

Con 110 años, Inocencia Zofío, la mujer más longeva de Madrid os desea... ¡Feliz Navidad!!

Conoce la emocionante historia de la celebración de su 110 cumpleaños en pleno confinamiento por el covid-19

Páginas 12-13



Síguenos en
vivir_madrid



vivir Madrid

vivir Ediciones *vivir* Alcorcón *vivir* Fuenlabrada *vivir* Getafe *vivir* Leganés *vivir* Móstoles *vivir* Arroyomolinos Periódico independiente gratuito-Nº 20-Diciembre 2020

El mercadillo de la Plaza Mayor vuelve por Navidad

Desde finales de noviembre, la ciudadanía de Madrid puede visitar el tradicional Mercadillo de Navidad de la plaza Mayor. Organizado desde hace varias generaciones por la "Asociación del Mercado Navideño de la Plaza Mayor", la pandemia no es un impedimento para que sus puestos ofrezcan infinidad de propuestas como decoración o artículos de broma. Eso sí: con menos puestos, menos aforo y un riguroso cumplimiento de las normas higiénico-sanitarias, mascarilla incluida. Así, el mercado ha reducido los puestos en un 50 % para poder ampliar la distancia entre ellos. Permanecerá abierto hasta el 31 de diciembre.



Página 4

De lunes a jueves de 10:30 a 21:00 horas y viernes, sábados, domingos y vísperas de festivo de 10:30 a 22:00 horas

Además...

Actualidad

Completada la ampliación de BiciMAD

Página 7

Comunidad

Suspendidas las campanadas en la vía pública

Página 8

Deportes

La San Silvestre Vallecana se pasa al formato online

Página 21

RBR Abogados S.L.

Somos un bufete formado por un equipo altamente cualificado con una larga experiencia en el sector. *Deje que solucionemos sus problemas.*

Consúltenos sin compromiso llamando al teléfono:

• 91 745 21 10 •

Mercantil
Penal
Administrativo

Fiscal
Laboral
Financiero

Paseo de la Castellana 114, 6º-1 · 28046 · Madrid · www.rbrabogados.com · info@rbrabogados.com



Staff

Síguenos en
vivir_madrid



Socio Corporativo Premium del Club
Cámara de Comercio de Madrid



Contacta con nosotros:
91 005 39 85 - info@vivirediciones.es

Puedes proponer noticias y eventos a:
redaccion@vivirediciones.es

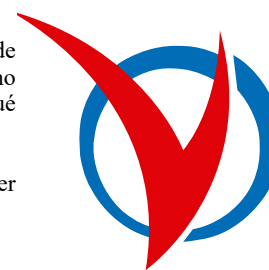
Depósito legal: M-37095-2015

Respetamos la propiedad intelectual de los textos e imágenes. Si piensas reproducir total o parcialmente parte de los contenidos, cita la fuente y avísanos. Estaremos encantados de ayudarte.

vivirediciones.es

VIVIR EDICIONES no se responsabiliza de la opinión vertida por sus colaboradores, no influye en sus comentarios ni tiene por qué compartirlos.

El papel es reciclado. Si te quieres deshacer del periódico, llévalo a un punto limpio.



SEGUIMOS CON NUESTRO ESPECIAL ENTREVISTAS...

vivir Ediciones
TU PERIÓDICO GRATUITO INDEPENDIENTE

- 👍 **Teo Martín**, empresario automovilístico
- 👍 **Aranzazu Serrano**, escritora de fantasía épica
- 👍 **Eduardo Zamácola**, Presidente de ACOTEX
- 👍 **Miguel Garrido**, Presidente de CEIM
- 👍 **Javier Ramos**, Rector de la URJC
- 👍 **Pedro García Aguado**, medallista olímpico
- 👍 ¡Y más por confirmar!

Javier Ramos (Rector URJC): "Toda la Universidad, cada persona que trabaja en ella, se ha movido alrededor de sus hospitales"



Miguel Garrido (CEIM): "Es admirable el comportamiento de muchas empresas que están ayudando a los más necesitados"



YA DISPONIBLES EN VIVIREDICIONES.ES

Volvemos a...

Síguenos en
vivir_Ediciones



vivirEdiciones

vivirEdiciones vivirAlcorcón vivirFuenlabrada vivirGetafe vivirLeganes vivirMostoles vivirArroyomolinos

Periódico independiente gratuito

La Cámara de Comercio de Madrid y la editorial Vivir Ediciones firman un convenio de colaboración

La editorial ha pasado a ser socio corporativo premium del Club Cámara de Comercio de Madrid

■ La Cámara de Comercio, Industria y Servicios de Madrid y la editorial Vivir Ediciones han firmado un convenio de colaboración. Vivir Ediciones contará con un expositor exclusivo de su periódico Vivir Madrid en la sede del Club Cámara de Madrid. Además, la editorial trabajará muy de cerca con las empresas asociadas al Club con el fin de seguir ofreciendo la mejor información a todas nuestras lectoras y lectores, así como contribuyendo al fortalecimiento del tejido empresarial madrileño desde una prensa comprometida y responsable.

➔ **Página 6**



Además...

Actualidad

La cabecera "vivir Madrid" cuenta con un expositor exclusivo

➔ **Página 4**

Publicidad

Los socios del Club disfrutan de descuentos especiales

➔ **Página 9**

Branded content

Entrevistaremos a los empresarios más influyentes de Madrid

➔ **Página 15**

HAZ CRECER TU NEGOCIO

ANÚNCIATE desde
49 euros/mes

vivirEdiciones



Nuestro municipio

Esperanza y magia, claves de la iluminación navideña

Un total de 10,8 millones de bombillas LED adornan calles, plazas y edificios emblemáticos en los 21 distritos que conforman la capital

■ Un total de 10,8 millones de bombillas adornan calles, plazas y edificios emblemáticos de la capital, lo que significa más iluminación pero menos consumo energético y menor impacto ambiental, ya que todas ellas son de tecnología led.

Entre las novedades, una Menina de diez metros de altura ilumina la céntrica Plaza de Colón

Este año, a las ubicaciones de luces de siempre se suman 30 nuevos emplazamientos repartidos por los 21 distritos, entre los que se encuentran la calle Alcalá entre Sevilla y Sol; el eje Duque de Medinaceli-Jesús; las plazas Elíptica, de las Salesas, del Encuentro y de Oporto; los desarrollos de Sanchinarro y las Tablas; el mercado de Usera y o el entorno del

recién desmontado puente de Joaquín Costa-Francisco Silvela. Con ello, el número total de calles iluminadas asciende a 210 y se podrán disfrutar hasta el próximo 6 de enero.

En la plaza de Colón, se puede encontrar una enorme y luminosa Menina navideña. Sin duda, es una de las novedades importantes de este año y también de las más sorprendentes. Diseñada por Andrés Sardá, se trata de una estructura de aluminio de 10 metros de altura, 7,5 metros de anchura y 5 metros de fondo, formada por 37.720 lámparas de tonalidades blancas a modo de lentejuelas junto a bolas de color plata y diamantes de plástico translúcido.

En la decoración del eje Prado-Recoletos los tonos rojo y amarillo son protagonistas. En este punto, a lo largo de casi 800 metros, 249.000 bombillas led iluminan una gran ban-

dera de España. Pero no será la única enseña española que alumbra y se convierte en símbolo navideño. Hay tres más: dos de ellas se encuentran en los puentes de Joaquín Costa, con 480 metros de largo, y de Raimundo Fernández Villaverde, con 376 metros, y una tercera junto al Centro Cultural Fernán Gómez, formada por 350 metros de bombillas.

En la confluencia de dos de las principales arterias comerciales de Madrid, las calles Alcalá y Gran Vía, se encuentra

A lo largo de casi 800 metros, 249.000 bombillas iluminan la bandera de España

una gran bola luminosa de vídeo mapping que cuenta con un nuevo espectáculo visual



dedicado a los Reyes Magos. Esta gran bola de luz es un regalo para los sentidos porque al impacto visual que suponen sus miles de bombillas hay que unir el espectáculo musical que ofrece. Y lo mejor es que este año la animación es continuada y no con pases horarios para evitar las aglomeraciones. Además, a los cientos de arcos, casi cien kilómetros de cadenas, 12 abetos y 119 almendros, se suman belenes

figurativos que ya se incorporaron el año pasado en la plaza Mayor y en las puertas de Alcalá, Toledo y San Vicente.

La Navidad no se vive solo en el centro de la ciudad: este año la iluminación brilla más que nunca en los 21 distritos de Madrid, donde el alumbrado navideño servirá de apoyo al comercio de proximidad, animando a las vecinas y vecinos a realizar sus compras navideñas en los comercios locales.

Vuelve el Mercadillo de la Plaza Mayor, esencia de la Navidad en la capital



■ Desde finales de noviembre, la ciudadanía de Madrid puede visitar el tradicional Mercadillo de Navidad de la plaza Mayor. Organizado desde hace varias generaciones por la "Asociación del Mercado Navideño de la Plaza Mayor", la pandemia no es un impedimento para que

Por primera vez, convivirán los puestos con las terrazas

sus puestos ofrezcan infinidad de propuestas como decoración o artículos de broma. Eso sí: con menos puestos, menos aforo y un riguroso cumplimen-

to de las normas higiénico-sanitarias, mascarilla incluida. Así, el mercado ha reducido los puestos en un 50 % para poder ampliar la distancia entre ellos. Cuenta con 56 casetas y permanecerá abierto hasta el 31 de diciembre en horario de lunes a jueves, entre las 10:30 y las 21 h. Los viernes, sábados, domingos y vísperas de festivo, permanecerá abierto de 10:30 a 22 horas. También como novedad, las terrazas convivirán con los puestos para permitir a los visitantes hacer una pausa y degustar las variedades gastronómicas de la zona. Para la correcta ubicación de ambas partes, las terrazas retrocederán 1,5 metros en la plaza.

Matadero repite un año más con una pista de hielo de 600 m²

■ Este año vuelve la pista de hielo de Matadero, uno de los epicentros de las actividades de la programación navideña del Ayuntamiento de Madrid. La apertura fue el pasado sábado 5 de diciembre y estará operativa hasta el 10 de enero en horario de 11:00 h a 21:00 h (el horario puede verse afectado en función de las condiciones meteorológicas). La pista permanecerá cerrada los días 24, 25, 31 y 1 de enero. Las entradas tienen un precio de 6 euros, que incluyen el alquiler de patines y guantes así

como el uso de la pista durante media hora.

El Área de Cultura, Turismo y Deporte ha adaptado la pista a las circunstancias actuales para que los amantes de los patines disfruten de este espacio cumpliendo siempre con las estrictas medidas de seguridad sanitaria. De esta forma, se ha dotado de más personal a la atracción para así poder gestionar el flujo de visitantes. La pista cuenta con una limpieza continua y un sistema de sillas numeradas para dejar los zapatos y los patines.

Asimismo y como novedad con respecto a la edición anterior, habrá dos zonas de cambio de patines para garantizar la distancia de seguridad. Estos espacios se limpiarán y desinfectarán después de cada pase y se han dispuesto hidrogeles en

La pista permanecerá abierta hasta el próximo día 10 de enero

distintos puntos de la instalación. El acceso a la atracción se realizará siempre con mascarilla para garantizar la seguridad sanitaria de los usuarios.

Las entradas pueden adquirirse en la página web www.entradas.com y, a partir del 11 de diciembre, fecha en la que se presentará la programación navideña, también podrán adquirirse en la página web www.navidadmadrid.com. Si bien las entradas pueden comprarse también en taquilla, se recomienda hacerlo *online* para agilizar el acceso, evitar colas y facilitar la organización.



El acceso a la atracción se hará siempre con mascarilla y los espacios se desinfectarán después de cada pase de media hora



**REUNIÓN FAMILIAR SIN PROTECCIÓN
=
ENTERRAR A TU ABUELA**

Reduce la actividad social y familiar a lo estrictamente necesario, guarda distancia física y usa mascarilla. Ventila la vivienda con frecuencia.



**Comunidad
de Madrid**

Benito: “El Ayuntamiento vuelve a dejar sin ayudas de comedor a las familias vulnerables”



■ El concejal socialista Ignacio Benito, responsable de Educación en el Grupo Municipal Socialista, ha denunciado hoy la “insensibilidad” del Gobierno municipal al publicar las cuotas de las escuelas infantiles para el curso 2020/2021 sin incluir la exención o reducción del coste del comedor para familias vulnerables. Y ello a pesar de que el pleno aprobó en octubre fijar precios reducidos o exenciones en el pago de la cuota de comedor escolar a las familias perceptoras del In-

greso Mínimo Vital y a las que se encuentren en situación de ERTE o desempleo. El pasado 27 de octubre, el Pleno del Ayuntamiento de Madrid aprobó con los votos de PSOE, Más Madrid y Vox una Proposición del Grupo Municipal Socialista para establecer precios reducidos o exenciones en el pago de la cuota de comedor escolar a estas familias, en el caso de que sus hijos e hijas estén escolarizados en las escuelas infantiles de la red municipal o en plazas financiadas con fon-

dos del Ayuntamiento de Madrid en centros privados.

Sin embargo, la resolución publicada el pasado miércoles por el Área de Familias, Igualdad y Bienestar Social no establece reducciones ni exenciones concretas en la cuota de comedor que deben pagar las familias en las escuelas infantiles municipales. “Se limita a decir que la cuota de comedor será de 96 euros mensuales y será abonada por todas las familias a excepción de aquellas que resultan exentas o beneficiarias de reducción, sin enumerar los supuestos que dan lugar a exención o reducción del pago de la cuota de comedor como sí lo hace en cambio con la cuota por horario ampliado”, explica el responsable de Educación.

Martínez-Almeida recibe el premio Cermi.es 2020

■ El alcalde de Madrid, José Luis Martínez-Almeida, ha recibido el premio Cermi.es 2020 que el Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI) ha concedido al Ayuntamiento en la categoría de Accesibilidad Universal. El galardón reconoce al Consistorio “por la creación de la Oficina de Accesibilidad, demostración del compromiso institucional de esta entidad local con un proyecto transformador que convierta la capital de España, con tantas demandas pendientes en materia de accesibilidad, en un espacio inclusivo y respetuoso con las

personas con discapacidad”.

En el acto de entrega han estado presentes Borja Fanjul, presidente del Pleno del Ayuntamiento de Madrid y segundo teniente de alcalde; Paloma García Romero, delegada de Obras y Equipamientos; Pepe Anierte, delegado de Familias, Igualdad y Bienestar Social; y Miguel Ángel Valero, director de la Oficina de Accesibilidad. Por parte de CERMI han asistido Luis Cayo, presidente de CERMI Estatal; Óscar Moral, presidente de CERMI Comunidad de Madrid; y María Jesús Baile, directora de CERMI Comunidad de Madrid.



Begoña Villacís pide a los madrileños vivir la Navidad en el comercio local



■ La vicealcaldesa de Madrid, Begoña Villacís, ha inaugurado el festival de escaparatismo “Las Ventanas de Madrid” que viste de luz y Navidad escaparates de más de 110 establecimientos de barrios como Las Salesas o Las Letras junto al presidente de la Asociación textil ACOTEX, Eduardo Zamácola. Esta iniciativa, “Las Ventanas de Madrid”, pretende dinamizar las tiendas de la ciudad poniendo en valor las cualidades diferenciadoras del pequeño y mediano comercio.

Villacís ha invitado a los madrileños a vivir la Navidad en el comercio local, “es la

mejor manera de ayudar a los comerciantes a salir adelante”. En esa línea, también ha pedido a los propios comerciantes “que traten de aguantar, porque la ciudad depende de que las persianas de los comercios estén abiertas”. En un momento en el que las ventas del comercio están un 42 % por debajo de las del pasado año, según ACOTEX, la vicealcaldesa ha subrayado la necesidad de paliar esas cifras realizando “las compras navideñas en nuestros comercios de siempre, porque es la mejor forma de ayudar a los comerciantes a salir adelante”.

Más Madrid reclama soluciones reales y eficaces para la contaminación de Plaza Elíptica

■ La portavoz Más Madrid en el Ayuntamiento, Rita Maestre, junto a los concejales Esther Gómez y Félix López Rey, ha presentado en Plaza Elíptica la propuesta de este grupo municipal para reducir la contaminación en la zona y hacer del

la práctica, si se llega a poner en marcha, no supondrá una mejora en la salud de las vecinas y vecinos, ya que lo único que hace es desviar el tráfico a otras calles más alejadas de las estaciones de medición y porque, en definitiva, incide en una zona muy pequeña y a muy pocos vehículos”.

En este sentido, la concejala Esther Gómez ha reclamado medidas realmente eficaces, que pasen “por apostar decididamente por el transporte público y por una importante remodelación de la A-42 y de Santa María de la Cabeza, que impliquen una reducción de la

capacidad”. “No tiene sentido una autovía por la que pasan diariamente 100.000 coches en medio de la ciudad. Apostamos por la creación, en esta carretera, de un carril bici y una vía segregada para autobuses de alta capacidad y, en definitiva, porque esta vía se transforme en una calle verde, más humana y con espacios arbolados”, ha afirmado Gómez. La edil de Más Madrid ha añadido que también es necesaria la construcción del carril bus-VAO de la A-42, así como en los laterales de entrada y de salida del tramo entre la M-40 y la plaza Elíptica.

La estación ubicada en Plaza Elíptica presenta los peores datos de NO₂

barrio “un lugar más vivible, sano y amable para las vecinas y vecinos”. Rita Maestre ha recordado que el Ayuntamiento de Madrid “no ha tomado ni una sola medida en todos estos meses para reducir la contaminación y sí ha eliminado carriles bici e intentado acabar por todos los medios con Madrid Central”. La portavoz de la primera fuerza política de Madrid ha indicado que esta propuesta para la zona de Elíptica “no se parece en nada a una Zona de Bajas Emisiones. En



Proponen transformar el acceso de entrada por la A-42 para que deje de ser una autopista urbana, construyendo un carril bici y una plataforma bus-VAO

Todos los distritos de Madrid aciertan separando la orgánica

■ Este mes ha comenzado la nueva campaña de información y sensibilización ambiental 'Acierta con la orgánica' sobre la recogida selectiva del residuo orgánico impulsada por el Área de Medio Ambiente y Movilidad. Sus destinatarios principales son los residentes, comerciantes, porteros de edificios, asociaciones, centros educativos y dotaciones municipales del distrito de Centro, el último en incorporar en sus calles el contenedor de tapa marrón. Además, se realizarán acciones informativas y educativas en los restantes distritos de la ciudad para recordar a sus vecinos la importancia de la separación de esta nueva fracción por su contribución a elevar los porcentajes de residuos reutilizados o reciclados y para agradecerles su colaboración desde el inicio del proyecto. Mediante esta campaña, que se desarrollará entre los

meses de noviembre y junio, el Ayuntamiento de Madrid culminará la implantación de la nueva recogida de los residuos orgánicos que empezó en 2017 en 17 distritos de la ciudad. Los vecinos han acogido de buen grado esta iniciativa municipal que ayuda a hacer de Madrid una ciudad más sostenible.

Los desechos, en vez de ir al vertedero, se convierten en recursos aprovechables

Un equipo compuesto por 18 educadores ambientales informará, aclarará las dudas y entregará el material divulgativo de 'Acierta con la orgánica' ya sea con las visitas a comercios y portales, en los stands informativos o en las sesiones

explicativas que se organizarán para público general o especializado. Además, están previstas actividades dirigidas al alumnado de Infantil, Primaria y Secundaria en centros educativos, así como otro tipo de acciones informativas adaptadas a la nueva situación sanitaria, por lo que se recomienda permanecer atento a los canales digitales de la campaña.

La normativa española y europea establece como objetivo a alcanzar en 2020 que un mínimo del 50 % en peso de la cantidad de residuos procedentes de hogares y comercios (papel, plástico, vidrio, orgánicos, etc.) se destine a la preparación para la reutilización y el reciclado. Por ello, la recogida selectiva del residuo orgánico es tan relevante, si tenemos en cuenta que la mitad de los residuos generados en el hogar están compuestos por materia orgánica de desecho.



Desde que Madrid comenzó la separación selectiva del residuo orgánico, se han recogido más de 300.000 toneladas, que son reutilizadas como fertilizante natural y energía (biogás)

La ampliación de BiciMAD se completa en Usera y Latina

En total, BiciMAD crece este año con 50 estaciones en 13 distritos, 22 de ellas fuera del eje de la M-30

■ El Ayuntamiento de Madrid ha puesto en marcha a estación número 222 del sistema público de bicicleta eléctrica BiciMAD en el distrito de Usera y también las estaciones 223 y 224 en el de Latina. En la inauguración han estado los coordinadores de Medio Ambiente y Movilidad, Jose Antonio Martínez Páramo y Federico Jiménez de Parga y la concejala de Usera, Loreto Sordo.

Gracias a esta ampliación llevada a cabo en 2020, BiciMAD llegó por primera vez a Usera a principios de septiembre con una estación situada en el número 129 de la calle Antonio López. Ahora, con la implantación de la estación 222 en Eugenio Caxas 12-14, se completa el plan de ampliación previsto para este distrito

para este año. Latina también ha estrenado el servicio gracias a este ambicioso plan de ampliación y además de la estación número 216 situada en la plaza Puerta del Ángel, a partir de hoy contará con dos nuevas estaciones, la 223 en el paseo Eremita del Santo, a la altura del número 48, y la 224 en la calle Caramuel, 51.

Una vez finalizada la ampliación, BiciMAD contará con 258 estaciones y 2.964 bicicletas distribuidas en 15 distritos de la capital. La ampliación de 2020 es uno de los pilares de la Estrategia de Sostenibilidad Medioambiental Madrid 360. Su impacto fuera de la M-30 es especialmente relevante "ya que 22 de las 50 nuevas estaciones, es decir, el 44%, se sitúan fuera de esta vía".



Una vez finalizada la ampliación, BiciMAD contará con 258 estaciones

En
Radio

Tentación
91.4 FM

RADIO

HORA

De lunes
a viernes,
de 07:00
a 08:30

www.radiohora.com

Con toda la actualidad y la hora exacta, minuto a minuto

 @radiohora_  @RadioHora_  @radiohora.es

Dirige y presenta: Gerardo Quintana

 @radiohora_  Radio Hora

La Comunidad suspende las campanadas en vía pública y restringe las cabalgatas de Reyes a espacios acotados

Las visitas a Belenes deberán respetar el aforo del 50% del espacio donde se habiliten y mantener la distancia de seguridad en las colas



■ La Comunidad de Madrid ha acordado la suspensión de cualquier acto para festejar las campanadas de Nochevieja en plazas o vías públicas de la región y solo se podrán organizar cabalgatas de Reyes en recintos acotados.

A partir del 5 de diciembre y hasta el 7 de enero, ha quedado limitado el aforo en los mercadillos que se organicen del 75% que estaba fijado al 50%. Además, la celebración de cualquier concierto u otro acto en la vía pública tendrá

que organizarse en un espacio acotado, con los espectadores sentados y con un aforo del 50% respetando la distancia de seguridad entre las personas. En este mismo sentido, la entrega de cartas por parte de los niños a los Reyes Magos y Papá Noel, pajes y acompañantes se tendrán que organizar con las medidas de distancia y seguridad en un espacio acotado y con un aforo del 50%.

Sanidad también ha determinado que cualquier representación de la llegada de los Reyes Magos el día 5 de enero tendrá que realizarse en un espacio acotado, con el público sentado y con un aforo del 50% respetando la distancia de seguridad. También la representación de Belenes vivientes se realizará en un lugar acotado, con los espectadores sentados y un aforo del 50% respetando

la distancia de seguridad.

Las visitas a lugares donde tradicionalmente se exponen los Belenes tendrán que res-

La entrada y salida de la Comunidad estará limitada entre el 23 de diciembre y el 6 de enero

petar el mismo aforo del 50% del espacio donde se habiliten y respetando al máximo la distancia de seguridad en las colas entre familias o grupos de seis personas.

Además, la Orden recomienda extremar la diligencia en la observancia de las medidas generales de prevención (mascarillas, lavado de manos, distancia, ventilación, minimizar contactos y permanecer

en domicilio si hay síntomas). También recomienda a la población que organice sus compras con antelación para evitar las grandes aglomeraciones en calles y centros comerciales.

A estas medidas se suman las propuestas desde el Ministerio de Sanidad, que recogen la limitación de entrada y salida de las comunidades autónomas entre el 23 de diciembre y el 6 de enero; la limitación de reuniones a un máximo de 10 personas de hasta dos grupos de convivientes los días 24, 25 y 31 de diciembre y 1 de enero, fechas a las que la Comunidad de Madrid añadirá el Día de Reyes para permitir esas reuniones; y la limitación de la movilidad nocturna entre las 01:30 horas y las 06:00 horas de los días 25 de diciembre y 1 de enero, es decir, en Nochebuena y Nochevieja.

En el mes de noviembre, 19.412 empleos nuevos y 612 parados menos

La cifra muestra una ligera reactivación del mercado laboral en el actual escenario de crisis sanitaria del coronavirus



■ La Comunidad de Madrid cerró el pasado mes de noviembre con 19.412 afiliados más a la Seguridad Social y 612 desempleados menos respecto al mes de octubre, según los datos facilitados ayer por el Ministerio de Trabajo y Economía Social. Una cifra que muestra una ligera reactivación del mercado laboral en el actual escenario de crisis sanitaria del coronavirus. De esta manera, el paro registrado en noviembre desciende un 0,1% en términos intermensuales y se sitúa en 429.796 personas, mientras que si se compara con el mismo mes del pasado año este dato supone un incremento de 86.665 des-

empleados más (+25,3%).

Además, el número de autónomos afiliados en la Comuni-

El número de autónomos crece en 1.293 personas respecto a octubre

dad de Madrid crece en 1.293 personas respecto al pasado mes de octubre. Esta subida, relacionada también con el retorno a la actividad, deja el número de autónomos de la región en 406.835, situándose por encima del nivel que el pasado mes de febrero.

Convocada una nueva edición del concurso de belenes y tarjetas navideñas para mayores

■ La Comunidad de Madrid ha convocado una nueva edición del concurso de belenes y tarjetas navideñas para mayores usuarios de las residencias y centros de día de la región. El

La edición tiene como lema "Esta Navidad, abrazos en la distancia"

objetivo de esta iniciativa, que cumple su sexta edición, es favorecer la participación de estos mayores en actividades de grupo en las que colaboren tanto con otros residentes como con los trabajadores de los centros. En ambos certámenes pueden participar todos los usuarios de residencias y centros de día para personas mayores en situación de dependencia de gestión directa o con plazas públicas dependientes de la dirección General de Atención al Mayor y a la Dependencia.

La candidatura al concurso

de belenes puede presentarse hasta el próximo 10 de diciembre y deberá incluir un máximo de cinco fotografías del Belén, su título y una descripción de los aspectos más destacados del mismo. Por su parte, el concurso de tarjetas tendrá este año dos categorías: el formato tradicional de tarjeta de felicitación y la felicitación en video. Cada participante tendrá que entregar antes del 9 de diciembre una única tarjeta o grabación bajo el lema Esta Navidad, abrazos en la distancia.

El jurado de estos concursos, del que formarán parte representantes de la Asociación de Belenistas de Madrid y técnicos de la Subdirección General de Bellas Artes de la Comunidad de Madrid, valorará la creatividad, el diseño y la elaboración de los trabajos presentados. Más de 5.000 mayores han participado ya en esta iniciativa del Gobierno regional desde su puesta en marcha en 2015. Sólo el año pasado se presentaron 426 tarjetas de felicitación y 64 belenes.



Más de 5.000 mayores han participado ya en esta iniciativa desde su puesta en marcha en 2015

¡Feliz Navidad y próspero año nuevo!



No te pierdas nuestro especial sobre los principales eventos de la Navidad en la capital madrileña

Síguenos en
vivir_ediciones



vivir Ediciones

[vivir Madrid](#) [vivir Alcorcón](#) [vivir Fuenlabrada](#) [vivir Getafe](#) [vivir Leganés](#) [vivir Móstoles](#) [vivir Arroyomolinos](#)

Portada ficticia en colaboración con la obra de teatro "El Jefe"

La empresa "Chococao" será absorbida por un fondo internacional para su expansión en el mercado global

Después de un año de negociaciones, la multinacional ha anunciado el traslado de su actividad a Estados Unidos con carácter inmediato

■ La noche de fin de año, el jefe de una gran empresa se queda encerrado en la oficina con un empleado al que acababa de despedir. Durante este encierro involuntario, se ven obligados a convivir y a pasar por las situaciones más absurdas. Después de esa noche, la vida de ambos cambiará para siempre. ¿Te gustaría decirle a tu jefe todo lo que piensas de él si no tuvieras nada que perder? En el fondo, la obra de teatro plantea un sueño que todos tenemos: romper con las ataduras hasta convertirnos en nuestro propio jefe.

📄 [Página 6](#)



Además...

Actualidad

"vivir Ediciones" regala entradas...
¡Consigue las tuyas!

📄 [Página 4](#)

Nueva temporada

"El Jefe" vuelve al Teatro Arlequín el 2 de octubre

📄 [Página 9](#)

Entradas desde 16€

Actuaciones todos los jueves, viernes, sábados y domingos

📄 [Página 15](#)

ADQUISICIONES, INVERSIÓN Y VENTA DE PROPIEDADES

Mucho más que una inmobiliaria.

En Bricker Place compartimos contigo las mejores oportunidades de inversión inmobiliaria y ponemos a tu disposición todos nuestros conocimientos técnicos y del mercado para encontrar el comprador que necesitas para tus inmuebles, tanto si son viviendas, como locales, naves, suelo, edificación...

Viviendas • Locales y naves • Suelos • Edificación • y más



BP
BRICKER PLACE
Inversión inteligente

Pº de la Castellana, 114, Esc. 1, 6º 1ª, Madrid • brickerplace.es

El PSOE-M apuesta por el medio rural como motor de la recuperación económica

Reyes Maroto: "Vamos a reivindicar a la Comunidad la necesidad de ayudar al medio rural"

■ El secretario general del PSOE-M y delegado del Gobierno, José Manuel Franco y la secretaria de Área de Economía y

Franco: "El PSOE-M sigue pendiente de los problemas, no solo de las grandes ciudades"

Empleo del PSOE-M y ministra de Industria Comercio y Turismo, Reyes Maroto, han visitado la localidad de Villa Del Prado, en la zona suroeste de la Comunidad de Madrid. Reyes Maroto ha destacado que "desde el PSOE-M vamos a reivindicar a la Comunidad de Madrid la necesidad de ayudar al medio rural. Vamos a defender que

sea palanca para la recuperación de la pandemia y defendemos que los recursos lleguen a sus alcaldes y alcaldesas, para que sea un espacio de oportunidades. El medio rural necesita un acompañamiento que, en la actualidad no existe en el programa político del Partido Popular".

Por su parte, José Manuel Franco ha señalado que "esta visita es una demostración

palpable de que el PSOE-M sigue pendiente de la sociedad y, de la mano del Gobierno de España, está implicado en los problemas, no solo de las grandes ciudades, sino de aquellos municipios que necesitan apoyo" y ha reivindicado la gran dotación presupuestaria con la que contará la Comunidad de Madrid una vez se aprueben finalmente los presupuestos generales del Estado.



En la visita, también han mantenido una reunión con alcaldes, alcaldesas y representantes de la zona noroeste de la Comunidad de Madrid

Más Madrid se reúne con la asociación Subjetividad Masculina por el 25N



■ La portavoz regional de Más Madrid, Mónica García; el portavoz en la Asamblea, Pablo Perpinyà, y la portavoz en la Comisión de Mujer, Loreto Arenillas, han mantenido una reunión de trabajo con dos representantes la asociación Subjetividad Masculina "con el fin de conocer el trabajo que hacen con hombres con enfoque de género para prevenir la violencia contra las mujeres". Esta reunión se ha enmarcado dentro de la semana del 25N, Día Internacional contra la violencia contra las mujeres, en el conjunto de actividades ex-

traparlamentarias que se van a organizar desde Más Madrid.

Tanto en la Comisión de Mujer como en los órganos de Más Madrid consideran necesario incorporar el trabajo con y dirigido a hombres al trabajo realizado desde los espacios feministas. De este modo, en este encuentro se han abordado las carencias de la Comunidad de Madrid a este respecto y se han discutido líneas específicas de intervención con hombres con el fin de luchar contra la violencia machista y por la igualdad entre hombres y mujeres.

Aguado: "Bajamos un 50% el precio del abono transporte a los mayores"

■ El vicepresidente de la Comunidad de Madrid, Ignacio Aguado, ha destacado que "el precio del abono transporte de la región para los mayores de 65 años será un 50% más barato desde el próximo 1 de enero" con respecto al inicio de la legislatura. "Se rebajará un 25%, que se suma al otro 25% aprobado el pasado año, lo que dejará el coste del abono en tan solo 6,30 euros al mes", ha destacado Aguado.

Aguado ha señalado que esta medida "ayudará a nuestros mayores en estos momentos de crisis económica", al mismo tiempo que les "animará a coger el transporte público

desde enero, cuando ojalá las cosas vayan un poco mejor". El vicepresidente regional ha subrayado que "Ciudadanos sigue cumpliendo con sus compromisos y ayudando a los que más lo necesitan para superar la crisis del COVID-19".

Asimismo, ha señalado cómo esta medida se suma a "otras de mejora del transporte público que se están acometiendo", como las paradas nocturnas a demanda en todos los autobuses regionales para mejorar la seguridad de jóvenes y mujeres o la contratación de 300 maquinistas "para seguir mejorando la frecuencia del Metro de Madrid".



Aguado: "Se rebaja un 25% que se suma al otro 25% del año pasado"

Ana Carmíns: "No permitiremos el ataque y la imposición para empobrecer a los madrileños"

■ La secretaria general del PP de Madrid, Ana Camíns, ha explicado que en la Comunidad de Madrid "no permitiremos el ataque y la imposición con el objetivo de empobrecer a los madrileños". Así ha respondido la dirigente del PP sobre la reforma fiscal que está pactando Pedro Sánchez con los independentistas catalanes.

En este contexto, Camíns ha denunciado el "chantaje intolerable que Gabriel Rufián pretende imponer al resto de comunidades para que a los españoles nos vaya peor". "No

Carmíns: "Tenemos clara nuestra receta. El PP ha estado bajando los impuestos durante 16 años"

se puede consentir que Rufián ya mande más que un ministro", ha añadido.

"En Madrid tenemos clara nuestra receta, el Partido Po-



pular lleva bajando los impuestos durante 16 años y la región se ha convertido en el verdadero modelo autonómico de libertad, prosperidad y bienestar de todos los españoles, ha afirmado". Y ha recordado como en Cataluña una persona sin hijos con una renta de 20.000 euros paga un 10,3% más que en Madrid; con dos hijos, la diferencia a favor de Madrid es del 9,2%. "Madrid lidera la economía porque es ejemplo de sociedad libre, no como Cataluña", ha subrayado.

A continuación, la secretaria general de los populares

madrileños ha puesto en valor algunas medidas que se han llevado a cabo en Madrid, como la bajada la tarifa autonómica del IRPF, así como otros impuestos. En este contexto, Ana Camíns ha señalado que las rebajas han beneficiado fundamentalmente a las clases bajas y medias. "Se trata, en definitiva, de rebajar impuestos, dar facilidades a la creación de empleo y apostar por el establecimiento de empresas, frente al infierno fiscal de Cataluña y las regiones gobernadas por la izquierda", ha explicado.

Ayuso inaugura el Hospital Enfermera Isabel Zendal

El hospital contará con más de mil camas, distribuidas en tres pabellones de 10.500 m²

■ La Presidenta de la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, presidió el pasado martes, 1 de diciembre, el acto de apertura del Hospital Enfermera Isabel Zendal. El Hospital público Enfermera Isabel Zendal se ha construido por su iniciativa, tras el éxito que supuso el Hospital de la Comunidad de Ma-

biente de protestas por parte de los sanitarios ante el "hospital sin personal". Los sanitarios protestan ante el Zendal contra la "precariedad" y denunciando la falta de personal.

El Consejero de Sanidad de la Comunidad de Madrid, Enrique Ruiz Escudero anunció durante la rueda de prensa que el recinto recibiría a sus profesionales esa misma semana y la semana que siguiente entrarían los primeros pacientes. Asimismo, el consejero quiso rendir homenaje a todos los centros sanitarios, así como a la presidenta, Isabel Díaz Ayuso, por su trabajo y entusiasmo en este proyecto. Además, quiso recalcar que la crisis del coronavirus es una carrera de fondo y "este hospital es el reflejo de ello".

Por su parte, el Alcalde de Madrid, José Luis Martínez-

Almeida, afirmó que el hospital "permite afrontar la pandemia con una infraestructura sanitaria que servirá a toda España" y que la mejora de los datos del coronavirus en Madrid "no son casualidad, sino causalidad", haciendo referencia a todas y cada una de las medidas adoptadas por la Comunidad de Madrid para evitar la propagación del coronavirus.

"Hoy es un gran día, de esperanza y de ilusión": así comenzó su intervención la Presidenta de la Comunidad de Madrid, la cual reconoce el nuevo hospital público como "una bomba de oxígeno para los sanitarios". No obstante, pidió cautela a todos los madrileños ya que "este virus no perdona la más mínima relajación. Hay que ser conscientes y aprender a vivir permanentemente con este virus".



Almeida: "La mejora de los datos en Madrid no son casualidad, son causalidad"

La línea 11 de Metro se convertirá en la gran Línea Diagonal de Madrid

■ La Comunidad de Madrid va a convertir la línea 11 de Metro en la gran Línea Diagonal de Madrid, un nuevo eje de movilidad, de 33,5 kilómetros, que atravesará la ciudad de suroeste a noreste, uniendo Cuatro Vientos con los nuevos desarrollos de Valdebebas. Se trata de uno de los proyectos que el Gobierno regional presenta para obtener financiación del Fondo de Recuperación y Resiliencia de la Unión Europea, dentro de su estrategia de transformación de la movilidad hacia un modelo más sostenible, innovador y de vertebración social y territorial.

El proyecto de la nueva Línea Diagonal de Madrid se hará por fases e integrará las ampliaciones ya previstas de la línea 11 de Metro, de Plaza Elíptica al futuro intercambia-

dor de Conde de Casal; y la llegada del Metro a los nuevos desarrollos de Valdebebas. Así, el proyecto servirá también para descargar las líneas 6 y 10, al facilitar intercambios con el mayor número posible de líneas de Metro y generar

Será una alternativa al paso obligatorio por las áreas centrales de Madrid

rutas alternativas y más directas para los viajeros. E impulsará la intermodalidad, al conectar siete de los principales intercambiadores con los que contará la ciudad: Cuatro Vientos, Plaza Elíptica, Atocha, Conde de Casal, Mar de Cristal, Valdebebas-Ciudad de la Justicia y Aeropuerto T-4.



Permitirá descargar las líneas 6 y 10 al facilitar intercambios con otras líneas



¿Tu casa te hace feliz?

CMB Brikolaje da forma a tu hogar con todo lo necesario para que tu casa sea tu refugio, el lugar donde te sientas mejor: las mejores marcas en herramientas y una gran variedad en puertas, pintura, cocinas en kit, accesorios de baño, de fontanería y de ferretería, rodapiés, tornillería, muebles, iluminación, tableros, decoración navideña... y todo al mejor precio.

*Este año, en casa como en ningún sitio.
¡Felices Fiestas!*



CMB
BriK olaje
Damos forma a tu hogar

Bulevar de José Prat, 41 • Valdebernardo, Madrid • +34 91 371 26 25 • info@cmbbricolage.com • cmbbricolage.com

**Grupo Montakit, un cuarto de siglo
inspirando tus proyectos**

MONTAKIT

QANTO/KIT

**COJONERAS
MONTAKIT**

CMB
Brikolaje

c/ Torre del Bierzo, 1 • Fuenlabrada (Madrid) • +34 91 498 20 06 • pedidos@montakit.eu • montakit.eu

Conocemos la historia de la mujer más longeva

Una vida de superación, alegría,



Inocencia, de 110 años, disfrutando de una dulce visita

Visitamos a Inocencia Zofío, la mujer más longeva de Madrid, con 110 años de edad, en su casa de la calle Bailén para contar cómo ha pasado este año tan complicado y tan importante, cómo lo ha vivido su familia y cómo va a pasar estas fiestas navideñas.

En 2014, la sombra del desahucio casi la obliga a abandonar su vivienda

Hija de un militar aragonés, recuerda cómo su madre se puso de parto en uno de sus numerosos viajes por trabajo. Acababan de cruzar la frontera con Portugal, pero rápidamente se dieron media vuelta y ella nació en Valencia de Alcántara, un municipio cacereño muy próximo a la frontera lusa, el 1 de mayo de 1910. Una infancia a la que su memoria, después de más de un siglo, sigue volviendo con frecuencia, según nos cuenta su hija y cuidadora, Beatriz. “Es-

pecialmente, se acuerda de un piso que tenía su padre en la calle Delicias, y de él, claro. Para ella era la persona más maravillosa del mundo, ‘el mejor de la familia’. Tenía muy buen carácter pero murió joven de neumonía, al igual que su madre”.

Madre de cinco hijos, aunque perdió a uno hace dos años, Inocencia los tuvo a todos ellos en su actual vivienda. Beatriz, Bibi como ella la

llama, recuerda que cuando eran niños subían y bajaban los escalones de dos en dos. Ahora, a su edad, es muy complicado salir de casa y enfrentarse a un cuarto piso sin ascensor. “Pero de salud está muy bien”, nos aclara Beatriz, “come bien, camina con el andador... Depende del día, también habla mucho”.

En 2014, la sombra del desahucio casi la obliga a abandonar la vivienda en la que lleva de alquiler desde 1939 al ser el edificio heredado por el Ministerio de Hacienda y querer este realizar obras de mantenimiento en la finca. Por fortuna, una sentencia de la Audiencia Provincial de Madrid ordenó que Inocencia solo permaneciera fuera de la vivienda los seis meses que durarían las obras de rehabilitación para después volver a ocupar su domicilio. Una dura batalla legal que comenzó en 2006 cuando falleció la anterior dueña del edificio y este pasó a ser de titularidad pública. Una vivienda por la que pagan renta antigua, 50 euros de alquiler, y que tiene una de las mejores vistas de todo Madrid

desde su balcón: al Palacio Real y los jardines de Sabatini. Beatriz recuerda la repercusión que tuvo el

Beatriz: “Hay días que enciendo la radio y, al oír la música, se pone a bailar en su sillón”

caso en los medios de comunicación, a quienes agradece su ayuda por darle voz al caso de su madre, y en las redes sociales: “Teníamos, bueno, mi madre tenía 5.000 seguidores en Facebook. Nos llamaban incluso del extranjero para ofrecernos dinero”, explica, “por si debíamos dinero a Hacienda, para que saldáramos la deuda y no nos pudieran echar. Y yo les decía: que no, que no, que es cuestión de dignidad. Yo lo que quiero es que esta señora, que ha vivido aquí toda su vida, se muera con sus muebles, con sus fotos, con sus cosas”.

Pero al volver a la casa las cosas no siguieron igual para Inocencia, que entonces tenía 103 años. Después de estar unos meses viviendo en otro lugar, se le ha quedado la idea de que tiene que volver a su casa, que ya no siente

Desde vivir Ediciones, queremos homenajear a nuestros mayores en este año tan complicado

como suya: “todas las tardes dice que se va a su casa”, nos cuenta su hija.

Por otra parte, Beatriz nos habla del carácter alegre de su madre y cómo siempre le ha gustado bailar. “Hay días que enciendo la radio por la mañana y, cuando suena la música, se pone a bailar en el sillón”. También de su familia, grande y numerosa, a quien siem-

pre les ha gustado hacer grandes reuniones familiares. “Hemos sido una familia muy alegre y numerosa, nos juntábamos hasta cincuenta en una terraza que tenemos en Atocha, y ahora ella lo echa mucho de menos”, nos señala. Este quizás ha sido el punto más duro del confinamiento para ambas: no poder ver a sus seres queridos, sus caras, sus risas, el jaleo de las conversaciones... El



Inocencia Zofío durante la entrevista, junto a su hija, Beatriz, y Lucía Martín del Pino, redactora de vivir Ediciones

día 28 de diciembre, por su Santo, es una fecha señalada para toda la familia: “hago treinta kilos de callos y nos juntamos cuarenta o cincuenta para celebrarlo. Es una tradición. Además, toda la familia tenemos un libro de recetas antiguas con callos, calamares en su tinta... y todo económico”. Los callos son una de las joyas de este recetario, nos cuenta su hija como una confidencia. “Pero este año no va a poder ser... Estamos tomando muchas precauciones. Yo solo salgo a comprar el pan, sacar a pasear a los perros y a hacer algunos recados, pero luego me meto ya en



Inocencia Zofío, Editor de vivir Ediciones

La vida de Inocencia Zofío, la abuela de Madrid

Resiliencia y amor por su familia

casa con ella todo el día. No vemos a nadie. Su vida no ha cambiado sustancialmente". Al preguntarle si Inocencia es consciente de la situación de pandemia, Beatriz responde que sí sin dudar: "Ella ha pasado por más confinamientos, hace años de las gripes y las dos guerras que ha vivido... Ahora dice: también lo he llevado, pero no pierdo la sonrisa".

Sin duda, ha sido un año difícil para todas las personas mayores como Inocencia, nuestros abuelos y abuelas, que nos enseñan cada día a seguir adelante, mantener la ilusión, no rendirse y no perder nunca las ganas de bailar y de disfrutar de las pequeñas cosas, como la sonrisa de un ser querido o una deliciosa bandeja de dulces.

Un 110 cumpleaños excepcional



El pasado viernes 1 de mayo, en pleno confinamiento, Inocencia cumplió nada menos que 110 primaveras. Ante la dificultad de celebrar tan señalada fecha con toda su familia, su nieto Julián García, bombero del Ayuntamiento de Madrid, decidió darle una espectacular sorpresa.

"Felicidades en tu 110 cumpleaños, te queremos"

De este modo, con la ayuda de sus compañeros del cuerpo de bomberos de Madrid, acudió a la casa de su abuela en la céntrica calle Bailén para desplegar una pancarta y, a cuatro metros de distancia, poder desearle un feliz cumpleaños. En la pancarta, que habían pintado la tarde anterior sus bisnietos, se podía leer: "Felicidades en tu 110 cumpleaños, te queremos". Además, desde la escalera de la grúa, su nieto pudo hacerle entrega de un precioso ramo

de flores. Según cuenta su nieto, fue un momento "muy emocionante" y su abuela no paró de "lanzarle besos" desde el balcón. "Aunque al principio no quería asomarse", recuerda entre risas su hija Beatriz, con quien vive, "es muy friolera y también cabezota", pero al final todo transcurrió bien.

El alcalde de Madrid, José Luis Martínez-Almeida, tampoco quiso perderse tan importante hito y, megáfono en mano, cantó el cumpleaños feliz y recordó que "110 años no se cumplen todos los días, por eso, sea como sea, hay que celebrarlo" y que ella y todas las personas mayores de Madrid son "un orgullo" para la capital.

Además, las vecinas y vecinos de la calle Bailén se sumaron a la celebración asomándose a sus balcones, cantando y deseándole un muy feliz cumpleaños.



sonríe junto a José Manuel Roldán, CEO y Ediciones, durante la conversación mantenida

Los médicos advierten de las consecuencias que el cambio climático puede tener en la salud pública



■ El Consejo General de Colegios Oficiales de Médicos de España emitió un comunicado con motivo del Día Internacional contra el Cambio Climático, el pasado 24 de octubre, reclamando y reafirmando la intención de los médicos de trabajar con las administraciones para conseguir medidas políticas sobre el cambio climático. “Los

médicos, sus organizaciones profesionales y todo el sector de la salud deben comprometerse en la lucha contra el cambio climático e introducir nuevos valores y una dimensión ética para afrontar el problema. Solicitamos a las autoridades académicas que se establecieran en los programas educativos formación

específica en salud medioambiental”, recogía el documento.

Un ejemplo de la incidencia del cambio climático, es que se ha demostrado que los pacientes con patologías crónicas, cardíacas y pulmonares suben de mortalidad con las olas de calor. El hecho de que actualmente la población viva sumergida en la pandemia glo-

bal del covid-19 ha dejado de este modo entrever la gravedad de una enfermedad vírica.

El presidente del Colegio

Con las olas de calor, aumenta la mortalidad en pacientes con patologías cardíacas y pulmonares

de Médicos de las Palmas, Pedro Cabrera, afirma que “los Colegios de Médicos tenemos la obligación de promover actos para concienciar de este problema a la ciudadanía”.

Por tanto, la comunidad médica ha visto oportuno reivindicarse en tiempos de pandemia debido a los residuos que crea el covid-19, así como los residuos generados por las mascarillas y los materiales de protección que son desechados a diario. Estos residuos se

pueden ver de manera constante por la calle e incluso, muchos de ellos acaban en el mar contaminando los ecosistemas y siendo perjudiciales para la sociedad y el medio ambiente.

En este sentido, abogan por los medicamentos “verdes”, que producen menos desechos. Su objetivo es la eliminación de plásticos, promover la utilización de energías renovables y el consumo de alimentos frescos o de proximidad. Así, los médicos buscan un tri-

Al determinar la huella de carbono se mide el nivel de agresión medioambiental

ple eje de acción: determinar la huella de carbono, el nivel de agresión medioambiental y, finalmente, adoptar las medidas necesarias para reducirlo.

Tecnología

El INCIBE lanza una campaña para sensibilizar de los riesgos de internet



■ El Instituto Nacional de Ciberseguridad (INCIBE) ha creado una campaña con el lema “Hoy es un anuncio, mañana no” para sensibilizar y concienciar a la población sobre los riesgos de Internet. La campaña se basa en mensajes claros, cortos y directos para captar la atención del espectador y advertirle de que lo que se ve es un anuncio, pero podría ser un ciberataque real si no hace un uso responsable y seguro de las nuevas tecnologías. La campaña va dirigida tanto a empresas, ciudadanos y, con

especial atención, a los menores. Desde el departamento de Seguridad Nacional se ha creado también una guía con los fraudes más comunes en Internet para informar a los usuarios de posibles estafas online.

INCIBE pone a la disposición del usuario el servicio 017, línea de Ayuda en Ciberseguridad. Este servicio es gratuito, confidencial y funciona todos los días del año de 9.00 h a 21.00 h. Desde que se puso en marcha este servicio en febrero de 2020 ya han recibido 30.000 llamadas.

Whatsapp Business se actualiza para ofrecer compras y pagos en la app

■ “Muchas de las formas de comunicación que solían usar las personas y empresas ya no son eficaces. Cada año, las empresas gastan muchísimo dinero en administrar llamadas, correos electrónicos y mensajes SMS, aunque a los clientes no les gusta que los pongan en espera, que los deriven de un operador a otro, o no saber si la empresa recibió su mensaje”, señalan desde Whatsapp.”

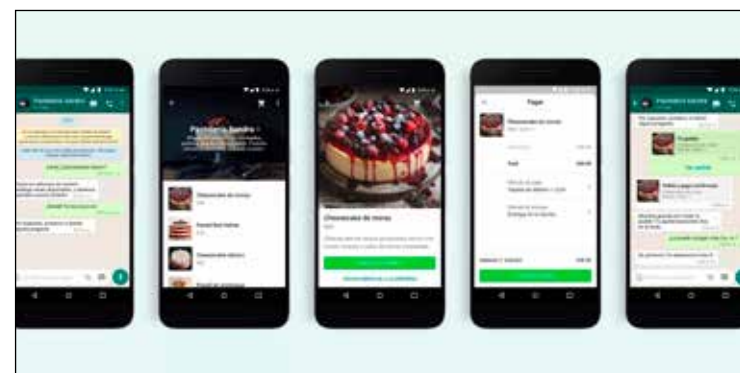
El contexto mundial de la pandemia dejó en evidencia que las empresas deben contar con maneras rápidas y eficaces para atender a sus clientes y concretar ventas. Durante estos tiempos, WhatsApp se convirtió en un recurso simple y conveniente. A diario, más de 175 millones de personas envían mensajes a una cuenta de WhatsApp Business. Según nuestra investigación, las personas prefieren comunicarse con las empresas por mensaje para recibir ayuda y son más

propensas a hacer una compra cuando lo pueden hacer”, añaden. Por ello, han anunciado

Los clientes consultarán los productos y podrán adquirirlos en el chat

una serie de mejoras que llegarán en los próximos meses. Entre ellas, destaca la posibilidad de que los clientes puedan consultar los productos disponibles y hacer compras directamente desde un chat.

No obstante, desde Whatsapp también señalan que son conscientes de que “la mayoría de las personas seguirá usando WhatsApp simplemente para comunicarse con amigos y familiares, por lo que continuaremos desarrollando nuevas funciones geniales y protegiendo las conversaciones privadas de los usuarios. Creemos que estas nuevas experiencias satisfacen una necesidad real de muchas personas y empresas, ya sea que se encuentren a la vuelta de la esquina o al otro lado del mundo”.



Diseñamos tu vestido

COBO-PONTEJOS ESPAÑA S.L.

Venta al por mayor y al por menor

Artículos de Novia ■ Tejidos ■ Artículos de mercería ■ Cintas
Pedrería ■ Comunión ■ Vestidos a medida...

C/Río Tormes, 43B - C.P:28947 - Fuenlabrada - Madrid

912 309 355
631 441 757
cobo.pontejos
www.cobopontejos.com
info@cobopontejos.com

Aprovecha la oferta

**ANÚNCIATE AQUÍ
DESDE SÓLO
¡¡99€ al mes!!**

Sonríe sin complejos

**CLÍNICAS
DENTALUS**

La solución para su
sonrisa

Primera consulta gratuita
91 043 04 30

Sal a comer

**RESTAURANTE
TEIDE**

Menú del día
desde 12€

La mejor comida tradicional y
de mercado

Plaza de las Salesas, 7
Madrid

91 308 44 06

De 13:00 a 16:30 horas

Sal a comer

**RESTAURANTE
LON GRIS**

Avda. Fuenlabrada 40-42 - Fuenlabrada de Madrid - Tl. 91 604 84 17

Sugerencias
semanales

Nuevo Menú
Degustación 30€

Menú
del día

NUEVOS SALONES
INDEPENDIENTES
PARA EVENTOS
Y COMIDAS
DE EMPRESA

Salones independientes para eventos y comidas de empresa

Reforma tu vivienda o local

ROMAT

REFORMAS INTEGRALES

Pisos - Locales - Comunidades

San José 22
FUENLABRADA

LLÁMENOS SIN COMPROMISO
916 078 240

OPTIMIZA group

OPTIMIZA...
Tus recursos económicos...

Inscrita y regulada en el registro estatal de
empresas en la ley 2/2009, de 31 de Marzo

Inversión

Control y Planificación

Búsqueda de Financiación

Asesoramiento y Consultoría

**Servicio para
PYMES y AUTÓNOMOS**

Estudio gratuito

Pº de La Castellana, 114
Esc. 1 - 6º, 1ª - 28046 Madrid

www.optimiza-group.com

Cultura

Cine

Festival Documenta Madrid



■ La tensión entre autobiografía y autoficción, los mundos nuevos o imposibles, los ensayos políticos, las ficciones en torno a personas o experiencias reales, o la teoría filmada son algunos temas presentes en las 98 películas de esta edición, procedentes de 21 países.

Programación presencial del 9 al 13 de diciembre en Cineteca, Filmoteca, Museo Reina Sofía y Nave 0 de Matadero y online hasta el 20 de diciembre en Filmin

Teatro

“El salto de Darwin” de Sergio Blanco



■ Road teatral ambientada en junio de 1982, cuando se libró la última batalla de la guerra de las Malvinas que culmina con la rendición argentina del 14 de junio. Toda la acción se desarrolla en distintos paisajes de la ruta nacional 40 que recorre Argentina de norte a sur.

Hasta el 17 de enero de 2021
Sala Max Aub de Naves del Español en Matadero
Horario: M-S a las 20:30 horas.
 D a las 19:30 horas.
Entrada: 20 euros

Más cultura

Las bibliotecas municipales de Madrid también celebran la Navidad

■ La Red de Bibliotecas Públicas Municipales, integrada por 32 centros repartidos por toda la ciudad, celebra la Navidad con actividades presenciales y online dirigidas sobre todo a los usuarios que más disfrutan con estas fiestas, los niños, pero también al público adulto.

La invitación a decorar las bibliotecas con adornos navideños y los préstamos sorpresa son algunas de



La red de bibliotecas está integrada por 32 centros en todo Madrid

las propuestas estrella para estas fechas. La Biblioteca Ana María Matute, en Carabanchel, invita a los usuarios infantiles a fabricar sus propios *christmas*, con los que se realizará una exposición. La de Canillejas destinará un rincón de su espacio para adultos a mostrar las tarjetas de felicitación

de los menores y la de Iván de Vargas, en Centro, adornará su espacio con postales navideñas hechas a mano.

Hay otras bibliotecas que optan por utilizar las nuevas tecnologías. Es el caso de la de José Hierro (San Blas-Canillejas) que subirá a su página de Facebook un vídeo con explicaciones para fabricar adornos. Una actividad similar propone la biblioteca José Saramago (Fuencarral-El Pardo), donde se va a crear

el árbol a partir de las recomendaciones de libros que el público entregará en forma de bolas o estrellas.

La Biblioteca María

Los préstamos sorpresa son una de las propuestas estrella

Zambrano (Tetuán) invita a contar cuentos navideños, preferiblemente en familia, y enviarlos al centro en formato de vídeo para que

se difundan a través de Facebook. La Biblioteca Musical Víctor Espinós (Centro), cuya actividad está dirigida a difundir el gusto por la música, se suma a la celebración llevando a cabo recomendaciones musicales navideñas a través de sus cuentas en redes sociales Facebook y Twitter.

Además, las bibliotecas madrileñas van a instalar centros de interés de temas navideños con lecturas, películas, manualidades o préstamos sorpresa.

Más cultura

La plaza de la Villa acoge un espectacular belén exterior con más de 150 figuras



■ El belén de la plaza de la Villa vuelve a exhibirse por segundo año consecutivo, esta vez con un espectacular montaje exterior compuesto por más de 150 figuras, situado frente a la que durante más de dos siglos fue la casa del Consistorio. Desde hoy se puede visitar este nacimiento que se suma a los más de 40 que hay en toda la ciudad instalados por el Ayuntamiento, diversos organismos públicos, instituciones culturales o iglesias. Diseñado por Enrique Haro y con una escenografía compuesta por

construcciones de casas y conjuntos paisajísticos, el nacimiento de la plaza de la Villa presenta una puesta en escena de estilo hebreo que se fusiona con escenografías inspiradas en parques naturales nacionales. Además, el recorrido, cuidadosamente diseñado, incorpora el uso de pasillos técnicos para crear profundidad y perspectivas.

Permanecerá abierto hasta el 5 de enero, con turnos cada 15 minutos. El acceso es gratuito previa descarga de entradas en www.navidadmadrid.com.

Un agradable paseo circular por los Lagos de Covadonga



nos anchos: la impresionante Vega del Enol. En esta zona se encuentra la Ermita de El Buen Pastor y el Refugio Vega

La dificultad es fácil-media debido al terreno pedregoso a mitad del recorrido

de Enol con capacidad para 44 personas, aunque permanece cerrado por el covid-19. Siguiendo la carretera de tie-

Los Lagos de Covadonga son una parada imprescindible para cualquier turista que esté visitando Asturias. Situados en la parte asturiana de los Picos de Europa, este conjunto de lagos formado en la era glacial ofrece un espectacular paisaje que vale la pena recorrer. Los lagos de Covadonga están formados por el lago Enol, Ercina y Bricial y se ubican en el concejo de Cangas de Onís. Para llegar al primer lago, el Enol hay que recorrer una carretera de 14 km desde el Real Sitio de Covadonga.

Hay que tener muy en cuenta que, si es temporada alta los vehículos particulares solo pueden acceder a primera hora de la mañana (antes de las 8:30h) y a última hora de la tarde (a partir de las 20:00). El resto del día solo se puede acceder a través de

transporte público. No obstante, en temporada baja no hay restricciones.

Para iniciar la ruta circular por los lagos, conviene tener en cuenta que dura en torno a 2 horas y media y se recorren un total de 6,5 km. Es la ruta más popular porque es un recorrido perfecto para conocer el paisaje. El nombre técnico de la ruta es: PR-PNPE-2 y, al

El recorrido de la ruta es perfecto para conocer el paisaje

ser circular, da igual el sentido en que se comience. La mayoría suelen iniciar la ruta en el Centro de Visitantes Pedro Pidal y el Mirador de Entrelagos. Para cerciorarse de que se va por el camino correcto hay que

seguir la doble línea blanca y amarilla que indica el recorrido de la PR-PNPE-2.

Si se opta por realizar la ruta en el sentido de las agujas del reloj, una vez en el Centro de Visitantes Pedro Pidal es recomendable parar en el Mirador del Príncipe de Asturias y luego bajar a las Minas de Buferrera para conocer el pasado minero de la zona. Ya más arriba, se encontrará el Mirador de Entrelagos desde el que se observa el Lago Enol a un lado y el Lago Ercina a otro. La ruta sigue por el Ercina y, aunque tiene bastantes subidas y bajadas, el camino se mantiene

estable.

Cuando dejamos atrás el lago, nos encontramos a mitad de la ruta. En este tramo, el terreno es pedregoso con subidas y bajadas que nos conduce hasta el Bosque Palomberu. Este trayecto corresponde a la parte sur de la ruta, donde se encuentra el tercer lago, el Bricial, que solo tiene agua cuando se produce el deshielo. Es la parte menos atractiva, pero una vez pasado el tramo de piedras se llega a un prado verde y cami-

rra, se llega de nuevo al lago Enol y, tras rodearlo, se llega al parking Buferrera, punto de partida y fin de la ruta.

Esta ruta se considera de dificultad fácil-media debido al terreno pedregoso de la mitad del recorrido que supone estar más atento para no caer o tener lesiones. Si la meteorología se complica es recomendable parar solo en los miradores ya que el terreno estará embarrado y la ruta se hará más complicada.



¿Sabes dónde vas a pasar las vacaciones?

Descúbrelo en atrapaviajes.es

Agencia de viajes - 617292597

info@atrapaviajes.es - www.atrapaviajes.es

Ford Kuga

Autonomía híbrida

■ Ford amplía su gama electrificada del SUV Kuga con el nuevo Ford Kuga Hybrid. Este modelo ofrece hasta 1.000 km de autonomía, ya que combina y cambia de forma automática del motor de gasolina al eléctrico, lo que le convierte en un serio rival para el diésel.

El Kuga Hybrid cambia automáticamente de motor de acuerdo con el estilo de conducción (Plug-in Hybrid, EcoBlue Hybrid, Electric Hybrid, EcoBlue Diesel y EcoBoost Gasolina). Este sistema de

propulsión híbrido, único en la gama del Ford Kuga, ofrece la máxima operatividad de una modalidad de conducción electrificada, sin ser necesaria la recarga a través de una fuente de alimentación externa. Gracias a la función de simulación de cambio de marchas de la transmisión automática Power-Split y la Tracción Integral Inteligente AWD, su sofisticado sistema híbrido completo posee 190 CV de potencia.

El nuevo Kuga Hybrid ofrece una experiencia de conduc-

ción realmente relajada, ya que inicia el movimiento utilizando tan solo energía eléctrica, es decir, arranca de modo silencioso. Su tren motriz híbrido permite una conducción puramente eléctrica en un corto periodo de tiempo, sin la necesidad de preocuparse por la autonomía. Es una alternativa atractiva para los conductores que quieren disfrutar de la electrificación y la tracción integral inteligente.

El Kuga híbrido autocargable tiene una batería de 1,1 kWh, que se

carga automáticamente debido al funcionamiento del motor de gasolina de ciclo Atkinson de 2,5 litros y a la la recarga regenerativa que se produce al arrancar o frenar.

Además, presenta un

Este modelo alcanza una autonomía de hasta 1.000 km

nuevo diseño interior que se adapta a las necesidades del conductor. Los asientos traseros flexibles se desplazan

hacia adelante o hacia atrás para adaptarse a cada viaje, ofreciendo una experiencia de conducción placentera.

De este modo, el nuevo Kuga Hybrid, producido en Almassafes (Valencia), es uno de los 17 vehículos electrificados que Ford lanzará en Europa antes de finales del próximo año. Ya se aceptan los pedidos del nuevo Kuga híbrido en sus múltiples variantes, como Titanium, ST Line, ST Line X y Vignale. Proporciona una amplia gama de tecnologías que pueden brindar asistencia al conductor, comodidad y conveniencia.



Casi la mitad de los españoles utiliza el móvil mientras conduce



■ Según el estudio "VI Radiografía de los Hábitos de Movilidad de los Españoles", un 47% de los españoles asegura utilizar el teléfono móvil mientras está conduciendo y un 6% reconoce que envía mensajes de WhatsApp al volante.

El 60% de los españoles que confirman utilizar el móvil mientras conduce lo hace mediante el manos libres. Sin embargo, un 3% confirma que no

utiliza esta tecnología.

Los motivos que llevan a ese 6% de los conductores a usar el móvil mientras conduce son el envío de mensajes instantáneos, en aplicaciones como WhatsApp, y la consulta del correo electrónico.

Según Alphabet, la manipulación del móvil mientras se conduce sigue siendo infracción más cometida por los conductores.

La DGT cambia los triángulos de emergencia por señales luminosas

■ Los triángulos de emergencia dejarán de ser obligatorios en los vehículos. La DGT ha concluido que bajar del vehí-

Se colocarán en la parte superior del vehículo

culo y desplazarse para poner los triángulos de emergencia al tener un accidente o fallo en el coche supone un riesgo en la seguridad.

Según los datos de la DGT de 2019, 117 personas murieron en el proceso de colocación de los triángulos durante



el año pasado. Por ello, este elemento hasta ahora obligatorio se va a sustituir por señales luminosas que se colocarán en la parte superior del vehículo.

Así, las señales luminosas serán obligatorias a partir

del 2 de enero de 2024. Hasta entonces, convivirán con los triángulos de emergencia. Así lo ha establecido el Proyecto de Real Decreto del Auxilio en Carretera, que se aprobará en el primer trimestre de 2021.

Suzuki V-Storm 1050

■ La Suzuki V-Storm 1050 se ha renovado este 2020 con una imagen que se asemeja más a los orígenes del modelo y recuerda al ADN de la época de las primeras motos de DR Big, volviendo a los famosos modelos de la marca. Suzuki ha apostado por el modelo V-Storm dándole dos tipos de acabado: por un lado, el básico y, por otro lado, el XT que proporcionará de mayor equipamiento al conductor, ya que contiene varias cajas de almacenamiento. Esta motocicleta ha demostrado tener

una adaptación rápida, al mismo tiempo que es manejable y segura para el conductor, otorgándole así una mayor confianza en la conducción.

La tecnología es el punto clave de este modelo, ya que cuenta con acelerador electrónico que mejora el tacto con el acelerador. Además, cuenta con tres niveles en el modo de conducción, el C, para terrenos resbaladizos, el B, para algo suave y el A, para utilizar toda la potencia sin corte. Así puedes



zuki
Clutch Assist System (SACS) que tiene como función ser un embrague asistido, mejorando el tacto de la maneta y convirtiéndolo en

sus-
pen-
siones
Kayaba, además de un faro rectangular que equilibra el peso de la moto. La llanta delantera para de 21" a 19", lo que le otorga una magnífica conducción tanto en carretera como en offroad.

El modelo está disponible en tres colores, Champion Yellow, Pearl Brilliant White/Glass Blaze Orange y Glass Sparkle Black y de una versión adaptada con 95cv para los conductores que cuenten con el carnet A2.

El acelerador electrónico mejora el tacto al aumentar la velocidad

agradable, además, funciona como embrague antirrebote.

En cuanto al diseño, el modelo cuenta con una doble viga de aluminio manejable y

adaptar el nivel según se prefiera y permitir una conducción más específica, según el entorno y los gustos de cada conductor.

La Suzuki V-Storm 1050 2020 tiene un motor bicilíndrico V-Twin DOHC a 90° de cuatro tiempos con refrigeración líquida que cubica 1.037cc y rinde 106cv a 8.500rpm, que le dan a la conducción una sensación más cómoda. Además, el modelo cuenta con el sistema Su-



BUZONEO de Calidad MADRID



Buzoneo
Impresión
Parabriseado

Entrega en mano
Stopper
Poming



Telf. Whatsapp:
625 124 197/ 910 100 102
info@buzonestars.com



JOHN LESAN smartmask



Ventaja 1: Eficacia



↑↓ 99,9%
más eficaces



Ventaja 2: Economía



0,16€/día



Ventaja 3: Ecológicas



1 mascarilla
cada 3 meses

c/ Peñalara 2, bloque A | Pozuelo de Alarcón | 28224 | Madrid
jlesan@jlesan.com | Tfno: 610 530 902

Deporte

Más deporte

Dos nuevas pistas de tenis para personas en sillas de ruedas y niños en tratamiento oncológico



■ El Centro Deportivo Municipal Marqués de Samaranch, en el distrito de Arganzuela, albergará sendos programas de las escuelas deportivas municipales de tenis adaptado para personas en silla de ruedas y para alumnado en tratamiento oncológico gracias al convenio de colaboración que el Ayuntamiento de Madrid, a través del Área Delegada de Deporte, ha

suscrito con la Fundación Emilio Sánchez Vicario.

Estos programas apuestan por un concepto innovador para dar a cada participante una oportunidad de elevar su autoestima y entrenar habilidades físicas, mentales y sociales a través de la práctica del tenis. Los grupos se desarrollan con aforo limitado. En el caso de la escuela de tenis adapta-

do para personas con discapacidad física pueden asistir personas de cualquier edad y la de personas en tratamiento oncológico o que hayan superado un cáncer pediátrico va dirigida a menores de entre 6 y los 14 años como norma general. De esta manera, existen programas de atención específica para cada grupo, dando a

Se encuentran en el distrito de Arganzuela

cada persona una oportunidad de participación en la medida de sus posibilidades.

El CDM Marqués de Samaranch cuenta con cuatro nuevas pistas de tenis cubiertas.

Más deporte

Madrid muestra su apoyo al deporte para personas con discapacidad

■ La jornada de sensibilización de deporte y discapacidad “Disfruta del Deporte sin Adjetivos” se ha celebrado el 7 de diciembre en el Centro Deportivo Municipal Barajas, organizada por la Federación Española de Deportes para Personas con Discapacidad Física (FEDDF) y en la que el presidente de la federación, José Alberto Álvarez, ha agradecido la constante colaboración entre el Ayuntamiento de Madrid y la FEDDF.

En la jornada, que ha constado de una exhibición de tres deportes adaptados, baloncesto

La jornada lleva el título “Disfruta del deporte sin adjetivos”

y eslalom en silla de ruedas y handbike, han participado niños y jóvenes de escuelas de Barajas y personas con discapacidad intelectual del centro de ENVERA del distrito.



Esgrima

La Liga Iberdrola de Esgrima potencia el deporte femenino

■ La Galería de Cristal del Palacio de Cibeles ha acogido la final de la Liga Iberdrola de Esgrima que ha congregado en Madrid a las mejores tiradoras de nuestro país en las tres modalidades de armas: espada, florete y sable. La concejala delegada de Deporte, Sofía Miranda, se ha mostrado ilusionada por acoger una competición como esta “que congrega dos de los objetivos que nos marcamos desde el Área Delegada de Deporte, potenciar los deportes minoritarios e impul-

sar el deporte femenino”.

La Liga Iberdrola de Esgrima se ha celebrado este año por segunda vez y los ganadores han sido el Club de Esgrima Lázaro Cardenas en espada, Club de Esgrima Leganés en

Ha congregado a las mejores tiradoras de nuestro país

sable y Club de Esgrima Cardinal Cisneros en florete.



Anúnciate con nosotros... ¡Tenemos un espacio para ti!

vivir Madrid 

info@vivirediciones.es - telf: 91 487 54 78

Olimpiadas

El deporte madrileño se viste de gala para homenajear a sus medallistas olímpicas

Este acto quiere ser también un reconocimiento a la mujer y a su lucha por competir en igualdad de condiciones y oportunidades en el mundo del deporte

■ El Centro Deportivo Municipal Miguel Guillén Prim de Villa de Vallecas ha acogido el acto homenaje a las medallistas olímpicas madrileñas que ha organizado el Ayuntamiento de Madrid, a través del Área Delegada de Deporte, junto con el Comité Olímpico Español y que ha presidido la vicealcaldesa de Madrid, Begoña Villacís, acompañada por la concejala delegada de Deporte, Sofía Miranda; la concejala de Villa de Vallecas, Concha Chapa; y el



Mercedes Coghen (medalla de oro hockey sobre hierba, 1992), Natalia Dorado (medalla de oro hockey sobre hierba, 1992), María Isabel Martínez de Murgía (medalla de oro hockey sobre hierba, 1992), Virginia Ramírez (medalla de oro hockey sobre hierba, 1992), M^aVictoria González Laguillo (medalla de oro hockey sobre hierba, 1992), Estela Giménez Gil (medalla de oro gimnasia rítmica por conjuntos, 1996), Yolanda Soler (medalla de bronce judo femenino (-48kg), 1996), Patricia Moreno (medalla de bronce gimnasia artística femenina (suelo), 2004), Virginia Ruano (medalla de plata

tenis-Dobles femenino, 2004), Raquel Corral Aznar (medalla de plata natación sincronizada-Equipos, 2008), Alba Cabello (medalla de plata natación sincronizada-Equipos, 2008, y medalla de bronce natación sincronizada-Equipos, 2012), Laura López Ventosa (medalla de plata waterpolo-Torneo femenino, 2012), Pilar Peña (medalla de plata waterpolo-Torneo femenino, 2012), Eva Calvo (medalla de plata taekwondo femenino (-57kg), 2016), Laura Quevedo (medalla de plata baloncesto-Torneo femenino, 2016) y Sandra Aguilar (medalla de plata gimnasia rítmica por conjuntos, 2016).

Una exposición de retratos al óleo también homenajea a las 18 medallistas

presidente del COE, Alejandro Blanco, quien ha agradecido al Ayuntamiento esta iniciativa.

Las 18 medallistas olímpicas madrileñas homenajeadas son: Blanca Fernández Ochoa (medalla de bronce esquí alpino-Eslalon femenino, 1992), Sonia Barrio (medalla de oro hockey sobre hierba, 1992),

Running

La San Silvestre Vallecana se reinventa en el formato online para despedir 2020

El formato virtual tendrá lugar del 26 al 31 de diciembre

■ La Nationale-Nederlanden San Silvestre Vallecana se convierte en 2020 en la Nationale-Nederlanden San Silvestre Vallecana Experience, un formato que permite que corredores de cualquier parte del mundo no se pierdan la mejor 10K del mundo y que va mucho más allá de una carrera virtual, ya que permite a los participantes disfrutar de una experiencia durante todo el mes de diciembre: planes de entrenamiento, desafíos, contenidos exclusivos, encuentros con los atletas más relevantes, etc. de cara a coger todas las fuerzas necesarias y despedir el año con las baterías repletas de energía.

El coste de inscripción a la prueba es de 16 € y, además de incluir la camiseta oficial de la carrera con un diseño muy especial para despedir

este 2020, da acceso directo a un completo menú repleto de experiencias y contenidos exclusivos. Los participantes podrán descargar desde el 15 de noviembre la app móvil que les permitirá correr los tradicionales 10 últimos kilómetros del año donde prefieran y, también, les dará la oportunidad de contar con plaza reservada para la edición 2021.

La San Silvestre Internacional discurrirá por un recorrido burbuja de 2,5 kilómetros al que se darán cuatro vueltas. Finalmente será en el ensanche de Vallecas, en los alrededores de la Ciudad Deportiva del Rayo Vallecano (31 dic). El número de participantes se reduce a 500: 250 (60 de élite) por cada sexo. Debido al covid-19 saldrán en grupos de seis y divididos en dos tandas.





Las soluciones integrales de belleza que mereces para verte y sentirte bien

Clínicas Renacer
belleza y bienestar

Calle Cartaya, 2 Móstoles (Madrid) · Calle Infante Don Luis, 8 Boadilla del Monte (Madrid)
91 61 88 055 · info@clinicasrenacer.com

Ocio y tiempo libre

Recomendamos vivir...

Tacos

Los auténticos tacos mexicanos

Si eres amante de la comida mexicana, tienes una visita obligatoria a Takos. Takos, situado en la calle de Botoneras 7 y en la calle de la Abada 2, lleva cocinando seis años para los madrileños, siendo una de las taquerías más famosas de la capital. Así, se trata de una pequeña y concurrida taquería de ambiente informal que sirve platos y bebidas típicos de México.

En la carta, encontraremos multitud de platos cuyos sabores nos trasladarán a su país de origen. Takos ofrece alambres, tacos, quesadillas y tor-



tas a precios realmente competitivos: por ejemplo, sus famosos tacos se pueden degustar a partir de un euro. No podemos olvidarnos tampoco de sus micheladas y margaritas de sabores. La relación calidad-precio es difícil de superar y, además, ofrecen alternativas en su carta para vegetarianos.



Propuestas en Madrid

■ Teatro

¿Quién mató a Sherlock Holmes?

Hasta el 17 de enero de 2021

Teatro EDP Gran Vía

Horarios: M-J a las 20:30 h. V a las 19:00 h. S-D a las 18:00 h.

Precio: a partir de 18 €



Las canciones

Hasta el 10 de enero de 2021

Pavón Teatro Kamikaze

Horarios: M-S a las 20:30 h. D a las 18:00 h.

Precio: a partir de 23 €



■ Música



Raphael

19 y 20 de diciembre

WiZink Center

Horario: 19:00 horas

Precio: Desde 33 €

Género: melódica

Entradas: elcorteingles.es



Efecto Pasillo

27 de diciembre

But (Calle Barceló, 11)

Horario: 16:00 horas

Precio: Desde 18 €

Género: pop-rock

Entradas: wegow.com

■ Exposiciones

Audiosfera

Hasta el 11 de enero

Museo Reina Sofía

Horarios: L de 10 a 21 h. X-S de 10 a 21 h. D de 10 a 14:30 h.

Entrada individual: 5 €



Goya, tres miradas: la mujer, la guerra y el rostro

Hasta el 3 de enero

Calcografía Nacional

Horarios: M-D de 10 a 14 h

Entrada libre y gratuita



* Vivir Ediciones no se hace responsable de los posibles cambios de programación, recomendamos consultar con las salas, las fechas y horarios correspondientes.

Especialistas en tratamiento de:

Ansiedad

Depresión

Baja autoestima

Problemas de pareja

Tarifas reducidas para estudiantes mayores de 18 años (Poyecto Mentor)



Clinik Psicólogos

Terapia Estratégica · Gestalt · EMDR

Consultas online y presencial

Solicita una entrevista informativa gratuita
912 78 01 78

Parque Lisboa - c/ Príncipe Don Juan Carlos, 1 local 4 Alcorcón · www.clinikpsicologos.com · info@cllinikpsicologos.com

Cine..... y videojuegos

WW84 Wonder Woman

En cines desde el 18 de noviembre

Continúa la historia de Wonder Woman



La actriz **Gal Gadot** vuelve a encarnar a **Wonder Woman** en esta secuela que sigue las aventuras de **Diana Prince** con **Patty Jenkins** de nuevo como directora tras las cámaras. En esta cinta, que tiene como telón de fondo la Guerra Fría, ya que se ubica en plena década de los ochenta, **Wonder Woman** tendrá que hacer frente a dos grandes villanos: el despiadado empresario **Maxwell Lord** y su amiga **Barbara Minerva**, quien terminará convirtiéndose en su peor enemiga tras tropezar en un antiguo ritual y convertirse en el avatar del dios **Cheetah**, convirtiéndose así en una villana con fuerza y agilidad sobrehumanas.

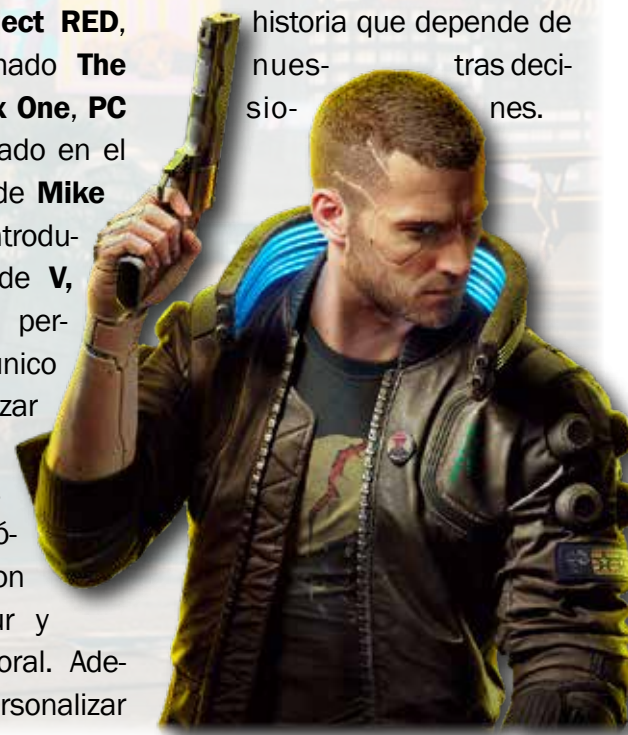
CYBERPUNK 2077

A la venta a partir del 10 de diciembre

Busca y roba el implante de la inmortalidad

Cyberpunk 2077 es el nuevo videojuego de rol en primera persona y mundo abierto desarrollado por **CD Project RED**, creadores del aclamado **The Witcher 3**, para **Xbox One**, **PC** y **PlayStation 4**. Basado en el juego de rol clásico de **Mike Pondsmith**, nos introduciremos en la piel de **V**, un mercenario que persigue un implante único que permite alcanzar la vida eterna. Para ello, exploraremos **Night City**, una metrópolis obsesionada con el poder, el glamour y la modificación corporal. Además, podremos personalizar

las mejoras cibernéticas, habilidades y el estilo de juego del personaje para avanzar en una historia que depende de nuestras decisiones.



EMPRESARIOS
DE MADRID

Impulsa tus
Objetivos

Patrocina la Newsletter de CEIM

Organizaciones Empresariales,
empresas y personas interesadas en la actualidad
económica de la Comunidad de Madrid a tu alcance



CEIM es el Lobby empresarial de referencia de la Comunidad de Madrid, integrada por más de 200 organizaciones y con presencia en más de 100 organismos e instituciones de la Comunidad.

¡Infórmate gratis
y sin compromiso!

info@ceim.es
914115317

LA NUEVA FORMACIÓN PARA PROFESIONALES
YA ESTÁ AQUÍ...

Inicio inmediato, en modalidad privada, de cursos de maquinaria

(Carné de operador de plataformas elevadoras
y Carné de operador de retroexcavadora mixta).



Plataforma elevadora 19/12/2020.
Retroexcavadora Mixta 18 y 19
de diciembre 2020.



15% de descuento
en Retroexcavadora Mixta.



100% bonificables
por FUNDAE.



Inicia el 1/4/2021



20% de descuento en Carné RITE



100% bonificable por FUNDAE

BOLSA
DE EMPLEO



**Inicio inmediato, en modalidad
privada, de curso para obtener
el carné RITE** (Carné profesional
en instalaciones térmicas en edificios).

formacionceif.es • info@formacionceif.es • 91 608 31 97 • c/Sauce, 144 • Fuenlabrada



Obtén de forma gratuita tu Título Oficial en instalaciones frigoríficas

IMAR0108. Certificado de Profesionalidad en Montaje y mantenimiento
de instalaciones frigoríficas (RD 1375/2009, de 28 de agosto).
Núm. Acción: 5. Grupo: 1. Sector Metal. Plan F182098AA.



Inicio inmediato.



Titulación Oficial tras solo 540 horas
(120 horas en centros de trabajo).



Podrás trabajar en el montaje
y mantenimiento de instalaciones
de refrigeración comercial e industrial.



Formación dirigida prioritariamente
a trabajadores. Con el Título de Graduado
en Educación Secundaria Obligatoria (ESO)
o equivalente como mínimo.

Formación 100%
subvencionada por:



CURSO
GRATUITO



ceif

Centro de Empresas
para la Innovación
y la Formación

formacionceif.es • info@formacionceif.es • 91 608 31 97 • c/Sauce, 144 • Fuenlabrada

