

Sietedías

Revista municipal de Alcobendas

www.alcobendas.org |    



‘EFQM Excellence Award’, para Alcobendas



Mercadillo comercial y animación deportiva, en la calle Constitución



El domingo se celebra ‘The Color Run’



Fiesta para inculcar el consumo responsable a niños y jóvenes

RUIDOS EN LA AVENIDA DE LA ILUSIÓN

Soy una vecina de Fuente Lucha, las ventanas de mi casa dan a la Avenida de la Ilusión. Llevo dos años viviendo en este barrio y me gustaría llamar la atención sobre un problema que cada día empeora. La Avenida de la Ilusión se ha convertido en una de las más transitadas, como lo son el Paseo de la Chopera, Marqués de la Valdavia o la Avenida de España. Estas tres calles tienen en común que están reguladas por semáforos y badenes. Algo nada extraordinario, por otra parte. Sin embargo, en la Avenida de la Ilusión no hay semáforos y los badenes que pusieron en enero de 2016 son tan bajos que no cumplen su función. La consecuencia es que la velocidad es muy alta, y el ruido perjudica a los vecinos. Mención especial merecen las motos, la mayoría de las cuales emiten unos decibelios a todas luces por encima de los permitidos. Al no haber ni semáforos, ni ba-

denes apropiados, ni límites de velocidad, las motos tienen vía libre para dar rienda suelta a sus ansias de velocidad. De nuevo, los perjudicados somos los vecinos. Vivir con semejante nivel de ruido, que es constante todo el día e insoportable en las horas punta, afecta a nuestra calidad de vida y a nuestro descanso. Me pregunto si esto importa al Ayuntamiento. Soy consciente de que Fuente Lucha es el barrio más nuevo de Alcobendas, pero, después de siete años de vida, me pregunto a qué espera el Ayuntamiento para poner solución a este problema. He escrito varias cartas al Ayuntamiento y todo lo que he recibido han sido buenas palabras, pero ninguna medida efectiva.

Susana Bonilla

Estimada vecina:

Gracias por su carta; es un tema que efectivamente nos interesa, preocupa y ocupa a todos. El calmado del tráfico en la ciudad es uno de

los objetivos principales de Ayuntamiento. Trabajamos por una movilidad que haga de Alcobendas una ciudad más amable y compartida entre peatón, bici, transporte público y coche.

El análisis de los flujos de vehículos ayuda a implementar medidas de calmado que vayan acordes con el número de vehículos que circulan por las calles de nuestra ciudad, así como con la confluencia de distintas corrientes de tráfico. La Avenida de la Ilusión ha sido objeto de distintos estudios de tráfico (aforadores y radar). Fruto de ello, se han instalado dos badenes o reductores de velocidad que han disminuido la velocidad media de la calle de manera muy sensible en ese tramo entre glorietas, como confirman nuestros datos. Reducir la velocidad implica además un descenso de los ruidos.

Además, en las próximas semanas -y a petición de un grupo de vecinos de la zona- se va a instalar un reductor de

Charlas de la 'Escuela de Consumo'

Ciclo de charlas organizado por la *Escuela de Consumo* municipal.

- **Conociendo el recibo de la luz y ahorrando energía.** Martes 11 de octubre. Contará con un intérprete de lenguaje de signos para hacerla accesible a personas con problemas de audición.

- **Testamentos y herencias.** Jueves 13 de octubre.

Ambas se impartirán de 18 a 19:30 h en el Centro Cultural Pablo Iglesias.

Inscripción: en el Servicio de Consumo, teléfono 91 663 70 01 o en el correo consultasconsumo@aytoalcobendas.org.

Ayudas municipales de comedor escolar para el curso 2016-2017

Entrega de solicitudes: hasta el martes 11 de octubre, en las oficinas del SAC o a través de la web municipal (alcobendas.org).

Dirigidas: al alumnado de Infantil y Primaria, usuarios habituales del servicio de comedor, escolarizados en centros sostenidos con fondos públicos y vecinos de Alcobendas. La renta per cápita familiar no podrá superar los 8.000 euros anuales en el año 2015. Se debe estar al corriente de pago de los impuestos municipales.

Las bases se pueden consultar en alcobendas.org.



velocidad por bandas en el acceso a la glorieta de la calle Ilusión con la calle Suerte, porque, a pesar de que en esa zona ya existe uno, una vez rebasado el paso para peatones, parece necesario instalar otro que reduzca la velocidad de los conductores que acceden a esa glorieta desde Ilusión.

Por supuesto, la Policía Local continuará instalando el radar para verificar las velocidades a las que se circula por esa calle y denunciar y sancionar a aquellos conductores que rebasen los límites establecidos o no cumplan la normativa en materia de ruido.

Luis Miguel Torres, concejal de Seguridad, Movilidad y Tráfico

DESACUERDO

Leo con estupor la carta enviada por don Fernando Zamora en el nº 1.357 de esta revista.

Habla de una conducción casi de competición en las zonas de Fuente Lucha y Valdelasfuentes,

que yo, en los 14 años que llevo viviendo entre ambos barrios, jamás he vivido ni como conductora ni como peatón. Por el contrario, noto cierta tranquilidad respecto a otros barrios, tanto conduciendo como paseando, que hace que esté orgullosa de vivir aquí.

No niego que el señor Zamora haya podido vivir algún episodio desafortunado, pero también quería dejar mi visión, totalmente distinta, sobre el tema.

M. José Fernández

Dirija su carta a Sietedías: Plaza Mayor, 1-3ª planta. 28100 Alcobendas; o su correo electrónico a mc.comunicacion@aytoalcobendas.org.

Los escritos deben llevar nombre, apellidos, dirección, teléfono y número de DNI. Sietedías se reserva el derecho de publicar tales escritos, así como de extractarlos si lo considera conveniente, y no se hace responsable de las opiniones vertidas en ellos. No se admitirán escritos que contengan denuncias contra personas, empresas, entidades, etc.



Edita:
Ayuntamiento de
ALCOBENDAS

ALCALDE PRESIDENTE:
IGNACIO GARCÍA DE VINUESA
Directora de Comunicación:
Teresa Alonso-Majagranzas
Redacción y publicidad:
Plaza Mayor, 1, 3ª planta.
28100 Alcobendas (Madrid).
Teléfono: 91 659 76 00.
comunicacion@aytoalcobendas.org
Responsable de Publicaciones:
Marisa Martínez
Redacción:
Juan Carlos Herráiz
Susana Longarela
Luis M. Núñez (Deportes)
Mercedes Salcedo
Responsable de Prensa:
Carmen Rodríguez
Responsable de Administración:
Maribel Cifuentes
Diseño:
Jesús Barbeito
Ricardo Catonge
Marta Sanz
Fotografía:
Carmen Martínez
David Villar
Corrección de textos:
Pedro I. Gómez
Apoyo a Redacción:
Charo Hernando
María Montilla
Colaborador en Fotografía:
Javier Arcenillas
Preimpresión digital:
Departamento de Comunicación
Imprime: **Litofinter.**
Distribuye: **Ofinotrib-Gupost.**
Depósito Legal:
M. 3.520-1986
Tirada:
48.000 ejemplares.
Distribución gratuita.
Suscríbese a
Sietediasdigital en:
www.alcobendas.org



Tuits de #Alcobendas

Alan Kevin Wheeler @wheeler1004

#Alcobendas un día más me sorprendes, #unmodelodeciudad primer ayto Europeo en ganar premio #EFQM #EFQM MILAN @garcidevinuesa Buen trabajo!

SER Madrid Norte @SERMadridNorte

#Alcobendas acoge la segunda mayor ocupación de oficinas de Madrid

Ballet de Moscú @BalletMoscú

¡¡Enhorabuena a nuestros amigos de @ALCBDS_Taca, un #premio a vuestra fantástica labor!! ¡¡Lo celebraremos el próximo 2diciembre!!

RobertoBravo Colinas @bravito24

@ALCBDS_Ayto Patinando durante los 90 en otras ciudades no teníamos tanta suerte como los jóvenes de ahora de Alcobendas. envidia sana!

El Circo de Piruleto @CircoPiruleto

Este sábado estuvimos en la Feria de las Asociaciones de Alcobendas. Gracias a todos los que nos visitasteis.



EXCELENCIA EUROPEA 500+ EMPRESAS



Impreso en papel reciclado

CALIDAD | Es el máximo galardón europeo en materia de excelencia en la gestión

Alcobendas, único ayuntamiento en Europa con el ‘Premio EFQM Excellence’

El Ayuntamiento de Alcobendas se ha convertido en la primera administración pública local europea en ser distinguida con el *EFQM Excellence Award*, el máximo galardón en materia de excelencia en la gestión. En el marco del *Foro Anual de la EFQM*, celebrado el pasado fin de semana en Milán, Alcobendas conseguía este galardón, que premia por encima de todo que “*Alcobendas es una ciudad modelo que demuestra qué estrategias, comportamiento y resultados se deben seguir en materia de planificación y gestión económicas para conseguir la sostenibilidad; participación de los grupos de interés en el diseño de proceso, los servicios y las decisiones de la política*

municipal y con una gestión responsable y transparente”. Así lo recoge el informe de conclusiones de los evaluadores internacionales, que realizaron 500 entrevistas en el mes de abril a empleados públicos, directivos y miembros del Gobierno municipal y auditaron los procesos y resultados de la gestión. El informe se envió a un jurado, también internacional, que es quien finalmente ha decidido otorgar el premio al Ayuntamiento de Alcobendas.

Planificación estratégica

Uno de los aspectos más destacados en el informe ha sido la planificación estratégica y la gestión económica de los recursos, que “*ha llevado a Alcobendas a*

ofrecer una amplia gama de servicios adicionales muy por encima de los que exige la legislación, con el fin de cumplir las expectativas de los ciudadanos y conseguir su visión de convertirse en una ciudad modelo”.

El alcalde de Alcobendas, Ignacio García de Vinuesa, ha destacado que los evaluadores certifican como modelo exitoso la gestión económica realizada por el Ayuntamiento de Alcobendas, que “*ha permitido dar más servicios con menos recursos*” y pese a la reducción del presupuesto municipal en algo más de cien millones en los últimos años.

Reconocimiento internacional

El informe de los evaluadores muestra fortalezas y debilidades de la gestión e invita a la ciudad a seguir trabajando, especialmente en el plano internacional, pues la organización EFQM ha expresado su deseo de que “*la gran ciudad de Alcobendas obtenga el reconocimiento mundial por demostrar realmente al sector público cómo debería ser un ayuntamiento modelo*”.

El piloto finlandés Mika Hakkinen entregó el premio al alcalde en el Foro Anual de la EFQM, en Milán.





En el caso de Alcobendas, este reconocimiento supone una garantía tanto para los vecinos como para las empresas que buscan una ciudad en la que invertir y generar empleo.

La EFQM reconoce las políticas útiles del Ayuntamiento de Alcobendas y la extraordinaria calidad de los servicios públicos que ofrece

El premio que acaba de recibir Alcobendas lo ha conseguido la primera vez que se presentaba a él. Nunca antes una organización había recibido tal reconocimiento en su primera vez como candidato al *EFQM Excellence Award*, galardón al que solo las organizaciones que son un modelo ejemplar de excelencia en

la gestión y que destacan en liderazgo, innovación y orientación al cliente pueden optar.

El equipo evaluador internacional considera que el rendimiento del Ayuntamiento de Alcobendas es superior en varios conceptos fundamentales de la excelencia, como añadir valor para los clientes; diseñar un futuro sostenible; desarrollar la capacidad organizativa; aprovechar la creatividad y la innovación; liderar con visión, inspiración e integridad; la gestión de la agilidad; el éxito a través del talento de las personas, y el mantenimiento de los resultados sobresalientes.

Concha Villalón, concejal de Calidad en la Gestión, ha explicado que “ahora, nuestro tramo de valoración está en lo más alto, ya que hemos pasado del 500+ de hace un par de años a una cota que está

El pasado mes de abril, el Ayuntamiento de Alcobendas recibió la visita de los evaluadores del premio.

entre el 700 y el 750, un punto, sin duda, reservado para muy pocas organizaciones y para este exclusivo Ayuntamiento”.

Mejora permanente

Tanto el alcalde como la concejal han reconocido que el trabajo de mejora permanente en la gestión continuará en el futuro y que, tal y como ha reconocido el equipo evaluador, se redoblarán los esfuerzos para dar mayor proyección internacional a la *marca Alcobendas*. “Esperamos poder captar nuevas inversiones y empresas para Alcobendas, con lo que pueda suponer de más puestos de trabajo y que siga siendo una ciudad de oportunidades para todos sus vecinos”, manifestó Ignacio García de Vinuesa.

BREVES. FIESTA DEL CUERPO NACIONAL DE POLICÍA.

Con motivo de la celebración de los Santos Ángeles Custodios, patronos del Cuerpo Nacional de Policía, ha sido condecorado con la *Cruz al Mérito Policial con Distintivo Blanco* Juan Pedro Caravaca Torres, suboficial de la Policía Local de Alcobendas. Por su parte, Mariano Gallego, sargento de la Policía Local, recibió una placa conmemorativa. La entrega de distinciones tuvo lugar el lunes 3 de octubre en la Comisaría de

la Policía Nacional de Alcobendas y San Sebastián de los Reyes.

DONACIÓN A APAMA. El miércoles 5 de octubre, dentro del *Día de la Solidaridad* organizado por la Fundación Alcampo, el hipermercado de La Vega entregó a la Asociación de Padres de Alumnos con Discapacidad (*Apama*) un cheque de 8.400 euros para apoyar su proyecto *Deporte y Discapacidad, unificando personas*. Este programa está orientado

a favorecer la inclusión de 1.100 niños y jóvenes de seis a 15 años con discapacidad a través de actividades deportivas y artísticas. Para ello, *Apama* organiza jornadas de sensibilización, con coloquios de transmisión de valores, actividades físicas con alumnos, incluyendo a niños con necesidades educativas especiales, y cursos de reciclado de papel que imparten personas con discapacidad del Centro de Ayuda para el trabajo de la propia asociación.

Cursos y talleres 2016-2017 de la Casa de la Mujer. Plazas libres

• Huerto ecológico urbano de la igualdad.

En colaboración con el Aula de Educación Ambiental. Una terraza, un balcón, el alféizar de una ventana... pueden ser un perfecto emplazamiento para nuestro huerto y vamos a descubrir cómo hacerlo. Del 13 de octubre a 17 de noviembre, los jueves, de 16 a 18 h. Dirigido a mujeres y hombres.

• ¿Te atreves a escribir? Talleres de escritura creativa inicial y avanzado. Del 7 de octubre al 9 de junio, los viernes, de 10 a 12 h (inicial), y de 12 a 14 (avanzado).

• Taracea marquetaría. Del 17 de octubre al 29 de mayo, los lunes, de 16 a 19 h.

• Mujer y salud. Del 26 de octubre al 30 de noviembre, los miércoles, de 10 a 12 h.

• Para separarse bien. Del 19 de octubre al 14 de diciembre, los miércoles, de 11 a 13 h.

• De amor no se sufre. Del 19 de octubre al 14 de diciembre, los miércoles, de 18 a 20 h.

• Los peligros de la moda. Del 19 de octubre al 14 de diciembre, los miércoles, de 10:30 a 12 h.

• Seguras en la red. Del 21 al 24 de noviembre, de lunes a jueves, de 17 a 20 h.

Inscripción: abierta en la Casa de la Mujer y en el Servicio de Atención Ciudadana (SAC).

Cierre del Centro de Arte Alcobendas

El Centro de Arte Alcobendas cerrará el miércoles 12 de octubre por ser día festivo.

Cursos de la Universidad Popular Miguel Delibes. Plazas libres

• El Renacimiento y sus creadores. Del 3 de octubre al 19 de junio, los lunes, de 10 a 12 h.

Precio: 54,67 euros/trimestre. **Abierta la matrícula.**

• También quedan plazas en los cursos *Secundaria* (*) grupos de tarde, *Alfabetización* (*), *Pintura Adultos*, *Internet*, *Office*, *Habilidades informáticas*, *Autocad*, *Gestión y Almacenamiento en la nube e Imagen en movimiento en familia*.

(*) Deben presentar documentación para valorar su nivel o bien realizar una prueba.

Información e inscripción: en la Universidad Popular (Espacio Miguel Delibes), de 9 a 14 y de 16 a 20 h, y en el SAC.



COMERCIO | El viernes 14 de octubre, de 17 a 20 h, y el sábado 15, de 10 a 14

26 comercios de Alcobendas ofrecerán sus productos en un Mercadillo en la calle Constitución

PLAN de REGENERACIÓN y ACTIVACIÓN COMERCIAL de ALCOBENDAS



Nueva campaña de promoción y dinamización comercial dentro del *Plan de Regeneración y Activación Comercial de Alcobendas*. La campaña *4Estaciones: Otoño* pretende dirigir los hábitos comerciales de los vecinos hacia el comercio minorista con un *Mercadillo* en la calle Constitución el viernes 14 de octubre, de 17 a 20 h, y la mañana del sábado 15 de octubre, de 10 a 14. 11 comercios de la calle Constitución, desde la Plaza del Pueblo hasta el cruce con la calle Manzanares, sacarán a la venta sus artículos a la puerta de los establecimientos para atraer las compras de los vecinos y otros 15 establecimientos de toda la ciudad dispondrán sus productos en la calzada, que estará cortada al tráfico. Los comercios participantes en esta iniciativa se acercan a todos los gustos y necesidades, con un gran abanico de artículos: moda y ropa, calzado, mercería, cosmética, floristería, salud y hasta productos de segunda mano.

Deporte para todos

El Ayuntamiento y *Fundal* colaboran con esta campaña comercial y han organizado varias exhibiciones



CORTE DE TRÁFICO CON MOTIVO DE LA CAMPAÑA 'OTOÑO'

La instalación del **Mercadillo de Comercios Locales** en el Distrito Centro obligará al corte de tráfico en **la calle Constitución, desde su intersección con la calle Manzanares hasta la intersección con la calle Isabel Rosillo**, el viernes 14 de octubre, de 15 a 21 h, y el sábado 15 de octubre, de 8 a 15.

En este tramo no se podrá aparcar en los días y horas citados. Quedará abierto el paso de vehículos desde la calle Orense hacia las calles Oviedo e Isabel Rosillo.

deportivas en la tarde del viernes: en la Plaza del Pueblo, de 17 a 20 h, esgrima, voleibol y hockey; a las 18:30, exhibición de baile moderno; y a las 19, *master class* de baile, en la que po-

drá participar todo el mundo; en la calle Constitución, de 17 a 20 h, balonmano y juegos en hinchables; y en la Plaza de la Coronación de 17 a 20, baloncesto y juegos en hinchables.

Plazas libres en Escuela Infantil Fuente Lucha

La Escuela Infantil Fuente Lucha (Avenida de la Ilusión, 20) tiene plazas vacantes para niños nacidos en los años 2014 y 2015. Las familias interesadas pueden solicitar más información llamando al teléfono 91 72 28 92. También pueden pasarse por el centro en el horario escolar.





WEB | Contiene datos actualizados de 1.869 indicadores

El 'Observatorio de la Ciudad' renueva imagen y amplía contenidos

¿Sabe usted que en Alcobendas hay registrados 153.423 vehículos? ¿Quiere conocer cómo ha subido la población en 23.000 habitantes en los últimos 15 años? Estos y otros cientos de datos pueden consultarse en el *Observatorio de la Ciudad de Alcobendas*, que ofrece información estadística oficial y actualizada que el internauta puede consultar de forma rápida y sencilla en **alcobendas.org** sobre un total de 1.869 indicadores.

Este espacio web municipal, al que se puede acceder en la parte inferior del

menú derecho de la página principal, acaba de renovarse con un diseño más moderno y atractivo e impulsando dos nuevas pestañas con importantes datos estadísticos de la ciudad.

Nuevas pestañas

La pestaña *Informes Territoriales* facilita al internauta la posibilidad de obtener un documento en formato *pdf* con los datos socioeconómicos de cada distrito, de la ciudad entera, de otros municipios de la zona norte, como Algete, San Sebastián de los Reyes, Colmenar Viejo, Tres Cantos o

San Agustín de Guadalix, e, incluso, de algunos de los más importantes la Comunidad de Madrid, como la capital, Alcalá de Henares, Leganés, Alcorcón, Boadilla o Pozuelo de Alarcón.

La pestaña *Banco de Datos* se ha actualizado y ofrece un sistema interactivo de datos estadísticos en continuo crecimiento, organizados en cuatro grandes ámbitos temáticos y con información de 1.869 indicadores.

Otra de las novedades del *Observatorio de la Ciudad de Alcobendas* es que se ha habilitado una línea directa de comunicación con el usuario a través del enlace *Contacto*. De este modo, permite enviar correos electrónicos a los técnicos municipales para consultar dudas u otro tipo de información sobre este servicio municipal. Además, ofrece numerosas encuestas de satisfacción sobre los principales servicios municipales y los informes anuales del *Programa Director de Actuaciones* y de los principales planes estratégicos del Ayuntamiento.

Jornada 'La importancia de la ciberseguridad'

En esta jornada gratuita se analizarán los aspectos a tener en cuenta en la seguridad informática y se expondrán problemáticas habituales a las que autónomos, pymes y grandes empresas están expuestas.

Se expondrán consejos prácticos, formación y soluciones para evitar que tu empresa sea pasto de la *ciberdelincuencia*. También se analizará cómo responder ante

una crisis de seguridad informática y los riesgos y medidas que se pueden aplicar y ejemplos concretos.

Fecha: jueves 27 de octubre, de 17 a 20 h, en el Centro de Empresas Municipal (c/. Ramón y Cajal, 5).

Inscripción: en el departamento de Comercio, Fomento del Empleo y Nuevas Oportunidades, teléfono 91 659 76 00 (extensión 2265), desarrolloeconomico@aytoalcobendas.org y **alcobendas.org**.



Es tu primera carta de presentación y la llave para entrar en un proceso de selección de personal

Claves para hacer más atractivo y efectivo tu currículum

Al realizar los procesos de selección, es habitual que la persona que se encarga de reclutar a los candidatos no disponga más que de unos minutos para valorar los historiales para el puesto ofrecido. El currículum es la carta de presentación hasta el momento de la entrevista personal, por lo que debe cumplir, al menos, los siguientes aspectos básicos para no ser descartado en el primer vistazo:

- Elabora un documento en *pdf*. Es importante que utilices un formato de documento que puedan abrir con cualquier sistema operativo.
- Ten mucho cuidado con la ortografía y la redacción. Usa frases cortas y sencillas, pero

que no sea aburrido: emplea sinónimos en lugar de repetir varias veces lo mismo.

- Pon tu nombre como título del documento. Ya no se lleva escribir en la cabecera *Currículum vitae*.

- Datos de contacto visibles. Debes destacar tu nombre y apellidos y tu teléfono. Es mejor poner un único teléfono de contacto que, por supuesto, deberás tener siempre operativo y disponible.

- Correo electrónico profesional. Debe limitarse a tener tu nombre y apellidos, sin adjetivos, mote o palabras raras.

- No superes las dos páginas. El currículum debe ser breve, simple y contundente.

- Describe tus funciones de forma clara, dando sensación de acción e incluyendo tus logros profesionales. Es fundamental que utilices conceptos y palabras relevantes al hablar sobre tu experiencia profesional que el reclutador pueda identificar fácilmente.

- Agrupa tu experiencia por áreas. Esto es muy recomendable cuando has trabajado en sectores o puestos muy diferentes. Si lo haces de forma cronológica, alguna experiencia que te interesa resaltar puede pasar desapercibida.

- Adapta el currículum al puesto ofrecido. Debes adaptar tus datos a los requisitos específicos del puesto al que estás optando. No se trata de redactar de nuevo todos los datos para cada oferta, sino de presentarlos de la manera más adecuada en cada caso, remarcando las aptitudes y la experiencia más idóneas para la vacante.

Si sigues estos pasos, tu currículum mejorará y, si necesitas ayudas para confeccionarlo, puedes inscribirte a las sesiones del *Club de Empleo* del Ayuntamiento en el correo fomentodeempleo@aytoalcobendas.org.

DATOS DEL PARO DE SEPTIEMBRE DE 2016:

Alcobendas: desciende el paro en 46 trabajadores, situándose en 5.932 el número de personas desempleadas, un 9,09% menos que en agosto de 2015 (593 personas menos).

DATOS DE LA BOLSA DE EMPLEO MUNICIPAL:

Número de demandantes inscritos: 4.013.

Puestos ofrecidos en septiembre: 100.

Contrataciones realizadas en septiembre: 14.

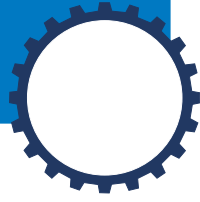
FORMACIÓN ABIERTA

Talleres del *Club de Empleo*: miércoles 19 de octubre, *Búsqueda de empleo digital*. Miércoles 26 de octubre, *Prepara tus entrevistas de trabajo*. En el Centro de Empresas (c/. Ramón y Cajal, 5), de 10 a 14 h.

Información e inscripciones: en fomentodeempleo@aytoalcobendas.

Impulso Emprendedor

Participe en esta sección. Llame al teléfono 91 659 76 00 (extensiones 2296 o 2022) o escriba a desarrolloeconomico@aytoalcobendas.org



“Los negocios son parte importante del barrio y tienen que ser espacios vivos, dinámicos”

Las impulsoras de tres nuevos proyectos, todos en la zona de Fuente Lucha y Valde-lasfuentes, nos hablan de ellos y de lo que supone el barrio, sus gentes, sus comercios... para ellos.

UKULDALA: centro de ocio y bienestar para toda la familia

Dos mamás activas -una ingeniero industrial y una filóloga- llenas de inquietudes y dudas y dispuestas a resolver todo lo que les preocupaba de su reciente maternidad y conscientes de que otras muchas mujeres pasan por esa misma situación. Este es el germen de **Ukuldala (Paseo de Fuente Lucha, 7)**. “Cuando tienes tu hijo, te surgen muchas dudas que necesitas resolver: lactancia, cólicos, forma de portar a tu bebé, alimentación, problemas de suelo pélvico, pareja, sexo...”, dice Marta, impulsora, junto con Begoña, de este proyecto. “Nosotras somos vecinas y hemos tenido nuestros hijos a la vez. Hablábamos entre nosotras y con otras mamás de la necesidad de encontrar esa ayuda de forma rápida, eficaz y cercana sin tener que desplazarte a distintos puntos de Madrid”. Así nació Ukuldala. “Contamos con la ayuda de técnicos del Ayuntamiento, que nos guiaron y asesoraron en todo el proceso de poner en marcha nuestro sueño”, dice Begoña. Un

sueño que ya es una realidad desde el pasado mes de abril. “Ofrecemos muchos y muy distintos servicios: pilates y gimnasia pre y postparto, fisioterapia ginecológica e infantil, matrona, nutrición, taller de suelo pélvico, sexólogo, psicólogo, terapias... Nos centramos en mamás y niños, pero hemos ido ampliando a adultos, en general, según vamos detectando necesidades de los vecinos del barrio, que se acercan a preguntar y que nos han recibido con los brazos abiertos”. Ofrecen sus servicios “siempre de manera personalizada, estudiando cada caso, sus causas y consecuencias para mejorar la calidad de vida de nuestras pacientes en todos los sentidos. Ofrecemos grupos reducidos y todos nuestros profesionales tienen titulación universitaria”. Además de la rama de bienestar familiar, Ukuldala cuenta con otra centrada en el ocio. “Hemos diseñado dos espacios ideales para cualquier tipo de celebración y para que padres, hijos, abuelos, amigos... puedan estar juntos. Son espacios amplios con todas las comodidades: piscina de bolas, sofá, sillas y mesas, *office* completo, juguetes, televisión, juegos, tronas, cambiadores...”. El precio “va desde los 110 euros en turnos de mañana, tarde o noche”. Toda la información sobre servicios y precios: www.ukuldala.es.

LOS GUGAS: libros y juegos educativos

“Cada juego, cada libro, cada juguete... Todos los productos que tenemos llegan a nuestras estanterías después de buscar, pensar y estudiar muchas posibilidades”. Irene, maestra, y Eva, trabajadora social, son las propietarias de **Los Gugas**, un comercio dedicado a los libros y juegos educativos situado en el **Paseo de Fuente Lucha, 6**.





¿Y qué encuentra en Los Gugas el cliente que busca un juego, un libro o un regalo? “Tenemos productos para niños desde que nacen. Muchos de nuestros clientes lo son desde la tripa de su mamá (dice riendo Irene)... Cuando un cliente entra en nuestro establecimiento, lo que más nos gusta es escuchar lo que necesita y asesorarle. Muchos son ya amigos”. Para los más pequeñines, los recién nacidos, “el producto estrella son los *dudús*, objetos suaves, de apego, para dormir. Luego, para más mayorcitos, ya tenemos juegos de estrategia y lógica como, por ejemplo, el de los *Tres Cerditos*, que es ahora el más demandado, o el *Dixit*, para niños a partir de ocho años que, a través de magníficas ilustraciones, busca que sepan representar, reconocer y explicar conceptos abstractos”. Y no solo ofrecen productos para los más pequeños, también “queremos ser un punto de encuentro para la gente del barrio. Creo que los comercios son una parte muy importante de un barrio y hay que hacer de ellos espacios vivos y dinámicos. Por eso, también tenemos talleres, *cuentacuentos*, magia, espectáculos...”.

Más información: www.losgugas.com.

SEMBLANZAS: escuela de música y danza

Esther lleva bailando desde que tenía cuatro años. “Es mi profesión. He pasado por todas las disciplinas: clásico, contemporáneo, español, folclórico... Ahora estoy centrada en el baile español y, sobre todo, en este proyecto tan ilusionante para mí: **Semblanzas (c/. Fantasía, 3 -entrada por Avenida de la Magia-)**, una escuela de música y danza que tiene sus orígenes en una asociación de danza que lleva el mismo nombre, de la que también soy responsable, y que es de aquí, de Alcobendas”. Conocer bien la ciudad

le movió a la hora de escoger la ubicación. “Este es un barrio joven, con muchos niños. Es muy bonito pensar que se pueden formar aquí desde pequeñines y seguir avanzando en el mundo de la danza o de la música”, dice Esther. Además -y para ello cuenta con la ayuda de su director musical, Gorka- “lo que ofrecemos es formación integral, global. Música y danza no pueden ir por separado, van siempre de la mano. Los alumnos que vienen aquí están conectados unos con otros. Se trata de un espacio dinámico, vivo, en el que, al trabajar en espectáculos y coreografías comunes, todo el mundo sabe o está en contacto con lo que hacen los demás. Les importa el baile, pero también la música que va en esa coreografía, o el instrumento, o entender de iluminación, de vestuario, hacer ensayos juntos de los espectáculos que representamos...”.

En el apartado de danza, “formamos en todas las disciplinas: clásica, contemporánea, folclore, latino, salón, flamenco... Y en cuanto a instrumentos, batería, bajo, canto, guitarra clásica y eléctrica, piano... Además, ofrecemos la posibilidad de alquilar el instrumento desde cinco euros al mes”. Dos horas a la semana de danza “son 45 euros al mes y una de instrumento, 50. Como la idea es que los alumnos se acerquen a otras disciplinas, hay descuentos a partir de la segunda; de hecho, ya hay muchas personas que practican varias disciplinas”. Más información: www.escuelasemblanzas.com.

La sección **IMPULSO EMPRENDEDOR** cuenta con su versión en radio en la emisora **SER MADRID NORTE (dial 89.6 FM)**, patrocinada por el Ayuntamiento de Alcobendas para dar voz a los emprendedores de Alcobendas.



MEDIO AMBIENTE | Se puso en marcha el año pasado y sigue recorriendo la ciudad

1.022 kilos de papel, 6.600 de vidrio o 1.630 radiografías se recogieron en el Punto Limpio Móvil

El pasado año comenzaba a funcionar el Punto Limpio Móvil, un nuevo servicio que se instala temporalmente y de forma alternativa en nueve puntos de la ciudad para acercar el reciclaje a los vecinos y hacerlo todavía más sencillo. Las cifras demuestran que la iniciativa ha sido bien aceptada y la respuesta, positiva. Algunos ejemplos: a lo largo de todo el año pasado y sumando los nueve lugares donde estuvo instalado el Punto Limpio Móvil, se recogieron 1.022 kilos de papel y cartón; 6.600 de vidrio y 5.880 de plásticos. Pero, además, se depositaron 1.630 radiografías, cifra especialmente llamativa por cuanto ya no se está utilizando este material en los centros médicos; el correspondiente en volumen a 3.540 litros de aparatos eléctricos y a 3.240 en loza, cristal y textil.

A partir del verano, el Punto Limpio Móvil vuelve a recorrer la ciudad. Ya ha estado instalado junto a la base de

la Policía Local de El Soto de la Moraleja y, actualmente, se encuentra en la calle Blas de Otero. Del 10 al 23 de octubre estará en la Avenida de Pablo Iglesias y así continuará viajando por el resto de la ciudad.

Programa pionero en el Punto Limpio fijo

Esta nueva iniciativa viene a complementar el Punto Limpio fijo, que abre sus puertas todos los días del año en la calle Gabriel García Márquez. Recibe una media de 3.500 usuarios al mes y los residuos que más se recogen anualmente son: madera (419.000 kilos), voluminosos (402.000), papel y cartón (200.000) y residuos electrónicos (120.000).

Desde principios de este año, está implantado en el Punto Limpio de Alcobendas un programa piloto en España que es el único que se ajusta a la normativa de recogida de residuos electrónicos, estableciendo 10 fracciones diferentes (lámparas de bajo coste,

ordenadores, pequeño electrodoméstico, gran electrodoméstico...), cuando en muchos otros puntos se depositan todos estos residuos juntos o, como mucho, en seis divisiones.

“Las cifras son muy buenas y hay que agradecerle a los vecinos que se preocupan y se esfuerzan por cuidar el medio ambiente. Esta iniciativa del Punto Limpio Móvil tiene como objetivo facilitarles las cosas, pero, además, no debe olvidarse que hay un punto fijo que funciona todos los días del año. En la mano de todos está continuar por este camino y mejorar todavía más esas cifras”, dice la concejal de Medio Ambiente, María José Ortiz.

Toda la información sobre los residuos que se pueden depositar en el Punto Limpio fijo, la ubicación del Punto Limpio Móvil, los horarios... está disponible en alcobendas.org.

APRENDE A CONSUMIR | El miércoles 12 de octubre, de 11 a 20 h, en La Esfera

Fiesta de consumo responsable

Comprometido con la tarea de fomentar hábitos de consumo responsable entre los vecinos, el Ayuntamiento ha programado una serie de actividades para que niños, jóvenes y adultos celebren una fiesta con el lema “Día del consumidor responsable. Aprende a consumir”. La cita es el próximo miércoles, 12 de octubre, de 11 a 20 h, en el Centro Municipal La Esfera. En el transcurso de la jornada, que tendrá un descanso de 14 a 16 h, los más pequeños también podrán divertirse con un hinchable infantil y todos los asistentes tendrán la oportunidad de participar en un concurso de lemas cuyo ganador recibirá el premio al final del día. Además, la Oficina Municipal de Información al Consumidor (OMIC) mantendrá instalado un punto informativo.

Actividades

De 11 a 12 h.

- Niños de tres a seis años: talleres de *Juguetes con material reciclado, Pinta y Colorea y Leña al juego*.
- Niños de siete a 12 años: talleres *Haz tu anuncio publicitario y Leña al juego*.
- Jóvenes y adultos: taller informativo sobre *Ahorro energético*.

De 12 a 13 h.

- De tres a seis años: talleres *Pintacaras, Pinta y Colorea y Leña al juego*.



- De siete a 12 años: *Gran juego de los pequeños consumidores* y taller *Leña al juego*.

De 13 a 14 h.

- De tres a seis años: talleres de *Juguetes con material reciclado y Pinta y Colorea*.
- De siete a 12 años: taller de *Etiquetado*.
- Jóvenes y adultos: taller informativo sobre *Publicidad*.

- Todos los públicos: *cuentacuentos Las frescas historias de Benito Rabanito*.

De 16 a 17 h.

- De tres a seis años: talleres de *Juguetes con material reciclado, Pinta y Colorea y Leña al juego*.
- De siete a 12 años: *Gran juego de los pequeños consumidores* y taller *Leña al juego*.

- Todos los públicos: pasacalle *El árbol de Wottom*.

De 17 a 18 h.

- De tres a seis años: talleres *Pintacaras y Pinta y Colorea*.

- De siete a 12 años: talle-

res *Haz tu anuncio publicitario y Leña al juego*.

- Jóvenes y adultos: taller de *Comercio electrónico seguro*.

- Todos los públicos: *cuentacuentos Las frescas historias de Benito Rabanito*.

De 18 a 19 h.

- De tres a seis años: talleres de *Juguetes con material reciclado, Pinta y Colorea y Leña al juego*.

- De siete a 12 años: talleres de *Los alimentos y Leña al juego*.

- Jóvenes y adultos: taller de *Uso responsable de las redes sociales*.

- Todos los públicos: pasacalle *El árbol de Wottom*.

De 19 a 20 h.

- De tres a seis años: talleres *Pintacaras y Pinta y Colorea*.

- De siete a 12 años: taller de *Etiquetado*.

- Jóvenes y adultos: taller *Viajando seguro*.

- Todos los públicos: teatro de títeres *Reciclando cuentos*.



SALUD Y MAYORES | Del 13 de octubre al 24 de noviembre

Cómo vivir más años en buenas condiciones físicas y mentales

Comienza una nueva edición de la *Escuela de Salud para Mayores*, un espacio donde adquirir conocimientos y fomentar hábitos saludables que mejoren el estado físico y psicológico y la calidad de vida de las personas mayores. Esta actividad

no está dirigida solo a las edad avanzada, también lo está a personas maduras de más de 55 años, porque hoy en día vivimos más años y es necesario aprender a prevenir factores que impiden hacerlo en buenas condiciones físicas y mentales.

La *Escuela de Salud para Mayores* será impartida por profesionales de los servicios municipales de Salud y Mayores y tratará estos temas: *99 ideas para llegar a los 99 años, El deporte en las enfermedades artríticas, La incontinencia urinaria, Alimentación para mejorar la salud ósea, Cuidados para el invierno y Ejercita tu memoria.*

Se va a desarrollar del 13 de octubre al 24 de noviembre, los jueves, de 10:30 a 11:30 h, en el Centro de Mayores de la calle Salvia, 135. Aunque la asistencia es gratuita, para asistir es necesario hacer una inscripción llamando al teléfono 91 663 70 01 (extensión 4016) de 9 a 14 h.

20€ /sesión de Podología

Promoción a lectores del 7 días

- Fisioterapia
- Psicología
- Podología
- Osteopatía
- Nutrición y más...

910 098 146

www.clinicasaleria.es

CLINICAS ALERIA

Estás en las mejores manos

MAX y MIA

centros de música

conmúsica

De 0 a 6 años de edad

Desde 35€ al mes

Enseñanza Reglada

TITULACIÓN OFICIAL

COMO EL CONSERVATORIO

- ALCOBENDAS C/ Cruz, 12
- LA MORALEJA Pº Alcobendas, 10

Tf.: 91 654 27 32-91 650 86 61

www.musicalia.es

PISOS VENTA

ALCOBENDAS:

X001. ZONA FUENTE LUCHA. Nueva construcción. 105 m., 3 dormitorios, 2 baños, salón independiente, 2 plazas de garaje y trastero. Urbanización privada con piscina y zonas comunes. **255.000 €.**

A006. ZONA ISABEL ROSILLO. 5ª planta. 70 m., 3 dormitorios, 1 baño, 2 terrazas. En perfectas condiciones. Mejor ver. **90.000 €** negociables.

Bo07. ZONA FUENTE LUCHA. Nueva construcción. Precioso. 75 m., 2 dormitorios, 1 baño. 2 plazas de garaje y trastero. Urbanización privada con piscina y zonas comunes. **212.000 €** negociables.

SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES:

Bo10. ZONA DEHESA VIEJA. Nueva construcción. 5ª planta, precioso, 102 m., 3 dormitorios, 2 baños, terraza de 14 m. Urbanización privada con zonas comunes. 2 plazas de garaje. **254.000 €.**

D183. ZONA CASTILLA LA MANCHA. Última planta. 95 m., 3 dormitorios, 2 baños, magnífica distribución. Solárium privado de 50 m. Estupendas vistas. Plaza de garaje y trastero. **235.000 €.**

Bo08. ZONA DEHESA VIEJA. 100 m. 3 dormitorios, 2 baños, impecable, cocina de lujo, dormitorios muy amplios. 2 plazas de garaje y trastero. Urge venta. **235.000 €.**

S. Inversión Inmobiliaria, S.A.

Plaza del Pueblo, 8-1º. Alcobendas.

Teléfono: 91 653 26 22.

Desde 1985 a su servicio.

ENTRECASAS | Del 13 al 16 de octubre, en La Esfera

‘VI Festival de las Casas Regionales de Alcobendas’

Consolidándose año a año como una cita a la que no faltar, vuelve *Entrecasas*. Del 13 al 16 de octubre, en el Centro Municipal La Esfera y en su sexta edición,

las casas regionales de Asturias, Andalucía, Castilla-La Mancha, Castilla y León, Extremadura, Galicia y Murcia nos acercarán a su folclore, su cultura, su gastronomía...

Jueves 13

El festival comenzará con la presentación del libro *Poemas rústico cómicos*, de Esmeralda Carroza García, que teatralizará algunos de sus poemas. Será a las 20 h y, después, la Casa de Extremadura hará una degustación de productos típicos de su tierra.

Viernes 14

A las 20 h, empezará la jornada con las actuaciones del Grupo de Baile y el Coro de la Casa de Andalucía y el Grupo de Baile de la Casa de Castilla y León. La actuación estelar correrá a cargo de la cantante María Gracia y, a continua-

ción, habrá degustación a cargo de las casas de Andalucía y de Castilla y León. La entrada cuesta dos euros.

Sábado 15

La Casa de Extremadura organiza el *XIV Encuentro de bordadoras y encajeras*, venidas de diferentes puntos de la Comunidad de Madrid. A partir de las 10, podremos ver cómo trabajan con sus expertas manos realizando encajes de bolillos y otros bordados tradicionales. Ya por la tarde, a las 20 h, se subirán al escenario el Coro de la Casa Extremadura y el Grupo de Baile ‘El madroño’ de San Sebastián de los Reyes, el Grupo de Gaitas de la Xuntanza de Galegos y el cantante

Óscar Ibáñez. La gastronomía tampoco faltará este día; en esta ocasión, con degustaciones de la Casa de Extremadura y de la Xuntanza de Galegos. La entrada son dos euros.

Domingo 16

El domingo, el festival se celebrará por la mañana. A las 12:30 actuarán el Grupo de Baile de la Casa de Castilla-La Mancha y la Banda de Gaitas ‘Respingo’ y el Grupo de Baile ‘Andolina’ de la Casa de Asturias. La Casa de Murcia ofrecerá una representación del Grupo de Morros de Murcia y también podremos ver danza del vientre con Leena Qadí y la Asociación Ayur. Para terminar, las casas de Castilla-La Mancha, Asturias y Murcia nos ofrecerán una degustación de sus platos típicos. La entrada cuesta dos euros.

Por otra parte, del 13 al 23 de octubre, podremos contemplar una exposición de pintura de diferentes técnicas y autores organizada por la Casa de Asturias.



Subvenciones municipales

Aprobadas definitivamente las subvenciones concedidas para 2016 a **asociaciones del ámbito de Participación Ciudadana**.

Transcurrido el plazo para la presentación de alegaciones sin que se haya formulado ninguna por los interesados, la propuesta de resolución provisional se ha elevado a definitiva sin necesidad de ulterior trámite.

El decreto 7713/2016 se puede consultar en el tablón de anuncios del Ayuntamiento.



Musical 'Off Broadway Alliance'

La Asociación Cultural Blas de Otero presenta el viernes 14 esta gala sobre los musicales de Broadway. En este espectáculo, la joven formación "La cara oculta del Telón" realizará, con música en directo, un recorrido por los espectáculos musicales *Off Broadway* mejor valorados entre los profesionales del género pero no tan conocidos por el gran público. Será a las 20 h, en el Auditorio Paco de Lucía del Centro de Arte Alcobendas. Las entradas cuestan cinco euros y están a la venta en la sede de la asociación (Paseo de Guadalajara, 12, San Sebastián de los Reyes) y una hora antes del espectáculo, en la taquilla.



CIENCIA. La *Asociación Planeta Ciencias* imparte un taller de iniciación a la ciencia para niños de seis a 12 años, los sábados, de 10:30 a 12 h, en la Casa de las Asociaciones. Inscripción: a través de la web planetaciencias.es.

GUITARRA Y BAILES DE SALÓN. La *Casa de Castilla-La Mancha* imparte en su sede de La Esfera clases de guitarra los lunes y jueves, de 17:30 a 18:30 h, y de bailes de salón, los lunes, de 20 a 21 y de 21 a 22 h. Teléfono: 629 444 260.

TALLERES. La *Asociación Ballet Ángela Garrido* imparte clases para adultos y niños de ballet, danza española, flamenco, gimnasia de mantenimiento y zumba. Información: en el teléfono 671 010 336 o en el correo balletangelagarrido@gmail.com.

BAILES LATINOS. Si te gusta el baile, en especial los bailes latinos, la *Asociación Saltea* está formando un grupo para salir juntos a bailar por Alcobendas y Madrid. Sin requisito de edad o nivel. También

dispone de un local un día a la semana donde practicar. Actividad gratuita. Contacto: 626 348 815 (Óscar) y asociacionsaltea@gmail.com.

RASTRILLO. Este fin de semana, 8 y 9 de octubre, de 10 a 15 h, organizado por la *Asociación Cultural de Alcohólicos (ACAA)*, en la acera de su sede (c/. Marqués de la Valdavia 47). Recaudación destinada a la rehabilitación de sus enfermos.

PROFESORES VOLUNTARIOS. Los busca la *Asociación Norte Joven* para impartir clases por la mañana de formación cultural básica. Es una organización sin ánimo de lucro que trabaja favoreciendo la educación y la integración social de colectivos en riesgo de exclusión. Teléfonos: 91 651 05 98 y 691 480 614.

EXCURSIÓN. La *Asociación Ampia* organiza el sábado 15 de octubre una visita guiada a Madrid *Las mujeres en la República*. Precio: socias, 22 euros; no socias, 25, con autobús, visita guía-

da y comida. Inscripción: ampia2016@yahoo.es.

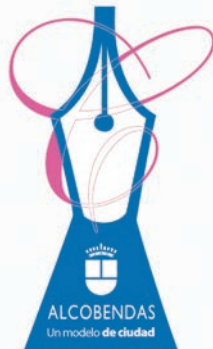
LITERATURA. La *Asociación "Entre Guiones"* patrocina la presentación de la novela *...y no estar locos*, de Hortensia Búa Martín, el jueves 20 de octubre, a las 19 h, en el Centro de Arte de Alcobendas. Es una novela de sentimientos que muestra el marco existencial de dos mujeres: madre e hija y su no sencilla relación.

PARTO. El viernes 14 de octubre, la *Asociación El Parto Es Nuestro* se reúne de 17 a 19 h en la Casa de la Mujer. Hablarán de embarazo, parto, puerperio y lactancia. La asistencia es abierta y los niños son bienvenidos. Contacto: madridalcobendas@elpartoesnuestro.es.

CURSOS. La *Asociación Asual* organiza en el Centro de Mayores de la calle Salvia, 131 los siguientes cursos de inglés: inicial (lunes y miércoles, de 16:15 a 17:45 h), intermedio bajo (lunes y miércoles, de 17:45 a 19:15 h), intermedio alto (martes y

'XV Certamen de Poesía de las Casas Regionales de Alcobendas 2016'

Las casas de Andalucía, Asturias, Castilla-La Mancha, Castilla y León, Extremadura, Murcia y Xuntanza de Galegos convocan, con la colaboración del Ayuntamiento, este certamen, en el que puede participar cualquier persona siempre que sus poemas estén escritos en castellano, sean originales, inéditos y no premiados en ningún otro concurso. Los originales se pueden presentar hasta el 31 de octubre, a las 21 h, por correo postal o entregados en mano en el Centro Municipal La Esfera (Avenida Olímpica, 14. 28108 Alcobendas) y solo se admitirá la entrega por correo electrónico a los residentes fuera de España (cm.laesfera@aytoalcobendas.org). El certamen cuenta con un primer premio de 1.000 euros, un accésit de 400 y un premio de *Poesía Popular* también de 400 euros, y todos contarán además con placa conmemorativa. La entrega de galardones será el 11 de diciembre, a las 12 h, en La Esfera y será obligatoria la presencia de los premiados. Las bases completas se pueden consultar en alcobendas.org, en el apartado *Cultura*.



jueves, de 16:05 a 17:30 h) y alto conversación (martes y jueves, de 17:30 a 19 h). Los cursos ya han comenzado y durarán hasta junio. Precio: 25 euros/mes. Información: 91 651 47 70 y 669 817 640 (María José). También dan clases de sevillanas y flamenco los jueves, de 17:30 a 18:30 h (inicial sevillanas) y de 18:30 a 19:30 (avanzado sevillanas y flamenco). Precio: 30 euros/mes. Contacto: 630 935 837 (Elvira).

ESCRITURA TERAPÉUTICA. La Asociación AMIA organiza el sábado 15, de 10 a 12 h, el taller de escritura terapéutica *Contamos*, con Alexa Segura, en su sede (c/. Huesca, 33). Teléfono: 91 652 63 88.

'FESTIPAZ'. Asociaciones y vecinos de la zona norte celebran el *Día de la Paz* con la charla *Vivir al 100 x 100*, a cargo de Fidel Delgado, el

domingo 16 de octubre, de 10 a 14 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias. Aportación: cinco euros (en taquilla del centro, desde las 9:15 h). Coordina: *La Paz Es Posible*.

'FIESTA DEL CORDERO'. Organizada por la Asociación *Al-Mechaal*, el domingo 9 de octubre, de 12 a 13:30 h, en la Casa de las Asociaciones.

MERCADILLO DE SEGUNDA MANO. Organizado por la Asociación de Partos Múltiples (*Amapamu*), el domingo 9 de octubre en La Esfera, de 11 a 14 h, con carritos, sillas de coche, ropa, bicis, juguetes, objetos de puericultura, etc. a precios asequibles.

MIGRACIÓN PARAGUAYA. Este sábado 8, de 9:30 a 18:30 h, en la Casa de las Asociaciones se celebra el *Congreso de la Migración Paraguaya de Europa*. Se darán cita re-

presentantes de asociaciones de toda España y de algunos países de Europa. Se tratarán temas de gran interés, como la situación de los hijos de paraguayos nacidos en el extranjero, el derecho al voto, la trata de personas y la situación de la mujer migrante en Europa. Organizado por la Asociación de Paraguayos de Alcobendas y San Sebastián de los Reyes.

JUEGOS EN FAMILIA. *Viviendo en tribu (asociación de acompañamiento familiar y apoyo a la crianza respetuosa)* organiza este *Taller de Juego en Familia*, donde jugarán a las cartas, a los juegos de mesa, de construcción, de ciencia, puzzles... Dirigido a niño@s de 3 a 99 años. Sábado 8 de octubre, de 18 a 19 h, en la Casa de las Asociaciones. Precio: 12 euros. Información: 660 179 742 y viviendoentribu@gmail.com.

PARTICIPACIÓN | Celebraron su ya tradicional feria el fin de semana anterior

Las asociaciones de Alcobendas 'tomaron' la Plaza Mayor

Talleres, deporte, encuentros, conferencias, música, pasacalles, baile, exposiciones, danza... Más de 70 asociaciones de Alcobendas 'tomaron' la Plaza Mayor el sábado 1 de octubre para celebrar su ya tradicional *feria* y demostrar que a activas no hay quien les gane.

En los 60 estands dispuestos a lo largo y ancho de la plaza, las asociaciones ofrecieron información de sus actividades a todos los vecinos que se acercaron.

Y para que no todo se quedase en palabras, las asociaciones, siempre activas y dinámicas, llenaron de vida el espacio ofreciendo una muestra de lo mucho que hacen. Hubo talleres de cata de vinos, de lanzamiento de cohetes, de esgrima medieval, de jardinería, de cometas...; charlas informativas sobre temas de salud, principalmente, y exhibiciones de pilates, teatro, deportivas o de danza. También hubo una exposición de obras de pintura y fotografía de artistas locales -que todavía puede visitarse en el patio de encuentros del Ayuntamiento-, sobre todo, hubo muchas ganas de demostrar que las asociaciones de Alcobendas tienen mucho que hacer y que ofrecer a la ciudad y a sus vecinos.

Las fotos se pueden ver en la web municipal y el vídeo, en el canal YouTube del Ayuntamiento.



CULTURA | El jueves 13 de octubre, a las 20 horas

‘Interrupted’, la comedia que rompe la burbuja de bienestar



Los aficionados al teatro social disfrutarán el próximo jueves, 13 de octubre, con la obra *Interrupted*, dentro del ciclo *Puro Teatro* que ha programado el Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas.

La compañía Teatro En Vilo persigue un constante diálogo con su entorno sociopolítico y busca situarse en la delgada línea que separa el teatro de la vida y la ficción de la realidad. Com-

binando el humor absurdo y el teatro gestual, esta divertida e irreverente comedia narra cómo la vida perfecta de su protagonista, Anabel, inspirada en la burbuja de seguridad y bienestar que teníamos hasta hace poco, se rompe en apenas seis días y acaba en el absoluto y absurdo caos.

‘Puro Teatro’ por 10 euros

El público podrá ver la obra a corta distancia de los actores y tendrá un encuentro con los artistas tras la representación.

Las entradas se venden al precio de 10 euros en la red de taquillas municipales (Teatro Auditorio, Centro de Arte Alcobendas y Centro Cultural Pablo Iglesias), en www.ticketea.com y en el teléfono 902 044 226.

ITINERARIO GUIADO POR EL JARDÍN DE LA VEGA. El sábado 15 de octubre, el Ayuntamiento organiza un itinerario guiado por el Jardín de la Vega, con inicio a las 10 desde las instalaciones del Aula de Educación Ambiental. Durante la visita, se explicarán las características y especies de flora y fauna del jardín y sus peculiaridades. Las personas interesadas en participar deben realizar una inscripción en el correo electrónico aulambiental@aytoalcobendas.org. Plazas limitadas.

Escuela de Padres y Madres

Un lugar donde contrastar opiniones, compartir experiencias y conocer otras maneras de enfocar la convivencia familiar y mejorar la relación con los hijos. Se trabajará en grupo coordinados por un psicólogo.

La Escuela de Padres y Madres se llevará a cabo en el Centro Municipal Gonzalo Lafora (c/. Fuego, 73) en dos turnos, entre los que se puede elegir.

- **Escuela octubre-noviembre:** del 18 de octubre al 29 de noviembre.

- **Escuela enero-marzo:** del 31 de enero al 7 de marzo.

Horario: los martes, de 11 a 12:30 o de 17:30 a 19 h.

Habrà servicio de guardería en los grupos de tarde.

Inscripción: presencial o telefónica, en el Centro Psicopedagógico Municipal (c/. Fuego, 73; teléfono 91 653 02 83). Hasta el 14 de octubre, para el primer turno, o hasta el 27 de enero, para el segundo. **Asistencia gratuita.**



ATENCIÓN PERSONALIZADA

CALIDAD

CERCANÍA

PROFESIONALIDAD

Residencia y centro de día ORPEA Alcobendas

Cuidamos de quien más te importa



- Los mejores profesionales: servicio médico, enfermería, fisioterapeutas, trabajador social, psicólogo, terapeuta ocupacional, animador sociocultural.
- Estancias permanentes y temporales (fines de semana, vacaciones, respiro familiar, rehabilitación, etc.).
- Exclusivas instalaciones y servicios: restauración personalizada, actividades socio-culturales, etc.
- Mayores autónomos y dependientes.
- Unidad Protegida de Alzheimer y otras Demencias (UPAD).



Alcobendas

Avenida Miguel de Cervantes, 3
28100, Alcobendas (Madrid)

91 490 06 78

direccion.alcobendas@orpea.net

www.orpea.es

También en La Moraleja
(Urbanización Cuesta Blanca)

Más información: 91 650 89 10

SERVICIO MÉDICO Y DE
ENFERMERÍA 24 HORAS



ORPEA Ibérica es una filial del grupo francés ORPEA, líder europeo en la gestión de centros de atención a la dependencia.

ORPEA

CONCIERTO | El viernes 14 de octubre, a las 20 h, en el Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas

La Orquesta Metropolitana repasa cien años de cine musical con sus míticas canciones

El próximo concierto programado por la Fundación Ciudad de Alcobendas, *Del blanco y negro al color*, repasará el primer cine musical de los años 30, la edad dorada del *swing* de las décadas posteriores y los musicales más recientes. Una cita que repasará casi cien años de música con grandes canciones que permanecen, sobreviven a cientos de versiones y que popularizaron grandes intérpretes como Louis Armstrong, Ella Fitzgerald, Gene Kelly, Fred Astaire, Bing Crosby, Frank Sinatra o Nat King Cole.

Concierto benéfico

La Orquesta Metropolitana de Madrid y el Coro Talía, dirigidos por Silvia Sanz, interpretarán míticos te-



mas como *La vie en rose*, de Edith Piaf, o grandes éxitos musicales como *Night and day* o *Begin the beguine*, de Cole Porter, *Irving Berlin's America*, de Irving Berlin, *The sound of music*, de Richard Rodgers, o *Chicago*, de John Kander, algunos de los más importantes compositores de Broadway.

Este concierto es benéfico y la recaudación se destinará al programa de musicoterapia para niños con enfermedades neuromusculares de la Fundación Ana Carolina Díez Mahou. Las entradas se venden al precio de 12 y 10 euros en la red de taquillas municipales, en ticketea.com y en el teléfono 902 044 226.

BREVES. 'FRAGMENTOS DE VERANO'. El concurso literario *Fragmentos de Verano 2016*, convocado por el Ayuntamiento, ya tiene ganadores. En categoría infantil, han acertado los diez enigmas literarios y han sido premiados Alejandro López Arce, en modalidad individual, y las familias Martín Belén y González Calleja, en la de grupos. En la categoría de adultos, Fernando Jabardo ha resultado ganador en individual y los hermanos Cañamares Pascual, en grupos. Cada uno de los ganadores por categoría y modalidad recibirá un premio de cien euros a canjear por libros.

CIRCO EN FAMILIA. El circo Scimmie Volanti organiza *Circonciencia* este domingo, 9 de octubre, a las 12 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias.

Se trata de un espectáculo divertido, educativo y para toda la familia que acercará a los peques y no tan peques el mundo de la ciencia a través del circo y de locos experimentos. No faltarán los equilibrios, los malabares y las acrobacias.

El precio es de cinco euros para los niños y siete para los adultos, aunque si reservas anticipadamente en circosv@gmail.com solo costará tres y cuatro euros, respectivamente.

‘Almas en tránsito’ muestra la India bajo tres miradas distintas

El Centro Cultural Anabel Segura acoge del 13 de octubre al 12 de noviembre *Almas en tránsito*. Se trata de un proyecto fotográfico sobre la realidad cotidiana de la India bajo el punto de vista de tres reporteros de TVE: Ramón Senent, José Luis G. de la Torre y Pedro del Río. Los tres autores, en un viaje que realizaron en 2010, se mezclaron con los habitantes de este país tan alejado del nuestro para capturar los momentos de sus quehaceres diarios. Fue un viaje nada convencional, alejados de la perspectiva de un turista para buscar y encontrar la mirada, la expresión o el gesto que refleje con precisión a los hombres y mujeres que habitan la India. *Almas en tránsito* pretende ser un viaje al corazón mismo de la gente para descubrir al espectador cómo afrontan el tránsito de la vida con la serenidad y la rutina del día a día.



CIENCIA | Actividad gratuita, que tendrá lugar este sábado, 8 de octubre, de 21:30 a 23:30 h

Observación astronómica de la Luna en el Muncyt

El Museo Nacional de Ciencia y Tecnología de Alcobendas (*Muncyt*) nos invita a una observación astronómica única y muy especial, para todas las familias, de la Luna, con motivo de la conmemoración de la *Noche Internacional de la Observación Lunar* promovida por la NASA. Se trata de una actividad gratuita que tendrá lugar este sábado, 8 de octubre, de 21:30 a 23:30 h. Monitores especializados guiarán la observación a través de seis telescopios, habrá charlas en las que descubriremos los cráteres y otras maravillas que esconde la Luna,

y en una pantalla gigante se proyectará la observación en directo para recrearnos en los detalles más curiosos. Los niños menores de 12 años recibirán un diploma oficial de la NASA que les acredite como asistentes a esta observación.

Por otro lado, con motivo de la *Semana Internacional del Espacio*, el *Muncyt* presenta del 8 al 16 de octubre un completo programa de actividades para todos los públicos en colaboración con AIRBUS y Discovery Max. Los visitantes al museo podrán admirar increíbles maquetas de piezas relacionadas con el espacio y la astronomía, asistir a proyecciones y participar en talleres infantiles.

Además, dentro del programa *Ciencia en Primera Persona*, este domingo, 9 de octubre, a las 12 h, Margarita del Val, del Centro de Biología Molecular, impartirá la charla *¿por qué me tengo que vacunar?*, en la que nos contará el beneficio de las vacunas hoy en día en nuestra sociedad, sus riesgos y las consecuencias si no nos vacunamos.





TEATRO | Este sábado, 8 de octubre, llega 'Tarzán, el musical'

El grito de Tarzán se oirá en el Teatro Auditorio

Tarzán es un personaje que, lejos de desaparecer, permanece y se reinventa. Tras pasar por revistas, cómics, seriales de radio y películas, llega ahora a Alcobendas en formato de teatro

musical para toda la familia. Durante noventa minutos *Tarzán, el musical* nos hará vibrar sin distinción de edad a niños y mayores, que tendremos la oportunidad de escuchar una vez

más el grito más famoso de la historia.

El héroe criado por orangutanes se las tendrá que ver con el multimillonario Toby Carton, quien ha acudido a la selva en busca del legendario cementerio de elefantes. Tarzán se encargará de defender de cualquier expolio y destrozo ecológico su casa, que es la selva.

Tarzán, el musical llega al Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas este sábado, 8 de octubre, a las 18 h. Las entradas, al precio de cuatro y seis euros, se pueden adquirir en las taquillas municipales, en ticketea.com y en el teléfono 902 044 226.

Vuelven los clubes infantiles y juveniles cargados de actividades y diversión

En octubre, los *clubes infantiles y juveniles* se ponen en marcha con sus proyectos de educación en el tiempo libre para niños y jóvenes desde los cuatro a los 21 años. Las asociaciones que los llevan a cabo y sus contactos para información e inscripción son:

- **Apama** (niños de cinco a 15 años con discapacidad intelectual y trastornos del desarrollo). Viernes, de 17:30 a 19 h. Centro *Apama*. (c/. Pablo Serrano, s/n). Información: teléfono 625 761 877 o apama.ocio@yahoo.es.
- **Aupa 6.0** (de cuatro a nueve años). Viernes, de 17:30 a 19:30 h. CEIP Daoíz y Velarde. Información: aupa.alcobendas@gmail.com.
- **Lunaria** (de cuatro a 16 años). Viernes, de 18 a 19:30 h. Centro Gonzalo Lafora (c/. Fuego, 73). Información: lunaria.atl@gmail.com.

- **Pipa** (de cuatro a 12 años). Viernes, de 18 a 19:30 h. Imagina. Información: asociacionpipa@gmail.com.
- **Piponazo** (de 13 a 17 años). Viernes y fines de semana. Imagina. Información: asociacionpipa.piponazo@gmail.com.
- **Roquenublo** (de cinco a 21 años). Sábados, de 17:30 a 19:30 h. Casa de las Asociaciones. Información: roquenublo62o@gmail.com.
- **Silbame** (de tres a 12 años). Viernes, de 17 a 18:30 h. Centro Cívico Distrito Centro. Información: asociacion.silbame@gmail.com.
- **Yambo** (de cuatro a 12 años). Viernes, de 16:45 a 18:15 h. CEIP Bachiller Alonso López. Información: yamboalcobendas@gmail.com.
- **Yamboloko** (de 13 a 16 años). Viernes, de 17 a 19:30 h. Espacio Miguel Delibes. Información: yamboalcobendas@gmail.com.



AIRE LIBRE EN FAMILIA | El domingo 23 de octubre

Domingo de 'geocaching' en familia por La Pedriza

El programa *Aire Libre en Familia* ha organizado para el domingo 23 de octubre una actividad de iniciación al uso de teléfonos móviles con GPS integrado, dirigido a familias con niños de seis a 12 años. Los interesados deben contar con un teléfono

no Android que tenga instalada la aplicación gratuita *OruxMaps* para el mejor desarrollo de esta actividad. Divididos en grupos, irán recibiendo las instrucciones detalladas con las que manejar las herramientas necesarias para orientar-

se en el medio natural sin caminos ni carreteras. Los participantes tienen que llevar ropa y calzado adecuados, mochila, agua y comida tipo pícnic.

El recorrido es de dificultad media -10 kilómetros y 400 metros de desnivel- y se realizará en unas cinco horas. El precio de la actividad es de cuatro euros para empadronados y de siete para no empadronados e incluye traslado en autobús, guías especializados, actividades y seguro de accidentes.

Las inscripciones se realizarán presencialmente en las oficinas del Servicio de Atención Ciudadana o llamando a los teléfonos 010 o 91 484 31 99: a partir del martes 11 de octubre, empadronados, y desde el jueves 13, no empadronados.

BREVES. 'DÍA DE ALCOBENDAS' EN WARNER.

El sábado 15 de octubre podrás disfrutar del *Día de Alcobendas* en el Parque Warner a un precio muy especial: 21 euros el día completo. Con motivo de la próxima festividad de *Halloween*, el Parque Warner se transforma en un parque temático del terror. Solo habrá que presentar en la taquilla el DNI o un certificado de empadronamiento. Este descuento será válido además para tres acompañantes.

'CUENTACUENTOS' EN INGLÉS. El contador Estibi Mínguez presenta en la Mediateca Centro de Arte Alcobendas el *cuentacuentos* en inglés *Mouse Tales*, dirigido a niños de tres a siete años.

Basado en el conocido libro de Arnold Lobel *Historias de ratones*, está diseñado para reforzar el aprendizaje de este idioma

de manera lúdica y divertida. La actividad tendrá lugar el viernes 14 de octubre a las 17:30 h. Las entradas, gratuitas, se distribuirán el mismo día (máximo, cuatro invitaciones por persona) desde las 16:30 h.

'EL JUGUETÓN'. Los niños de tres a nueve años disfrutarán este sábado, 8 de octubre, de *El Juguetón de los cuentos*, de 17:30 a 19:30 h, en el Centro de Arte Alcobendas. Crearán un cuento colectivo con la ayuda de los monitores y después emprenderán un viaje al mundo de los cuentos de la mano de un contador de historias. ¿Te apuntas?

Los niños de tres años participarán en compañía de un adulto. *El Juguetón* cuenta con 50 plazas infantiles, que se cubrirán por riguroso orden de llegada.

BREVES. 'IMAGINA TU

NOCHE'. Del 7 al 26 de octubre, estarán abiertas las inscripciones para la liga de fútbol sala de *Imagina tu Noche*, que comenzará el 5 de noviembre y se disputará todos los sábados, a partir de las 20 h (excepto algunos puentes o festivos), hasta mayo. Las inscripciones son a través de. Por otra parte, este sábado, a las 20 h, en el Centro de Arte Alcobendas, la Escuela de circo de Alcobendas Scimmie Volanti, organiza una *Noche de Circo*. La entrada es gratuita, previa recogida de invitación -en la entrada del propio centro- desde las 18:30 h, para jóvenes de 16 a 30 años, y desde las 19, para todos los públicos. Máximo: cuatro invitaciones por persona.

TALLER DE 'COACHING'. El jueves 27 de octubre, a las

18 h, tendrá lugar en Imagina un sesión de *Fullcoaching*, dirigida a jóvenes que buscan alcanzar la mejor versión de sí mismos, con el propósito de crecer, innovar y poner en marcha sus mejores cualidades. Las inscripciones se realizan en la web de Imagina (imagnalcobendas.org), son gratuitas y comienzan el 7 de octubre, hasta completar aforo (30 plazas). Tienen prioridad jóvenes de 17 a 35 años empadronados en Alcobendas.

GESTIÓN DE RECREOS

ESCOLARES. El Ayuntamiento ofrece la oportunidad de realizar un curso pionero e innovador donde poder aprender, entre otros contenidos, cuál es la dinámica habitual de un centro educativo y cómo dinamizar el tiempo del recreo y mejorar las relaciones entre los alumnos, con la posibilidad

de realizar las prácticas en el CEIP Gabriel y Galán. Va dirigido a jóvenes de 17 a 35 años, con prioridad para los que trabajen con jóvenes y niños en actividades de ocio. Precio: empadronados, 28,50 euros; trabajadores en Alcobendas, 34,50; y resto, 61 euros. La preinscripción es del 7 al 25 de octubre en imagnalcobendas.org. Las clases serán los jueves 3, 10 y 17 de noviembre, de 18 a 21 h.

FESTIVAL DE MÚSICA. *Boom-Back Series vol.IV* es el festival organizado por la asociación juvenil Waslala y La Cobra Studios hoy, viernes 7 de octubre, a las 18 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias. Habrá concurso y actuaciones. Invitaciones: en taquilla, desde una hora antes. Más información: en los teléfonos 91 654 74 35 y 647 066 495 o a través de waslala@waslala.net.

'Imagina tu Noche'**VALES DESCUENTO**

- **Teatro:** Luis Piedrahita (humor; 4 de noviembre, a las 20 h). Entrega de vales: en Imagina, desde el jueves 13 de octubre; canjeables en el Teatro Auditorio del 18 al 28 de octubre. Precio: tres euros, empadronados; seis euros, trabajadores en Alcobendas. Tienen que presentar el DNI los empadronados, o contrato/nómina/certificado de empresa, los trabajadores en Alcobendas.
- **Cine:** elige tu película de jueves a domingo, y reserva tu entrada *on line* el lunes. Las entradas se venden en Imagina los jueves,

de 19 a 21 h, y los viernes, de 11:30 a 13 y de 18 a 20 h.

- **Bolera:** por dos euros, tienes partida, alquiler de zapatillas y consumición sin alcohol. Pide tus vales desde el jueves en Imagina para el viernes de la semana siguiente. Los vales son para jóvenes de 16 a 30 años. Se entrega un vale por persona.

CLASE DE DANZA DEL VIENTRE

En la Ciudad Deportiva Valdelasfuentes, a las 19:30 h. En colaboración con la Asociación Fun Funk. Para jóvenes de 16 a 30 años. Si no estas inscrito, comprueba si quedan plazas.





CheerXport, campeón de España por parejas y plata por equipos

El equipo de *cheerleading* CheerXport Alcobendas se ha proclamado campeón de España por parejas en la categoría *Partner Stunt* y subcampeón por equipos, lo que les garantiza una plaza para competir en el campeonato de Europa de 2017, en Praga.

Carlos Alonso y Lucía Vargas, entrenadores del CheerXport, superaron a sus rivales en la competición de acrobacias por parejas, convirtiéndose en campeones nacionales. Por su parte, el equipo logró el segundo puesto en *nivel 5 mixto*, un gran resultado teniendo en cuenta que hace apenas un año se trataba de una disciplina desconocida para muchos de sus componentes.

Los campeonatos de España se disputaron en Barcelona los días 24 y 25 de septiembre, en el marco del *Arnold Classic Europe*, con la presencia de más de 200 deportistas, 24 de ellos en representación del CheerXport.

Subvenciones para asociaciones deportivas

Aprobadas definitivamente las subvenciones concedidas a entidades deportivas para 2016. La relación de beneficiarios se puede consultar en la web municipal y en los tablones de anuncios del Ayuntamiento, del Polideportivo Municipal José Caballero y de la Ciudad Deportiva Valde las Fuentes.

Monográfico 'Hipopresivos'

Trabajo abdominal y corrección postural. Las técnicas hipopresivas mejoran la postura, reducen la cintura, disminuyen el dolor de espalda, previenen hernias y frenan la incontinencia urinaria.

Dirigido a: usuarios, hombres y mujeres, tanto abonados como no abonados, mayores de 16 años (contraindicado para personas hipertensas y embarazadas).

Organización: curso de cinco horas, distribuido en sesiones de una hora.

Lugar: gimnasio 1 de la Ciudad Deportiva Valde las Fuentes.

Fechas: sábados 22 y 29 de octubre y 5, 12 y 19 de noviembre.

Grupos de iniciación (nivel 1): de 10 a 11, de 11 a 12 y de 12 a 13 h.

Precio del curso: abonados, 17 euros; empadronados, 21 euros; no empadronados, 31,50 euros.

Inscripciones: abiertas en los departamentos de Usuarios del Patronato Municipal de Deportes (PMD) y en el Servicio de Atención Ciudadana (SAC).

Plazas libres en 'Biodanza y 'mindfulness'

Miércoles, de 10:30 a 12:30 h, en el Polideportivo Municipal José Caballero.



'The Color Run', desde las 9 de la mañana, en Valdelacasa

El domingo, lluvia de colores



Alcobendas recoge el testigo de ciudades como Tokio, Boston, Los Ángeles, París, Roma o Salvador de Bahía al convertirse este domingo, 9 de octubre, en sede de la carrera más divertida del planeta: *The Color Run by Skittles*.

Es una prueba de cinco kilómetros de distancia en la que lo importante sucede durante el transcurso de la carrera, con lluvia de pinturas de colores, y, al final, una vez que todos los par-

ticipantes se encuentren en la *Festival Zone*, donde podrán disfrutar de varias horas de música con los mejores *dj*' internacionales.

La salida se dará a las 9 en la calle Perdiguera, en Valdelacasa. En cada punto kilométrico, en zonas debidamente señalizadas, se lanzarán polvos de colores, no tóxicos y autorizados por Sanidad, hasta llegar al recinto ferial del Parque de Andalucía.

Una vez finalizada la carrera, habrá un espectáculo musical durante cuatro horas, comandado por *dj*' internacionales, entre ellos Carlos Jean y Brian Cross.

Está prevista la participación de más de 4.000 personas, cifra que se puede superar ya que no se ha cerrado el plazo de inscripción: hasta el viernes a medianoche se puede realizar *on line* y el sábado, acudiendo a la zona de recogida de dorsales (CEIP Miraflores).

CORTES DE TRÁFICO

De 7 a 14 h. Avenida de Valdelaparra, sentido ascendente, desde la glorieta del Hotel Amura.

De 7 a 12:30 h:

- Avenida de Peñalara, en su totalidad, los dos sentidos de circulación.

- Valdelaparra, descendente, desde Severo Ochoa hacia el Hotel Amura.

- Calles del Polígono Valdelacasa (Perdiguera, El Yelmo La Pedriza).

De 7:30 a 12.30 h:

- Monte de Valdelatas, desde el casco urbano. Se recomienda salir por el Paseo de la Chopera.

La entrada por la carretera de Fuencarral se verá desviada hacia el Hotel Amura, para entrar al casco urbano por la calle Cantabria.

La salida hacia Valdelacasa se verá desviada, siendo el itinerario más recomendable por el Paseo de la Chopera hacia La Menina. El Polígono Industrial tendrá como mejor entrada y salida la glorieta del Hotel Amura (calle Cantabria).

Alcobendas Chamartín estará en el campeonato de España Base

Los equipos alevín, infantil y juvenil base del Club Gimnástico Alcobendas Chamartín representarán a la Comunidad de Madrid en el campeonato de España, que se celebrará en Valladolid del 8 al 13 de noviembre.

Por su parte, Nadia Fernández consiguió clasificarse para la Copa Base Individual en la categoría cadete.



BREVES. BALONCESTO. El Pacisa Alcobendas comenzó la LF2 arrollando a su rival. En el pabellón Antela Parada se vivió un partido histórico, 109-49 ante el Baloncesto Batalyaws, con una valoración de 145, gracias a los tiros de dos puntos, en los que convirtió 39 de los 47 lanzados. Destacar la aportación de Aitana Cuevas, con un *triple doble*: 20 puntos, 11 rebotes y 11 asistencias. Precisamente, la pívot del CB Alcobendas formará parte, junto con su compañera Paula Palomares, de la selección española 3x3 que jugará el campeonato del Mundo en China. España está encuadrada en el grupo C, junto a Italia, EEUU, Japón y China Taipei.



En liga EBA, victoria del NCS Alcobendas en la cancha de Fuenlabrada 69 a 81, con cuatro jugadores con dobles dígitos contribuyendo a la victoria de los de José Antonio Ramírez, que se colocan cuartos. El sábado se enfrentan a Azuqueca en el pabellón Antela Parada a las 19:30 h.

BALONMANO. Duro correctivo para el Helvetia BM Alcobendas en el pabellón de Los Sueños, donde recibió al líder de la liga, el Mecalía Atlético Guardés, que se llevó el triunfo por un cómodo 17-31. El equipo de Félix García no pudo contar con Teresa Francés y Emma Boada. Los chicos de Secin Group BM Alcobendas disputaron la primera eliminatoria de Copa del Rey, con victoria por 36-32 ante el Handbol Bordils que les clasifica para la siguiente ronda, que también será en

Los Sueños y ante el Bidasoa, un histórico, del balonmano español. Previamente, este sábado 8, a las 18 h, juegan en casa frente al BM Cisne.

HOCKEY SOBRE PATINES. El Reicomsa Patín Alcobendas sigue *de dulce* en su retorno a la OK Liga. Gran remontada ante el Lloret (3-4), segunda victoria y colíderes junto al FC Barcelona. César Candanedo y Gonzalo Pérez, con dos cada uno, fueron los goleadores de la victoria. El equipo dirigido por Keko Iglesias vuelve al pabellón A este sábado para jugar contra el CP Vilafranca a las 20 h.

RUGBY. El pasado fin de semana hubo jornada doble en Las Terrazas, saldada con sendas victorias de los dos primeros equipos del Sanitas Alcobendas Rugby. El de División de Honor se muestra arrollador y logró una victoria contundente por 63-26 ante el Getxo Artea, resultado que les deja colíderes junto a El Salvador. Por su parte, el equipo de División de Honor 'B' también logró la victoria, 52-33, frente al Cáceres, siendo este su primer triunfo de la temporada.



TRIATLÓN. Esther Leal, de la AD Ecosport Triatlón, participa este fin de semana en el *Ironman Hawaii*, que se disputa en la isla de Kailua-Kona. Es el más prestigioso triatlón, considerado el mundial de esta categoría, que consiste en 3,8 kilómetros de natación, 180 kilómetros en bici y correr una maratón (42,195 kilómetros).

TRABAJO

OFERTA

www.alcobendas.org
Bolsa de empleo



Soporte atención a clientes y administración para software de gestión de centros deportivos. Horario de 11 a 20 h, preferible inglés alto. info@syltek.com.

Oficial/a de peluquería con experiencia para salón de señoras en Alcobendas. Media jornada. 667 555 596.

Ayudante/a y oficial/a de peluquería para media jornada. 91 654 57 43.

Interna para cuidar a señora mayor en El Vellón. 622 785 348.

Recepcionista para academia de danza. Horario: de 17 a 21 h, de lunes a jueves. info@kirtanvictorullate.com.

Profesor de inglés con experiencia en clases de preparación CAE de Cambridge. 686 715 636.

Profesor de matemáticas financieras para clases particulares de grado en Contabilidad y Finanzas por las mañanas. [WhatsApp](https://www.whatsapp.com). 660 395 610.

Estas son algunas de las ofertas que se han gestionado en la Bolsa de Empleo y que no han sido cubiertas con las personas inscritas y de alta.

DEMANDA

Cuido niños, mayores, limpio casas, portales, externa o por horas. 631 845 756.

Limpio casas, cuidado niños, plancho, tardes. 639 288 441.

Cuido niños, labores del hogar. 687 016 224.

Limpio casas, portales, oficinas, colegios, plancho. 635 877 705.

Reponedora, cajera, cuidado niños, mayores. 612 458 293.
Cuido niños, mayores, limpio, plancho, mañanas. Dependiente de pescadería en supermercados, hipermercados. 632 878 814.

Cuido niños, mayores, cocino, plancho. 632 708 871.

Limpio, cuidado niños, mayores, mañanas. 642 140 144.

Busco trabajo por horas, lunes y jueves por la mañana, martes y viernes por la tarde. 677 199 687.

Limpio portales, viviendas, mañanas. 602 672 510.

Empleada de hogar. 693 298 302.

Mantenimiento, jardinería, piscinas, conserje. 722 221 527.

Cuido niños, mayores, limpio. 602 552 883.

Limpio, cuidado niños. 631 133 272.

Cuido mayores, empleado de finca, tareas del hogar, interno, externo, por horas. 602 672 443.

Cuido mayores, por horas a tiempo completo. 600 864 348.

Auxiliar de geriatría, cuidado mayores, dependientes y válidos, en domicilios, residencias y/o hospitales. 602 613 929.

Auxiliar de enfermería y de puericultura, cuidado mayores, niños, limpio, plancho, cocino. 619 289 526.

Cuido mayores, limpio, tardes o noches. 632 941 303.

Cuido niños, mayores, limpio viviendas. 665 249 498.

Cuido niños, mayores, limpio, plancho, por horas. 600 868 195.

Labores del hogar, cuidado niños, externa o por horas. 631 639 340.

Licenciada en Filología Inglesa, doy **clases** de inglés, todos los niveles y conversación, también corrección y traducción de documentos. 618 985 220.

Llevo y recojo niños del colegio, ayudo con la merienda y tareas escolares. 647 749 276.

Limpio, plancho, cocino, cuidado niños y mayores, por horas. 645 625 459.

Labores del hogar, cuidado niños, por la mañana. 631 278 730.

Jardinero para empresas, comunidades, casas particulares. 648 078 529.

Busco trabajo, interna, externa, restaurantes, oficinas. 631 154 389.

Limpieza del hogar, oficinas, portales, plancho, cuidado niños. 622 122 027.

Tareas domésticas, martes y jueves. 651 174 384.

Limpio casas, cuidado niños, mayores, a partir de las 13 h. 631 806 251.

Limpio, plancho, por horas, también fines de semana. 638 049 101.

Clases de inglés a ESO y bachillerato. 699 589 571.

Ayudante de cocina, cuidado mayores, limpio, plancho, mañanas. 602 353 163.

Deshollinador, limpio chimeneas y calderas de gasoil, gas, carbón, leña, montó chimeneas y cassettes de leña. 669 439 778.

Licenciada en Filología Inglesa, doy **clases** de inglés y lengua española, cuidado niños, paseo perros. 91 662 15 63.

VIVIENDAS VENTAS

Casa individual en c/. Tajo, 2 plantas, 200 m., 3 dormitorios, terraza y trastero, calefacción y aire acondicionado. Planta baja para local comercial, garaje o vivienda. 660 606 880.

Cambio piso de 2 habitaciones, zona Fuente Lucha, 61 m., 2 baños, cocina americana, 2 plazas de garaje, trastero, piscina comunitaria, por piso de 3 habitaciones en misma zona o alrededores. 630 333 042.

Compro piso, última planta con ascensor, zona Marqués de la Valdevia/Valdelasfuentes. 180.000-200.000 €. 619 002 446.

ALQUILER

Habitación individual, cerca de Renfe, bus, metro. 634 805 526.

Busco piso, 3 habitaciones. 550 €. 675 691 140.

Habitación individual, baño completo. 300 €, gastos incluidos. Llamar noches. 91 843 60 06.

Habitación. 696 790 154.
Busco piso de 2 o 3 habitaciones. 602 540 683.

Habitación para chicas en zona centro. 649 448 801.

TERRENOS Y LOCALES

Alquiler **local** con trastero en galería comercial. 611 257 767.

Alquiler **plaza de garaje** en c/. San Antonio. 60 €. 699 961 849.

Alquiler **local-oficina** en parte baja de Avenida de España, 35 m. 657 176 326.

Alquiler **plaza de garaje**. 671 443 275.

Traspaso **bar restaurante**, barrio Centro. 15.000 €. Alquiler: 700 €. 651 377 486.

Alquiler **plaza de garaje** en c/. Marqués de la Valdevia, zona Renfe Valdelasfuentes. 649 067 020.

Alquiler **2 plazas de garaje** en c/. Melilla, una para coche y moto y otra para coche. 617 975 537.

Alquiler **plaza de garaje** en Paseo de la Chopera. 65 €. 665 668 662.

Alquiler **plaza de garaje** en Plaza de la Artesanía. 609 097 576.

Alquiler **plaza de garaje** con protectores frontal y lateral en c/. Ruperto Chapí. 65 €. 630 359 167.

Vendo **plaza de garaje** en c/. Doctor Ángel Olivares. 666 667 486.

Vendo **bar cervecería** en San Sebastián de los Reyes, 140 m., amplia cocina y salón independiente. 220.000 €. 660 273 262.

Vendo **plaza de garaje** en zona 'pintores'. 647 283

934.
Vendo o alquiler **plaza de garaje** en Avenida de España, otra en Plaza de Rosa Chacel y en Tres Cantos. 676 322 494.
Vendo **plaza de garaje** en c/. Melilla. 670 496 106.

VEHÍCULOS

Moto Vespino con antirrobo pitón. 350 €. 650 223 769.

VARIOS

Dormitorio en madera de raíces antiguo, armario de 3 cuerpos, cómoda, espejo, mesilla y silla. Armario de dos puertas dobles. 616 765 561.

Encontrada muñeca de comunidad el día 24/09/16 en c/. Ramón y Cajal. 679 197 449.

Compro Scalextric antiguos. 639 660 935.

Tres entradas para la obra "El dúo de la africana" el sábado 3 de diciembre de abono general. 657 060 739.

Mesa de comedor extensible y 4 sillas, monitor color 17" y 2 altavoces. 626 111 559.

Pantalla de ordenador, chaqueta de piel talla S, freidora dietética. 649 383 368.

Conjunto CasualPlay de 2 piezas formado por silla de paseo y portabebés grupo 0, homologado para el automóvil con bolso a juego, plástico para la lluvia y soporte para sombrilla. 600 907 478.

Patines en línea de la marca Roces, talla 39, color blanco, morado y negro. 630 331 732.

Necesito ropa, cuna, zapatos, trona para bebés gemelos. 602 353 163.

Minimoto. 620 778 681.

Entrada para el espectáculo "Duch National Ballet" en el Teatro Auditorio de Alcobendas y otra para "Chefs" de Yllana el 29/10/16 en el Auditorio de San Sebastián de los Reyes. 620 192 515.

PROGRAMACIÓN MUNICIPAL

TEATRO AUDITORIO CIUDAD DE ALCOBENDAS

C/. Blas de Otero, 4. Teléfono: 91 659 77 21. Taquilla: de martes a viernes, de 18 a 20 h, y una hora antes del inicio.

CULTURA EN FAMILIA. TEATRO-MUSICAL. *Tarzán, el musical.*

Sábado 8 de octubre, a las 18 h. Precio: 4 y 6 €.

PURO TEATRO. TEATRO. *Interrupted.* Jueves 13 de octubre, a las 20 h. Precio: 10 €.

CONCIERTO BENÉFICO. *Del blanco y negro al color. A*

favor de la Fundación Ana Carolina Díez Mahou. Orquesta Metropolitana de Madrid y Coro Talía. Viernes 14 de octubre, a las 20 h. Precio: 12 €.

CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS

C/. Mariano Sebastián Izuel, 9. Teléfono: 91 229 49 40.

Taquilla: viernes, de 17 a 19:30 h; sábados, de 11 a 13:30 y de 17 a 19:30, y una hora antes del inicio.

EXPOSICIONES:

- *El Mundo guarda la memoria de todos los rastros, de la Colección de Carlos Vallejo.*

- *El Gran Estudio, de Martín Silva.*

Visita guiada a ambas exposiciones: sábado 8 de octubre, a las 11 h.

- *Panta rei/Los objetos desobedientes, de Blanca Gracia.*

CENTRO CULTURAL ANABEL SEGURA

Avenida de Bruselas, 19. Teléfono: 91 484 16 85. De lunes a viernes, de 10 a 21 h, y sábados de 16:30 a 20.

EXPOSICIÓN:

Almas en tránsito. La India, tres miradas. (Fotografía).



Inauguración: jueves 13 de octubre, a las 19:30 h.

VENTA DE ENTRADAS PARA ESPECTÁCULOS DE PAGO: en la red de taquillas municipales, en ticketea.com y en el 902 044 226.

ALCOBENDAS EN LAS REDES

Ayuntamiento de Alcobendas    



Asociaciones de Alcobendas  

Bolsa de Empleo Alcobendas  


Casa de la Mujer Alcobendas  



Centro de Arte Alcobendas  

Comercios Alcobendas  

Conecta Alcobendas  

Consumo Alcobendas  



Deportes Alcobendas  



Escuela de Música y Danza de Alcobendas  

Imagina Juventud Alcobendas  



Mediatecas Alcobendas  



Participación Alcobendas  



PIC.A Alcobendas  



Policía Local Alcobendas  

Protección Civil Alcobendas  

Salud Alcobendas  

StartUp Alcobendas  

Teatro Auditorio de Alcobendas  

Universidad Popular Miguel Delibes  

Vayas donde vayas, mejor en transporte público



Cines

Hasta el 13 de octubre.

KINÉPOLIS DIVERSIA

Parque de Ocio Diversia.
Entradas: www.kinopolis.es.

BRIDGET JONES' BABY

CAPTAIN FANTASTIC

CIGÜEÑAS

CUERPO DE ÉLITE

EL HOGAR DE MISS PEREGRINE

PARA NIÑOS PECULIARES

EL HOMBRE DE LAS MIL CARAS

FLORENCE FOSTER JENKINS

JUEGO DE ARMAS

LA FIESTA DE LAS SALCHICHAS

LOS SIETE MAGNÍFICOS

MASCOTAS

MECHANIC: RESURRECTION

NO RESPIRES

PETER Y EL DRAGÓN

UN MONSTRUO VIENE A VERME

ÓPERA EN DIRECTO: SAMSON ET

DALILA

CINESA LA MORALEJA

Centro Comercial La Moraleja.

Entradas: ServiCaixa 902 333 231 y en www.cinesa.es.

BRIDGET JONES' BABY

CAFÉ SOCIETY

CIGÜEÑAS

EL HOGAR DE MISS PEREGRINE

PARA NIÑOS PECULIARES

EL HOMBRE DE LAS MIL CARAS

FLORENCE FOSTER JENKINS

LOS SIETE MAGNÍFICOS

MASCOTAS

UN MONSTRUO VIENE A VERME

ÓPERA EN DIRECTO: SAMSON ET

DALILA

FARMACIAS DE URGENCIA

DEL 7 AL 14 DE OCTUBRE:

- De 9:30 a 23 h:

Paseo de la Chopera, 71.

- De 23 a 9:30 h:

Avenida de la Ermita, 2.



010

SAC Ayuntamiento de Alcobendas

Plaza Mayor, 1.

Horario: de lunes a viernes, de 8:30 a 14:30 y de 16 a 19 horas. Sábados, de 10 a 13 horas.

Julio, agosto y Navidad, sólo por las mañanas.

SAC Distrito Centro

Plaza del Pueblo, 1.

SAC Distrito Norte

Avenida de la Magia, 4.

SAC Distrito Urbanizaciones

Avenida de Bruselas, 19.

Horario: de lunes a viernes, de 8:30 a 14 horas.

Servicio de atención telefónica: 010

Desde fuera de Alcobendas o desde móviles 91 484 31 99.



Atención telefónica a personas sordas mediante chat en www.alcobendas.org

Obtenga su ticket en la APP de Alcobendas o en www.alcobendas.org

✉ sac@aytoalcobendas.org

www.alcobendas.org

VIERNES 7

17:30 H. ESPACIO MIGUEL DELIBES CUENTACUENTOS

Los cuidadores de letras. Para niños de tres a siete años.

20 H. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS CINE EN VERSIÓN ORIGINAL

Se proyectará la película francesa *13 Tzemeti*. Organiza: Asociación Cine Invisible.

20 H. LA ESFERA BAILES DE SALÓN
A las 18 h, *Tardes de Baile de Mayores*. Entrada: 1,04 euros. Y a continuación, a las 22 h, *Noches de Bailes de Salón*. Entrada: 4,50 euros.

20 H. LA ESFERA FIESTA DE LA VENDIMIA
Organizada por la Casa de Castilla-La Mancha. El viernes, desde las 20 h, pregón y vino de honor. El sábado, desde las 11, pisada de uvas, bailes y degustación de migas manchegas. Domingo, a las 11:30, romería desde la Esfera hasta la iglesia de San Pedro, donde habrá misa.

SÁBADO 8

11 H. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS VISITAS GUIADAS
A las exposiciones *El gran estudio*, de Nacho Martín Silva, y *El mundo guarda la*

memoria de todos los rastros. CV Colección.

18 H. TEATRO AUDITORIO TARZÁN, EL MUSICAL
Espectáculo para toda la familia recomendado para mayores de seis años. Entradas: 4 y 6 euros.

20 H. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS NOCHE DE CIRCO
Malabares, acrobacias, rueda *cyr...* Organiza: Escuela de circo Scimmie Volanti. Invitaciones: desde una hora y media antes.

21:30 H. MUNCY OBSERVACIÓN DE LA LUNA
Actividad para toda la familia. Monitores especializados guiarán la observación a través de seis telescopios.

DOMINGO 9
11 H. ARROYO DE LA VEGA (ROSALEDA) PASEO DEL ARTE
Exposición artística en un entorno natural. Organiza: Asociación Artistas del Pueblo.

12 H. CENTRO CULTURAL PABLO IGLESIAS CIRCONCIENCIA
Espectáculo educativo para toda la familia. Un

acercamiento a la ciencia a través del circo. Entradas: niños, 5 euros; adultos, 7. Reservas anticipadas (niños, 3 euros; adultos, 4) en circosv@gmail.com.

MARTES 11

21 H. RESTAURANTE SILK&SOYA FIESTA BENÉFICA
Organizada por antiguos alumnos del colegio General Crespo. Entradas: 10 euros (5 se destinarán a la fundación Síndrome de West). Venta anticipada: en el teléfono 606 792 300 y en sindromedewest.org.

JUEVES 13

19:30 H. CENTRO CULTURAL ANABEL SEGURA EXPOSICIÓN
Inauguración de la muestra fotográfica *Almas en tránsito. La India, tres miradas*. Proyecto de tres reporteros de televisión sobre la realidad cotidiana de este país. Hasta el 12 de noviembre.

20 H. LA ESFERA ENTRECASAS
La Casa de Extremadura ofrece una degustación. Antes, Esmeralda Carroza presentará su libro *Poemas rústico cómicos* y teatralizará alguno

de sus poemas.

20 H. TEATRO AUDITORIO PURO TEATRO
Interrupted. Divertida comedia sobre el éxito. Entradas: 10 euros.

VIERNES 14

17:30 H. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS CUENTACUENTOS EN INGLÉS
Mouse Tales, a cargo de Estibi Mínguez y basado en el libro *Historias de ratones*. Para niños de tres a siete años. Invitaciones: el mismo día.

20 H. LA ESFERA ENTRECASAS
Actuación de los grupos de baile de las casas de Andalucía y Castilla y León. Actuación de la cantante María Gracia y degustaciones gastronómicas. Entrada: 2 euros.

20 H. TEATRO AUDITORIO DEL BLANCO Y NEGRO AL COLOR
Concierto a cargo de la Orquesta Metropolitana de Madrid y el Coro Talía, dirigidos por Silvia Sanz. Temas de cine. A beneficio de la Fundación Ana Carolina Diez Mahou. Entradas: 10 euros.

NI EN TU CASA, NI EN LA DE TODOS

Multas de hasta 1.200 euros

Alcobendas, la casa de todos

www.alcobendas.org |  



#YoLoHagoBien