



*Pedaleando  
ininterrumpidamente, desde  
el 18 hasta el 25 de diciembre  
por un mundo más justo*

Velódromo del Val - Alcalá de Henares

*Proyecto Tumbaju Solar*

# Proyecto YungaSolar

*José Angel Garrido Vázquez*

## PEDALEANDO ININTERRUMPIDAMENTE

Desde las doce de la mañana del jueves 18 de diciembre hasta las doce de la mañana del jueves 25 de diciembre en el Velódromo del Val de Alcalá de Henares



*José Angel Garrido Vázquez*  
*e-mail: [jaciclismo@hotmail.com](mailto:jaciclismo@hotmail.com)*  
*Móvil: 678002004*

Durante una semana, desde las doce de la mañana del jueves día 18 de diciembre, hasta las doce de la mañana del jueves día 25 de diciembre, voy a permanecer circulando sobre una bicicleta, de manera ininterrumpida, en el Velódromo del Val de Alcalá de Henares, sito en la Avenida del Val número 4 de la mencionada localidad madrileña.

La justificación de esta acción tiene varias vertientes:

#### **PRIMERO**

Si el hecho de que en esas fechas “*especiales*”, una persona permanezca realizando dicha acción, genera cierta reflexión personal y, de ahí, se deriva un acercamiento, una empatía hacia los más desfavorecidos, los olvidados, los excluidos, los perdedores de este mundo “globalizado”, a nivel personal, me compensará sobradamente el esfuerzo.

#### **SEGUNDO**

Entrar en sintonía con el respeto al medioambiente mediante la utilización de energías “amigas” como es el uso de la bicicleta y la Cocina Solar.

#### **TERCERO**

De la mano de la repercusión que espero tenga, durante los días de mi permanencia, en diferentes medios de comunicación (el ciclista Pedro Delgado, amigo desde hace muchos años y persona comprometida, me acompañará en la mañana del inicio), deseo conseguir de alguna entidad, empresa, organización, etc., la financiación para poder implementar un nuevo taller de fabricación de Cocinas Solares en Bolivia como ya he realizado en numerosas ocasiones anteriormente.

Una Cocina Solar:

- \* *Evita que las mujeres y niños caminen cada día hasta seis horas para buscar leña.*
- \* *Los niños disponen de más tiempo para asistir a la escuela.*
- \* *No se generan humos que repercuten negativamente en la salud de las familias campesinas.*
- \* *Permite hervir agua haciéndola potable para el consumo humano.*
- \* *Evita la deforestación y agresión al medioambiente.*
- \* *Una cocina solar evita, cada año, la emisión de hasta cuatro toneladas de gases de efecto invernadero.*
- \* *Mejora la economía familiar al disponer de tiempo para el desarrollo de otras actividades.*
- \* *Se fabricarán en Bolivia con mano de obra boliviana y materiales, fundamentalmente, localizados en Bolivia con lo que se rompen las dependencias exteriores.*

***... y todo ello gratuitamente, el sol llega puntualmente cada mañana***

## ***Breve resumen de otros proyectos que he desarrollado***

---

Desde hace más de veinte años, a nivel personal, vengo implementando proyectos de cooperación al desarrollo de diversa índole. Adjunto una breve reseña de alguno de ellos, en los que he trabajado en diferentes cometidos, asumiendo su puesta en marcha en origen, localización de la financiación e implementación en destino.

### ***Limpieza del Monte Everest 93'***

Durante el desarrollo de este proyecto, cuatro españoles y cien sherpas, durante un mes, retiramos tres toneladas de basura de esta emblemática montaña, así como del Ama Dablan y Pumori.

Este material fue bajado a lomos de yaks para proceder a su reciclado en la ciudad nepalí de Khatmandu.

### ***Limpieza de la Sierra del Guadarrama 93'***

Acompañados por seiscientos escolares y los ciclistas Pedro Delgado y Antonio Martín, procedimos a limpiar los lugares más singulares de la sierra madrileña, retirando durante ese fin de semana más de siete toneladas de basura que fueron depositados en los lugares pertinentes para su posterior reciclado.

### ***Limpieza del Monte Aconcagua 94'***

A finales del verano andino, junto a mi hermano Roberto, durante un mes, retiramos una tonelada de basura del campo base de esta emblemática montaña. Este material, posteriormente fue bajado hasta la localidad de Puente del Inca a lomos de mula para su reciclado.

### ***Marcha ciclista NAMASTE (Barcelona Madrid en bicicleta) 94'***

Durante la Navidad del 94', recorrí, en 30 horas, los 600 kilómetros que separan Barcelona de Madrid para recaudar fondos destinados a la puesta en funcionamiento de un pequeño centro de salud en la localidad himalayí de Namche Bazar (Nepal).

### ***Proyecto Namaste, 95'***

Con la misma finalidad de la *Marcha Ciclista Namaste*, permanecí pedaleando durante una semana ininterrumpidamente en el Velódromo del Val, en la localidad de Alcalá de Henares, recorriendo 2.000 kilómetros y dando 5.000 vueltas al citado velódromo.

### ***París-Madrid (Alcalá de Henares), en bicicleta 95'***

Como un pequeño regalo navideño, al que así quisiera entenderlo, recorrí los 1.200 kilómetros que separan las mencionadas capitales durante 90 horas ininterrumpidas en la Navidad del 95'.

### ***Proyecto CHASQUI 01'***

En la Navidad del 01' viajamos tres personas hasta **Bolivia** para poner en funcionamiento una pequeña Aula Educativa, con ocho ordenadores Macintosh. Esta pequeña escuela, desde entonces, permite el acceso a la informática básica a niños de zonas rurales.

### ***Aula de informática en el Hospital del Niño Jesús 03'***

En este hospital en el que son tratados niños con enfermedades muy graves, instalamos un aula de informática con dieciseis ordenadores Macintosh.



### ***Proyecto DOS RUEDAS Y UN DESTINO 03´***

En la Navidad del 04´, recogí un gran número de bicicletas de montaña que, tras ser puestas a punto, envié a una comunidad muy pobre de la zona norte de Chile. Estas bicicletas en manos de esos niños les facilitan su acceso a la escuela, librándoles de las largas caminatas diarias de varias horas.

### ***Proyecto QUIPU 03´***

En el verano del 03´, viajamos hasta **Bolivia** cuatro españoles. Instalamos un aula de informática en la localidad de Carmen Pampa, un pequeño pueblo del Municipio de Coroico, en la provincia de NorYungas, y que, dado su enclavamiento, constituye un punto de paso y contacto para infinidad de jóvenes de esa zona subtropical del norte boliviano.

### ***Aula de informática en el Hospital de San Rafael 04´***

Al igual que en el Hospital del Niño Jesús, en este hospital en el que son tratados niños con enfermedades muy graves, terminales, instalamos un aula de informática con ordenadores Macintosh.

### ***Proyecto TIAWUANAKU 04´***

Durante el verano del 04´, cuatro personas viajamos hasta **Bolivia** para proceder a instalar cientos de ordenadores en dieciseis Unidades Educativas repartidas por la geografía del Municipio de Coroico, en la provincia de NorYungas.

### ***Proyecto SOLIN 04´***

Durante seis meses del 04´, recorrí **Bolivia** y Argentina en bicicleta, impartiendo talleres gratuitos para la fabricación de Cocinas-Horno Solares de Acumulación.

### ***Proyecto INTI 05´***

Durante seis meses del 05´, permanecí en **Bolivia**, más concretamente en la ciudad de Potosí, poniendo en funcionamiento un pequeño taller de fabricación de Cocinas Solares de Concentración. Este taller actualmente sigue su andadura de manera totalmente autosuficiente y autogestionado.

### ***Proyecto TAMBO 06´ / 07´***

Durante cinco meses del 2.006´ y 2.007´, permanecí en **Bolivia** implementando un nuevo taller de fabricación de Cocinas Solares de Concentración en la ciudad de Potosí. En paralelo se ha desarrollado otro taller de fabricación de Cocinas Solares en la Municipalidad de Tinguipaya del departamento de Potosí.

### ***Proyecto CHICLAYO 07´ / 08´***

Durante cuatro meses del 2.007´ / 2.008´, permanecí en Chiclayo (Perú), implementando un taller de fabricación de Cocinas Solares de Concentración. Este taller actualmente sigue su andadura de manera totalmente autosuficiente y autogestionado.

### ***Proyecto GUATEMALA 09´***

Este proyecto, auspiciado por la UNESCO y el CIP-Ecosocial, me permitió impartir varios talleres de fabricación de Cocinas-Horno Solares de Acumulación en territorio guatemalteco.

### ***Proyecto LARO SOL 10´ / 11´***

Este proyecto se desarrolló en la ciudad de Tacna (Perú), implementando un nuevo taller de fabricación de Cocinas Solares de Concentración.



# META 2MIL



225 PTAS. AÑO VIII. Nº 406

PERIODICO DE CICLISMO

DEL 12 AL 18 DE DICIEMBRE DE 1995

EN ALCALÁ DE HENARES SE CELEBRARÁ LA NAVIDAD CON UNA GRAN FIESTA DEPORTIVA COMO GESTO DE SOLIDARIDAD CON LOS MÁS NECESITADOS

## José Angel Garrido, una llamada a las conciencias

● «Llegaré en 90 horas ininterrumpidas desde París hasta Alcalá de Henares el día 25 para hacer reflexionar a la gente sobre el mundo tan injusto que estamos creando»

RAFA LOPEZ-FRANCES. M2M

Cuando los valores imperantes en una sociedad se basan en el bienestar propio y el consumismo desahogado, resulta gratificante observar altruistas comportamientos de locos idealistas que pretenden aportar su granito de arena para construir un mundo mejor más habitable y solidario. Un ciclista madrileño desea hacer reflexionar a cuantos se hagan eco de esta llamada a las conciencias.

José Angel Garrido es un aventurero idealista que correrá en bicicleta de París a Madrid desde el 22 de diciembre a las doce de la noche. Mientras, Jorge Rodríguez correrá a pie de Vigo a Madrid desde el 19 de diciembre. Ambos deportistas esperan llegar a Alcalá de Henares el 25 de diciembre a las 18.00 horas.



José Angel Garrido, con Eduardo Chozas y su hija

### Por un mundo más habitable y solidario

Un total de 90 horas de esfuerzo ininterrumpido desde París hasta Alcalá de Henares. Orleans, Burdeos, San Sebastián, Villaba, Pamplona, Zaragoza, Guadalajara serán las ciudades que recibirán un "Mensaje de Buena Voluntad".

«Con este gesto —comenta José Angel Garrido— me gustaría conseguir captar la atención de una sociedad que en Navidad utiliza a los niños únicamente como elementos de consumo y en la que cada vez es mayor el número de viejecitos que deambulan solitarios por las calles de las ciudades porque son vejados y abandonados por sus familiares más próximos. De esta manera, el concepto "la Navidad es una fiesta familiar" deja de tener sentido en esta jungla cada vez más desmembrada.

Creo que en Navidad no somos mejores, como rezan los abrumados anuncios publicitarios».

El final de esta marcha será en Alcalá de Henares, porque el ayuntamiento Complutense es el principal patrocinador de la aventura deportiva-solidaria. El consistorio de Alcalá está realizando la captación de alimentos y medicinas para Bosnia. El día de Navidad saldrá un convoy con todos los enseres recogidos hacia las devastadas tierras herzegovinas. La partida del cargamento solidario coincidirá con la llegada de los dos deportistas, de modo que la fiesta en Alcalá será por todo lo alto.

«Estamos en contacto con la embajada francesa en Madrid para que nos dejen subir a la Torre Eiffel con la bicicleta. Pero, como se han producido grandes huelgas de transporte y están muy castigados por el terrorismo integrista, este objetivo parece complicado», co-

mentó José Angel Garrido.

A parte del consistorio de Alcalá, los demás colaboradores en esta aventura son Morver, Karhu, Alimentación Sarriveri, pilas Cegasa y teléfonos Nokia.

### Las ONGs asustan al mundo de las finanzas

Garrido no pertenece a ninguna ONG porque éstas son unas siglas que asustan a las firmas que pueden colaborar en proyectos altruistas. Al moverse junto a su hermano como independiente, encuentra más puertas abiertas. El madrileño que nació el mes de febrero de 1955 lleva una extensa carrera de movilizaciones en favor de los más necesitados. Este mismo año participó en la limpieza del campo base del Aconcagua y promovió la puesta en marcha de un hospital en Burkina Faso.

# EL PAÍS

SABADO 24 DE JUNIO DE 1995

DIARIO INDEPENDIENTE DE LA MAÑANA

Redacción, Administración y Talleres: Miguel Yuste, 40 / 28037 Madrid / T: (91) 337 82 00 / Precio: 110 pesetas / Año XX, Número 6 623

EDICIÓN MADRID

## RÉCORD

### Un escalador pedaleará 162 horas por un hospital en Nepal

J. BARRIO, Alcalá de Henares



Conseguir financiación para construir un pequeño hospital en la base del monte Himalaya, en Nepal, se convirtió en una obsesión para José Ángel Garrido, de 40 años. Garrido sufrió hace dos años en su propia carne la falta de atención médica ante cualquier enfermedad en aquella zona. Él padeció un edema pulmonar que casi le cuesta la vida.

Este es el motivo que llevó ayer a este madrileño a subirse a una bicicleta a las seis de la tarde en el polideportivo Virgen del Val de Alcalá de Henares (166.000 habitantes), de la que pretende no bajarse, ni de día ni de noche, hasta el próximo día 30 a las doce del mediodía, en total 162 horas ininterrumpidas, "si el cuerpo aguanta", puntualiza José Ángel.

Este enamorado del Himalaya no estará solo. Jorge Rodríguez, compañero de escalada, correrá a su lado todo el tiempo que Garrido se mantenga sobre la bicicleta dando vueltas a una pista deportiva. Los objetivos son dos: llamar la atención sobre la situación de los habitantes de aquel lugar y buscar financiación para el centro médico.



# EL MUNDO

DEL SIGLO VEINTIUNO

ANJO UN NUMERO 2.657 PÉGOS/ 131 PFS. CON MAGAZINE. 275 PFS. 100R PFM. 80 PFS. MAG

Lágar repetido sobrar más tardía. (San Indoro)

MAYO, DOMINGO 1 DE JULIO DE 1966

ALCALA DE HENARES/Quiere recaudar fondos para un centro de salud en el Himalaya

## Siete días de pedaleo

*El ciclista José Angel Garrido estuvo una semana subido a su bici*

PLAB BANO  
CORRESPONDIENTE

ALCALA DE HENARES.— Hace dos años, en una expedición de limpieza en el campo base del Everest, el madrileño José Angel Garrido, de 40 años, padeció un colera patológico. «Estaba a punto de perder la vida y vi que la situación de amistad que hay en aquella zona del Himalaya es increíble, sin acceso a una muestra aséptica», afirmó a EL MUNDO José Angel.

Desde entonces, con una intención, como compensación imperiosa frente a la asociación para conmemorar a la gente y encontrar un sponsor para el proyecto «Namaste», con el que pretende abrir un centro de Salud en el Himalaya. Así, en Navidades, José Angel Garrido recorrió la distancia de Barcelona a Madrid en bicicleta. Ahora, desde las 6 de la tarde del pasado viernes, ha estado dando vueltas y más vueltas sobre su bici en el velódromo municipal de «El Vial», de Alcalá de Henares.

A su lado, ha estado andando

15, porque él no le da perezoso volver a empezar. Tres firmas apoyaron en este intento, dos de material deportivo (Miles VR y Karhu) y una de alimentación (Santitas).

En total ha recorrido un total de 2.000 kilómetros. Ha dado un total de 5.000 vueltas. El también ciclista José Rodríguez ha recorrido 610 kilómetros andando en el

misma velódromo y ha dado 1.525 vueltas al mismo. En total han estado dos siete días contabilizando un total de horas y han descumulado un total de 8 horas. La cuenta bancaria donde se pueden depositar donativos para lo que quieren hacer es el número 1961610 del Banco de Sabadell en la Agencia de Arturo Soria en Madrid.



José Angel Garrido, en un momento de la dura prueba.

José Angel Garrido













