



Sietedías



En Alcobendas, en septiembre descendió el desempleo



Participa y elige las luces de Navidad que más te gusten



'The Gagfather' y el humor de Yllana resuenan en el Teatro



Este fin de semana, el 'universo friki' invade Alcobendas

NIÑOS CON TDAH

Soy madre de un niño TDAH, es un niño maravilloso al que se le olvidan las cosas algunas veces. Eso no quiere decir que sea malo, o que no tenga interés, simplemente se le olvida. Mi carta es para llamar la atención de profesores, decirles que la forma de enseñar no es castigando, sino motivando. Por favor, un TDAH no es un niño rebelde, es un niño con una baja autoestima que no necesita castigos, solo un poco de paciencia.

Tu madre que te adora

AGRADECIMIENTO

Simplemente, unas líneas para agradecer de nuevo vuestro apoyo a Womenalia.

Para nosotros fue un orgullo contar con la presencia de 'nuestro Ayuntamiento' el gran día de Womenalia, el día del Inspiration Day. Como sabéis y os hemos repetido tantas veces como nos ha sido posible, estamos encantadas de pertenecer a una ciudad en la que somos visibles y en la que la colaboración público-privada existe y se promociona. Os llevamos con nosotros en el día a día de nuestra actividad. Mil gracias equipo de Alcobendas, ciudad emprendedora de verdad.

Pilar Roch. Womenalia

CAMPO DE FÚTBOL

Hoy he recibido un balonazo, proveniente del campo

de fútbol del colegio Aldo-vea, a una velocidad bestial. Por suerte, estaba tirando la basura y me ha protegido la tapa del contenedor, que se ha cerrado violentamente por el impacto pero que me ha evitado el golpe directo. Este tipo de hechos se producen muy a menudo, pues, a pesar de la red de varios metros de altura que han colocado, no evita que los balones salgan disparados, produciendo daños y golpes en las viviendas que hay enfrente del campo, y lo máximo que hacen los jugadores es asomarse por encima de la valla y decir que les devuelvas su balón. Les da igual los daños, golpes o sustos que provocan, ellos se justifican

Escuela Municipal de Música y Danza. Plazas libres

Preinscripción: se realizará la entrevista previa con el profesorado.

AULA DE DANZA

Entrevistas: lunes, martes, miércoles y jueves, a las 17 h, avisando previamente en secretaría de la Escuela.

Sin conocimientos previos

- A partir de 14 años: talleres: *Clásico* (horario según nivel), *Contemporáneo* (horario según nivel), *Español* (horario según nivel) y *Mañanas abiertas a la danza* (jueves, de 11 a 12:30 h).

Con conocimientos

- A partir de 9 años: *Clásico* (horario según nivel), *Contemporáneo* (horario según nivel) y *Español* (horario según nivel).

AULA DE MÚSICA

Entrevistas/pruebas: los mismos días en los que se imparte la actividad, avisando previamente en secretaría.

Sin conocimientos previos

- Entre 0 y 3 años: *Música para bebés* (dirigido a madres y/o padres con bebés que deseen vivenciar los beneficios de la música junto a su hijo. Miércoles por la mañana).
- A partir de 5 años: *Coro Arco Iris* (jueves, de 18 a 19 h).
- A partir de 9 años: *Coro Trébole* (jueves, de 19 a 20:30 h).
- A partir de 14 años: *Batucada* (horario en viernes tarde, según nivel) y *Canto* (jueves, de 19 a 20 h).

COROS DE COLEGIOS

La matrícula se deberá realizar en la secretaría de la Escuela de Música y Danza.

Dirigido a alumnos de 2º a 6º de Primaria

- Coro Emilio Casado (martes, de 14 a 15 h).
- Coro Tierno Galván (lunes, de 13 a 14 h).
- Coro Bachiller Alonso López (viernes, de 13 a 14 h).
- Coro García Lorca (martes, de 13 a 14 h).
- Coro Luis Buñuel (viernes, de 14 a 15 h).

Tendrán prioridad las personas empadronadas en Alcobendas.



diciendo que solo están ahí para jugar al fútbol y que ellos alquilan el campo; si tienes quejas, que se lo digas a los dueños. De siempre, el colegio Aldovea tenía ahí un patio de recreo y los alumnos jugaban a diario en horario escolar. Hace 3 años se construyó un campo de fútbol profesional, con torres de iluminación más altas que las viviendas que hay justo enfrente. Los vecinos nos encontramos a escasos metros de nuestras casas con partidos de fútbol semiprofesionales, con jugadores y entrenadores que gritan y se insultan, árbitros pitando cada 2-3 segundos, aficiones con silbatos, trompetas y sirenas de gas comprimido, se cambian en la calle evitando los vestuarios, orinan en la valla interior, lo cual produce un hedor asqueroso, aparcan en pasos de peatones o sobre la acera. No tenemos ‘derecho’ a descansar ni un solo día, en una calle ya de por sí acosada a diario (manzana de los colegios) y unos jugadores y participantes de los eventos muy poco respetuosos con el entorno y descanso de los vecinos.

Creo, sinceramente, que los vecinos tenemos nuestros derechos, pues así se refleja en el documento publicado por el Ayuntamiento de Alcobendas sobre Civismo y Convivencia, al descanso y al respeto.

Nuria Stisin

REGALO EXTRAVIADO

El martes 29 de septiembre, sobre las 8 de la mañana, mi hija pequeña extravió en la parada de autobús de Marqués de la Valdavia (Plaza de la Artesanía) una bolsa con un regalo para una amiguita. Un regalo muy especial porque está hecho por nosotras

con mucho cariño (un cojín personalizado de ellas juntas). Por favor, si alguien lo encontró, que lo entregue en Objetos Perdidos del Ayuntamiento o a través de esta publicación. Muchas gracias a la persona que lo recogió, porque seguro que nos avisará, confiamos en ello, hará feliz a dos niñas que tienen un gran disgusto.

ASFB

BOLSA DE EMPLEO

‘Varón de 41 años, vecino de Alcobendas, ingeniero con más de 15 años de experiencia, actualmente desempleado’ podría ser una forma de describirme. Hoy, por mucho esfuerzo que hayas realizado para ‘ganarte la vida dignamente’, un desempleado pasa por momentos muy duros. Cuando acudí al departamento de Empleo del Ayuntamiento de Alcobendas no esperaba nada, pero, lejos de eso, encontré profesionalidad y humanidad. Hace unas semanas me llamó una empresa: el departamento de Empleo del Ayuntamiento de Alcobendas les había enviado mi currículum. Tras un largo proceso de selección, ya estoy en la última fase, casi sin dormir por saber si me contratarán. Durante este tiempo, el departamento de Empleo del Ayuntamiento se ha estado interesando. Cada llamada que les he hecho ha sido atendida al instante, nunca he sentido que se habían olvidado de mí. Y no imaginan cuánto significa eso; sientes que hay alguien a quien importas y además quiere ayudarte.

Gracias al equipo que forma el departamento de Empleo del Ayuntamiento, a Elena, a Pilar, quien con tanta profesionalidad



Edita: Ayuntamiento de
ALCOBENDAS

ALCALDE PRESIDENTE:
IGNACIO GARCÍA DE VINUESA

Directora de Comunicación:
Teresa Alonso-Majagranzas

Redacción y publicidad:
Plaza Mayor, 1, 3ª planta.
Teléfono: 91 659 76 00.

28100 Alcobendas (Madrid).

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 Calonge

Marta Sanz

Fotografía:

José Luis Chillida

Carmen Martínez

Corrección de textos:

Pedro I. Gómez

Apoyo a Redacción:

Charo Hernando

María Montilla

Colaboradores en Fotografía:

Javier Arcenillas

David Villar

Preimpresión digital:

Departamento de Comunicación

Imprime: **Litofinter.**

Distribuye: **Ofinotrib-Gupost.**

Depósito Legal:

M. 3.520-1986

Tirada:

48.000 ejemplares.

Distribución gratuita.

Puedes acceder a

Sietediásdigital en:

www.alcobendas.org



Impreso en papel
reciclado

siempre me ha atendido, al resto de personal que hace que esa maquinaria funcione, y a su directora, M^a Jesús, quien me consta que sigue como algo personal a cada desempleado inscrito en esa bolsa de empleo. Quiero daros las gracias por la labor que hacéis, por la profesionalidad, la humanidad y el interés. Gracias por todo.

Alejandro M.

REDUCIR LA VELOCIDAD

Vivo en la calle de los Sueños en la parte que hace esquina con la avenida de la Ilusión. No entiendo cómo en esta avenida, en la parte que comprende entre la calle de la Felicidad y la calle de la Magia, no se ha instalado un badén o cualquier medida que haga que los vehículos tengan que reducir su velocidad. Cada

día que cruzamos al otro lado de la calle, ya sea para pasear o sacar al perro, te juegas la vida porque los coches, en vez de parar, aceleran, y más de una vez han estado a punto de atropellar a alguien. Por favor, tomen medidas por la seguridad de todos.

Alberto Abril

VERBUS

He leído en SietedíaS que se ha puesto vigilancia especial en las rutas de autobuses urbanos. Me parece todo perfecto, vigilancia, señalización, etc. Pero noto una carencia importante y es el control, vigilancia y nuevos exámenes a los conductores. Control de alcohol y otras sustancias, vigilancia de la velocidad, dejar los espacios, pasos de cebra y exámenes de educación.

Seguro que un altísimo porcentaje no lo necesita, pero como no se sabe quiénes son los que necesitan, ¡a todos! Y un lugar o teléfono donde informar de las infracciones de los conductores. Avisenles y lo mismo no hace falta el examen.

Por una ciudad más segura, eficiente y sostenible.

Florentino García

Dirija su carta a SietedíaS: Plaza Mayor, 1-3^a 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.



Tuits de #Alcobendas

ER2015RRSS @ROMERAL2015RRSS

@ALCBDS_Empleo @ALCBDS_Ayto Estar en PARO no significa estar PARADO! Ponte a caminar, quien busca encuentra!

Eduardo García Llama @EGarciaLlama

Celebro el apoyo a la ciencia en #Alcobendas desde el @ALCBDS_Ayto

La Mano Fest @LaManoFest

No olvidéis que este sábado presentamos #LaManoFest2015 en las Noches Cinéfilas de Imagina Juventud Alcobendas....

Pedro Robledo @Pedro_Robledo

Wozniak está esta semana en España, y cómo no, ha pasado por #Alcobendas para hablar de Apple y de emprendimiento.

Interesanting @interesanting1

El Muncyct de Alcobendas instala un túnel interactivo único en el mundo para explicar la física de las partículas.

Cruz Romón @cruzsolo

Con ganas de ver FINALLY TOGETHER de JAVIER CALLEJA @ALCBDS_CArte #Alcobendas.

CIUDAD | Datos de la 'Encuesta de usos de internet en Alcobendas' realizada en 2015

El 92% de los hogares de Alcobendas tiene acceso a internet y el 81% se conecta a diario

El 91,8% de los hogares de Alcobendas tiene acceso a internet, según refleja la *Encuesta de usos de internet en Alcobendas* realizada en febrero de 2015. La penetración de la red en nuestra ciudad se sitúa 18 puntos por encima de la media de España y 13 puntos por encima de la europea.

La encuesta municipal señala que hay más usuarios de internet (88,3%) que de ordenador (86,5%), por la creciente utilización de dispositivos móviles para la conexión a la red. El teléfono móvil está en manos de casi toda la población (98,5%) y uno de cada dos personas ha realizado alguna operación de comercio electrónico en los últimos tres meses, casi el doble que la media de España.

Internautas y redes

El 88,3% de los encuestados afirma haberse conectado a internet en los últimos tres meses, 12 puntos más que la media de España, y de ellos, un 91,5% lo hace con una frecuencia diaria. Los niveles de uso son prácticamente universales entre los menores de 45 años, los estudiantes y las personas con estudios universitarios. Y entre las personas de 65 años o más, el 41% son usuarios con ac-

ceso diario a internet.

Tres de cada cuatro internautas utilizan un dispositivo móvil para acceder a internet y nueve de cada 10 utilizan el móvil. Un 97% lo hace para leer el correo electrónico; el 95%, para buscar información; un 88%, con mensajería instantánea, foros y chats; y el 81%, para buscar noticias en periódicos o revistas digitales.

Un 96% ha interactuado en redes sociales en los últimos tres meses, y dos de cada tres usuarios tienen una gran vinculación, pues



se conectan a diario. Facebook es la red social más utilizada (89%), seguida por Twitter (38%) e Instagram (10%).

'WHATSAPP' ATERRIZA EN WWW.ALCOBENDAS.ORG

La web municipal **www.alcobendas.org** da otro paso más en la interacción con los usuarios al permitir compartir la información del portal a través de la aplicación *WhatsApp*. Cuando el visitante navega con su móvil por el portal municipal y desea compartir el contenido con quien quiera, tan sólo tiene que hacer clic en el icono verde *WhatsApp* y automáticamente se le abrirá esta aplicación de su teléfono y podrá enviar el enlace a un contacto o a un grupo. Por el momento, los contenidos del portal más compartidos son los ejercicios para estimular la mente de *Memoria y lenguaje*, el Centro de Información y Documentación de la Casa de la Mujer y la Bolsa de Empleo Municipal.

La web municipal potencia la interacción de los usuarios y permite compartir la información de **www.alcobendas.org** en las redes sociales Facebook y Twitter y en el servidor de correo Gmail, opciones a las que se une ahora *WhatsApp*, una aplicación que poseen siete de cada 10 personas con móvil en nuestro país.

El año pasado, la web del Ayuntamiento superó por primera vez el millón de visitas y uno de cada cuatro internautas se conectó a través de móvil, una tendencia que ha ido creciendo durante 2015. En 2014 se implementó la adaptación visual de las secciones y contenidos de la web a cualquier resolución de pantalla para mejorar así la navegación y accesibilidad de todos los usuarios.

Alcobendas, miembro vocal de la Red CIVINET España

La Red CIVINET España y Portugal ha celebrado el taller denominado *Las ciudades y la Bicicleta*. Desde que se creó en 2009, viene realizando talleres y eventos relacionados con los temas de interés. El estudio de la bicicleta era una demanda de muchas ciudades, ya que ocupa una parte muy importante de la movilidad sostenible, su uso ha crecido exponencialmente en casi todas las ciudades españolas y portuguesas y entra en la agenda política de los municipios.

Tras el taller, se desarrollaron la Asamblea Extraordinaria y la Junta Directiva de la Red, eligiéndose la nuevas presidencias para el periodo 2015-2017. La presidencia y vicepresidencia españolas corren a cargo de las ciudades de Santander y Murcia, respectivamente. Alcobendas es miembro vocal. Más de 30 ciudades forman parte de la CIVINET, una red gratuita de ciudades interesadas en la movilidad sostenible y que se mantiene por la colaboración de las ciudades y con las ayudas de la Comisión Europea.



*Cambia
de marcha*

GRAN LIQUIDACION TOTAL POR REFORMA

**MUEBLES * SOFÁS * CHAISLONGES
MESAS * SILLAS * CANAPES * COLCHONES
* SOMIERES * DECORACION**

TODO A PRECIO DE COSTO

**FINANCIACIÓN GRATUITA
12 MESES SIN INTERESES**

SOLO HASTA EL 17 DE OCTUBRE

DE 10:00 A 14:00 Y DE 16:30 A 20:30



AVD. VALGRANDE, 31 - ALCOBENDAS - 91 484 06 31

Muebles - Tapicería - Descanso, Mesas
Sillas, Dormitorios, Juveniles, Decoración

COMPRUEBE ALGUNOS DE NUESTROS MEJORES PRECIOS

* MUEBLES DE SALON desde	99 €
* DORMITORIOS MATRIMONIO desde	69 €
* DORMITORIOS JUVENIL desde	199 €
* SOFAS 2 PLAZAS desde	99 €
* CHAISLONGES DE 2,65 desde	359 €
* MESAS COMEDOR desde	59 €
* SILLAS desde	12 €
* CANAPES DE MADERA 135 X 190 desde	99 €
* COLCHONES VISCOLASTICA 135 X 190 desde	129 €
* SOMIERES LAMINAS MADERA 135 X 190 desde	30 €

SOLO HASTA EL 17 DE OCTUBRE



AVD. VALGRANDE, 31 - ALCOBENDAS - 91 484 06 31

Estos precios incluyen el I.V.A. Transporte y montaje NO incluidos
Los precios anunciados son validas salvó error tipográfico, hasta fin de existencias
*Financiación sujeta a la aprobación de la entidad financiera



IMPULSO ECONÓMICO | 66 empresas acceden a las subvenciones convocadas para este fin el pasado mes de mayo

El Ayuntamiento fomenta la apertura de nuevas empresas

Un total de 66 empresas accederán a las subvenciones para el fomento de la instalación de nuevas empresas que el Ayuntamiento de Alcobendas convocó el pasado mes de mayo, cuyo

importe total asciende a 58.000 euros.

El objeto de esta convocatoria es fomentar e impulsar la instalación de actividades empresariales en Alcobendas como medida genera-

dora de riqueza y empleo en la ciudad. A la convocatoria se presentaron 77 solicitudes, de las cuales 66 cumplían los requisitos de las bases de la misma.

Se han concedido subvenciones por un total de 6.400 euros a 16 empresas de actividades iniciadas sin local comercial y cuya tramitación no se realizó a través del Punto de Atención al Empleado (PAE), y a otras 17 empresas iniciadas sin local comercial pero tramitadas a través del PAE, por un total de 8.500 euros. También han sido subvencionadas por un total de 29.900 euros 23 empresas con local y no tramitadas en el PAE, y otras 10 con local y tramitadas a través del PAE, por un total de 14.000 euros.

📌 @ALCBDS_Empleo

DATOS DEL PARO EN SEPTIEMBRE. En Alcobendas, el paro registró un descenso de 23 personas en el mes de septiembre (-0,35), situándose en 6.525 el número de personas desempleadas en nuestra ciudad. En relación a septiembre del año pasado, el desempleo ha descendido un 11,41%, lo que supone 840 desempleados menos que hace un año.

La evolución del desempleo en Alcobendas en los meses de septiembre de los tres últimos años ha sido la siguiente: en 2013, 8.137 desempleados; en 2014, 7.365 desempleados, y en 2015, 6.525 desempleados.

'MIÉRCOLES LOCOS'. El 14 de octubre es el segundo *Miércoles Loco*, campaña con la que los clientes podrán ahorrarse du-

rante este mes un 10% en las compras de productos y servicios de más de 80 comercios y establecimientos de la ciudad. Recientemente se han adherido a esta campaña los siguientes comercios: Aromas Artesanales Alcobendas (c/. Constitución, 46), Centro Médico Alcobendas (c/. Marquesa Viuda de Aldama, 10), Cristalería Amedida (c/. La Granja, 13), Frutería Los Kikes (c/. Constitución, 66), Herbolario Pangea Mundo Natural (Avenida de España, 44-posterior) e Iluminación Raquel (c/. Marquesa Viuda de Aldama, 37). El listado completo con los 86 establecimientos comerciales que participan con sus descuentos en *Miércoles Locos* puede consultarse en www.alcobendas.org. La campaña continuará los miércoles 21 y 28 de octubre.

BREVES. MANCOMUNIDAD DE GESTIÓN DE RESIDUOS.

La pasada semana tuvo lugar en Alcobendas la Asamblea General de la Mancomunidad de Municipios del Noroeste para la Gestión y Tratamiento de los residuos urbanos. En la sesión fue reelegido como presidente el alcalde de Alcobendas, Ignacio García de Vinuesa, con el 61,65% de votos, frente al 21,35% del representante de Soto del Real. Asimismo, fueron designados como vicepresidentes la alcaldesa de Collado Villalba y el alcalde de San Agustín de Guadalix y los dos vocales que integrarán la Junta de Gobierno serán los alcaldes de Tres Cantos y Valdeolmos. La mancomunidad fue constituida el 18 de junio de 2013, forman parte de ella 33 municipios, lo que supone una población total de 574.430 habitantes, y tiene por objeto la valorización y eliminación de los residuos urbanos o municipales, así como la prestación de los servicios de gestión de

los residuos que le sean delegados por los ayuntamientos que la integran y, en especial, su aprovechamiento energético.

SATISFACCIÓN VECINAL POR LA RECOGIDA NEUMÁTICA.

Una encuesta realizada por la empresa demoscópica Sigma Dos, por encargo de Envac Iberia, entre los usuarios del sistema neumático de recogida de residuos en Alcobendas revela el alto grado de satisfacción que les merece el mismo, hasta el punto de ser valorado positivamente por el 98,5%, quienes le otorgan una calificación media de 8,54 sobre 10, la más alta que recibe esta tecnología. Alcobendas tiene actualmente instalado el sistema neumático de recogida de basuras en Valde las fuentes y Fuente Lucha. En total, disponen de esta tecnología de gestión de residuos 9.200 viviendas y son más de 27.000 las personas que están atendidas por el servicio.

Nuevo servicio municipal

PUNTO LIMPIO MÓVIL

Nunca reciclar fue más fácil para todos



El nuevo *Punto Limpio Móvil* del Ayuntamiento de Alcobendas recorrerá los distritos de la ciudad para que puedas **RECICLAR** más fácilmente.

Avisos de limpieza, incidencias y recogida de enseres: **900 703 010**.

Operativo 24 horas



Juntos por el medio ambiente

■ Hasta el 11 octubre:

Calle Marqués de la Valdavia, a la altura de la Plaza de la Artesanía.

■ Del 12 al 25 de octubre:

Ciudad Deportiva Valde las fuentes.

■ Del 26 de octubre al 8 de noviembre:

Entorno de la Base de Policía Local de El Soto de la Moraleja, en la calle Azalea con Avenida de Bruselas.

■ Del 9 al 22 de noviembre:

Avenida de Pablo Iglesias con la calle Felicidad, junto a la planta de recogida neumática de residuos de Fuente Lucha.

■ Del 23 de noviembre al 6 de diciembre:

Aparcamiento del Polideportivo Municipal José Caballero.

■ Del 7 al 20 de diciembre:

Aparcamiento del Centro Comercial El Bulevar, en el Paseo de Alcobendas, 10 (La Moraleja).

■ Del 21 de diciembre al 3 de enero de 2016:

Aparcamiento de la calle Huelva, junto al recinto ferial.

Participa!

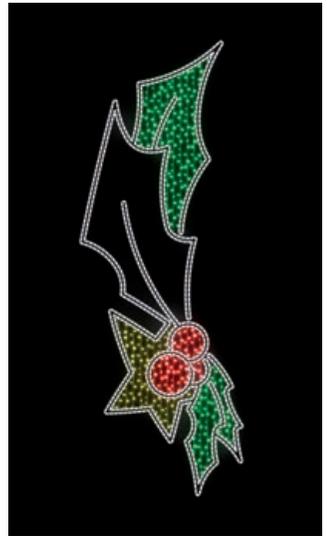
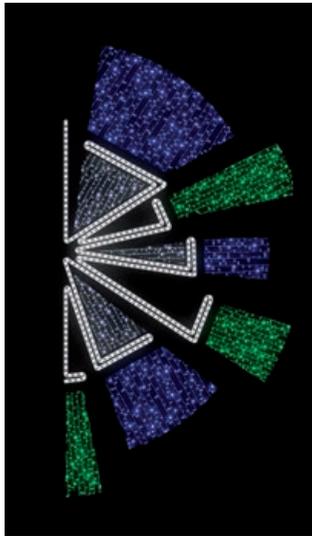
Decide qué luces iluminan la Navidad en Alcobendas.

El **viernes 16 de octubre**, de 17 a 22 h, **VEN A VOTAR TU MOTIVO NAVIDEÑO FAVORITO** en el Parque de Cataluña (entrada por la calle Marqués de la Valdavia) y disfruta con tu familia del primer **CHOCOLATE NAVIDEÑO** y de una tarde con **ATRACCIONES INFANTILES** y sorpresas.



La opción más votada formará parte de la iluminación de la calle Marqués de la Valdavia en la campaña de Navidad de este año.

MARCA CON UNA CRUZ EL MOTIVO DE LUZ QUE MÁS TE GUSTE



Los tres motivos estarán expuestos el día de la votación para ayudarte a elegir.



Participa, además, en el concurso ‘Ilumina Alcobendas’ y diseña las luces navideñas del año que viene.

Dibuja aquí tu propuesta y entrégala el día de la votación en el Parque de Cataluña. También puedes escanearla y hacerla llegar vía RRSS:

 PARTICIPACION ALCOBENDAS

 @ALCBDS_participacion “#IluminaAlcobendas”

- Premio de categoría infantil (hasta 12 años): ‘meet and greet’ con los Reyes Magos el día 5 de enero.
- Premio de categoría adultos: la luz ganadora será fabricada y colocada en el Paseo de Fuente Lucha en la Navidad de 2016.

Haz un dibujo de cómo sería tu iluminación preferida para Alcobendas.



- Nombre y apellidos: _____
- Edad: _____
- Teléfono: _____
- Correo electrónico: _____
- Perfil de Twitter: _____

En cumplimiento del artículo 5 de la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal, le informamos que los datos personales recogidos serán incorporados y tratados en el fichero denominado PARTICIPACIÓN CIUDADANA, cuya finalidad es dinamizar los procesos de esta naturaleza.

Este fichero está inscrito en el Registro General de la Agencia Española de Protección de Datos con el nº 2123270172. Los datos no serán cedidos salvo cesiones previstas por ley. La dirección donde podrá ejercer los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición ante el mismo es el Departamento de Participación Ciudadana, Plaza Mayor nº 1, planta 4, 28100-ALCOBENDAS (MADRID).



Impulso Emprendedor



El movimiento del caracol: libros y juegos para niños de cero a 12 años

“Necesitamos sentarnos a jugar o leer con nuestros hijos y pasar con ellos ratos tranquilos y de calidad”

El caracol es el símbolo del movimiento *slow*. Ese que promueve dejar las prisas a un lado en un mundo en el que todo se vive con demasiada rapidez, a un ritmo frenético. “Por eso elegimos el nombre de nuestra librería y juguetería”, dice Patricia, quien, junto con su marido, Manuel, puso en marcha hace solo unos meses **El movimiento del caracol** (Avenida de Madrid, 71) con libros y juegos para niños de cero a 12 años. “Siempre he pensado que no dedicamos el tiempo suficiente para sentarnos a jugar o a leer con nuestros hijos, a pasar con ellos un rato tranquilo y de calidad. Y lo necesitamos”. Psicóloga de profesión y también madre, Patricia ha trabajado, entre otras cosas, en programas de educación de la Comunidad de Madrid para el desarrollo en colegios. Por eso, “me encanta este trabajo. Me gusta cuando llegan Dani o Joaquín, de dos años, o Álex, de cinco, con sus padres y me preguntan y yo les ayudo y oriento hacia lo que más les conviene según su gusto, edad o necesidades”. ¿Y qué podemos encontrar entre las estanterías de El movimiento del caracol? “Uno de los libros más demandados es *El emocionario*. Trata

sobre las emociones. Plantea un mapa de ellas y ayuda a los niños a saber lo que sienten, por qué y cómo pueden actuar”. En esa misma línea está *De perruco a perruco*. “Es un juego creado por tres emprendedores: un padre, una madre y un hijo de Santander. Es como una *Oca* y consiste en averiguar la emoción que tiene el perro de la casilla y contar una situación en la que hayas vivido esa emoción. Eso incita al diálogo y a que padres, hijos, abuelos, amigos... entiendan mejor lo que sienten los suyos”. *Chof-chof, el camello; Zas, el elefante; Artemius Creep; Agatha Mystery*, y juegos como el *Toca-toca* (para trabajar formas, texturas o colores) o como *Speed Cups*, que consiste en ordenar cinco cubos de colores a toda velocidad -“hay incluso campeonatos de Europa de este juego”-, son otras de las muchas propuestas que se cuelan entre sus estanterías. Además, “todos los viernes y sábados tenemos talleres y cuentacuentos”. Más información sobre libros, juegos y talleres: www.elmovimientodelcaracol.es.

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.



‘IMPULSO EMPRENDEDOR’

Si le interesa participar en la sección *Impulso Emprendedor*, contacte con nosotros en el teléfono 91 659 76 00 (extensiones 2296 o 2022) o en desarrolloeconomico@aytoalcobendas.org.

CONSUMO | Se han distribuido folletos en centros municipales

Campaña de revisión de calderas y calentadores de gas

El Ayuntamiento avisa de la necesidad de poner a punto calderas y calentadores de gas para evitar riesgos en la salud. Por ello, se han distribuido folletos informativos en los puntos de atención de los centros municipales y los inspectores de Consumo van a visitar los establecimientos de instalación y revisiones de gas para comprobar su adecuación a la norma.

La revisión de la caldera o del calentador es obligatoria cada dos años, aunque, si está pagando un servicio de mantenimiento, es posible que la empresa le haga una revisión todos

los años. En caso contrario, puede recurrir al servicio técnico del fabricante o a cualquier instalador oficial autorizado por la Dirección General de Industria.

Es obligatorio revisar las instalaciones de gas (tuberías y llaves) cada cinco años. Se encarga de ello la empresa distribuidora Madrileña Red de Gas, que siempre envía una carta avisando de su visita antes de presentarse en nuestro domicilio. Por tanto, si una empresa cuelga un cartel en su portal anunciando una próxima inspección y no le avisa previamente por carta, ignore el cartel y



póngalo en conocimiento de la Oficina Municipal de Información al Consumidor (OMIC) o de la Policía Local. Repsol se ocupa de inspeccionar las instalaciones de butano. No es preciso cambiar las gomas flexibles ni la “alcachofa” hasta su fecha de caducidad, excepto si están deterioradas.

Y nunca permita el paso a su vivienda a personas que no conoce y a las que usted no ha solicitado sus servicios. Nadie pueden amenazarnos con cortarnos el gas.

CONSUMO | Charlas accesibles a personas en silla de ruedas y con intérprete de lenguaje de signos

Las personas con discapacidad también son consumidores

El Ayuntamiento de Alcobendas considera que la discapacidad no puede ser un impedimento para que estas personas dispongan de las mismas oportunidades que el resto de los ciudadanos a la hora de conocer sus derechos y deberes como consumidores. Por este motivo, y como novedad, el Servicio de Consumo ha duplicado sus esfuerzos y ha organizado unas charlas informati-

vas que van a contar con la presencia de un intérprete de lenguaje de signos para las personas con problemas de audición y que se impartirán en un espacio que permite la asistencia en silla de ruedas.

La primera charla es el miércoles 14 de octubre, su título es *Los problemas en comunidades de propietarios* y tratará sobre la instalación de ascensor o rampa, los problemas por la ITE y los morosos. La segunda, de título *Los problemas de la telefonía fija, móvil e internet*, será el 21 de octubre. Ambas se celebrarán de 18 a 19:30 h en el Centro Cultural Pablo Iglesias. Los interesados deben inscribirse mandando un correo a consultasconsumo@aytoalcobendas.org o llamando al 91 663 70 01 (extensiones 4054 y 4055), de lunes a viernes, de 9 a 13:30 h.



MAYORES | Los centros de mayores anunciarán cómo inscribirse

Charlas sobre alimentación saludable para mayores

El Ayuntamiento de Alcobendas y Danone organizan una serie de charlas para enseñar hábitos de alimentación saludable a nuestros mayores. La primera, *La alimentación en la mujer adulta*, se impartió esta semana y continuarán hasta mediados de diciembre.

- Viernes 16 de octubre: *Salud y alimentación para mayores*, a las 17 h, en el Centro de Mayores de la calle Olivar, 5.
- Miércoles 21 de octubre: *Calcio y vitamina D*, a las 18:30 h, en el Centro de Mayores de calle Salvia, 135.
- Martes 10 de noviembre:

Salud y alimentación para mayores, a las 16 h, en el Centro de Mayores de la calle Salamanca, 39.

- Viernes 13 de noviembre: *Ideas de recetas navideñas equilibradas*, a las 16 h, en el Centro de Mayores de la calle Olivar, 5.
- Martes 24 de noviembre: *Ideas de recetas navideñas equilibradas*, a las 16:30 h, en el Centro de Mayores de la calle Salamanca, 39.
- Miércoles 2 de diciembre: *Cuida tu corazón*, a las 17 h, en el Centro de Mayores de la calle Salvia, 135.
- Viernes 4 de diciembre: *Beneficios de las proteínas*



vegetales, a las 17 h, en el Centro de Mayores de la calle Orense, 7.

- Viernes 11 de diciembre: *Ideas de recetas navideñas equilibradas*, a las 16 h, en el Centro de Mayores de la calle Orense, 7.

Las inscripciones se irán publicando en los paneles informativos de todos los centros de mayores.

‘MUJERES POR EL CORAZÓN’. Con el fin de prevenir el infarto y las patologías cardiovasculares en la mujer, el Ayuntamiento de Alcobendas organiza los días 9 y 10 de octubre la campaña *Mujeres por el Corazón*. Gracias a esta iniciativa, las mujeres interesadas podrán acudir de 10 a 19 h a una unidad móvil estacionada en el aparcamiento de la Ciudad Deportiva Valdelasfuentes, donde rellenarán un cuestionario de salud para valorar su riesgo y se les realizarán varias pruebas y mediciones, como las del nivel de colesterol en sangre, la tensión arterial, el índice de masa corporal (IMC) o el perímetro de cintura.

‘Entender las cuentas de tu negocio’

CURSO DIRIGIDO A COMERCIOS

Objetivos: proporcionar los conocimientos de los costes de una empresa y de la confección de presupuestos para su control y análisis de desviaciones; calcular el punto de equilibrio y el nivel mínimo de producción; obtener conocimientos para analizar el balance de situación y la cuenta de pérdidas y ganancias; utilizar las herramientas para

interpretar los estados financieros, y aplicar las técnicas de selección de inversiones.

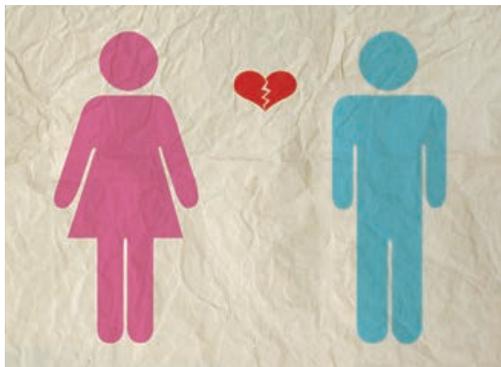
Fechas: martes 20 y 27, miércoles 21 y 28 y jueves 22 y 29 de octubre, de 15 a 17 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias.

Inscripción e inscripción: en el departamento de Comercio, Fomento del Empleo y Nuevas Oportunidades, en *desarrolloeconomico@aytoalcobendas.org* y en **alcobendas.org**.



PAREJA | Orientado a mujeres y hombres, comienza el 28 de octubre

‘Separarse bien’, un taller para ayudar a tomar decisiones responsables ante una ruptura



La ruptura de pareja es un proceso complejo en el que intervienen múltiples elementos: emocionales, legales, económicos, familiares... y que supone uno de los acontecimientos vitales más estresantes por los que puede pasar una persona. Para ayudarla en ese trance, el Ayuntamiento pone en marcha el taller *Separarse bien*, que tendrá lugar del 28 de octubre al 16 de diciembre, los miércoles, de 17:30 a 19:30 h, en la Casa de la Mujer.

Será un espacio de reflexión para ayudar a las personas en proceso de separación

a tomar decisiones responsables evitando un desgaste físico y emocional innecesario. El taller tiene un planteamiento eminentemente práctico, pero también es necesario dotar a los participantes de información sobre aspectos concretos relativos a estereotipos sociales, custodias, régimen de visitas, alimentos, etc.

Fundamentalmente, está dirigido a hombres y mujeres que se encuentren en proceso de separación; sin embargo, puesto que existen numerosas situaciones en las que la ruptura ‘se enquistá’ y se convierte en una nueva forma de dependencia emocional, la participación está abierta también a personas que, aunque separadas desde hace tiempo, continúan ‘enganchadas en una eterna separación’.

Las inscripciones para el taller, que es gratuito, comienzan el 13 de octubre para los empadronados. Pueden hacerse de forma presencial en la Casa de la Mujer (c/. Málaga, 50), o en el SAC, por teléfono o presencialmente.

📍 @ALCBDS_CMujer

Cursos de la Universidad Popular

GRABADO SOBRE PLANCHA SOLAR

Aprendizaje de la técnica del fotograbado o grabado no tóxico por medio de clases teorico-prácticas en las que se irán introduciendo los contenidos. El alumno podrá trabajar con la supervisión y asesoramiento de los profesores.

Fechas: del 19 al 30 de octubre, de 17 a 21 h, los lunes, miércoles y viernes.

Precio: 90 euros.

ITALIANO NIVEL A1

Fechas: del 6 de octubre al 21 de junio, de 17:30 a 19:30 h, los martes y jueves

Precio: 74,67 euros/trimestre.

CHINO NIVEL A1

Fechas: del 6 de octubre al 21 de junio, de 19:30 a 21:30 h, los martes y jueves

Precio: 74,67 euros/trimestre.

Estos cursos van dirigidos a mayores de 16 años y el plazo de matrícula está abierto.

PLAZAS LIBRES

En los cursos de *Pintura*

Adultos, Pintura Digital, Historia del Reino Animal, Iniciación a la Música Clásica y Ópera, Actualización Administrativa, Internet Básico, Mecanografía Informatizada, Arduino Básico, Power Point, Autocad, Francés A2 () y Alemán A2-B1 (*).*

(*) Deben hablar primero con el profesor, el primer día de clase, antes de matricularse.

Inscripciones: en la Universidad Popular y en el SAC.



16, 17 y 18 de octubre de 2015

entrecasas V

Viernes 16 de octubre. 20 horas.

20 h. La Esfera (plaza cubierta). Entrada: 1 €.

- Grupo de Baile y Coro de la Casa de Andalucía.
- Grupo de Moros de la Casa Regional de Murcia, con la colaboración de Ayur.
- Actuación estelar: DADUE. Casa de Andalucía.
- Degustaciones: Casa de Andalucía y Casa Regional de Murcia.

Gastronomía
Innovación
Folclore
Música
Tradición
Paisajes
Cultura

Festival de las casas regionales de Alcobendas

Andalucía
Asturias
Castilla-La Mancha
Castilla y León
Extremadura
Galicia
Murcia

Sábado 17 de octubre.

10 h. Aulas de La Esfera.

Encuentro de bordadoras y encajeras.

Casa de Extremadura.

13 h. Recorrido urbano: calle Constitución, desde esquina de la

Avenida de España, calles Orense, Pablo Picasso, Libertad y plaza de la iglesia de San Pedro.

- Desfile de Moros de la Casa Regional de Murcia, acompañados de la Banda Municipal de Colmenar Viejo y actuación de danza oriental de Ayur.

20 h. La Esfera (plaza cubierta). Entrada: 1 €.

- Grupo de Baile e Instrumental de la Casa de Castilla y León.
- Actuación estelar: CAMERATA CERVANTINA. Casa de Castilla-La Mancha.
- Degustaciones: Casa de Castilla y León y Casa de Castilla-La Mancha.



Domingo 18 de octubre. 12:30 horas.

12 h. La Esfera (plaza cubierta). Entrada: 1 €.

- Banda de Gaitas Respingo y Grupo de Baile Andolina de la Casa de Asturias.
- Coro de la Casa de Extremadura y Grupo de Baile 'El Madroño' de San Sebastián de los Reyes.
- Grupo de Baile de la Casa de Castilla-La Mancha.
- Grupo de Gaitas de la Xuntanza de Galegos.
- Degustaciones: Casa de Extremadura, Casa de Asturias y Xuntanza de Galegos.

DEL 16 AL 30 DE OCTUBRE.

- **Exposición de pintura Paisajes manchegos.**

Cuadros premiados en los certámenes de pintura de la Federación de Casas de Castilla-La Mancha en Madrid.

www.alcobendas.org



CURSO DE CATA DE VINOS. ¿Qué cualidades debe tener un buen vino? ¿Da igual beberlo en vaso que en copa? ¿Cuánto tiempo puedo guardar en casa una botella?... Estas y otras cuestiones tendrán respuesta en este curso práctico, en el que también habrá una cata comparativa de vinos de diferentes denominaciones de origen españolas. Convoca la asociación *Amigos de la Vid y el Vino*. Sábado 17 de octubre, de 10 a 15 h. Precio: 35 euros. Inscripción: en el teléfono 669 404 169 o en amigosvino@gmail.com.

CAMPEONATO DE RANA. El domingo 11 de octubre, a las 10 h, en La Esfera, organizado por la *Peña Recreativa La*

Rana. Precio: socios, gratis; no socios, 10 euros.

DISCAPACIDAD. La *Asociación de Personas con Discapacidad Límite (Adilas)* invita a participar en su *Espacio para el desarrollo de la autodeterminación de PCDI* los lunes, a las 18:30 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias.

ARTESANÍA. La *Asociación de Artesanas* tiene plazas en los siguientes cursos y talleres: esmaltes, pintura en todas las superficies, *patchwork*, punto y ganchillo, jabonería, costura creativa, restauración, tapicería, pintura en tela y artesanía diversa. Inscripciones: en el teléfono 677 461 208 o en aartesanias@gmail.com.

SALIDA A SORIA. La *Asociación Parque Norte* viaja a la provincia de Soria el 24 de octubre, visitando la ermita de San Baudelio, Rello y Berlanga del Duero, declaradas conjunto histórico-artístico. Teléfonos: 691 012 407 y 91 653 05 15 (tardes).

ZAMORA. La *Asociación Mujeres Siglo XXI* realizará una salida cultural a Toro y Zamora los días 14 y 15 de noviembre. Precio: 170 euros, con PC y visita a las bodegas. Más información: martes, en la Casa de la Mujer, de 19 a 21 h, y en el teléfono 666 626 167.

MAYORES. La *Asociación Club 65* convoca el *3er certamen de Poesía "Virgen de la Paz"*.

Formación para asociaciones

• **MAQUILLAJE PARA DISFRACES Y ESCENARIO.** Sábado 7 y domingo 8 de noviembre, de 11 a 14 h, en la Casa de las Asociaciones.

• **EDICIÓN DE VÍDEO.** Conocimiento básicos del programa Adobe Premier. Lunes 9 y 16, miércoles 11 y jueves 12 de noviembre, de 18 a 21 h, en Conect@ (Casa de las Asociaciones). Colabora: Fun Funk.

• **TALLER DE VESTUARIO.** Con el apoyo de una profesional podrás confeccionar el vestuario de una función teatral o disfraces para la cabalgata, el carnaval o las *frikiolempadas*. Sábados 14, 21 y 28 de noviembre, de 11 a 14 h, en la Casa de las Asociaciones.

• **DISEÑO GRÁFICO CON 'ILLUSTRATOR'.** Para poder editar fácilmente carteles y folletos. Miércoles 18 y jueves 19 de noviembre, de 18 a 21 h, en Conect@ (Casa de las Asociaciones). Colabora Fun Funk.

• **'FULLCOACHING' ASOCIATIVO: MOTIVACIÓN Y COMPROMISO.** Revitaliza tu asociación con las nuevas técnicas del

coaching transformacional. Impartido por expertos *coaches* de Insiding. Jueves 26 de noviembre, de 18 a 21 h, en la Casa de las Asociaciones.

• **SÍ O NO A LAS REDES SOCIALES. ¿CUÁL ELEGIMOS?** Para conocer las ventajas e inconvenientes de Twitter, Facebook, Instagram, LinkedIn... Impartido por Amel Fernández, experto en redes sociales aplicadas a iniciativas sociales. Jueves 3 y viernes 4 de diciembre, de 18 a 21 h, en Conect@ (Casa de las Asociaciones).

• **FISCALIDAD PARA ASOCIACIONES.** Miércoles 9 de diciembre, de 19 a 22 h, en la Casa de las Asociaciones.

Inscripciones: del 9 al 23 de octubre, en la Casa de las Asociaciones, centros cívicos, en el teléfono 91 653 73 78 o a través del correo electrónico c.asociaciones@aytoalcobendas.org.

Tienen prioridad las asociaciones de Alcobendas, aunque están abiertos también a otras personas interesadas.





‘Paseo del Arte y la Artesanía’

Cada segundo domingo de mes, podemos disfrutar del arte y la artesanía que nos ofrece la Asociación Artistas del Pueblo, en colaboración con otros artistas y artesanos, en el mejor entorno posible, el jardín de Arroyo de la Vega. Encontraremos pintura, fotografía, música, poesía, una gran diversidad de productos artesanos (jabones, cosméticos, bisutería y manualidades de todo tipo), así como demostraciones en vivo de talla en madera, *patchwork*, pintura al óleo y abalorios. Domingo 11 de octubre, de 11 a 14 horas.

Entrega de trabajos: del 15 de octubre al 11 de diciembre. Bases: en el Centro de Mayores de la calle Nuestra Señora del Pilar.

También reanudan los talleres de miga de pan (jueves, a las 17 h, en el Centro de Mayores de la calle Daoíz) y de labores *Vamos a vestir botellas* (jueves, a las 18 h, en el Centro de Mayores de la calle Nuestra Señora del Pilar). Y en el mismo centro juegan al bingo el 16 de octubre, a las 17 h. Teléfono: 691 051 806.

TALLERES. La *Asociación Artistas del Pueblo* organiza talleres de manualidades, arcilla polimérica, técnicas de pintura, fotografía emocional para niños, jabones y cosmética natural, escultura y modelado. Información y reservas de plaza: teléfono 685 168 331.

TALLERES. *Waslala* ofrece diferentes talleres por las tardes de lunes a sábado. Esta asociación juvenil te invita a pro-

bar una clase gratuita. Más información: en el teléfono 91 654 74 35, en la calle Libertad, 35 o en www.waslala.net.

MONITORES Y COORDINADORES DE TIEMPO LIBRE. La *Asociación AUPA* los busca para participar en sus nuevos proyectos. Contacto: *aupa.alcobendas@gmail.com* o en el teléfono 685 174 006.

COVADONGA Y OVIEDO. La *Casa de Extremadura* organiza una salida el 24 y el 25 de octubre. Precio: socios, 70 euros; no socios, 100 euros, con PC en hotel 4*. Inscripción: en la Casa de Extremadura y en el teléfono 91 662 90 69.

SALUD. El 13 de octubre, a las 19 h, en la *Casa de Castilla y León* (Paseo de la Choperá 64), charla *Cuida tu corazón* impartida por Estrella, diplomada en Nutrición, sobre la importancia de la dieta en el colesterol. Al finalizar se dará un vino de la casa y un obsequio.

EXCURSIÓN. Organizada por la Casa Regional de Murcia a Guijuelo y Alba de Tormes el 7 de noviembre. Precio: socios, 45 euros; no socios, 50 euros, con desayuno, visitas con guía, comida y autobús. Teléfono: 660 734 440.

TALLERES. La *Casa Regional de Murcia* inicia los talleres de artesanía diversa, tapicería y restauración los jueves, de 17:30 a 20:30 h. Teléfono: 660 734 440.

‘PATCHWORK’. La *Asociación Sarasvati* organiza el taller *Los 1º pasos en Patchwork*, los miércoles, de 18:30 a 22:30 h, y los sábados, de 17 a 22:30. Teléfonos: 91 651 21 17 y 603 351 387 (Nieves).

BAILE. El *Grupo Folclórico* organiza el curso *Danza e Idioma* (aprende a bailar mientras aprendes francés), para niños desde cinco años. También informa de que existen vacantes para hombres y mujeres que quieran bailar danza española y antigua, *burlesque*, danzas orientales y *hip hop gótico*. Teléfono: 626 196 764.

FOTOGRAFÍA. La *asociación Sensazul* comienza las siguientes actividades: fotografía de producto con flash de mano, fotografía, photoshop e iniciación al tratamiento de la imagen digital. También organiza un curso de *light-painting* el sábado 24 de octubre. Información: en el teléfono 629 275 954 o en *sensazul.asociacion@gmail.com*.



CONCIERTO SOLIDARIO. La ONG Sintiendo el Sur organiza un concierto benéfico con Álvaro Fraile y Electric Nana el sábado 17 de oc-

tubre, a las 20 h, en el Auditorio Paco de Lucía del Centro de Arte Alcobendas. La recaudación irá destinada al proyecto *Redes de Sabiduría*, dirigido a la formación de una veintena de chicas en Guatemala y promovido por tres valientes religiosas en uno de los barrios más pobres de la capital guatemalteca.

Álvaro Fraile es cantautor y músico. Ha publicado varios discos y sus canciones contienen letras callejeras, nostálgicas, alegres, sociales... Un

canto al optimismo y la esperanza. Electric Nana es el nombre artístico de Mónica, una madrileña de 27 años, telonera de Alejandro Sanz, que compone sus temas, llenos de optimismo, y que tiene una gran voz que cautiva al público.

Las entradas cuestan 10 euros y se venden en www.ticketea.com y dos horas antes del concierto en el Centro de Arte Alcobendas. También hay una *fila cero* en la cuenta de Ibercaja ES30 2085 8059 3003 3016 3526.

Curso en Conect@



• **'Introducción a Access'**. Del 19 al 23 de octubre, de 17 a 19 h.

Contenido: Estudio de

la ventana de trabajo. Crear, abrir y guardar archivos. Vista diseño y vista de tabla. Tipos de datos a introducir. Propiedades de los tipos de datos. Lenguaje de máscaras de entrada y formato. Creación de consultas. Tipos de consultas. Creación y diseño de formularios e informes.

Inscripción: gratuita y destinada a ciudadanos mayores de 14 años usuarios del Centro de Nuevas Tecnologías Conect@.

Más información: en Conect@ (c/. Soria, 43; teléfono 91 623 73 87) o en alcobendas.org.

Certamen de Poesía de las Casas Regionales

Organizan: casas regionales de Andalucía, Asturias, Castilla-La Mancha, Castilla y León, Extremadura, Murcia y Xunianza de Galegos. Los poemas deben ser en castellano y ser originales, inéditos y no premiados en ningún otro concurso.

Premios: primer premio, 1.000 euros; accésit, 400 euros; y premio de *Poesía Popular*, 400 euros. Todos tendrán también placa conmemorativa.

Presentación de originales: hasta las 20 horas del 30 de octubre.

Las bases completas se puede consultar en alcobendas.org en el apartado *Cultura*.

Taller 'No dejes que un 'hacker' cierre tu pyme'

PARA PYMES, 'STARTUPS' Y EMPRENDEDORES

Contenido: Actualidad de la pymes respecto a *ciberataques*. Cómo afectaría un ataque a nuestras pymes. Un buen plan de seguridad salva nuestro negocio. Tener un buen plan de contingencia es vital para nuestra continuidad. Necesidad de una monitorización.

Fecha: jueves 15 de octubre, de 10 a 12 h, en el Centro de Empresas Municipal.

Inscripción: en el departamento de Comercio, Fomento del Empleo y Nuevas Oportunidades, en alcobendas.org y en desarrolloeconomico@aytoalcobendas.org.



FRIKIOLIMPIADAS | Con diversas actividades alternativas en La Esfera

Alcobendas vuelve a ser este fin de semana el epicentro del ‘universo friki’

El Centro Municipal La Esfera albergará los días 9 (de 17 a 22 h), 10 (de 11 a 22) y 11 de octubre (de 10:30 a 14 h) las *Frikiolempiadas 2015*, la tercera edición de este evento dedicado a todos los ámbitos de la afición friki y que acogerá multitud de actividades alternativas.

Las *Frikiolempiadas* son un encuentro lúdico en el que disfrutar de un fin de semana de convivencia y participar en demostraciones y torneos de juegos de cartas, de mesa o de rol; en videojuegos, en concursos de *cosplay*, *softcombat* o *lasercombat*, en talleres de todo tipo y en un sinfín de opciones más aptas para todos los públicos y edades. Entre las novedades de esta edición destaca *Cua-rentena*, un evento multi-

tudinario en el que cientos de participantes intentarán sobrevivir a un ‘apocalipsis tecnológico’, o los talleres de iniciación a un nuevo arte marcial basado en las técnicas de espada láser de *La Guerra de las Galaxias*.

Además, este año contaremos también con un sorprendente espectáculo de magia, un singular combate de sable láser, un *photocall* con algunos de los personajes más relevantes de *Star Wars* y un *slam* al más puro estilo *Humor amarillo*.

La entrada tendrá un único precio de dos euros por todo el fin de semana (incluye un obsequio de la organización y dará acceso a todas las actividades que se desarrollen en el evento). No obstante, los participantes caracterizados de personajes frikis y



los menores de cinco años tienen acceso gratuito.

Desde *Imagina tu Noche* regalan pases gratuitos. Si tienes entre 16 y 30 años y eres de Alcobendas, pásate por *Imagina* y recoge el tuyo. Sólo debes mostrar tu DNI para confirmar tus datos.

Ya puedes presentar tus propuestas para elegir las actividades de ‘Imagina tu Noche 2016’

¿Qué quieres hacer este sábado por la noche? Esta es la pregunta que te hacemos un año más en *Tú eres la noche de Imagina*. Por octavo año consecutivo, tú puedes decidir qué actividades se llevarán a cabo en el programa de ocio alternativo para jóvenes *Imagina tu Noche 2016*. Participa con tus propuestas hasta el 31 de octubre. Los que participen tienen premio seguro (condiciones especiales en el cine o plazas en próximas actividades). Asimismo, si ha-

ces una propuesta y también votas, te obsequiamos con un *portamóvil* con altavoz y si, además, la propuesta es original y sale votada, te llevas una cena para dos.

Participa a través de **imaginalcobendas.org**. De todas las actividades propuestas aceptadas, se abrirá la fase de votaciones a través de la misma web. Podrás votar tu propuesta y otras que te gusten. Las actividades más votadas serán las que se realicen en *Imagina tu Noche* durante 2016.

PISOS VENTA

ALCOBENDAS:

A045. ZONA VALDELASFUENTES. 3ª planta con ascensor. 80 m., 3 dormitorios, 2 baños. Plaza de garaje, trastero. Zonas ajardinadas y piscina. **198.000 €.**

A058. ZONA CONSTITUCIÓN. 67 m., 3 dormitorios, 1 baño, cocina amueblada, terraza, piso exterior. **85.000 €.**

A236. ZONA VALDELASFUENTES. Urge Venta. 1ª planta con ascensor, 70 m., 2 dormitorios, 2 baños, plaza de garaje y trastero. Urbanización privada con zonas comunes. Precioso. **159.000 €.**

SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES:

B383. ZONA CALLE REAL. 2ª planta. 80 m., 3 dormitorios, 2 baños, 2 terrazas. **110.000 €.**

A002. ZONA PLAZA DE LA FUENTE. Dúplex. 2 dormitorios, 1 baño, terraza de 23 m. **138.000 €** negociables.

B027. ZONA TEMPRANALES. Nueva construcción. 90 m., 3 dormitorios, 2 baños, 2 plazas de garaje y trastero. Urbanización privada. **244.000 €.**

B107. ZONA DEHESA VIEJA. Nueva construcción. 95 m., 3 dormitorios, 2 baños, salón independiente, cocina amueblada, 2 plazas de garaje y trastero. Urbanización privada. **256.000 €.**

S. Inversión Inmobiliaria, S.A.

Plaza del Pueblo, 8-1º. Alcobendas.

Teléfono: 91 653 26 22.

Desde 1985 a su servicio.



Dehesa Santa María
Especialistas en productos Ibéricos

C/ ANABEL SEGURA, 11 LOCAL 2 ARROYO DE LA VEGA (ALCOBENDAS)
INFORMACION Y RESERVAS: 91 484 18 59 - 629 22 35 91

FIN DE SEMANA

Menú

PRIMEROS

- PARRILLADA DE VERDURAS
- SURTIDO DE IBÉRICOS
- SALMOREJO CORDOBÉS CON JAMÓN Y HUEVO
- ENSALADA DE VENTRESCA
- PROVOLONE A LA PLANCHA CON TOMATE Y ACEITE DE ALBAHACA

SEGUNDOS

- ENTRECÔTE 300 GRS. A LA PARRILLA CON PATATAS Y PIMIENTOS ASADOS
- ESCALOPE DE TERNERA CON GUARNICIÓN DE PATATAS Y ENSALADA
- DORADA A LA BILBAINA
- PIMIENTOS RELLENOS DE MERLUZA Y GAMBAS

INCLUYE: 1 BEBIDA, POSTRE Y PAN

Fines de Semana



De 16:00 a 18:00 H

19,90
€

NIÑOS GRATIS
Máximo 1 niño por mesa

MAX y MIA
3:commusica



De 0 a 6 años de edad

Centros de música Luis Estrella

Desde 35€ al mes

Enseñanza Reglada

ÚNICO Centro Autorizado en la zona norte. TITULACIÓN OFICIAL como el Conservatorio

C/ Cruz, 12 - 91 654 27 32
ALCOBENDAS

Más información de todos los cursos:
www.musicalia.es




DESATRANCOS

(*) SIN DESPLAZAMIENTO

* (Para código postal 28100 y horario laboral de lunes a viernes)

91 654 00 94 URGENCIAS
24 HORAS

C/. Valgrande, 25-nave 10. 28108 Alcobendas.



Cambiamos tu bañera por un plato de ducha antideslizante, en **24 horas. Sin obras molestas**

TODO INCLUIDO DESDE

985€ +IVA

PIDE PRESUPUESTO **GRATIS** SIN COMPROMISO

10 AÑOS GARANTÍA EN EL PLATO DE DUCHA

PROFESIONALES **40 AÑOS EXPERIENCIA**

FINANCIACIÓN + COMODA + FLEXIBLE

902 204 210
securibath.com

C/ Hermosilla, 54
28001 Madrid
91 431 36 62

TEATRO | Con el espectáculo 'The Gagfather', el viernes 16 de octubre, a las 20 horas

Vuelve Yllana a Alcobendas, risas aseguradas

Yllana vuelve a actuar en el Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas con un nuevo espectáculo, *The Gagfather*. Se trata de un homenaje al cine negro repleto de delirantes situaciones de humor, inventiva teatral, onomatopeyas y, sobre todo, ingenio para reírse de las situaciones más cotidianas. Una banda de despiadados gánsteres aterroriza la ciudad. Tras ellos, un grupo de disparatados policías se propone parales los pies cueste lo que cueste, con imprevistas y divertidas consecuencias.



The Gagfather es una parodia bien estructurada, ágil y repleta de personajes grotescos interpretados por Fidel Fernández, Luis Cao, Juanfran Dorado y Jony Elías, que dan vida a todos los personajes con un frenético cambio de vestuario.

La cita con *The Gagfather* de Yllana es el viernes 16 de octubre, a las 20 h, en el Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas. Las entradas cuestan 11 y 14 euros y se pueden adquirir en la red de taquillas municipales, en www.ticketea.com o en el teléfono 902 044 226.

📍 @ALCBDS_Taca

BREVES. 'TALENTO LOCAL'. La escritora Teresa Palomino presenta su libro *Peregini. Latini Iuniani*, una novela histórica que desarrolla una ficción sustancial en una ambientación histórica y real. El periplo de su protagonista, Mario, un liberto de las minas de *lapis specularis*, permite conocer la vida de los mineros, la ciudades de Ercavica, Opta, Segóbriga y Valeria, las primeras comunidades cristianas y otros aspectos de la vida y costumbres romanas.

La presentación tendrá lugar el miércoles 14 de octubre, a las 19 h, en la Mediateca Centro de Arte Alcobendas, dentro del programa *Talento Local*. Entrada libre.

HAZ TUS PROPUESTAS PARA 'AVENTURARTE'. Este sábado, 10 de octubre, los chicos de 10 a 14 años podrán proponer y decidir cómo quieren divertirse en *Aventurarte* esta temporada durante las tardes de los sábados. Los participantes se convertirán con sus propuestas en los impulsores de las actividades que se realizarán en este programa de ocio gratuito, que combina actividades lúdicas, creativas, música, juegos de mesa y videojuegos. Todo ello, el sábado, de 18 a 20 h, en el Centro de Arte Alcobendas.

Nuevo Club Infantil Aupa

Desde el 9 de octubre, todos los viernes, de 17:30 a 19:30 h, en Espacio Miguel Delibes. Si tiene hijos **de cuatro a nueve años** y quiere que pasen una tarde a la semana jugando, relacionándose o haciendo talleres y yincanas, puede contactar con la asociación en el correo electrónico aupa.alcobendas@gmail.com o por teléfono en el 685 174 006.

Más información: en su web (asociacion-aupa.webnode.es), en Twitter (@aupa_6_0) y en Facebook (*Aupa Alcobendas*).



CULTURA | El viernes 16 de octubre, a las 20 horas: 'La alegría, el ritmo y el color'

Gran recital de piano a cuatro manos con los pianistas Sylvia Torán y Ramón Grau



El ciclo *Alcobendas Clásica* de la Fundación Ciudad de Alcobendas continúa con un recital de piano a cuatro manos. Será el viernes 16 de octubre, a las 20 h, en el Auditorio Paco de Lucía del Centro de Arte Alcobendas, con el dúo formado por Sylvia Torán y Ramón Grau, que interpretarán obras de Schubert, Ravel y Gershwin.

Torán, *Premio Bellas Artes de Música de la Comunidad de Madrid*, ha dado conciertos por todo el mundo con las mejores orquestas. Y Grau es un joven pianista, que finalizó sus estudios con matrícula de honor y que ya acumula numerosos premios.

Shubert y dos rapsodias

Torán y Grau comenzarán con *Fantasia en fa menor*,

de Schubert, de profunda emoción y belleza. Compuesta como una sonata, cierra con una fuga que recuerda a Beethoven.

Continuarán con *Rapsodia española*, la primera gran obra orquestal de Ravel, una suite en cuatro partes basada en elementos rítmicos y melódicos de la música popular española.

Y finalizarán con Gershwin y *Rhapsody in blue*, música de gran frescura que toma elementos del jazz y una de las obras más populares de la música clásica americana.

Las entradas para este concierto de piano cuestan ocho euros y se venden en www.ticketea.com, en el 902 044 226 y en la red de taquillas municipales.

Alicia Botas cuelga 'Natura fluxus' en el centro Anabel Segura

La pintora Alicia Botas inaugura el jueves 15 de octubre su exposición *Natura fluxus* en el Centro Cívico Anabel Segura. Su obra envuelve al espectador en una sensibilidad característica por el uso de colores puros, el movimiento, las transparencias, la aplicación de aguadas, veladuras, trazos y planos de color. Son composiciones con dinamismo y viveza cromática, de apariencia espontánea pero con un meditado equilibrio. La autora experimenta la pintura como metáfora de lo vital. La muestra estará hasta el 14 de noviembre y se podrá visitar de lunes a viernes, de 10 a 21 h, y los sábados, de 16:30 a 20.





AIRE LIBRE EN FAMILIA | Por el valle de La Barranca

Senderismo para descubrir la importancia del agua

En nuestra próxima cita de *Aire Libre en Familia* -el domingo 25 de octubre- tendremos la oportunidad de realizar algo diferente junto con nuestros pequeños aventureros: descubrir la importancia del agua haciendo senderismo junto al embalse de Navacerrada, que recibe las aguas del valle de La Barranca, por el que discurre el

río también llamado Navacerrada, y desde el que tendremos una panorámica espectacular de todo el valle y de las cumbres de La Maliciosa y La Bola del Mundo.

Durante todo el paseo, podremos disfrutar del bosque caducifolio de robles y, sobre todo, de las aves que habitan en el embalse: patos azules, somormujos, ga-

viotas, cormoranes y otras aves de paso que piden de comer a quien se asoma.

El recorrido es de dificultad baja, de unos cinco kilómetros y con 50 metros de desnivel, y se podrá realizar en unas cuatro horas. Los participantes tienen que llevar ropa y calzado adecuados, mochila, agua y comida tipo *picnic*. La salida será a las 9 h desde la Plaza Mayor.

El precio de la actividad, pensada para familias con niños de tres a ocho años, es de cuatro euros para los empadronados y de siete para los no empadronados. Las inscripciones se realizan través del SAC: los empadronados, desde el martes 13 de octubre, y los no empadronados, desde el jueves 15.

BREVES. 'LEER EN FAMILIA'. *Somos protagonistas* es el título de la actividad que, especialmente diseñada para niños de tres a siete años acompañados por uno o dos adultos, se realizará dentro del programa *Leer en Familia*. ¿Cuántas historias hay donde los niños son protagonistas? ¿Cuántas conoces? ¿Cuántas has protagonizado? En esta sesión conoceremos muchos personajes de cuento, pero, sobre todo, queremos conocer vuestras historias. Con Estrella Escriña, del colectivo Tándem, conoceremos el cuento en el que tú eres el protagonista. *Leer en Familia* se realizará el viernes 16 de octubre, a las 18 h, en Espacio Miguel Delibes. La asistencia se realizará mediante invitación: las entradas gratuitas se distribuirán el mismo día, con un máximo de cuatro por persona, desde una hora antes de la actividad y hasta completar aforo, en la

Mediateca Miguel Delibes.

✉ Avenida de la Magia, 4.

'EL JUGUETÓN'. Los niños de tres a nueve años que lo deseen pueden pasar este sábado una tarde creativa con la nueva propuesta de *El Juguétón*. Se trata de un taller de modelado con pasta pedagógica y otros materiales para crear figuras y personajes. Además, como siempre, contaremos con los juegos dirigidos por monitores. Será en el Centro de Arte Alcobendas de 17:30 h a 19:30 h. La participación es gratuita, basta con tener el carné de *El Juguétón*, que se puede hacer en el propio centro desde las 17 h. Hay que llevar una foto tamaño carné del menor, los datos personales y los documentos de identidad de los tutores legales. Los niños de tres y cuatro años participarán en compañía de un adulto.

OCIO JOVEN | Propuestas realizadas por los propios jóvenes

Fútbol sala, cine y música, en ‘Imagina tu Noche’

Vuelve el **fútbol sala** a Imagina tu noche. Para calentar motores, tendrá lugar un **minitorneo** el **sábado 24 de octubre** (de 20 a 24 h). Unos días después, el **7 de noviembre, arrancará la liga**. La inscripción en ambas propuestas hay que hacerla

a través de la web **imaginalcobendas.org**: del 9 al 21 de octubre, para el minitorneo, y del 9 de octubre al 3 de noviembre, para la liga. La inscripción para ambas actividades es gratuita pero, en el caso de la liga, se deberán depositar 100 euros de fianza. La edad de al menos el 50% de jugadores tiene que ser de 16 a 30 años; pueden participar entre cinco y 12 jugadores por equipo y está abierto a la participación mixta de chicos y chicas.

Si lo que te gusta es el cine de terror, este **sábado, 10 de octubre**, te proponemos una **noche cinéfila** de lo más especial con la proyección

de *REC*. Se trata de una propuesta en colaboración con la Asociación Cine Invisible; acompañará a la proyección un taller de caracterización y de efectos especiales. La cita es en el Centro de Arte Alcobendas: a las 19:30 h, para el taller, y a las 21:30, para la película. Ambos son gratuitos y las entradas pueden recogerse en el vestíbulo.

Y ya adelantándonos al **sábado 17 de octubre**, una **propuesta musical**. **Amber's Cage**, el grupo ganador en el concurso de bandas de Imagina, y **Carlos Simón**, cantante y compositor de origen valenciano propuesto y elegido a través de *Tú eres la Noche de Imagina*, ofrecerán un concierto. La cita es a las 20:30 h en el Centro Cultural Pablo Iglesias. Las invitaciones se reparten desde una hora antes en taquilla.



BREVES. JORNADA INFORMATIVA SOBRE PNL.

¿Qué te gustaría conseguir? ¿Necesitas para ello comunicarte con los demás? Ahora puedes acercarte a la denominada *Programación Neurolingüística* (PNL) y a sus beneficios. Apúntate a una sesión informativa que tendrá lugar el jueves 22 de octubre, a las 19 h, en Imagina y conoce técnicas para mejorar la comunicación y conseguir mayores beneficios en tu vida personal y laboral. Tendrás la oportunidad de saber de qué manera nuestra mente instala palabras que nos restan energía y otras que nos potencian. Para ello, contaremos con la presencia de Elena Fernández, cofundadora de N-Acción, licenciada en DEA, Psicología, *Coaching* sénior y PNL. Las inscripciones se realizan a través del teléfono 91 659 09 57 de Imagina y

tendrán prioridad los empadronados.

CERTAMEN DE CORTOS. La organización del *Certamen de cortometrajes de Colmenar Viejo ‘Cortomenar’* y la Red Joven Norte te invitan a participar en el mismo. Las obras no deberán exceder de los 15 minutos de duración, deben estar realizadas después del 1 de enero de 2013 y pueden participar jóvenes de cualquier nacionalidad residentes en España. El plazo de presentación es hasta el 6 de noviembre y, para cualquier duda o consulta, escribir a *cortomenar@gmail.com*. Más información: en la web de Imagina. Habrá premios para el *Mejor cortometraje de ficción* -tema libre- (500 euros), el *Mejor documental* (500 euros) y el *Mejor cortometraje de ficción o documental de la Red Joven Norte* (400 euros).



CULTURA | Para cinco espectáculos del Abono Alternativo

Los jóvenes de 16 a 30 años, al teatro por 2,80 euros

Si tienes entre 16 y 30 años y estás empadronado en Alcobendas, puedes disfrutar de una noche de teatro por solo 2,80 euros, y los jóvenes menores de 30 años que trabajen en Alcobendas, aunque no estén empadronados, podrán comprar las suyas por 5,60.

Hay 50 entradas disponibles para cada uno de los cinco espectáculos propuestos y que se en-

cuentran dentro del Abono Alternativo de la nueva temporada del Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas.

Para conseguirlas, tienes que pasar por Imagina, pedir tu vale (se repartirán hasta que se agoten) y después canjearlo en las taquillas del Teatro Auditorio.

Estos son los espectáculos que podrás disfrutar:

- **The Gagfather** (humor gestual): 16 de octubre, a

las 20 h. Todavía puedes recoger tu vale.

- **BR2** (danza urbana y *hip hop*): 6 de noviembre, a las 20 h. Entrega de vales: a partir del 15 de octubre. Vale canjeable del 20 al 30 de octubre.

- **Pagagnini** (música y humor): 22 de noviembre, a las 20 h. Entrega de vales: a partir del jueves 29 de octubre. Vale canjeable del 3 al 13 de noviembre.

- **The Excitements** (música *soul-R&B*): 4 de diciembre, a las 20 h. Entrega de vales: a partir del 12 de noviembre. Vales canjeables del 17 al 27 de noviembre.

- **Lluvia constante** (teatro-*thriller*): 8 de enero, a las 20 h. Entrega de vales: a partir del 17 de diciembre. Vale canjeable del 22 al 30 de diciembre.

📍 @ALCBDS_Imagina

Objetos perdidos

Se encuentran depositados en la sede de la Policía Local (Avenida de Valdelaparra, 124) los siguientes objetos perdidos.

REFERENCIA CONCEPTO

8508/15	Teléfono TCT negro Vodafone.
8637/15	Mochila azul con iPhone, monedero y gafas.
8696/15	Samsung azul/grís.
8701/15	Nokia negro con funda.
8714/15	Huawei blanco con funda.
8715/15	Play Station con funda.
8722/15	Reloj Viceroy de señora.
8728/15	Funda de gafas blanca con dos teléfonos.

Para poder recuperar el objeto, es necesario acreditar su propiedad.

Horario de la Oficina Municipal de Objetos Perdidos: de 8 a 14 h.

'Imagina tu Noche'

VALES PARA LA BOLERA Y EL CINE

Para el cine, elige tu película y la sesión de jueves a domingo y reserva tu entrada *on line* el lunes desde las 9 h. Las entradas reservadas se venden en Imagina el jueves, de 9 a 21 h, y el viernes, de 11:30 a 13 y de 18 a 20.

Para la bolera, por dos euros, tendrás una partida, alquiler de zapatillas y consumición sin alcohol. Pide tus vales en Imagina a partir del jueves (de 9 a 14 o de 17 a 21 h), para utilizarlos el viernes de la semana siguiente.

Vales descuento solo para jóvenes de 16 a 30 años empadronados en Alcobendas.





Urbaser se une a Fundal y apoya la escuela de rugby inclusivo

La Escuela de Rugby Inclusivo, proyecto que impulsan el Alcobendas Rugby, *Fundal* y el Ayuntamiento, ha recibido un fuerte apoyo por parte de Urbaser, que se ha convertido en patrocinador del club de Las Terrazas y benefactor de la Fundación Deporte Alcobendas. Urbaser, cabecera del Grupo ACS en el área de medio ambiente urbano, ha suscrito este martes en Alcobendas un importante convenio de colaboración. El alcalde de Alcobendas, Ignacio García de Vinuesa, ha destacado “la sensibilidad de Urbaser por apoyar un proyecto tan especial para el deporte local y por la importante apuesta hecha hacia *Fundal*”. Además del convenio suscrito con la Fundación Deporte Alcobendas, Urbaser y el Ayuntamiento firmaron otro por el que sus trabajadores pueden disfrutar del Abono Deporte al mismo precio que los empadronados.

Curso monográfico de bailes de salón deportivos

Aprender y bailar *slow vals*, tango, vals vienes, *slow fox*, *quickstep*, samba, chachachá, rumba, pasodoble y *jive*.

Fechas: hasta el 22 de diciembre. Martes y jueves, de 20:30 a 21:30 h.

Lugar: gimnasio 3 del polideportivo municipal.

Precio del curso: empadronados: 109,20 euros; no empadronados: 163,80 euros; y titulares del Abono Deporte: 20% de descuento.

Plazas libres

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES.

- **Taichi** (a partir de 18 años). Lunes, de 19 a 20:30 h.

- **Natación Niños un día fin de semana** (de siete a 12 años).

Nivel 1: sábado, de 9:45 a 10:30 h.

Nivel 2: sábado, de 11:15 a 12 h; domingo, de 9:45 a 10:30 h.

Nivel 3: domingo, de 10:30 a 11:15 h.

POLIDEPORTIVO MUNICIPAL JOSÉ CABALLERO.

- **Yoga.** Martes, de 19 a 20:30 h.

‘Master Class Pilates’

Ciudad Deportiva Valdelasfuentes.

Sábado 17 de octubre, de 10 a 12 h.

Plazas limitadas.

Inscripción: gratuita, en el departamento de Usuarios del Patronato Municipal de Deportes y en las oficinas del SAC.



ATLETISMO | Inscripciones gratuitas, hasta el viernes 16

La Milla Escolar se disputará el 25 de octubre



Alrededor de dos mil jovencísimos atletas participarán el domingo 25 de octubre en la Milla Escolar, prueba que da inicio a la nueva temporada del atletismo escolar.

Organizada por el Club de Atletismo Popular, se corre-

rá en un circuito situado en la calle Carlos Muñoz Ruiz a partir de las 10:30 h.

La inscripción será gratuita y deberá realizarse hasta el viernes 16 de octubre. El resto de inscripciones se podrán realizar el mismo día de la prueba abonando

la cantidad de dos euros y se podrán hacer hasta 30 minutos antes del comienzo de carrera en que se desee participar.

Se establecerán clasificaciones individuales en todas las pruebas y los organizadores entregarán un trofeo a los tres primeros clasificados de cada categoría y medalla a los clasificados en los puestos del cuarto al décimo.

Hay categorías desde minis E, nacidos en 2015, hasta cadete, y también se correrá una prueba de carácter popular.

Información e inscripciones: www.cap-alcobendas.es.

Hipopresivos. Curso monográfico.

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES.

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 mayores de 16 años.** (Contraindicado para personas hipertensas y embarazadas).

Curso de cinco horas de duración, los sábados 24 y 31 de octubre y 7, 14 y 21 de noviembre, en sesiones de una hora.

Horario: de 10 a 11 h, nivel 1 (iniciación).

De 11 a 12 h, nivel 2 (es necesario haber realizado un curso de iniciación).

De 12 a 13 h, nivel 1 (iniciación).

Precio del curso: empadronados: 21 euros; no empadronados: 31,50 euros; y titulares Abono Deporte: 17 euros.

Inscripciones: en el departamento de usuarios del PMD y en el SAC.

Escuelas deportivas. Plazas libres

CIUDAD DEPORTIVA VALDELASFUENTES

Niños:

Kárate, judo, hockey sobre patines, atletismo, tenis, tenis de mesa, balonmano, fútbol sala, fútbol femenino, gimnasia rítmica, ajedrez y voleibol.

Jóvenes-adultos:

Gimnasia de mantenimiento, taichi, aeróbic, yoga, tenis, *snooker* y *nordic-walking*.

Actividades del Abono Deporte con inscripción. Plazas libres.

Jóvenes-adultos:

Pádel, *pilates* y yoga (mañana y tarde, consultar horarios).

Kárate, judo, *tai-jitsu*, *athletic fitness*, y *snooker* (tarde, consultar horarios).

Niños:

Kárate y taekwondo.



TRABAJO

OFERTA

www.alcobendas.org
Bolsa de empleo



Estas ofertas han sido gestionadas en el Servicio de Bolsa de Empleo. Las candidaturas que cumplen el perfil han sido enviadas a la empresa y el proceso de selección sigue abierto.

Dependiente para boutique de vestidos de fiesta y ceremonia. Imprescindible experiencia. 619 164 750.

Teleoperador/a para emisión de llamadas. Se requiere formación informática o similar. Disponibilidad horaria de lunes a domingo y festivos locales. rhhweb@marktel.net.
Coordinador/a de eventos autónomo, para restaurantes de gran superficie en Buitrago del Lozoya y Fuente el Saz de Jarama. Imprescindible experiencia y formación en marketing, informática y gastronomía. im_garden@yahoo.es.

Marshall para atención a clientes en campo de golf. Carné de conducir. Jornada de lunes a domingo, de 8 a 18 horas. jsoria@solutecnia.com.

Ayudante u oficial/a de peluquería para incorporación inmediata en centro de belleza. 91 651 40 12.

Oficial/a de peluquería unisex por turno de tarde, con experiencia. 91 261 51 80.

Comerciales sector Inmobiliario, captación y venta, se ofrece fijo y comisiones (a convenir), se valorará experiencia y vehículo propio. pelaez.asociados@hotmail.com.

Asesores inmobiliarios jóvenes y dinámicos, con o sin experiencia, para

incorporarse de forma inmediata a nuestro equipo de trabajo. Imprescindible vehículo propio. info@quavitat.com.

Profesor nativo de inglés para centro de estudios. trabajo@ensenarte.es.

Persona con coche que pueda recoger a los niños del cole a mediodía. 636 571 953.

Profesor particular de guitarra eléctrica en Alcobendas centro. 617 821 378.

Enmarcador/carpintería, oficial de 1ª con carné de conducir. info@marcoestudio.com.

Interna para cuidar a persona mayor en Alcobendas. Contrato y alta en seguridad social. 677 530 209.

DEMANDA

Limpio, plancho, un día a la semana por la mañana. 697 461 947.

Clases particulares de inglés a ESO, bachillerato, exámenes oficiales de Cambridge hasta Advanced. 659 845 199.

Mozo de almacén, chófer, jardinero. También cuida niños, fines de semana o noches. 655 250 577.

Cuido mayores, niños, limpio, externa, por horas. 602 552 883.

Limpio casas, oficinas, por horas. 622 515 005.

Limpio casas, oficinas, plancho, ayudante de cocina. 662 251 876.

Ayudante de cocina, camarera, portera, limpio oficinas, portales. 666 786 376.

Limpio oficinas, naves, portales, viviendas, cocino, plancho, cuida niños, también fines de semana y noches, hablo inglés. 640 255 730.

Limpio viviendas, portales, oficinas, cuida niños, mayores, clases de francés e inglés a niños de primaria. 661 437 713

Limpio, cocino, plancho, tardes. 666 303 747.

Limpio, cocino, plancho, cuida niños, martes y jueves de mañana, resto de la semana a partir de las 13 horas. 602 897 617.

Limpio, plancho, cuida niños. 642 628 402.

Limpio casas, portales, oficinas. 642 580 708.

Cuido mayores. 619 510 412.

Servicio doméstico. 632 988 659.

Jardinero con herramientas propias. 683 116 406.

Jardinero, llevo niños al colegio con coche. 633 520 185.

Busco trabajo externa, interna, por horas. 642 072 039.

Manipuladora de alimentos y reponedora. 633 970 412.

Limpio, cuida niños, mayores, externa, por horas. 625 955 083.

Cuido niños, limpio casas, oficinas. 633 970 412.

Busco trabajo por las tardes. 651 948 641.

Busco trabajo, externa, por horas. 606 131 829.

Limpio, plancho, cuida niños, mayores, mañanas. 608 468 650.

Mantenimiento de toldos, pérgolas, arreglo mosquiteras, ventanas, puertas. 675 418 141.

Limpio, por la mañana. 632 054 494.

Cuido mayores, niños, limpio. 671 720 815.

Limpio, cuida niños, mayores. 631 568 831.

Limpio casas, portales, oficinas. 676 569 045.

Pintura de pisos, jardinería, mantenimiento de motores, de fincas, cuida mayores, hablo inglés. 631 240 434.

Busco trabajo externa, interna, fines de semana. 622 533 169.

Limpio casas, cuida niños o mayores, tardes. 616 680 552.

Cocino, por horas. 690 070 053.

Limpio casas, martes y jueves. 650 295 733.

Cuido niños, disponibilidad

inmediata. 616 024 043.

Montador de muebles de cocina, armarios, tarimas, puertas. 697 449 224.

Limpio, plancho, cocino. 699 800 575.

Llevo y recojo niños del colegio, paseo perros. 632 287 904.

Limpio, plancho, cuida niños. 680 860 483.

Tareas del hogar, cuida niños, mayores, día y noche. 606 825 035.

Cuido niños, también mascotas, mañanas. 659 609 464.

Chófer, cuida mayores, labores domésticas, limpio oficinas, naves, peón de albañilería. 698 459 931.

Empleada de hogar, de lunes a viernes, tardes. 603 614 047.

Limpio, plancho, cuida niños, dependienta, cuida animales. 672 060 826.

Limpio, cocino, plancho, tardes, canguro fines de semana y festivos. 699 896 158.

Plancho, mañanas. 600 738 755.

Ayudante de cocina con certificado de manipulador de alimentos. 626 533 081.

Trabajos de jardinería. 699 412 732.

Limpio, cuida niños, mayores, también fines de semana. 618 119 218.

Tareas del hogar, cuida niños, mayores, operador de elevador frontal, motoniveladora, ayudante de cocina. 619 145 944.

Administrativa, recepcionista. 639 964 850.

Cuido niños, mayores, limpio, plancho, sábados y domingos. 636 924 766.

Limpio viviendas, cuida mayores. 674 929 666.

Diplomada en Magisterio de Educación Infantil, doy **clases** de inglés, lengua. 626 444 928.

Busco trabajo interna o externa. 622 726 033.

Profesora, doy **clases** particulares de primaria y ESO. 666 306 070.

Limpio, ayudante de cocina.

632 218 602.

Empleada de hogar. 631 171 060.

Limpio, cuida niños, mayores, mañanas. 639 288 441.

Pintor. 660 535 339.

Cuido niños, mañanas hasta las 16:30 horas. 645 875 618.

Limpio casas, plancho, por horas. 635 828 012.

Cuido niños, limpio, dependienta. 603 096 794.

Busco trabajo en casas o empresas de limpieza. 627 888 121.

Estudiante de Física, doy **clases** de matemáticas y física a estudiantes de ESO o bachillerato. 616 473 312.

Profesor bilingüe, doy **clases** de inglés a todos los niveles, preparación exámenes de Cambridge. 618 207 059.

Limpio casas, plancho. 635 828 012.

Maestra de Educación Primaria, doy **clases** de lengua y latín hasta 2º de Bachillerato, resto de materias hasta 3º ESO. 659 224 558.

Profesor, doy **clases** de español a extranjeros, taller de conversación, tardes y fines de semana. 669 740 721.

Clases de inglés. 671 159 116.

Clases y refuerzo de inglés. 687 199 613.

Titulado en lengua inglesa, doy **clases** de inglés a alumnos de primaria y secundaria. 678 359 804.

Busco trabajo, jornada completa o por horas, vehículo propio. 687 684 655.

Limpio, plancho, organizo la casa, cuida niños, externa. 672 831 552.

Cuido mayores o niños, externa o interna. 631 380 317.

Físico nuclear, doy **clases** de matemáticas y física a todos los niveles, incluida universidad. 690 162 541.

Graduada, doy **clases** de inglés, francés y refuerzo a estudiantes de primaria, ESO y bachillerato. 630 364 568.

Estudiante de Pedagogía, doy **clases** particulares a

primaria, ESO y bachillerato. 653 472 430.

Estudiante de Ingeniería, doy **clases** a primaria, ESO y bachillerato de matemáticas, física y química. 678 418 874.

Modista, confecciono ropa de fiesta, cortinas. 622 009 112.

Camarero extras. 654 680 963.

Servicio doméstico, cuidado mayores, asistencia personal, acompañamiento a hospitales. 631 926 418.

Camarero de barra y sala. 722 714 085.

Limpio, plancho, por horas. 662 620 701.

Diplomada en Filología Inglesa, doy clases de inglés y japonés, varios niveles, expresión escrita, oral y gramática. 667 962 896.

Nativa, **clases** de inglés, conversación y gramática. 603 206 916.

Limpio casas, bares, portales, locales. 657 596 307.

Clases de inglés y ciencias, todos los niveles. 649 448 830.

Busco trabajo por horas o media jornada. 688 345 406.

VIVIENDAS VENTAS

Piso en c/. Salamanca, 3 habitaciones, 2 baños, suelos de parquet, pintado en liso, terraza, tendedero, bañera hidromasaje, hilo musical, posibilidad de plaza de garaje. 180.000 €. 609 908 162.

Ático en Colmenar Viejo, salón de 21 m., cocina amueblada, terraza de 60 m., antigüedad 5 años. 626 065 377.

Piso en Paseo de la Chopera, 77 m. útiles, 2 dormitorios, baño, terraza, plaza de garaje, urbanización con piscina, instalaciones deportivas, portero y cámaras de seguridad. 639 120 455.

Piso en San Sebastián de los Reyes, 150 m., 3 dormitorios, 2 baños, garaje, zonas

comunes, piscina, gimnasio. 360.000 €. 91 667 12 42.

ALQUILER

Habitación individual, cerca del metro y Renfe. 250 €, fianza 100 €. 674 442 569.

Busco piso de 2 habitaciones. 400 €/500 €. 634 770 319.

Busco habitación para pareja. 695 952 306.

Piso en Paseo de la Chopera, amueblado, 2 dormitorios, baño, terraza, plaza de garaje, urbanización con piscina, instalaciones deportivas, portero y cámaras de seguridad. 1.200 €. 639 120 455.

Habitación a chica no fumadora en chalet en Soto de la Moraleja. 300 €, todo incluido. 609 525 603.

Piso en Talamanca del Jarama, 130 m., 3 habitaciones, 2 baños, salón con terraza, cocina amueblada, piscina y zonas comunes. 490 €, comunidad incluida. 670 439 733.

Piso, 3 habitaciones, amueblado, electrodomésticos, trastero, exterior, céntrico. 700 €, comunidad y agua incluidos. 618 526 833.

Habitación amueblada con terraza solárium en dúplex a chica, a 5 minutos de supermercado y transporte 663 678 879.

Apartamento-casa. También vendo. 653 527 742.

Habitación a persona no fumadora, cerca de metro y bus. 690 075 612.

Habitación con wifi en la c/. Constitución con Avenida de España. 602 552 883.

Chica, busco habitación en ambiente tranquilo, con poca gente, en la zona de la Menina. 600 367 887.

Busco piso de 3 o 4 habitaciones. 550 €/600 €. 604 184 480.

Casa en la sierra de Madrid. 627 357 054.

Habitación a chica. 250 €, gastos incluidos. Otra, 220 €, gastos incluidos. 697 778 678.

Habitación. 643 375 251.

Habitación para chicas en un adosado cerca del metro Manuel de Falla. 642 071 969.

TERRENOS Y LOCALES

Alquilo **plaza de garaje** en Plaza de la Artesanía. 60 €. Otra en c/. Marqués de la Valdavia. 65 €. 91 652 82 26.

Vendo **plaza de garaje** en c/. Olivar. 638 978 012.

Alquilo o vendo **plaza de garaje** en c/. San Vicente, para coche y moto. 609 908 162.

Alquilo **plaza de garaje** para moto en c/. Soria. 40 €. 615 277 779.

Alquilo **plaza de garaje** en c/. Marqués de la Valdavia. 50 €. 606 463 618.

Alquilo **plaza de garaje** en Paseo de la Chopera. 60 €. 91 445 10 14.

Vendo o alquilo **plaza de garaje** en Travesía Francisco Baena Valdemoro. 636 093 055.

Vendo **plaza de garaje** en Paseo de la Chopera. 8.500 €. 619 065 081.

Vendo **plaza de garaje** en Paseo de la Chopera con Avenida de España. 618 758 692.

Alquilo **plaza de garaje** para dos coches en Avenida de Madrid. 90 €. 656 344 683.

Busco **trastero** cerca de la c/. Maestro Barbieri. 687 495 024.

Alquilo **plaza de garaje** en c/. Maestro Guerrero. 70 €. 656 344 683.

Vendo **plaza de garaje** en c/. Maestro Guerrero. 20.000 €. 696 445 842.

Vendo **plaza de garaje** en c/. La Cruz. 12.000 €. 656 476 790.

Alquilo **plaza de garaje** con vigilancia en Avenida de Madrid. 696 076 357.

Alquilo **plaza de garaje** en Paseo de la Chopera, zona centro de salud. 649 779 834.

Alquilo **plaza de garaje** en Valdeasfuentes. 45 €. 666 958 201.

Alquilo **trastero** de 5 m. y 4 m. de altura en Plaza del Sauce. 90 €. 617 346 874.

Vendo **plaza de garaje** para coche y moto en Avenida de España. 687 989 997.

Traspaso **negocio** por jubilación del propietario. 630 025 754.

Vendo **local** en c/. Gerona de 90 m., con garaje. 629 301 183.

Vendo **trastero** y alquilo o vendo bar. 653 527 742.

Vendo **plaza de garaje** para coche y moto en "Marqués de la Valdavia II". 659 465 036.

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

Vendo **parcela** en El Casar (Guadalajara) con agua y luz. 65.000 €. 666 237 424.

VEHÍCULOS

Renault Laguna y Peugeot 406. 1.950 €, los dos. También compro moto Vespiño. 653 527 742.

Seat León FR diésel, control de velocidad, aire acondicionado, pinzas de frenos nuevas, radio USB. 4.300 €. 630 738 918.

Citroën C-3, 1.4, gasolina, 75 cv, 85.000 km., ruedas nuevas, recién pintado. 636 044 007.

VARIOS

Bicicleta de 20" y lavadora. 634 003 098.

Busco personas para jugar al pádel, nivel medio, preferiblemente mañanas o de 3 a 5 horas. 640 744 347.

Bicicleta de niño de 3 a 6 años con transportín. 662 079 016.

Estor gris de 1,7x1,1, 4 sillas de bar negras, 2 sillas de ordenador y 1 colchón de 80 cm. 617 821 403-

Vestido de boda, talla 36, de seda y con velo de Balenciaga. 666 306 070.

Aparatos para consulta de oftalmología. 91 651 69 73.

Libros de PCPI 1 de Administración y Gestión y de PCPI 2º año. 602 093 488.

Libros 3º ESO del IES Aldebarán. 616 867 972.

Secadora, casco de moto de señora, silla de auto con isofix, bici de niño de 4 años. 667 509 212.

Uniforme y chándal de niño del colegio Greenwich. 690 338 995.

Lámpara de mesa de color dorado y azul, de 70 x 50 cm. 618 912 288.

Trona Chicco y zapatos del nº 30. 662 620 701.

Busco mujeres de 30 a 50 años para ir a caminar lunes, miércoles y viernes, a partir de 21 horas. 640 265 841.

Mesa de centro de 100x50 cm. y otra auxiliar de 50x50 cm., ambas de madera y con tapa de mármol. 618 912 288.

Pérdidas gafas Ray Ban con patillas amarillas en baños de la planta baja de La Gran Manzana, el sábado día 19. 630 924 157.

Libros de 1º de FP Administrativo de grado medio del IES Virgen de la Paz. 657 543 980.

Arcón congelador, nevera, lavadora, ordenador portátil, televisión de 50. 653 527 742.

Sofá cama con arcón amarillo de 1,20x2 m. 91 652 79 64.

Libro de la UPA ámbito social editex. 652 940 046.

Mochila portabebé, modelo "marsupio" gris, chaqueta para moto. 633 053 012.

Patines en línea, talla 37. 630 331 732.

Acuario de 56 litros con mueble. 605 996 580.

Chándal uniforme del colegio Brains, sudaderas y camisetas tallas 8 y 10, pantalones largos talla 12 y cortos talla 10. 666 085 907.

Perdido móvil Xpería con funda rosa de silicona en la c/. Costanilla de los Ciegos. Importante recuperar fotos. 606 314 956.

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 dos horas antes del espectáculo.

TEATRO MUSICAL. Pinocho el gran musical. Sábado 10 de octubre, a las 20 h. Precio: 12 y 17 €.

CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS

C/. Mariano Sebastián Izuel, 9. Teléfono: 91 229 49 40. Taquilla: viernes, de 17 a 19:30 h, y sábados, de 11 a 13:30 y de 17 a 19:30 h.

AUDITORIO PACO DE LUCÍA:

Ciclo Alcobendas Clásica: La alegría, el ritmo y el color. Recital de piano a 4 manos de **Sylvia Torán** y **Ramón Grau**. Viernes 16 de octubre, 20 h. Precio: 8 €.

EXPOSICIONES:

- *Sostener la mirada*, de **José Luis Vicario**. Fotografía.
- *After the rainbow*, de **José Guerrero**. Fotografía.

VISITAS GUIADA A AMBAS EXPOSICIONES: sábado 10 de octubre, a las 11 h.

- *Finally Together*, de **Javier Calleja**. Instalación.

CENTRO CÍVICO 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 h.

EXPOSICIÓN: Natura fluxus, de **Alicia Botas**. Pintura.

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



Ayuntamiento@ALCBDS_Ayto
Empleo@ALCBDS_Empleo
Deportes@ALCBDS_Deportes
Casa Mujer@ALCBDS_CMujer
Centro Arte@ALCBDS_Carte
Participación@ALCBDS_Particiu
TACA@ALCBDS_Taca
Mediatecas@ALCBDS_Mediatec
Imagina@ALCBDS_Imagina
Conecta@ALCBDS_Conecta
Salud@ALCBDS_Salud
Comercio@ALCBDS_Comercio
Policía Local@ALCBDS_Policía
Protección Civil@ALCBDS_Prote
Asociaciones@ALCBDS_Asociaci
Consumo@ALCBDS_Consumo
StartUp@ALCBDS_StartUp
E. Música y Danza@ALCBDS_MusicaDa
Búscanos también en:



Vayas donde vayas, mejor en transporte público



Cercanías
Renfe



APP ALCOBENDAS

Descarga gratuita en tiendas
online iPhone y Android

Cines

Hasta el 15 de octubre.

KINÉPOLIS DIVERSIA

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

EL CORO

ATRAPA LA BANDERA

CONCIERTO DE WHO

DEL REVÉS (INSIDE OUT)

DOCUMENTAL ARTE: VAN GOGH

EL CORREDOR DEL LABERINTO

EL DESCONOCIDO

EVEREST

HITMAN: AGENTE 47

IRRATIONAL MAN

LA VISITA

PAN (VIAJE A NUNCA JAMÁS)

REGRESIÓN

UN DÍA PERFECTO

YO, ÉL Y RAQUEL

CINESA LA MORALEJA

Centro Comercial La Moraleja.

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

PAN (VIAJE A NUNCA JAMÁS)

ÁTICO SIN ASCENSOR

ATRAPA LA BANDERA

DEL REVÉS (INSIDE OUT)

EL CORO

EL CORREDOR DEL LABERINTO

EL DESCONOCIDO

EVEREST

GOLPE DE ESTADO

IRRATIONAL MAN

REGRESIÓN

FARMACIAS DE URGENCIA

DEL 9 AL 16 DE OCTUBRE

- **De 9:30 a 23 h:** Paseo de la Chope-
ra, 71 y c/. San Vicente, 6.

- **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 9

19:30 H. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS

EXPOSICIÓN

Inauguración de la muestra *Finally Together*, de Javier Calleja.

21 H. MUNCYT

CINE DE CIENCIA FICCIÓN

Se proyectará *Interstellar*.

17 H. LA ESFERA

FRIKIOLIMPIADAS

Evento dedicado a todos los ámbitos del 'universo friki' y que acogerá multitud de actividades alternativas. Se prolongará a lo largo de todo el fin de semana: viernes, de 17 a 22 h; sábado, de 11 a 22, y domingo, de 10:30 a 14 h.

SÁBADO 10

11 H. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS

VISITA GUIADA

A las exposiciones *Sostener la mirada*, de José Luis Vicario, (una reflexión sobre el empleo de la fotografía para el escultor) y *After de rainbow*, de José Guerrero (muestra de imágenes del autor en Estados Unidos).

12:30 H. CASA DE LAS ASOCIACIONES

FIESTA DEL CORDERO

Organizada por la asociación Al-Mechaal.

20 H. TEATRO

AUDITORIO

MUSICAL

Pinocho. Música, circo, danza, teatro y acrobacias, en una versión espectacular del popular cuento de Carlo Collodi. Entradas: 12 y 17 euros.

21:30 H. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS

NOCHE CINÉFILA

Se proyectará la película *REC* y habrá un taller de caracterización y efectos especiales.

DOMINGO 11

11 H. ROSALEDA DE ARROYO DE LA VEGA

PASEO DEL ARTE

Muestra de productos de la asociación Artistas del Pueblo: jabones, bisutería, pintura, fotografía, música...

MARTES 13

19 H. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS

CAFÉ FILOMANÍA

Un espacio para reflexionar sobre los temas importantes de la vida. Se debatirá el tema *¿Para qué sirve la empatía?*

MIÉRCOLES 14

19 H. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS

PRESENTACIÓN LITERARIA

Dentro del programa *Talento Local*, la escritora Teresa Palomino presenta



Túnel interactivo en el MUNCYT

Esta semana se ha inaugurado en el Museo de la Ciencia y la Tecnología de Alcobendas (*Muncyt*) una instalación única en el mundo: el túnel interactivo de la Organización Europea para la Investigación Nuclear (CERN), que tiene como fin explicar la física de las partículas. A través de diferentes juegos, los participantes podrán entender de manera divertida y cercana aspectos complejos relacionados con la física de partículas: cómo se produce la materia, cómo interactúa con el *campo de Higgs*, cómo colisionan los protones... El túnel podrá visitarse hasta el 14 de diciembre y en todo momento contará con divulgadores científicos que explicarán su funcionamiento.

su novela histórica

Peregrini, Latini Luniani.

JUEVES 15

19 H. MUNCYT

CONFERENCIA

Ciclo de charlas sobre astronomía y el sistema solar. Se abordará el tema *¿Es el Sistema Solar un átomo gigante?* A cargo de José Alberto Pardi.

19:30 H. CENTRO

CÍVICO ANABEL SEGURA

PINTURA

Inauguración de la exposición *Natura fluxus*, de la artista Alicia Botas. Composiciones dinámicas y de gran riqueza cromática.

VIERNES 16

20 H. TEATRO AUDITORIO

THE GAGFATHER

Un nuevo espectáculo de Yllana, esta vez con un claro homenaje al cine negro con gánsteres y policías. Entradas: 11 y 14 euros.

20 H. AUDITORIO PACO DE LUCÍA DEL CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS

MÚSICA CLÁSICA

La alegría, el ritmo y el color, recital de piano a cuatro manos de los pianistas Sylvia Torán y Ramón Grau, que interpretarán piezas de Schubert, Ravel y Gershwin. Entradas: 8 euros.

BOLSA DE LOCALES COMERCIALES

Distrito Centro
de Alcobendas



Tú encuentras
un local

Tú alquilas
tu local vacío

Servicio gratuito de Intermediación en el Alquiler de Locales Comerciales.

Realizamos todas las gestiones necesarias para encontrar y mantener al arrendatario adecuado, ofreciendo todas las garantías del mercado.

Ventajas:

- Información y asesoramiento.
- Realización de informe técnico sobre el estado del local.
- Selección de personas emprendedoras y empresarias interesadas.
- Visitas para mostrar el local.
- Creación de una foto inventario.
- Publicación del local a través de nuestra página web.
- Contratación de un seguro de garantía de cobro de rentas.

- Información de diferentes seguros multirisgo para su valoración.
- Preparación de la documentación y acompañamiento en la firma del contrato.
- Mediación y asesoramiento jurídico y técnico durante el primer año del contrato para apoyarle en las dudas y dificultades que surjan.

Puede ampliar esta información poniéndose en contacto con nosotros:

**Casa de las Asociaciones. Sala 8.
C/. Cáceres, 18.
Teléfono: 91 653 73 78.**

También puede pedir cita en el teléfono 91 659 09 57.