



Este mes en **vivirEdiciones**...

Especial entrevistas

#DíaInternacionalDeLaMujer

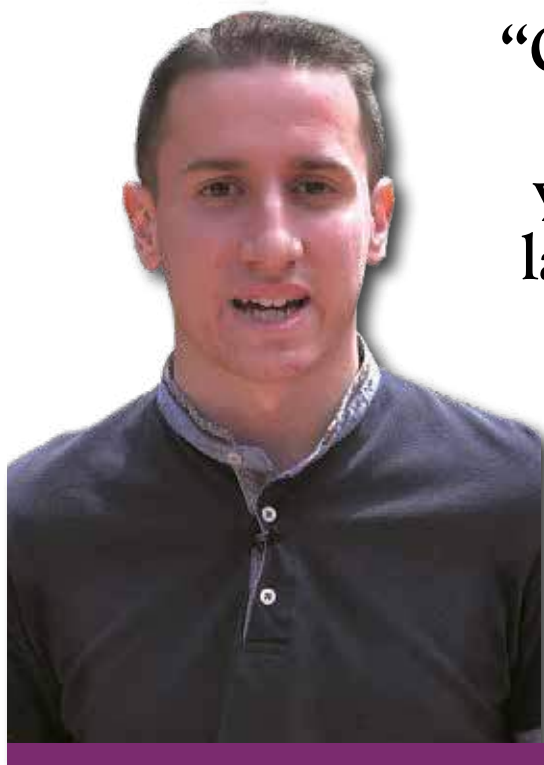
Síguenos en
vivir_fuenlabrada



vivir Fuenlabrada

M-33879-2016

vivirEdiciones **vivirMadrid** **vivirAlcorcón** **vivirGetafe** **vivirLeganés** **vivirMóstoles** **vivirArroyomolinos** Periódico independiente gratuito - Nº 48 - Marzo 2021 - Año IV



**“Corresponsabilidad,
violencia de género
y brecha salarial son
las principales tareas
pendientes”**

Raúl Hernández

**Concejal de Feminismo
de Fuenlabrada**

■ Durante el mes de marzo, en **vivir Ediciones** estamos realizando una serie de entrevistas en torno al Día Internacional de la Mujer para comprender la problemática de la igualdad de género desde diferentes perspectivas y puntos de vista.

📄 **Página 12**



**En marzo, también
entrevistamos a...**



Luis Martínez Hervás
Hospital Virgen del Rocío



Candela Luque
Presidenta AJE Sevilla



Mercedes Manzano
Colegio Albanta



Charo Ramírez
Clínica URJC



Carmen Quintanilla
Presidenta AFAMMER

👉 **¡y más en el interior!**



**Consúltenos sin compromiso
llamando al teléfono:**

• 91 745 21 10 •

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.*

Mercantil
Penal
Administrativo



Fiscal
Laboral
Financiero

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

vivir Tomelloso by PASOS

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

Periódico independiente gratuito

La “Revista Pasos” se une a la familia “vivir Ediciones”

La reconocida revista de Tomelloso se fusiona con la editorial madrileña para seguir ofreciendo a sus vecinos y vecinas la mejor información de actualidad en el municipio ciudadrealeño

■ El periódico “vivir Tomelloso by Pasos” nace de la fusión de la editorial “vivir Ediciones” con la reconocida “Revista Pasos”, un medio de comunicación de referencia para el municipio de Tomelloso y en toda la comarca. De este modo, “vivir Tomelloso by Pasos” continúa el legado de la “Revista Pasos” en una nueva etapa que acercará la información más actual a los vecinos y vecinas del municipio. Así, “vivir Tomelloso by Pasos” cubrirá toda la demanda informativa sin perder la que será su esencia: prensa blanca, cercana y positiva.

📄 [Página 6](#)



Además...

Actualidad

“vivir Ediciones” continúa su expansión como referente informativo

📄 [Página 4](#)

Publicidad

Nuevas oportunidades de visibilidad para los anunciantes

📄 [Página 9](#)

Branded content

En marcha una nueva programación de entrevistas y reportajes

📄 [Página 15](#)

Staff

Síguenos en
vivir_ediciones



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

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.



Formación Gratuita Agentes Sociales **Diálogo Social y Negociación Colectiva** 2020-2021



CONSEJERÍA DE ECONOMÍA,
EMPLEO Y COMPETITIVIDAD



ALÍATE CON FUENLABRADA

CONSUME LOCAL

ISABEL – TUTÚ COMPLEMENTOS

Abrió su negocio el 2 de marzo de 2020. Solo 12 días después, se vio obligada a cerrar debido a la pandemia. Con un poco de ayuda y su esfuerzo, perseverancia y trabajo volvió a abrir en mayo su tienda de ropa y complementos. Hoy, es una parte imprescindible del barrio.

Consumir local crea más riqueza, genera más trabajos y hace mejores nuestros barrios.

**Compra en tu comercio local
#AliateConFuenlabrada**



Ayuntamiento de
FUENLABRADA

Nuestro municipio

Un millón de euros para mejorar las tecnologías en los centros educativos

La ciudad invertirá una partida en la compra de más de 10.000 tablets y otros dispositivos informáticos para 82 centros

■ El Ayuntamiento de Fuenlabrada destinará este año casi un millón de euros para mejorar las nuevas tecnologías en los centros educativos de la ciudad. Se trata del programa más ambicioso en esta materia que pone en marcha un ayuntamiento en España.

“Nuestro programa de apoyo a la educación pública es la más importante de un municipio en España. Ahora,

sumamos a todas las iniciativas un programa pionero que permitirá a nuestras escuelas, colegios e institutos dar un salto tecnológico muy importante que beneficiará en la educación de nuestros chicos y nuestras chicas”, ha explicado el alcalde, Javier Ayala, quien ha presentado este programa junto con el primer teniente de alcalde y concejal de Educación, Isidoro Ortega.



La Policía Local participa en un programa europeo contra el racismo

El proyecto fomenta el aprendizaje contra la xenofobia y los delitos de odio

■ La Policía Local de Fuenlabrada participa en un programa europeo para mejorar la formación de los agentes locales con el objetivo de prevenir y actuar más eficazmente contra los incidentes y delitos racistas y de odio. Junto a sus homólogos de Bradford (Inglaterra),

Se centra en dos aspectos: formación y desarrollo de una app

Madrid, Málaga, Pamplona, Elche, Getafe, Leganés, la Universidad de Salamanca y el Observatorio Español contra el Racismo y la Xenofobia, toman parte en el proyecto europeo CLARA, cofinanciado por el Programa de Derechos, Igualdad y Ciudadanía de la Unión Eu-



ropea. El proyecto se centra en dos aspectos fundamentales: la formación de sus agentes y el desarrollo de una aplicación informática de seguimiento y apoyo a las víctimas. Las policías de los distintos municipios que forman del programa intercambian experiencias e iniciativas sobre sus acciones en materia de diversidad.

En Fuenlabrada el programa de formación se complementa con sesiones en las que participan, además, miembros de asociaciones de índole cultural así como de personas con

diversidad funcional con el fin de que los y las agentes adquieran mayores conocimientos sobre estos colectivos, repercutiendo en una mejora de sus actuaciones.

Por otra parte, el proyecto CLARA contempla el desarrollo de una app informática en cuyo diseño la Policía Local de Fuenlabrada tiene un papel fundamental estableciendo los contenidos, elementos y datos a tener en cuenta. La app, en proceso de estudio, permitiría el seguimiento y apoyo a las víctimas de delitos de odio.

Ciudadanos propone rehabilitar el parking del Paseo de Roma

■ La portavoz de Ciudadanos (Cs) Fuenlabrada, Patricia de Frutos, ha registrado una moción para “obligar al Gobierno socialista a rehabilitar y acondicionar el parking de Paseo de Roma, en estado deplorable e infrautilizado por los fuenlabreños”. Un hecho especialmente grave, continúa la líder de la oposición, “si tenemos en cuenta el enorme problema que padece Fuenlabrada en lo que respecta al estacionamiento, además de su potencial uso como parking disuasorio y gratuito para invitar a los vecinos a dejar allí sus vehículos y viajar en transporte público, dada la cercanía de la estación de Fuenlabrada Central”.

Para ello, dice la portavoz de la formación naranja, “urgente labores de mantenimiento que solucionen las goteras y otros problemas que no sólo afectan a la estética, sino también a la seguridad y el buen uso de las instalaciones, pues la falta de regulación en entradas y salidas, información y el desconcierto se apoderan del usuario que, por casualidad, consigue acceder y aparcar”. En la actualidad “sólo una de las tres plantas del parking admiten vehículos, con la mitad de otra actuando de depósito municipal y una tercera completamente inutilizada, si bien las luces nunca se apagan con el consiguiente derroche para

las arcas municipales”.

De Frutos se pregunta “cómo es posible que hace ya un lustro pusiéramos sobre la mesa alternativas al uso del

De Frutos recuerda que “presenta un estado deplorable donde solo 1/3 es aprovechado”

vehículo particular a través del incentivo de aparcamientos disuasorios, como podría ser éste, y cinco años después nos encontremos con un espacio más abandonado y deteriorado si cabe, en lugar de ponerlo al servicio del ciudadano”. Y sentencia solicitando al resto de grupos “que se sumen a una iniciativa que modernizará esta zona de Fuenlabrada, ayudará a subsanar el problema de aparcamiento que arrastra históricamente el municipio, dará más seguridad al usuario y consolidará el uso del transporte público como medio de desplazamiento a la capital y otros municipios”.

La juventud de Fuenlabrada pide el compromiso de todos para acabar con la pandemia

Los jóvenes han participado en la realización de un vídeo que anima a seguir luchando contra el covid-19



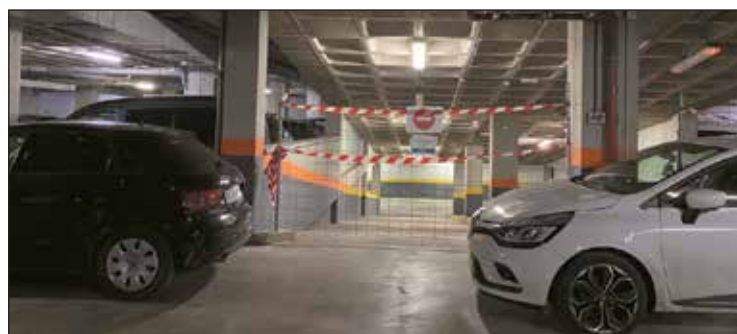
■ Fuenlabrada ha elaborado un vídeo con un grupo de jóvenes de la ciudad en el que se lanza un mensaje a los ciudadanos y ciudadanas, especialmente a las personas de su misma edad, destinado a reforzar su compromiso para acabar con el COVID-19. Esta acción forma parte de las diversas que realiza el Ayuntamiento para hacer frente al coronavirus.

“Es importante que los y las jóvenes se sientan implicados en las acciones que se realizan para luchar contra el virus porque de esta manera observan de primera mano las consecuencias que tiene y lo que hay que hacer para evitar-

lo”, añade Javier Ayala, alcalde de Fuenlabrada.

El vídeo lanza un claro mensaje: “Depende de ti... Y de mí”

El vídeo lanza un mensaje claro y directo para la ciudadanía: «depende de ti... Y de mí» con el que jóvenes y Ayuntamiento quieren pedir a toda la ciudadanía que no baje los brazos en estos momentos, cuando la llegada de las vacunas ha establecido un horizonte de salida de la crisis sanitaria que comenzó hace un año.



La medida busca ampliar la oferta de parkings disuasorios en la ciudad



**AHORA LOS
DÍAS EMPIEZAN
CON ÀNGELS
Y TERMINAN
CON PEPA**

ÀNGELS BARCELÓ
Hoy por Hoy
L-V de 06:00 a 12:20h

PEPA BUENO
Hora 25
L-V de 20:00 a 23:30h.

SER

Madrid Sur 94.4 FM

EL PODER DE LA VOZ

El PP de Fuenlabrada reclama que se devuelva la tasa de basuras de 2020



■ El Partido Popular de Fuenlabrada ha presentado una moción reclamando al equipo de gobierno que devuelva la tasa de basuras del ejercicio 2020 a las empresas y autónomos que tengan un local en Fuenlabrada. “La mayoría de las empresas y comercios se han mantenido cerrados durante meses en la pandemia, por lo que no es de recibo que el ayuntamiento cobre el 100% de la tasa de basuras. Si tienen que cerrar por obligación, no les asfixiemos por un servicio que no les hemos prestado”, afirma la portavoz, Noelia Núñez. En la moción, los populares solicitan la devolución de la totalidad de la tasa de basuras correspondiente al año 2020 o, al menos el trimestre comprendido entre los meses de marzo y junio, meses que no fue prestado el servicio.

“Somos conscientes del

esfuerzo fiscal que supone esto, pero también somos conscientes del ahorro que el

Núñez: “No es de recibo que se cobre el 100% de la tasa a las empresas”

Ayuntamiento ha tenido este año obligado por el Covid-19 y es de recibo ayudar desde la administración más cercana al comercio local”, ha señalado Núñez. La portavoz, asimismo, ha precisado que los ‘populares’ buscan con esta moción “evitar posibles reclamaciones futuras, como ha ocurrido en ocasiones con la Tasa de Vado o con el tipo diferenciado del IBI recientemente, con una sentencia que obliga al Ayuntamiento a devolver casi 20.000 euros a una empresa de la ciudad”, ha concluido.

Otorgados nuevos fondos de la Unión Europea para mejorar la movilidad en la ciudad

El Ayuntamiento recibirá 100.000 euros a través del IDAE para la instalación de recargas eléctricas para los autobuses de la Empresa Municipal de Transportes

■ El ayuntamiento de Fuenlabrada y la EMTF han conseguido que el IDAE (Instituto para la Diversificación y Ahorro de la Energía), que recibe fondos de la Unión Europea, ayude a la ciudad con 100.000 euros

Con el antecesor a este plan, se crearon itinerarios ciclistas seguros en la ciudad

del plan MOVES II para mejorar la movilidad sostenible, modernizando y electrificando la flota de la empresa. En concreto, esta ayuda se destinará a la instalación de puntos de recarga para los autobuses urbanos eléctricos en la propia sede de la empresa municipal de transportes de Fuenlabrada.

La instalación de puntos de recarga de autobuses eléctricos acompañará el proceso de renovación de la flota de la Empresa Municipal de Transportes de Fuenlabrada, que ya ha previsto la compra de vehículos eléctricos con el objetivo

de conseguir una ciudad con movilidad sostenible que proteja el medio ambiente y la calidad de vida de sus ciudadanos y ciudadanas.

“Como ya sucedió con el programa MOVES I, volvemos a recibir inversión por parte de la Comunidad de Madrid para mejorar la movilidad en la ciudad y especialmente para conseguir una movilidad más respetuosa con el Medio Ambiente y con la vida de nuestros vecinos y vecinas” ha explicado Felipe Pinel, concejal de Medio Ambiente de Fuenlabrada.

El antecesor a este plan

fue el MOVES I que se centró en 2020 en la creación de itinerarios ciclistas seguros, aparcamientos para bicicletas y cesión de estas. Esta acción se encontraba subvencionada con 750.000 euros por parte del IDAE.

Fuenlabrada viene destacando en los últimos años por su capacidad para captar fondos que tienen su origen en la Unión Europea. Es el caso de proyectos de empleo como MILMA o Vulcano, así como de programas de inversión como Feder o estos fondos dedicados a movilidad.



Además, se renovará la flota de la Empresa Municipal de Transportes



Amplios salones o tranquilos **reservados** para cualquier tipo de evento.

Parking gratuito con cita previa.

Cocina **tradicional** en nuestra carta. Amplia **vinoteca**.

Nuevas tendencias gastronómicas en nuestras **sugerencias diarias**.

Y nuestras cenas líricas con **Ohhh-Solo-Millo**.

Garantizamos las medidas de seguridad frente al COVID-19.

www.restaurantefuentelabrada.es

Calle Valparaíso, 10

601-078-910 // 912-080-525



“Me encanta ver un cambio en mis alumnas y cómo hablan de micromachismos”

Mercedes Manzano Jefa de Estudios del Colegio Albanta

■ **8 de marzo, Día Internacional de la Mujer. ¿Qué significa para ti esta fecha?**

Llevo toda la vida hablando de este tema y estoy deseando que no sea necesario seguir hablando de ello, pero tengo clarísimo que la igualdad es algo por lo que hay que seguir peleando, algo que no está conseguido. Me encanta ver el cambio en mis alumnas y cómo hablan de micromachismos, que es algo que no se había hablado nunca. Eran tan gordos los micromachismos que no podíamos centrarnos en lo micro. Ellas lo dicen y las veo mucho más empoderadas —a las niñas en general— cuando se habla del tema. Pero tampoco veo cambios significativos.

■ **Hablando de los cambios que se han producido, en tu**

experiencia personal y docente, ¿cómo dirías que ha evolucionado la posición de la mujer en los últimos años?

Las mujeres hemos perdido el miedo a gritar, a salir a la calle, a decir basta. A decir que estamos hartas: de la bre-

“Las mujeres hemos perdido el miedo a gritar, a salir a la calle, a decir basta”

cha salarial, de los techos de cristal, de los macro o micromachismos... Estamos hartas.

He visto muchísima evolución, sobre todo en los últimos diez años en los que las chicas jóvenes han empezado a salir también a gritar. De repente, han venido en tropel las universitarias, las chicas de los

institutos... Es algo que he notado y muy para bien.

■ **Un dato que hemos conocido es que, entre los jóvenes, disminuye la violencia de género pero aumentan las agresiones sexuales. ¿Cómo abordar esta problemática?**

Siempre hacemos educación sexual, intervengamos o no intervengamos. Si intervenimos, hacemos una educación sexual saludable, normalizada. Si no intervenimos, dejamos que sea la pornografía la que haga la educación sexual, y la pornografía no es educación sexual. Todo esto tiene que ver con la pornografía y con que los chavales tengan un uso libre de internet desde que son muy pequeños. Por eso, es realmente importante que la educación afectivo-sexual entre en las aulas.



Puedes leer la entrevista completa en: www.vivirediciones.es

“La vida depende de la actitud con la que te enfrentes a ella”

Charo Ramírez Directora Odontología de la Clínica URJC



Puedes leer la entrevista completa en: www.vivirediciones.es

■ **¿Cómo crees que está la situación laboral de la mujer en el sector odontológico?**

Yo en principio, bajo mi experiencia como mujer, no he visto realmente diferencias de género. Llevo 16 años en la profesión y no la he experimentado, ni en diferentes puestos de trabajo ni en diferentes sueldos. Quizá, en algún momento, algún paciente de edad más avanzada puede percibir que un hombre o un chico va a desempeñar mejor el trabajo que una mujer en la parte quirúrgica. Igual es porque lo asocian a la fuerza, cuando no es así; es más la maña que la fuerza.

■ **La conciliación laboral es quizás uno de los mayores obstáculos a los que se enfrentan las mujeres en su carrera profesional. ¿Ha**

supuesto una complicación para ti?

Es cuestión de adaptarse y organizar la casa: desde la madre, el padre y los niños. Yo no lo he llevado mal en el sentido de que me he organizado y me he adaptado, sin contar

“Hay que aprovechar el momento y ver las situaciones siempre en positivo”

con ayuda de terceros ya que ni mis padres ni mis suegros viven en Madrid. Yo creo que es más cómo cada familia se quiera gestionar y organizar.

Sí que en determinados sectores creo que la conciliación laboral sigue siendo un problema en la mujer, pero concretamente en la odonto-

logía no lo he percibido o no está tan visibilizado. Pero es un problema de la mujer en otras parcelas y un problema que existe.

■ **Para finalizar, ¿qué mensaje te gustaría lanzar a nuestros lectores y lectoras?**

Por muy tópico que suene, que la vida depende de la actitud con la que te enfrentes a ella. Podemos conseguir muchas más cosas y, por mi propia experiencia, la actitud positivamente abierta nos va a dar mucha esperanza. Paciencia y experiencia.

Sé que habrá muchos casos complicados que estas palabras no las quieran escuchar. Pero hoy por hoy sí que es verdad que todo se va más o menos encarrilando y se ve solución. Y mi ejemplo es el primero, así que: esperanza.

La Comunidad de Madrid cerrará perimetralmente en San José y Semana Santa, pero recurrirá la decisión

Las restricciones de movilidad se aplicarán en los puentes desde el 17 al 21 de marzo, y entre el 26 de marzo y el 9 de abril

■ La Comunidad de Madrid aplicará el cierre perimetral impuesto por el Gobierno central para el puente de San José y Semana Santa ante el covid-19. No obstante, recurrirá ante la Justicia la decisión del Ejecutivo por no estar de acuerdo con la efectividad técnica de la medida y entender que "jurídicamente, el Ministerio de Sanidad no puede imponer un Acuerdo del Consejo Interterritorial que no ha sido adoptado por consenso y que no es vinculante".

De este modo, la Comunidad de Madrid cumplirá con la Orden Comunicada de la ministra de Sanidad, Carolina Darias, por la que se aprueba la declaración de actuaciones coordinadas frente al coronavirus con motivo de ambas festividades. El Boletín Oficial de la

Comunidad de Madrid publicará un nuevo Decreto para aplicar el cierre perimetral entre el 17 y el 21 de marzo y entre el 26 de marzo y el 9 de abril.

Por otro lado, el Decreto prorrogará hasta el 9 de abril la prohibición de reuniones de

Se prorroga hasta el 9 de abril la prohibición de no convivientes en domicilios

no convivientes en domicilios, salvo que se trate de cuidados a terceras personas (mayores, dependientes, menores de edad o personas vulnerables). La Consejería de Sanidad recuerda que el 80% de los contagios del virus se producen en el ámbito familiar y domicilia-

rio. También se mantiene en la región, hasta el 9 de abril, la limitación de movilidad nocturna desde las 23:00 horas hasta las 06:00 horas y que el sector de la hostelería y de la restauración pueda permanecer abierto hasta esa hora, quedando prohibida la entrada de nuevos comensales después de las 22:00 horas.

En cambio, la Dirección General de Salud Pública, debido a la buena evolución epidemiológica, ha decidido levantar las restricciones de movilidad a todas las zonas básicas de salud y localidades que estaban perimetradas y sólo entra como nueva Zona Básica de Salud el municipio de Morata de Tajuña, donde se introduce la limitación de entrada y salida salvo por motivos justificados durante las dos próximas



Se mantiene la limitación de movilidad nocturna entre las 23 y las 6 h

semanas.

La Consejería de Sanidad recuerda que el número de comensales en las terrazas se mantiene con un máximo de seis personas por mesa, y un máximo de cuatro comensales en el interior de los establecimientos. Asimismo, reitera la obligatoriedad del uso de mascarilla de forma continuada, tanto en el interior como en la

terrazza, excepto en el momento concreto de la ingesta de bebida o comida.

Además, sigue siendo obligatorio, dentro de las medidas preventivas para hacer frente al coronavirus, asegurar la ventilación adecuada de los establecimientos, ya sea por medios naturales o mecánicos; y se mantiene la prohibición del consumo en barra.

Los madrileños rinden homenaje a las víctimas del 11M en el 17º aniversario del atentado



■ La presidenta de la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, y el alcalde de Madrid, José Luis Martínez-Almeida, han depositado una corona de laurel ante la placa en la Real Casa de Correos que recuerda a las víctimas de los atentados del 11 de marzo de 2004, así como a los servicios de emergencias y ciudadanos que las auxiliaron. La corona lucía las banderas de España, la Comunidad de Madrid y la ciudad de Madrid.

Durante la ceremonia, que comenzó a las 9:00 horas, han tañido las campanas del reloj de la sede de la Presidencia regional, junto con las de las iglesias de toda la Comunidad de

Madrid. De hecho, se han podido escuchar la de los templos más cercanos al kilómetro cero.

Se ha recordado a las víctimas y a los servicios de emergencias y ciudadanos que las auxiliaron

Posteriormente, la Orquesta y Coro de la Comunidad de Madrid ha interpretado El cant dels ocells, de Pau Casals, y Lacrimosa, del Réquiem de Mozart. Para finalizar el acto, ha sonado el Himno Nacional.

Díaz Ayuso reorganiza el Gobierno regional tras la convocatoria de elecciones

■ La presidenta de la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, ha reorganizado el Consejo de Gobierno tras firmar el decreto de disolución de la Asamblea de Madrid y

La portavocía del Gobierno regional recae en Enrique Ossorio

de convocatoria de elecciones y cesar, también por decreto, al vicepresidente, consejero de Deportes y Transparencia y portavoz del Gobierno, Ignacio Aguado, y otros cinco consejeros. Se trata de Manuel Giménez (Economía, Empleo y Competitividad), Javier Luengo (Políticas Sociales, Familias, Igualdad y Natalidad), Ángel Garrido (Transportes, Movilidad e Infraestructuras), Eduardo Sicilia (Ciencia, Universidades e Innovación) y Marta Rivera de la Cruz (Cultura y Turismo).

Los miembros del Consejo de Gobierno que permanecen

asumirán las competencias que quedan repartidas de la siguiente manera: la consejera de Presidencia, Eugenia Carballo, asume las competencias delegadas hasta ahora en Vicepresidencia y Consejería de Deportes y Transparencia. No obstante, la Vicepresidencia desaparece como tal.

La Portavocía del Gobierno regional recae en el consejero de Educación y Juventud, Enrique Ossorio, que, además, se hace cargo de las competencias de Ciencia, Universidades e Innovación, así como Cultura y Turismo.

El consejero de Hacienda y Función Pública, Javier Fernández-Lasquetty, suma las com-

petencias de la Consejería de Economía, Empleo y Competitividad, mientras que el consejero de Sanidad, Enrique Ruiz Escudero, se ocupará de la Consejería de Políticas Sociales, Familias, Igualdad y Natalidad. Por último, el consejero de Vivienda y Administración Local, David Pérez, se le encomienda, además, la Consejería de Transportes, Movilidad e Infraestructuras.

Los consejeros de Justicia, Interior y Víctimas, y de Medio Ambiente, Ordenación del Territorio y Sostenibilidad, Enrique López y Paloma Martín, respectivamente, se mantienen con las competencias que tenían hasta ahora.



Los miembros del Consejo que permanecen asumirán las competencias de los consejeros que han sido cesados

vivir Sevilla

vivirMadrid vivirAlcorcón vivirFuenlabrada vivirGetafe vivirLeganés vivirMóstoles vivirArroyomolinos

Periódico independiente gratuito

“vivir Ediciones” abre su primera cabecera andaluza

La editorial, con un largo recorrido en la Comunidad de Madrid, ha elegido la ciudad de Sevilla para el lanzamiento

■ El medio de comunicación “vivir Ediciones” comienza el año 2021 con la expansión de sus periódicos sumando su primer periódico en Andalucía: “vivir Sevilla”, donde continuará con su labor de medio informativo local, cercano e independiente.

Con esta expansión, “vivir Ediciones” da el salto fuera de la Comunidad de Madrid y explora otras localizaciones. Este crecimiento en nuevos escenarios le permitirá ofrecer mejores condiciones de visibilidad y negocio a sus empresas anunciantes, aumentando su presencia y generando nuevas oportunidades.

➔ **Página 6**



Además...

Actualidad

“vivir Ediciones” continúa su expansión como referente informativo

➔ **Página 4**

Publicidad

Nuevas oportunidades de visibilidad para los anunciantes

➔ **Página 9**

Branded content

En marcha una nueva programación de entrevistas y reportajes

➔ **Página 15**

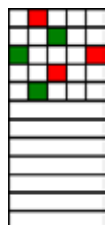
GRAN OPORTUNIDAD EN LOCALES EN EL ENSANCHE SUR DE ALCORCÓN POR LIQUIDACIÓN

- A LA VENTA 67 LOCALES EN EL ENSANCHE SUR DE ALCORCÓN. **HASTA UN 40% SOBRE LE PRECIO INICIAL.**
- DISTINTAS UBICACIONES Y TAMAÑOS.
- VENTA DIRECTA EN NUESTRAS OFICINAS. SIN SUBASTAS.

VISÍTENOS EN WWW.EMGIASA.ES

O INFÓRMESE EN EL 916106266

Estamos en Avda. de la Libertad, 9 Local 9 Post. Junto a Metro Puerta del Sur



“Todos los días somos mujeres y hay que reivindicar día a día, con nuestro trabajo, lo que valemos”

Candela Luque Presidenta de AJE Sevilla

■ Como Presidenta de la Asociación de Jóvenes Empresarios de Sevilla, ¿cómo crees que está la situación allí para las mujeres emprendedoras?

Concretamente en los empresarios de Sevilla, creo que se valora muchísimo a la mujer. Sin duda, la mujer ha sido muy maltratada en el pasado, pero ahora es nuestro momento, el momento de la historia en que la mujer está mejor.

A los eventos van muchas mujeres sevillanas, pero no tantas como hombres, hay que decirlo. Esto está teniendo un relevo poco a poco y se conseguirá paridad. Aunque si las mujeres deciden dedicarse a su familia en vez de ser empresarias también es algo totalmente legítimo.

■ Uno de los principales obstáculos que abordan las mu-

jer en su desarrollo laboral es la conciliación. Para ti, ¿ha supuesto una dificultad?

Afortunadamente, mi hija es muy buena y mis padres, como son jóvenes, me ayudan mucho en ese sentido. Pero es duro, más siendo autónoma

“Si tienes el poder, las ganas y la pasión, seas hombre o mujer, puedes ser empresario”

y no teniendo un horario. No tengo maternidad como tal, no puedo coger los cuatro meses que se dan porque tengo que seguir trabajando. Pero bueno, al final con esfuerzo y sacrificio todo se consigue.

■ Recientemente, en AJE Sevilla habéis creado una Comi-

sión de Igualdad. ¿Cómo se va a trabajar con las mujeres empresarias?

Por poner un ejemplo, hacemos mesas redondas de mujeres empresarias. Al final, por hache o por be, las mujeres somos las que menos participamos en este tipo de encuentros y hay que fomentarlo. Si te organizas, se puede hacer de todo.

■ Para finalizar, ¿qué mensaje te gustaría lanzar a nuestros lectores y lectoras?

Un mensaje de ánimo y esperanza. De todo se sale y de todo se aprende. A nadie se nos regala nada. Nadie dice: “qué suerte tiene esa persona que ha podido salir de la crisis, reinventar su negocio”. Eso no es suerte, es trabajo. Animo a las personas a que se esfuercen y que sigan trabajando.



Puedes leer la entrevista completa en: www.vivirediciones.es

“Desde siempre he vivido que tu esfuerzo es lo que marca tu posición”

Yolanda Aguilera Empresaria de éxito



Puedes leer la entrevista completa en: www.vivirediciones.es

■ ¿Has notado avances en cuanto a igualdad de género en tu entorno??

Hemos avanzado muchísimo. Yo personalmente, salvo alguna anécdota, no he sufrido ni notado ninguna discriminación. En la empresa familiar, sin ir más lejos, fui yo quien la dirigió muchos años, aún teniendo hermanos mayores. Estamos en un punto en el que hay mucha igualdad.

■ Eres una persona con muchas inquietudes profesionales. Cuéntanos, ¿cuál dirías que es el mayor reto que has superado?

El primero, abandonar el nido. Decir “lo voy a dejar” ya fue complicado, pero lo hice. Después, montar una empresa, Beyma, desde cero y con la situación que teníamos: Belén, que acababa de superar

un cáncer y venía del paro, y yo, que me había tomado un año sabático y no tenía paro. Al principio fue tremendo. Era más la ilusión y las ganas, pero teníamos niños pequeños y había que tirar hacia adelante.

“Hemos avanzado muchísimo. Estamos en un punto en el que hay bastante igualdad”

■ El sector de la construcción es, quizás, uno de los más masculinizados. ¿Cómo fue esa experiencia de dos mujeres comenzando en él?

Tenemos anécdotas muy curiosas. Por ejemplo, ir a una casa y que te pregunten: “¿Vienes tú a medir?”. Y después de responder que sí, insistan: “Pero... ¿lo vas a medir tú?”. Al

principio es verdad que costó un poquito, pero después la gente se abre igual de bien cuando les tratas bien y haces un buen trabajo. A veces sí que nos abrían la puerta con sorpresa o a veces nos decían: “¡Qué bien! ¡Dos chicas! Seguro que tenéis buen gusto”.

■ Para finalizar, como sabes, nuestros periódicos son leídos diariamente en la Comunidad de Madrid, Ciudad Real y Sevilla. ¿Qué mensaje te gustaría lanzar a nuestros lectores y lectoras?

Que no se desanimen. Al final, tenemos que luchar, tenemos que seguir viviendo. Siempre hay que sacarle algo bueno a todo lo que venga. Que busquen el lado positivo. Y, sobre todo, el sentido del humor: que no pierdan el sentido del humor.

“Para que una mujer sea libre debe tener independencia económica”

Paloma García Delegada Área Obras y Equipamientos de Madrid

■ **Estamos viviendo un momento excepcional en el que toda la actualidad está condicionada por la crisis del coronavirus. ¿Qué tal lo has llevado a nivel personal? ¿Cómo estás viviendo este Estado de Alarma?**

Un poco harta. La verdad es que mi vida no ha cambiado tanto como podría parecer porque empezamos el Estado de Alarma en el mes de marzo y quizás estuvimos trabajando al 100% a distancia un mes. Luego, en seguida empezamos a venir por el área el

equipo directivo, el gabinete... Principalmente, porque consideramos que teníamos que estar al pie del cañón pero, en mi caso, también porque en mi casa no me quedo. Son las dos cosas, y yo prefiero salir y entrar. Tanto en la segunda ola como en la tercera, los funcionarios han estado teletrabajando, pero nosotros muy poco: hemos estado viniendo todos los días.

■ **En el verano de 2017, recibiste la difícil noticia de un cáncer de mama. Antes de nada, ¿cómo te encuentras a día de hoy? Cuéntanos, ¿cómo viviste ese cambio en tu vida?**

Yo estoy fenomenal, la verdad. Me recuperé enseguida, pero tuve de todo: operación, quimio, radio... Tuve un añito un poco complicado pero ya a partir del 2018 seguí dando guerra.

Encontrarse con un cáncer es un palo de narices. Pero, una vez que lo tienes asimilado, pues a luchar. Yo no me di de baja en ningún momento y seguí trabajando. Bien es cierto que no

trabajo en la construcción, quiero decir, no tenía un trabajo físico importante. Pero seguí yendo a mi grupo municipal, a los plenos municipales... Eso era fundamental para la recuperación. Lo que no puedes hacer es quedarte en casa tirada en un sofá pensando: “¿por qué me ha pasado a mí?” Te ha pasado, pues hay que luchar porque es la única manera de salir de ello.

■ **“Aunque se ha mejorado mucho, todavía hay empresas que pagan menos a la mujer. En eso hay que seguir insistiendo”**

■ **Como superviviente de un cáncer de mama, ¿qué le dirías a las mujeres que están pasando en estos momentos por esa situación?**

Que luchen, que aguanten, que esto tiene salida. Que somos muchas las que estamos al pie del cañón. Van a pasar un año malo pero no pueden desfallecer. Hay que seguir luchando y, sobre todo, tener muchísimas ganas de vivir y de hacer cosas.

Debes tener ilusión, ilusionarte por las cosas, querer trabajar, buscar cosas nuevas si te quedas en casa... Quizás lo más difícil sea cortarte el pelo y ponerte una peluca. Pero, una vez que te ves con ella, dices: “¡hala, adelante!”. Quedarte calva es muy duro psicológicamente, quizás más para las mujeres que para los hombres, pero luego el pelo crece. No hay problema: al año ya lo tienes corto. En resumen, que no se queden en su casa tiradas, que intenten dar un paseo por la calle, hacer algo intelectual, vivir, leer... En fin, que cada mujer tenga la ilusión que tenga. Hay a quien le da por el deporte, montar en bici... Para eso hay que tener demasiada fuerza de voluntad pero, cada uno, en la medida de lo que pueda, que no se hunda. Un cáncer no es un castigo divino, nos puede tocar a cualquiera. Es como si te toca una gripe o el coronavirus... Es una enfermedad que nos puede pasar a todos.

■ **Nos acercamos al 8 de marzo, Día Internacional de la Mujer, una fecha para reivindicar las metas que todavía nos queda alcanzar en materia de igualdad. En tu entorno de trabajo, ¿cómo dirías que ha evolucionado la posición laboral de la mujer en los últimos años?**

Ha evolucionado mucho. Cuando empecé en política era consejera del Concejal de Urbanismo. En ese ámbito, en aquellos años —creo que en el 95—, ver a una mujer era raro: iba a las reuniones y era la única mujer. Luego, entré como Diputada en la Asamblea de Madrid. Nunca llevé temas de servicios sociales o juventud, que era, quizás, donde más mujeres encontrabas. Pero en los temas de urbanismo era difícil.

■ **¿Qué aspecto destacarías como pendiente para seguir avanzando en igualdad?**

Para mí, es el aspecto salarial. Es fundamental. Si no tienes igualdad de salario no tienes una igualdad real. Lo fundamental para que una mujer sea libre es que debe tener independencia económica. Es imprescindible para que si, por ejemplo, se lleva mal con su pareja pueda coger la puerta e irse. Hay que tener formación e igualdad de salario. Con eso, la mujer es exactamente igual que el hombre.

Lo que he notado es que jóvenes de 15 o 18 años siguen controlando a las mujeres con esa edad. No me entra en la cabeza que todavía pase en esas generaciones. Hay que hacer un esfuerzo importante en educar a esa juventud. Todo lo que hemos ganado en estas décadas no podemos perderlo ahora con esos chicos tan jóvenes.

■ **“Hace treinta años, ver a una ingeniera de caminos era impensable. Ahora da gusto verlas tan preparadas”**

■ **Para finalizar, como sabes, nuestros periódicos son leídos diariamente en la Comunidad de Madrid, Ciudad Real y Sevilla. ¿Qué mensaje te gustaría lanzar a nuestros lectores y lectoras?**

Les deseo todo lo mejor. Cada uno lo que necesite pero, sobre todo, salir del momento sanitario que estamos viviendo. Es fundamental y va a suponer la creación de puestos de trabajo, ilusión y fuerza para todo. Mientras sigamos con esta pandemia, las personas mayores siguen en su casa con mucho miedo, la gente joven no encuentra trabajo... Es una situación muy complicada. Si por fin nos podemos vacunar todos, eso dará ilusión a la gente.



“La corresponsabilidad, la violencia de género y la brecha salarial son las principales tareas pendientes”

Raúl Hernández Concejal de Feminismo de Fuenlabrada



Puedes leer la entrevista completa en: www.vivirediciones.es

■ ¿Cómo está evolucionando el papel laboral de la mujer en los últimos años?

Con la salida de la crisis de 2008, más o menos en 2018, íbamos a buen ritmo. La brecha salarial estaba bajando, las mujeres estaban dejando los contratos precarios por contratos mucho más estables... Pero, como suele pasar cuando viene una crisis, está volviendo a afectar particularmente al empleo de las mujeres, que ya de por sí tenían contratos bastante precarios..

■ A partir de enero de 2021, la baja de paternidad se ha igualado a la de maternidad. ¿Qué valoración haces de medidas como esta?

Es un aspecto muy positivo. Uno de los objetivos es conseguir la corresponsabilidad y lo que no podemos permiti-

es que las mujeres se queden solas al cuidado de sus hijos. Necesitamos que las dos partes se impliquen y sepan que tanto la madre como el padre tienen la misma responsabilidad. Que tienen que cuidar a sus hijos en conjunto.

“Las mujeres han sido las primeras en combatir al virus. El 78% de enfermeras son mujeres”

■ ¿Cuáles son las líneas de actuación en desarrollo más importantes en Fuenlabrada en materia de igualdad?

La erradicación de la violencia de género. Seguimos teniendo los programas que pusimos en marcha: contamos con un área de atención psi-

cológica, un área de atención social y un área para emergencias. Seguimos también con talleres terapéuticos. Además, la segunda línea en la que estamos trabajando es el empoderamiento de las mujeres. Otro aspecto importante es el trabajo con jóvenes para conseguir una sociedad igualitaria en la que no necesitemos este tipo de concejalías.

■ Para finalizar, ¿qué mensaje te gustaría lanzar a nuestros lectores y lectoras?

En un momento tan complicado, con esta crisis, no es el momento de escuchar mensajes populistas. Es el momento de sentarnos a hablar con la persona que tenemos al lado, de escuchar, de empatizar... Sobre todo, para que nadie caiga en ciertos bulos que nos dañan a todos.

“España es un ejemplo en el mundo del avance de la igualdad de oportunidades de las mujeres”

Carmen Quintanilla Presidenta Nacional de AFAMMER

■ ¿Cómo han sido los cambios que se han producido en los últimos años en la posición social de las mujeres?

Las mujeres españolas hemos hecho una revolución callada y muy importante con nuestra incorporación a la educación y al mundo del empleo. El pilar de la justicia social y de la igualdad es el empleo. Cuando una mujer tiene un empleo, decide sobre su vida, enriquece su comunidad, aporta su voz a las relaciones humanas y laborales...

■ ¿Qué tareas destacarías como pendientes?

Uno de los aspectos más importantes es la corresponsabilidad y la conciliación de la vida profesional y familiar. Otra de las asignaturas pendientes es el pleno empleo en las mujeres. Las primeras en perder

su puesto son las mujeres. Las primeras que tienen que cuidar a personas dependientes

“El pilar de la justicia social y de la igualdad es el empleo. Cuando una mujer tiene empleo, decide sobre su vida”

o a sus hijos son las mujeres. Es importante la corresponsabilidad. Luego, es también muy importante seguir impulsando la toma de decisiones de las mujeres en consejos de administración, de dirección, en la vida política...

■ En tu opinión, ¿de qué manera podríamos acercarnos a esa igualdad real?

Tenemos que seguir po-

niendo en valor a las mujeres y plantear su avance como el avance de toda la sociedad. Ha llegado el momento de hacer el feminismo de la cooperación, un feminismo de hombres y mujeres. Avancemos hacia una sociedad más igualitaria. Yo me niego a creer que los hombres son mis enemigos. No, los hombres tienen que ser mis cómplices en la igualdad de oportunidades.

■ Para finalizar, ¿qué mensaje te gustaría lanzar a nuestros lectores y lectoras?

Una de las grandes aventuras que tenemos las mujeres por delante es seguir caminando hacia esa igualdad que, desgraciadamente, todavía es una utopía en las mujeres rurales. Caminemos juntas y hagamos que la igualdad sea un derecho y no una palabra.



Puedes leer la entrevista completa en: www.vivirediciones.es

“Hay que desmantelar los techos de cristal que impiden el pleno desarrollo laboral de la mujer”

Silvia Roldán CEO de Metro de Madrid



Puedes leer la entrevista completa en: www.vivirediciones.es

■ **¿Cómo dirías que ha evolucionado la posición de la mujer en los últimos años?**

Cuando comencé a estudiar ingeniería industrial, había muy poca presencia femenina en ese tipo de carrera. Me enfrenté exactamente a la misma situación cuando accedí al mercado laboral dentro del mundo ferroviario. Sin embargo, es innegable que hemos avanzado mucho en este aspecto en los últimos años, con cada día una mayor presencia de mujeres en puestos que hace tiempo estaban prácticamente “reservados” a los hombres.

■ **A día de hoy, ¿qué te encuentras en los Consejos Directivos?**

Actualmente, es habitual que estos Consejos estén compuestos mayoritariamente

por hombres y es algo que ocurre, también, en Metro de Madrid, aunque aproximadamen-

“Metro ha sido una empresa pionera en incorporar personal femenino desde sus orígenes en 1919”

te el 30% de los directivos son mujeres. Pero estamos dando pasos y poco a poco esta situación va cambiando. En Metro de Madrid, un gran número de mujeres ocupan puestos de responsabilidad en áreas de ingeniería, programación, sostenibilidad... y esto es algo que debemos seguir potenciando. Algo estamos consiguiendo y un ejemplo es que la mujer ocupa ya hoy casi la cuarta

parte de los puestos en la selección de los nuevos maquinistas. Aunque aún bajo, este dato es muy alentador ya que se trata de una profesión en la que hubo que esperar hasta 1983 para que una mujer se convirtiera por primera vez en conductora de Metro.

■ **¿Qué aspecto destacarías como pendiente para seguir avanzando en igualdad?**

Desmantelar los techos de cristal que continúan existiendo a día de hoy y que impiden el pleno desarrollo laboral de la mujer. La formación de cara a fomentar la presencia de mujeres directivas en las empresas me parece básica para hacer frente a este reto que todavía tenemos por delante. De hecho, esta es la idea que se persigue desde Metro de Madrid.

“Los profesionales sanitarios son un ejemplo para todos por lograr los mejores resultados clínicos y humanos”

Luis Martínez Subdirector del Hospital Virgen del Rocío (Sevilla)

■ **En tu ámbito laboral, ¿has notado un avance en los últimos años en tu entorno profesional de la situación de las mujeres?**

Aquí, en el Hospital Virgen del Rocío, las mujeres son más del 65%. En el equipo directivo, también estamos prácticamente igualados al 50%. Desde el año 2.000, gracias al trabajo por la igualdad, en Sanidad no tenemos brecha salarial porque se cobra por el puesto que se desempeña. De todas formas, tenemos una Comisión de Igualdad que siempre nos aporta información para reflexionar, para estar al día y continuar avanzando, pero en el día a día no hay diferencias.

■ **En estos momentos, toda nuestra actualidad está condicionada por el covid-19 y**

parece inevitable comenzar preguntando: ¿cómo se está viviendo la situación en el hospital?

En el Virgen del Rocío, como en toda Andalucía, estamos en plena desescalada. Lo más duro fue al principio,

“Tenemos una comisión de igualdad que siempre nos aporta información para seguir avanzando”

cuando todavía no sabíamos de qué iba todo esto durante la primera ola.

Tenemos que ser conscientes de que esta enfermedad es la de la soledad. Los pacientes estaban solos y morían solos. Esto es durísimo. La última persona que veían era un profesional sanitario vesti-

do como un buzo, al que identificaban porque llevaba escrito su nombre en una banda. Pero los profesionales sanitarios han estado ahí: han estado con ellos en la cama, les han cogido la mano, les han dado esa última caricia, esa última mirada a las personas que fallecían. Ese era el consuelo que podíamos darles, aunque no fuera el de sus familiares.

■ **Para finalizar, como sabes, nuestros periódicos son leídos diariamente en la Comunidad de Madrid, Ciudad Real y Sevilla. ¿Qué mensaje te gustaría lanzar a nuestros lectores y lectoras?**

Un primer mensaje de esperanza, que es fundamental para llevar esto. Y otro mensaje propio del hospital: el equipo médico siempre da respuesta, y yo con esto me quedo.



Puedes leer la entrevista completa en: www.vivirediciones.es

Salud y bienestar

La cúrcuma ofrece múltiples beneficios para la salud gracias a sus propiedades nutricionales



■ La cúrcuma longa (pertenece a la misma familia que el jengibre), o simplemente cúrcuma, es una planta medicinal que tiene una larga raíz de color naranja o amarillo intenso que se convierte en polvo y se utiliza como condimento y colorante alimentario en algunos países, especialmente en la India. También es conocida como palillo o azafrán del

pobre. Se trata de una planta perenne herbácea cuyas hojas pueden alcanzar hasta un metro. Este polvo amarillento es uno de los ingredientes del curry, condimento muy utilizado en la cocina hindú.

¿Qué aporta la cúrcuma a nuestro organismo?

Aparte de condimentar y aportar color a nuestros platos, la

cúrcuma presenta múltiples beneficios para la salud debido a sus propiedades nutricionales como proteínas, vitaminas C, E y K, sodio, calcio, hierro, potasio, cobre, magnesio y zinc.

Para empezar, la cúrcuma actúa como un potente antiinflamatorio estomacal e intestinal, ideal en casos de gastroenteritis, pancreatitis, dolor

menstrual y el colon irritable, entre otros.

La cúrcuma actúa como un agente antibacteriano natural.

La cúrcuma puede ayudar a prevenir la acidez estomacal y la aparición de gases

Además de ayudar a controlar el colesterol, tiene un efecto beneficioso sobre el acné. Unas gotas de aceite esencial de cúrcuma antes de acostarse permiten combatir el exceso de grasa y de bacterias que causan el acné.

La capacidad antioxidante de la cúrcuma protege a las células de los radicales libres que pueden dañar el ADN celular. Esto es muy importante en muchas enfermedades como la artritis o incluso en la

prevención del cáncer. La cúrcuma posee una gran cantidad de propiedades digestivas que permitirán mejor la asimilación de nutrientes. Evita la aparición de acidez ya que actúa como un tónico estomacal. De igual forma evita la aparición y formación de gases.

¿Cómo tomar la cúrcuma?

Además de introducir la cúrcuma en guisos u otros platos a modo de condimento, existen diversas formas de ingerirla,

Además de como condimento, se puede tomar en infusión

como puede ser en forma de infusión, en cápsulas como suplemento alimentario y en gel para poner fin a problemas en la piel.

Tecnología

Twitter anuncia el “super follow”: tuits de pago



■ Inversores de Twitter, durante un evento, han confirmado que la aplicación permitirá a los usuarios que parte de los tuits que se publiquen en la red social, solo puedan ser vistos para aquellos usuarios que paguen para verlos, calificando esta opción como “Super Follow”. Para los usuarios que estén interesados en conocer el contenido premium que Twitter está preparando, tendrán que abonar una cuota de 4,99 dólares al mes. De esta manera, los usuarios podrán tener acceso al contenido exclusivo de las personas a las que siguen. Además, dispondrán de la opción de acceder a grupos

privados, newsletter de pago o insignias que otorguen al usuario el reconocimiento de estar apoyando a otros de manera económica.

La red social Twitter aún no ha anunciado la fecha del lanzamiento del “Super Follow”, pero sí ha destacado que será la próxima novedad que se instalará en la plataforma.

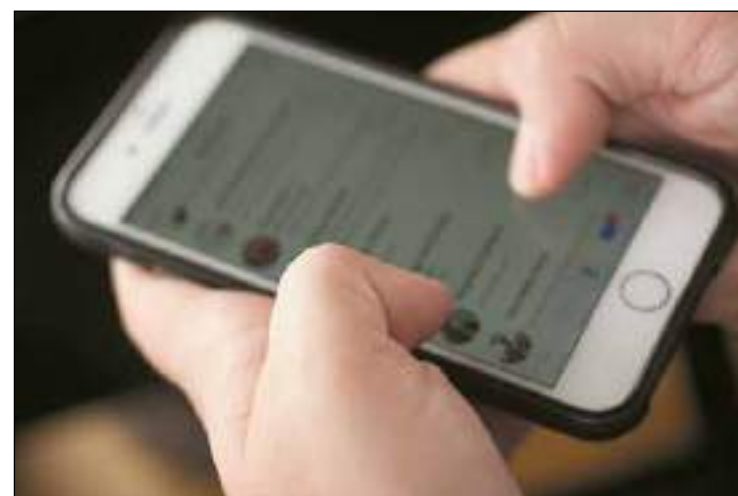
Además, este evento para analista e inversores, también ha traído consigo el anuncio de “Communities”, algo muy similar al Facebook Groups, donde los usuarios pueden crear grupos para hablar sobre temas concretos e interactuar con otros usuarios.

Claves principales para proteger la privacidad en Whatsapp

■ Whatsapp es una de las aplicaciones más utilizadas por los usuarios para comunicarse con el resto del mundo. La compañía cuenta, en la actualidad, con más de 2.000 millones de usuarios en todo el mundo. Por ello, es necesario tener en cuenta ciertos consejos para proteger la privacidad de los consumidores de la aplicación para evitar posibles conductas fraudulentas.

El primer paso a seguir es la activación de la verificación en dos pasos. Mediante esta herramienta, a parte de la verificación de tu teléfono, es necesario introducir un código PIN de seis dígitos. Esto ayudará a reforzar la seguridad de la cuenta de Whatsapp.

El cifrado de extremo a extremo de los chats es otra de las opciones con las que cuenta la plataforma para asegurar que ninguna persona está interceptando los mensajes o llamadas con otro contacto. Este



cifrado funciona mediante un código QR.

Es recomendable desactivar la descarga automática de archivos

Los elementos que nos llegan a través de los chats, como imágenes o vídeos, también pueden facilitar que un ciber-

criminal ‘hacker’ acceda al terminal mediante el envío de un código malicioso camuflado en un archivo. Por ello, es importante desactivar las descargas automáticas de archivos.

Por último, cuando un usuario detecte que alguien está intentando robar o ‘hackear’ la cuenta de Whatsapp, es importante reportarlo y bloquear el número, para evitar usurpaciones de identidad.



Síguenos en
vivir_fuenlabrada

Vivir Fuenlabrada

Del campo a tu casa

Carnicería "Juan El Asturiano"

Una gran selección de platos preparados por Nuestro Cheff
Especialidad en Ternera y productos Asturianos,
Cabritos y Lechazo de Burgos

629 553 630
C/ Galicia, 14-16 - Dpto. 3º
El Naranjo - Fuenlabrada

Se admite pago con tarjeta
VISA MasterCard

Pon a punto tu vehículo

Talleres Autoelear

Tlf. 916191911 WhatsApp 669119184
autoelear@hotmail.com

Especialistas en mecánica, chapa y pintura
Vehículo de cortesía sin coste
Servicio de recogida y entrega gratuito
Trabajamos con todas las compañías

10% Descuento en cambio de Aceite entregando este cupón

C/Chile 7 - 28922 Alcorcón - Frente a C.C. Tres aguas

Reforma tu vivienda o local

ROMAT

REFORMAS INTEGRALES

Pisos - Locales - Comunidades

San José 22
FUENLABRADA

Llámenos sin compromiso
916 078 240

Garantía 100% Calidad 100%

Mantente informado y no te pierdas...

vivir Arroyomolinos

PRENSA GRATUITA E INDEPENDIENTE EN LOS PRINCIPALES MUNICIPIOS

Sal a comer

RESTAURANTE LON GRIS

Avda. Fuenlabrada 40-42 - Humana de Madrid - Tel. 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

Ponte guap@

Clínica Renacer

HILOS TENSOSES REABSORBIBLES

No quirúrgico
No doloroso
Ambulatorio
Resultados en el momento

desde 15 euros

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, 1º - 28046 Madrid

www.optimiza-group.com

Cultura

Teatro

¡Cuánto Cuento! Paramythia



■ Paramythia son cuentos populares que han sido contados durante generaciones para irse a dormir. También son canciones que solían amenizar los ratos libres de los más pequeños. Cuentos y canciones que han ido pasando de boca en boca y de oído en oído. Y que, gracias a la gente que les ha puesto voz, aún perviven después de tantos años.

Miércoles 24 de marzo

Horario: 18:00 horas

Retransmisión gratuita a través de la cuenta de Facebook de la Concejalía de Cultura de Fuenlabrada

Literatura

Café literario



■ La escritora Pilar Adón, autora de obras como “Las órdenes” y “Da dolor” se une a la programación de “Café literario”. En esta ocasión, el programa se ha tenido que adaptar a las circunstancias sanitarias, por lo que, en este formato online, el público interactuará con la invitada desde sus casas, planteando sus preguntas y opiniones.

Jueves 25 de marzo

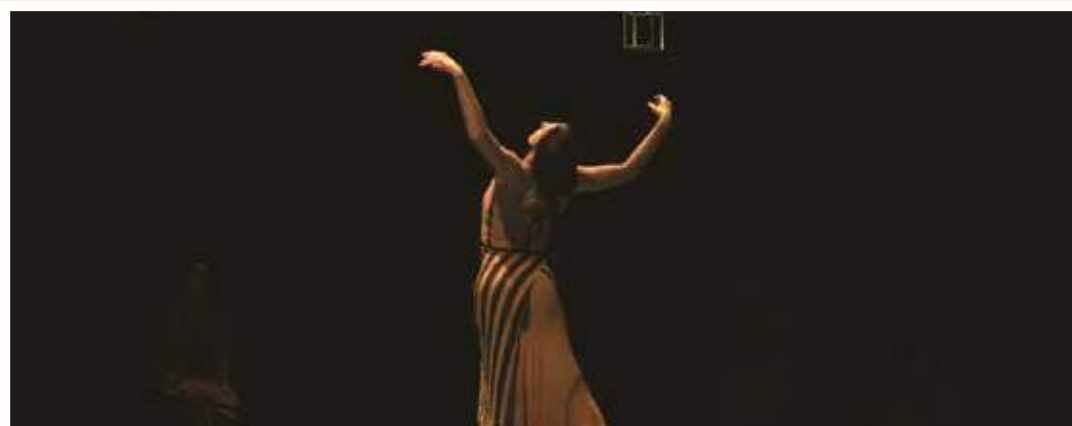
Horario: 18:00 horas

Retransmisión en Zoom del Patronato de Cultura y canal de YouTube “Ciudad Viva Fuenlabrada”

Danza

El María Pagés adjudica 8 residencias a creadores y lanza un programa para jóvenes

■ El Centro Coreográfico María Pagés de Fuenlabrada ha adjudicado 8 residencias a creadores profesionales y ha lanzado un programa de acompañamiento formativo para jóvenes compañías de danza. Tal y como anunciaba su convocatoria, a principios de año el centro buscaba acoger 6 proyectos en los que se incluían residencias de investigación, 2 de creación y 2 técnicas, con una



A la convocatoria se presentaron 39 proyectos en total

duración que oscila entre una y cuatro semanas para cada modalidad.

A la convocatoria, se han presentado en total 39 proyectos, de los cuales 28 estaban liderados por mujeres y los 11 restantes por hombres. Asimismo, cada una de las propuestas fue clasificada según su moda-

lidad. De todos los trabajos 24 de ellos pertenecían a la danza contemporánea, 13 a la danza española y flamenco y 2 a la danza clásica. El jurado, constituido por las coreógrafas Iratxe Ansa, y Rafaela Carrasco, la periodista Olga Baeza, el programador, Luis Lozano y El Arbi El Harti, director del CCMP, ha apreciado la calidad de los proyectos presentados y la relevancia de los candidatos, tal y como ha constatado el Centro Coreográfico María Pagés en un comunicado.

Además, el grupo en-

cargado de la valoración ha decidido crear una nueva categoría de residencias, bajo el nombre Proyecto Ballena. Esta iniciativa tiene como objetivo fundamental la acogida y el acompañamiento de jóvenes creadores, a los que se les ofrecen

El centro ha creado una nueva categoría de residencias

además de los espacios, asesoramiento creativo, técnico y administrativo.

Las Residencias coreográficas de Fuenlabrada serán desarrolladas por el Centro Coreográfico María Pagés, en colaboración con el Ayuntamiento de Fuenlabrada. Esta alianza por parte de las dos instituciones busca, por una parte, reivindicar la danza como una de las expresiones esenciales de la cultura en España y, por otra, fomentar desde Fuenlabrada la investigación, la creación y la reflexión en torno al mundo coreutico, a nivel autonómico, nacional e internacional.

Más cultura

La programación de artes escénicas reabre sus puertas al público



■ El sábado, 20 de marzo, la programación de artes escénicas del Patronato Municipal de Cultura de Fuenlabrada abre de nuevo sus puertas al público de forma presencial. Para ello, se han tomado medidas de seguridad e higiénicas básicas, para garantizar el bienestar de los asistentes, y limitado a un máximo del 50% el aforo. A partir de esta fecha, y siempre que las circunstancias epidemiológicas lo permitan, la programación de artes escénicas se va a realizar en el Teatro Tomás y Valiente, tanto

la dirigida al público adulto como la programación infantil.

La primera función será el sábado, 20 de marzo, a las 20 h. Se trata del espectáculo teatral “Los hermanos Machado”, organizado por la Compañía Teatro del Temple. La jornada continuará el domingo con el espectáculo infantil, “Bye, bye, Confetti...”, a las 18 h, dirigido por la Compañía La Baldufa. La compra de entradas estará disponible a partir del miércoles 10 de marzo, desde las 15 h a través de la web del Ayuntamiento.

La cascada del Purgatorio, una increíble ruta en plena sierra madrileña



el camino asciende hacia una zona escarpada donde se encuentra el mirador de la cascada del Purgatorio. La segun-

Es muy importante estar atento y seguir la señalización en las bifurcaciones

da cascada y el fin de la ruta. La cascada del Purgatorio

■ La ruta a la cascada del Purgatorio se sitúa en el valle del Paular, en el municipio madrileño de Rascafría, al noroeste de la Comunidad de Madrid y en pleno valle del Lozoya. Esta ruta es una de las más famosas de la zona porque nos ofrece unos paisajes únicos de principio a fin. Tiene su inicio en el puente del Perdón y llega hasta una espectacular cascada que está considerada una de las zonas más bellas de la Sierra de Guadarrama. En la ruta también nos encontramos con el Monasterio de El Paular.

Para llegar al inicio de la ruta, se puede acceder en autobús con la línea 194 desde Plaza Castilla o desde Buitrago del Lozoya con la línea 194 A. Una vez allí, el recorrido tiene una longitud aproximada de 6,5 kilómetros de ida y una duración de dos horas. La ruta a la cascada del Purgatorio puede realizarse en cualquier

momento del año, pero los que la han realizado recomiendan que se haga en la época del deshielo para poder apreciar mejor las cascadas, porque es en el deshielo cuando llevan más cantidad de agua.

El inicio del recorrido comienza en el aparcamiento del Monasterio del Paular o bien, si queremos ahorrarnos un kilómetro de recorrido, también se puede iniciar en el área recreativa de las Presillas. Una vez en marcha, atravesamos

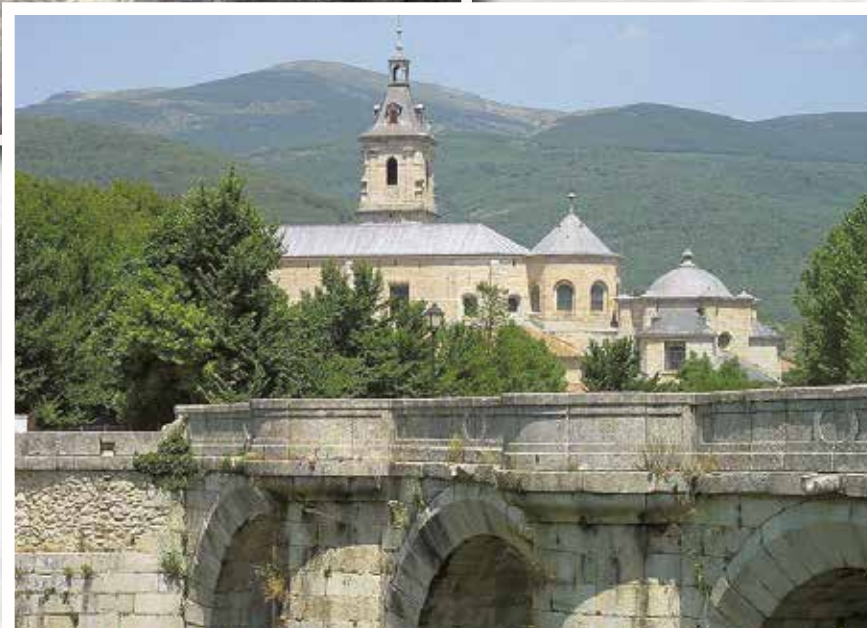
Es una de las zonas más bellas de la Sierra de Guadarrama

el conocido como puente del Perdón situado enfrente del Monasterio del Paular, declarado patrimonio Histórico Artístico Nacional. Este Monasterio fundado en 1390 fue la primera Cartuja de Castilla y

se mantuvo como monasterio cartujo hasta el siglo XIX. Este monasterio puede visitarse de 11:00 a 13:30 y de 16:00 a 18:30.

Tras superar el puente llegamos al segundo punto de inicio: el área recreativa de Las Presillas, que cuenta con piscinas naturales. Hay que seguir las señalizaciones que hay por todo el camino hasta llegar al Arroyo del Aguilón. Este arroyo es uno de los afluentes más caudalosos del río Lozoya. En esta ruta es muy importante seguir la señalización porque cuenta con numerosas bifurcaciones a lo largo del recorrido y es fácil perderse.

Cuando dejamos atrás el Arroyo del Aguilón tendremos que pasar por un estrecho



sendero que desemboca en un imponente bosque de pinos silvestres. Unos 880 metros después del arroyo, es aconsejable tomar el camino que lleva directo a la primera cascada de la ruta. Esta primera cascada es más pequeña, pero sirve de antesala para la segunda, que se encuentra a 25 metros de esta.

Una vez hemos contemplado esta primera cascada,

está formada por dos saltos de agua que forma el Arroyo del Aguilón que descienden por las rocas. Este mirador nos ofrece una de las mejores vistas de la Sierra de Guadarrama y, si tenemos suerte, también podremos observar el vuelo del buitre negro, pues en esta zona se congrega la mayor población de estos buitres de toda la Comunidad de Madrid.

¿Sabes dónde vas a pasar las vacaciones?

Descúbrelo en atrapaviajes.es

Agencia de viajes - 617292597

info@atrapaviajes.es - www.atrapaviajes.es

Motor

Ford Puma

EcoBoost Hybrid

■ El nuevo Ford Puma EcoBoost Hybrid incorpora un nuevo cambio automático de siete velocidades, que se caracteriza por unas emisiones de CO₂ notablemente más bajas que otros motores convencionales y permitirá una conducción más relajada en ciudad y en situaciones de tráfico que requieran arrancar y parar constantemente.

La tecnología de hibridación ligera EcoBoost de Ford Puma combina un pequeño motor eléctrico, que ofrece

hasta 155CV (114 kW), con una batería de 48 voltios para aumentar la eficiencia. El motor eléctrico proporciona soporte adicional al motor de gasolina cuando es necesario, lo que ayuda a aumentar el kilometraje del vehículo y reducir las emisiones.

El llamativo diseño exterior de Ford Puma y los cuidados detalles interiores han acaparado la atención de todos. El interior del Ford Puma te atrae por su exquisito diseño y el



mentar la capacidad y aumentar la carga en los asientos traseros. Su innovador compartimento MegaBox ofrece un espacio de almacenamiento adicional de 80 litros, y puede albergar artículos de hasta 115 cm de altura. También podrás abrir y cerrar el maletero estando sentado dentro del coche.

Puedes personalizar tu experiencia de conducción seleccionando entre cinco modos de conducción: Normal, ECO, Sport, Suelo deslizante y Trail.

El nuevo Ford Puma ya está a la venta desde 21.925 euros sin descuento y está disponible en cinco variantes: Titanium, Titanium X, ST-Line, ST-Line X y ST-Line Vignale.

cuidado ajuste de la piel en sus asientos. Los asientos delanteros incluyen refuerzo lumbar y la función de masaje para maximizar la comodidad. Los detalles interiores realzan su estilo refinado, mientras que una gran variedad de funciones y tecnologías inteligentes le brindan un rango de control más amplio.

El nuevo Ford Puma EcoBoost Hybrid viene integrado con una innovadora tecnología diseñada para ofrecer una conducción más placentera y segura. El control de crucero adaptativo ajusta forma automática la velocidad de conduc-

ción, siendo capaz de mantener siempre la misma distancia con el vehículo que le precede. Además, el sistema puede incluso re-

Ofrece cinco modos de conducción a seleccionar

conocer las señales de tráfico y ajustar la velocidad al límite establecido en carretera.

Ford Puma ofrece una solución incomparable para au-



Las ventas de coches caen un 38% en febrero



■ El sector del automóvil es uno de los más afectados por la crisis económica derivada de la pandemia del coronavirus. Las ventas no terminan de remontar pese a una leve mejoría en el mes de enero. Los datos del mes de febrero exponen una caída de las ventas del 38%, 58.364 unidades. Además, entre enero y febrero del 2021 se ha vendido un 44,6% menos que en el mismo

periodo del 2020.

La caída ha sido más acusada en los particulares (-43,8%), que son los que más beneficios generan a los concesionarios. La venta de los eléctricos puros sigue paralizada ante la incertidumbre de la pandemia y solo se salva la venta de vehículos industriales, con una subida del 3,1% en febrero, lo que supone 2.002 vehículos registrados.

La DGT crea nuevas etiquetas medioambientales

■ El director de la Dirección General de Tráfico, Pere Navarro, anuncia modificaciones en las etiquetas medioambientales.

La modificación no tendrá carácter retroactivo

La DGT tiene, como fecha límite, hasta el 1 de julio de 2021, para revisar el criterio de nivel teórico de contaminación de los vehículos.

La introducción del nuevo etiquetado nace motivada por el plan del Gobierno para renovar el parque automovilístico



español y hacerle más sostenible. No obstante, Pere Navarro ha matizado que esta modificación no tendrá carácter retroactivo para los vehículos ya existentes. De esta manera, las

actuales etiquetas continuarán vigentes en los mismos términos. Se podría estrenar una nueva etiqueta, la D, dirigida a nuevos vehículos con niveles contaminantes muy bajos.

Aprilia RSV4

La más canalla de la firma italiana

■ El departamento de competición de Aprilia ha ganado 54 títulos mundiales, por ello la nueva Aprilia RSV4 2021 ha mejorado sus habilidades en pista y puestas en la línea de producción. El equipo de Aprilia es reconocido por ser el primer fabricante en aprobar el acelerador Ride-By-Wire multimap de serie y el primero en patentar el sistema de control dinámico APRC, con las características exclusivas de autocalibración y control de

caballitos.

La nueva Aprilia RSV4 cuenta con unos nuevos faros delanteros con la "función de curva" y unas aletas integradas en el carenado, dotan a la moto de mejor comportamiento en altas velocidades.

Su lado mecánico cuenta con homologación Euro 5, manteniendo la potencia de otros modelos, establecida en 217CV. También añade mejoras como la nueva unidad de control Magnetti Marelli 11MPy



La unidad de medición inercial que cuenta con 6 ejes, mejorando la gestión electrónica e incluyendo el control del freno motos. El nuevo sistema de escape y una cilindrada que aumenta de 1077 a 1099cc. son dos de los puntos que más atraen a los expertos del motociclismo. A ello se le suma 6 modos de conducción (tres para circuito y tres para carretera), control de tracción, ABS o antiwheelie.

El nuevo depósito y el

asiento de nueva factura dotan de mayor ergonomía, permitiendo que el piloto se amolde mejor a la moto.

Renueva el sistema de escape y la cilindrada pasa de 1077 a 1099 cc

En cuanto al chasis, la nueva Aprilia cuenta con un nuevo basculante, mucho más ligero y reforzado, basándose en la utilizada por la RS-GP de MotoGP. El nuevo modelo se ha dise-

ñado para intentar reducir las masas y para aumentar la estabilidad trasera de la motocicleta cuando acelera.

Para finalizar, la Aprilia RSV4 2021 llegará en dos modelos distintos. Por un lado, el modelo estándar, en color Dark Losail, y el modelo factory, en los colores Aprilia Black y Lava Red. Este último de los dos modelos cuenta con mayor equipamiento, incluyendo llantas de aluminio forjado, suspensión semi-activa Öhlins Smart EC 2.0 y pinzas Brembo Stylema.

AEFSUR es una organización empresarial multisectorial, sin ánimo de lucro, fundada 100% por emprendedores, que busca aumentar la **eficiencia** y la **innovación**, así como ofrecer servicios que hagan la vida del emprendedor más fácil y le permitan concentrarse en el **crecimiento** empresarial.

¿Te gustaría ampliar tu negocio y captar clientes en Fuenlabrada?



LA FUERZA DE LOS EMPRENDEDORES TRABAJANDO PARA UN FUTURO MEJOR

Deporte



Baloncesto

Al Urbas Fuenlabrada se le escapa la victoria frente al Manresa

Con un resultado de 90 - 76, tras el empate a 32 del minuto 15 los locales fueron claramente superiores en la pista

■ El pasado domingo a las 12:30, el Urbas Fuenlabrada se enfrentaba a un importante partido en la pista del Baxi Manresa, en el que el objetivo era poner distancia respecto a la zona de descenso.

Es el triunfo más amplio a domicilio de la historia del club (72-100)

El partido no comenzó de la mejor manera para los fuenlabreños. El 16 - 7 del minuto cinco expresaba el mayor dinamismo de los manresanos, raudos en cada transición ofensiva, prestos a cargar todos los rebotes y con Mason como estilete principal.

El tiempo muerto solicitado por Javi Juárez remendó la costura y los de Fuenlabrada pronto equilibraron el marcador (18 - 17). Fueron sus mejores minutos, hallando situaciones claras de tiro y con



Fotografía: ACB Photo / J.Alberch

buen acierto desde el triple. Y como el rival no bajó el nivel, ambos equipos ofrecieron un baloncesto vistoso e igualado (empate a 32, minuto 15).

Sin embargo, en el tramo final de la primera parte la anotación del Rubas se secó en buena medida por lo errático de los tiros libres (5/13 al

descanso). Y en el otro lado del campo, los manresanos conseguían de nuevo mover el balón más rápido que la defensa fuenlabreña, con lo que encon-

traban situaciones cómodas de tiro y además estaban mejor ubicados para capturar el rebote en caso de fallo. De ahí el 49 - 40 con el que los jugadores se fueron a vestuarios.

En el regreso, los de Manresa afianzaron esa distancia que habían empezado a dibujar en el primer tiempo. En menos de tres minutos la diferencia se estiró hasta el 56 - 40. El último cuarto fue un intercambio de cestas que no lograron dar la vuelta a ese marcador.

Una oportunidad perdida del Urbas Fuenlabrada que se verá las caras con el Morabanc Andorra a partir de las 20:30 en el pabellón Fernando Martín. El encuentro se juega esta semana después de que la tormenta Filomena impidiese su celebración en la fecha prevista. Una nueva oportunidad para que el equipo fuenlabreño vuelva a la senda de la victoria y recupere el buen juego que había mostrado recientemente en partidos anteriores.

Los abonados podrán presenciar los entrenamientos del equipo

■ "Tan lejos, tan cerca" es uno de los lemas que está guiando los pasos del Urbas Fuenlabrada esta temporada. "Os aseguramos que el equipo os echa mucho de menos en el pabellón los días de partido, tanto como seguro que vosotros anheláis volver a disfrutar en el Fernando Martín", informan desde

el Club Deportivo. Aunque por ahora continúa la prohibición de público en los partidos, el equipo ofrece a sus abonados la posibilidad de ir al pabellón a ver los entrenamientos del equipo. "Lo haremos de modo ordenado, en grupos reducidos y respetando todas las normas sanitarias de prevención instauradas

a causa de la pandemia". Para asistir, se debe enviar un email a fuenla@baloncestofuenlabrada.com indicando que se está interesado en acudir a un entrenamiento, cuántas personas serían, nombres y apellidos y si se prefiere un horario de mañana o de tarde. Además, hay que incluir teléfono de contacto.



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

vivir Fuenlabrada

info@vivirediciones.es - telf: 91 005 39 85



Síguenos en
vivir_fuenlabrada

Fútbol

El Fuenlabrada Senior cayó derrotado ante el Real Madrid B



■ Las jugadoras del Fuenlabrada Senior se enfrentaron este fin de semana a un duro reto. El pasado sábado se vieron las caras a partir de las 19:00 horas con el Real Madrid C.F. B, uno de los rivales fuertes de la categoría. Los dos equipos contaban con 21 puntos y las fuenlabreñas llegaron decididas a sumarse los tres puntos. Las blancas se adelantaron en el marcador con tres goles en los primeros 15 minutos.

El Fuenla reaccionó a unos primeros minutos débiles e intentó buscar huecos para sorprender a la contra, pero se encontraron con una fuerte defensa rival.

Suki, guardameta del C.F. Fuenlabrada, fue una de las jugadoras destacadas del partido. En el minuto 21 metió una gran mano para salvar el cuarto del Real Madrid.

El próximo 28 de marzo se enfrentarán al C.D.E. Magerit

En torno al minuto 30 del primer tiempo, el Fuenla dio un paso adelante. Alba puso una falta que a punto estuvo de rematar Geme en el área pequeña para recortar distancias en el marcador. Al borde

del descanso llegó el cuarto del conjunto blanco y Suki volvió a meter una gran mano en un lanzamiento a balón parado desde la frontal del área.

El Fuenla realizó un cambio de sistema en la segunda mitad y también algunas sustituciones. Un gol de penalti al inicio de la segunda mitad y el sexto a unos minutos del pitido final sentenciaron un partido duro para las fuenlabreñas. Sin embargo, el resultado no empaña la temporada que el Fuenla está haciendo, pues se mantienen en la cuarta posición de la tabla, con 21 puntos, y sin perder de vista a las líderes de la clasificación.

Running

Éxito de participación en la Marcha Virtual por la Igualdad el 8 de marzo

■ Fuenlabrada se ha teñido de morado para reivindicar un año más, aunque de manera diferente, el 8M. No han podido salir a la calle las mujeres y los hom-

nas, muchas de ellas enviando sus fotos corriendo o andando por las calles de la ciudad para exigir hoy y siempre que se garanticen los derechos en igualdad de toda la ciudadanía.

Toda la ciudad se ha volcado en esta jornada, donde se ha teñido de morado el escudo de la ciudad en las redes sociales, al igual que las fuentes, color con el que los estudiantes han ido al instituto para recordar su implicación en la lucha con la igualdad. Además, muchos balcones lucieron una bandera y por la tarde se ha podido seguir el recital de poesía 'Las Sinsombrero' por el canal de Youtube de la concejalía de Feminismo.

Casi 700 personas se han sumado a esta particular marcha

bres, pero han participado en la Marcha por la Igualdad de forma virtual enviando fotografías que han formado parte del vídeo difundido a través de Youtube a partir de las 10.30 horas.

En esta singular Marcha han participado casi 700 perso-



BUZONEO de Calidad FUENLABRADA



Buzoneo
Impresión
Parabriseado

Entrega en mano
Stopper
Poming



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



HAZ CRECER TU NEGOCIO

ANÚNCIATE
desde
49 euros
al mes

Módulos, branded content,
banner web...



Socio Corporativo Premium
del Club Cámara de Comercio
de Madrid

vivirEdiciones
TU PERIÓDICO GRATUITO INDEPENDIENTE



www.vivirediciones.es

info@vivirediciones.es

91 005 39 85

Ocio y tiempo libre

Recomendamos vivir...

Inclán Brutal Bar

Luces de bohemia y gastronomía

Situado en el icónico Barrio de las Letras (Calle Álvarez Gato, 4), este singular restaurante busca rendir homenaje al que fue el creador del esperpento y de obras como Luces de Bohemia: Valle Inclán.

Con una estética extravagante Inclán Brutal Bar nos ofrece platos y cócteles que parecen obras de arte. Su carta presenta picoteo de todo tipo: croquetas, tortilla de patata, ensaladas... y también arroces, carnes y pescados.



Todo ello servido en originales vajillas para que la experiencia sea de lo más instagramable. Otro de los puntos fuertes del restaurante son sus cócteles: desde los clásicos de siempre hasta otros más originales como el "Me quito el cráneo" o "Funky monkey".



Propuestas en Madrid

■ Teatro

Protocolo de eliminación

Hasta el 27 de marzo

La Caja Lista

Horarios: S a las 18:00 h.

Precio: a partir de 18 €



■ Rita

Hasta el 2 de mayo

Teatro Infanta Isabel

Horarios: J y V a las 19:00 h. S a las 18:00 h.

Precio: a partir de 20 €



■ Música



Adios Amores

20 de marzo

Sala Independance Club

Horario: 12:30 horas

Precio: desde 13,20 €

Género: indie

Entradas: wegow.com



Soleá Morente

27 de marzo

Teatro Reina Victoria

Horario: 12:00 horas

Precio: Desde 16 €

Género: flamenco

Entradas: wegow.com

■ Exposiciones

Tomoko Yoneda

Hasta el 9 de mayo

Fundación Mapfre

Horarios: L de 14 a 20. M-S de 11 a 20 h. D de 11 a 19 h.

Entrada general: 5 €



Carmela García

Autoras de utopías

Hasta el 2 de mayo

Sala Canal de Isabel II

Horarios: M-S de 11 a 20:30 h. D de 11 a 14 h. L cerrado.

Entrada 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.....

GODZILLA vs. KONG

En cines desde el 31 de marzo

Una batalla de dimensiones colosales

Llega el esperadísimo **crossover** **Godzilla vs Kong**, dirigido por **Adam Wingard** y con un guion de **Terry Rossio**.

Nos encontramos en un mundo donde criaturas monstruosas vagan a sus anchas y conviven en un relativo equilibrio. La misión de búsqueda de un hogar definitivo para **Kong** se

a quien se enfrenta en un espectacular combate. **Monarch** inicia un viaje para descubrir los orígenes de estos titanes y salvar la Tierra, averiguando importantes revelaciones. Al mismo tiempo, durante la investigación de su viaje, descubrirá una conspiración llevada a cabo por los humanos para eliminar a todas

v e
inte-
rrum-
pida por
Godzilla,

las criatu-
ras y "recu-
perar la Paz"
en el planeta.



it takes two

A la venta a partir del 26 de marzo

Juntos somos mejores

It takes two es una creativa aventura cooperativa multigénero a cargo de **Hazelight Studios** y **Electronic Arts** para **PC, PlayStation 4, Xbox One y PlayStation 5**. La historia nos habla del matrimonio formado por **Cody** y **May**, quienes se están planteando el divorcio. Cuando la hija de ambos se entera de sus intenciones de separarse, los transforma en dos

muñecos que deberán cooperar para salir adelante. Además, el libro mágico del **Dr. Hakim** les irá ofreciendo lecciones sobre el amor. Cada nivel del juego ofrece unas mecánicas que se van adaptando a la narración.

Se puede jugar en cooperativo local u online a través del Pase de Amigo de forma gratuita —es decir, aunque tu acompañante no tenga el juego—, pero siempre que cuente con la suscripción de **PS Plus/Xbox Live Gold**.



ARLEQUÍN
GRAN VÍA I TEATRO

Después de
ESPINETE NO EXISTE
ALDAN COMPANY
presenta

EDUARDO ALDÁN EL JEFE



con
ISRAEL CRIADO

Si no te ríes...
estás despedido

NUEVA TEMPORADA
2 DE OCTUBRE

JUEVES: 20:30 H VIERNES: 20:00 H SÁBADOS: 20:00 H DOMINGOS: 18:00 H LOCALIDADES DESDE 16 €



Centro de Empresas
para la Innovación
y la Formación

**LA NUEVA FORMACIÓN PARA PROFESIONALES
YA ESTÁ AQUÍ...**

Reincorpórate al mercado laboral formándote en oficios con cursos gratuitos para desemplead@s

Cursos enfocados a la promoción profesional y desarrollo personal de trabajadores y trabajadoras, y que responden a las necesidades de las empresas fomentando la formación continua, para poder desarrollar la profesión de manera actualizada.

EOCM82. Operador de grúa torre (Código 20/4577).

**IMAQ0110. Instalación y mantenimiento
de ascensores y otros equipos fijos de elevación
y transporte**

(Código 20/4589).

**FMEC0110. Soldadura con electrodo revestido
y TIG** (Código 220/4583).

**IMAR0408. Montaje y mantenimiento
de instalaciones caloríficas**

(Código 20/4572).



Inicio inmediato.



Facilitan la inserción laboral.



Amplia oferta formativa:

**CURSOS
GRATUITOS**

0€

Acciones formativas subvencionadas por la Comunidad de Madrid, a través de la Consejería de Economía, Empleo y Competitividad, con cargo a los fondos recibidos del Servicio Público de Empleo Estatal y/o del Fondo Social Europeo.



formacionceif.es • info@formacionceif.es • 91 608 31 97 • c/Sauce, 144 • c/Oasis, 7 • Fuenlabrada



Obtén de forma gratuita tu Certificado de Profesionalidad en montaje y mantenimiento de instalaciones frigoríficas.

IMAR0108 (Código 20/8773).



Inicio inmediato.



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



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



Formación dirigida prioritariamente a jóvenes de entre 16 y 30 años desempleados. Con el Título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria (ESO) o equivalente como mínimo.



formacionceif.es • info@formacionceif.es • 91 608 31 97 • c/Oasis, 7 • Fuenlabrada

