



CEPA Orcasitas

Madrid



Centro público de educación para mayores de 18 años

ORCASITAS

Enseñanza secundaria E.S.O (presencial y distancia)

Preparación Pruebas Acceso a Grado Superior

Preparación nacionalidad española • Español para extranjeros

Enseñanzas iniciales • Cursos de Inglés • Aulas Mentor

Matrícula abierta

www.educa.madrid.org/cepa.orcasitas.madrid Telf.: 913413251





Síguenos en
vivir_madrid



vivir Madrid

M-37896-2018

vivir Ediciones vivir Alcorcón vivir Fuenlabrada vivir Getafe vivir Leganés vivir Móstoles vivir Arroyomolinos Periódico independiente gratuito - Nº27 - Octubre 2021

Se activan las restricciones en la Zona de Bajas Emisiones Distrito Centro

Funcionará en fase de aviso durante dos meses, es decir, no se emitirán sanciones a los vehículos captados

■ La Zona de Bajas Emisiones de Especial Protección (ZBE-DEP) Distrito Centro está en vigor desde el pasado 21 de septiembre. En este sentido, se prohíbe el acceso prácticamente en todo el distrito a los vehículos con clasificación ambiental A (sin etiqueta de clasificación ambiental). Además, se mantiene la prohibición de atravesar la zona a los vehículos con clasificación ambiental B y C, aunque podrán entrar si estacionan en un aparcamiento de uso público o privado.

➔ **Página 4**



Los vehículos B y C no pueden atravesar la zona, pero sí estacionar en un aparcamiento público o privado

Además...

Comunidad

Fin a las restricciones de aforo

➔ **Página 8**

Ruta con encanto

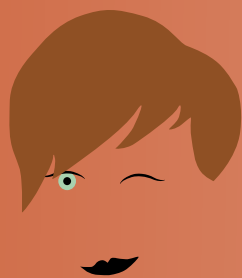
Ruta circular en los Lagos de Covadonga

➔ **Página 17**

Deportes

El XI Derbi de las Aficiones llega a las calles

➔ **Página 20**



“El humor es un arma de comunicación masiva”

Sara Escudero: cómica, actriz, escritora, guionista, presentadora, maestra de ceremonias, productora, colaboradora en radio, show-woman... ¡y más! ;)



➔ **Páginas 12-13**



Sevilla acoge otra edición de la Muestra Internacional de Teatro de Investigación



■ El delegado de Hábitat Urbano, Cultura y Turismo, Antonio Muñoz, ha asistido hoy a la presentación de la 14ª edición de la Muestra Internacional de Teatro de Investigación (MITIN) que, promovida por la compañía TNT Atalaya, tendrá lugar entre el 10 de octubre y el 2 de noviembre. A la celebración del MITIN sucederá el XIII Certamen de Nuevos Investigadores Teatrales (CENIT), del 5 al 7 de noviembre, permitiendo que Sevilla cuente con un intenso mes de programación teatral,

en el que va destacar la fuerte apuesta por la programación internacional: compañías de 6

Enmarca veinte espectáculos a cargo de 15 compañías

países europeos y latinoamericanos. La programación del 14º MITIN enmarca 20 espectáculos a cargo de 15 compañías, procedentes de Madrid, Valencia, Cataluña, Andalucía y cinco países europeos.

En marcha unas mejoras en zonas verdes a través del plan de empleo

En consecuencia, el parque La Paz permanecerá cerrado al público diez días



■ El Plan Especial de Empleo "Zonas Rurales" del Ministerio de Trabajo, que tiene en marcha el Ayuntamiento de la ciudad, incluye entre sus proyectos diversas obras de mejora y mantenimiento en zonas verdes. De las 112 per-

sonas que se han contratado durante 6 meses, 80 de ellas realizarán trabajos relacionados con el medio ambiente.

La primera intervención, ya

en ejecución, está permitiendo diversas mejoras en el parque La Paz. Entre ellas, ampliar y mejorar su senda botánica y el cambio del sistema de riego que se encontraba muy deteriorado y que incluye arquetas de riego nuevas. También se va a remodelar algunas zonas de arbustos y se van a colocar 15 nuevos atriles en la senda botánica por la introducción de otros tantos árboles nuevos. Los trabajos también incluirán la poda de las especies de rosa canina, así como el rejuvenecimiento de otros árboles y arbustos del parque.

ya disponible Nuestra edición impresa de...

vivir Tomelloso by PASOS

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

Respetar 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.



¡Infórmate sobre Fondos Europeos con CEIM!



Contáctanos

fondose@ceim.es / Tlfn. 914 11 53 17

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](#)



MADRID
UN PLAN 360
CON
VISTAS
A TODOS

ESTRATEGIA
DE SOSTENIBILIDAD
AMBIENTAL
MADRID 360

Nuestro municipio

Comienza a funcionar la Zona de Bajas Emisiones Distrito Centro

Funcionará en fase de aviso durante dos meses para el control telemático

**Se equipara el tratamiento de acceso y circulación de comerciantes con residentes, una novedad que entrará en vigor el 22 de diciembre**

■ La Zona de Bajas Emisiones de Especial Protección (ZBE-DEP) Distrito Centro está en vigor desde el pasado 21 de septiembre. En este sentido, se prohíbe el acceso prácticamente en todo el distrito a los vehículos con clasificación ambiental A (vehículos que carecen del distintivo de la DGT porque funcionan con motores diésel matriculados antes del año 2006 o gasolina previos al

año 2000). Además, se mantiene la prohibición de atravesar la zona a los vehículos con clasificación ambiental B y C, aunque podrán entrar si estacionan en un aparcamiento de uso público o privado.

Así, se pone en marcha en fase de aviso durante dos meses, es decir, no se emitirá sanción a los vehículos que hayan sido captados de manera telemática cometiendo una in-

fracción. Durante este tiempo, se enviará una comunicación de carácter meramente informativo a los titulares de los vehículos detectados.

Esta zona de bajas emisiones en Centro comprende casi todo el distrito, donde se encuentran los barrios de Palacio, Embajadores, Cortes, Justicia, Universidad y Sol. La normativa municipal irá restringiendo el acceso y circulación

Los vehículos B y C no pueden atravesar la zona, aunque sí estacionar

a los vehículos con distintivo A de manera progresiva desde el 1 de enero de 2022 hasta el 1 de enero de 2025.

Abierto el plazo de solicitud de la beca infantil para 2022/2023

Puede solicitarse a través de la sede electrónica municipal o presencialmente en las oficinas de registro del Ayuntamiento

■ Hasta el 13 de octubre, se puede solicitar la beca infantil para el curso 2021/2022. Se trata de una ayuda de 100 a 350 euros mensuales (en función de la renta) para el pago de escuelas infantiles privadas a las familias madrileñas que hayan solicitado plaza en la red municipal y no la hayan conseguido.

Como novedad, este curso se aumenta el límite de renta para poder solicitar la beca. Este límite, que en el curso an-

terior fue de casi 15.500 euros de renta per cápita familiar

Es una ayuda de 100 a 350 € para pagar escuelas infantiles privadas

pasa ahora a ser de 24.000. Además, la beca se abonará en dos pagos, en febrero y en julio de 2022 para "suaviza el esfuerzo que hacen las familias al pagar mes a mes".



Si en la convocatoria anterior se cubría la cuota mensual y el comedor, este curso se añaden el horario ampliado y la matrícula

El Rastro recupera la normalidad previa, pero mantiene la seguridad

Instalarán sus puestos quienes se encuentren al corriente de pago de la tasa de ocupación de dominio público de 2019



■ Desde el pasado domingo 26 de septiembre, el Rastro de Madrid ha recuperado la normalidad pre-covid-19, es decir, con el 100% de los vendedores autorizados. No obstante, se mantienen todas las medidas de seguridad sanitaria correspondientes. La Policía Municipal vigilará la ubicación de los puestos, así como la titularidad de los mismos, y, en caso necesario, se establecerán medidas para disolver aglomeraciones.

En cuanto a los vendedores, podrán instalar sus puestos aquellos que se encuentren al corriente de pago de la tasa de ocupación de dominio públi-

co de 2019, ya que en 2020 y 2021 esta tasa fue suspendida por el Ayuntamiento como medida de apoyo a comerciantes y hosteleros con motivo de la pandemia por covid-19. Así-

Será obligatorio el uso de mascarilla en esta zona y mantener la distancia interpersonal

mismo, será obligatorio el uso de mascarillas y mantener distancia interpersonal, así como la disposición de gel hidroalcohólico en todos los puestos.

Las II Jornadas de Accesibilidad de Madrid se celebrarán entre el 18 y el 19 de octubre

El programa de las jornadas sensibilizará sobre el rol que todos los ciudadanos ejercen como agentes de cambio e impulsores de la accesibilidad

■ La II edición de las Jornadas de Accesibilidad se celebrará los días 18 y 19 de octubre en el Centro Cultural Eduardo Úrculo. Bajo el lema 'Retos y oportunidades de una ciudad para todas las personas', esta nueva edición tendrá como objetivo conformar un punto de encuentro para el intercambio de conocimientos, experien-

cias y reflexiones sobre cómo debe ser el modelo de ciudad inclusiva. Así, se buscarán soluciones conjuntas y transversales para el diseño de una ciudad más justa e igualitaria y se concienciará sobre el rol que toda la ciudadanía tiene como agente de cambio e impulsora de accesibilidad.

El desarrollo de las II Jor-

nadas de Accesibilidad en el Centro Cultural Eduardo Úrculo (plaza de Donoso, 5), en el distrito de Tetuán, contará con las medidas de accesibilidad

Se hablará sobre el rol de todos los ciudadanos como agentes de cambio



La cita se desarrollará en el Centro Cultural Eduardo Úrculo bajo el lema "Retos y oportunidades de una ciudad para todas las personas"

necesarias para que puedan participar todas las personas en condiciones de igualdad. Así, el recinto dispondrá de espacios reservados para personas con movilidad reducida, bucle magnético, intérprete de lengua de signos, subtítulo o aparcamiento reservado para personas con tarjeta de movilidad reducida. Para quienes no puedan asistir de forma presencial, se habilitará un canal para poder seguir ambas sesiones por *streaming*.

vivir
en Digital

Soluciones a medida para un mundo conectado

Desarrollo web y app



Diseño e imagen



Estrategia



Posicionamiento



Publicidad digital



¡Infórmate!

www.vivirediciones.es

info@vivirediciones.es

91 005 39 85

Más-Madrid solicita un proceso “público, transparente y de igualdad de trato” para la parcela de Hortaleza

El grupo municipal ha llevado al Pleno la cesión de la parcela al productor musical Nacho Cano, al considerar que vulnera el ordenamiento jurídico



■ El grupo municipal de Más Madrid ha defendido en el Pleno del Ayuntamiento una proposición para que se abra “un proceso público, transparente, de libre concurrencia e igualdad de trato” para la cesión de la parcela municipal situada en la avenida de Machupichu, 42.

Con fecha 14 de junio de 2021 el Delegado del Área de Gobierno de Desarrollo Urbano

dictó Decreto por el que autorizaba de forma directa la ocupación de la parcela municipal sita en c/ Avenida de Machupichu, 42 para la instalación de un teatro industrializado para el espectáculo “MALINCHE MUSICAL”. El grupo municipal de Más Madrid entiende que la autorización concedida vulnera el ordenamiento jurídico de utilización de suelo público,

motivo por el que insta al órgano competente a revisar de oficio la autorización concedida. Además, solicitan que el Ayuntamiento de Madrid realice un proceso de selección del mejor proyecto para citada parcela “basado en los principios de publicidad, transparencia, libre concurrencia e igualdad de tra-

Para Más Madrid, las operaciones se hicieron con “total opacidad”

to, en el que también sean valoradas iniciativas municipales de instalaciones públicas de interés general para la ciudadanía”, concluyen.

Monasterio: “Almeida está generando un Madrid de primera y de segunda con su Madrid Central”

La portavoz denuncia que “800.000 madrileños, 75.000 autónomos con furgoneta y 9 millones de españoles no van a poder venir a Madrid”



■ “Los tribunales le dieron la oportunidad a Almeida de tumbar Madrid Central y, en lugar de levantar las restricciones, las amplía”, ha criticado Rocío Monasterio. La portavoz del Vox en el Parlamento regional ha lamentado que Almeida haya “traicionado a sus propios electores” y, también, su pacto con Vox en el Ayuntamiento que, como recordó, ella misma

colaboró en negociar. “Almeida ha traicionado el compromiso con sus votantes madrileños y con nosotros, que les dimos nuestros votos”. Por ello, preguntó a la presidenta de la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, de qué lado estaba. “Las restricciones y las prohibiciones de Madrid central son lo contrario a la libertad”, concluyó Monasterio.

El PSOE exige que se ponga fin a “esta atrocidad inaceptable en el siglo XXI”

Ignacio Benito, concejal socialista en la Comisión de Medio Ambiente, se ha sumado a la denuncia contra el campeonato de tiro al pichón en El Pardo



■ El concejal socialista Ignacio Benito, portavoz de su grupo en materia de Medio Ambiente, se ha sumado a la denuncia

Benito: “Entendemos que se puede disfrutar de la práctica del tiro sin causar esta atrocidad”

formulada hoy por Ecologistas en Acción contra el campeonato de tiro al vuelo que se prevé celebrar esta semana en el club Somontes, en el Monte del Pardo. La modalidad de tiro

al vuelo consiste en quitar parte del plumaje a palomas vivas, meterlas en un tubo y dispararlas con aire comprimido, para disparar sobre ellas. “Exigimos que el Ayuntamiento de Madrid aplique la normativa vigente para evitar que esta carnicería tenga lugar en nuestra ciudad”, ha señalado Benito.

El Grand Prix Fedecat y Copa de S.M. El Rey-Somontes es un campeonato de alto nivel que se realiza en una zona de especial protección para las aves, en una zona verde singular del municipio de Madrid, como es el Monte del Pardo.

Villacís: “Con el Plan Ciudad Amigable, la sociedad reconoce el valor de las personas mayores”

La edil del Partido Socialista madrileño exige una dotación presupuestaria para construir en los dos próximos años 20 nuevas escuelas infantiles en la ciudad

■ La vicealcaldesa de Madrid, Begoña Villacís, y el delegado de Familias, Igualdad y Bienestar Social, Pepe Aniorte, han presentado el “II Plan de Acción Madrid, Ciudad Amigable con las Personas Mayores 2021-2023” en el Palacio de Cibeles, coincidiendo con el Día Internacional de las Personas de Edad.

Villacís ha destacado del nuevo plan que “es mucho más ambicioso que el anterior, ya

que recoge un total de 239 actuaciones, un 65% más” que el plan de 2017-2019. La Vicealcaldesa ha puesto también en valor la colaboración de las áreas de Gobierno, “ya que este es un plan que atraviesa a todo el Ayuntamiento, al igual que la vida de los mayores se desarrolla en todos los ámbitos de la ciudad”.

Por su parte, Aniorte ha destacado la participación de las propias personas mayores

en la elaboración del plan a través del Consejo Sectorial y el

El Plan contiene 239 actuaciones, un 65% más que en el periodo 2017/2019

trabajo de la Dirección General de Mayores. Entre las actuaciones, el Delegado ha resaltado la “Estrategia contra la soledad no deseada” desarrollada en colaboración con Madrid Salud y el nuevo contrato para familias cuidadoras “que entra en vigor el 1 de octubre, Día de las Personas de Edad”. El programa “Cuidar a quienes cuidan” multiplica por seis el anterior y permitirá realizar 12.000 visitas a los domicilios de los familiares que se hacen cargo de dependientes, la mayoría personas mayores.



El acto de presentación ha coincidido con la celebración del Día Internacional de las Personas de Edad

Almeida ratifica el firme compromiso de la capital con la innovación

El Alcalde participa en la clausura del South Summit 2021



■ El alcalde de Madrid, José Luis Martínez-Almeida, ha asegurado hoy en la clausura de South Summit 2021 que Madrid presenta “un ecosistema de startups maduro”. Muestra de ello es que las empresas emergentes “son una fuente de empleo estable: un 20% de ellas tiene más de diez empleados, lo que nos da una idea de la fortaleza que están adquiriendo”. Madrid, ha subrayado Almeida, ha ganado en el último año cinco puestos

en la lista de ciudades más innovadoras de la UE. “Somos ya la sexta ciudad, algo que nos empuja a seguir trabajando para apoyar la innovación y la creación de ecosistemas con proyectos que redunden en la mejora de la sociedad”.

South Summit es el mayor evento del sur de Europa en el ecosistema del emprendimiento. En él, esta semana se han dado cita las empresas emergentes más prometedoras, inversores y administraciones.

Las nuevas equipaciones del SAMUR, adaptadas a la anatomía de las trabajadoras

Se da así respuesta a una reivindicación histórica de mejorar en la seguridad, comodidad e imagen de estas profesionales municipales, más del 25 % de la plantilla

■ La delegada de Seguridad y Emergencias y portavoz municipal, Inmaculada Sanz, ha presentado hoy las nuevas equipaciones del SAMUR, que renuevan la imagen del servi-

cio municipal de emergencias y que se adaptan, por primera vez, a la anatomía de las profesionales, al contar con modelos tanto masculino como femenino. Se da así respuesta a la reivindicación histórica de mejorar la seguridad, comodi-

dad e imagen de las mujeres del SAMUR, que actualmente representan más del 25 % del total de la plantilla municipal. La equipación consta de chaqueta de agua, dos chaquetas de frío, dos chaquetas de intervención, dos chaquetas de entretiempo, cuatro polos de manga corta y cuatro de manga larga, casco, saco sabana, chanclas y toallas. Además, se incorpora por primera vez una taquilla para ropa de trabajo y otra para la ropa propia del trabajador con la que acude a su puesto. Además, son diferentes en cuanto al tipo de trabajo que realizan los profesionales, con un uniforme para tareas operativas y otro para las de gestión.

El nuevo uniforme ha sido diseñado tras dos años de trabajo de un grupo multidisciplinar

cio municipal de emergencias y que se adaptan, por primera vez, a la anatomía de las profesionales, al contar con modelos tanto masculino como femenino. Se da así respuesta a la reivindicación histórica de mejorar la seguridad, comodi-



El SAMUR renueva y moderniza su imagen, con unas equipaciones más seguras y con alta visibilidad

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, locales, naves, suelo, edificación...

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



BRICKER PLACE
Inversión inteligente

Fin a las restricciones de aforo en toda la actividad económica

En hostelería se suprimen los límites máximos de ocupantes por mesa en interior y exterior, y el servicio en barra se recupera parcialmente al permitir el consumo sentado



■ A partir del pasado lunes 4 de octubre, se ha puesto fin a las restricciones de aforo en la toda la actividad económica y social de la región, tanto interior como exterior, debiendo respetarse las medidas preventivas de higiene generales.

En el ámbito de la hostelería y restauración también se elimina el límite del número de comensales por mesa en el in-

terior y exterior. De igual modo, se suprimen los aforos en los lugares de culto, celebraciones religiosas, instalaciones funerarias, establecimientos comerciales, bibliotecas, museos, cines, teatros, equipamientos culturales, espectáculos recreativos y culturales, instalaciones deportivas.

En lo que respecta al ocio nocturno, la Comunidad de

Madrid también elimina las restricciones de aforo y se permite la instalación de mesas altas para el consumo de pie por los clientes, guardando en todo caso la distancia interpersonal. En lo que se refiere a la

Continúa la obligatoriedad de llevar mascarilla en los espacios cerrados

actividad de baile, de momento sólo está permitido al aire libre, si bien en las pistas podrán instalarse mesas o mesas altas.

La supresión del límite de aforo también se extiende a espectáculos culturales y recreativos, así como eventos deportivos, tanto si se desarrollan al aire libre como en interior.

Un Plano Literario de Metro de Madrid fomenta la lectura en la región



Los consejeros de Transportes e Infraestructuras, David Pérez, y de Cultura, Turismo y Deporte, Marta Rivera de la Cruz, han presentado el Plano

■ El Plano Literario de Metro es una iniciativa original de la Asociación de Editores de Madrid realizada en colaboración con Metro de Madrid, el Consorcio Regional de Transportes, EMT y el Centro Español de Derechos Reprográficos (CEDRO), cuyo objetivo básico es el fomento de la lectura y dar a conocer al usuario grandes obras literarias. La particularidad de esta acción reside en que los nombres de las estaciones de Metro cambian de nombre en

favor de los de los títulos literarios favoritos de lectores y viajeros que durante este pasado verano han participado en el concurso. Además, se ha querido rendir un homenaje especial a las autoras. Por eso, la estación de Sol ha sido rebautizada digitalmente como "Ellas escribieron" y está dedicada a todas las mujeres que en la historia tuvieron que publicar bajo seudónimos o, directamente, no fueron publicadas por ser mujeres.

Díaz Ayuso anuncia el "MIR educativo" para el próximo curso

Tras un año en prácticas, el docente tendrá una evaluación para poder incorporarse al sistema educativo madrileño



■ La Presidenta de la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, ha anunciado la puesta en marcha para el próximo curso 2022/23 de un Plan de Capacitación Integral Docente,

tros y profesores en prácticas adquieran las competencias y técnicas pedagógicas adecuadas a través de diferentes herramientas, como los cursos sobre digitalización o las actualizaciones de contenidos. Así, recibirán un curso de formación específico, habilitante y evaluable. También los futuros maestros desarrollarán sus prácticas bajo la supervisión de un tutor. "Ya estamos trabajando en la selección de los centros de prácticas, y en la habilitación de tutores que formarán a los nuevos docentes", ha apuntado la Presidenta, en referencia también al contenido del programa para los profesores que entren en el sistema.

Se creará un centro de alto prestigio en la formación de profesores

similar al MIR de Sanidad, con formación específica, habilitante y evaluable para los nuevos profesores durante su primer año en el sistema educativo. Para ello, Díaz Ayuso ha explicado que el Gobierno regional va a garantizar que los maes-

La Comunidad de Madrid lidera la creación de empleo efectivo durante el último año

Tres de cada cuatro empleos nuevos en España se han creado en Madrid durante el mes de septiembre, siendo la región con mayor afiliación a la Seguridad Social

■ La Comunidad de Madrid es la región que más empleo efectivo ha creado durante el último año, con 233.268 trabajadores, de los que 122.185 son nuevos y 111.083 han salido de un ERTE. Además, 3 de cada 4 empleos nuevos en España el pasado mes de setiembre se han creado en Madrid,

donde se ha generado más empleo. En España la afiliación ha crecido un 0,3% (57.387 trabajadores), un punto menos que en nuestra región.

En cuanto al paro, Madrid ha registrado un descenso del 1,8% en el último mes, con 7.499 parados menos, la mayor bajada de la serie histórica de un mes de setiembre.

La caída del desempleo en España ha sido del 2,3%, con 76.113 trabajadores.

Por sectores productivos, en el último mes se ha producido un descenso del paro del 2% (6.655 personas) en el sector Servicios; del 2% (615) en el de la Construcción; del 1,1% (251) en la Industria, y del 0,8% en Agricultura (25).

El paro ha bajado en Madrid un 1'8% en el último mes, con 7.499 personas menos

y se ha registrado un aumento de la afiliación a la Seguridad Social del 1,31%, con 42.632 afiliaciones más, situando el número total en 3.288.252.

Se trata de la cifra más alta de la serie histórica para un mes de setiembre, lo que convierte a Madrid en la región



El Consejero Javier Fernández-Lasquetty hace balance de los últimos datos, que hacen de Madrid la región donde más empleo se crea

EL METRO QUE MUEVE NUESTRA VIDA

Metro de Madrid te lleva de forma segura al trabajo, al gimnasio, al Retiro...

Un medio de transporte que te acerca a los lugares y a las personas que más quieres.

**AHORA, Y SIEMPRE...
UTILIZA EL TRANSPORTE PÚBLICO**



MUÉVETE EN METRO

La dirección de Más Madrid se reúne con cargos de toda la región

Mónica García: “Estamos construyendo una organización robusta y asentada en los municipios que sea capaz de disputar el poder al PP en 2023”



■ La portavoz de Más Madrid, Mónica García, junto al resto de miembros de la ejecutiva regional, mantuvieron el pasado jueves un encuentro con los cargos públicos y orgánicos de todos los municipios en los que se encuentra presente el partido. El objetivo de esta reunión era “generar sinergias en la organización, tejer lazos entre los diferentes ámbitos del partido y poner en común experiencias diversas de la realidad de cada municipio”, según

explican desde el partido. “Nos hemos reunido con los cargos públicos de toda la región para trazar los siguientes de la alternativa verde, feminista y de futuro para la Comunidad de Madrid”, ha explicado Mónica García. “Estamos construyendo una organización robusta y asentada en los municipios que sea capaz de disputar el poder al PP en 2023”, ha añadido la portavoz del partido.

Por su parte, Manuela Bergerot, responsable de Exten-

sión y coportavoz de Más Madrid, ha destacado que desde su cartera propician “espacios de encuentro, debate y trabajo entre los cargos públicos a nivel autonómico, municipal y con las coportavocías en las asambleas municipales con el fin de enriquecer nuestra organización y generar cohesión”.

Bergerot: “Propiciamos espacios de encuentro, debate y trabajo”

Bergerot ha añadido que el objetivo ahora es “seguir trabajando en contacto con nuestras vecinas y vecinos, sobre lo que demandan y lo que anhelan para tener una vida mejor, por lo que de verdad importa”.

Vox exige transparencia en todos los contratos públicos de la Comunidad

Henríquez de Luna: “La transparencia es el elemento fundamental para luchar contra la corrupción”

■ El grupo municipal de Vox en la Asamblea de Madrid ha lanzado una iniciativa para conocer a los titulares de las entidades contratadas por la Comunidad de Madrid “con el

tienen derecho a conocer con quién realiza contratos la Administración pública “que ellos sostienen con sus impuestos”.

Además, De Luna valoró el viaje de Díaz Ayuso a EEUU: “La representación exterior debería correr a cargo del Gobierno de la nación; no tiene ningún sentido tener 17 relaciones exteriores. Esperamos que vaya a fortalecer la seguridad jurídica de la Comunidad de Madrid, que es un valor fundamental para que las inversiones extranjeras sigan viniendo”. “Lo que es sorprendente es que Cantó no le haya acompañado si quieren convertir Madrid en un *hub* internacional para todos los extranjeros que quieren venir a aprender español”, ironizó el portavoz.

Solicitan conocer la “Titularidad Real” de las empresas adjudicatarias

fin de acabar con los chiringuitos y evitar la corrupción”. Así lo ha explicado Íñigo Henríquez de Luna en la rueda de prensa celebrada tras la Junta de Portavoces del pasado martes. El portavoz adjunto recordó que se trata de una condición ya incluida en el acuerdo de Telemadrid y que los ciudadanos

García-Escudero acude a la inauguración de la nueva sede del PP en Usera



Pío García-Escudero ha dado la enhorabuena al equipo del Partido Popular en Usera por estar al lado de sus vecinos durante la pandemia

■ El Presidente del Partido Popular en Madrid, Pío García-Escudero, y la Secretaria General de los Populares madrileños, Ana Carmíns, han inaugurado la nueva sede del partido en el distrito de Usera acompañados por el presidente del partido en el distrito, Borja Fanjul, así como la concejala del distrito, Loreto Sordo, el vicesecretario de Organización, Carlos Izquierdo, y varios diputados regionales.

El presidente del PP en Usera, Borja Fanjul ha asegurado que la inauguración de la nueva sede del partido atiende a un deseo del partido para estar más cerca de los vecinos

con el objetivo de ayudarles en todas sus necesidades.

Por su parte, Pío García-Escudero ha dado la enhorabuena al equipo del partido en Usera “por estar al lado de sus vecinos durante la pandemia, algo que se ha visualizado con la nueva sede a pie de calle y más visible”. Igualmente, el dirigente del Partido Popular madrileño ha puesto en valor “el gesto valiente” de Pablo Casado cuando nombró como candidatos a Isabel Díaz Ayuso y José Luis Martínez-Almeida. “Un gesto que ha marcado el proceso de remontada y de cambio en el partido”, ha destacado.

El PSOE-M valida el 55% de las enmiendas de la militancia

La presidenta de la Comisión Gestora y el responsable de Organización han subrayado “el trabajo, la ilusión y las ganas” de la delegación madrileña a lo largo de esta jornada

■ El PSOE-M ha validado el 55% de las enmiendas presentadas por la militancia a la ponencia marco del PSOE en una jornada de debate “intensa, rica y constructiva” en la que los delegados y delegadas que representarán a la Federación madrileña en el próximo 40º Congreso han analizado, debatido y votado las propuestas de las distintas agrupaciones.

Así, de las 845 enmiendas abordadas, han salido adelante un total de 461 “con ideas y propuestas encaminadas a mejorar el proyecto de los y las socialistas a nivel federal en ámbitos como el económico, energético, medioambiental, de juventud, igualdad y modelo de partido”, señalan los socialistas madrileños.

La presidenta de la Comi-

sión Gestora, Isaura Leal, ha mostrado “su orgullo y honor” al dar la bienvenida a esta Convención Precongresual en la que ha trasladado a todos

El 40º Congreso Federal se celebrará en Valencia los días 15, 16 y 17 de octubre

los delegados y delegadas que serán ellos “los que van a representar la voz, la palabra y el sentimiento de muchos compañeros y compañeras” en el encuentro los días 15, 16 y 17 de octubre.

Por su parte, el responsable de Organización, Fran Martín, ha tildado esta jornada de “muy rica y constructiva” y ha destacado que las 461 enmiendas aprobadas en el día de hoy son “461 ideas y propuestas para mejorar el proyecto de los y las socialistas a nivel federal”.



Encabezada por Fran Martín, la representación con la que el PSOE-M viajará a Valencia se nutre de 86 socialistas pertenecientes a un total de 60 agrupaciones diferentes

¿Tu casa te hace feliz?

En CMB Brikolaje damos forma a tu hogar. Tenemos todo lo necesario para que tu casa sea tu refugio, el lugar del que no querrás salir.



En CMB Brikolaje, lo que más nos importa es crear hogares donde nuestros clientes disfruten.

Te ayudamos a diseñar tus espacios con lo último en materiales y accesorios, y siempre al mejor precio.

Aquí encontrarás las mejores marcas en herramientas, una enorme variedad en puertas, marcos, pintura, mamparas y accesorios de baño, rodapiés, accesorios de fontanería y de ferretería, tornillería, muebles, iluminación, tableros...

Sabemos que la cocina es uno de los espacios más importantes del hogar, por eso también diseñamos y ponemos a tu disposición cocinas en kit basándonos en tu espacio y en la máxima funcionalidad.

Descubre todo lo necesario para que tu casa te haga feliz.



CMB
Bri  olaje

Damos forma a tu hogar



“El humor es un arma”

Sara Escudero: cómica, actriz, escritora

¿tomaste la decisión de dedicarte a este sector?

R. Yo la decisión la tenía tomada desde enana. Desde chiquitita, yo decía que quería ser actriz y veterinaria. Aunque mi ambiente fue de absoluta libertad, tenía el clic de “asegúrate un futuro, una carrera que te dé tranquilidad”. Así que me preparé para estudiar cualquier carrera y acabé en medicina, que la había mamado en casa. Pero la vocación que tienen mis padres es la misma que tengo yo por lo mío: estaba en la carrera pero todo el rato leyendo teatro, escribiendo, haciendo cosas... Cuando iba a terminar el primer cuatrimestre de tercero, falleció una persona del pueblo que tenía 38 años y no fumaba, no bebía, súper sano, tenía dos hijas... Ese día no pude dormir pensando que me podía pasar lo mismo. Cuando tenía que

Hola, Sara! Estamos muy felices de haber encontrado un hueco para hacer esta entrevista, con lo liada que estás: cómica, escritora, actriz, productora, guionista, presentadora, colaboradora de radio, directora, maestra de ceremonias, embajadora, concursante, show-woman... Cuéntanos, ¿cómo haces para llegar a todo esto?

Respuesta. Durmiendo poco y tomando mucho café [risas]. Me llevo la casa auestas. Mi chico y yo trabajamos de la mano, hacemos equipo. Él es ingeniero informático y cumple un poco la figura de personal assistant. No es mi representante, pero para los eventos en directo, de teatro, mi página web, el papeleo y las facturas... se encarga él. Yo soy más caótica, soy de boli y cuaderno. Así que, si podemos viajamos los cuatro: nosotros dos y los dos perros. Si no, no me vería el pelo [risas].

Pregunta. Sacar adelante tantos proyectos y con tan buen humor requiere de una gran pasión por lo que se está haciendo. En tu caso, ¿de dónde te viene este amor por lo que haces? ¿En qué momento

salir para clase, llamé a mi madre para decirle: “mamá, que cuelgo la bata” y me responde “pues ten cuidado de cómo la cuelgas que la percha te puede dejar mal los picos de las hombreras” [risas]. Y le dije: “no, mamá, no me has entendido... o no me has querido entender”. Esa fue la gotita que colmó el vaso, pensar que nadie te asegura que mañana te caiga un geranio en la cabeza o te pille un coche.

“El humor es una actitud.

Para hacer reír en el stand up es importante ser fiel a una misma”

P. Ahora, estás haciendo tu monólogo “Tiempo al tiempo”. ¿Qué es lo que puede encontrar el público?



Puedes acceder a la entrevista completa en nuestra página web a través de este QR:



R. Es *stand up* comedy donde lo que se encuentra la gente es una reflexión, evidentemente divertida y blanca, pero es que esa es la ventaja del humor. Una de las frases de mi vida es que “el humor es un arma de comunicación masiva”. Con humor puedes decir cualquier cosa y, en este caso, intento decir, con mucho amor y tocando muchos temas, que el tiempo nos acaba colocando en nuestro sitio y que hay que darle tiempo a la vida. Así que, “Tiempo al tiempo”.

P. Una de tus facetas más conocidas es monologuista, logrando grandes éxitos. Cada maestrillo tiene su li-

brillo, pero en tu caso, ¿cuál crees que es la clave para hacer reír?

R. Creo que para hacer reír, en cuanto al *stand up*, es que seas fiel a ti mismo o a ti misma, y hables de tu verdad con tu voz cómica. La voz cómica no es la física, es tu manera de ver el mundo y tu manera de contarlo. Lo que se necesita para hacer reír son ganas y un buen interlocutor, ganas de hacer reír y que el otro tenga ganas de reírse. El cómo conseguir hacer reír ante todo es una cuestión de actitud y circunstancias.

P. En octubre presentas tu nuevo libro “El Canino de Santiago”. En él, haces un pa-



Pedro Almodóvar felicita a Sara Escudero durante la 25ª Gala de entrega de premios del Festival de Cine Solidario de Cáceres



Sara Escudero presenta su libro “El Canino de Santiago” en la 25ª Gala de Excelencia Directiva F

de comunicación masiva"

a, guionista, presentadora, maestra de ceremonias...



ralelismo entre el camino de Santiago y el camino que emprendes al unir tu vida a un perro al adoptarlo. ¿De qué trata la historia?

R. Es una historia de vida y una oda al amor, al de verdad. La primera, más divertida, la narra mi perra Nala que fue con quien hice por primera vez el Camino de Santiago y ella va narrando todas las etapas. Para mí, la esencia del Camino no es llegar a Santiago, es que te regala tiempo. Tu objetivo cada día es caminar, comer cosas ricas que te gusten, llegar al sitio y darte una ducha que te haga exclamar: "dios, qué gozada" [risas]. Entonces, se me ocurrió esta idea en la que el Camino de Santiago es un paralelismo con el camino de la vida, y esas siete etapas que narra Nala, son las que luego yo narro de tu vida con tu perro.

P. También tienes una faceta profesional como presentadora de eventos y actos empresariales. ¿Qué valor añadido puede aportar alguien con tu perfil a la seriedad del mundo corporativo?

"Si tuviera tiempo y más dinero, me encantaría sacar adelante un servicio de UVI veterinaria"

R. Normalmente, yo arranco el evento con el "cómo se nota en la cara que sois empresarios y a mí que no lo soy" [risas]. Hay que romper unos protocolos. Entiendo que otras veces otros perfiles no pueden, no quieren o las dos cosas. Pero, fíjate, una parte buena que tiene también

es que soy una mujer pequeña. Parece una tontuna, pero a mí me ven y dicen "que niña". Entonces, eso

"Cada día hay un motivo para poder sonreír. El dinero no lo es todo. Más amor y más humor. Así que más vivir"

relaja. Yo eso lo juego a favor. Poder tratar a gente que va con un protocolo acostumbrada a que le diga al "señor", "don" y tú, de repente, llegas y pones en valor su título pero con cariño, de otra manera. Llevo ya ocho años haciendo eventos de empresa y, en estos últimos dos años, he notado un punto de inflexión donde antes algo que te costaba deja de costarte. Hay que poner muy en valor que una empresa quiera invertir dinero en que alguien haga ameno el evento a sus trabajadores, invertir en buen humor, en salud, en amor... Esa es mi cadena de pensamiento y creo que tiene un gran valor.

P. Como sabes, los periódicos de vivir Ediciones son leídos diariamente no solamente en la Comunidad de Madrid, sino también en Ciudad Real-Tomelloso y Sevilla. ¿Qué mensaje te gustaría lanzarle a nuestros lectores y lectoras?

R. Teniendo en cuenta que sois "Vivir Ediciones", creo que el mensaje ya lo estáis lanzando vosotros. Que la vida es muy corta. Es muy fácil de decir y no es tan complicado de hacer, "vivir el día a día". Es como un dicho, que es muy fácil pero no es nada fácil. Cada día hay un motivo para

poder sonreír. Para ese "hola" que no cuesta nada, os lo juro. Cada día lo hay y, sobre todo, ¿ha tenido que venir el covid-19 para darnos cuenta queridos lectores de Sevilla, de Tomelloso y de la Comunidad de Madrid, que tengas los ceros que

tengas en la cuenta te puede tocar a ti? El dinero no lo es todo. Más amor y más humor. Así que más vivir Ediciones.

Puedes leer la entrevista completa en: vivirediciones.es

El guion de Sara Escudero

Un libro que te inspire: Los renglones torcidos de Dios

La última película que te haya hecho reír: Free guy



Uno de tus referentes en el humor: Mi patata tiene conexión directa con... Goyo Jiménez

Un "meme" de internet que siempre te saque una sonrisa: El de las nutrias de "así empieza el lunes - así lo acabo"

Un actor o actriz para protagonizar tus obras de teatro: Ángel Jodrá, el alcalde de la serie "El pueblo"

Un director/a con quién te gustaría trabajar como actriz: Pedro Almodóvar (¡Peeeeedrooooo...!)

Un compañero/a con quien emprender un proyecto: Santi García Cremades

Una canción que te ponga de buen humor: ¡Hakuna Matata! Me cambia el mood



Un escenario al que te gustaría subirte: Al Calderón, volver a hacer algo ahí sería fantástico

Una comida que te haga feliz: Tortilla de patata. ¡Con mucha cebolla!



¿Por qué es importante vacunarse contra la gripe?

Protege frente a cuatro variantes de la influenza, un virus de la influenza A (H1N1), un virus de la influenza A (H3N2) y dos de la influenza B



■ El Consejo Interterritorial de Salud ha lanzado la campaña de vacunación contra la gripe para este año. Aunque aún no se ha fijado fecha exacta, sí se conoce que se desarrollará durante el mes de octubre.

En este sentido, la campaña se regirá por parámetros muy similares a los establecidos con la vacunación contra el covid-19: en primer lugar, a los mayores de 65 años; pos-

teriormente, a los menores de 65 años con algún tipo de patología de riesgo; en tercer lugar, se vacunará a las personas más propensas a transmitir la

El virus de la influenza puede causar una neumonía bacteriana

gripe, como el personal de los centros sanitarios. Finalmente,

se administrará la vacuna a los miembros de las instituciones públicas, como protección civil o la policía.

¿Por qué es importante vacunarse contra la gripe?

Según las recomendaciones de los expertos, es muy importante vacunarse contra el virus de la influenza. La gripe puede acarrear hospitalizaciones y, en menor medida, la

muerte de las personas más mayores o con patologías previas. Según el Centro para el Control y la Prevención de las Enfermedades (CDC), el virus de la influenza puede incluir neumonía bacteriana, infecciones del oído, sinusitis y agravamiento de las afecciones crónicas, como la insuficiencia cardíaca congestiva, el asma o la diabetes. Por estos motivos, resulta de gran importancia vacunarse, ya que esto reduce drásticamente la posibilidad de infectarse por el virus. Otros estudios demuestran que, aún vacunándose, es posible contraer la influenza pero se reducen al máximo la sintomatología grave que el virus puede conllevar. De acuerdo con el CDC, la vacunación evita en muchos casos la hospitalización del enfermo.

Otros beneficios de la vacunación contra la gripe son: el cuidado de nosotros mismos y

de los nuestros, la protección de las mujeres embarazadas antes y después del parto e, incluso, puede salvar a los más pequeños. A este respecto, un estudio publicado en 2017 en la revista "Pediatrics" avala la reducción notable del riesgo de muerte en niños después de haberles sido administrada la vacuna contra la gripe.

En la actualidad, la vacuna administrada es de carácter tetravalente, es decir, que tiene

Un estudio del 2017 avala la reducción del riesgo de muerte en niños

una cobertura de protección ante cuatro variantes de la influenza, un virus de la influenza A (H1N1), un virus de la influenza A (H3N2) y dos virus de la influenza B.

Tecnología

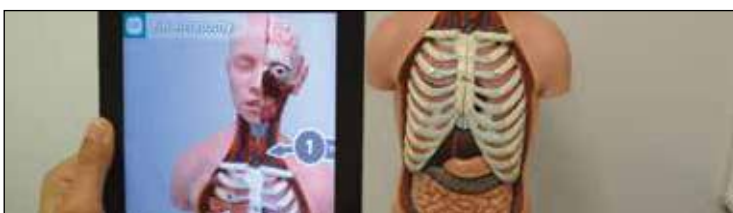
La realidad aumentada trae una nueva manera de visualizar el mundo

■ La realidad aumentada se puede definir como la introducción de elementos virtuales dentro del universo físico. Se diferencia de la realidad virtual por el modo de inmersión: mientras que la realidad aumentada parte de elementos reales, la realidad virtual no hace ningún uso del mundo real, es una inmersión puramente digital. La realidad aumentada permite, por ejemplo, una interacción con los objetos en tiempo real, es decir, observamos el mundo a través de un dispositivo con información añadida.

Pokemon Go es el perfecto ejemplo de qué es la realidad

aumentada. Menos conocido es *Ikea Place*, con el que se pueden "insertar" los productos para ver cómo quedan en tu casa. En el sector turístico también se ha implementado la realidad aumentada con aplicaciones que permiten una descripción a partir de paneles de información virtual del lugar, como *Imageen Madrid*, que propone una viaje por los lugares más emblemáticos de la capital.

Además, el desarrollo de la realidad virtual se extiende en materia sanitaria siendo un ejemplo *HoloAnatomy* permite visionar un modelo 3D de la anatomía humana.



"HoloAnatomy" permite visualizar un modelo 3D de la anatomía humana

Los nuevos móviles plegables: el futuro ya está aquí

Las grandes compañías como Samsung, Xiaomi, Motorola o Royale han sacado al mercado sus primeros productos que hacen uso de este tipo de tecnología

■ Las grandes compañías como Samsung, Xiaomi, Motorola o Royale han sacado al mercado sus primeros productos con pantallas plegables.

Dependiendo del fabricante, se desarrolla una pantalla plegable de una manera u otra. Lo más común en 2020 fue utilizar una pantalla OLED de polímero que sea flexible, recubierta por una especie de malla que deja pasar la luz a través.

Los nuevos cristales ultra finos, con un grosor de 0,03 milímetros, permiten la doblez

Esta característica junto a su flexibilidad crean la combinación perfecta para un móvil que se pueda doblar sin dejar ningún pliegue visible.



La nueva tecnología impulsada por Samsung y la empresa coreana Dowoo, "UTC", consiste en cristales ultra finos, de tal manera que el cristal con un grosor de 0,03 milímetros se pueda doblar. El cristal es tan delgado que necesita incorporar una protección, es decir, una pequeña lámina de plástico para que no se raye.

Huawei, por su parte, ha creado un *smartphone*, el Mate XS, que se pliega hacia dentro. Cuando no está plegado, podemos ver una pantalla en la parte superior y otra en la inferior.

Respecto a la tecnología, utiliza una doble capa de poliamida de nivel aeroespacial, que hace la pantalla del *smartphone* hasta un 80% más resistente. Este polímero presenta un precio tres veces superior al del oro.

En consecuencia, las marcas como Samsung o Xiaomi están estudiando el calado de estos móviles en los usuarios. Resulta lógico pensar que se trata de las primeras etapas de una tecnología revolucionaria que traerá consigo nuevas funcionalidades y formas de relacionarse con los dispositivos.

Accesorios y repuestos en electrodomésticos

REPUESTOS para todas las marcas de ELECTRODOMÉSTICOS

ACCESORIOS Y PEQUEÑO ELECTRODOMÉSTICO DE MARCA PROPIA



fersay.com



Espacio disponible



Sonríe sin complejos



Espacio disponible



Sal a comer



Reforma tu vivienda



¿Ya has decidido divorciarte?

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

RBR Abogados

Mercantil
Penal
Administrativo



Fiscal
Laboral
Financiero

Consúltenos sin compromiso

• 91 745 21 10 •

Cultura

Danza

Devórate



■ Esta *performance* de la artista Mari Paula cuestiona, a través del cuerpo femenino y la danza, el consumo desenfrenado de materiales plásticos así como el desarrollo tecnológico frente a la simple existencia del ser humano.

16 de octubre

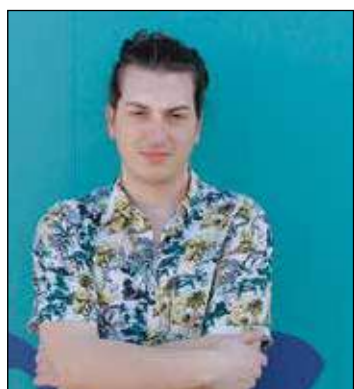
Lugar: Centro Cultural Antonio Machado (San Blas-Canillejas)

Horario: 19:00 horas

Entrada: libre hasta completar aforo. Reparto de entradas hasta 2 h antes del comienzo.

Música

Ortiga



■ El artista gallego Ortiga presenta su último trabajo, el álbum "Sabes el camino que elegí", en un concierto donde sigue crea un imaginario sonoro en el que conviven la cumbia, el merengue, el autotune y/o la música latina, dando continuidad a su querencia verbenera y sus melodías pop.

23 de octubre

Lugar: Centro Cultural El Pozuelo (Puente de Vallecas)

Horario: 20:00 horas

Entrada: libre hasta completar aforo. Inicio de entrada 30 min antes del comienzo.

Arte

El festival internacional LuzMadrid celebra el arte a través de la luz

Del 29 al 31 de octubre, la iniciativa invita a redescubrir el patrimonio cultural de la ciudad

■ El festival internacional LuzMadrid vestirá las últimas noches de otoño de arte y creatividad en una experiencia única. Del 29 al 31 de octubre, entre las 20:00 y las 0:00 horas, las más innovadoras formas de expresión artística arrojarán una nueva mirada sobre el espacio público. Más de una veintena de obras, que utilizan el video,



Es una experiencia gratuita y sin un recorrido trazado

la instalación, la inteligencia artificial, el movimiento o el mapping invitarán a vivir una nueva relación con el entorno urbano en una experiencia gratuita y para todos los públicos que se podrá disfrutar sin seguir un recorrido previamente trazado. Vecinos y visitantes de Madrid podrán ele-

gir la hora a la que quieren acudir y la zona o zonas que desean visitar, sin ceñirse a un itinerario prefijado.

Así, reconocidos creadores españoles y artistas de Francia, Canadá, Finlandia y Australia participan en este Festival de Luz, en una edición que promete ser la primera de un largo número de encuentros y en la que participan artistas plásticos, diseñadores, iluminadores y profesionales

de las nuevas tecnologías aplicadas al arte. Los espacios y edificios más emble-

Más de una veintena de obras artísticas transformarán Madrid

máticos de Madrid serán intervenidos artísticamente, presentando un mapa de luz único que tendrá distintos puntos de origen y final

en función de la elección de cada visitante.

El sábado 30 de octubre, en el Espacio Cultural Serrería Belga, tendrá lugar el encuentro de divulgación "Ciudad, Luz y Arte: de lo efímero a lo permanente", donde se darán cita artistas, actores relacionados con la organización de estos grandes eventos, arquitectos, diseñadores, profesores y expertos en sostenibilidad.

Arte

Llega a Madrid #INGOYA, una experiencia inmersiva de última generación



■ El teatro Fernán Gómez Centro Cultural de la Villa de Madrid acoge una experiencia inmersiva en torno a la obra de Francisco de Goya. Más de 1.000 imágenes envuelven al público gracias a 40 proyectores de última generación que, sincronizados con música de Albéniz, Falla, Granados o Boccherini, crean una perfecta alianza entre arte y tecnología para acercar al público el talento del genial pintor.

El rigor histórico y cultural hará que los amantes del arte puedan disfrutar de esta actividad que, al mismo tiempo, pone

un énfasis particular en introducir la obra y visión del mundo de Goya al público joven. Además, coincidiendo con la progresiva reapertura de las fronteras al turismo, #INGOYA es la antesala perfecta para aquellos viajeros que quieran profundizar en la pintura del maestro antes de visitar otros grandes museos.

Hasta el 16 de enero

Lugar: Fernán Gómez Centro Cultural de la Villa de Madrid

Horario: M-D de 10:00 a 20:00 h. L cerrado

Entradas: A partir de 14 €

Los Lagos de Covadonga, una joya natural en los Picos de Europa

A tan solo 12 kilómetros de la Basílica de Covadonga, el paraje se puede conocer y disfrutar a través de una ruta circular



zonas son rocosas y pueden provocar torceduras o caídas. También es aconsejable ir abrigado por capas, al tratarse de una montaña, los cambios de temperatura suelen ser habituales. Si la ruta se hace en verano, además es importante llevar una gorra, gafas de sol y



■ Los **Lagos de Covadonga** son uno de los lugares más emblemáticos de España, no solo por la belleza que ofrecen, sino también por la gran variedad de rutas que existen a su alrededor y que permiten

ger este paraje natural, sobre todo en las épocas de mayor afluencia, que siguen la ruta desde el pueblo de **Cangas de Onís** hasta el mencionado **lago Enol**. Si la idea es continuar en vehículo particular, los coches solo pueden circular a primera hora de la mañana y a última de la tarde. Esto siempre en temporada alta; el resto del año, el acceso es libre.

hasta el **lago Ercina**. Este último enclave permite ver una impresionante vista de los picos y es un buen espacio para pararse a descansar y reponer energías.

La ruta continúa en dirección a la **Vega Bricial** que es

Se puede seguir por el Lago Enol o visitar el Hayedo Palombreu

donde se sitúa el tercer lago. Una vez se llega a esta localización existen dos opciones: o bien seguir recto hasta el **lago Enol** o continuar hacia el **Hayedo Palombreu**. Si se sigue la

segunda opción, se atravesará un prado que llevará directamente a un conjunto de casas de piedra. Una vez pasadas estas ubicaciones la ruta sigue en una pista de tierra que lleva directamente al **lago Enol**.

Para la realización de esta ruta circular es importante tener en cuenta algunas recomendaciones. Es importante llevar un calzado cómodo, a pesar de que el camino no es excesivamente complicado y es asequible para todo el mundo, es mejor llevar zapatos adecuados, ya que algunas

protección solar para evitar en exceso la exposición al sol.

Asimismo, sería recomendable portar agua y provisiones para reponer energías a lo largo del camino. Lo más básico y la mejor opción es llevar un litro de agua por persona y algo para picar, como un bocadillo o unos frutos secos. Aunque si por algún motivo no se puede llevar comida, no es un problema ya que al lado del lago Ercina hay un pequeño bar en el que se pueden comprar alimentos y bebidas.

Comienza en el parking de la Buferra y termina en el lago Ercina

conocer este espectacular paraje natural.

La llegada hasta esta localización es muy sencilla. Si se parte desde el **Santuario de Covadonga**, hay que fijarse en que hay una carretera de 14 km que lleva directamente hasta el **lago Enol**, cuyo acceso está bastante controlado. Sin embargo, el gobierno autonómico tiene habilitados también autobuses para prote-

Uno de los senderos que se recomienda, sobre todo para que la realice toda la familia, es la PR.PNPE-2. Se trata de una ruta circular de una extensión de alrededor de 6 km que se sitúa en el **pico Bricial**. Su señalización está muy bien marcada a través de marcas blancas y amarillas que indican todo el camino.

El inicio del recorrido comienza desde el **parking de la Buferra** que está en dirección al **Mirador del Príncipe** y llega

¿Dónde comer?



Molín de Mingo

Finca Molín de Mingo, Peruyes, Asturias
985 922 263
@elmolindemingo

¿Qué visitar?



Cangas de Onís

Avda. Covadonga, 1 - Casa Riera, 33550
985 848 005
turismo@cangasdeonis.com
www.turismocangasdeonis.com

¿Dónde alojarse?



El Gran Sueño

Caspio la Vega, 5 - Pintueles, 335334
696 267 268
www.elgransueno.es

Motor

BMW iX

Tecnología y seguridad



Datos vehículo

Motor	Eléctrico
Potencia	390 kW (523 CV)
Autonomía	630 km
Batería	Iones de litio de 70 kWh
Carga	Carga rápida de corriente continua de hasta 200 kW

Distintivo ambiental



P.V.P: desde 85.850 euros

■ El nuevo BMW iX es, según la marca, “el primer ‘Sports Activity Vehicle’ (SAV) concebido como un vehículo totalmente eléctrico”. Se trata del nuevo buque insignia tecnológico para la movilidad sostenible del grupo alemán. Así, el iX aparece como un nuevo exponente que reinterpreta el lujo, el espacio interior y el placer de una conducción deportiva incluyendo los conceptos de movilidad eléctrica y sostenibilidad como protagonistas.

En cuanto a las motorizaciones, estamos ante la quinta generación de la tecnología BMW eDrive y nos encontramos con

dos versiones diferenciadas: el BMW iX xDrive40 y el BMW iX xDrive50. Ambas cuentan con el sistema eléctrico de tracción a los cuatro ruedas BMW xDrive.

Nuevo buque insignia tecnológico para la movilidad sostenible

El xDrive40 está impulsado con 240 kW/326 CV y tiene una aceleración de 0 a 100 km/h en 6,1 segundos. El más potente de los dos, el xDrive50, se distingue con un motor de 390 kW (523

CV), que impulsa el BMW iX de 0 a 100 km/h en 4,6 segundos. Este último nos ofrece hasta 630 km de autonomía, mientras que con el xDrive40 tendremos hasta 425 km, siempre dependiendo del equipamiento, el tipo de conducción o la temperatura.

En cuanto al diseño es un vehículo con la longitud y la anchura exteriores del BMW X5, la altura del BMW X6 y las dimensiones de las ruedas del BMW X7. La estructura de la carrocería combina el chasis de aluminio y la ‘Carbon Cage’ con fibra de carbono, que aligeran el peso del conjunto. Según BMW,

aumenta la rigidez de la carrocería y la seguridad en caso de choques mientras mantiene el peso lo más bajo posible. Aerodinámicamente está muy cuidado y se nota en su bajo coeficiente Cx de 0,25.

En el interior, destacan el

panel completo frontal “BMW Curved Display” y la ausencia del túnel central, que aportan un entorno espacioso y limpio.

Ya se puede configurar y reservar, disponible a partir de 85.850 €, no tardará el BMW iX en aparecer en nuestras calles.



El nuevo Volkswagen Taigo se producirá en Navarra para toda Europa



■ El 27 de septiembre comenzó la producción del nuevo Volkswagen Taigo en la planta de la marca alemana en Navarra.

Para celebrar el comienzo de esta producción, se celebró un acto en la misma fábrica, al que acudió María Chivite, Presidenta del Gobierno de Navarra. “Este modelo refleja el compromiso del Grupo Volkswagen con la fábrica de Navarra, lo

que supone una excelente noticia para la economía de nuestra Comunidad autónoma”, señaló Chivite. Asimismo, en el evento participó el Presidente del Comité de Empresa, Alfredo Morales, y Markus Haupt, Presidente de Volkswagen Navarra quien manifestó que “la llegada de este nuevo modelo es una garantía de futuro para la fábrica”.

Continúa la crisis del sector de la automoción por la escasez de semiconductores

■ La crisis de los microchips sigue afectando fuertemente en el sector de la automoción, provocando para el consumidor grandes retrasos de hasta un año en la entrega de los coches nuevos y mucha incertidumbre.

A falta de vehículos nuevos, la segunda mano está aumentando

En España, ya son varias las fábricas que han tenido que parar su producción temporalmente, desembocando en nuevos ERTE, como el que anunció



SEAT el 15 de septiembre y el que tiene activado Mercedes-Benz en su planta de Vitoria.

TSMC es la empresa que desde Taiwán importa el mayor número de semiconductores, aproximadamente un 60% de la producción mundial y casi la totalidad de microchips avanzados. Esta circunstancia hace que la recuperación pase por la adaptación de la empresa al

nivel actual de la demanda de estos componentes.

Se espera que el ritmo de fabricación pueda adaptarse a la demanda en el 2022. Por ello, a falta de vehículos nuevos, el mercado de coches de segunda mano está elevando su volumen de negocio, que nos permitirá ver una evolución generalizada en el sector automoción en los próximos años.



Datos vehículo

Carnet	B
Diámetro x carrera	84 mm x 72 mm
Consumo a 100 km	3,9 l
Potencia	35.6 CV a 7.250 rpm
Peso en seco	271 Kg
Cilindrada	399 ccm
Autonomía	300 km
Distintivo ambiental	

Peugeot Metropolis GT

Cómodidad garantizada

P.V.P: desde 9.990 euros

■ La marca francesa ha lanzado al mercado el nuevo scooter de 3 ruedas de 400cc Metropolis GT. Totalmente diseñado y fabricado en Francia, este modelo tiene la particularidad de poder ser conducido con carnet B de coche. Peugeot ha querido dar un impulso en los últimos tiempos a su división de motos, pasando de Peugeot Scooters a Peugeot Motorcycles. El Metropolis GT es un gran representante de ese cambio en la estrategia.

Respecto a las equipaciones, la gama Peugeot Metropolis tiene ya 4 versiones, Active,

Allure, SW y la que nos ocupa, GT. Esta versión tiene un corte más deportivo, está equipada con suelo de aluminio, un nuevo sillín y decoraciones exclusivas. Además, mantiene también todas las ventajas de la conectividad a bordo i-Connect. La GT es la única que monta los nuevos amortiguadores de gas regulables.

A parte del equipamiento destacado, cuenta con toma USB, manillar naked, Frenada ABS + SBC®, antipatinaje TCS regulable, luces diurnas DRL, pantalla TFT a color de 5 pulgadas, anti-tilting y parabrisas cor-

to ahumado. La colocación elevada del panel de instrumentos permite una conducción con la cabeza alta. Además, esta posición más ergonómica ayuda a

Alcanza los 135 km/h y tiene una autonomía de 300 kilómetros

limitar la fatiga del conductor.

Peugeot Metropolis GT tiene como máxima los 135 km/h declarados y, según la marca, una autonomía de 300 kilómetros, con un consumo oficial de

3,9 l/100 km, que siempre dependerá del tipo de conducción que se realice. Todo ello, hace del vehículo un gran representante de las motos para ciudad, pero que además nos permite una conducción cómoda en carretera o en ruta.

Respecto al precio, Peu-

geot ha establecido los 9.990 euros para esta versión GT, lo que la sitúa en la parte media del sector de las maxiscooter. Además, dado que la marca la protege con 5 años de garantía y regala 1 año de seguro a terceros, parece que será de los más demandados en 2022.



BUZONEO de Calidad MADRID



Buzoneo Impresión Parabriseado

Entrega en mano Stopper Poming



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



Residencias de Mayores SOLIDARIOS

Comprobará que es tratado con respeto y atendido por profesionales que le harán sentirse tranquilo y seguro

- Equipo multidisciplinar con muchos años de experiencia
- Plazas privadas y plazas públicas-concertadas
- Plazas con ayuda económica
- Precios asequibles

Fuenlabrada (Madrid)

C/Portugal 9, posterior
91 600 26 33

Maqueda (Toledo)

Ctra. Nacional V, Km. 74
92 579 02 32



www.acsolidarios.es

Deporte

Golf

Acciona Open de España de Golf, del 7 al 10 de octubre



Se disputa en nuestro país desde 1912, forma parte del PGA European Tour desde 1971 y es uno de los campeonatos más antiguos del mundo

■ El Open de España de Golf, uno de los torneos más populares y con más tradición de Europa, vuelve al Club de Campo Villa de Madrid del 7 al 10 de octubre de 2021, tras la suspensión por el covid-19 durante el año pasado. Así pues, el torneo arranca con una mañana de jueves trepidante en la que se verán los siguientes duelos estelares: empezando con el de los dos jugadores

de Ryder (Rahm y Wiesberger) compartiendo partido con el francés Victor Pérez, uno de los mejores del año y que se quedó a las puertas de entrar en el equipo europeo. En el segundo partido principal, el vicecapitán de la Ryder y ex número 1 del mundo, Luke Donald, estará acompañado por el danés Olesen y por el español Sebastián García. Y en el tercer partido, Pablo Larrazábal, junto a

dos de los 40 mejores de la Race to Dubai 2021, el inglés Marcus Armitage y el francés Antoine Rozner.

En cuanto al turno de tarde del jueves (y mañana del viernes), la principal atención de las cámaras estará centrada en la puesta en escena del resto de favoritos, concentrados en tres partidos. A las 13:40 h saltarán al campo Adrián Otaegui, el escocés Callum Hill y el italiano Guido Migliozzi, en un

En la última edición, la victoria fue para el español Jon Rahm

partido de jugadores que ya saben lo que es ganar en el European Tour, sumando seis victorias entre los tres.

Más deporte

Madrid Urban Sports celebra su IIª edición

■ "Madrid Urban Sports" celebra su segunda edición del 8 al 10 de octubre de 2021 en Madrid Río-Matadero (en 2020 se celebró del 11 al 28 de noviembre el formato virtual). Un festival que combina los deportes de calle con música, exhibiciones y arte urbano. El evento contará con competiciones internacionales y pruebas nacionales, con los mejores deportistas de todos los continentes pero también las jóvenes promesas locales. Un encuentro multideporte donde tomarán

parte grandes nombres como Daniel Dhers, que llega después de convertirse en uno de los primeros medallistas olímpicos de la historia en la disciplina de BMX. También deportistas como Danny León y Julia Benedetti que han debutado en Tokio como representantes de la selección española de skateboarding. Además, los asistentes también podrán encontrar espacios abiertos para practicar o iniciarse en deportes como el skate, BMX o scooter, entre otros.



Running

Las calles de Madrid acogen el XI Derbi de las Aficiones

■ Las calles del centro de Madrid acogen el 7 de noviembre el undécimo aniversario de la carrera conocida popularmente como el Derbi de las Aficiones. Un divertido reto para los aficionados Colchoneros y Merengues que se enfrentan fuera del campo de fútbol en una carrera con circuito homologado por la RFEA y válido para la acreditación de marca en la San Silvestre Vallecana. Una carrera que cuenta con un recorrido de 10 kilómetros

que finaliza en el Paseo de los Melancólicos. Consiste en un circuito muy rápido que permi-

Se celebrará el próximo 7 de noviembre

tirá hacer un tiempo rápido, lo que hará más emocionante la lucha por la victoria entre aficionados. La salida se sitúa en la calle Padre Damián junto al Estadio Santiago Bernabéu y

tiene como hora de inicio a las 09:00 h de la mañana.

De momento el marcador de las anteriores ediciones va 6 a 4 tras el triunfo de los Merengues en la carrera de 2019. El equipo ganador será el de menor tiempo neto medio por equipos y los participantes elegirán en el momento de la inscripción a que equipo defenderán. Es decir, se sumarán los tiempos de todos los corredores que finalicen la prueba para hacer la media.



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

vivir Madrid 

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

Más deporte

Cientos de madrileños han celebrado el Día del Deporte

El objetivo es potenciar el papel del deporte en la promoción de la salud y el bienestar a las puertas de la Capital Mundial del Deporte 2022

■ Este año, el Día del Deporte se ha dirigido a la prevención de la obesidad infantil a través de la práctica deportiva, puesto que la actividad física interviene, junto con la alimentación, en el control del sobrepeso y la

Las personas participantes han practicado diferentes modalidades deportivas

obesidad. Teniendo en cuenta los datos del estudio realizado por Ayuntamiento sobre su impacto en la población infantil, las actuaciones del deporte municipal se dirigen a prevenir el sobrepeso y la obesidad en los menores, para lo que es fundamental el ejercicio físico.

Durante la cita deportiva se han podido practicar distintas disciplinas, desde deportes alternativos para todas las edades hasta baloncesto y tenis en silla de ruedas. Además, los asistentes han tenido la oportunidad de valorar sus condiciones físicas: análisis de pisada, fuerza del tren inferior y muscular, flexibilidad, equili-



brio, agilidad y mediciones de parámetros como peso, composición corporal o porcentaje de grasa, entre otros.

Además, la convocatoria de 2021 ha querido dar mayor visibilidad a los servicios deportivos municipales, reivindicando su papel central en la promoción de la salud y el bienestar de los madrileños de forma previa a la Capitalidad Mundial del Deporte en 2022.

El Día del Deporte 2021 se celebra en el marco de la

Semana Europea del Deporte, que tiene lugar la última semana de septiembre. Ambas conmemoraciones comparten objetivos comunes: incentivar a los ciudadanos en la práctica de la actividad física, difundiendo sus valores y apoyando la implementación del deporte y la actividad física con elementos claves para preservar la salud, favorecer la inclusión social y la igualdad de oportunidades y evitar el abandono escolar temprano.

Running

El Medio Maratón de Madrid vuelve el 14 de noviembre con 18.000 participantes

Las calles de la capital se llenarán de corredores para conmemorar esta edición número veinte

■ Tras el aplazamiento en 2020 por la pandemia mundial, el Movistar Medio Maratón de Madrid cumple 20 años y regresa a las calles de la capi-

dorsales. Actualmente hay ya 12.000 corredores inscritos y se aumentado el cupo hasta los 18.000.

Paralelamente a la prueba de 21.097 metros, se disputará la carrera solidaria ProFuturo con un recorrido de 5 kilómetros, una distancia ideal para iniciarse en la carrera o para ponerse a prueba en una distancia más asequible que el medio maratón. La cita tiene el objetivo de dar visibilidad y recaudar fondos para este proyecto social impulsado por Fundación Telefónica y Fundación La Caixa, cuya misión es reducir la brecha educativa en el mundo proporcionando una educación digital de calidad a niños de entornos vulnerables.

Paralelamente, se disputará la carrera solidaria ProFuturo

tal el próximo 14 de noviembre con la posibilidad de participación de 18.000 corredores, unas cifras similares a las anteriores al covid-19.

Ante la mejoría de la situación sanitaria y a poco menos de 50 días para la competición, se amplían las inscripciones ante la gran demanda de



Después de
ESPINETE NO EXISTE
ALDAN COMPANY
presenta

EDUARDO ALDÁN
EL JEFE



con
ISRAEL CRIADO

Si no te ríes...
estás despedido

CUARTA TEMPORADA
HASTA EL 31 DE OCTUBRE

GRAN VÍA, 41 | VIERNES: 20:30 H SÁBADOS: 18:00 Y 20:00 H DOMINGOS: 18:00 H | LOCALIDADES DESDE 14 €

Ocio y tiempo libre

Recomendamos vivir...

Alboroto Experience

Revolución culinaria

A unos pocos metros de la Gran Vía, en la calle de la Princesa 3, se erige uno de los locales que agitan la capital. Su carta variada y explosiva busca tentar a todos los paladares o bien con una gran variedad de platos o con una única selección de cócteles.

Desde cocina italiana a americana hasta deliciosas propuestas verdes según la temporada, Alboroto consigue diferenciarse como un local alternativo madrileño.



Esta oferta gastronómica explosiva se acompaña de música de autor, un ambiente agradable y unos cócteles inigualables. En forma de bañera, bolsa de extracción de sangre o carrito de la compra, los cócteles de Alboroto prometen encandilar a cualquier visitante.



Propuestas en Madrid

■ Teatro

¿Solo lo veo yo?

El Monaguillo

Hasta el 24 de octubre

Teatro La Latina

Horarios: S-D a las 12:30 h

Precio: a partir de 16 €



■ Perdidos

Hasta el 31 de octubre

Teatro Luchana

Horarios: consultar según función.

Precio: a partir de 18 €



■ Música



Hombres G

22 de octubre

Wizink Center

Horario: 21:00 horas

Precio: desde 30 €

Género: rock & roll

Entradas: wizinkcenter.es



Squid

29 de octubre

Independance Club

Horario: 20:00 horas

Precio: desde 17 €

Género: post-punk

Entradas: songkick.com

■ Exposiciones

Homo Ludens

Hasta el 31 de octubre

CaixaForum Madrid

Horarios: L-D de 10 a 20 h.

Entrada: 6 €. Gratis clientes

Caixabank y menores de 16.



La máquina Magritte

Hasta el 30 de enero de 2022

Museo Nacional Reina Sofía

Horarios: M-D 10:00 a 19:00

h. S de 10:00 a 21:00 h. L

cerrado.

Entrada general: 13 €.



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

¿Secuelas por el covid-19?

Somos especialistas en tratamiento de:

Ansiedad

Depresión

Baja autoestima

Problemas de pareja

Tarifas reducidas para estudiantes mayores de 18 años (Proyecto 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.....



Estreno el 1 de octubre de 2021

Vuelven los mejores monstruos

Drac y los demás monstruos en... ¡un monstruo! En sus nuevas formas desiguales, Drac y Johnny deberán unirse para poder encontrar una cura antes de que sea demasiado tarde y se queden en esos cuerpos para siempre. Con la ayuda de la vampiresa Mavis y el "inigualable grupo de Drac", podrán en marcha todos los medios posibles para revertir la transformación antes de que sea permanente.



Lanzamiento el 29 de octubre de 2021

Más de 100 minijuegos para jugar con amigos

La clásica saga de juegos de Mario Bros en forma de tablero y multijugador de Nintendo regresa a Switch. Esta nueva entrega contará con 5 tableros distintos que se corresponden a los más atractivos de los plasmados en las entregas de la franquicia para la consola Nintendo 64. No obstante, en esta entrega contará con una de las grandes innovaciones: la posibilidad de competir y divertirse con cualquier usuario de Nintendo Switch. Con más de 100 minijuegos, los jugadores podrán disfrutar de distintas formas de competición: equipos de 2 contra 2, todos-contra-todos... Mario

Party Supers-
tars contará con personajes que podrán ser controlados tanto con



un mando Joy-Con como con el Pro Controller o con la Switch Lite, así cualquiera podrá disfrutar al máximo de la experiencia.

Oh, mami!

TEATRO AMAYA

UNA COMEDIA
CON... FINAL FELIZ

Pº General Martínez Campos 9
Tf. 915 934 005



¡Hasta el
7 de Noviembre!



JULI FABREGAS - MIQUEL GARCIA BORDA - MARIAM HERNANDEZ
OCTAVI PUJADES - BETSY TURNER - JOANA VILAPUIG
Una comedia de Nico&Sunset escrita por Oriol Vila

www.teatroamaya.com

**INICIO
INMEDIATO**



VIGILANTE DE SEGURIDAD

TITULACIÓN OFICIAL

SEAD0112

VIGILANCIA, SEGURIDAD PRIVADA Y PROTECCIÓN DE PERSONAS

Obtén la habilitación de vigilante de seguridad
y de escolta privado



CONTINÚA FORMÁNDOTE Especialízate con nuestras ofertas para Vigilantes de Seguridad:

OPCIÓN A: 180 €



OPCIÓN B: 180 €



OPCIÓN C: 120 €



Prevención de incendios • Primeros auxilios • Defensa personal **PRÁCTICAS GRATUITAS**

ceif

Centro de Empresas
para la Innovación
y la Formación