Fundación 'la Caixa'. Esta es una forma de ofrecer a los menores un tiempo de ocio en igualdad, mientras sus padres y madres concilian vida laboral y personal.



CAMPO DE **VOLUNTARIADO** EN LA SIERRA NORTE 2024

DEL 16 AL 28 DE JULIO DE 2024

Actividad dirigida a jóvenes que se comprometen de forma voluntaria a desarrollar, durante un periodo de tiempo, un trabajo de intervención social, que se complementa con otras actividades.

Dirigido a : Jóvenes de 18 a 26 años

Fecha: Del 16 al 28 de julio

Lugar: La Hiruela. Comunidad de Madrid

En qué consiste:

- Voluntariado realizando actividades con niñas y niños y personas mayores
- Actividades para conocer y cuidar la 'Casa Común'
- Espacios de reflexión y oración

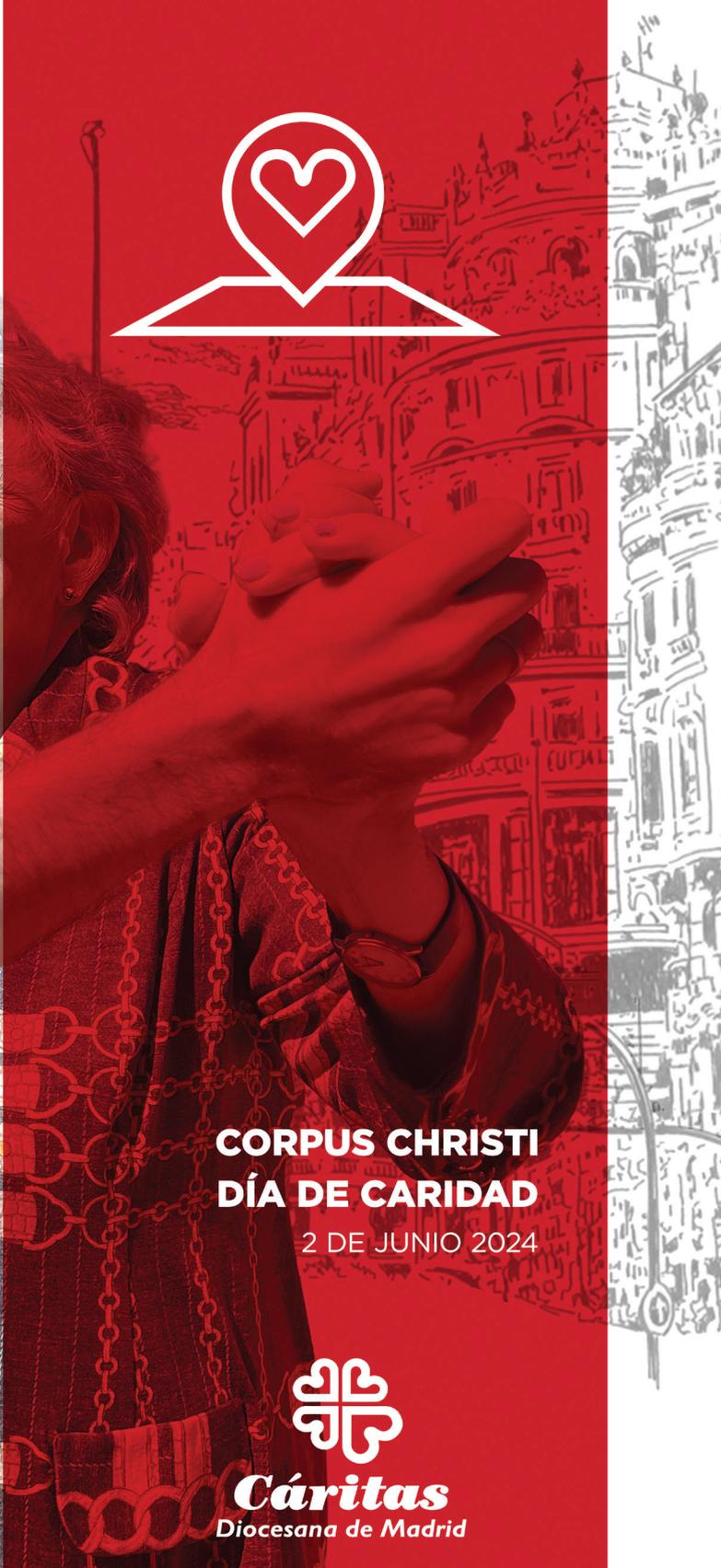
organiza



colabora



JUNTOS ABRIMOS CAMINO A LA ESPERANZA



CORPUS CHRISTI
DÍA DE CARIDAD
2 DE JUNIO 2024



Caritas
Diocesana de Madrid