



El distrito reúne a los mejores chefs de Madrid

La cocina de estrella Michelin llega al Mercado de Motores (y para todos los bolsillos)

P. 2 a 3



Albufera
inmobiliaria

Valoración gratuita
venta y alquiler

Oficina:
Delicias - Atocha
Calle José Antonio Armona, 28.
28012 Madrid
TF.: 91 929 41 40

Oficina:
Puente Vallecas - Nueva Numancia
Avenida de la Albufera, 49.
28038 Madrid
TF.: 91 029 67 83

administracion@albuferainmobiliaria.com

PUEDES ENCONTRARNOS EN:
www.albuferainmobiliaria.com

f @ in

Agencia Inmobiliaria
adscrita al M.A.R.I.
Caja de Pensiones

P
76
CONSTRUCCIÓN

Obras sin sorpresa

Tif: 683 330 053
info@p76construccion.es
www.p76construccion.es



**A 3 km. de
la Pradera
también hay
verbena y
conciertos
gratuitos**

P.9



**Jonatan, el
vecino ciego
de Chopera
que es la
voz contra
las barreras**

P.15

registro sanitario: 0318221

PROMOCIÓN
**BLANQUEAMIENTO
DENTAL**
PHILLIPS ZOOM

ANTES
~~599€~~

AHORA
460€

**CARLOS
PEDROL**
odontología / estética dental

C/Palos de la Frontera, 42
28045, Madrid
911 975 220

*Promoción sujeta a disponibilidad. Promoción válida hasta el 31/05/2026.



¡SUBÍOS AL TREN DE LAS ESTRELLAS MICHELIN!

Arganzuela acerca la alta cocina a todos los bolsillos

MARÍA SAIZ
MSAIZ@PRENSAIBERICA.ES

El Museo del Ferrocarril cambiará durante dos días el humo de los convoyes por el de los fogones. Los días 23 y 24 de mayo, Arganzuela acogerá la primera edición de Madrid Food Fest, una cita con la que Mercado de Motores quiere dar un paso más allá y convertir la gastronomía en un «gran evento de ciudad» en pleno corazón de Madrid. La idea, explica a La CRónica su director Juan Fraile, pasa por «hacer accesible un tipo de cocina que muchas veces el público percibe como lejana».

Lejos del restaurante clásico, aquí la experiencia será distinta: platos de autor servidos en formato informal, productores artesanos, música, charlas y showcookings

en un mismo recinto. «Queremos que la gente venga a disfrutar, a descubrir y a comer bien», resume Fraile.

TIENE COMO OBJETIVO INSTALARSE EN EL CALENDARIO DE MADRID

El festival nace además con una ambición que mira más a medio/largo plazo: consolidar en Madrid una gran cita popular alrededor de la gastronomía. No solo como plan de fin de semana, sino como una marca propia capaz de atraer a visitantes y de proyectar la potencia culinaria de la capital y del resto de España desde un espacio tan reconocible y, sobre todo, céntrico, como el Museo del Ferrocarril. A diferencia de otros eventos gastronómicos específicos desplazados a recintos lejanos de la capital.

Madrid Food Fest reúne a 10 Michelin en Mercado de Motores

La carta de presentación del festival Madrid Food Fest impresiona por sí sola: 16 chefs invitados que suman en total 10 estrellas Michelin, una Estrella Verde y 12 Soles Repsol. Nombres como Coco Montes, Javier Estévez, Dani Ochoa, Lucía Grávalos o Juan D'Onofrio trasladarán al Museo del Ferrocarril algunas de sus creaciones más reconocibles en versión bocado y a pie de calle.



¿Cuánto cuesta el plan?

- La entrada de acceso al recinto y todas las actividades: **12,50 euros**
- Cada plato: **entre 8 y 15 euros**

Colocar a Madrid como exponente líder europeo de la gastronomía

Como ocurre en París y Milán con la moda o en Múnich con el Oktoberfest, Juan Fraile cree que Madrid tiene margen para construir un gran acontecimiento gastronómico reconocible fuera de España. «Madrid tiene una gran oportunidad para colocarse líder europeo en lo que respecta a la gastronomía», asegura a La CRónica. La aspiración es que a medio plazo Madrid Food Fest deje de ser solo un festival para convertirse en «un recurso turístico» capaz de atraer visitantes alrededor del producto y la experiencia culinaria.



¿Qué habrá en el festival?

Cada chef presentará dos bocados únicos y de sus más representativos

A la espera de que todos los chefs confirmen sus platos —lo irán desvelando a medida que se acerque la cita el propio festival— en total se podrán probar hasta 24 platos de alta cocina que, por dos días, dejarán de servirse en mantel para pasar a las food trucks. Una adaptación pensada para comerse de pie y sin protocolos.

Pensado para más que comer: podcasts, catas, conciertos y showcookings

Pese al gran atractivo de los platos de alta cocina, Madrid Food Fest no se plantea como una simple sucesión de puestos para picar. Durante todo el fin de semana habrá showcookings, charlas, podcasts gastronómicos en directo, talleres, DJ y conciertos para convertir la visita en una experiencia de varias horas y no en una degustación rápida.

Más de 100 productores artesanos: del queso al café de especialidad

El otro atractivo será un gran mercado gastronómico con más de un centenar de productores artesanos de toda España. Quesos de pastor, aceite de oliva en rama, chocolates bean to bar, kombuchas, conservas de autor, vinos, cafés de especialidad y menaje gourmet completarán la parte más comprable y foodie del festival.

Un evento pensado para el público cosmopolita de Arganzuela

La elección de Arganzuela no es casual. Mercado de Motores conoce bien el perfil de un distrito acostumbrado a consumir ocio urbano y tendencias. «Siempre pensamos en el vecino, y el público de Arganzuela, que es muy cosmopolita y diverso, va a entender muy bien este concepto», explica Fraile. «Es el cliente perfecto de lo que queremos hacer». Aún así, la organización confía en que el tirón vaya más allá del barrio. Su ubicación, más céntrica que otros recintos feriales, busca atraer a todo el público madrileño.

EN TOTAL, HABRÁ 38 PLATOS A ELEGIR, 2 POR CHEF

Los sabores que más van a dar de qué hablar

M. SAIZ
MSAIZ@PRENSAIBERICA.ES

Más allá de las cifras, Madrid Food Fest jugará buena parte de su atractivo en el plato. O, mejor dicho, en platos convertidos en bocados. La organización ha reunido a algunos de los nombres más reconocibles de la cocina madrileña y nacional con un objetivo claro: convertir sus platos estrellas en propuestas rápidas y fáciles de comer.

Eso permitirá ver en el mismo recorrido la cocina de 'microtemporada' de Coco Montes, la casquería afinada de Javier Estévez, la montaña y la caza llevada al street food por Dani Ochoa o la potencia peruano-japonesa de Jhosef Arias.

ESTARÁN LA MEJOR CROQUETA Y ENSALADILLA RUSA

Entre los principales platos, y que seguramente serán los

más aclamados, destacan la mejor croqueta de jamón ibérico de España, de manos del restaurante Salino y la premiada como Mejor Ensaladilla Rusa de la Comunidad de Madrid, obra de Xandra Luque. Una especie de mapa comestible de algunas de las cocinas que más conversación están generando en Madrid.

Éter, una estrella Michelin en el corazón de Legazpi

A 15 minutos del Mercado de Motores, Arganzuela ya presume de un restaurante con estrella Michelin: Éter, de Sergio y Mario Vallés en Legazpi. Su cercanía refuerza la idea de un distrito cada vez más vinculado a la alta cocina.

16 chefs que suman 10 estrellas Michelin y 12 Soles Repsol



Juan D'Onofrio
Chispa Bistró

Coco Montes
(Pabú)

Víctor Infantes
(Ancestral)

Edwin Rodríguez
(Quimbaya)

Javier Estévez
(La Tasquería)

Miguel Carretero
(Cocina Vanguardia)

Dani Ochoa
(Montia)

Miguel Ángel Expósito
(Retama)

Rafa Bérnago
(Kuoco)

Lucía Grávalos
(Desborre)

Jhosef Arias
(Hasaku)

Elvira Fernández
(El Llar de Viri)

Xandra Luque
(Clínica Univ. Navarra)

Irene Amat
(Itama Pastelería)

Pablo Sánchez y Lalo Zarcero
(Marmitón)

¿Cuáles son los mejores platos?



1. La mejor croqueta de España y la mejor ensaladilla rusa de Madrid estarán presentes
2. La alcachofa al estilo 'Pabú' de Coco Montes
3. La Tasquería: Javier Estévez lleva la casquería de autor al festival
4. Los callos de Dani Ochoa, el plato estrella de Montia

80.000 VIVIENDAS EN ARGANZUELA

La mayoría de las viviendas en el distrito miden al menos 97 metros cuadrados

De las casi 80.000 viviendas de uso residencial en Arganzuela, la mayoría tiene 97 metros cuadrados de superficie. Son datos del Ayuntamiento de Madrid, donde también se señala que el valor catastral medio es de 119.199 euros y que la duración media de las hipotecas es de 337 meses, lo que equivale a aproximadamente 28,1 años.



7,7 % MÁS EN SOLO UN AÑO

El precio del alquiler no toca techo y ya se sitúa en los 22,1 euros por metro cuadrado

Según datos de Idealista, el alquiler en el distrito de Arganzuela mantiene una tendencia al alza -como en el resto de la capital-, situándose por encima de la media de la ciudad de Madrid. En abril de, el precio se situó en 22,1 €/m², según datos de Idealista. Esto supone un aumento del 1,3 % respecto al mes de marzo.

EL TALENTO EN VALOR

I edición de los Premios de Reconocimiento a Empresas y Profesionales Extranjeros

El ayuntamiento, a través del Área de Economía, Innovación y Hacienda, ha aprobado la convocatoria pública de los Premios de Reconocimiento a Empresas y Profesionales Extranjeros, una iniciativa que tiene como objetivo poner en valor la contribución de la inversión y del talento internacional al desarrollo económico, social y cultural de la ciudad.

MADRID LIDERA LA ESPERANZA DE VIDA EN EUROPA CON 86,1 AÑOS

Arganzuela, entre los distritos donde se vive más... y mejor

Eduardo Parra / Europa Press



Norte y centro concentran los mejores datos de longevidad

Los distritos del norte y centro lideran la esperanza de vida. Salamanca, Retiro, Chamartín, Ciudad Lineal y Arganzuela encabezan el ranking, todos por encima de los 86,5 años. También destacan Moncloa-Aravaca y Fuencarral-El Pardo, consolidándose estas zonas como las de mayor longevidad.

RAFA SARDIÑA
RSGOMEZ@PRENSAIBERICA.ES

Madrid encabeza la esperanza de vida en Europa con una media de 86,1 años. Es una de las comunidades autónomas donde más se vive. Sin embargo, dentro de la capital existen diferencias entre distritos que dibujan un mapa de longevidad desigual, como se puede comprobar en el ranking que acompaña a esta noticia. No obstante, todas las cifras se mantienen en niveles elevados. Salamanca está en primera posición, con 87,4 años, seguido de Retiro (86,89), Chamartín (86,85), Ciudad Lineal (86,85) y Arganzuela, con 86,73 años. Todos estos distritos están por encima de 86 años, junto a Barajas y Moratalaz. En la

Usera y Puente de Vallecas, a la cola con menos esperanza de vida

En el otro extremo, Usera y Puente de Vallecas presentan las cifras más bajas de esperanza de vida de Madrid, con 84,46 y 84,66 años respectivamente. Les siguen Villa de Vallecas y San Blas-Canillejas. Aunque estas diferencias no son extremas, sí reflejan desigualdades dentro de la ciudad.

parte baja del ranking aparece Usera (84,46), Puente de Vallecas (84,66) y Villa de Vallecas (85,20). San Blas, Canillejas y Carabanchel se sitúan ligeramente por debajo de la media de la capital. Aun así, la diferencia entre el distrito con mayor y menor esperanza de vida no llega a tres años, lo que refleja una homogeneidad relativa dentro de Madrid, pese a las brechas socioeconómicas entre los barrios.

CAÍDA DURANTE LOS AÑOS DE LA COVID-19

En 2020, la esperanza de vida en la Comunidad de Madrid sufrió una caída significativa como consecuencia de la pandemia del coronavirus, situándose en 82,27 años de media, son más de cuatro menos que los actuales.

Ranking de esperanza de vida por distritos:

NOMBRE DEL DISTRITO ESPERANZA DE VIDA

Salamanca	87,54
Retiro	86,89
Chamartín	86,85
Ciudad Lineal	86,85
Arganzuela	86,73
Fuencarral-El Pardo	86,68
Moncloa-Aravaca	86,83
Chamberí	86,56
Barajas	86,55
Moratalaz	86,51
Vicálvaro	86,43
Hortaleza	86,38
Latina	86,35
Tetuán	86,10
Carabanchel	85,78
Centro	85,63
San Blas-Canillejas	85,27
Villaverde	85,20
Villa de Vallecas	85,20
Puente de Vallecas	84,66
Usera	84,46

Madrid Río puede ser la clave de la longevidad

Vivir cerca de zonas verdes durante mucho tiempo está asociado a una mejor salud, sobre todo en las mujeres. Son los datos de una investigación de Estados Unidos y publicada en la revista Science Advances. El análisis concluye que los espacios verdes están asociados a un envejecimiento más lento.

CR Arganzuela
CRÓNICAS

Una publicación mensual, con información de interés sobre todo lo que pasa y sucede en Arganzuela. Noticias de actualidad, entrevistas, reportajes, cultura, deportes, sociedad y economía.

Todo con un tratamiento periodístico y un enfoque informativo, para que todos sus habitantes encuentren lo que les importa, afecta y divierte.

Redacción:
cronica.arganzuela@epe.es



ANÚNCIATE
639 73 28 04

Responsable Comercial:
Carlos Redondo

mail: credondo@epe.es

Teléfono: 639 73 28 04

el Periódico de España

SERÁ SOBRE Y BAJO TIERRA

La transformación de El Corte Inglés de Méndez Álvaro ya es una realidad

MARÍA SAIZ
MSAIZ@PRENSAIBERICA.ES

Después de dos años de que echara el cierre definitivo, se conoce el futuro próximo del Corte Inglés de Méndez Álvaro. El Pleno del Ayuntamiento ha dado la luz verde definitiva al convenio urbanístico Nuevo Sur-Méndez Álvaro que permitirá transformar por completo este enclave de Arganzuela, una de las parcelas más estratégicas del sur de la capital.

EL AYUNTAMIENTO CONTROLARÁ EL 72%

Con una superficie total de 11.811 m² -delimitado por las calles de Kentia, Ombú, Retama y Tamarindo- este quedará repartido en dos

parcelas. La principal y más grande, de 8.500 m² será cedida al ayuntamiento y concentrará la mayor parte de la actuación pública. La segunda, de 3.311 m², seguirá en manos privadas y será destinada a oficinas.

Pero el gran cambio no estará solo en la superficie. Bajo el antiguo aparcamiento subterráneo del centro comercial -que será demolido junto al resto del inmueble en un plazo de entre 18 y 24 meses- EMT Madrid instalará un nuevo centro de movilidad sostenible. De esta manera, donde antes hubo grandes almacenes, el mapa de Méndez Álvaro empezará a dibujar otro perfil: oficinas, bicicletas y un nuevo pulmón verde para Arganzuela.



El Corte Inglés de Méndez Álvaro, antes de su cierre definitivo en 2024.

Europa Press

11.811

metros cuadrados de superficie total

72%

del suelo pasa a manos del ayuntamiento

28%

para desarrollo privado de oficinas

entre 18 y 24

meses va a durar la demolición del complejo

Un nuevo pulmón verde en Arganzuela

Sobre la principal parcela, de 8.500 metros cuadrados y que cuenta con dos fincas con calificaciones superpuestas, se construirá un nuevo parque urbano ubicado en el suroeste. Este será creado por el Ayuntamiento de Madrid con una inversión de tres millones de euros, que servirá no solo para crear una nueva zona verde y de referencia en Arganzuela, sino también para renaturalizar el entorno y resolver la conectividad entre las calles de Kentia y Retama.

Bicimad y su base de operaciones subterránea

Casi 28.000 m² del subterráneo darán cabida a la base de operaciones y mantenimiento de Bicimad. Tendrá capacidad para gestionar hasta 9.000 bicicletas eléctricas, una base de grúa con 1.200 plazas de almacenamiento temporal de vehículos, un aparcamiento público rotacional de 320 plazas y un hub de movilidad eléctrica.

Una torre de oficinas de hasta 27 pisos

El 28% restante del proyecto Nuevo Sur-Méndez Álvaro será gestionado de manera privada. Sin conocer aún su futuro propietario, este terreno de 3.311 metros cuadrados y ubicada al noroeste será destinado a oficinas, con una edificabilidad que permitirá levantar un gran complejo empresarial que podría alcanzar hasta 27 plantas.

Y&C

PELUQUEROS

Tu cabello,
nuestra prioridad



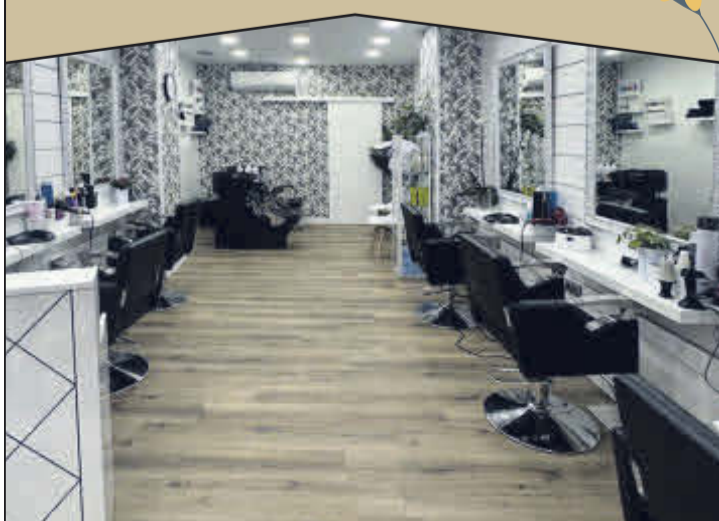
919 122 519

yc_peluqueros

hola@ycpeluqueros.com

Paseo de las Delicias, 78 BIS, 28045 Madrid
Metro Delicias salida C/ Cáceres

ILUMINA TU PRIMAVERA,
MECHAS BALAYAGE



Descubre lo que el ácido hialurónico puede hacer en tu pelo.

TRATAMIENTO DE HIDRATACIÓN INTENSIVA

Desde
33,90€

Corte + peinado
(pelo corto)

27€

Corte clásico

13€

Corte tendencia

16€

Propuestas con respuestas

Recogemos las propuestas que los vecinos plantean a La CRónica de Arganzuela y la respuesta del ayuntamiento en sus comunicados. No abordamos temas políticos, sino las situaciones cotidianas que los ciudadanos identifican y que requieren mejoras.

El Paseo de las Acacias está en mal estado, necesita mejoras en varios tramos

El paseo completo se encuentra contemplado dentro del plan de trabajos de conservación del arbolado y zonas verdes del ayuntamiento. Durante las próximas semanas, el paseo sufrirá cortes y la ocupación de uno de los carriles por dichos trabajos de mejora, entre las 8:30 y 13:30 horas aproximadamente.



Se deberían incentivar actividades para los niños pequeños en verano

Este año, todos los padres tendrán la posibilidad de apuntar a sus hijos a los campamentos de verano. Se celebrarán desde junio a septiembre y están dirigidos para pequeños de 3 a 12 años. Lo pasarán en grande.



En Delicias es muy difícil aparcar y hay coches que están sin moverse días...

La Ordenanza de Movilidad Sostenible prohíbe estacionar en el mismo lugar durante más de 5 días consecutivos. El titular del vehículo tendrá la obligación de cerciorarse de que su vehículo no se encuentra indebidamente estacionado. Ese movimiento de los coches es clave para garantizar los derechos de todos.



¿Cómo será la seguridad durante las fiestas de San Isidro?

Desde el ayuntamiento, en cada fiesta, nuestra principal prioridad es la seguridad. En la edición de 2025 hubo más de 2.100 agentes de la Policía Municipal y 300 sanitarios para atender cualquier necesidad al instante. Próximamente daremos más detalles del dispositivos que tendremos para este 2026, donde el espacio de Matadero será uno de los lugares clave después de la Pradera y la Plaza Mayor.



¿Por qué no se pone más atención a la limpieza de grafitis?

El Ayuntamiento de Madrid cuenta con un sistema de sanciones para prevenir la aparición de grafitis por la ciudad. Se puede optar por limpiar las paredes como trabajos de la comunidad, en lugar de pagar las multas económicas. Gracias a esta medida, 3.000 euros de multa se convierten en 60 horas de trabajo eliminando pinturas. En el pasado 2025, ha disminuido de forma notable esta práctica, reduciéndose en un 26%.



Abierto el plazo de las becas de Bachillerato de la Comunidad

La Comunidad de Madrid ha abierto el plazo para solicitar las becas de Bachillerato para el próximo curso 2026/2027, que beneficiarán a más de 17.000 alumnos y cuentan con una inversión pública de 43,5 millones de euros. La documentación se podrá tramitar hasta el 26 de mayo.



Madrid rescata 323 pisos turísticos ilegales

El ayuntamiento consiguió que 323 viviendas de uso turístico ilegales volvieran en 2025 al mercado residencial. Un 10,2% más que en 2024, cuando se recuperaron 293 inmuebles sin licencia, según los datos publicados por la Memoria de Gestión de la Agencia de Actividades.



CRÓNICAS

Arganzuela
Edición digital

www.epe.es/es/madrid/arganzuela



el Periódico
de España

UN ESTUDIO PARA DEMOSTRAR UN PROBLEMA Y ENFOCAR EL CAMINO A LA SOLUCIÓN

Los niños con trastornos del neurodesarrollo

Dislexia, discalculia, TDAH, Autismo...

tienen más riesgo de sufrir malestar emocional

Depresión, ansiedad, agresividad, insomnio...

No es solo un diagnóstico clínico. Para muchas familias, es una carga emocional diaria que atraviesa la infancia, la escuela y la vida en casa. Un nuevo estudio pone el foco en lo que sienten los niños con trastornos del neurodesarrollo... y también quienes los cuidan. Un estudio del Observatorio Social de la Fundación "la Caixa" alerta de que los niños con trastornos del neurodesarrollo presentan mayores niveles de malestar emocional, un impacto que se intensifica cuando concurren varios diagnósticos y que afecta también de forma significativa a sus familias.



LOS RESULTADOS

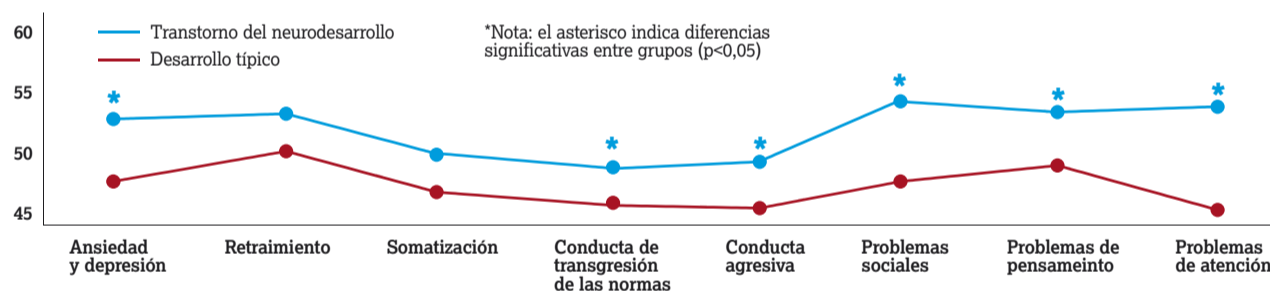
Dos investigadoras, y 300 familias con niños entre 6 y 12 años

El estudio ha sido elaborado por las doctoras Mari Aguilera, de la Universitat de Barcelona, y Nadia Ahufinger, de la Universitat Oberta de Catalunya, en colaboración con entidades de apoyo a familias, a partir de una muestra de cerca de 300 hogares con niños de entre 6 y 12 años. Las investigadoras destacan la alta comorbilidad detectada en los resultados del estudio y la necesidad de incorporar el bienestar familiar en el abordaje clínico de este tipo de trastornos.

CAMUFLAJE DE LAS EMOCIONES

La investigación analiza cómo estas dificultades influyen en su bienestar psicológico, social y académico. Los resultados: mayor presencia de síntomas de ansiedad, depresión y agresividad en los casos de comorbilidad. El estudio también subraya que las niñas presentan un impacto emocional más severo, asociado a estrategias de camuflaje de sus dificultades.

PRINCIPALES CAUSAS DE DISCRIMINACIÓN SEGÚN LOS ADOLESCENTES



UN DATO

Afectan alrededor del 10% del alumnado. El estudio se ha realizado con cerca de 300 familias de Cataluña con niños de entre 6 y 12 años, con y sin diagnóstico de trastornos del neurodesarrollo.

UN PROBLEMA

Niños con la autoestima muy tocada que no entienden lo que les pasa. Muchos menores con estos trastornos presentan dificultades para comprender sus propias limitaciones, lo que impacta directamente en su autoestima, condiciona su rendimiento y adaptación en el ámbito escolar.

UN AGRAVANTE

Dos o más trastornos complican las dificultades de atención y relaciones. El impacto emocional se agrava de forma significativa cuando en un mismo niño coexisten dos o más trastornos del neurodesarrollo. En estos casos, el estudio detecta una elevada comorbilidad entre dificultades en áreas clave como la lectura, el lenguaje oral, el cálculo y la atención-conducta, lo que genera un efecto acumulativo sobre el bienestar del niño. Esta superposición de trastornos no solo complica el diagnóstico y la intervención educativa y clínica, sino que incrementa la intensidad de los problemas emocionales y sociales. Presentan con mayor frecuencia síntomas de ansiedad, depresión, somatización y dificultades de adaptación al entorno escolar y social.

IMPACTO EN LAS NIÑAS

Alertan de que el impacto es más severo en las niñas. Las que tienen comorbilidad presentan un impacto emocional más severo, recalca la investigación, con mayor presencia de problemas de salud mental como ansiedad, depresión, somatización y e incluso de conducta

UNA SECUELA

La carga emocional para las familias puede ser insostenible. Las familias de niños con dos o más trastornos del neurodesarrollo muestran mayores niveles de sobrecarga emocional, con dificultades de regulación afectiva y síntomas de malestar psicológico, que se traduce en un un importante desgaste en el día a día.

UN HECHO

Es evidente que han aumentado las enfermedades mentales. Los niños con trastornos del neurodesarrollo presentan mayores niveles de malestar emocional, con síntomas de ansiedad, depresión y conductas agresivas, según el estudio del Observatorio Social de la Fundación "la Caixa".



Miriam, el testimonio de una madre

«Mi hija sabe que muchas veces molesta y se pasa casi todo el día pidiendo perdón»

Miriam Blanco es madre de Leyre, una niña de casi diez años con TDAH combinado, marcado por déficit de atención e impulsividad. Desde que era muy pequeña sospechó que algo no encajaba: «Yo sabía desde que tenía 4 o 5 meses que al-

go pasaba». Sin embargo, el diagnóstico no llegó hasta los 6 años, tras un proceso largo y sin apoyo claro. «Desde los 3 años estuve en psicólogos, pero te dicen que es muy pronto y no te dan ningún tipo de ayuda». El día a día ha supuesto

un fuerte desgaste emocional. «Le tenías que decir las cosas 500 veces, es bastante desesperante». La impulsividad y las rabietas marcan la rutina familiar: «Criar a un niño con TDAH agota muchísimo, tienes que estar todo el rato al cien por cien». El impacto también afecta a la autoestima de Leyre: «Se pasa la vida pidiendo perdón». Aun así, el diagnóstico supuso alivio: «Fue un jarro de agua fría, pero te quitas culpa».

Teje en compañía con tus vecinos para combatir la soledad

Como parte del programa del Ayuntamiento de Madrid contra la Soledad no deseada, en el CMSc de Arganzuela, ubicado en Acacias, tienes la oportunidad de tejer tanto prendas de vestir, accesorios o elementos del hogar con tus vecinos. Serán el 11 de mayo, a las 10:30, y el 18 de este mes a las 16:30.

Arganzuela - Barrios Acacias al día

HABITANTES **36.546** EDAD MEDIA **48** VIVIENDAS **16.075**



Aprende y disfruta de las mejores apps en la Biblioteca Pío Baroja

Para los vecinos mayores de 60 años, la Biblioteca Municipal Pío Baroja ha lanzado un nuevo taller de ocio digital con el que aprenderás cómo usar distintas aplicaciones móviles cuya finalidad es disfrutar. Tendrá lugar los días 21, 22, 28 y 29 de mayo de 10:00 a 13:00, la inscripción es de forma presencial.

Continúan los trabajos de conservación de la Glorieta de Pirámides

Durante las últimas semanas, una de las glorietas más importantes de Acacias, la de Pirámides, está envuelta en trabajos de conservación de arbolado y zonas verdes, llevados a cabo por el Ayuntamiento de Madrid. Estos se dan entre las 8:30 y las 13:30 horas y también afectan al tráfico con ocupación de carril.

ANÁLISIS DEL EMPLEO: LOS OPERARIOS ESPECIALIZADOS, LO MÁS BUSCADO

Victor Lereña/ EFE



5.237
DESEMPLEADOS EN
ABRIL EN EL DISTRITO

135.488
DESEMPLEADOS
EN MADRID

Ranking del número de desempleados por distrito

Imperial **732**
Acacias **1.038**
Choperas **762**
Legazpi **542**
Delicias **937**
Palos de la Frontera **869**
Atocha **83**



Las mejores notas del MIR eligen Madrid como destino

La Comunidad de Madrid ha sido elegida por cerca del 4,0% de los 100 médicos con mejor puntuación en el examen MIR de 2026 para realizar su residencia en hospitales de la región. En concreto, 36 de estos han optado por completar su formación aquí. Y de entre los diez primeros, cuatro de ellos se decantaron por la capital.

Arganzuela resiste con un paro inferior a la media madrileña

MARÍA SAIZ
MSAIZ@PRENSAIBERICA.ES

Frente a los grandes focos de desempleo del sur de Madrid con Puente de Vallecas (14.498), Carabanchel (13.031) y Latina (10.821) como los distritos más golpeados por el paro, Arganzuela presenta una radiografía laboral más contenida. El distrito registra 5.237 personas inscritas en paro y mantiene una tasa del 6,39%, por debajo del 7,7% de media de la capital, lo que le sitúa entre las zonas del interior de la M-30 con mejor comportamiento del empleo. Es el tercero de la almendra central con más paro, por detrás de Tetuán y Centro.

Según Infojobs, estos son los sectores con más ofertas en la capital

Sector	Nº de ofertas
Informática y telecomunicaciones	1.165
Comercial y ventas	884
Administración de empresas	732
Profesiones, artes y oficios	641
Turismo y restauración	626

ACACIAS, EL BARRIO MÁS CASTIGADO

Aún así, el desempleo sigue dejando contrastes entre barrios. Acacias encabeza la estadística con 1.038 vecinos sin trabajo, seguido de Delicias y Palos de la Frontera, que concentran la mayor parte de la demanda laboral del distrito. Mientras, el

mercado madrileño continúa generando oportunidades sobre todo en administración, informática, logística, ventas, hostelería y atención comercial, algunos de los perfiles que más están reclamando actualmente según los últimos estudios publicados por la agencia de empleo Adecco.

Puestos más demandados por las empresas

- **Sanidad:** médicos de atención primaria, enfermeros y técnicos de laboratorio
- **Banca:** formalizadores hipotecarios y analistas
- **IT** (Tecnologías de la Información): perfiles IT, perfiles de ciberseguridad arquitectos Cloud, analistas de datos, perfiles relacionados con IA, desarrolladores de software y programadores web
- **Contact Center:** teleoperadores de venta
- **Ventas:** comerciales
- **Hostelería:** ayudantes de cocina y camareros
- **Aeropuertos:** auxiliares de vuelo
- **Office:** perfiles de estructura como secretarios y administrativos
- **Alimentación:** operarios especializados (cárnicas)
- **Logística y transporte:** operarios logísticos con manejo de máquina, conductores, mozos de almacén y carretilleros
- **Distribución y retail:** dependientes y promotores
- **Industria:** mozos de almacén, electromecánicos, peones especializados
- **Urban mobility:** repartidores y conductores

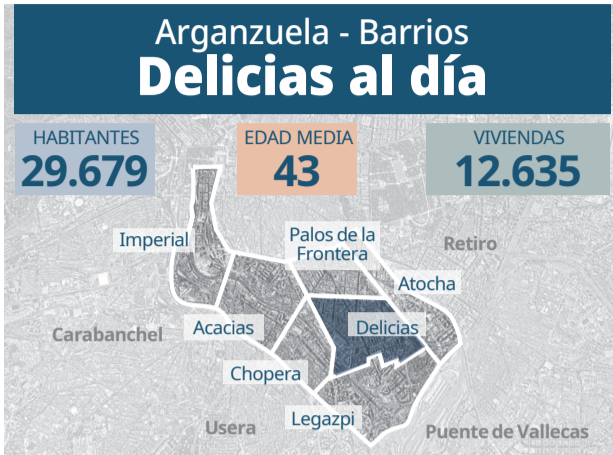


Abierto el plazo de ayudas para taxistas hasta el 1 de junio

El Ayuntamiento de Madrid ha abierto el plazo para solicitar las Ayudas Cambia 360 destinadas al sector del taxi, con un presupuesto de hasta 2,85 millones de euros para fomentar la compra de vehículos euroatxi más sostenibles. Las subvenciones alcanzan los 20.000 euros.

La Ferro ya es equipo de Primera Aficionado

¡Bravo! Los pupilos de Luis Sauras hacen historia y ya son equipo de Primera Aficionado (fútbol) después de completar una temporada histórica para el club: tras 25 partidos disputados, han logrado 22 victorias, 1 empate y 2 derrotas, con 91 goles a favor y solo 26 en contra. El equipo más goleador y menos goleado del grupo 18 de Segunda Af.



Llega el mundo de Black Mirror a Espacio Delicias

El próximo 4 de junio el universo de Black Mirror abrirá sus puertas en Espacio Delicias. Una innovadora propuesta en la que, durante 60 minutos, los participantes entrarán en el showroom de Phaeton, una empresa tecnológica ficticia que presenta un avanzado asistente de IA creado para facilitar la vida... aunque nada será tan sencillo como parece.

Así avanzan las obras en Sta María de la Cabeza

El Ayuntamiento de Madrid publica cada semana las calles afectadas por los trabajos de conservación de arbolado y zonas verdes en cada distrito. Y hasta el viernes, el Paseo de Santa María de la Cabeza se verá afectado al tráfico con la ocupación de carril. Estas labores de actuación se realizarán a lo largo de la mañana, entre las 8:30 y las 13:30 horas.

EL DISTRITO TIENE UNA DE LAS PROGRAMACIONES MÁS EXTENSAS POR SAN ISIDRO

A 3 kilómetros de la Pradera también hay verbena y conciertos gratuitos

REGINA RUIZ
RRUIZ@PRENSAIBERICA.ES

Aunque Carabanchel, con la Pradera, o Centro, con la Plaza Mayor, sean dos de los puntos de más actividad durante las Fiestas de San Isidro, lo cierto es que el resto de distritos también tienen una gran programación para todos los gustos, edades y bolsillos, porque el precio es gratuito. Arganzuela, y especialmente Matadero, se convierte en uno de los escenarios principales para los eventos más castizos.

A 3 kilómetros de la Pradera, y con menos aglomeraciones, Matadero ofrece las típicas verbenas del buen tiempo, con algunas de las orquestas más conocidas del panorama nacional, como Nuevo Versalles, conocida por ser una de las más multitudinarias. Desde las 19:30 y sin hora de final, de jueves a domingo, los vecinos de Arganzuela pueden disfrutar de este espectáculo. Otra cita muy especial de cada año en Matadero es el 'Chotis multitudinario'. Al ritmo de la música y con la ayuda de parejas de Chulapos expertos.

PROGRAMACIÓN ESPECIAL PARA NIÑOS

Los más pequeños tienen mucho peso dentro de la programación de San Isidro del distrito. Hay una gran variedad de talleres con los que aprender las tradiciones más típicas de la capital. Desde diseñar botijos a crear parpugas, pasando por aprender el chotis o recreaciones teatrales, para que los niños y niñas conozcan la cultura de la que forman parte.

Programación de San Isidro en Arganzuela

En Matadero

- **Del 8 al 17 de mayo:** Exposición 'El botijo revisitado'
- **9 de mayo:** Taller 'Pinta tu botijo' a las 11:30 y a las 12:00
- **10 de mayo:** 'Chotis multitudinario' a las 19:30. Taller 'Pinta tu botijo' a las 11:30 y a las 12:00

- **14 de mayo:** Vербena de San Isidro con Orquesta Nuevo Versalles a las 19:30. Teatro de Automatas a las 11:00 - 14:00 h y 19:00 - 20:30 h
- **15 de mayo:** Vербena de San Isidro con Orquesta Gran Rockset a las 19:30
- **16 de mayo:** Vербena de San Isidro con Orquesta Invictus a las 19:30
- **17 de mayo:** Vербena de San Isidro con Orquesta

Panther Show a las 19:30

En el resto del distrito

- **14 de mayo:** Taller de parpugas en la Casa del Reloj. Jueves 14 de mayo
- **15 de mayo:** Espectáculo infantil: Chulapitis a las 11 horas en la carpa de talleres de la zona de atracciones y rincón infantil.
- **16 de mayo:** Espectáculo infantil. Vamos a la verbena a las 11 horas en la

Casa del Reloj
Espectáculo infantil. Vamos a la verbena a las 12 horas en el Centro Dotacional Integrado Arganzuela Ángel del Río
Espectáculo: cita con la copla a las 19 horas en el Centro Dotacional Integrado Arganzuela Ángel del Río
● **17 de mayo:** Concierto: De paseo por Madrid a las 12 horas en la Casa del Reloj

Así puedes hacerte el traje de chulapo y chulapa por menos de 100 euros

Saco

Pañuelo en la cabeza. Es la parte más sencilla del traje. Puedes desde recortar una sábana blanca que ya no utilices hasta acudir a tu bazar de confianza en busca de uno barato.

Vestido chiné

Entallado en las rodillas. Puedes buscar en tiendas de segunda mano o llevar a arreglar uno de tu armario para que le metan unas puntadas en esas zonas.

Mantón de manila

Es caro, sobre todo si quieres encontrar un modelo que dure varias generaciones, pero se pueden buscar réplicas de los originales, que imiten su diseño, con materiales económicos, en tiendas de complementos para invitadas.

Calcos

Zapatos. Son negros con poca tacón. Se pueden encontrar en tiendas especializadas en zapatos para trabajar, que sean prácticos, cómodos y versátiles. En función de lo que quieras gastar, puedes encontrar una amplia variedad de opciones.



Saco

Pañuelo al cuello. En el bazar, en la mercería de tu barrio o recortando una prenda que no utilices. Es la parte más barata y fácil.

Barbosa

Camisa con chorreras. No es fácil, pero puedes reutilizar una camisa básica de casa porque con el gabriel y el saco, no se ve si es la típica.

Gabriel

Chaleco. Es la prenda más característica y una de las difíciles de localizar. En aplicaciones de segunda mano encuentras chalecos de buena calidad, prácticamente nuevos y por un precio increíble.

Mañosa

Chupa o chaqueta. Muchos no la lleva por las altas temperaturas de mayo, pero siempre podemos coger una negra que no utilices y llevarla a una costurera para que añadan los bordados típicos.

Picantes

Calcetines negros. Todo el mundo tiene unos por casa. Si no es así, debes comprarlos porque los vas a utilizar diario y no solo en San Isidro y son baratos.

Parpuga

Gorra. Hay una gran variedad de opciones en función de lo que quieras gastar. En los puestos del Rastro, puedes localizarlas de buena calidad.



El Retiro será el primer parque 'Residuo Cero'

El ayuntamiento ha iniciado el procedimiento para convertir El Retiro en el primer parque certificado como 'Residuo Cero'. Al año genera más de 2.700 toneladas de desechos que acaban mezclados en el vertedero. El proyecto se basa en la construcción de un centro de reciclaje para facilitar la recogida de residuos.



¡Último día para pujar por vehículos!

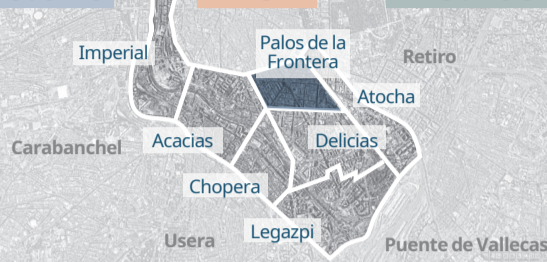
El ayuntamiento ha puesto en marcha una subasta online de más de 200 vehículos procedentes de su parque móvil, organizada por IAG Auction. La puja, abierta hasta el 7 de mayo a las 11 horas, incluye turismos, motos y furgonetas, y permite la participación de particulares y empresas. Más info en la web.

El precio de la vivienda sigue al alza: no para de subir el precio mes a mes

En el último mes ha subido el precio de venta un 0,7%, situándose el precio del metro cuadrado en 6.373 euros. con una subida trimestral del 2,9% y anual del 13,6%, según los datos de Idealista. A nivel general, Arganzuela presenta un comportamiento similar, con un precio medio de 6.334 euros el metro cuadrado..

Arganzuela - Barrios Palos de la Frontera al día

HABITANTES **26.076** EDAD MEDIA **45** VIVIENDAS **13.703**



El barrio nació como parte del proyecto del Ensanche Sur

El trazado de las calles de la zona se remonta al Plan Castro de 1860, dentro del proyecto del Ensanche sur de Madrid. Esta planificación contemplaba la creación de suelo industrial y viviendas obreras, siguiendo el modelo de zonificación social impulsado por Carlos María de Castro.

Los vecinos 'suspenden' la facilidad de aparcar en la zona

Con una nota media de 3,30 sobre 5, los vecinos de Palos de la Frontera creen que es muy difícil encontrar aparcamiento en el barrio. Son las conclusiones de un estudio de Foto-casa, donde los residentes dan un sobresaliente a la tranquilidad de la zona, la seguridad, el transporte público y la variedad de restaurantes.



LA POLICÍA MUNICIPAL NO REALIZÓ DENUNCIAS POR CONSUMO DE SUSTANCIAS

Bajan los robos, las agresiones, las peleas y la posesión de drogas

RAFA SARDIÑA

RSGOMEZ@PRENSAIBERICA.ES

Según los datos del Ayuntamiento de Madrid relativos a las intervenciones de la Policía Municipal en marzo de 2025 y marzo de 2026, se observa una evolución general descendente en la mayoría de las tipologías analizadas, con variaciones significativas en algunos ámbitos.

En primer lugar, las infracciones relacionadas con las personas pasan de 5 casos en 2025 a 4 en 2026, lo que supone un descenso del 20%, reflejando una ligera reducción en este tipo de actuaciones. En el ámbito de las infracciones relacionadas con el patrimonio, la bajada es más notable, al registrar-

se 10 casos en 2025 frente a 4 en 2026, lo que implica una reducción del 60%.

En lo relativo a la tenencia de armas, los datos se mantienen estables, sin registros en ninguno de los dos ejercicios analizados (0 casos en 2025 y 0 en 2026), lo que indica ausencia de variación en esta categoría.

Por su parte, la tenencia de drogas experimenta un descenso relevante, pasando de 12 casos en 2025 a 5 en

2026, lo que supone una reducción del 58,33%. Esta caída refleja una disminución significativa en este tipo de intervenciones policiales durante el periodo analizado.

El consumo de drogas es la categoría que registra la mayor variación relativa, al pasar de 1 caso en 2025 a 0 en 2026, lo que representa un descenso del 100% y supone la desaparición de este tipo de intervención en el periodo estudiado.

Tipo de delito	Marzo 2026	Diferencia con marzo 2025
Relacionadas con las personas	4	-20%
Patrimonio	4	-60%
Tenencia de armas	0	0
Tenencia de drogas	5	-58,33%
Consumo de drogas	0	-100%

La Policía Municipal detuvo a 29 personas

Arganzuela registra un total de 29 personas detenidas e investigadas, según los datos de la Policía Municipal de Madrid. Esta cifra la sitúa en la parte media-baja del ranking de distritos, lejos de zonas con mayor volumen como Centro (166), Carabanchel (84) o Puente de Vallecas (84). En el conjunto de la ciudad se contabilizan 879 detenciones.

9 denuncias por consumo de alcohol en la vía pública

Arganzuela registra un total de 9 intervenciones por consumo de alcohol en la calle en mayores de edad, sin casos en menores. Esta cifra la sitúa entre los distritos con menor incidencia en el conjunto de Madrid, muy por debajo de otros como Centro (972), Carabanchel (185) o Barajas (176), que concentran el mayor número de actuaciones.



Madrid se tiñe de rosa por la Carrera contra el cáncer

Un total de 38.000 mujeres, 2.000 más que el año pasado, correrán el domingo a partir de las 9:00 horas. El Ayuntamiento de Madrid declaró esta prueba actividad deportiva de especial significación ciudadana e interés general para la capital en 2024. Los fondos recaudados se destinarán a la Asociación Española Contra el Cáncer.



El paro baja y es el mejor dato de abril desde 2008

El paro en Madrid se sitúa en abril en 132.737 personas, la cifra más baja para este mes desde 2008. Supone un descenso interanual del 4,2% (-5.778 desempleados) y del 2% respecto a marzo (-2.751), según datos del SEPE recogidos por el Área de Economía, Innovación y Hacienda.

LA PÉRDIDA DEL “NOSOTROS” ES UNA DE LAS FORMAS MÁS DURAS DE SOLEDAD NO DESEADA

¿Cómo se puede reconstruir la vida cuando nos falta el otro?

Cambiar la pregunta para cambiar la respuesta

El mayor logro de los investigadores, liderados por Javier Yanguas, ha sido reformular el problema: la soledad no es solo falta de compañía, sino un fenómeno emocional, relacional y existencial. Marije Goikoetxea refuerza esta visión al destacar el papel clave de los vínculos en la construcción de la identidad.



María Teresa

«Nunca pensé que volvería a sentirme acompañada»

María Teresa tiene 80 años, fue maestra y conoció a su marido ahí. Este último tuvo siempre la ilusión de montar una agencia de viajes y, por ello, su mujer se pasó «toda la vida en la agencia. Viajamos mucho, y me gustaría seguir viajando, aunque mis piernas ya no me lo permiten», explica. Y todo cambió cuando perdió a su marido. Con sus tres hijos fuera de casa, se vio sumida en una soledad repentina para la que no estaba preparada. «Nadie está listo para la soledad. Es horroroso. Solo conoce bien la sensación el que la ha sufrido. Se me hacía grandísimo el piso, era la primera vez que me sentía así. No hablaba con nadie, ni con conocidos», afirma. Hasta que decidió ponerle solución y acudió al psicólogo. Este, le apuntó al programa Siempre Acompañados, y fue lo mejor que le ha pasado. «Me ayudaron desde el primer momento. Me han llevado donde ahora estoy, pensé que jamás me volvería a sentir acompañada», concluye.

¿Cómo se reconstruye la vida cuando desaparece el otro? El programa Siempre Acompañados de la Fundación “la Caixa”, que cumple diez años de trayectoria, aborda una de las grandes realidades silenciosas del envejecimiento: la soledad no deseada. Un fenómeno que afecta a una de cada cinco personas mayores en España y que no tiene una única forma de manifestarse. Detrás de cada caso hay historias de pérdidas, vínculos rotos, cambios vitales y redes de apoyo que se debilitan o desaparecen con el tiempo.

NO ES SOLO AUSENCIA DE COMPAÑÍA

Los expertos advierten de que la soledad no es solo ausencia de compañía, sino una experiencia emocional compleja que puede afectar a la identidad, al sentido de vida y al bienestar psicológico de la persona. Lo más importante es cómo se vive esa ausencia y qué impacto tiene. El programa propone un enfoque que va más allá de la atención puntual, basado en la escucha activa, el acompañamiento continuado y la intervención personalizada.



«La soledad no desaparece, pero la miras de otra manera», explica una de las personas que ha participado en el programa

¡HAY UNA OPORTUNIDAD!

Cambiar la forma de enfrentarnos a la soledad

La soledad no puede abordarse como un problema homogéneo ni únicamente como falta de compañía. Los expertos subrayan la necesidad de cambiar la forma en la que la sociedad la entiende y, sobre todo, la afronta. Para ello, se debe incorporar una mirada más amplia que tenga en cuenta la historia, el contexto y la situación emocional de cada persona.

Acompañar es más importante que cuidar

El acompañamiento va más allá del cuidado básico. Implica presencia, escucha y una relación significativa basada en la comprensión real de la persona. No es solo atender necesidades físicas, sino de compartir tiempo, generar vínculo y sostener emocionalmente a quien atraviesa la soledad. El acompañamiento cercano y de confianza es clave para revertir el aislamiento.

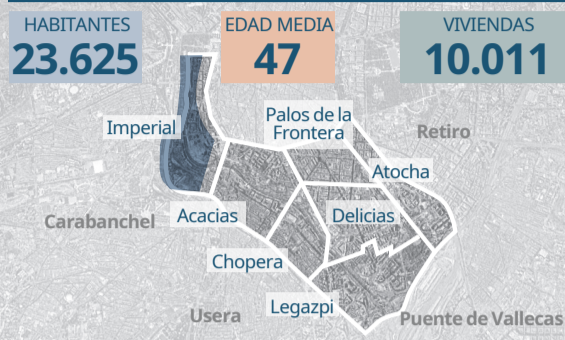
Y el objetivo es ayudar a recuperar su dignidad

El objetivo es ayudar a las personas mayores a recuperar su dignidad, evitando que se perciban como una carga para su entorno. Los especialistas destacan la importancia de reforzar su autoestima, su sentido de utilidad y su papel activo dentro de la sociedad. Sentirse escuchados y valorados es esencial para reconstruir su bienestar emocional en esta etapa de la vida.

El vacío provoca reacciones indeseadas

La ausencia de vínculos significativos puede generar un importante malestar emocional en las personas mayores. Este vacío no solo provoca tristeza, sino también miedo, inseguridad y una tendencia al aislamiento progresivo. Muchas personas acaban encerrándose en sí mismas y reduciendo su vida social, lo que refuerza los sentimientos de exclusión y desconexión.

Arganzuela - Barrios Imperial al día



El transporte y los parques es lo más valorado por los vecinos de Imperial con un sobresaliente

Según un estudio del portal inmobiliario *Fotocasa*, los vecinos de Imperial valoran muy positivamente — con un 5 sobre 5 — la iluminación de las calles, las zonas para hacer deporte, las plazas y parques, la vida con perros y el transporte público. En la otra cara de la moneda, la facilidad de aparcamiento apenas obtiene un 3,4. La oferta de restaurantes recibe una valoración de 4.



Es el único barrio de Arganzuela donde baja el precio del alquiler, aunque lo hace tímidamente

Imperial se sitúa en abril en los 22,1 €/m², en línea con la media del distrito de Arganzuela. A diferencia de otras zonas, registra una ligera caída mensual del 0,3 % y un descenso más acusado en el trimestre (-3,1 %), aunque mantiene una subida interanual del 5,6 %. El precio actual se mantiene por debajo de su máximo histórico, alcanzado en enero de 2026 (22,8 €/m²).

9.400 firmas contra la construcción del museo de la EMT en la parcela de Mahou Calderón

Los vecinos denuncian que ese terreno estaba previsto para instalaciones deportivas. Desde el consistorio se recuerda que el plan de Mahou-Calderón se aprobó durante el mandato de Más Madrid y que la parcela fue calificada como dotacional para equipamientos. Dicen que junto a la del museo existe otra parcela que sí podrá destinarse a ese uso.



4.200 familias reciben las ayudas por nacimiento

El Ayuntamiento de Madrid ha iniciado el pago a las familias madrileñas de las primeras ayudas económicas por nacimiento o adopción incluidas en el Plan de Fomento de la Natalidad y Conciliación.



Decide Madrid Joven, la app de participación juvenil

Se trata de una nueva plataforma de participación ciudadana dirigida específicamente a jóvenes y adolescentes empadronados en la ciudad con edades comprendidas entre los 14 y los 18 años.



ESTÁ EN EL BARRIO DE LEGAZPI Y TIENE 77.000 ARTÍCULOS EXTRAVIADOS

Una lotería, una máquina de apnea, un ukelele... la lista de los objetos perdidos en Madrid

6.716
EN ABRIL
DE 2025

8.034
OBJETOS PERDIDOS
EN EL ÚLTIMO MES

RAFA SARDIÑA
RSGOMEZ@PRENSAIBERICA.ES

La Oficina de Objetos Perdidos del Ayuntamiento de Madrid, situada en nuestro distrito, registró durante el pasado mes un total de 8.034 artículos extraviados. Entre los enseres recogidos en estas dependencias municipales figuran objetos poco habituales — para la sorpresa de todos — como un televisor, un respirador, un dron, un piano de viento o varias videoconsolas. Estos artículos compartieron espacio con otros igualmente llamativos como altavoces, audífonos, balones, bastones, bicicletas infantiles, un carrito de fotos, cepillos dentales eléctricos, una flauta, decimos de lotería, una máquina de apnea, prismáticos o un ukelele. La mayor parte de los objetos perdidos corresponde a artículos de uso diario: 742 gafas, 477 llaves, 494 prendas de ropa, o 459 cinturones o 315 teléfonos móviles.



Lista completa de artículos extraviados

- 5 - Agendas
- 533 - Auriculares
- 13 - Billetes extranjeros
- 1.117 - Bisutería/joyería
- 290 - Bolsas
- 170 - Bolsos
- 20 - Cámaras
- 57 - Carpetas
- 967 - Carteras/monederos
- 459 - Cinturones
- 635 - Complementos
- 203 - Documentación
- 107 - Efectivo
- 742 - Gafas
- 545 - Informática
- 107 - Libros
- 477 - Llaves
- 92 - Maletas
- 8 - Maletines
- 240 - Mochilas
- 200 - Paraguas
- 1 - Reproductor de música
- 315 - Teléfonos móviles
- 494 - Ropa



Si nadie lo reclama en el plazo de dos años, la persona que lo entregó pasa a ser su legítimo propietario

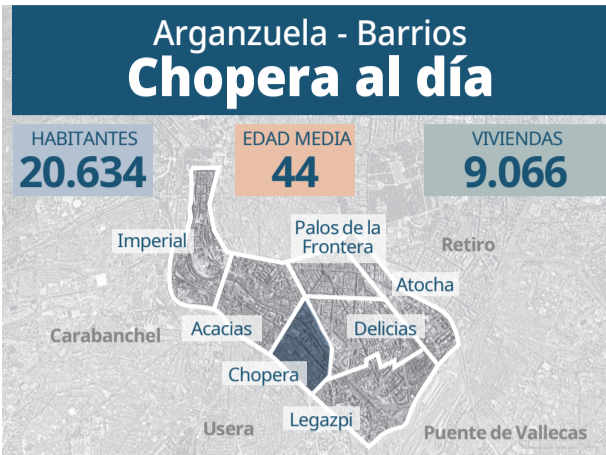
En caso de que nadie reclame su posesión durante los 24 meses, será su hallador (persona que lo encontró) quien decida si quiere quedárselo o no. Sin embargo, menos del 10% de propietarios recuperan sus pertenencias, desgraciadamente. En el caso del dinero, por ejemplo recolectado de carteras, monederos, bolsas de viajes y porta equipajes, se los queda el Ayuntamiento de Madrid para el beneficio de los madrileños y las arcas municipales. Durante su recolección, permanece oculto en una caja fuerte.

77.000 objetos extraviados en la oficina de Arganzuela

La oficina, ubicada en el barrio de Legazpi, alberga más de 77.000 artículos extraviados. La mayoría de ellos, un 52%, provienen del Aeropuerto Adolfo Suárez Madrid-Barajas. El resto, de otros medios de transporte como autobuses, metros, taxis o trenes, de buzones de Correos.

El tercer barrio más caro para alquilar un piso en Arganzuela

Con un precio de 22,3 euros por metro cuadrado, Choperase convierte en abril en el tercer barrio del distrito de Arganzuela más caro para alquilar una vivienda. Está por detrás de de Delicias, que es la zona con el precio más alto, 22,9 euros por metro cuadrado, y Palos de la Frontera, con 22,4 euros por metro cuadrado.



Todo lo que es nuestro barrio hoy lo ocupaba una isla del Manzanares

Resulta poco conocido que parte del actual barrio de La Choperá ocupaba antiguamente una isla en el río Manzanares, hoy desaparecida. Lejos de la imagen actual de un río modesto, en tiempos de Carlos III se proyectó convertirlo en una vía navegable para el comercio, conectándolo con el Tajo y el Atlántico.

El Paseo de la Choperá rinde homenaje a la actriz Florinda Chico

Una placa en el número 3 del Paseo de la Choperá rinde homenaje a la actriz Florinda Chico, quien residió allí entre 1968 y 2011. Este reconocimiento honra a una de las intérpretes más queridas del cine, teatro y televisión español. Nacida en 1926 en Don Benito (Badajoz), comenzó su carrera en los años 40.

RAFA SARDIÑA
RSGOMEZ@PRENSAIBERICA.ES

Aunque en los próximos días vuelve la lluvia a la ciudad de Madrid, con un descenso de las temperaturas —hasta 18 grados de máxima el sábado—, el «temido» cambio de armario está a la vuelta de la esquina. Y con él, también el de calzado: cambiamos las botas y los zapatos cerrados por sandalias o alpargatas. Desde el Consejo General de Colegios Oficiales de Podólogos de España (CGCOP) recuerdan la importancia de «prestar especial atención al cuidado de los pies tras los meses de invierno».

LOS PIES, «LA BASE DE NUESTRO BIENESTAR»

El cambio de calzado, de botas y zapatos cerrados a sandalias y calzado abierto, «requiere una transición cuidadosa para evitar molestias y patologías». Durante los meses de invierno, los pies permanecen ocultos y protegidos, pero con la subida de temperaturas, es habitual liberarlos. «Es fundamental recordar que los pies son la base de nuestro bienestar», explica Elena Carrascosa, presidenta del CGCOP. Y aparecen problemas como las durezas y callosidades, los hongos en las uñas o el pie de atleta. Por eso, es importante seguir estos ocho consejos a rajatabla para evitar complicaciones.



AHORA QUE YA ESTÁ AQUÍ EL BUEN TIEMPO...

Las 8 reglas de oro de los podólogos para pasar de las botas a las sandalias

1 Lo primero, visita al podólogo

Es lo que muchos olvidan, pero es fundamental. Lo primero es hacer una visita al podólogo. Esto es aconsejable para que este especialista pueda confirmar que no ha aparecido ningún tipo de anomalía. Además, es momento para eliminar durezas y callos y tratar las uñas y los talones.

2 Empieza usando un calzado intermedio

Optar por un calzado ligero que permita al pie estar más fresco y suelto. Son buenas opciones aquellos que son de tela o de pieles tratadas, los materiales técnicos cada vez más estudiados y perfeccionados, muy transpirables y que pueden evitar el exceso de sudoración en los pies.

3 Las chanclas, solo para la piscina

Aprovechar el cambio de armario para repasar el estado de las suelas del calzado de verano del año anterior y, en caso de deformidad, retirarlas o renovarlas en un zapatero. Sobre el uso de las chanclas, los especialistas del Consejo General de Podología de España recomienda su «uso limitado» al entorno acuático.

Por tanto, es aconsejable la utilización de sandalias, siempre bien atadas y con una mayor altura que la del tobillo, o las tradicionales cangrejas, en el caso de los pequeños

4 Cuida la sujeción del pie

Ahora pasamos de usar un calzado cerrado que sujeta muy bien el empeine y el talón, habitualmente con suelas

gruesas, a unas sandalias que seguramente tendrán menor agarre, una suela más fina. Y en muchas ocasiones ni siquiera llevan sujeciones adecuadas al pie, que se deben evitar para que no aparezcan problemas. El uso de sandalias sin sujeción puede provocar la ya mencionada fascitis plantar, dedos en garra o martillo, caídas y tropiezos o dolor en el talón.

5 Atención a los calcetines: sí, también en verano

Los diabéticos deben revisar regularmente sus pies. Esto se debe a que, al dejar de utilizar calcetines, pueden aparecer ampollas o heridas que, en su caso, pueden tener dificultades de cicatrización y derivar en úlceras. En su caso se debe utilizar 'pinkies' si el calzado lo permite para evitar las rozaduras. Esta recomendación es extensible al resto de población.

6 Si el calzado es nuevo... no hagas largas caminatas

Parece una obviedad, pero si vamos a estrenar un nuevo calzado, no se deben realizar largas caminatas porque en esta época del año el pie va al descubierto y no hay una barrera protectora.

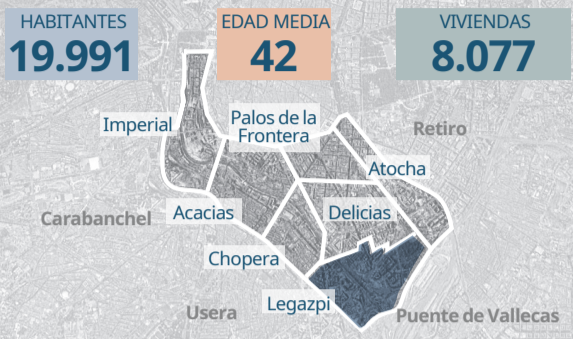
7 No olvides hidratar los pies

Un dato: la piel del talón es hasta 50 veces más gruesa que la de la cara, por eso los especialistas el uso de cremas hidratantes con al menos un 20% de urea. Además de la hidratación de esta zona del cuerpo, tampoco podemos olvidar beber agua a lo largo del día.

8 La sudoración se puede evitar: usa polvos secantes

Uno de los grandes problemas ahora es la sudoración, que también ocurre en los pies. En casos de sudoración excesiva, los podólogos explican que se deben usar polvos secantes que permitan que la humedad no se concentre en el pie. Un zapato abierto o transpirable, fabricado con materiales naturales y flexibles, también es otra buena medida. Además, se debe llevar a cabo unas correctas medidas de higiene como secarse «minuciosamente» los pies después de la ducha.

Arganzuela - Barrios Legazpi al día



Pese a la subida del 7,7 % del precio del alquiler, es el barrio más barato de toda Arganzuela

Legazpi se mantiene como el barrio más asequible para alquilar en Arganzuela, con un precio medio de 20,3 €/m² en abril de 2026, según *Idealista*. Aun así, registra la mayor subida del distrito, con un incremento mensual del 1,6 %, un 7,9 % trimestral y un notable 16,1 % interanual.



Pese a este fuerte crecimiento, sigue por debajo de zonas como Delicias o Palos de la Frontera, donde los precios superan los 22 €/m², consolidándose como la opción más económica del distrito.

¿Sabías qué?

Nuestras manos tienen entre 1.500 y 5.000 bacterias por centímetro cuadrado?



MARISA ALCAZA
enfermera de Atención Primaria

Entre 1.500 y 5.000 por centímetro cuadrado. Es la cantidad de bacterias que pueden albergar nuestras manos, por lo que la higiene es la medida más importante para prevenir la propagación de infecciones.

LAVARSE LAS MANOS REDUCE LAS DIARREAS

La OMS estima que esta costumbre elimina hasta el 80% de los microbios presentes en la superficie de la piel. Esta rutina de limpieza reduce hasta el 50% los casos de enfermedades intestinales o diarreas, y en otro 25% las infecciones respiratorias.

Con una técnica sencilla, utilizando agua y jabón o, si se dispone de ella, una solución hidroalcohólica, podemos realizar una correcta higiene de manos. Con agua y jabón, el proceso debe durar alrededor de 60 segundos.

Primero, se mojan las manos y se aplica jabón suficiente para cubrir toda la superficie. Se frota la palma con palma, entre los dedos y el dorso de las manos. Después, se friccionan los dedos, los pulgares con movimientos de rotación y las yemas sobre la palma para limpiar bien las uñas. Por último, se aclaran con agua, se secan con papel desechable y se cierra el grifo utilizando ese mismo papel para evitar la recontaminación.

Enfermedades que se pueden contagiar por manos sucias:

- Gastroenteritis
- Resfriado y gripe
- Hepatitis A
- Salmonelosis
- Parasitosis intestinales
- Conjuntivitis



Día Mundial DE LA HIGIENE DE MANOS

10 pasos que pueden salvar millones de vidas

1. Mojar las manos con agua
2. Aplicar jabón suficiente en la palma
3. Frotar palma con palma
4. Frotar palma con dorso de la otra mano y viceversa
5. Entrelazar los dedos y frotar bien entre ellos
6. Frotar los pulgares con movimientos circulares
7. Frotar las puntas de los dedos contra la palma
8. Aclarar con agua
9. Secar con papel
10. Cerrar el grifo con el papel usado para no contaminar

YA HAY 506 OFICINAS POR TODA LA GEOGRAFÍA

Eurocaja Rural llega a 6 nuevas provincias y suma ya más de 500.000 clientes



JUAN LUIS MARTÍN
JLMARTIN@PRENSAIBERICA.ES

Eurocaja Rural ha celebrado su Asamblea General Ordinaria donde los delegados presentes en el Palacio de Congresos de Toledo ratificaron, por unanimidad, la gestión social, cuentas anuales y el informe de gestión del ejercicio 2025. Con una participación que representa más del 82% del capital social, los delegados validaron también las líneas básicas sobre destino y aplicación del Fondo de Educación y Promoción (FEP) para 2026, así como fijaron las líneas estratégicas de la política general



«Nuestro crecimiento también se mide en el valor que aportamos al territorio y a las personas»

JAVIER LÓPEZ MARTÍN
PRESIDENTE DE EUROCAJA RURAL

de la Caja, junto a otros asuntos incluidos en el orden del día.

También intervino en la asamblea el director general, Víctor Manuel Martín, quien detalló un balance caracterizado por la recurrencia y la estabilidad. El activo total supera los 11.200 millones de euros (incremento del 13,48%); la inversión crediticia que alcanza los 6.770 millones de euros, con un crecimiento anual del 18,59% «reflejando nuestra vocación de financiación de la economía real, formalizándose 24.645 nuevas operaciones por importe de 2.679 millones».

Más de 260 oficinas están en municipios rurales

Eurocaja cerró 2025 con 506 oficinas en todo el país y actualmente tiene 512. Con la apertura de estas nuevas oficinas la entidad ha llegado a seis nuevas provincias: Zaragoza, Cantabria, Sevilla, Córdoba, Cáceres y Asturias. Y hay 266 oficinas en poblaciones de menos de 5.000 habitantes.

506
oficinas en 2025

512
oficinas actuales

11.2000
millones de € en activo total

6.770 millones
de préstamos concedidos

9.819 millones
recursos gestionados

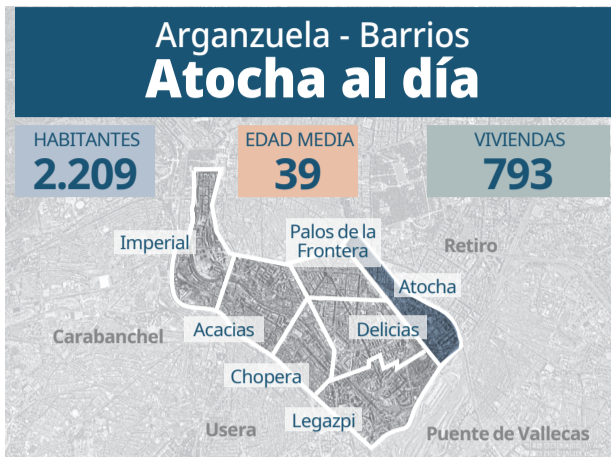
122 millones de euros
de beneficio neto

Buen gobierno como seña de identidad

Javier López Martín, presidente de Eurocaja Rural, destacó en su intervención la sostenibilidad, ética y transparencia como pilares estratégicos de la entidad. Además de que en 2025 obtuvo la máxima calificación (G++) en el Certificado del Índice de Buen Gobierno Corporativo 2.0 de AENOR, convirtiéndose en la primera sociedad no cotizada en lograr este reconocimiento. También reivindicó el papel que tiene como motor de cohesión social y apoyo al territorio, destacando la fidelidad de los clientes.

Tres meses después, vuelve el AVE entre Madrid y Málaga

La conexión directa de alta velocidad entre Madrid y Málaga se ha restablecido después de más de tres meses de interrupción. El trayecto durará 15 minutos más durante un tiempo porque aún continúan las obras. Desde Renfe explican que se circulará en vía única hasta que se logre recuperar la normalidad.



Solo se ha registrado un accidente en la glorieta del Emperador Carlos V

Según los datos del Ayuntamiento de Madrid, en este punto, uno de los que más tráfico en el barrio de Atocha, solo se ha registrado un accidente en los primeros cuatro meses del año: una colisión fronto-lateral y que además ocurrió en fin de semana. En esta misma ubicación, se produjeron ocho durante 2025.

Piden más zonas verdes para evitar el «calor extremo» del verano

Dentro de las propuestas ciudadanas para los presupuestos participativos de Madrid, se ha reclamado la creación de más zonas verdes con la construcción de alcorques anchos, plantación de árboles e instalación de sistema de riego por goteo para bajar la temperatura durante los meses de verano.

VECINOS CON HISTORIA

Arganzuela son sus vecinos y en esta sección contamos la historia de aquellos que, aunque no todos lo sepan, representan mejor que nadie a nuestro distrito. Dar a conocer de dónde vienen, lo que hacen y qué les hace diferentes nos hace estar más cerca.

PABLO TELLO
PTELLO@EPE.ES

De segundo niño ciego en un colegio de videntes a voz contra las barreras

En la década de los 70, nacer ciego aún era una terrible desgracia. «A mi madre le costó un año asumir que yo lo era y, cuando me lo diagnosticaron, fue todo un drama. Creo que a día de hoy aún no lo ha superado del todo», señala Jonatan Armengol, periodista, crítico gastronómico y chef. Nació en Barcelona en 1976, una época en la que los niños invidentes estaban destinados a vivir en la marginalidad más absoluta: «Visitamos a todos los médicos, curanderos y chamanes que mis padres pudieron pagar. También peregriné a Lourdes y Fátima, pero nada». Cuando llegó el momento de escolarizarlo, en España había únicamente cuatro colegios para niños sin vista: en Pontevedra, Madrid, Alicante y Sevilla. «Lo habitual era internarlos y enseñarles braille. Para mí eran un gueto, ya que esos niños salían a un mundo para el que nadie les había preparado», añade.



Calo, mucho más que un perro guía

A base de encontrar situaciones de abuso en espacios públicos, Jonatan confiesa haberlas normalizado. Por eso, siempre va grabando su día a día que comparte en redes sociales. «Me he topado con gente que le molesta que yo entre en los autobuses públicos, restaurantes y supermercados con Calo, mi perro guía».

«SIN SEGREGACIÓN»

Su madre, negada a aceptar ese destino para su hijo, trató de matricularlo en un colegio privado con niños que veían. Fue allí donde, juntos, se toparon con la primera piedra de un camino. «Soy el segundo niño ciego de España que consiguió ir a un colegio de videntes y, aunque sufrí bullying y no tuve más que desventajas, algo debió ir bien, ya que a día de hoy ya no hay segregación».



Jonatan Armengol vive en el barrio de Choperá y le dijeron de pequeño que su ceguera sería un límite. Ahora es influencer

- Es periodista, crítico gastronómico y creador de un canal de cocina único
- Su denuncia a un taxista ha acabado en los tribunales
- Dice que Madrid sigue sin ser «plenamente accesible»



El ejemplo de accesibilidad es Asia

En su luna de miel en Japón descubrió que la accesibilidad es mucho más que braille y perros guía. «Allí es real. En España creemos que somos unos genios y la realidad es que somos unos ignorantes en este tema. Allí todas las aceras tienen marcas para que no nos desviemos, hay relieves en la entrada de cualquier establecimiento».

Una infancia marcada por el bullying

La ONCE destinó recursos para su aprendizaje y desarrollo en la escuela a base de prueba y error. «Ahora está más normalizado nacer ciego».

Aprender a vivir, y a cocinar, desde cero

Jonatan llegó a Madrid con 19 años sin saber cocinar, descubrió lo que era una freidora a la fuerza. «A mi hermano le enseñaron con 11 años, pero a mí no».

El primer canal de cocina para invidentes

Es la primera persona invidente en ponerse al frente de un canal de cocina en YouTube: «En una sociedad tan globalizada es difícil decir que eres el primero en algo».

El día que todo se hizo viral

Un incidente con un taxista, que no le dejó subir con su perro guía, se viralizó tras denunciarlo y disparó su fama: pasó de 10.000 a más de un millón de seguidores.



Los vecinos ponen una nota de 8 a la seguridad

En una encuesta realizada por el Ayuntamiento de Madrid a los vecinos de Arganzuela, éstos puntúan con un ocho sobre diez la seguridad en el distrito por el día, mientras que baja por debajo de un notable (6,90) al ser preguntados por la sensación de seguridad durante la noche. Ha descendido medio punto desde 2025.



La vivienda es el principal problema para Arganzuela

Los vecinos, de acuerdo a los datos publicados por el consistorio madrileño, dicen que su principal problema ahora mismo es la vivienda, seguido del tráfico o los atascos, y la contaminación del aire. En 2024, era la limpieza, la contaminación del aire y el tráfico o los atascos.

Publicidad

HIPOTECAS

toma nota

- Ir a Eurocaja Rural
- Que me informen personalmente
- Y conseguir la financiación que necesito



Entrar y
preguntar