

¿Sabías que...?

COLEGIO
Amanecer

es *completamente*
diferente

**JORNADAS DE
PUERTAS ABIERTAS**

INSCRÍBETE colegioamanecer.es



**¡Ven a
visitarnos!**



vivir Ediciones *Alcorcón*

Madrid Alcorcón Arroyomolinos Fuenlabrada Getafe Leganés Móstoles Sevilla Cádiz Málaga Tomelloso Periódico independiente gratuito - Nº 85 - febrero 2023 - Año VII

Comienzan los trabajos de renovación en el Polideportivo Los Cantos de Alcorcón

Candelaria Testa, portavoz del Gobierno Municipal, ha afirmado que se trata de unas obras “muy necesarias, gracias a las que se podrán ofrecer unas instalaciones en óptimas condiciones”

■ La Concejalía de Deportes acondicionará los vestuarios y aseos del Polideportivo Los Cantos, el plazo de ejecución es de tres meses. Candelaria Testa, portavoz del Gobierno municipal, ha informado que la inversión tiene un importe de 201.224 euros.

La portavoz del Gobierno ha explicado que la actuación será “integral”; por lo que se incluyen diferentes medidas, entre las que destacan la sustitución de sanitarios, entre otras.

➔ **Página 5**



Además...

Comunidad

**Nuevo Centro
Oncológico en el
12 de Octubre**

➔ **Página 9**

Deportes

**La ADA logra
un empate para
seguir líder**

➔ **Página 20**

Mundo animal

**Mochi, la gatita
que ama los
desayunos**

➔ **Página 19**

¿Tienes ya tu regalo de San Valentín?
¡No te pierdas nuestros cupones!



A yellow banner with a white horizontal line. The text "Alcorcón," is in large red letters, and "una inversión de futuro" is in black letters below it. In the top right corner is the Alcorcón coat of arms and the word "ALCORCÓN". Below the text is a silhouette of the Alcorcón skyline, including a building with "BURO VALENCIA" on it, a fountain, and a large building with a clock tower. In the bottom left corner, it says "PRESUPUESTOS 2016" and in the bottom right corner, it says "www.ayto-alcorcon.es".

El Ayuntamiento de Arroyomolinos comienza con los trabajos en el arroyo de la Arroyada

El presupuesto es de 435.688 euros para unas obras con su finalización prevista para el segundo trimestre de 2023

■ Se han iniciado las obras de protección de los taludes en el arroyo de la Arroyada, en Arroyomolinos. Las actuaciones se realizarán en las calles Álamo y Alameda, con el objetivo de evitar desprendimientos de tierra, los cuales llevan tiempo produciéndose en la zona.

Las actuaciones se diferenciarán en dos fases, la primera consistirá en la limpieza del cauce y protección de la escollera y la segunda, la estabilización de las partes superiores del talud.

vivirediciones.es



Además...

Actualidad

La página web del Ayuntamiento estrena diseño

vivirediciones.es

Actualidad

¿Dónde puedo solicitar el certificado digital?

vivirediciones.es

Actualidad

Recogida de firmas por el IES Torcuato Fernández Miranda

vivirediciones.es

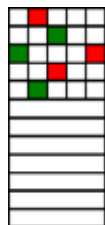
OPORTUNIDAD POR LIQUIDACIÓN VENTA DE PLAZAS DE APARCAMIENTO EN EL CENTRO DE ALCORCÓN A PARTIR DE 1.000 €

- PLAZAS DE GARAJE EN APARCAMIENTOS MUNICIPALES.
- EN DIFERENTES PLANTAS Y DISTINTOS 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



Alcorcón, afectado por las obras de la línea C5 de Renfe

Se estima que finalizarán el 26 de febrero; pero se realizarán en horario nocturno para no inferir en el horario de los trenes



■ Adif ha anunciado obras en dos tramos de la línea C-5. En estas actuaciones se pretende mejorar los servicios del Cercanías. La línea afectada tiene tres estaciones en Alcorcón: San José de Valderas, Alcorcón Central y Las Retamas.

Uno de los tramos que quiere mejorar Adif comprende San José de Valderas y la última para de la línea, Móstoles-El Soto. Por ello, la obra afectará a los 6 kilómetros de la C-5; las tres paradas de Alcorcón, Móstoles Central y Móstoles-El Soto.

Las obras consistirán en la

sustitución de las traviesas de la vía y tareas de nivelación. El objetivo es conseguir una mejora en la optimización del servicio de Cercanías Renfe.

El objetivo de los trabajos es optimizar el servicio

Los trabajos comenzaron el pasado miércoles y se realizarán en horario nocturno, desde las 0:30 hasta las 4:30 de la madrugada. Se estima que se finalicen el día 26 de febrero.

La Incubadora de Emprendimiento del IMEPE ya está abierta al público

Con la Incubadora de Emprendimiento, el IMEPE un espacio de coworking gratuito en el Centro de Empresas



Raquel Rodríguez, presidenta del IMEPE

■ La Incubadora de Emprendimiento, el nuevo espacio del Instituto para la Promoción Económica y el Empleo en Alcorcón (IMEPE), ya se encuentra abierto al público. Está ubicada en el Centro de Empresas en el polígono Urtinsa (c/ Químicas, 2). El espacio está dotado de mobiliario, conexión a internet, sala de reuniones. Además, contiene una cómoda estancia acondicionada con todo lo necesario para comer o desayunar.

Raquel Rodríguez, concejala de Desarrollo Económico, Formación, Empleo y Proyectos Europeos y Feminismo y presidenta del IMEPE, ha afirmado que la Incubadora de Emprendimiento está dirigida a "ofrecer una infraestructura básica a emprendedoras y emprendedores en fase de puesta en marcha de su negocio". Con este espacio, afirma, "se trata así de favorecer un entorno de trabajo

donde la colaboración y el intercambio de experiencias pueda contribuir al éxito de cada uno de estos proyectos".

Para acceder a las instalaciones, hay que rellenar una solicitud bastante sencilla y presentar la documentación requerida en las normas de fun-

Los puestos se asignan diariamente según la disponibilidad

cionamiento, las cuáles figuran en la web del IMEPE. El servicio abrirá en horario de 9:00 a 14:00 horas de lunes a viernes, exceptuando los festivos. El uso debe estar relacionado con la actividad emprendedora del usuario que lo solicite.

Candelaria Testa presenta su proyecto "100×100 Alcorcón"

Testa avanzó que su proyecto se basará en dos conceptos claves: currículum y proyecto



La candidata a la Alcaldía de Alcorcón por el PSOE, Candelaria Testa

■ Durante su presentación como candidata a la Alcaldía de Alcorcón para las próximas elecciones de mayo de 2023, Candelaria Testa apareció acompañada de algunos personajes emblemáticos del partido socialista, como Juan Lobato, Secretario General del PSOE Madrid, o la Vicepresidenta General del PSOE, María Jesús Montero.

Candelaria Testa aprovechaba para señalar cuáles eran sus motivos para presentarse a la Alcaldía de Alcorcón: «soy una de las vuestras, una

mujer socialista y feminista, conozco Alcorcón porque aquí he vivido toda la vida».

Testa ha realizado un avance de las líneas de su nuevo proyecto para Alcorcón. La candidatura, según afirma, contiene dos conceptos claves: currículum y proyecto. El primero se basa en «esa huella socialista de un Alcorcón que es hoy lo que es gracias a las políticas socialistas», entre estas destacó la vivienda pública, escuelas infantiles, iniciativas de cultura, entre otras.

Además, el proyecto estará basado en el Alcorcón del Bienestar. Pues, según afirma, «si hemos aprendido algo de la pandemia es que queremos estar bien, que nuestros familiares tengan salud, con parques y jardines remodelados, con una movilidad sostenible, un aire más limpio, con una economía más justa y verde y, por supuesto, con políticas

"Candelaria respira, siente y vive Alcorcón 100×100"

sociales y de empleo, con cultura y deporte». De esta forma anunciaba el nombre de su proyecto: «vamos 100×100 por Alcorcón para ganar las próximas elecciones municipales».

La actual alcaldesa de Alcorcón, Natalia de Andrés, mostró su apoyo a Testa. «Estoy convencida de que Cande va a ser la próxima alcaldesa de Alcorcón», afirmaba.

El comercio se impulsará con "Alcorcón enamora"

Podrán participar gratis todos los establecimientos comerciales que ofrezcan un 'detalle de San Valentín'



■ San Valentín está a la vuelta de la esquina; por ello, el Ayuntamiento de Alcorcón ha anunciado la campaña 'Alcorcón enamora', impulsada por el IMEPE en colaboración con asociaciones locales.

Además, se sorteará una cena a través de Instagram

En esta campaña participarán de forma gratuita aquellos establecimientos locales que ofrezcan "una oferta a modo de 'detalle de San Valentín' valorada como mínimo en 10 euros

o valor superior" para aquellos que quieran comprar allí.

Desde el IMEPE han señalado que los comercios que quieran participar deben enviar un correo a imepe.sanvalentin@gmail.com. Se debe aportar el nombre del establecimiento, dirección e información sobre el 'detalle' junto a una fotografía del mismo.

Los alcorconeros que compren en alguno de estos comercios adheridos a 'Alcorcón enamora' y suban una foto a su historia de Instagram etiquetando a @imepealcorcon participarán en un sorteo de una cena gratuita, donde habrá tres ganadores.

Ganar Alcorcón presenta su lista para revalidar Gobierno municipal



Jesús Santos junto a Raquel Rodríguez y David López

■ El grupo municipal Ganar Alcorcón ha presentado su lista para revalidar el Gobierno municipal. Lo ha hecho apostando por la experiencia acumulada de gestión y la renovación de perfiles. Destacan los siguientes.

Entre los nombres ya conocidos encontramos a Raquel Rodríguez, concejala de Desarrollo Económico, Empleo, Proyectos Europeos y Feminismo y presidenta del IMEPE, que será la número 2 de Jesús Santos. La concejala destaca por su buena relación con los sindicatos y su reconocimiento

entre los colectivos municipales.

David López también está en la lista, quién actualmente es concejal de Juventud en el Ayuntamiento de Alcorcón. Lo más destacable de este concejal ha sido su lucha por la ampliación del derecho a la salud de los jóvenes.

Carlos Carretero, concejal de Sostenibilidad, Movilidad y Energías Renovables, también formará parte de Ganar Alcorcón. Él ha sido quien ha impulsado el incremento de energía solar fotovoltaica en Alcorcón, así como la promoción de la movilidad sosteni-

nible. Rosa Zarapuz, concejala de Vivienda y Cooperación Internacional, ha impulsado dos oficinas para el asesoramiento vecinal en materia de vivienda.

En el grupo municipal habrá dos nuevas incorporaciones. La primera es Miriam Benítez, graduada en Economía y Relaciones Internacionales, que destaca por su compromiso con el activismo. María José González será la segunda incorporación, cuyo activismo social en protectoras y asocia-

La lista continúa abierta para incorporar fichajes u organizaciones

ciones en favor de la protección y los derechos de los animales son fundamentales para la formación; pues, afirman, que será necesario para el desarrollo de políticas públicas durante los próximos años.

Comienza la renovación en el Polideportivo Los Cantos

“Son obras muy necesarias, con las que se ofrecerán instalaciones en óptimas condiciones”, afirma Testa



■ La Concejalía de Deportes acondicionará los vestuarios y aseos del Polideportivo Los Cantos, el plazo de ejecución es de tres meses. Candelaria Testa, portavoz del Gobierno municipal, ha informado que la inversión tiene un importe de 201.224 euros.

La portavoz del Gobierno ha explicado que la actuación será “integral”; por lo que se incluyen diferentes medidas, entre las que destacan la sustitución de sanitarios, grifería, fontanería, alicatado, pavi-

mentos, puertas o pinturas. El objetivo es adecuar las instalaciones a las nuevas normativas en materia de conducciones de agua y electricidad, así como la adaptación de baños para personas con movilidad reducida.

Esta obra, junto a la sustitución de los pavimentos en cuatro pabellones deportivos, la reparación de la pista de atletismo de Santo Domingo y la reparación de la piscina cubierta del mismo, completa las actuaciones que forman parte del Plan Reactiva Alcorcón.

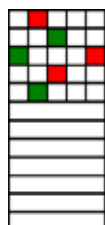
GRAN OPORTUNIDAD EN LOCALES EN EL ENSANCHE SUR DE ALCORCÓN POR LIQUIDACIÓN

- A LA VENTA 34 LOCALES EN EL ENSANCHE SUR DE ALCORCÓN. **HASTA UN 40% SOBRE EL 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



Recuenco y Terol planean trabajar juntos si ganan las elecciones

Miguel Ángel Recuenco, candidato a la alcaldía por el PP: “No puede ser que dos municipios colindantes ni se entiendan ni se hablen”



Miguel Ángel Recuenco y Antonio González Terol

■ Los candidatos a la Alcaldía de Leganés y Alcorcón por el PP, Miguel Ángel Recuenco y Antonio González Terol, se han reunido y han anunciado su intención de trabajar conjuntamente si se hacen con el gobierno de ambos municipios.

Estos se han reunido en la zona colindante entre ambas ciudades, porque, según ha explicado el candidato a la Alcaldía de Leganés, estas zonas “están totalmente abandonadas”. A lo que

ha añadido que “no puede ser que dos municipios colindantes ni se entiendan ni se hablen”. Ha señalado que “cuando gobierne el Partido Popular, el compromiso como alcalde de Leganés, va a ser tener muy buena relación con el alcalde de Alcorcón”.

Por su parte, Terol ha destacado que “Recuenco y yo nos conocemos desde hace muchos años y probablemente eso facilite que, cuando el 28 de mayo los vecinos de Leganés le elijan alcalde,

podamos trabajar conjuntamente para que las zonas limítrofes entre Alcorcón y Leganés puedan estar mantenidas adecuadamente”.

A su vez, Terol añadía: “le he propuesto a Recuenco que ambos vayamos a la Comunidad de Madrid para pedir ayudas y apoyo para poder rehabilitar no

“Los vecinos no entenderían que no trabajáramos juntos”

solo el polígono industrial, si no también la zona colindante a las viviendas”.

“Aquí no hay una diferencia física y los vecinos no entenderían que los dos ayuntamientos no trabajen conjuntamente”, concluía el candidato a la Alcaldía de Alcorcón.

Se pone en marcha la Escuela para Cuidadores de Pacientes con Demencia



■ El Hospital Fundación Alcorcón ha puesto en marcha la Escuela de Cuidadores de Pacientes con Demencia, denominada ‘Cuidando en la demencia’. El objetivo es informar y formar a cuidadores de pacientes con cualquier tipo de demencia.

Con este nuevo recurso educativo informarán y formarán a los cuidadores de estos pacientes; conocerán las características de las etapas de la enfermedad y aprenderán a manejar las dificultades cotidianas a las que se enfrentan las personas con demencia.

El taller es gratuito y se im-

parte los últimos jueves de cada mes de 16:00 a 17:15 horas.. El aforo es limitado, así que se debe realizar una inscripción previa. Para ello, se puede hacer a través de dos formas: enviando

El taller trata de facilitar fuentes de información fiables

un correo a enfermerasgeriatria.hufa@salud.madrid.org; o llamando al 626 55 46 13 de lunes a viernes de 13 a 15 horas.



INFÓRMATE
www.vivirediciones.es
info@vivirediciones.es
91 005 39 85

vivir en Digital

IMPULSA TU NEGOCIO

ESTRATEGIA
PUBLICIDAD DIGITAL
DESARROLLO WEB Y APP
POSICIONAMIENTO
DISEÑO E IMAGEN

Ciudadanos Alcorcón logra aprobar sus medidas para la mejora del medio ambiente



La portavoz de Ciudadanos en el Ayuntamiento de Alcorcón, Diana Fuertes

■ Diana Fuertes, portavoz de Ciudadanos Alcorcón, ha mostrado su satisfacción ante la aprobación por unanimidad de su propuesta, con la que se aumentarán los puntos de reciclaje para el aceite usado, la instalación de papeleras con ceniceros y postes con bolsas para la recogida de excrementos caninos.

El objetivo es mejorar y concienciar sobre el medioambiente en Alcorcón. La edil afirmaba que “el cuidado del medioambiente es responsabilidad de todos; pero las instituciones deben dotar de

los medios necesarios para facilitar esta labor a los ciudadanos”. Fuertes señalaba que “son acciones que se realizan a diario”; pero que provocan “un gran daño, tanto a nuestro entorno como a nuestro medioambiente”.

Además, la edil ha celebrado que el Gobierno de Alcorcón haya entendido que en este tema “debe también asumir su responsabilidad ayudando a los vecinos y proporcionando los medios adecuados para evitar este tipo de acciones”.

‘Plan de Vivienda’, la solución de Más Madrid Alcorcón para unos precios más accesibles

Los precios de las viviendas se disparan en la Comunidad de Madrid; pero desde el grupo municipal Más Madrid Alcorcón lucharán para conseguir que los alquileres sean más accesibles



Trinidad Castillo, candidata a la alcaldía de Más Madrid Alcorcón

■ El incremento del precio de la vivienda no es un secreto, menos aún si hablamos de la Comunidad de Madrid, una región con los precios más altos de España. Alcorcón, evidentemente, también se ha visto afectada.

Más Madrid Alcorcón informa que el municipio ahora es “un lugar inalcanzable para muchos vecinos”. Por ello, han

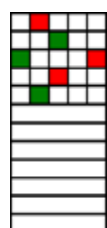
presentado un ‘Plan de Vivienda’, cuyo objetivo es conseguir unos precios más accesibles y prometen que utilizará todos los recursos necesarios con el fin de poder convertir “este derecho en una realidad”.

Para conseguir sostenibilidad en los alquileres de Alcorcón se contará con el apoyo de Mónica García, candidata de

Más Madrid en la Comunidad de Madrid. Desde la formación afirman que el alquiler, para que sea viable, “no debe de pasar del 35% de los ingresos” de sus habitantes; esto es menos de 550€ al mes.

“El objetivo prioritario es dar soluciones habitacionales”

Mónica García explicaba que “es un objetivo prioritario dar soluciones habitacionales a una nueva generación ‘ni-ni’; que ni puede comprar; ni puede alquilar; ni puede formar una familia; ni puede emanciparse”.



PRÓXIMA SUBASTA DE PLAZAS DE APARCAMIENTO DE EMGIASA EN ALCORCÓN

- PARCELA 143 (C/VÍCTIMAS DEL TERRORISMO, 11).
- PARCELA 161 (C/OCEANÍA, 10).
- 1 PLAZA EN FUENTE CISNEROS, LA HUERTA, JOAQUÍN COSTA y PARQUE MAYOR y 3 PLAZAS EN JUAN RAMÓN JIMÉNEZ.
- A TRAVÉS DEL PORTAL DE SUBASTAS DEL B.O.E.

**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

La CAM instalará un nuevo sistema para tramitar las bajas

Gracias a este nuevo método, las bajas se podrán realizar en los hospitales y no solo desde los centros de salud

■ La Comunidad de Madrid ha comenzado a desarrollar un sistema que permitirá tramitar bajas médicas a los facultativos desde los hospitales. Para conseguirlo, la Consejería de Sanidad ha constituido un grupo de trabajo multidisciplinar donde se realizará la redacción de estos partes en los centros que realicen las pruebas que incapaciten al paciente en su actividad laboral.

Enrique Ruíz Escudero, consejero de Sanidad, ha informado que el proyecto piloto se incor-

porará en marzo en hospitales como Puerta de Hierro Majadahonda o el Ramón y Cajal.

Asimismo, el Servicio Madrileño de Salud formará a los trabajadores de atención hospitalaria en cuanto al manejo del programa como para la gestión de la propia causa incapacitante. Desde el Gobierno regional consideran que se trata de un proceso necesario, pues este tipo de competencias solo estaban en el ámbito de Medicina del Trabajo y Medicina Familiar y Comunitaria.



Enrique Ruíz Escudero, consejero de Sanidad de la Comunidad de Madrid

A partir de febrero, el abono transporte será un 20% más barato

Estos nuevos descuentos también se aplicarán a la tarjeta multiviajes



■ El 1 de febrero entraba en vigor la medida de la Comunidad de Madrid de financiar un 20% los títulos de transporte público. Además, desde enero de 2023, el abono para la tercera edad es completamente gratuito.

Las nuevas tarifas para el abono transporte mensual son: zona A, 21'80€; B1, 25'40€; B2, 28'80€; B3, 32'80€; C1, 32'80€; C2, 32'80€; E1, 44'20€; E2, 52'70€; abono joven 8€; y abono para la tercera edad gratuito.

A su vez, esta nueva rebaja afecta también a la tarjeta multiviajes, conocida como la Multi.

La tarjeta Multi tiene una duración de diez años. Esta puede contener hasta tres tipos de títulos no personales del sistema tarifario del servicio de transporte público, como los billetes sencillos y de diez viajes de Metro, Metro Ligero, autobuses urbanos e interurbanos y turísticos.

Además, la Comunidad ha anunciado que tiene la intención de reunirse con el Consejo de Administración del Consorcio Regional de Transportes de Madrid (CRTM), para aprobar la disminución del 50% también en estos títulos.

Con el descuento actual del 20%, los precios para los viajeros que utilizan el Metro en la zona A, EMT, Metros Ligeros, verán reducido su precio de 8'10 a 6'10 euros. Mientras que los usuarios que realicen transpor-

Madrid quiere aplicar un 50% de descuento a la Multi

do en la EMT o cuenten con un billete combinado del suburbano abonarán 9'10, en vez de la tarifa anterior de 12'80 euros.

Por otro lado, desde la CAM señalan que con la implementación de la gratuidad del abono transporte para mayores de 65 años se han incrementado sus adquisiciones durante el primer mes del año un 75%.

Ya se conocen los primeros beneficiarios del Bono Alquiler Joven de la Comunidad de Madrid

En el BOCM del pasado 24 de enero, se publicaron los primeros tres listados de beneficiarios de las ayudas del Bono Alquiler Joven



■ La Comunidad de Madrid ya ha publicado el primer listado de beneficiarios del Bono Alquiler Joven. Esta medida, puesta en marcha a nivel nacional pero gestionada de forma independiente por cada comunidad, ha tenido un alto volumen de solicitudes. Con ella, se pretende facilitar el acceso a la vivienda y la emancipación de los jóvenes con rentas bajas. Además, el hecho de que la ayuda sea retroactiva desde 2022, permite a los beneficiarios obtener la parte correspondiente de ayuda desde enero del año pasado.

A estas ayudas han podido acceder jóvenes entre 18 y 35 años, con una fuente regular de ingresos. Además, deben acreditar un contrato de alquiler de una vivienda de hasta 600 euros o 300 si el alquiler es de una habitación. Estas cifras crecen en algunos municipios de la comunidad, pudiendo alcanzar hasta los 900 por vivienda en alquiler y los 450 por habitación.

La ayuda máxima puede llegar a los 250 euros mensuales, y el beneficiario podrá acceder a ella durante un periodo máximo de 24 mensualidades. Se exclu-

yen del Bono Alquiler Joven las rentas que incluyan el importe de garajes o trasteros, anexos a la vivienda, los gastos comunitarios, los gastos de servicio y suministro, las tasas y los impuestos.

La ayuda máxima puede llegar a los 250 euros mensuales

En el primer pago, se incluirán las mensualidades justificadas con los recibos aportados en el pasado ejercicio 2022. De cara a los siguientes pagos, se ha establecido un calendario de presentación de pagos con carácter semestral. Para consultar si te encuentras en estas tres primeras listas de beneficiarios, debes acceder a la página destinada al Bono Alquiler Joven en la página web de la Comunidad de Madrid.

Los clubes de lectura virtuales de la Comunidad de Madrid ya tienen su propia APP

Los miembros de estos clubes podrán tener un acceso más rápido y sencillo desde su móvil



■ La Comunidad de Madrid ha lanzado su aplicación gratuita para móviles y tablets, tanto para iOS como para Android.

La novedosa aplicación permite seleccionar las salas y las obras que se hayan tomado en préstamo a través de la Es-

La aplicación cuenta con cinco salas virtuales

tantería de su menú. También, se ha optimizado el proceso de descarga de los libros y se han incluido datos adicionales sobre

los títulos, como el peso de los ficheros o la fecha de caducidad de los préstamos.

Estos puntos de encuentro virtuales están dedicados a diferentes temas y géneros literarios. Los encuentros son moderados por profesores y escritores de reconocido prestigio. Además, estos aportan interesantes lecturas, encuentros virtuales, foros de debate y reuniones en el chat.

Por el momento, se encuentran operativas cinco salas virtuales, cuatro para adultos, Brújula literaria, Sui generis, Los sabedores y La buena vida, y una para jóvenes, llamada Comando lector.

La obra de Goya sobre la Virgen del Pilar, declarada Bien de Interés Cultural

Desde el Ejecutivo Regional han reconocido el valor histórico y artístico que atesora esta representación



■ La pintura de El Apóstol Santiago y sus discípulos adorando a la Virgen del Pilar de Francisco de Goya se ha declarado Bien de Interés Cultural. El Gobierno regional ha reconocido el valor histórico y artístico que supone esta obra para el patrimonio cultural, por lo que la ha dotado del mayor grado de protección.

El lienzo declarado BIC procede de la colección Rosillo. Se trata de un óleo sobre lienzo cuya dimensión es de 107 x

80 centímetros y se encuentra datado entre 1772 y 1782. En el cuadro se observa una devoción del pintor hacia la Virgen del Pilar.

Esta obra destaca sobre el resto de obras de la década de 1770 por su fuerza expresiva, superación del tamaño reducido de sus primeras obras devocionales, contención y sincretismo compositivo; así como por el uso de colores vivos y los contrastes lumínicos.

El 12 de Octubre estrena un Centro de Oncología Experimental

El Centro cuenta con seis laboratorios para desarrollar nuevas líneas de investigación



Enrique Ruiz Escudero en la presentación del Centro de Oncología Experimental

■ La Comunidad de Madrid ha puesto en marcha en el Instituto de Investigación de Hospital público Universitario 12 de Octubre i+12 un nuevo Centro de Oncología Experimental. Este cuenta con seis laboratorios dedicados en exclusiva a desarrollar nuevas líneas de investigación en cáncer.

A este nuevo centro se ha destinado una inversión de casi 2,5 millones de euros. En los seis laboratorios de esta estructura trabajan nueve grupos

de análisis independientes que acogen a casi 100 expertos.

Asimismo, tres de estos nuevos laboratorios destacan por su trabajo. Uno de ellos estará dedicado al estudio en tumores gastrointestinales y neuroendocrinos, centrados en la caracterización molecular e inmune, y el desarrollo de nuevos tratamientos.

Otro de ellos, estará destinado los mecanismos de sensibilidad y resistencia a la inmunoterapia aplicada al cáncer, y

al análisis y abordaje farmacológico de la caquexia tumoral, síndrome caracterizado por la pérdida de masa muscular y una reducción considerable de peso.

Por último, el tercero de los mencionados se dedicará a realizar determinaciones moleculares, como área de referen-

Los laboratorios destacan por su innovador trabajo

cia diagnóstica predictiva en ensayos clínicos independientes promovidos por los investigadores del i+12 y que gestionará las muestras y determinaciones bajo los estándares de calidad exigidos por las agencias reguladoras a laboratorios de diagnóstico clínico de primer nivel.

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



BP
BRICKER PLACE
Inversión inteligente

Juanan Carrera y Aruca Gómez anuncian su candidatura por Cs

Ambos políticos optan a liderar el partido en la Comunidad de Madrid



■ Tanto Juanan Carrera, concejal de Mejorada del Campo, como Aruca Gómez, exconcejal de Tres Cantos, han presentado su candidatura a las primarias de Ciudadanos para la Comunidad de Madrid.

Por su parte Carrera, ha formalizado su candidatura apostando por “un proyecto renovado, sin mochilas a la espalda y libre para defender un discurso valiente”.

Asimismo, el concejal de Mejorada del Campo ha prometido que hablará “sin tabúes de

los problemas de los madrileños; con el objetivo de obtener representación política en la Asamblea de Madrid y ser decisivos a partir de un programa electoral valiente y fiel a nuestros principios y valores”.

Por otro lado, Aruca Gómez, también ha anunciado su intención de ser la rival de Díaz Ayuso por la Presidencia de la Comunidad de Madrid. La ahora candidata comunicó su postulación mediante la publicación de un vídeo en la red social Twitter.

“Sé la importancia del mo-

mento y la importancia que tiene todo el trabajo que tú, como afiliado y como cargo público, has hecho durante todos estos años y eso lo tenemos que defender”, ha destacado Gómez en el vídeo.

A su vez, la exconcejala ha remarcado que “tenemos que recuperar la confianza de todos los madrileños que una vez apostaron por Ciudadanos”.

Los días 15 y 16 de febrero se conocerá al candidato definitivo

Tras el anuncio de estas dos postulaciones, los candidatos a las primarias de Ciudadanos por la Comunidad de Madrid siguen creciendo. Habrá que esperar a los días 15 y 16 de febrero para conocer al candidato definitivo de la formación naranja.

Lobato quiere implantar el servicio de psicología en los colegios públicos

El PSOE de Madrid sigue apostando por la educación



Juan Lobato, candidato a la Presidencia de la CAM por el PSOE

■ El secretario general del PSOE de Madrid y candidato a la Presidencia de la Comunidad, Juan Lobato, ha lanzado la propuesta de que en cada colegio cuente con un servicio de enfermería y psicología.

Esta medida se suma a la propuesta de proporcionar el servicio de comedor escolar gratuito a familias cuyas rentas sean inferiores a 35.000 euros. Ambas medidas tienen el objetivo de mejorar los servicios públicos a los jóvenes. Además,

Lobato planea implantar estas medidas en septiembre, si gana las elecciones.

Asimismo, el candidato a la Presidencia de la Comunidad de Madrid ha insistido en que facilitar la vida a los madrileños pasa por llevar a cabo “propuestas claras y concretas” que benefician a toda la sociedad. En este sentido destacan algunas de esas medidas presentadas por el PSOE madrileño como la aplicación de una tarifa plana en el transporte de la Comunidad.

VOX solicita una nueva línea de ayudas destinada a los autónomos de Madrid



Rocío Monasterio, portavoz de VOX Comunidad de Madrid

■ El Grupo VOX de la Comunidad de Madrid ha registrado una proposición no de ley para plantear una nueva línea de ayudas a los autónomos que trabajan en la Comunidad de Madrid y que cuenten con menores a cargo. En concreto, el partido de Rocío Monasterio propone que la Administración autonómica pueda compensar dos cuotas anuales a los autónomos.

Por su parte, Monasterio ha detallado que mediante este plan se podrían beneficiar todos aquellos autónomos que acumulasen más de tres ejercicios de alta y tuviesen hijos menores a cargo.

Otro de los requisitos es que los ingresos deberán ser siempre inferiores a 42.000 euros anuales. Asimismo, Rocío Monasterio

ha remarcado que esta “es una forma de intentar reactivar el tejido económico”.

“El autónomo es el que paga siempre las políticas erróneas del Gobierno y las consecuencias de

Los ingresos deberán ser inferiores a 42.000 euros

la crisis económica. Salen a trabajar sin saber si van a poder cobrar”, ha remarcado la portavoz de VOX.

Además, según ha planteado la formación, los propios autónomos serían quienes determinarían qué dos cuotas mensuales querían compensar cada año.

Más Madrid pide un permiso laboral para aquellas mujeres con síntomas severos de menopausia

La iniciativa cubre a las empleadas públicas de la Administración Madrileña



Mónica García y Alicia Torija

■ Más Madrid ha registrado en la Asamblea de Madrid una iniciativa para que el Gobierno cree un permiso laboral de hasta tres días para mujeres que padezcan síntomas severos de menopausia.

Este permiso cubrirá a todas las trabajadoras públicas de la Administración madrileña. Pero la formación, va un paso más allá y propone que la Comunidad de Madrid negocie con las empresas privadas para incluir esta iniciativa con financiación por parte de la Consejería competente.

“Queremos que la política se haga cargo de los sufrimientos que muchas veces las mujeres llevamos encima, y para ello es fundamental poner fin al tabú de la menopausia. Esta iniciativa pretende desterrar el sufrimiento cotidiano, silencioso y vergonzoso y sustituirlo por derechos, queremos asegurar una buena vida para las mujeres con menopausia”, ha destacado Mónica García, portavoz de Más Madrid.

Por otro lado, la diputada de Más Madrid, Alicia Torija,

ha remarcado que “la menopausia se trata de un condicionamiento biológico, sí, pero con mucha frecuencia cuando llega no lo hace sola, sino que aparece acompañada de numerosos síntomas que tienen un impacto real en

“La menopausia tiene que dejar de ser tabú”

la vida cotidiana de las mujeres con cuestiones como el insomnio, la osteoporosis o los sofocos. Por eso, con esta iniciativa nos planteamos abordar la menopausia con diversas medidas de una manera integral.”

Además, desde Más Madrid también han propuesto crear una unidad de menopausia, salud de la mujer y sexualidad en los hospitales públicos de la Comunidad de Madrid.

JUANRA
BONET

DAVID
FERNÁNDEZ

AGUSTÍN
JIMÉNEZ

¿TE ATREVES
A INVITARLOS
A CENAR?

LA CENA DE LOS IDIOTAS

Con la colaboración especial de
Esther del Prado
Alberto Chaves
Irene Hernández

UNA COMEDIA DE
FRANCIS
VEBER
DIRECCIÓN
JOSEMA
YUSTE

TEATRO AMAYA



¿Tienes ya tu regalo de San Valentín?



**vivirEdiciones te desea
un feliz San Valentín**

No todo ha de ser material, regala momentos románticos y bonitos detalles

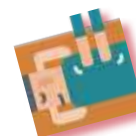
VALE POR:

Una cena donde
quieras



VALE POR:

Un masaje



VALE POR:

Tarde de las películas
que elijas



VALE POR:

Hacerte el
desayuno



VALE POR:

Un paseo
romántico



VALE POR:

Ver un atardecer
juntos con picnic



VALE POR:

Ganar una
discusión



VALE POR:

Cocinar tu postre
favorito



Consejos para cuidar nuestra piel durante invierno

Las temperaturas extremas pueden afectar a nuestro cutis, te contamos cinco pasos para añadir a tu rutina diaria y lucir una piel perfecta



■ En invierno, la piel se encuentra expuesta a una climatología extrema, cambios bruscos de temperatura, viento, nieve y el aire seco de calefacciones que pueden provocar que suframos tirantez, sequedad y nos aparezcan rojeces. Por ello, conviene adaptar nuestra rutina de cuidado a cada época del año, para darle a nuestra piel lo que necesita dependiendo de

cada estación.

El frío hace sufrir a nuestra piel, aumentando su deshidratación y haciendo que esta se cuarte, descame e irrite. Para combatirlo, podemos proporcionar a nuestra dermis una dosis extra de mimos y cuidados, sobre todo en las zonas más sensibles, como las mejillas, los labios, el cuello, el escote y las manos.

Paso 1. Prevenir los cambios de temperatura

Es importante no ducharnos con agua muy caliente para evitar crear un fuerte contraste con la temperatura exterior. Además, las temperaturas altas procedentes de radiadores o de las duchas muy calientes pueden favorecer la vasodilatación y provocarnos esas antiestéticas venitas. Para la higiene diaria, lo más conveniente es utilizar agua tibia.

Todas las estaciones del año afectan a nuestra piel de alguna manera

Paso 2. Evitar productos agresivos

Durante el invierno, conviene evitar productos agresivos que contengan perfumes o alcohol. Por ello, se recomienda cambiarlos por otros más suaves. La vitamina C y el ácido hialurónico son grandes aliados en

esta época del año, el primero para prevenir la hiperpigmentación y el segundo para retener la humedad en nuestra piel.

Paso 3. Mantener la hidratación de nuestra piel

Uno de los problemas más habituales en invierno es la deshidratación de la piel, ya que esta no puede retener la humedad necesaria. Por tanto, es conveniente utilizar cremas hidratantes a diario, varias veces al día. Además, debemos prestar especial atención a nuestras manos, para mantenerlas hidratadas, al igual que a nuestros labios, ya que sufren en invierno, por lo que conviene utilizar vaselina de manera habitual.

Paso 4. Proteger nuestra piel del sol

También en invierno, la protección solar diaria es muy importante si queremos mantener una piel sana. Especialmente, no debemos olvidar la crema de sol en zonas en las que haya nieve, ya que refleja gran cantidad de radiación solar.

Paso 5. Seguir una correcta alimentación

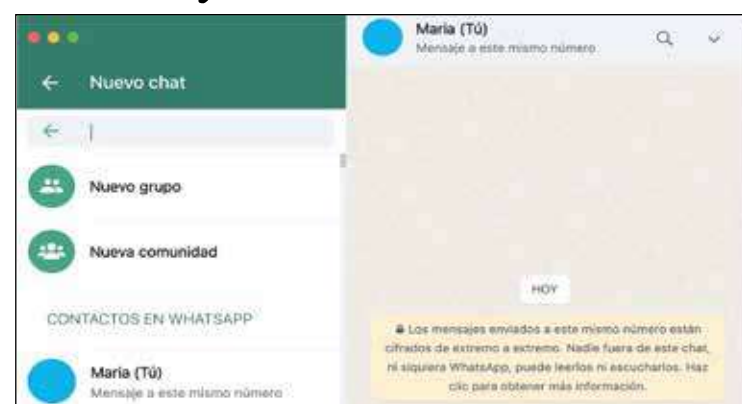
Utilizar productos y cosméticos de skin care es muy beneficioso, pero no debemos olvidar dos claves imprescindibles para

En invierno, nuestro cutis luce más seco y apagado

el correcto cuidado de nuestra piel y el buen funcionamiento de nuestro organismo. De nada sirve utilizar productos de alta calidad si no llevamos una adecuada alimentación. De hecho, en invierno, es recomendable aumentar el consumo de vitamina C y antioxidantes, presentes en frutas como la naranja, mandarina, limón o kiwi, ya que ayudan a prevenir enfermedades respiratorias, además de beber entre 1,5 a 2 litros de agua al día, para mantenernos lo suficientemente hidratados.

Tecnología

La nueva función de WhatsApp para enviarte mensajes a ti mismo



■ La aplicación acaba de lanzar una nueva función para poder enviarte mensajes a ti mismo y, así, mantener un archivo de

ha incorporado de forma oficial Message Yourself.

Para abrir un chat individual es suficiente con pinchar la opción de crear una nueva conversación. Justo debajo de los contactos, tu perfil estará disponible. Sólo tendremos que enviar un primer mensaje para que el chat quede activo. Además, podrás reenviar mensajes de otras conversaciones y guardar vídeos y fotografías. Esta opción se hizo oficial a finales del 2022 y ya está disponible tanto para Android como iOS.

Esta opción ya está disponible tanto para Android como iOS

recordatorios y notas. Esta posibilidad ya existía, pero de forma ajena al funcionamiento de WhatsApp. Ahora, la aplicación

La tecnología de 'Avatar' que está revolucionando el diagnóstico de varias enfermedades raras



■ El sistema de captura de movimiento utilizado para la realización de la película 'Avatar' está revolucionando el rastreo de enfermedades raras. Varias investigaciones al respecto demuestran resultados asombrosos.

A partir de un estudio publicado en la Revista Nature Medicine, un equipo de investigación ha conseguido aprovechar el sistema de captura de movimiento y la inteligencia artificial para detectar enfermedades que afectan al movimiento, como sucede con la ataxia de Friedreich o la distrofia muscular de Duchenn. La Dra.

Ricotti, integrante del equipo, ha indicado que los resultados son impresionantes.

Además, un equipo del Imperial College ha utilizado por primera vez los trajes con sensor de movimiento en pacientes con ataxia de Friedreich. El profesor Aldo Faisal, integrante del equipo, ha afirmado que este sistema, utilizado para la realización de la película, "tiene la capacidad de transformar los ensayos clínicos y mejorar el diagnóstico y el seguimiento de los pacientes".

También, un equipo de investigadores del hospital Great Or-

mond Street ha utilizado esta tecnología en 21 niños con distrofia muscular de Duchenne, logrando evaluar el deterioro de los pacientes con mayor rapidez y precisión.

Por ello, han concluido que este sistema podría utilizarse para reducir el costo de los ensayos clínicos y acelerar la investigación

Las investigaciones muestran el beneficioso uso de la IA en la medicina

del desarrollo de la enfermedad. Actualmente, ni la ataxia de Friedreich, que afecta a una de cada 50.000 personas ni la distrofia muscular de Duchenne, que afecta cada año a 20.000 niños, tienen cura. Con estas nuevas herramientas tecnológicas, se podrán conseguir importantes avances en los próximos años.

Espacio disponible



Espacio disponible



Espacio disponible



Alquila un despacho



Ponte guap@

SILVIA LANZA
PELUQUERÍA UNISEX
 RESERVA TU CITA
 TLF. 91 610 76 54
 C/ SAPPORO, 4 POSTERIOR

Reforma con calidad

EL GUSTO POR EL DETALLE
BEYMA
 Gestión de proyectos
 REFORMAMOS VIVIENDAS, LOCALES Y COMUNIDADES.
 ¿POR QUE ELEGIRNOS?
 GRANDES PROFESIONALES
 PRESUPUESTO SIN COMPROMISO
 CUMPLIMOS EL PLAZO
 25 AÑOS DE EXPERIENCIA
 CALIDAD, RAPIDEZ Y LIMPIEZA
 C/ DE LA ELECTRICIDAD 5
 SAN JOSE DE VALDERAS (MADRID)
 WWW.BEYMAPROYECTO.ES
 BEYMA@BEYMAPROYECTOS.ES
 91 837 03 30

¿Ya has decidido divorciarte?

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

RBR Abogados S.L.

Mercantil Penal Administrativo Fiscal Laboral Financiero

Consúltenos sin compromiso

• 91 745 21 10 •

Música

Tributo
Serrat Flamenc@

■ Voz, guitarra, contrabajo y set de percusión se unen para homenajear la figura de Joan Manuel Serrat. Serrat Flamenc@ es una formación de naturaleza musical flamenca, en la que sus integrantes han bebido de fuentes tan diversas como el Jazz, el Soul, el Pop y la World Music. Esta fusión intercultural ofrece un espectáculo especial y genuino, para rendir tributo al cantautor, compositor, actor, escritor, poeta y músico español.

24 de febrero**Horario:** 20:30h**Lugar:** Centro Cívico Viñagrande**Precio:** 10€

Teatro

Alma



■ Un espectáculo visual para la primera infancia, pensado para niños y niñas a partir de 2 años. Primavera, verano, otoño e invierno. Un viaje que recorre las cuatro estaciones del año, basado en el teatro de objetos y el movimiento. Una propuesta divertida, que habla sobre el paso del tiempo, donde cada estación tendrá alma propia y tomará forma a través de los objetos y materiales que su protagonista se irá encontrando.

26 de febrero**Lugar:** Centro Cívico Viñagrande**Horario:** 12:00h**Precio:** 4,5€

Teatro

“El Amor Enamorado”, de Lope de Vega,
se representará en el Teatro Buero Varejo

Descubren una comedia de Lope de Vega y Alcorcón lo celebra con una de sus obras más importantes

■ Las nuevas tecnologías no dejan de sorprendernos y es que, a principios de mes, conocimos una gran noticia. Se acaba de descubrir una comedia de Lope de Vega en una obra que era, hasta ahora, anónima. Todo ha sido gracias al uso de la inteligencia artificial que, tras emplearse para digitalizar documentos escritos a mano, logró fechar y atribuir la obra a su autor.

Alcorcón podrá disfrutar
de uno de los grandes
autores de la literatura

Titulada La francesa Laura, fue redactada en los últimos años del dramaturgo y se conservaba junto a miles de manuscritos en la Biblioteca Nacional de España. Al analizar la obra, la IA relacionó los usos léxicos de Lope de Vega. Los investigadores revisaron la métrica de los versos, estructuras, recursos y formas de expresión para cotejar lo que confirmaba la IA.



Con este reciente descubrimiento, celebramos la aparición de una nueva y genuina obra de uno de los autores más ilustres de nuestra literatura. Y, en Alcorcón, se podrá rendir homenaje al célebre Lope de Vega con la representación de su obra El Amor Enamorado.

La pieza llega al Teatro Buero Vallejo el próximo 24 de febrero a las 20:30h, de la mano de MIC Producciones. Con versión de Fernando Sansegundo y dirección de Borja Rodríguez, el reparto lo completan

Teté Delgado, Mario Alberto Díez, Raquel Nogueira, Rafa Núñez, Anabel Maurín, Abraham Arenas, Aisa Pérez y Rubén Casteiva.

Divertida y mágica, el
teatro se convierte en
una auténtica fiesta

“El Amor Enamorado habla sobre pueblo entero uniéndose para luchar contra la adversidad que lo devora, una fuerza maligna, descomunal y asesina encar-

nada en la serpiente Pitón; y es el proceso de asimilación de liderazgo en torno a esta lucha. Este aspecto, nos liga fuertemente con la actualidad más reciente. Lope, una vez más, nos vuelve a hablar a nosotros”, relatan desde MIC Producciones. Además, la pieza cuenta con música ocasionalmente en directo; percusión, cuernos, gaitas y concertinas.

El Amor Enamorado brinda a sus espectadores y espectadores la oportunidad de formar parte de una inolvidable celebración.

Más cultura

La gran fiesta de Carnaval llega a Alcorcón
con los personajes de DiverPlay

■ Ya es todo un clásico en Alcorcón celebrar el carnaval junto a los personajes de Diverplay. Los más pequeños de la casa podrán conocer al Osito Pedrito y la Estrellita Agapita en la gran fiesta del carnaval que se vivirá en el Teatro Buero Vallejo el próximo domingo 19 de febrero.

Se trata de un evento pensado especialmente para los niños y niñas del municipio. Desde las 11:00, las puertas del teatro estarán abiertas para recibir a los peques de

la casa con sus disfraces y fantásticos maquillajes. Allí, serán recibidos por varias maquilladoras para que puedan llenar de purpurina sus vestuarios.

El espectáculo comenzará a las 12:00h, donde la música, el baile y las risas serán los protagonistas. Para terminar como se merece, podrán despedirse y hacerse fotos con los personajes invitados en un photocall que se habilitará para que se lleven el mejor de los recuerdos.

Granada, más que esquí en Sierra Nevada

Infinitas rutas rodean este enclave paisajístico para disfrutar de sus impresionantes panorámicas

■ En el sur del territorio tenemos una joya paisajística que en invierno ofrece experiencias espectaculares. Estamos hablando de Sierra Nevada, en Granada, un precioso parque natural compuesto por más de 20 cimas que llegan hasta los 3.000 metros de altitud.

Te presentamos dos opciones para que puedas disfrutar de esta preciosa zona al máximo, tanto si quieres hacer un recorrido más difícil como si prefieres caminar junto a toda la familia.

Vistas de ensueño y un recorrido por el río Genil

La primera alternativa es la considerada la mejor ruta de senderismo de Granada. Se trata de Vereda de la Estrella, cuyo punto de partida

comienza en la pequeña localidad de Güejar Sierra, un pueblo de montaña a 25 km de la capital. Además, la ruta termina en pleno corazón de Sierra Nevada.

Para acceder a ella, hay que dirigirse hacia el pueblo de Güejar Sierra y seguir la carretera que lleva al Barranco San Juan, hasta llegar al aparcamiento del Restaurante Barranco San Juan, cruzando el puente.

Tiene 10 kilómetros lineales de recorrido (solo ida) en ascenso sobre el Río Genil, por lo que necesitarás de 3 a 4 horas (solo ida). Su dificultad es media si se hace completa y fácil si se realiza hasta el mirador Viso de las Nortes.

Disfrutarás de un exquisito sendero repleto de vegetación: castaños, robles, arces y fresnos quedarán alrededor del cauce del río, mientras avanzas por lo que fue un ca-

mino para transportar mineral de cobre y plata de las Minas de la Estrella y la Probadora.

Una opción accesible para toda la familia

Ofrece vistas impresionantes de las cumbres del Parque Nacional de Sierra Nevada. Desde el Mirador Viso de las Nortes, se pueden apreciar los picos más altos: el Alcazaba, el Mulhacén –la montaña más alta de la península Ibérica– y el Veleta. Esta parte del recorrido es fácil y tiene poco desnivel. A partir de aquí, ya se complica un poco más y el tramo nos lleva hasta el puente sobre el río Guarnón. Antes de llegar, pasamos por la Mina de la Probadora y la Mina de la Estrella –que da nombre a este sendero–. La última parte del



recorrido continua hasta llegar al punto en el que se unen los cuatro barrancos.

En esta época del año, como en todas las rutas, se puede formar hielo, por lo que es importante extremar la precaución. Es recomendable consultar el tiempo antes de realizarla. Además, se debe tener en cuenta que puede haber desprendi-

mientos, ya que se trata de una ruta de media montaña.

Por ello, para que puedas disfrutar de estas preciosas vistas con la familia al completo, la zona ofrece una alternativa, más fácil y menos peligrosa. Estamos hablando del Sendero del Tranvía de Sierra Nevada, cuyas vistas son también impresionantes.

La ruta comienza en el Restaurante Maitena. Desde aquí, se pueden cruzar varios puentes colgantes, por lo que los más pequeños disfrutarán al máximo. Necesitarás 3 horas y media para recorrer sus 10 km lineales que transcurren por la vía del antiguo tranvía de Sierra Nevada.

Se trata de una opción de dificultad fácil, con menos desnivel, ideal para realizar con niños. Cuenta con un recorrido con abundante vegetación de ribera, siempre acompañados por el serpenteo del río.



¿Dónde comer?



Restaurante Las Olivillas

Paseo de, P.º Mirasierra, 7, 18160 Güejar Sierra, Granada, España
958484050

¿Qué visitar?



Iglesia parroquial de Nuestra Señora del Rosario

Dirección: Plaza Iglesia, 21, 18160 Güejar Sierra, Granada,
Teléfono: 958 48 44 54

¿Dónde alojarse?



Hotel Juan Francisco

C. Molinos, 9, 18160 Güejar Sierra, Granada,
<https://juan-francisco.hottel.es/>
958484502

Kia Sportage

Tecnología y deportividad



Datos vehículo

Motor	Hibrido enchufable
Potencia	230 CV
Consumo	5,6l/100 km
Peso	1658 Kg
Velocidad máxima	193 Km/h
Maletero	587 L
Distintivo ambiental	

P.V.P : Desde 37.189 euros

■ La marca de coches Kia no deja de sorprender cada año, pues cerró el 2022 siendo la marca líder de venta de vehículos en el mercado privado por tercer año consecutivo; pero, además de todo ello, el vehículo que les mostramos hoy ha sido nombrado como el mejor coche del año por muchos periodistas expertos del motor; pues no solo se trata de un vehículo con estética totalmente contemporánea, sino que además cuenta con la más actual tecnología.

Dotado con 5 puertas, el Kia Sportage tiene una longitud de 4,53 metros, una anchura de 1,87 y una altura de 1,65. Con una capacidad de 52 litros en el depósito,

el vehículo consta de 5 plazas.

Los faros, de iluminación led de serie, crean una impresión de amplitud. A su vez, los limpiaparabrisas se encuentran ocultos en el alerón del techo, dando una sensación de aspecto limpio y dotando al conductor de mayor visibilidad.

La superficie del coche está inspirada en las formas orgánicas de la naturaleza, creando un modelo de presencia dinámica y distinguida. Asimismo, su perfil lateral da una presencia robusta, pero refinada. Es un coche perfecto para los amantes de la carretera.

Pero donde más destaca es en su dotación tecnológica, su interior contiene dos pantallas agru-

padas en un mismo marco donde el conductor se puede mantener siempre informado con un conjunto de funciones avanzadas que conectan con información a tiempo real sobre el tráfico, servicios locales o el tiempo, entre otras.

Destaca su dotación tecnológica: cuenta con dos pantallas

Además, con la App Kia Connect podrás acceder a información y controlar tu Sportage a distancia para planificar la ruta o ajustar la temperatura.

Enfrente del conductor, existe un panel de instrumentos de 31 cm, que muestra toda la información clave de la carretera. Al lado hay una pantalla LCD donde se combinan los sistemas de navegación, menú y entretenimiento.

El coche, además, incorpora una carga inalámbrica de alta velocidad de 15W mientras conduces. Además los asientos traseros podrán cargar sus dispositivos gracias a los puertos de carga rápida que están dispuestos en la parte trasera de los asientos delanteros.



¿Cómo descongelar la luna de tu coche en invierno?



■ Las temperaturas bajo cero pueden provocar que los cristales de nuestro vehículo se congelen, obligándonos a limpiarlos cada mañana. A primera hora del día, no solemos ir sobrados de tiempo, por ello, te proponemos formas sencillas y seguras de limpiar la luna de tu coche.

Una opción es encender la calefacción durante 10-20 minutos, pero no es la más rá-

pida. La forma tradicional es utilizar un rascador de plástico. Además, te puedes ayudar de un líquido descongelante. Sin embargo, el truco estrella es el que la Guardia Civil recomienda y que se ha viralizado en redes sociales. Necesitarás agua y alcohol puro (96%), vertido en un pulverizador. Esta mezcla ayudará a derretir el hielo de manera casi inmediata y te ahorrará tiempo cada mañana.

¿Qué tienes que saber antes de comprar un coche eléctrico?



■ Los coches eléctricos se están convirtiendo en la principal alternativa desde hace tiempo. Por ello, antes de adquirir este tipo de vehículos, hay varios condicionantes que se deben tener en cuenta.

Por un lado, el elemento principal de un vehículo eléctrico es su batería, ligada a su consumo. La capacidad de la batería de un co-

che eléctrico se mide en kilovatios-hora (kWh). Cuanto mayor sea su número, mayor prestación tendrá. Lo habitual es que, actualmente, oscilen entre 35 kWh, para modelos pequeños, y 95 kWh, para vehículos de mayor tamaño.

Un vehículo eléctrico puede llegar hasta los 600 km al día si tiene carga completa. Para trayectos largos, existen aplica-

ciones para consultar los puntos de recarga más cercanos, como electromaps o carwow.

Además, el artículo 17.5 de la Ley de Propiedad Horizontal permite la instalación de un punto de recarga para uso privado en garajes comunitarios. Para ello,

Para 2035, la Comisión Europea propone el fin del coche gasolina y diésel

es necesario recibir la autorización de la comunidad. Si se reside en una vivienda unifamiliar, esto será más sencillo, pues las propias marcas ofrecen promociones para su instalación.

Mochi y su amor por la comida más importante del día



■ En esta nueva entrega de Mundo Animal os presentamos a Mochi, una gatita British Shorthair de 2 años que en mayo celebra su tercer



cumpleaños. Llegó a casa de María, su mamá, cuando tenía solo 9 meses.

María nos cuenta que Mochi es muy madrugadora, pero con un objetivo específico: comer. Prueba de ello es su tripita. Cada día, a las 7 am, Mochi ya está en pie maullando sin parar para que le preparen el desayuno. "Es un despertador", nos dice María. Cuando tiene ya su pancita llena, se vuelve a la cama y se queda dormida otra vez.

Además, parece que Mochi es una gata de costumbres. Tiene hasta un ritual de bienvenida

cuando su familia llega a casa. En cuanto María entra, Mochi hace una voltereta y se queda tumbada boca arriba para que le den muchos mimos.

Esta pequeñaja es muy cariñosa, aunque eso no quita que tenga carácter

Cuando está de mal humor, puede llegar hasta a morder, aunque sin fuerza. Luego, suele tener muchos remordimientos y pide perdón dando lametazos para curar.

Golpear el capó del coche en invierno puede salvar vidas

En invierno, los animales callejeros tienden a buscar cobijos en los interiores de vehículos



■ La bajada de las temperaturas hace que los animales callejeros busquen cobijo en cualquier lugar que encuen-

tren. Uno de ellos, es en el interior de los vehículos aparcados cuyo motor sigue desprendiendo calor.

Por ello, cada año las autoridades recuerdan en redes sociales la necesidad de golpear con suavidad el capó antes de arrancar el coche. Con este gesto, podemos evitar que los gatos u otros animales callejeros que se hayan refugiado en la parte interior de nuestro vehículo sufran daños o incluso la muerte. Después de golpear el capó, lo ideal es tocar el claxon para asegurarnos que ningún animal haya quedado atrapado.

¿Sabías que ...?



British shorthair

Son tranquilos, silenciosos, algo vagos y muy cariñosos

Es el gato de "Alicia en el País de las Maravillas"

Se caracterizan por su cabeza y mejillas redondas

Aman la atención pero también les encanta tener su propio espacio personal

BUZONEO de Calidad MADRID



Buzoneo
Impresión
Parabriseado

Entrega en mano
Stopper
Poming



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



CORTINA & LABRADOR CAPITAL SERVICES

CONSULTORES FINANCIEROS PARA EMPRESAS

**Constitución de sociedades
Ampliación de capital
Liquidación de sociedad**



**Financiación bancaria
Financiación de capital privado
Avaes**

¡ LLÁMENOS !

910 282 806 | 658 911 479

WWW.CORTINALABRADOR.COM

C/ SOR ÁNGELA DE LA CRUZ 24, 5°C 28020 MADRID

Deporte

La A.D Alcorcón se vuelve a casa con un empate frente al Real Madrid Castilla (1-1)



Ante los diversos tropiezos del ADA en los encuentros anteriores y el triunfo del Deportivo el sábado, los alfareros debían regresar victoriosos

■ El Alcorcón tenía en mente salir a ganar en este partido, pues tras varios tropiezos, debían volver a casa con una victoria. Sin embargo, no fue posible, pues se enfrentaron ante un rival grandísimo que propuso un gran juego.

La Asociación Deportiva Alcorcón empezó de forma intensa, algo normal, pues el liderato estaba en juego. La estrategia consistía en una salida rápida y contraataque ante la posesión de los locales. Los alfareros consiguieron generar dos ocasiones peligrosas que no llegaron a materializarse.

Los amarillos iban a por todas y se notó, especialmente, en una ocasión en un uno



Mario de Luis no pudo llegar, consiguiendo el empate en el marcador. En este momento el partido comenzó a ralentizarse, pues ningún equipo quería sustos. No obstante, el Castilla dominó el partido antes del descanso.

La segunda parte comenzó igual que la primera. Los alfareros comenzaron a jugar rápido y a perdonar ocasiones claras tras el disparo de Iago López que se iba por el lateral. El segundo encuentro estaba siendo

Bustos inauguró el marcador desde los once metros

Una segunda parte muy complicada para los alfareros

contra uno que falló Víctor García, quien se plantó ante Mario De Luis, pero no pudo finalizar tras la parada del guardameta. El Real Madrid Castilla subió su intensidad y las líneas defensivas, por lo que el Alcorcón tenía dificultades para sacar la pelota. Chiki se perdía entre los centrales madridistas y Iago López perdió un balón imperdonable en la frontal del área. Arribas le dejó a placer el tiro a Álvaro Martín poniendo el 1-0 en el marcador.

Tras un córner en corto, la estrategia devolvió la cordura a los alfareros. Javi Lara realizaba un pase largo a Pablo García, que le puso donde

Abierto el plazo de inscripción para el Campus de Verano de la A.D Alcorcón

Este año, la inscripción va acompañada de una promoción especial: aquellos que realicen el pago anticipado podrán obtener abonos de la A.D Alcorcón

■ Desde el 26 de junio hasta el 28 de julio se celebrará el Campus de Verano de la A.D Alcorcón, cuya inscripción ya se encuentra abierta. Para este año, el club de fútbol ofrece una promoción especial, pues todas las inscripciones con pago anticipado podrán obtener abonos de la A.D Alcorcón, desde el momento de la inscripción hasta el final de la temporada.

La promoción estará vigente hasta fin de existencias, pero para poder disfrutar de esta oferta hay que tener en cuenta sus condiciones. En primer lugar, el pago anticipado de una semana tendrá un regalo inmediato de un abono infantil 22/23. El pago

anticipado de dos semanas tendrá un regalo inmediato de un abono infantil 22/23 además de un 50% de descuento en un abono adulto de esta misma temporada. Mientras que el pago anticipado de 4 semanas tendrá un regalo inmediato de un abono infantil y un abono adulto, ambos de la temporada 22/23.

Asimismo, esta promoción re-

cuperará la actividad de piscina, entrenamientos de fútbol, entre otras actividades lúdicas en la pradera de Santo Domingo. Quienes estén interesados deben descargarse el tríptico disponible en la página web de la A.D Alcorcón (<https://www.adalcorcon.com/>), rellenarlo y enviarlo, junto al justificante bancaria indicada en el documento, al correo campus@adalcorcon.com.



una calcomanía del primero, el Real Madrid Castilla comenzó a favorecerse también con una nueva ocasión de Álvaro Martín que Jesús Ruiz pudo esquivar.

El Alcorcón no conseguía hacerse con el dominio. El sistema que realizó Raún González Blanco inutilizaba la estrategia de Fran Fernández. Para cambiar la situación se necesitaban cambios. Addai y Bustos salían a la banda con energía. El primero salió muy eléctrico en cuanto tocaba balón, demostrando que podía ser un jugador indispensable para romper esquemas rivales. Sin embargo, los últimos instantes del partido fueron muy verticales en favor de los locales.

Los alfareros se marchaban a casa con un empate en un partido donde fueron superiores tan solo en determinados momentos del encuentro.

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

vivirEdiciones

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

Pádel

El pádel se incorporará en la formación del ciclo TSEAS



■ La empresa de formación Padel MBA y el Colegio Amanecer de Alcorcón se han aliado para incorporar el pádel en los contenidos lectivos de formación de Técnico Superior de Enseñanza y Anima-

ción Sociodeportiva (TSEAS).

El TSEAS se trata de un ciclo formativo donde se enseñan las actividades deportivas, físicas y recreativas. Además, se encuentra avalado por el Ministerio de

Educación y dicho colegio es uno de los centros acreditados por la Comunidad de Madrid para poder impartir esta formación.

La incorporación del pádel en el ciclo formativo viene motivado por el incremento de participación de la disciplina a nivel nacional; pues este deporte se ha convertido en el segundo más practicado en nuestro país. El aumento en el interés de este deporte se ha producido en el resto de Europa, Latinoamérica y Oriente Medio.

Atletismo

Éxito del Club Atletismo Alcorcón en el Campeonato de Madrid



■ El Campeonato de Madrid se ha disputado en diversas categorías, en él ha participado el Club Atletismo Alcorcón. Durante el primer día ya se otorgaron

algunas medallas; de hecho, la organización deportiva alcorconera ha anunciado el conteo del primer día, muy exitoso.

El Club Atletismo Alcorcón

se ha llevado el oro en salto de altura masculino y dos bronce en los 400 metros y triple salto; mientras que en la categoría femenina han acumulado dos platas en 1500 metros y salto de pértiga.

La atleta Laura Martínez destacó con una nueva plusmarca de 6,28 metros. Es más, en su segundo intento repitió la misma marca. La atleta demostró así su regularidad y constancia.

Baloncesto

Saltium Alcorcón Basket consigue la Copa Sub 22

En un encuentro más que discutido, las alcorconeras consiguieron derrotar al CB Pozuelo, un fuerte rival



■ El Saltium Alcorcón Basket gana la final de la Copa Federación Sub 22 femenina. El club luchó hasta el final para conseguir el trofeo en un encuentro muy complicado, pero que pudo resolverse gracias a Mónica Escudero ante un rival a la altura, el CB Pozuelo.

El partido no estuvo siempre a favor de las alcorconeras, quienes sufrieron especialmente al inicio del partido, pues en el primer cuarto del partido el marcador se encontraba 5-17 a favor del CB Pozuelo.

No obstante, el torneo cambió en el segundo asalto gracias a Escudero, la jugadora más destacada. Se iban al descanso con un 31-33 que, a pesar de seguir desfavorable para el Saltium, dejaba esperanza en nuestras alcorconeras.

El CB Pozuelo comenzó ganando, pero las alcorconeras remontaron

El tercer cuarto comenzó con una ligera ventaja de nuestro club, sin embargo, el CB Pozuelo subió la intensidad, sin conseguir igualar el partido. Por todo ello, tras una jornada muy peleada, el Saltium Alcorcón Basket se llevó el trofeo a casa.



135 kW 184 CV. 5,3-6 l/100 km.
CO₂ 120-136 g/km. (WLTP)

HASTA
10 AÑOS DE GARANTÍA*
*CONdiciones
LEXUS RELAX

NUEVO UX HÍBRIDO
TU PROPIA ENERGÍA TE MUEVE

LEXUS MADRID SUR

CIUDAD DEL AUTOMÓVIL
Leganes
Avda. Carlos Sainz, 31

ALCORCÓN
Avda. San Martín
de Valdeiglesias, 12

LEXUS ALCALÁ

ALCALÁ DE HENARES
Ctra. A-2, Km. 35, Salida 32
Vía de Servicio, dir. CC/Campo de Golf

DAVIS CUP
by Rakuten

LEXUS

Recomendamos vivir...

WAH Madrid

'El show más espectacular del mundo hasta que lo prohíban'

Vive WAH en IFEMA MADRID, con 2 horas de show y 5 horas de experiencia. Disfruta del espectáculo más vivo al más puro estilo Las Vegas, con todas las canciones de tu vida en un mismo espacio como nunca antes las habías escuchado.

Música y gastronomía en un Street Food Market con platos de los 5 continentes y una coctelería espectacular. 14 estaciones diferentes donde podrás degustar las mejores tapas, sushi de calidad, el mejor picante mexicano, pizzas artesanales y toda una explosión de sabores.



Tras llenar el buche, alucina con el show musical en el WAH Theatre y su aftershow, para los que quieran seguir disfrutando de la noche. Performances, cócteles, mesas Vips, DJs, servicio de botellas y mucha, muchísima diversión. Por último, moda, discos, libros, gadgets e icónicas prendas en la WAH Store. Una tienda como nunca antes habías visto.



Propuestas en Madrid

■ Teatro

La hora y media de 'El Club de la Comedia'

Hasta el 2 de Abril
Teatro Príncipe Gran Vía
Horarios: 17:30h, 20:00h,
22:30h, 12:30h
Precio: Desde 22€



■ Música

Hasta el 26 de Marzo
Teatros Luchana
Horarios: 18:00h; 20:00h
Precio: a partir de 18€



■ Música



Roger Waters

23 de Marzo
WiZink Center
Horario: a las 21:00h
Género: rock
Entradas: elcorteingles.es



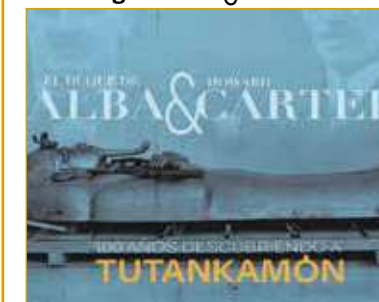
Fito y Fitipaldis

14, 16, 18 y 19 de Marzo
Teatro Circo Price
Horario: a las 20:00h
Género: pop-rock
Entradas: fitoyfitipaldis.com

■ Exposiciones

Alba y Carter. Cien años descubriendo a Tutankhamon

Hasta el 30 de Abril
Palacio de Liria
Horarios: L: 10:15 - 12:45 h
M-D: 10:15 - 12:45 h / 16:15 - 18:15 h
Entrada general: 7€



Tim Burton, el laberinto

Hasta el 30 de abril
Espacio Ibercaja Delicias
Horarios: J-D: 10:30 - 13:30 h /
17:00 - 20:30 h
Entrada: desde 14€



* 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 (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



Astérix y Obélix: el reino medio

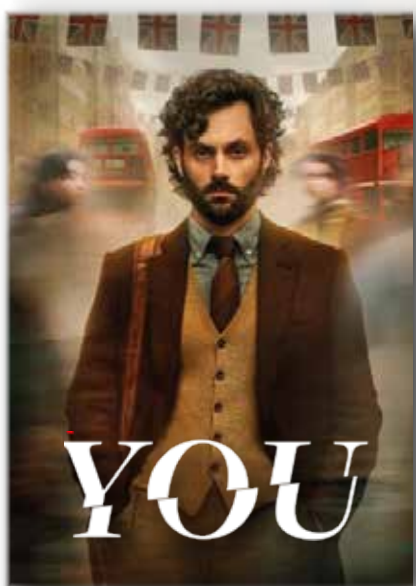
Ya disponible en cines

Los galos más famosos llegan a los cines con una nueva aventura, 'Astérix y Obélix: El Reino Medio'.

Tras su última misión, Asterix y Obelix viven tranquilos en la Galia. Pero, en el año 50 A.C., hay problemas en China. Su emperatriz Han Xuanda ha sido destronada por el príncipe Deng Tsin Qin.

La princesa Fu Yi ha conseguido escapar gracias a la ayuda de Graindemaïs (Jonathan Cohen), el mercader fenicio, y ha conseguido llegar hasta el pequeño pueblo de estos dos guerreros, ya que ha oído hablar de su increíble fuerza. Los dos galos no durarán en ayudarla a liberar a su madre y a su país. A esto se suma que César ha puesto los ojos en China y quiere conquistar el imperio.

series



YOU

Ya disponible en Netflix

En el desenlace de la temporada anterior, Joe (Penn Badgley) fingió su muerte y puso rumbo a París en busca de Marianne (Tati Gabrielle). Pero, según hemos podido ver en el tráiler, algo ocurrirá en la ciudad del amor que Joe tendrá que esconderse en la capital británica, donde se moverá entre los círculos de la alta sociedad.

Allí, Joe tendrá una nueva identidad, la de un refinado profesor llamado Jonathan Moore y conocerá a su nueva víctima, Kate (Charlotte Richie), una mujer independiente, directora de una galería de arte. Joe, comenzará a ser acosado por Eat the Rich Killer, un asesino que está aterrorizando a los miembros de la alta sociedad londinense. Las tornas han cambiado para el protagonista.

y videojuegos

Hogwarts Legacy



Disponible: PC, PS5, PS4, Xbox y Nintendo Switch

Edad: +12

El 10 de enero sale a la venta el esperado videojuego Hogwarts Legacy, ambientado en el universo de la saga Harry Potter.

Hogwarts Legacy es un RPG de acción en un mundo abierto ambientado en el siglo XIX. Los jugadores podrán explorar el amplio universo de los libros de Harry Potter. Además, tendrán la libertad de personalizar su personaje.

La trama de este RPG se centra en que tu personaje es un estudiante que tiene la clave para proteger la estabilidad del mundo mágico que se está viendo amenazado. Para ello, tendrás que buscar aliados y enfrentarte a diferentes magos.



Después de
ESPINETE NO EXISTE
ALDAN COMPANY
presenta

EDUARDO ALDÁN
EL JEFE



con
ISRAEL CRIADO

Si no te ríes...
estás despedido



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

LA NUEVA FORMACIÓN PARA PROFESIONALES ESTÁ AQUÍ

FÓRMATE GRATUITAMENTE PARA EL MERCADO LABORAL

CURSOS PARA PARA DESEMPLEADOS Y DESEMPLEADAS:

- Gestión, montaje y mantenimiento de instalaciones eléctricas (ELEE0310) Código: 22/4756
- Instalación y mantenimiento de ascensores y otros equipos de elevación y transporte (IMAQ0110) Código: 22/5592
- Montaje y mantenimiento de sistemas de automatización industrial (ELEM0311) Código: 22/4757
- Operaciones de manejo y mantenimiento de máquina excavadora (EOCQ020PO) Código: 22/4758
- Soldadura, procesos de certificación (FMEO012PO) Código: 22/4759
- Montaje y mantenimiento de instalaciones frigoríficas (IMAR0108) Código: 22/4767

CURSOS PARA TRABAJADORES Y TRABAJADORAS:

- Contabilidad (ADGD037PO) Expediente: FC22-07/2022/5264TGP, Acción: 16
- Contabilidad financiera (ADGD039PO) Expediente: FC22-07/2022/5264TGP, Acción: 17
- Nóminas (ADGD188PO) Expediente: FC22-07/2022/5264TGP, Acción: 23
- Salario y contratación (ADGD240PO) Expediente: FC22-07/2022/5264TGP, Acción: 24
- Fundamentos Excel (ADGG021PO) Expediente: FC22-07/2022/5264TGP, Acción: 26
- Excel avanzado (ADGG020PO) Expediente: FC22-07/2022/5264TGP, Acción: 25

ceif

Centro de Empresas
para la Innovación
y la Formación

formacionceif.es ☎ 91 608 31 97



Cursos gratuitos destinados prioritariamente a trabajadores ocupados

Cursos gratuitos dirigidos prioritariamente a personas desempleadas de la Comunidad de Madrid

