

Sietedías

Revista municipal de Alcobendas

www.alcobendas.org |    



Arte contemporáneo en Alcobendas. Colección Helga de Alvear



El martes 13 se celebra el sorteo de huertos urbanos



El carnaval llena nuestras calles de colorido y fantasía



Gran operativo para volver a la normalidad tras la nevada

DEJADME CUMPLIR LAS NORMAS

Esta carta va dirigida a aquellos conductores, no todos, por suerte, que me presionan con su vehículo desde detrás o me increpan por considerar que circulo demasiado despacio, a pesar de hacerlo en los límites de la velocidad máxima permitida. Incluso, tienen la osadía de adelantarme cuando me detengo en un paso de cebra, ocasionando un susto a los peatones que quieren cruzar. Y lo malo es que da la impresión de que todo ello está permitido socialmente, pues la prisa y el estrés que originan dichos comportamientos parecen ser más importantes que la seguridad de todos, especialmente de los más débiles.

Por todo ello, y con un agradecimiento por adelantado, pido que me dejen cumplir las normas de tráfico.

Jorge González

SI SOLO LE PUSIERAN UN POCO DE CARIÑO...

Llevo viviendo en Alcobendas 35 años y, cada vez que tengo ocasión, hago gala de mi ciudad, su calidad de vida, su riqueza cultural y, sobre todo, el énfasis por ser una 'ciudad deportista' que tiene como bandera las instalaciones públicas deportivas. Lamentablemente, en los últimos 3 años la Ciudad Deportiva Valdela Fuentes ha ido sufriendo el deterioro lógico por el paso del tiempo y la carencia de mantenimiento, lo que está convirtiendo una

instalación de vanguardia en un edificio cada vez más vacío e inoperativo. Son constantes los fallos en máquinas del gimnasio, en la zona termal; la fuente de hielo ha estado estropeada más de un mes; los maltrechos termostatos convierten la ducha en toda una 'aventura de sensaciones termales' (desagradables) y más si es con niños; hay techos mohosos, grifos que no cierran bien, etc. Muchos de estos problemas no creo que requieran de una importante inversión para solucionarlos, por lo que la sensación que da es que ningún responsable le está poniendo el nivel de supervisión y cariño suficiente para mantener la instalación a la altura que se merece.

Diego Rodríguez

Universidad Popular Miguel Delibes

PLAZAS LIBRES

• **Autocad 3D (básico-medio).** Requiere conocimientos de *Windows* y *Autocad 2D*. Curso teórico-práctico donde se irán utilizando las herramientas principales del programa de diseño técnico *Autocad* y se verá la exportación al lenguaje de impresora 3D. Fechas: del 19 de febrero al 20 junio, los lunes y miércoles, de 9:30 a 11 h (precio: 75,96 euros); del 20 de febrero al 21 de junio, los martes y jueves, de 17:30 a 18:30 h (precio: 50,64 euros).

• **Plataforma Google: Sácale todo el provecho.** Requiere conocimientos de ofimática y navegación por internet. Curso donde se aprenderá a sacar provecho a todos los servicios gratuitos que nos ofrece Google, que son muchos, tanto para el ordenador como para el móvil. Fechas: del 12 de febrero al 21 de marzo, los lunes y miércoles, de 19:30 a 21 h. Precio: 28,13 euros.

• **Impresión en 3D desde cero.** El objetivo es familiarizar a los alumnos con la tecnología de impresión 3D para que puedan realizar sus proyectos con este tipo de impresora. Fechas: del 17 de febrero al 17 de marzo, los sábados, de 9 a 13 h. Precio: 31,25 euros.

El 14 de febrero se anularán los cursos que no tengan cubierto el 50% de las plazas.

Información e inscripciones: en la Universidad Popular Miguel Delibes y en el Servicio de Atención Ciudadana (SAC). Cursos para mayores de 16 años.

EXPOSICIÓN 'NATURALEZA EN 3D'

Con cuadros realizados por Goyo Muñoz, alumno del *Taller de Pintura*. Se puede visitar, de 9 a 20 h, en Espacio Miguel Delibes.

CONFERENCIA SOBRE EL CARNAVAL. El miércoles 14 de febrero, a las 18 h, el antropólogo Fernando Izquierdo Torres impartirá la conferencia *Una mirada antropológica al Carnaval*.



DNI EXTRAVIADO

Quisiera dar las gracias a la persona que encontró mi DNI y lo entregó en la comisaría de Policía Nacional. Lo perdí el 23 de diciembre en el Arroyo de la Vega haciendo deporte. Muchísimas gracias a esa persona que lo entregó.

Ana

BORDILLO PELIGROSO

Como usuario del centro de salud de la Seguridad Social de la Avenida de España, 50, informo de la situación de la cámara de registro de Telefónica en la que recientemente ha tropezado una vecina al acudir a su médico con el resultado de una caída y la rotura de un brazo. La cámara presenta un escalón justo en la zona

de paso de los usuarios del centro. La razón de mi carta es saber si ustedes pueden hacer alguna gestión para que Telefónica lo arregle o, en su defecto, 'vallar de alguna manera ese espacio'.

Saturnino L.

Dirija su carta a Sietedías a través de la web municipal en *Comunicación On-line* (apartado *Sietedías-Cartas*) o del correo electrónico 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.

**#Alcobendas****Olga @Olgapascual11**

Mi hija de 8 años quiere poner una queja a los operarios de Alcobendas por la eficacia y rapidez con la que han limpiado nuestras calles de Fuente Lucha de nieve. Ja,ja,ja #Alcobendas. Gracias

Marina del Castillo @caselita

¡Qué bonito y relajante es ver nevar! Me encanta, sin pensar en mañana y las consecuencias. @ALCBDS_Ayto Alcobendas está preciosa. #vivalanieve

Patri @deHita7

La verdad es que sí, #Alcobendas tiene hoy más magia que nunca

Colegio Base @colegiobase

Los alumnos de Infantil de @colegiobase pudieron disfrutar ayer de una fantástica representación de "El soldadito de plomo" en el Teatro Auditorio de Alcobendas de la mano de @IruTeatro

María Jesús Matías @mjesusmatias

Alcobendas puede considerarse una de las ciudades más seguras. Gracias por cuidar de nosotros

OrientaT @Orientat_

Empezando Sesiones de Empleo 2018. Hoy Diseña tu CV para conseguir entrevistas. Aforo completo! @ALCBDS_Empleo @ALCBDS_Ayto @ALCBDS_Conecta



Sietedías
Revista municipal de Alcobendas



Edita:
Ayuntamiento de
ALCOBENDAS

ALCALDE PRESIDENTE:
IGNACIO GARCÍA DE VINUESA

Directora de Comunicación:

Teresa Alonso-Majagranzas

Redacción y publicidad:

Plaza Mayor, 1, 3ª planta.
28100 Alcobendas (Madrid).

Teléfono: 91 659 76 00.

comunicacion@aytoalcobendas.org

Responsable de Publicaciones:

Marisa Martínez

Redacción:

Juan Carlos Herráiz

Susana Longarela

Luis M. Núñez (Deportes)

Mercedes Salcedo

Responsable de Prensa:

Carmen Rodríguez

Responsable de Administración:

Maribel Cifuentes

Diseño:

Jesús Barbeito

Ricardo Calonge

Marta Sanz

Fotografía:

Carmen Martínez

David Villar

Corrección de textos:

Pedro I. Gómez

Apoyo a Redacción:

María Montilla

Myriam Sabador

Colaborador en Fotografía:

Javier Arcenillas

Preimpresión digital:

Departamento de Comunicación

Imprime: **Litofinter.**

Distribuye: **Ofinotrib-Gupost.**

Depósito Legal: M. 3.520-1986

Tirada: **48.000 ejemplares.**

Distribución gratuita.

Suscríbese a **Sietediasdigital** en

www.alcobendas.org

♻️ Impreso en papel reciclado.

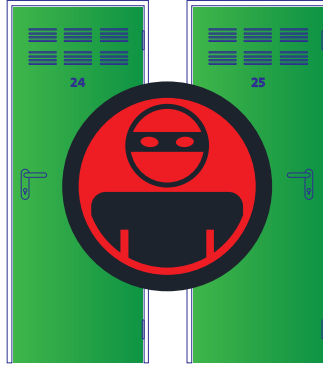


EFQM
Excellence
Award
2016

Necesitamos su colaboración para evitar ROBOS EN TRASTEROS

La Policía Local de Alcobendas solicita que, por favor, sigan estas precauciones:

- **Asegúrese de que no entra con usted ningún desconocido cuando abre la puerta de acceso a su garaje o de su comunidad.** Si detecta a desconocidos que le infunden sospechas, abandone el garaje y la zona de trasteros y contacte con la Policía de forma inmediata llamando a los teléfonos 092 o 091.
- **Espera a que se cierren las puertas detrás de usted al entrar y salir antes de reemprender la marcha.** El temporizador debe regularse al mínimo. Compruebe que los detectores para evitar el cierre de la puerta no están manipulados. Tenga en cuenta que pueden acceder a los trasteros también desde los garajes.
- **Adopten desde la comunidad de propietarios las medidas de seguridad pasiva** que impidan el acceso de personas ajenas mediante vallado, cerraduras de seguridad, cámara de videovigilancia...



- **No deje objetos de valor ni llaves de su domicilio en el interior del trastero.** Si tiene bicicletas, asegúrelas dentro del trastero anclándolas a la pared o con otro sistema. Identifíquelas para una posterior localización.
- **Registre su bicicleta en BICIREGISTRO, en www.alcobendas.org,** para facilitar su localización en caso de robo.
- **Baje periódicamente a su trastero** para comprobar que no ha sufrido ningún daño.
- **Coloque doble cerradura o cerrojo auxiliar en la puerta de su trastero.** Si instala un cerrojo más,

colóquelo alejado de la rejilla de ventilación de la puerta (si tiene). Otra medida recomendada es sustituir la puerta por una de mayor consistencia que nos proporcione mayor seguridad. Las puertas convencionales instaladas en los trasteros suelen ofrecer muy poca resistencia y se abren con demasiada facilidad.

- Si le han sido sustraídas las llaves, **debe cambiar no solo las llaves de la vivienda, también las del trastero.**
- **Si ha sufrido daños o robos en los trasteros, póngalo en conocimiento de la Policía (denuncia).** En caso de robo, manipule lo menos posible para evitar la destrucción de huellas o vestigios que permitan identificar a los autores.
- Tener una **relación de los efectos que tiene en el trastero**, así como su números de identificación (si los tiene), sería de ayuda para su posible recuperación.



ACTUALIDAD | En el operativo participaron cerca de 200 personas y ocho cuchillas ‘quitanieve’

Limpieza, Mantenimiento, Policía Local y Protección Civil devolvieron la normalidad a Alcobendas



Tras varios avisos de nieve que no llegaba a cuajar, Alcobendas puso en marcha el domingo el dispositivo de prevención de nevadas y comenzó la primera de tres largas noches y días de intenso trabajo. El lunes 5 comenzaban a caer copos grandes que cuajaron con rapidez. Alcobendas activó el *Plan de Inclemencias Invernales* y, con una intensa coordinación de los servicios municipales de Limpieza, Vías Públicas, Medio Ambiente y Mantenimiento, Policía Local y Protección Civil, a las pocas horas se despejaban las entradas y salidas de la ciudad, las principales avenidas y calles y las aceras de los viales con mayor intensidad de tráfico peatonal. Fue el trabajo conjunto de casi 200 personas.

Toda la plantilla

En apenas dos horas, los copos cubrían con un manto blanco la ciudad. *Seromal* sacó tres cuchillas, y otras

cinco Ferrovial, la empresa del servicio de limpieza viaria, y se utilizaron parte de las 380 toneladas de sal almacenadas. También las entidades de conservación sumaron sus medios y se unieron al trabajo. El primer objetivo fue asegurar el tráfico rodado por las principales avenidas del casco urbano y la entrada y salida de vehículos en las carreteras de acceso.

La plantilla al completo de *Seromal* y todos los camiones y vehículos auxiliares municipales, voluntarios de Protección Civil y agentes de la Policía Local se pusieron a actuar contra la nieve. Con carácter prioritario, los accesos peatonales a servicios básicos como centros de salud, colegios e institutos, centros de mayores, estaciones de metro y tren y edificios administrativos.

Como la nieve siguió cayendo por la noche, mucha parte del trabajo hecho durante la tarde se cubrió de nuevo. Y

las cuchillas *quitanieve* volvieron a salir para despejar las calles. La madrugada y la mañana del martes fueron de trabajo intenso para todas las personas del operativo. Cuando la ciudad despertó, todas las vías principales estaban despejadas y en las aceras se habían abierto corredores para que los peatones pudieran circular con seguridad. Desde las redes sociales municipales se pedía a los vecinos comprensión y paciencia en las calles menos transitadas.

El alcalde, Ignacio García de Vinuesa, quiso dar las gracias a través de Facebook: “Gracias a todos, gracias por vuestro esfuerzo. Sabemos que habéis hecho un gran trabajo para atender la urgencia de la situación. Los graves problemas que una nevada así podría haber producido no han llegado gracias al trabajo de muchas personas”. Aún así, ha pedido disculpas a las personas que se hubieran podido sentir desatendidas.

ENCUESTA CALIDAD DE VIDA

#CalidadDeVidaAlcobendas

Posibilidades formativas y de empleo



Según la *Encuesta de Calidad de Vida 2017*, los ciudadanos otorgan un 7 a la oferta formativa universitaria; un 6,3, al acceso a la información de las oportunidades formativas y ocupacionales; un 6,2, a la oferta formativa profesional; un 5,8, al apoyo a la ocupación; y un 5,4, a la facilidad para encontrar trabajo.

Son las notas más altas que reciben estas cinco cuestiones en los últimos cinco estudios realizados. Con respecto a la encuesta de 2015, se registra un in-

cremento de tres décimas en los primeros cuatro aspectos y de cinco en la valoración de la facilidad para encontrar trabajo. Es especialmente relevan-

te y esperanzador este último dato, ya que, por primera vez, se supera el aprobado (en 2011, la nota de este aspecto fue un 4,1).

ÍTEM EVALUADO / AÑO	2017	2015	2013	2011	2009
OFERTA FORMATIVA UNIVERSITARIA (PROXIMIDAD)	7	6,7	6,5	6,7	6,6
ACCESO A LA INFORMACIÓN DE OPORTUNIDADES FORMATIVAS Y OCUPACIONALES	6,3	6	5,8	5,5	6
OFERTA FORMATIVA PROFESIONAL	6,2	5,9	5,7	5,6	6
APOYO A LA OCUPACIÓN	5,8	5,5	5,2	4,9	5,7
FACILIDAD PARA ENCONTRAR TRABAJO	5,4	4,9	4,4	4,1	4,9

5,4

Facilidades en encontrar trabajo



7

Oferta universitaria

5,8

Apoyo a la ocupación

6,2

Oferta formativa profesional

6,3

Acceso a la información

Dos nuevas temáticas para las sesiones de 2018

El Club de Empleo te ayudará a identificar tus competencias y a realizar una presentación



El *Club de Empleo* municipal es un importante lugar de encuentro donde las personas que buscan trabajo aprenden a utilizar nuevas herramientas de búsqueda, encuentran ayuda del grupo y, algo que es muy importante, ánimo y nuevo impulso para continuar la búsqueda.

Durante 2017, realizó 30 sesiones de cuatro horas cada una de ellas y 5 talleres de 16 horas. Entre los talleres, se han organizado específicos para colectivos como son las personas con discapacidad o los mayores de 45 años. Más de 420 asistentes han pasado en total por las sesiones y talleres del *Club de Empleo* durante el año pasado. Hay que destacar que el 25% de los participantes en los talleres se insertaron en el mercado laboral a los dos meses de la finalización de los mismos.

Competencias y presentación atractiva

Este año, el *Club de Empleo* ofrecerá dos sesiones de temática nueva: *Identifica tus competencias profesionales* (4 de abril, de 10 a 14 h) y preparación de presentación breve de tu candidatura para captar el interés en pocos minutos (*Elevator Pitch*) (4 de mayo, de 10 a 14 h). “Reconocer nuestras competencias (productividad, responsabilidad, comunicación, empatía, autonomía...) y saberlas comunicar bien se han

convertido en elementos clave en la búsqueda de empleo y de un nuevo proyecto profesional. En estas dos nuevas sesiones aprenderemos, por una parte, a identificar nuestras competencias, según lo que solicita la empresa, y a desarrollarlas, y, por otra, a exponer brevemente nuestra presentación de venta profesional, resumiendo qué podemos aportar a la empresa, transmitir nuestras competencias o valor añadido”, explica Laura Ramírez, formadora de OrientaT que impartirá las sesiones. Junto a estas dos novedades, el *Club de Empleo* mantiene sus sesiones ya clásicas: *Supera una entrevista de trabajo*, *Búsqueda de empleo en entorno digital*, *LinkedIn* y *Tu currículum para conseguir entrevistas*.

DATOS DEL PARO DE ENERO DE 2018:

Alcobendas: aumenta el paro en 100 trabajadores, situándose en 5.127 el número de personas desempleadas, un 8,97% menos que en enero de 2017 (505 desempleados menos).

La Bolsa de Empleo Municipal recibió en enero ofertas para un total de 80 puestos de empleo.

FORMACIÓN:

Talleres del Club de Empleo, los miércoles, de 10 a 14 h: 14 de febrero, *Búsqueda de empleo en entorno digital*; 21 de febrero, *LinkedIn*; 1 de marzo, *Supera una entrevista de trabajo (para personas con discapacidad)*.

Información e inscripciones: fomentodeempleo@aytoalcobendas.org.

Para inscribirse, es requisito estar dado de alta en la Bolsa de Empleo Municipal-Agencia de Colocación.

CONVENIO | Alcobendas HUB y la Cámara de Comercio e Industria Italiana para España impulsarán la instalación de empresas italianas en la ciudad

Empresas italianas, más cerca de Alcobendas



El convenio lo firmaron el lunes 5 de febrero el alcalde de Alcobendas, Ignacio García de Vinuesa, y el presidente de la Cámara de Comercio e Industria Italiana para España, Marco Silvio Pizzi.

La Fundación Ciudad de Alcobendas y la Cámara de Comercio e Industria Italiana para España (CCIS) han firmado un convenio de colaboración para que Alcobendas HUB promueva el desarrollo de iniciativas empresariales, de innovación, de emprendimiento y de internacionalización de empresas italianas en

Alcobendas. Entre otras acciones, Alcobendas HUB y CCIS compartirán buenas prácticas en políticas públicas de innovación y emprendimiento. Para fomentar el aterrizaje suave de estas empresas en España, Alcobendas HUB les ofrecerá espacio de trabajo en nuestra ciudad, les proporcionará información y ase-

oría estratégica sobre el mercado de destino y compartirá con ellas estrategias para la comercialización de su producto o servicio en el mercado de destino. Alcobendas HUB proporcionará, asimismo, información sobre cómo obtener ayudas públicas y financiación preferente; contactos con el tejido productivo y empresarial de Alcobendas, con centros de investigación y tecnológicos y con administraciones públicas españolas; y acceso a la Bolsa de Empleo Municipal.

Homenaje en memoria de los abogados de Atocha

La Plaza Abogados de Atocha de Alcobendas fue el lunes 5 de febrero el escenario del homenaje en memoria de los cinco abogados laboristas asesinados en el atentado ocurrido el 24 de enero de 1977 en Madrid. En el acto han estado presentes Jaime Cedrún, secretario general de Comisiones Obreras de Madrid; Gemma Durán, secretaria general de la Unión Comarcal Norte de este sindicato; y miembros de los gobiernos municipales de Alcobendas y San Sebastián de los Reyes. Antes de finalizar el homenaje, se leyó el nombre de las cinco víctimas mortales de este atentado: Enrique Valdelvira, Luis Javier Benavides, Francisco Javier Sauquillo, Serafín Holgado y Ángel Rodríguez.



MEDIO AMBIENTE | A las 18 h, los de Avenida de la Ermita; a las 19:30, los de Carlos Muñoz Ruiz

El sorteo de los huertos urbanos se celebrará en La Esfera el próximo martes, 13 de febrero

El sorteo que decidirá los 123 agraciados con un huerto urbano en sendas parcelas de Arroyo de la Vega y Valdelasfuentes se celebrará en el Centro Municipal La Esfera (Avenida Olímpica, 14) el próximo martes, 13 de febrero.

Por razones de aforo (máximo, 550 personas) se procederá a sortear en primer lugar, a las 18 h, las 44 parcelas de la Avenida de la Ermita, 8. Posteriormente, sobre las 19:30, se efectuará el sorteo de los 79 huertos municipales de la calle Carlos Muñoz Ruiz, 6.

Mecánica del sorteo

Cada uno de los sorteos se compone de cuatro *subsorteos*, uno por cada cupo de cada convocatoria. La mecánica es igual para cada *subsorteo*. Se introducirán en una bolsa opaca los números de las parcelas que



entran en el cupo (*bolsa 1*) y en otra, los números de los solicitantes correspondientes a dicho cupo (*bolsa 2*). Se comenzará con la extracción de una tarjeta de cada bolsa, adjudicando así la parcela que salga de la *bolsa 1* al solicitante que salga de la *bolsa 2*. Este procedimiento se repetirá hasta que no queden tarjetas en la *bolsa 1* y se sacará un

número más, el del primer reserva de cada cupo, para conformar la lista correlativa de reservas.

Listado definitivo

La lista definitiva de participantes y de excluidos en este sorteo está expuesta en el Tablón de Edictos del Ayuntamiento y en la web municipal desde el lunes 5 de febrero.

Centro de Empresas Municipal

PARA PONER SU NEGOCIO EN MARCHA, HABLE CON NOSOTROS.

El Centro de Empresas del Ayuntamiento tiene espacios desde 12 hasta 60 m² para que instale su nueva empresa. Están perfectamente acondicionados para el desarrollo de actividades empresariales de servicios y cuentan con plaza de garaje, servicio de asesoramiento para el desarrollo y consolidación del negocio y todas las

infraestructuras necesarias para las empresas actuales, en un entorno dinámico colaborativo, con empresas jóvenes como la suya, donde las oportunidades de negocio surgen al mismo ritmo que fluyen las ideas y la innovación.

Más información: en el Centro de Empresas Municipal (c/. Ramón y Cajal, 5; teléfono 91 484 18 00; correo electrónico centroempresas@aytoalcobendas.org) y en la web municipal alcobendas.org.



CONVIVENCIA | El lunes 19 de febrero, sesión informativa sobre este programa municipal ‘Vivienda Intergeneracional Compartida’, un proyecto que conecta a mayores y jóvenes



El Ayuntamiento de Alcobendas pone en marcha el programa *Vivienda Intergeneracional Compartida*, un proyecto piloto de convivencia entre mayores de 65 años que viven solos y jóvenes hasta 35 años. Se trata de que el mayor comparta su vivienda habitual con un joven que necesite acceder a una y, a cambio, este le acompañe y comparta las tareas diarias para conseguir una convivencia beneficiosa para ambos.

El programa busca desarrollar un espíritu solidario y fomentar la creación de redes de apoyo intergeneracional e intercultural. Los mayores de 65 años que estén interesados deben vivir solos, tener autonomía personal y disponer de vivienda propia o estable con condiciones de habitabilidad y espacio suficiente para compartirla. En el caso de los jóvenes menores de 35 años, tienen que estar empadronados en Alcobendas y contar con recursos económicos suficientes para su sostenimiento autónomo. Además, deben poseer la sensibilidad y motivación para convivir con un mayor, ser comunicativos y dialogantes. No realizarán aportación económica en concepto de alquiler, pero tendrán que abonar entre 50 y 100 euros mensuales por gastos de

electricidad, gas y agua, según los recibos de esos suministros.

Sesión informativa

Los interesados en conocer este programa y aclarar sus dudas pueden acudir a la charla que tendrá lugar el **lunes 19 de febrero, a las 17:30 h, en el Centro de Mayores de la calle Nuestra Señora del Pilar, 2.**

Las solicitudes para participar en el programa *Vivienda Intergeneracional Compartida* pueden presentarse en el Centro de Mayores de la calle Orense, 7 o en la Bolsa de Vivienda de Imagina (c/. Ruperto Chapí, 18), donde se realizará una entrevista personal que permitirá elaborar una ficha con las preferencias, horarios y carácter de los participantes. Después, la Bolsa de Vivienda designará a un técnico que realice el seguimiento, la mediación y la información y ambas partes firmarán el acuerdo de convivencia inicial con un mes de prueba. Si todo va bien, tendrán que firmar el acuerdo de continuación durante un año, que incluirá posibles cambios sugeridos por ambos. La convivencia finalizará por voluntad de las partes, incumplimiento de los acuerdos de convivencia, sanción o conflicto grave.

Curso ‘Calidad de vida y salud’

PLAZAS LIBRES

El curso tendrá lugar los miércoles 14 y 21 de febrero, de 10 a 12 h, en el Centro de Arte Alcobendas, impartido por profesionales del Servicio de Salud Municipal. El curso explicará cómo influyen los hábitos y el estilo de vida saludables en la salud y en la prevención de enfermedades.

Inscripciones: gratuitas, llamando al teléfono 91 663 70 01 (extensión 4016), de 9 a 14 h.



CALIDAD | Se realizaron más de 30.000 trámites electrónicos a través de internet

Quinto récord consecutivo de la web municipal, con 1.303.490 visitas durante 2017

Por quinto año consecutivo, la web municipal incrementó el número de accesos, que sumaron 1.303.490 visitas y 4.473.390 páginas vistas en 2017.

El día de más visitas fue el 5 de enero por la cabalgata de Reyes, con 18.880 accesos. Otros días con mucha actividad fueron el 27 de marzo, con 7.403 entradas, coincidiendo con la inscripción a las colonias de verano, o el 15 de diciembre, que registró casi 4.000 descargas de imágenes con motivo del concurso de escaparates. La actividad de agenda más visitada, con 62.583 accesos, ha sido la exposición *El templo de Abu Simbel*, y el documento más descargado (20.736 veces), los precios públicos del Patronato Municipal de Deportes.

Durante el año pasado, una de cada dos visitas (53%) se realizó desde dispositivos móviles y tabletas.

Cien trámites electrónicos

alcobendas.org aúna información, comunicación, gestión y participación. Actualmente, se pueden realizar a través de internet más de cien trámites. En 2017, se contabilizaron 20.459 gestiones electrónicas (un 41% más que en 2016): bolsa de empleo mu-



nicipal, registro e instancia, certificado de empadronamiento, sugerencias y reclamaciones, inscripciones en campamentos y colonias, multas de tráfico y, además, trámites realizados por empresas, con la nueva Ley de Procedimiento Administrativo. Además, se gestionaron 10.176 reservas de instalaciones deportivas. Las páginas más visitadas fueron la de la Ciudad Deportiva Valde lasfuentes (83.835 visitas) y la de la oferta pública de empleo municipal (63.686).

La herramienta *InSuit* facilita que la web municipal mejore la experiencia a las personas con alguna discapacidad. En 2017, este servicio fue utilizado por más de 12.000 internautas con las funcionalidades de navegación por teclado o voz.

AlcoStock²⁰¹⁸ Inscripciones para los comercios

AlcoStock en tu tienda habitual se celebrará del **1 al 3 de marzo** en los comercios que se adhieran a la campaña organizada por el Ayuntamiento, las asociaciones AICA, *Anome* y Zona Comercial Constitución, y la Comunidad de Madrid.

Los comercios que quieran participar pueden realizar la inscripción hasta el lunes 19 de febrero.

Las bases y las solicitudes se pueden recoger y entregar en el departamento de Comercio, Fomento del Empleo y Nuevas Oportunidades del Ayuntamiento de Alcobendas o en las asociaciones de empresarios y comerciantes.

Más información: alcobendas.org.





En una consulta del Consejo de Infancia y Adolescencia

Los niños piden “que las energías que vienen de la naturaleza sean más baratas”

Los niños y adolescentes del recién creado Consejo de Infancia y Adolescencia de Alcobendas aprovecharon el último plenario infantil para hacer algunas preguntas entre los chavales asistentes. Medio centenar de ellos respondieron a las cuestiones, todas ellas incluidas en el marco de la *Agenda 2030* y los *Objetivos de desarrollo sostenible* de la ONU.

Uno de los asuntos planteados fue el tema de las ener-

gías renovables. Consideraban los encuestados “que las energías que vienen de la naturaleza tendrían que ser más baratas” y, por contra, “habría que encarecer las energías contaminantes”. Pedían más ayudas para placas solares, un descenso del consumo por parte de todos y más gasolineras con enchufes para coches eléctricos. Ante las medidas que adoptarían para consolidar la igualdad de género, las res-

puestas fueron muchas y variadas. De entre ellas, la más repetida fue pedir “los mismos derechos para los dos géneros”. También pedían “juegos comunes de chicos y chicas”, “que se trate a los deportes masculinos y femeninos por igual”, que en las escuelas se enseñe a los niños “que todos tenemos los mismos derechos”, que “mujeres y hombres tengan las mismas responsabilidades” y que haya “igualdad de oportunidades”.

Los chavales plantearon algunas soluciones posibles para paliar el problema de la falta de educación en los países sin recursos. Así, pedían que “los países ricos den más ayudas y que envíen profesores”, que “se difundan en esos países los derechos de la infancia entre la población y entre los líderes políticos” o que se traiga a estudiar a los niños a países con más recursos.

Las conclusiones de este estudio se compartirán con UNICEF Comité Español.

BREVES. EXCURSIÓN DE MAYORES A OROPESA (TOLEDO). El programa de viajes y excursiones del Ayuntamiento de este año 2018 para los mayores comienza con una excursión a Oropesa (Toledo) el miércoles 14 de marzo.

Para inscribirse, es necesario ser socio de los centros de mayores y llamar los días 15 y 16 de febrero, de 8:30 a 14:30 y de 16 a 19 h, a los teléfonos 010, si llama desde un fijo de Alcobendas, o 91 296 90 88, si la llamada es desde un móvil o desde otra localidad. Toda la información está disponible en los centros municipales de mayores.

JORNADAS TÉCNICAS EN EL CIFP JOSÉ LUIS GARCÍ. Serán del 12 al 14 de febrero (en la c/. José Hierro, 10), desde las 10 h, y consistirán en un ciclo de una docena de conferencias abiertas al público e impartidas por profesionales del mundo audiovisual. Entre los ponentes de este año destacan, entre otros, Arantza López, regidora del CDN; Javier Bollain, productor de efectos especiales; Asís Alcalá Zamora, fotógrafo profesional; Juan José Ramos, director técnico de Moncada; o Carlos González, director técnico de Abacav. Más información: cifpjoseluisgarcí.es.

MEDIO AMBIENTE | Son ejemplares de unos ocho metros de altura y casi medio metro de tronco

El Paseo de Fuente Lucha lucirá una bella estampa otoñal con tres grandes robles americanos

Esta semana se han plantado tres robles americanos de grandes dimensiones en el Paseo de Fuente Lucha, junto a la calle Fantasía. Recién llegados de Bélgica, ya alcanzan los ocho metros de altura y uno de ellos tiene un tronco de casi 45 centímetros.

En otoño, estos tres robles lucirán una vistosa coloración roja de gran belleza, con hojas grandes, de 12 a 22 centímetros de longitud, y de 4 a 5 lóbulos con bordes agudos. Las hojas rojas permanecerán en el árbol hasta bien entrado el invierno. Este árbol caducifolio, con origen en el cen-



tro y el este de América del Norte, podrá llegar a alcanzar los 25 metros de altura, dará una excelente sombra y florecerá en apenas unos

meses, entre abril y mayo. Su fruto son unas bellotas de color rojo marrón, con un sabor muy amargo y, por tanto, no comestibles.

Las papeleras ‘ñam ñam’ refuerzan la limpieza cerca de los coles

En las inmediaciones de los colegios de Alcobendas se han instalado las nuevas papeleras *ñam ñam*, que se han decorado con un ‘monstruo’ que atraiga e incentive las ganas de usarlas por los niños para lograr una ciudad “más limpia entre todos”. Esta medida, anunciada por el alcalde el pasado mes de septiembre en el *Plan de Medidas Extraordinarias de Limpieza*, quiere acabar con los envases de zumos o batidos y otros desperdicios tirados a veces en el suelo junto a las puertas de los centros escolares. El Aula de Educación Ambiental llevará a cabo talleres específicos para concienciar al alumnado de los perjuicios que causan los residuos sobre las aceras.



PAPEL Y PLUMA. Organiza hoy viernes, a las 18:30 h, en el Centro de Arte Alcobendas, una charla coloquio con el urólogo Juan Carlos Ruiz de la Roja, que presentará su última publicación: *Potencia tu vida sexual*.

COMPAÑÍA JOVEN DE FAEA. Representa hoy viernes, a las 19 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias, la obra *8 Mujeres*, de Robert Thomas. Entrada: con invitación, a recoger en taquilla desde una hora antes.

DIEGO EL DE LA GLORIA. Representa el domingo 18 de febrero, a las 12 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias, la obra familiar *La viajera del tiempo*. Entrada: 5 euros. Venta: desde una hora antes, en taquilla.

ARTISTAS DEL PUEBLO. Celebra este sábado, 10 de febrero, a las 11 h, en el Centro Municipal La Esfera el *Paseo del Arte y la Artesanía*, donde podrás encontrar regalos artesanos y piezas de arte de todo tipo. Interesados en participar: teléfono 685 168 331 y artistasdelpuebloadp@hotmail.com.

CASA DE CASTILLA Y LEÓN. Celebra este sábado, 10 de febrero, la *Fiesta de las Águedas*, con misa en la iglesia de San Lesmes (11:30 h) y pasacalle (12:15 h) hasta el Ayuntamiento, donde Benilde Cerezal recibirá el bastón de mando (13 h). Después, en su sede (Paseo de la Chopera, 64), repartirán dulces y vino entre los asistentes.

PARAFERNALIAS. Representa el sábado 17 de febrero, a las 20 h, la obra *Celebración*, de Harold Pinter, en el Centro Cultural Pablo Iglesias. Entrada: 5 euros. Venta: en taquilla, desde una hora antes.

ADILAS. La Asociación de Personas con Discapacidad Intelectual Límite organiza la gala benéfica *La voz de tod@s cuenta* el viernes 23 de febrero, a las 19:30 h, en el Auditorio Paco de Lucía. Cantan las corales de Alcobendas y San Sebastián de los Reyes. Entradas: 6 euros. Venta: anticipada, los viernes 9 y 16 de febrero, en Casa de las Asociaciones (aula 7), de 18 a 19:30 h; y el día 23, una hora antes, en el Centro de Arte Alcobendas. Reser-

Bailes de salón en el Centro Municipal La Esfera

TARDES DE BAILE PARA MAYORES

Fecha: domingo 18 de febrero, de 18 a 21 h.

Entradas: 1,04 euros, para mayores de 65 años y pensionistas, socios de los centros municipales de mayores.

NOCHES DE BAILES DE SALÓN

Fecha: viernes 23 de febrero, desde las 22 h.

Entradas: 4,50 euros (menores de 30 años, mayores de 65 y los pensionistas con carné acreditativo: 3 euros).

Venta de entradas: anticipada, en las taquillas municipales, desde hoy viernes, para *Tardes de Baile para Mayores* y desde el miércoles 14, para *Noches de Bailes de Salón*, y el mismo día de los bailes, desde una hora antes de cada sesión, en la taquilla del Centro Municipal La Esfera.



ESPECIAL SAN VALENTÍN 17 DE FEBRERO

RAFAELHOTELES MADRID NORTE

Cava y fresas con chocolate
en habitación

Cena romántica

Música dj y copa

Desayuno buffet



RESERVA YA TU NOCHE ESPECIAL EN
www.rafaelhoteles.com
O SI LO PREFIERES VEN SÓLO A CENAR

Teatro solidario a favor de la India

La Fundación Mary Ward, con el apoyo de la Compañía Tirinto&Co, presenta este domingo, 11 de febrero, a las 12:30 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias, la obra *Yo no quiero líos*, una comedia para todos los públicos y que se representa con un fin solidario: la financiación de un criadero de pollos y patos para las familias *Iodha* asentadas en la isla de Ganga Sagar (India). Las entradas cuestan cuatro euros y pueden adquirirse a través del correo electrónico info@fundacionmaryward.org o, el mismo día de la obra, desde una hora antes, en taquilla.



vas: teléfonos 655 350 442 y 630 025 430.

AMIGOS DE LA VID Y EL VINO.

Organiza un *curso práctico de cata de vinos*. Tratará temas como la elaboración del vino, las fases de la cata, la conservación en casa... Además, habrá una cata comparativa de vinos de diferentes denominaciones de origen españolas. Sábado 17 de febrero, de 9:30 a 14:30 h. Precio: 35 euros. Más información e inscripciones: 669 404 169 o amigosvino@gmail.com.

HERMANDAD NUESTRA SEÑORA DE LA PAZ.

Llevará hoy, viernes 9, a las 18:30 h, a la Virgen de la Paz en *procesión* desde la iglesia de San Pedro hasta la iglesia de San Lesmes, donde estará hasta el 11 de febrero y donde se celebrará un *triduo*, con misas esta tarde (tras la procesión), el sábado (19:30 h) y el domingo (12:30 h). Al finalizar esta tercera misa, procesión con la Virgen hasta la iglesia de San Pedro.

BALLET ÁNGELA GARRIDO Y APAMA.

Organizan el viernes 23 de febrero, a las 20 h, en el Teatro Auditorio Ciudad de Al-

cobendas, una *gala benéfica de danza*. Entradas: 7 euros. Venta: anticipada, desde el 22 de enero, en las taquillas municipales y a través de *Apama* (teléfono 671 010 336) o en el correo balletangelagarrido@gmail.com; y desde una hora antes, en la taquilla del teatro.

ACOM. Organiza una *salida* para el próximo 17 de febrero a Lagartera (Toledo). Precio: 17 euros (comida no incluida). Del 16 al 18 de marzo hacen un viaje a la *matanza* en Extremadura, visitando Plasencia, Cáceres, Mérida y Trujillo. Precio: socios, 192 euros; no socios, 202. Inscripciones: en su sede (Centro de Mayores de la calle Orense, 5), los lunes y miércoles, de 10 a 12:30 h.

AMIA. Organiza el jueves 15 de febrero, de 19:30 a 20:30 h, en su sede (c/. Huesca, 33), la charla *¿Más vale lo malo conocido?*, a cargo de Alexa Segura. Más información: teléfono 91 652 63 88.

HUMANISTA GENTES. Busca *voluntarios* para poner en marcha un taller donde trabajar con los distintos materiales (arcilla, cerámica, moldes, bronce, hierro, vidrio...) y de-

sarrollar el "Dar a otros lo Mejor de sí mismos". Información: martes 13 de febrero, a las 18 h. Confirmar asistencia en el teléfono 670 556 024.

SARASVATI. Debido al mal tiempo, pospuso su *trastillo* del domingo pasado a este, 11 de febrero, de 10:30 a 14:30 h, en la Avenida Olímpica. Se ofrecen artículos de segunda mano.

AMAPAMU. La Asociación Madrileña de Partos Múltiples, celebra su *mercadillo de segunda mano* el domingo 11 de febrero, de 11 a 14 h, en el Centro Municipal La Esfera, con todo tipo de artículos de sus gemelos, trillizos...

EL PARTO ES NUESTRO. Celebra hoy viernes 9, de 17 a 19 h, una *reunión* en la Casa de la Mujer para hablar de embarazo, parto, puerperio y lactancia. Contacto: madridalcobendas@elpartoesnuestro.es.

AMPA DEL COLEGIO SAN ANTONIO. Realiza su *Certamen de Carnaval* el 13 de febrero en el Centro Municipal La Esfera, con actividades, desfile de disfraces y un pequeño aperitivo.

Paul y Begoña no quieren separarse nunca

CARTA ABIERTA A COMERCIANTES,
RESTAURADORES, EMPLEADOS
PÚBLICOS, USUARIOS Y
PROFESIONALES DEL TRANSPORTE
PÚBLICO DE ALCOBENDAS.



Hola, a todos los vecinos:

Me llamo **Paul** y soy el perro de **asistencia de Begoña**.

Ella tiene una discapacidad y **me necesita para acompañarla y guiarla**.

Como Begoña, hay más personas que recorren cada día las calles de Alcobendas con su perro de asistencia, **personas con capacidades diferentes que se sienten más seguras con nosotros**.

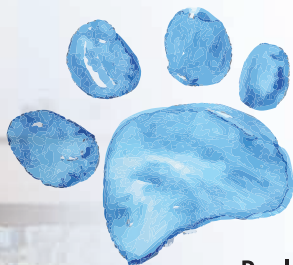
Nos gusta tomar algo en nuestros bares, entrar a comprar en el comercio local, coger el autobús, ir a ver una exposición o hacer un poquito de deporte.

Muchos nos dais la bienvenida, pero algunos aún pensáis que yo debería quedarme fuera.

Os escribo para pedir os que tengáis en cuenta que **Begoña y yo no queremos separarnos**.

¿Nos dejáis pasar?

Gracias,



Paul

En la Comunidad de Madrid, la Ley 2/2015 regula el derecho de acceso al entorno de personas con discapacidad que precisan del acompañamiento de perros de asistencia.



FIESTAS | El 'Gran Desfile' partirá de la Plaza Mayor, el sábado 10, a las 17:30 h

Semana de carnaval: días de máscaras, desfiles, murgas y comparsas

Alcobendas se encuentra en plena semana del carnaval. Unos días en los que, a pesar del frío invernal, multitud de personas salen a la calle o acuden a las fiestas con sus disfraces para participar en los desfiles y bailes o, simplemente, por el gusto de cambiar su aspecto por unas horas.

Las actividades arrancaban este miércoles con el *Baile de Mayores* en el Centro Municipal La Esfera, en el que hubo teatro, música y premios para los mejores disfraces.

Y hoy viernes, también en La Esfera, tendrá lugar el *Gran Baile de Máscaras* (a las 22 h), una velada muy especial en la que es imprescindible ir disfrazado o de etiqueta, que estará amenizada por la Orquesta Ibiza y en la que también habrá premios para los mejores disfraces individuales y de grupo. Las entradas cuestan 3,50 euros y se pueden adquirir desde una hora antes en la taquilla de La Esfera.

'Gran Desfile de Carnaval'

La diversión continúa el fin de semana. El sábado y el domingo, Bloco do Baliza impartirá *aulas abiertas de percusión y samba brasileña* para que vayamos bien preparados a bailes y desfiles. Será a las 12 h en su sede (c/. San José Artesano, 7, en el Polígono Industrial de Alcobendas).

El sábado, a las 17:30 h, comenzará el *Gran Desfile de Carnaval* en la Plaza Mayor, y un poco antes, a las 16, los niños podrán completar sus disfraces en los *talleres de maquillaje*. Veintiún comparsas de AMPA, asociaciones, clubes, casas regionales... participarán en la comitiva, que desfilará hasta el Parque de la Comunidad de Madrid, donde será la entrega de premios y actuarán las murgas y chirigotas premiadas.

'Entierro de la Sardina'

Y como no podía ser de otra manera, el punto final a la semana del carnaval lo pondrá el tradicional *Entierro de*

la Sardina. El miércoles 14, a las 19 h, la comitiva 'fúnebre' partirá de la Plaza de la Artesanía hasta el Centro Municipal La Esfera, donde, tras la quema, habrá una degustación popular de sardinas.

Cortes de tráfico

El tráfico de vehículos se cortará al paso del desfile el sábado 10, a partir de las 17:30 h, en la Avenida de España -entre las calles Ruperto Chapí y Constitución- y en la calle Constitución -desde la Avenida de España hasta la calle Miraflores-. La circulación se irá reestableciendo a medida que pase la comitiva. En cuanto al transporte público, el corte afectará solamente a las paradas de autobús que se encuentran en la Avenida de España a la altura del Ayuntamiento.

La programación podría variar. Cualquier cambio se notificará a través de los medios disponibles y, siempre, en las redes sociales municipales.

'Alcobendas Flamenca 2018'. Concurso 'Nuevos Talentos'

Dirigido a: jóvenes de 14 a 30 años.

Tres modalidades: *Cante, Baile y Guitarra*. **Tres categorías:** *Nacional-Internacional* (2.000 euros de premio por cada modalidad), *Local* (500 euros de premio por modalidad) y *Premio del Público* (diploma acreditativo).

Inscripciones: hasta el 15 de marzo, en alcobendasflamencanuevostalentos.org. La información y los vídeos con las actualizaciones de los inscritos se encontrarán en alcobendasflamencanuevostalentos.org. A través de esta web (pulsando en el botón *me gusta* de Facebook que aparecerá bajo cada artista candidato), el público elegirá a sus favoritos. Paralelamente, un jurado también elegirá a sus premiados.

Los ganadores actuarán en una gala del 25 de mayo en el Auditorio Paco de Lucía.



DOMINGOS EN FAMILIA FEBRERO Y MARZO

Menús especiales
Parking gratuito
Animación infantil



IMPRESCINDIBLE RESERVA PREVIA

RAFAELHOTEL MADRID NORTE

911 842 500 | madridnorte@rafaelhotels.com

Av. Barajas, 22 (frente al polideportivo José Caballero)

Nuevo
METHOD
Pnk®
PronoKal Group

Este año pierde lo que realmente importa...

Empezar el año con buen pie, y recuperar tu peso ideal, es fácil si tienes a tu lado el Método Pnk®.

En un mes pierde*

 9 kg de peso
 8 cm de cintura
 3 tallas de ropa

Pérdida de peso de calidad y sin recuperarlo, pierde peso manteniendo el músculo**.



Pide tu cita con tu médico de Alcobendas en el 910 381 816.

Un tratamiento de PronoKal Group

www.metodopnk.com

* Datos basados en el estudio Pnk 1 y 2. Resultados de la dieta PronoKal Método Pnk. ** Puntos de referencia de la OMS para el índice de masa corporal (IMC) en personas de peso normal.



CULTURA | Una de las colecciones más importantes del panorama español e internacional

Obras minimalistas de la Colección Helga de Alvear llegan al Centro de Arte Alcobendas



Un total de 58 obras componen la muestra *La perspectiva esencial. Minimalismos en la Colección Helga de Alvear*, que se expone en el Centro de Arte Alcobendas del 14 de febrero al 5 mayo de 2018.

La exposición incluye, junto con trabajos minimalistas de autores canónicos como Donald Judd y Carl Andre, Dan Flavin o Joseph Kosuth, otras obras de artistas que, no estando implicados tan rigurosamente como ellos con el medio del *Minimal Art*, mantienen fuertes afinidades. Es el caso de Josef Albers, Yves Klein o los españoles Ignacio Aballí o Elena Asín.

Generar lo máximo con el mínimo material posible es una de las máximas del *Minimal Art*, idea que podemos co-

roborar en esta exposición en los tubos fluorescentes de Flavin, en los lingotes de aluminio de la obra *Altozano* de Carl Andre o el perfecto acabado de las obras de Donald Judd.

La perspectiva esencial. Minimalismos en la Colección Helga de Alvear es una magnífica muestra de la obra de un grupo de artistas que buscaban la abstracción total, el orden y la neutralidad empleando formas elementales, presentadas en ocasiones como series de sistemas modulares y utilizando en sus creaciones materiales industriales.

Además de los autores anteriormente nombrados, encontraremos piezas de Arschwager, Byars, Clark, Darbove, I. do Espírito Santo,

Floyer, Förg, Graham, Gursky, Herrera, Innes, Kapoor, Knoebel, Kusama, Mangold, McCracken, Mendizabal, Merz, Oteiza, Palermo, Poseenske, Reinhardt, Ruscha, Ryman, Sander, Sauer, Spalletti, Tuttle, Wall, Wyn Evans. La galería de Helga de Alvear es una de las más sólidas y de mayor trayectoria del panorama español y de gran prestigio internacional. Entre otros reconocimientos, la coleccionista ha recogido la *Medalla de Extremadura*, en 2007; la *Medalla de Oro al Mérito en las Bellas Artes*, que concede el Ministerio de Cultura, en 2008; la *Medalla de Cáceres*, en 2011; el *Premio de la Fundación Arte y Mecenazgo*, en la categoría *Coleccionista*, en 2012; y la *Medalla de Oro de Madrid*, en 2015.

CULTURA | El sábado 17 de febrero, a las 19:30 h, en el Auditorio Paco de Lucía

‘Una noche romántica’ con el concierto de la orquesta de mujeres Délica Chamber Orchestra



La Fundación Ciudad de Alcobendas ha programado para el sábado más cercano a *San Valentín* el concierto *Una noche romántica*, con la orquesta de mujeres Délica Chamber Orchestra. Creada recientemente por la Fundación Excelentia, está formada por mujeres

con gran talento musical, procedentes de las orquestas más prestigiosas de Europa, y su repertorio abarca desde el Barroco hasta la música moderna. Délica Chamber Orchestra ha actuado ya en el Auditorio Nacional y el 17 de febrero llega a Alcobendas con un

programa que incluye obras de grandes compositores -Tchaikovsky, Massenet, Barber, Mascagni, Puccini, Shostakóvich y Piazzolla- que hemos escuchado en películas como *Titanic*, *Platoon*, *El Padrino* o *El honor de los Prizzi*.

Ensayo didáctico y concierto

El público podrá disfrutar del ensayo didáctico (a las 12 h, por un euro) o del concierto, a las 19:30 h, por 15. Las entradas se venden en la red de taquillas municipales, en ticketea.com y en el teléfono 902 044 226. Descuento del 25% para jóvenes, mayores, familias numerosas y grupos.

Cursos para asociaciones

- **PRECAUCIONES ALIMENTARIAS EN ACTIVIDADES.** Martes 27 de febrero, de 18 a 20 h, en la Casa de las Asociaciones.
- **OBLIGACIONES LEGALES DE LAS ASOCIACIONES.** Miércoles 28 de febrero, de 19 a 22 h, en la Casa de las Asociaciones.
- **CÓMO LLEVAR LAS CUENTAS DE TU ASOCIACIÓN Y OTRAS GESTIONES.** Jueves 1 y lunes 5 de marzo, de 18 a 21 h, en Conect@.
- **‘APP’ PARA SUBVENCIONES Y REDACCIÓN DE PROYECTOS.** Martes 6 y jueves 8 de marzo, de 18 a 21 h, en Conect@.
- **ESCENOGRAFÍA: INTRODUCCIÓN A LA MAQUINARIA ESCÉNICA.** Miércoles 7, 14 y 21 de marzo, de 18 a 21 h, en el Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas.
- **PRODUCCIÓN Y MEDIOS TÉCNICOS PARA EVENTOS ESCÉNICOS.** Martes 13, jueves

15 y lunes 19 de marzo, de 18 a 21 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias, en el Centro Municipal La Esfera y en el Centro de Arte Alcobendas.

• **CLAVES PARA HABLAR EN PÚBLICO.** Martes 20 y jueves 22 de marzo, de 18 a 21 h, en la Casa de las Asociaciones.

• **ESTRATEGIAS DE COMUNICACIÓN INTERNAS Y EXTERNAS.** Lunes 12 de marzo, de 18 a 21 h, en Conect@ (Casa de las Asociaciones).

Inscripciones: hasta el 16 de febrero, en la Casa de las Asociaciones, en el teléfono 91 653 73 78 o en el correo c.asociaciones@aytoalcobendas.org. **Cursos gratuitos.** Tienen prioridad en la inscripción las asociaciones de Alcobendas, aunque están abiertos también a otras personas interesadas.



CULTURA EN FAMILIA | El sábado 24 de febrero, para familias de seis a 12 años

Un recorrido por la exposición 'Warhol. El arte mecánico', en el museo CaixaForum Madrid

Warhol. El arte mecánico es el título de la exposición que vamos a visitar, dentro del programa *Cultura en Familia*, el sábado 24 de febrero.

La muestra se encuentra en el museo CaixaForum Madrid. A lo largo del recorrido, descubriremos la forma con la que Andy Warhol se consagró como el artista pop por excelencia en los años sesenta.

La colección incluye pinturas, esculturas, dibujos, serigrafías, instalaciones, libros del artista, películas, portadas de discos, pósteres, revistas, objetos y material fotográfico. Haremos un repaso desde

sus orígenes y su trayectoria artística a través de sus obras más conocidas, como las series de sopas *Campbell's*.

La actividad cuesta dos euros, que se pagarán el día de la visita e incluye el transporte en autobús desde Alcobendas y la visita dinamizada. La salida será a las 10:15 h desde la Plaza Mayor de Alcobendas.

Está dirigida a familias con niños de seis a 12 años y, para participar, es necesario inscribirse en el Servicio de Atención Ciudadana: a partir del martes 20 de febrero, los empadronados, y del jueves 22, los no empadronados, hasta



cubrir las 28 plazas disponibles. Cada persona puede inscribir a un máximo de dos unidades familiares y podrá ir un adulto por niño.

'Aventurarte'

Sábado 10 de febrero. Taller de Máscaras.

Llegan los carnavales y en Aventurarte vamos a realizar juntos unas máscaras de escayola que podrás incorporar a tu disfraz de carnaval.

Además, como siempre, todos los sábados tienes a tu disposición juegos de mesa y videojuegos. La actividad es gratuita.

Aventurarte es un proyecto municipal para niños de 10 a 14 años que se realiza los sábados, de 18 a 20 h, en el Centro de Arte Alcobendas. El objetivo es crear un espacio de ocio educativo que nace de las propias propuestas de los más jóvenes y de las necesidades que detectan los propios dinamizadores del proyecto.

Más información: en Imagina, teléfono

no 91 659 09 57, o en la página web imaginalcobendas.org.

Escuela Municipal de Música y Danza. Plaza libres

AULAS DE MÚSICA

- *Taller de Bebés 3*. Para niños nacidos en 2014.

AULAS DE DANZA

- *Iniciación a la Danza*. Sin conocimientos previos. Para niños de nueve años (nacidos en 2009). Los jueves, de 18 a 18:45 h.

- *Contemporáneo*. Con conocimientos. A partir de 14 años. Los martes, de 20:30 a 21:30 h.

Tendrán prioridad las personas empadronadas en Alcobendas.

Más información: en la Escuela Municipal de Música y Danza.



Para ahorrar AGUA mejor si nos MOJAMOS todos



Dúchate en lugar de bañarte y cierra el grifo mientras te enjabonas.

Una ducha diaria de cinco minutos en lugar de un baño permite ahorrar más de 400 litros semanales.



Aprovecha el agua con que cueces los huevos o la procedente de la pecera para regar tus plantas.

Instala una cisterna de doble pulsador en el inodoro; reducirás a la mitad el consumo de agua. No lo utilices como papelera o cenicero. ¡La basura, a la basura!



Lavadoras y lavavajillas, siempre a carga completa y con el programa adecuado.

Ahorrarás más de un 30% de agua en cada uso. **En caso de fregar a mano, ponlo todo junto** para no dejar tanto tiempo abierto el grifo



Cierra el grifo mientras te enjabonas las manos, te afeitas o te lavas los dientes. Ahorrarás hasta 12 litros de agua por minuto.



Si quieres beber agua fría, **no dejes correr el grifo.** Acostúmbrate a poner una jarra o una botella de agua en la nevera.

Vigila las pérdidas de agua en casa. Evita que tus grifos goteen y ciérralos siempre que no los uses. Un simple grifo que gotea gasta más de 90 litros a la semana.



Riega al amanecer o al anochecer para evitar pérdidas por evaporación.



Utiliza el sentido común y nunca malgastes el agua.



OCIO AL AIRE LIBRE | La propuesta es el domingo 18 de febrero y las inscripciones comienzan el lunes 12

Una jornada para disfrutar en familia y convivir con caballos

Disfruta de una actividad de ocio familiar compartiendo un tiempo lleno de emociones con un animal tan magnífico y especial como es el caballo.

La propuesta es el domingo 18 de febrero en el Centro Hípico Sarama. Allí se reali-

zarán distintas actividades y dinámicas con los caballos con el fin de crear vínculos con los animales y conocerlos mejor: la manada, comportamientos del animal, limpieza y cuidado... Se abordarán diferentes aspectos que suponen un be-

neficio personal y, también, en las relaciones familiares. Las inscripciones -desde el lunes 12 de febrero, empadronados, y desde el miércoles 14, no empadronados- se pueden realizar a través de los teléfonos 010 (llamada desde Alcobendas) o 91 296 90 88 (llamada desde móvil o desde fuera de Alcobendas) y, de forma presencial, en cualquiera de las oficinas del Servicio de Atención Ciudadana.

La actividad tiene un precio de tres euros para empadronados y de cinco para no empadronados, incluye transporte con salida a las 9:30 h desde la Plaza Mayor y va dirigida a familias con niños de tres a 10 años (edad cumplida antes del día en que se realiza).

LEER EN FAMILIA | El espectáculo 'El viaje de las mariposas' será el jueves 15 de febrero

Animación a la lectura para niños de tres a siete años

El programa *Leer en Familia* propone este mes de febrero el espectáculo *El viaje de las mariposas*. Se trata de una actividad para niños de tres a siete años en la que se combina el entretenimiento y la diversión, acercando a los asistentes al mundo de la literatura infantil y juvenil.

Don Gusano se había propuesto recorrer los cinco metros que separaban el naranjo del limonero. De camino, una pulga, una hormiga, una mariquita, una tijereta y un grillo deciden acompañarle. Pero al llegar a su destino, Don Gusano siguió solo y apareció un temible avispon...

Leer en Familia se realizará el jueves 15 de febrero, a las 17:30 h, en la Mediateca Centro de Arte Alcobendas. La asistencia será

mediante invitación. Las entradas gratuitas se distribuirán el mismo día, con un máximo de dos por persona, desde 15 minutos antes y hasta completar aforo, en dicha mediateca.

✉ Mariano Sebastián Izuel, 9. 📞 91 229 49 40.



CULTURA | La visita es gratuita y tendrá lugar el jueves 22 de febrero

‘Encuentros con el Arte’ visita ‘ARCOmadrid’



Coincidiendo con la exposición *La perspectiva esencial. Minimalismos en la Colección Helga de Alvear*, el programa del Centro de

Arte Alcobendas *Encuentros con el Arte*, organiza una visita a *ARCOmadrid 2018*, la Feria Internacional del Arte Contemporáneo,

que se celebra en *Ifema* del 21 al 25 de febrero.

La visita se ha organizado para el jueves 22 de febrero, es gratuita, hay 20 plazas y va dirigida a mayores de edad. Se partirá desde el Centro de Arte Alcobendas a las 16 h y el regreso está previsto sobre las 20, una vez que cierre la feria.

Si no quieres perderte esta visita organizada a *ARCOmadrid 2018* y ver sus diferentes programas y galerías más clásicas, te puedes inscribir desde el martes 13 de febrero en el Servicio de Atención Ciudadana.

MEDIATECAS | Charla-demostración, hoy, viernes 9, a las 19 h ¿Quieres conocer más sobre el taichi?



Las mediatecas municipales, en colaboración con la Asociación de Tai Chi Taoísta, ofrecen de nuevo una charla-demostración sobre

el taichi y sus beneficios para la salud a todos los interesados en aproximarse a este arte milenario. Tendrá lugar hoy viernes, 9 de febrero, en el Centro Cultural Pablo Iglesias, a las 19 h. La entrada es libre y gratuita, hasta completar aforo.

El taichi es un arte interno y una filosofía que integra la salud del cuerpo y la mente y es actualmente practicado por varios millones de personas en el mundo entero. Se trata de una práctica física-espiritual provechosa para la salud o como ejercicio de relajación y meditación.

Punto Limpio Móvil

El *Punto Limpio Móvil* recorre los distritos de la ciudad para poder reciclar más fácilmente.

- Hasta el 11 de febrero, se encuentra en el entorno de la base de Policía Local de El Soto de la Moraleja (Avenida de Bruselas, 37).
- Del 12 al 25 de febrero, estará a la entrada de la Ciudad Deportiva Valde lasfuentes.
- Del 26 de febrero al 11 de marzo, estará en el aparcamiento del Polideportivo Municipal José Caballero.





IMAGINA TU NOCHE | El 17 de febrero, a las 21 h, en Imagina

Mayus Atacados y su versión interactiva del musical ‘El fantasma de la ópera’

El fantasma de la ópera es el musical con mayor permanencia en cartel de todos los tiempos desde su estreno en 1986 y el segundo en recaudación, solo por detrás de *El Rey León*. Ahora, aquí, en Alcobendas, el sábado 17 de febrero y dentro del programa *Imagina tu Noche*, la Asociación Mayus Atacados, con mucha ilusión y mucho esfuerzo, te invita a com-

probarlo. Y lo harán introduciéndote en un espacio en el cual sus miembros se convierten, por turnos, en los personajes más icónicos del musical, recreando las escenas más reconocidas y permitiendo así a los espectadores vivir de cerca una actuación única y diferente.

El montaje, en formato interactivo, se representará en pases de 45 minutos

cada uno en los siguientes horarios: 21, 21:45, 22:30 y 23:15 h. Las entradas son gratuitas, con prioridad para jóvenes de 16 y 30 años, y se realizará en Imagina a partir de las 21 h.

‘Cenas en inglés’

El sábado 24 de febrero, a las 21 h, se celebra una nueva edición de *Cenas en inglés*. El objetivo es que, además de disfrutar de una cena a un precio asequible, los participantes puedan practicar inglés y hacer nuevos amigos con la colaboración de los voluntarios europeos. La cena cuesta cinco euros y se realiza en el Restaurante Debut.

La actividad va dirigida a jóvenes de 16 a 35 años y las inscripciones se pueden realizar desde hoy viernes, 9 de febrero, hasta el miércoles 14, en imagin-alcobendas.org. Listado de admitidos: 18 de enero.

Aprende a sacar todo el partido de tu teléfono móvil cuando subas a la montaña

El viernes 16 de febrero, a las 19 h, infórmate en Imagina de cómo sacar más provecho a tu *smartphone* en la montaña.

Aprende a hacer de tu teléfono móvil tu mejor aliado. Te enseñaremos a gestionar la batería, a dar tus coordenadas a un equipo de rescate, a descargar un mapa, a grabar tu recorrido y a crear un *waypoint* de escape con el fin de salir de una situación de riesgo.

También se hablará en este taller de cómo descargar *tracks* y mapas, sobre el funcio-

namiento del GPS de nuestro aparato o del uso básico de la aplicación *Oruxmap*.

Todo ello, sin olvidar, claro está, que el uso del móvil en la montaña es un buen aliado y un magnífico complemento, pero que nunca debe suplantar ni al sentido común, ni al mapa y ni a la brújula.

Si te gusta salir a la montaña, hacer rutas de senderismo o viajar por tu cuenta, esta conferencia te interesa.

La entrada es libre, sin inscripción, hasta completar aforo.



10
DÍAS
KIA

OFERTAS
INSUPERABLES

Del 8 al 19
de febrero



The Power to Surprise

Aprovecha los 10 Días Kia. Ven a descubrir lo último en tecnología, a un precio inmejorable, en toda la gama.

KIA RETAIL MADRID

C/ de Anabel Segura, 16. Edificio Vega Norte, Planta 2 • 28108 Alcobendas • Tel.: 91 760 70 70
www.kmibretailmadrid.com www.facebook.com/kmibretailmadrid

Consumo combinado (l/100 km): 1,3-7,6. Emisiones de CO₂ (g/km): 29-177.

Consulta condiciones y requisitos de la promoción en la red de concesionarios Kia y en www.kia.com. Oferta válida para el periodo comprendido entre el 08/02/2018 y el 19/02/2018. *Consultar manual de garantía Kia.

PISOS VENTAS

ALCOBENDAS:

A076. EL ESCORIAL. Oportunidad, 60 m., 2 dormitorios, baño completo, salón comedor, cocina amueblada y equipada, calefacción de gas natural, terraza, aire acondicionado, tuberías y electricidad reformadas. **115.000 €.**

A105. LA GRAN MANZANA. Reformado, 80 m., 3 dormitorios, baño, cocina amueblada con tendedero, suelos de tarima, todo exterior, zona ajardinada, trastero, Residencial Beire. **204.000 €.**

B030. VALDELASFUENTES. Impecable, 75 m., 2 dormitorios, amplio salón, comedor independiente, 2 baños, cocina amueblada, tendedero, parque nuevo, urbanización privada con piscina, trastero y plaza de garaje. **239.000 €.**

SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES:

A029. CENTRO. Oportunidad, 75 m., todo reformado, salón comedor, 2 dormitorios dobles (antes 3), cocina equipada, baño completo, climatit, aire acondicionado. **132.000 €.**

Bo61. AVENIDA DE ESPAÑA. Junto a Renfe, todo reformado, 96 m., 3 dormitorios dobles, baño completo nuevo, gran cocina amueblada y equipada, tendedero, terraza exterior, calefacción central, aire acondicionado y plaza de garaje incluida. **244.000 €.**

Do10. DEHESA VIEJA. Impecable, 130 m., 150 m. en terrazas, primeras calidades, 3 dormitorios, 2 baños, cuarto lavadero, salón comedor independiente, aire acondicionado por conductos, tarima, urbanización con piscina, gimnasio, pádel, trastero y 2 plazas de garaje. **439.000 €.**

S. Inversión Inmobiliaria, S.A. Plaza del Pueblo, 8-1º. Alcobendas. Tf: 91 653 26 22. Desde 1985 a su servicio.

Hotel Dome
Madrid

HOTEL DOME LAS TABLAS
CELEBRA TODOS TUS EVENTOS

Salones, terrazas y carpa. Hasta 1.000 personas

www.hoteldome.es eventos@hoteldomemadrid.com 639770545 / 628443359

El equipo femenino de la AD Ecosport, medalla de bronce en el campeonato de España de triatlón invierno

Tras los buenos resultados cosechados en el campeonato del Mundo de triatlón de invierno, el pasado fin de semana se disputó en Ansó (Huesca) el de España en esta modalidad, con otra destacada participación de la AD Ecosport. El equipo femenino, formado por Soraya García, Elena López, Amparo Flores y Lorena Muñoz, logró la medalla de bronce, mientras que, de forma individual, subieron al podio los triatletas Soraya García e Ignacio Herre-

ro, campeones de España, y Elena López y Álvaro Sanz, medallas de bronce. El campeonato tuvo un primer sector de siete kilómetros a pie -sin un metro llano y todo por suelo empedrado-, a continuación, 20 kilómetros de puerto en bicicleta, y un tercer sector de 10 kilómetros de esquí de fondo.



BREVES. ESGRIMA. El domingo, en Santiago de Compostela, los tiradores veteranos del Esgrima CREA Alcobendas coparon el podio -Enrique Vidal, oro; Manuel Ábalos, plata; y Sergio García e Iván Sánchez, bronce- en la categoría 1. Además, Juan Amezttoy se llevó la medalla de bronce en la categoría 3. Previamente, el sábado, en la prueba del *ránking* gallego, los de Alcobendas estuvieron cerca de completar el podio. Enrique Vidal se alzó con la medalla de plata, mientras que Manuel Ábalos y Sergio García lograron sendas de bronce.

‘EJERCICIO FÍSICO Y CÁNCER’. El lunes 19 de febrero, tendrá lugar una mesa redonda dentro del programa *Entrena tu salud* en la que se abordará la relación entre el ejercicio físico y el cáncer. Esta actividad, organizada por el Ayuntamiento a través del Servicio de Medicina Deportiva, se realizará en el salón de actos de la Ciudad Deportiva Valdelasfuentes a las 19 h. Contará con la presencia de la atleta Car-

lota Serrano, que hablará sobre el deporte antes, durante y después del cáncer.

PATINAJE. Lleno absoluto en el pabellón A del Polideportivo Municipal José Caballero para ver la exhibición de patinaje artístico de las fiestas de la Virgen de la Paz a cargo del Club Patinaje Artístico Alcobendas, que este año será el encargado de organizar el *Trofeo Federación* y el *campeonato de Madrid* en categorías juvenil y sénior.

TAEKWONDO. Primera medalla internacional del año para Jesús Tortosa, que ganó la de bronce en el *USA Open*, disputado en Las Vegas, tras ganar sus tres primeros combates con gran superioridad pero perder en semifinales ante el representante coreano. En este *Open* estadounidense también participó otro taekwondista de la Escuela Jesús Tortosa, Marcos Caballero, que finalizó en novena posición en su primer torneo internacional en la categoría de -68 kg.

El Colegio Base representará a España en el Campeonato del Mundo Escolar de Atletismo

Un año más, el equipo femenino de atletismo del Colegio Base se ha proclamado campeón de España escolar y, por tanto, representará a España en el *Campeonato del Mundo Escolar de Atletismo*.

Las atletas que formaron el equipo fueron María Gasque, Laura Bellido, Olga Fernández, Alba Díaz, Carmen Martínez y Julia Lillo.

La competición se celebrará en París, por un circuito en los Campos de Marte, del 2 al 7 de abril, con atletas de más de 30 países de



los cinco continentes. La participación en el *Mundial* escolar por parte del Colegio Base, tanto en pista como en cross, ha sido es-

pecialmente exitosa en los últimos años, ya que en el de China, en 2015, se proclamaron campeonas y en 2017 fueron subcampeonas.

Azucena Díaz, subcampeona de Europa de cross por equipos

La atleta alcobendense Azucena Díaz ha revalidado con su equipo, el Bilbao Atletismo, la medalla de plata en el *Campeonato de Europa de Cross por Clubes*, disputado en Praia de Mira (Portugal), siendo el tercer subcampeonato europeo consecutivo que logran. Azucena Díaz terminó undécima con 20:42. La próxima cita la tiene el 25 de febrero, en Gijón, en el *Campeonato de España de Clubes*.



'DUCROSS'. Libertad Luján, de la AD Ecosport, y Raúl Mohedano, del Triatlón Claverías, fueron los vencedores del segundo *Du Cross de Alcobendas*, competición con la que comenzó la temporada del *Ducross Series*. Cerca de 300 *duatletas* desafiaron el domingo 4 de febrero al frío, la lluvia y la nieve en la prueba, que transcurrió por Valdelatas y Valdelacasa.

La *duatleta* del Ecosport señaló, tras finalizar la misma, que “la lluvia me divierte. Me gusta así, el terreno resbala más y eso lo hace más divertido”.



TRABAJO

OFERTA

www.alcobendas.org
Bolsa de empleo

Programador junior para contrato en prácticas. FP Grado superior, valorable experiencia. Jornada completa. Alcobendas. hola@insfera.com.

Limpiador especialista cristalero con certificado de discapacidad, experiencia, con coche propio. Horario de tarde. San Agustín de Guadalix. bolalla@ilunion.com.

Comercial para venta telefónica a empresas con experiencia mínima de 3 años. Horario de 9 a 14 h. Alcobendas. info@tecnosai.es.

Ayudante de peluquería para 2 días en semana. Alcobendas. 676 919 001.

Interna con carné de conducir. Días libres entre semana. Alcobendas. 619 287 430.

Profesora para clases particulares de alemán a domicilio para niña, se valoran conocimientos de inglés. 656 674 171.

Comerciales en el sector inmobiliario, se valora experiencia y vehículo propio. Contrato mercantil. Fijo+comisiones. 616 735 741.

Camarera para horario comercial. Zona sur de Madrid. 652 123 278.

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

DEMANDA

Limpio, plancho, cocino, cuida niños o mayores, por horas. 602 019 557.
Auxiliar sociosanitario para cuidado de personas mayores en domicilio. 652 488 918.

Limpio, plancho, por horas, media jornada o fin de semana. 638 049 101.
Busco trabajo de limpieza, por horas, de mañana. 651 030 745.

Tareas del hogar, cuida niños y mayores, mañanas. 633 863 725.

Diseño páginas web, logotipos para empresas. 695 903 012.

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

Limpieza, portales, office, restaurantes. 659 875 074.

Cuido niños o mayores, fines de semana. 660 447 007.

Busco trabajo de jardinero para fines de semana. 680 845 004.

Profesor de física y química, matemáticas, ESO y bachillerato. 631 960 774.

Clases particulares de matemáticas. 670 976 162.

Limpio, por horas, de mañana. 652 472 097.

Limpio, cuida niños, mayores. 616 943 920.

Plancho, cocino, limpio, por horas, media jornada. 634 622 674.

Busco trabajo de tarde, teleoperadora, receptionista, cuidado de niños o mayores. 603 045 916.

Limpieza, plancha, cocina, cuidado de mayores y niños. 628 405 370.

Labores domésticas, cuidado de niños y personas mayores, externa o interna. 602 883 440.

Limpio, plancho, cuida niños y mayores. 670 540 120.

Chica acompaña a per-

sonas mayores, de día, noche, fines de semana. 603 375 117.

Ayudante de cocina, jornada continua en Alcobendas o San Sebastián de los Reyes. 692 498 963.

Clases de apoyo a Primaria, experiencia en niños con TDA. 605 453 164.

Limpio, plancho, cuida niños, mayores. 630 045 244.

Busco trabajo de limpieza. 608 356 348.

Limpieza, cuidados de personas mayores, por horas, a tiempo completo. 655 565 816.

Maestra y psicopedagoga, apoyo al estudio en primaria y secundaria, bachillerato de letras. 647 149 619.

Chófer, repartidor-conductor, operario de fabricación, producción, mantenimiento y arreglos en el hogar. 630 837 662.

VIVIENDAS COMPRA

Piso en Fuente Lucha, 2 habitaciones, garaje y trastero. 629 477 873.

VENTA

Piso en San Sebastián de los Reyes, 2 dormitorios, salón, entreplanta, a reformar, abstenerse agencias. 89.000 €. 669 613 940.

Piso en Algete, 100 m. salón amplio, 3 dormitorios, 2 terrazas, ascensor, parque, calefacción, y piscina. 665 646 360.

Casa de pueblo (Cuenca), 2 plantas, 244 m., 12 habitaciones, 3 baños, con terraza, porche y patio. 630 837 662.

ALQUILER

Habitación a chica sola. 640 853 059.

Bungalow en Santa Pola

(Alicante), 1 dormitorio, jardín, piscina, totalmente equipado. Económico, Semana Santa y puentes. 622 856 412.
Habitación para mujer sola. A partir del 10 febrero. 690 828 250.

Habitación para persona sola, no fumadora. 260 €, gastos incluidos e internet. 628 114 547.

Busco piso en Alcobendas, 2 habitaciones, semiamueblado. Máximo 550 €. 656 914 218.

Habitación, solo chicas, no fumadoras, bien comunicado, wifi y aire acondicionado. 91 241 48 95.

Busco piso 2 habitaciones en Alcobendas o San Sebastián de los Reyes. 698 667 138.

Busco piso, 2 o 3 habitaciones, para compartir. 500 a 600 €/mes. 634 699 673.

VEHÍCULOS

Xara Picasso 2.0 HDI, 153.000 km, ITV en vigor. 2.000 €. 605 888 937.

Volkswagen Golf 1.9 tdi, año 2005, 133.000 km, con revisión e ITV pasada enero. 6.000 €. 679 216 905.

TERRENOS Y LOCALES

Vendo **parcela** en El Casar (Guadalajara), 1.340 m., agua y luz, apta para edificar. 666 237 424.

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

Vendo **plaza de garaje** en Travesía de San Andrés. 16.000 €. negociables. 610 548 635.

Vendo **plaza de garaje** en Avenida de Madrid. 7.000 €. 690 110 539.

Vendo **plaza de garaje** en c/. Pablo Picasso. 618 726 162.

Vendo **parcela** en Valdepiélagos, 3.000 m. 626 065 377.

Alquilo **plaza de garaje,** zona La Menina. 691 802 862.

Alquilo **plaza de garaje** en c/. Fayón. 55 €. 659 154 182.

Alquilo **plaza de garaje,** zona Fuente Lucha. 605 045 916.

Alquilo **plaza de garaje** en c/. Gloria Fuertes, Tempranales. 45 €. 636 172 495.

Alquilo **plaza de garaje** en Plaza Rosa Chacel. 75 €. 630 518 578.

Alquilo **plaza de garaje** en c/. Maestro Guerrero. 60 €. 626 355 492.

Alquilo **local** de 28 m., en San Sebastián de los Reyes. 250 €/mes. 606 465 255.

Alquilo **plaza de garaje** en Valdela Fuentes, frente a Renfe. 40 €. 639 764 566.

Alquilo **plaza de garaje** en c/. Fayón. 637 080 144.

VARIOS

Parka nueva, marrón, talla S, abrigo verde talla L, botas negras, talla 38, plancha pelo, mochila deportiva Nike. 659 889 979.

Máquina de aire acondicionado tipo inverter frío/calor. 19.000 frigorías, 22.400 calorías. Usado 8 meses. 618 962544.

Lavavajillas, lavadora y canapé de 120 cm. 606 822 134.

Moto scooter para personas con movilidad reducida. 686 216 641.

Lavavajillas, seminuevo y vaporeta nueva. 638 458 076.

iPhone 7 negro, 32 Gb memoria con accesorios originales. 646 008 062.

Enciclopedia a buen precio. 655 565 816.

SAC Ayuntamiento de Alcobendas

Plaza Mayor, 1.

🕒 De lunes a viernes, de 8:30 a 14:30 y de 16 a 19 h.
Primer y tercer sábado de cada mes, de 10 a 13 h (sólo para trámites del Ayuntamiento de Alcobendas).

✉️ sac@aytoalcobendas.org

SAC Distrito Centro: Plaza del Pueblo, 1.

SAC Distrito Norte: Avenida de la Magia, 4.

SAC Distrito Urbanizaciones: Avenida de Bruselas, 19.

🕒 De lunes a viernes, de 8:30 a 14 h.

Servicio de atención telefónica: 010

Desde fuera de Alcobendas o desde móviles 91 296 90 88.

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

📞 607 972 024 de lunes a viernes, de 8:30 a 14:30 h.
Obtenga su ticket en la APP de Alcobendas o en www.alcobendas.org

PROGRAMACIÓN MUNICIPAL

TEATRO AUDITORIO CIUDAD DE ALCOBENDAS

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

LÍRICA. Esencia de zarzuela, antología. Sábado 10, a las 20 h.

Precio: 15 y 20 €.

PURO TEATRO. Una habitación propia. Jueves 15, a las 20 h.

Precio: 10 €.

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, y una hora antes de su inicio.

AUDITORIO PACO DE LUCÍA:

MÚSICA EN FAMILIA. Aires tropicales. Quinteto de Viento O'Globo, de la Escuela de Música Reina Sofía. Sábado 10, a las 18 h. Precio: 6 €.

ALCOBENDAS CLÁSICA. Una noche romántica. Délica Chamber Orchestra. Sábado 17, a las 19:30 h. Precio: 15 €. Ensayo didáctico, a las 12 h. Precio: 1 € (entradas para el ensayo, solo en taquilla).

EXPOSICIONES:

- *La perspectiva esencial. Minimalismos en la Colección Helga de Alvear.* Inauguración: miércoles 14, a las 19:30 h.

- *La cámara de niebla, de Linarejos Moreno.*

CENTRO CULTURAL ANABEL SEGURA

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

EXPOSICIÓN: El futuro de Camboya, de Nati Leal.

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

ALCOBENDAS EN LAS REDES

Ayuntamiento de Alcobendas    

Asociaciones de Alcobendas  

Bolsa de Empleo Alcobendas  

Casa de la Mujer Alcobendas  

Centro de Arte Alcobendas  

Comercios Alcobendas  

Conecta Alcobendas  

Consumo Alcobendas  

Deportes Alcobendas  

Escuela de Música y Danza de Alcobendas  

Imagina Juventud Alcobendas  

Mediatecas Alcobendas  

Participación Alcobendas  

PIC.A Alcobendas  

Policía Local Alcobendas  

Protección Civil Alcobendas  

Salud Alcobendas  

StartUp Alcobendas  

Teatro Auditorio de Alcobendas  

Universidad Popular Miguel Delibes  

Cines

Hasta el 15 de febrero.

KINÉPOLIS DIVERSIA

15:17 TREN A PARÍS

AMITYVILLE: EL DESPERTAR

CAVERNÍCOLA

C'EST LA VIE

CINCUENTA SOMBRAS

LIBERADAS

COCO

EL CORREDOR DEL LABERIN-

TO: LA CURA MORTAL

EL CUADERNO DE SARA

EL GRAN SHOWMAN

EL HILO INVISIBLE

EL PASAJERO

FERDINAND

JUMANJI: BIENVENIDOS

A LA JUNGLA

LA ABEJA MAYA:

LOS JUEGOS DE LA MIEL

LOS ARCHIVOS DEL

PENTÁGONO

PERFECTOS DESCONOCIDOS

STAR WARS: THE LAST JEDI
TRES ANUNCIOS
EN LAS AFUERAS

CINESA LA MORALEJA

C'EST LA VIE

CAVERNÍCOLA

CINCUENTA SOMBRAS

LIBERADAS

COCO

EL CORREDOR DEL LABERIN-

TO: LA CURA MORTAL

EL CUADERNO DE SARA

EL GRAN SHOWMAN

EL HILO INVISIBLE

EL INSTANTE MÁS OSCURO

LA ABEJA MAYA.

LOS JUEGOS DE LA MIEL

LOS ARCHIVOS DEL

PENTÁGONO

PERFECTOS DESCONOCIDO

TRES ANUNCIOS

EN LAS AFUERAS

FARMACIAS DE URGENCIA

HASTA EL 16 DE FEBRERO:

- **Servicio 24 horas.**

Avenida de la Ermita, 2.

- **De 9:30 a 23 h.**

C/. San Vicente, 6.

Paseo de la Chopera, 71.

Vayas donde vayas



VIERNES 9**19 H. CENTRO CULTURAL PABLO IGLESIAS****CHARLA DEMOSTRACIÓN SOBRE TAICHI**

Los beneficios para la salud de este arte milenario. En colaboración con la Asociación de Tai Chi Taoísta.

22 H. LA ESFERA**GRAN BAILE DE MÁSCARAS**

Actuará la Orquesta Ibiza y, para asistir, es imprescindible ir disfrazado o de etiqueta. Habrá premios para el mejor disfraz individual y de grupo. Entradas: 3,50 euros. Venta: en taquillas, desde una hora antes.

SÁBADO 10**13 H. AYUNTAMIENTO FIESTA DE LAS ÁGUEDAS**

Costumbre regional que consiste en que una mujer recibe, simbólicamente, el bastón de mando en el salón de plenos. Previamente, habrá misa en la iglesia de San Lesmes (11:30 h), desde donde partirá un pasacalle hasta el Ayuntamiento. Después de la entrega, habrá reparto de dulces y vino en la sede de la Casa de Castilla y León (Paseo de la Chopera, 64).

12 H. C/. SAN JOSÉ ARTESANO, 7

AULAS ABIERTAS DE PERCUSIÓN Y SAMBA
Ofrecidas por Bloco de Baliza el sábado

10 y el domingo 11. Entrada gratuita, previa inscripción: samb@blocodobaliza.com.

16 H. PLAZA MAYOR**TALLERES DE MAQUILLAJE INFANTIL**

Para que los niños puedan completar su disfraz de carnaval.

17:30 H. PLAZA MAYOR**GRAN DESFILE DE CARNAVAL**

Con la participación de 21 comparsas. Saldrá de la Plaza Mayor y llegará al Parque de la Comunidad de Madrid, donde será la entrega de premios y actuarán las murgas y chirigotas premiadas.

18 H. AUDITORIO PACO DE LUCIA**MÚSICA EN FAMILIA**

Aires tropicales, un recorrido por los diferentes ritmos de la música cubana a cargo del Quinteto de Viento O'Globo. Entradas: seis euros.

19:30 H. ESPACIO MIGUEL DELIBES**AUDICIÓN DE VIOLA**

Distintos grupos de viola de la Escuela de Música y Danza ofrecerán un repertorio adaptado a este tipo de formación.

20 H. TEATRO AUDITORIO**ESENCIA DE ZARZUELA**

Un recorrido por este género musical desde una revisión

innovadora. Entradas: 15 y 20 euros.

DOMINGO 11**12 H. MUNCYT MITOS DEL CIELO ESTRELLADO**

Un paseo por el universo en el que se irán abordando los nombres de dioses que se esconden tras planetas, estrellas, constelaciones...

12:30 H. CENTRO**CULTURAL PABLO IGLESIAS****TEATRO BENÉFICO**

A favor de un proyecto para familias Lodha de la India que lleva a cabo la Fundación Mary Ward. Se representará *Yo no quiero líos*, de Antonio y Enrique Paso. Entradas: 4 euros. Venta: desde una hora antes, en taquilla.

MIÉRCOLES 14**18 H. UNIVERSIDAD POPULAR MIGUEL DELIBES****CONFERENCIA**

Una mirada antropológica al Carnaval. Impartida por el antropólogo Fernando Izquierdo Torres.

19 H. DESDE LA PLAZA DE LA ARTESANÍA**ENTIERRO DE LA SARDINA**

La comitiva 'fúnebre' partirá de la Plaza de la Artesanía hasta el Centro Municipal La Esfera donde, tras la quema, habrá una degustación popular de sardinas.

19:30 H. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS**COLECCIÓN****HELGA DE ALVEAR**

Inauguración de la muestra *La perspectiva esencial. Minimalismos en la Colección Helga de Alvear*. Trabajos de distintos autores contemporáneos.

JUEVES 15**17:30 H. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS****EL VIAJE DE LAS MARIPOSAS**

Dentro de *Leer en Familia*, para niños de tres a siete años. Invitaciones: desde 15 minutos antes, en la mediateca del centro.

20 H. TEATRO AUDITORIO**UNA HABITACIÓN PROPIA**

Puro teatro. Obra basada en el libro de ensayos de Virginia Woolf. Interpretada por Clara Sanchís. Al final habrá un encuentro con la compañía. Entradas: 10 euros.

VIERNES 16**20 H. CENTRO CULTURAL PABLO IGLESIAS****TEATRO SOLIDARIO**

Organizado por BUSF (Bomberos Unidos sin Fronteras). Se representará la comedia *Squash*, de la Compañía David Lafuente. La recaudación se destinará al mantenimiento de orfanatos en Nepal. Entradas: 10 euros. *Fila 0*: ES78 3076 0610 24 222981 5929.



Enamórate del comercio local de Alcobendas

14 de febrero ♥ San Valentín

El regalo perfecto para decir "te quiero" lo tienes en los comercios de Alcobendas.

El 14 de febrero... y cada día del año.

Directorio de Comercio de Alcobendas, en alcobendas.org.



PLAN de REGENERACIÓN y ACTIVACIÓN COMERCIAL de ALCOBENDAS 