

# Sietedías

Revista municipal de Alcobendas

[www.alcobendas.org](http://www.alcobendas.org) |    



Del 28 de febrero al  
2 de marzo, 'AlcoStock  
en tu tienda habitual'



20º aniversario  
del Centro Anabel  
Segura



Llega el carnaval con  
sus bailes, comparsas  
y disfraces



'Mujeres fotógrafas  
en la Colección de  
Alcobendas'

## BUSCO TESTIGOS

Busco testigos para poner la correspondiente denuncia por un hecho ocurrido el sábado 9 de febrero a las 9:25 h. Esperando que abrieran la oficina de Correos en la calle Libertad en Alcobendas, un obrero me golpeó fuerte y accidentalmente con un tubo de goma que medía 15 metros o más, provocándome un fuerte hematoma en muslo y rodilla.

**Juan**

## LUIS CARLOS TORRESCUSA

Con él se marchan muchos años de historia del Club de Balonmano Alcobendas (18 de presidente y 26 como director deportivo). Con altibajos, contando siempre con un director y equipo directivo que ha dado el do de pecho en cualquier momento del Club, la historia del balonmano en Alcobendas no existiría sin Luis Carlos Torrescusa Maldonado. “Cuando trabajas para un Club como este, no te paras a pensar ni en el tiempo que dedicas ni en el esfuerzo que inviertes en cada decisión. Lo haces lo mejor que sabes cada día”, ha dicho. Y nosotros decimos que para poder valorar algo se debe conocer esa intrahistoria de la que hablaba Unamuno “(...) Esa vida intrahistórica, silenciosa y continua como el fondo del mismo mar, es la sustancia del progreso, la verdadera tradición (...)”. Luis Carlos, dejás una medida humana y profesional difícil de alcanzar. Gracias por todo, Presidente.

**A.C.C.**

## APARCAMIENTOS MUNICIPALES ANTIGUOS

Tengo una plaza de garaje en propiedad en el aparcamiento del Paseo de la Chopera, 100, siendo la mayoría de las mismas propiedad del Ayuntamiento, gestionadas por Sogepima. Dicha plaza la tengo en el sótano 3º, la adquirí en concesión en 1998, y en aquella época normalmente no se instalaban ascensores (hoy en día, ya en todos los que se hacen se instalan ascensores). Hasta ahora no he tenido ningún problema para acceder a ella, pero, por desgracia, he tenido unas complicaciones físicas sobrevenidas, que me impiden acceder a ella, sobre todo para subir las escaleras de los cuatro niveles que tiene hasta llegar a la calle, lo que me impide poder aparcar mi coche. Ante todo lo expuesto, solicito tanto al Ayuntamiento de Alcobendas, a la gestora Sogepima, así como a la Comunidad de usuarios-propietarios del aparcamiento ver la posibilidad de instalar un ascensor para poder acceder desde la calle. Espero que todas las entidades mencionadas se puedan poner en contacto y dar solución a un problema que en un futuro próximo pueda afectar a más personas. GRACIAS.

**J.D.M.**

Estimado vecino: Esta comunidad, en la que existen 253 plazas, está integrada por el Ayuntamiento de Alcobendas (203 plazas)

y propietarios particulares (50). La competencia para la adopción de acuerdos, relativos a la obra de instalación de ascensores, corresponde a la comunidad de propietarios. En principio, el establecimiento de los servicios de ascensor requerirá el voto favorable de la mayoría de los propietarios, que, a su vez, representen la mayoría de las cuotas de participación (artículo 17). Otra cosa son las implicaciones técnicas para realizar la instalación (análisis de afectación en estructura, plazas de aparcamiento afectadas por la instalación...), que deberán ser objeto de estudio en el oportuno proyecto técnico. Estamos a su disposición por si quisiera más información. Un saludo.

**Sociedad de Gestión del Patrimonio Inmobiliario Municipal de Alcobendas (Sogepima).**

## VALDELATAS Y CICLISTAS

Soy un enamorado del monte de Valdelatas. Vivo en Alcobendas y es increíble poder disfrutar de un entorno así tan cerca. Sin embargo, parece que somos incapaces de depurar el agua de los arroyos que lo atraviesan y de darle conexión con el resto de entornos naturales cercanos. Además, cada vez es peor el problema que está generando el ciclista en Valdelatas. Usar el monte como pista de cross está prohibido. El ciclista está ayudando a descontaminar la ciudad, pero a su vez a destrozar el monte, ya que aceleran la

erosión del terreno. Pido al Ayuntamiento de Alcobendas que dé una solución antes de que la degradación vaya a más. Vigilancia, concienciación y multas. Por favor, ciclistas, usad solo las pistas superiores a tres metros y no atraveséis el monte. No es una pista de juegos. Gracias

**Carlos Fernández**

Gracias por su carta. Compartimos la pasión por el monte de Valdelatas y el impulso a su protección. Aunque el Ayuntamiento realiza determinadas actuaciones, la competencia de gestión y mantenimiento del monte corresponde a la Comunidad de Madrid. Insistimos en las necesidades y pasamos avisos

constantemente. También los vecinos pueden dirigir a la Administración regional sus quejas o sugerencias.

Muchas gracias.

**María José Ortiz,**  
**concejala de Medio Ambiente**

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](mailto: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**

**IES SEVERO OCHOA ALCOBENDAS@IESSevero\_Ochoa**

Hoy 18 de febrero, Diana Maté y Jorge Bravo hablaron a los alumnos y alumnas de 3º ESO de @IESSevero\_Ochoa sobre mujeres científicas con motivo del #díamujeryniñaenciencia.

**Álvaro Muguruza @Amuguruza4**

«La vida no siempre son trenes a los que subir, a veces también son estaciones en las que bajar». Desde hace unos días dejé de formar parte de la USC CALCIO 1919 Ahora afronto este nuevo reto, lleno de ganas e ilusión. ¡Hola Alcobendas!

**David Lozano@d\_lozano**

Arte, #creatividad e #innovación se mezclan en el festival CREA de Alcobendas.

**CEIP Miguel Hernández Alcobendas @CeipMiguel**

Muy orgullosos de nuestros alumnos que han participado esta mañana en la fase territorial del "X Certamen de Narración y Poesía". Apertura del Certamen por el Director del Área Territorial y el Jefe de la Unidad de Programas.

**CEIP PARQUE CATALUÑA @PARQUECATALUNA**

Gracias al apoyo de la comunidad educativa y a la ayuda de la Dirección de Área con D. José Carlos Fernández y Dña. Beatriz Rodríguez para conseguir esta apuesta por un modelo bilingüe pionero en @ALCBDS\_Ayto y en la @ComunidadMadrid.



**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](mailto: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:

**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 **Sietedíasdigital** en

[www.alcobendas.org](http://www.alcobendas.org)

Impreso en papel reciclado.



**EFQM**  
**Excellence**  
**Award**  
**2016**



## El Parque de Salamanca estrena el primer cargador de USB

Los vecinos de Alcobendas ya pueden cargar su móvil o su tableta en un espacio urbano como un parque público. En el Parque de Salamanca, reformado recientemente, se ha instalado el primer poste cargador de USB alimentado por placas solares, cumpliendo uno de los compromisos electorales del actual equipo de gobierno.

El segundo poste cargador de dispositivos móviles se instalará en el Parque de Canarias, que se está remodelando actualmente con los últimos adelantos tecnológicos y que se inaugurará próximamente. El Ayuntamiento instalará gradualmente este tipo de postes cargadores en otros parques públicos para ofrecer más y mejores servicios a los vecinos.



## Entre todos es más fácil mejorar las calles de Alcobendas

**Cuéntanos:**

**DISTRITO CENTRO:**

*distritocentro@aytoalcobendas.org*

**DISTRITO NORTE:**

*distritonorte@aytoalcobendas.org*

**DISTRITO URBANIZACIONES:**

*distritourbanizaciones@aytoalcobendas.org*

**DISTRITO EMPRESARIAL:**

*distritoempresarial@aytoalcobendas.org*

**SERVICIO DE ATENCIÓN CIUDADANA: 010**

# AlcoStock<sup>2019</sup> en tu tienda habitual

**28** de FEBRERO  
**1 y 2** de MARZO

#Alcostock2019

#Alcobendas

Listado de comercios, también en [alcobendas.org](http://alcobendas.org).



Descuentos de hasta el 70%, en algunos casos, en multitud de productos y en cerca de un centenar de comercios distribuidos por toda la ciudad. Eso es lo que, un año más, trae *Alcostock* a Alcobendas.

Una iniciativa consolidada en nuestra ciudad y que ofrece a los comercios locales la posibilidad de promocionarse y de que den salida a sus estocajes.

Para los vecinos y visitantes de otros municipios, *Alcostock* es una forma de hacerse con todo tipo de productos (ropa, complementos, perfumes, gafas, zapatos, juegos, muebles, libros, deportes...) a buenos precios y con la confianza, calidad y cercanía que ofrece el comercio tradicional de Alcobendas.

## Comercios, 'geoposicionados' y regalos para los clientes

Y este año, de nuevo, la *startup* de Alcobendas *Mister Lo* colabora en la campaña con una aplicación de móvil a través de la cual los comercios participantes estarán *geoposicionados*. Además, los establecimientos contarán con un espacio personalizado y podrán subir sus ofertas y promociones durante *Alcostock*.

Durante los días que dure la campaña, los clientes podrán subir a la aplicación los tiques de las compras realizadas en los comercios. Por cada dos tiques o más que se suban, *Mister Lo* les regalará unas gafas de sol, que recogerán posteriormente en el comercio *Alcostock* que ellos elijan.

### DISTRITO CENTRO

#### • Almacenes Europa

C/ Marquesa  
Viuda de Aldama, 42.  
Textil.

#### • Ana Dueñas

C/ Constitución, 64.  
Moda y complementos.

#### • Anna Moda Shopping

C/ Pablo Picasso, 52.  
Moda y complementos.

#### • Aromas Artesanales Alcobendas

C/ Constitución, 46.  
Perfumería.

#### • Bolsos Montesinos

C/ Marquesa  
Viuda de Aldama, 72.  
Bolsos.

#### • Calzados Essica

C/ Isabel Rosillo, 6.  
Zapatería.

#### • Centro Óptico Valdavia

C/ Marqués de la  
Valdavia, 72. Óptica.

#### • Confecciones Feval

C/ Pablo Picasso, 76. Textil.

#### • Confecciones Sole

C/ Constitución, 42  
Textil.

#### • Corsetería El Pilar

C/ Constitución, 99.  
Corsetería.

- **Deportes Fútbol y +**  
C/ Marquesa Viuda de Aldama, 37.  
Artículos deportivos.
- **Deportes Polo's**  
C/ Santiago Apóstol, 11.  
Artículos deportivos.
- **Dialcolor Tien 21**  
C/ La Paz, 2-4.  
Electrodomésticos.
- **Droguería Perfumería Avelina Gallo**  
C/ Marquesa Viuda de Aldama, 33.  
Droguería y Perfumería.
- **Droguería Perfumería Cristi**  
C/ Fuego, 39.  
Droguería y perfumería.
- **Eclipse Moda**  
C/ Constitución, 32.  
Textil.
- **Enmarcaciones Regina**  
C/ Fuego, 41.  
Enmarcaciones.
- **Entrecosturas**  
C/ Concilio, 11. Moda y complementos infantiles.
- **F & H**  
C/ Constitución, 30.  
Textil y complementos.
- **Herbolario Lavanda**  
C/ Constitución, 24.  
Herbolario.
- **Herbolario Oliván**  
C/ Isabel Rosillo, 5.  
Salud y belleza.
- **Herbolario Pangea Mundo Natural**  
Avenida de España, 44-posterior.  
Herbolario.
- **Híper Textil Arroyo**  
C/ Oviedo, 5. Textil.
- **HO Joyeros**  
C/ Constitución, 13.  
Joyería.
- **Ibérica Envases**  
C/ Fuego, 46. Envases.
- **Iluminación Raquel**  
C/ Marquesa Viuda de Aldama, 37. Iluminación.
- **J. Casla**  
C/ Constitución, 45.  
Textil hombre.
- **Joyería y Relojería Guimor**  
C/ Marqués de la Valdavia, 50.  
Joyería y relojería.
- **La Ventana Natural**  
C/ Libertad, 40.  
Herbolario.
- **Las Raíces**  
Avenida de España, 56.  
Textil.
- **Lola Gala**  
C/ Ramón Fernández Guisasola, 3. Textil señora.
- **Maribel Moda**  
C/ Marqués de la Valdavia, 48.  
Moda de mujer.
- **Mayvan**  
C/ Constitución, 32.  
Textil y complementos.
- **Mercería El Jardín**  
C/ Jardín, 3. Textil.
- **Mercería Lencería La Rosa**  
C/ Marquesa Viuda de Aldama, 32.  
Mercería y lencería.
- **Moda Infantil Mico's**  
C/ Isabel Rosillo, 14. Moda infantil.
- **Modas Maribel**  
C/ Marquesa Viuda de Aldama, 54. Textil.
- **Muebles Las Heras**  
C/ Libertad, 41. Muebles.
- **Nido Moda Infantil**  
C/ Libertad, 9. Textil.
- **Paco Vivagem Peluquería**  
C/ Segovia, 17.  
Peluquería.
- **Paloma**  
C/ Constitución, 82.  
Moda y complementos.
- **Papelería Carlín**  
C/ Oviedo, 1.  
Papelería y regalos.
- **Papelería Técnica Murillo**  
C/ Ceuta, 2. Papelería técnica y librería.
- **Perfumería Alimo**  
C/ Isabel Rosillo, 10.  
Perfumería.
- **Rancho Tejano**  
C/ Marquesa Viuda de Aldama, 25. Textil.
- **Reno**  
C/ Constitución, 101.  
Textil.
- **Ritmo Tien 21**  
C/ Constitución, 78.  
Electrodomésticos.
- **Rosalinda**  
C/ Constitución, 57.  
Textil.
- **Rosalinda Zapatos**  
C/ Constitución, 63.  
Zapatería.
- **Salazar Óptica & Sol**  
C/ Fuego, 40. Óptica.
- **Sip Distribución**  
C/ Oviedo, 7. Productos de peluquería y estética.
- **T.H. Centro de Cosméticos**  
C/ Libertad, 42. Estética.
- **Tarduchy Regalos**  
C/ Marquesa Viuda de Aldama, 8.  
Complementos y maletas.
- **Tejidos Angelines**  
C/ Miraflores, 8. Textil.
- **Tu Mercería**  
C/ Pablo Picasso, 54.  
Mercería.
- **Vida A Los Libros**  
C/ Concilio, 13.  
Libros de segunda mano.

- **Vive el Baño**  
C/ Constitución, 84.  
Saneamientos.
  - **Zapatería El Valle**  
C/ Constitución, 50.  
Zapatería.
- DISTRITO NORTE**
- **Abalorios**  
C/ Marqués de la  
Valdavia, 119.  
Textil y complementos.
  - **A Doble Cara**  
Avenida de Pablo Iglesias,  
6. Papelería.
  - **Adelaida Canela**  
Paseo de la Chopera, 158.  
Textil y complementos.
  - **Azkaban Juegos**  
C/ Imaginación, 13  
(entrada por Paseo de  
Fuente Lucha). Juegos.
  - **Bicicletas Enbici**  
C/ Fantasía, s/n.  
Venta, reparación y  
accesorios de bicicletas.
  - **Biomarket Norte**  
Avenida de Madrid, 37.  
Herbolario.
  - **Candy & Party**  
Paseo de Fuente Lucha, 4.  
Bazar: papelería y  
juguetes.
  - **Carmen Martín**  
C/ Marqués de la  
Valdavia, 102. Textil.
  - **Centro Óptico Chapí**  
C/ Ruperto Chapí, 11.  
Óptica.
  - **Chic & Chic**  
Paseo de Fuente  
Lucha, 10. Lotería y  
complementos.
  - **Colchonería Norte**  
C/ Marqués de la  
Valdavia, 96.  
Colchonería.
  - **Comercial Rafael**  
C/ Ruperto Chapí, 55.  
Productos de peluquería.
  - **Copi Copy**  
C/ Isaac Albéniz, 58.  
Imprenta y copistería.
  - **Cris Sueña con Tu Color**  
C/ Dolores Ibárruri, 13.  
Textil.
  - **Dandara Stock**  
Avenida de España, 17.  
Textil.
  - **Deportes Polo's**  
C/ Manuel de Falla, 83.  
Tienda de deportes.
  - **Doctor Bicicleta**  
Paseo de la Chopera, 95.  
Deportes, bicicletas y  
complementos.
  - **Ecónica**  
Paseo de Fuente Lucha, 8.  
Electrónica, iluminación.
  - **El Galeón II**  
Paseo de la Chopera, 184.  
Librería.
  - **El Movimiento del Caracol**  
Avenida de Madrid, 71.  
Librería infantil y juego  
educativo.
  - **Eme de Mariposa**  
Paseo de la Chopera, 202.  
Textil.
  - **Enkantos**  
C/ Manuel de Falla, 89.  
Loterías y complementos.
  - **J De Juegos**  
Avenida de Camilo José  
Cela, 16. Juegos de mesa.
  - **Kubaloo**  
Paseo de la Chopera, 124.  
Ocio creativo y labores.
  - **La Barroteca**  
C/ Pintor Murillo, 29.  
Taller de artesanía.
  - **Librería El Soto**  
C/ Constitución, 108.  
Librería-papelería.
  - **Luz Actual**  
C/ Marqués de la  
Valdavia, 98. Iluminación.
  - **Mavel**  
C/ Francisco Largo  
Caballero, 58.  
Librería-papelería.
  - **Mercería Lembranzas**  
Avenida de Madrid, 55.  
Mercería.
  - **Mi Óptico Alcobendas**  
C/ Manuel de Falla, 77.  
Óptica.
  - **Papelería-Librería El Rosal**  
C/ Constitución, 114.  
Papelería, librería y  
administración de lotería.
  - **Pradenitas**  
C/ Dolores Ibárruri, 17.  
Zapatería infantil.
  - **Quebec Moda Infantil**  
Paseo de Fuente Lucha, 7.  
Moda textil.
  - **Secretos de Mami**  
Paseo de Fuente Lucha, 7.  
Herbolario.
  - **Supernova Videojuegos**  
Avenida de España, 17.  
Videojuegos.
  - **Tat's**  
Paseo de la Chopera, 110.  
Complementos.
  - **Zapatería Gato Con Botas**  
C/ Felicidad, 8. Zapatería.
  - **Zapatería Rin**  
C/ Fantasía, 5. Zapatos y  
complementos.
- DISTRITO EMPRESARIAL**
- **Cristalería A Medida**  
C/ La Granja, 13.  
Cristalería y  
enmarcaciones.
  - **Herbolario El Búho**  
Centro Comercial  
Carrefour, Carretera A-1  
Km. 14,5. Herbolario.

**INNOVACIÓN** | Establece una inversión de 8,7 millones de euros en los próximos seis años

# El 'Plan Director Ciudad Inteligente' prevé 21 proyectos tecnológicos innovadores hasta 2024



El Ayuntamiento de Alcobendas impulsará 21 proyectos de innovación tecnológica hasta 2024 con una inversión de 8,7 millones de euros. Estos proyectos aparecen definidos en el *Plan Director Alcobendas Ciudad Inteligente*, que ha presentado esta semana el alcalde, Ignacio García de Vinuesa, durante la apertura de la *Jornada 5G* y del Comité Técnico de la Red Española de Ciudades Inteligentes. El objetivo de este plan es mejorar la calidad de vida de los vecinos con una mayor eficiencia en la prestación de los servicios públicos municipales.

Los 21 proyectos de innovación abarcan cinco ámbitos urbanos: economía, gobernanza, sostenibilidad, movilidad y sociedad. Ignacio García de Vinuesa anunció que este plan director impulsará “la modernización del teji-

do comercial, un alumbrado público inteligente, la mejora del control del tráfico en tiempo real y la teleasistencia para las personas mayores”. “La tecnología debe servir para mejorar la calidad de la vida diaria de las personas de esta ciudad”, apostilló el alcalde.

## ‘Centro de Control Integral’

El proyecto central de este plan estratégico es el *Centro de Control Integral* de la ciudad, que gestionará los servicios e iniciativas relacionadas con la ciudad inteligente. El propio plan establece un mecanismo de gobernanza tecnológica, aparte de los ya existentes, que permitirá gestionar todas las iniciativas.

La ejecución de los proyectos que contempla este *Plan Director* durante los próximos años convertirá a Alcobendas en un referente en el

despliegue de proyectos de innovación tecnológica que supondrán un impacto positivo tanto en la eficiencia como en la sostenibilidad de los servicios públicos municipales. Y como este plan cumple con los objetivos de las principales estrategias europeas, facilitará la participación de Alcobendas en diferentes planes y proyectos impulsados por la Unión Europea.

## Mejorar la calidad de vida

El *Plan Director Alcobendas Ciudad Inteligente* pretende configurar un modelo de desarrollo urbano centrado en los vecinos, mejorando continuamente la sostenibilidad y aprovechando todos los recursos de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC). La tecnología y la innovación deben servir para mejorar la calidad de vida del ciudadano, la eficiencia de los servicios urbanos, la innovación y la competitividad, sin comprometer en un futuro tanto el aspecto económico, los factores sociales y ambientales y la gobernanza de la ciudad.

La elaboración de este documento estratégico ha contado con la participación ciudadana a través de la web municipal, que canalizó las aportaciones que aparecen reflejadas en el proyecto final.

**JUSTICIA** | Alberga tres juzgados de primera instancia y acogerá en los próximos meses la fiscalía territorial

## Inaugurada la nueva sede judicial de Alcobendas, situada en la calle Blas de Otero

Hace solo unos días que comenzó a funcionar la nueva sede judicial de Alcobendas, que compartirá espacio con el centro de especialidades médicas de la calle Blas de Otero, 13.

El remodelado edificio alberga tres juzgados de primera instancia (incluido uno de reciente creación) y en una segunda fase acogerá también las instalaciones de la Sección Territorial de la Fiscalía de Alcobendas, que en la actualidad se encuentran ubicadas en la calle Capitán Haya de Madrid. El nuevo espacio judicial cuenta con una superficie de 2.200 metros cuadrados, divididos en dos plantas, y está a solo 100 metros de la sede judicial principal de la calle Joaquín Rodrigo, 3.



Los nuevos juzgados fueron inaugurados por la consejera de Justicia de la Comunidad de Madrid, Carmen Martín; el viceconsejero, José Enrique Núñez; y el alcalde de Alcobendas, Ignacio García de Vinuesa.

Por su parte, el Centro de Especialidades Blas de Otero “mantendrá las consultas que tiene actualmente

–oftalmología, dermatología y fisioterapia–, aunque parte del edificio acoja la ampliación de los juzgados locales, garantizando que se continuará prestando los servicios de los que dispone en este momento”, apunta Antonio Alemany, director general de Coordinación de la Asistencia Sanitaria de la Comunidad de Madrid.

### Entrega de los premios ‘Atenea’ y ‘Hombres por la Igualdad’

#### VENTA DE ENTRADAS

**Fecha:** miércoles 6 de marzo, a las 19 h, en el Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas.

Entrega de galardones a personas –físicas o jurídicas– que hayan contribuido o destacado en la defensa de los valores que promueven la igualdad entre hombres y mujeres, la conciliación laboral y la lucha contra la violencia de género. A continuación actuará Mónica Molina.

Es una de las actividades del 8 de marzo, *Día Internacional de la Mujer*.

**Entradas:** gratuitas. Se distribuirán desde

el próximo lunes, 25 de febrero, en la Casa de la Mujer (máximo, cuatro por persona) y, si quedaran, desde una hora antes, en la taquilla del Teatro.

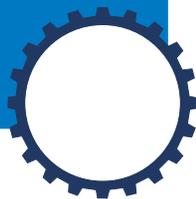
### Pleno Municipal

La próxima sesión ordinaria del Pleno Municipal será el martes 26 de febrero, a las 16 h, en el salón de sesiones. El orden del día se puede consultar en [alcobendas.org](http://alcobendas.org). La sesión plenaria se puede seguir en la crónica que se hace a través de Twitter en [#PlenoAlcobendas](https://twitter.com/ALCBDS_Plano), por *streaming* y en el canal YouTube del Ayuntamiento.



# Impulso Emprendedor

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



## “Cuando un cliente te dice que le ha gustado mucho tu trabajo te da ‘subidón’”

### GLUCOUP: glucosa para darle energía al cuerpo

Trabajó como interiorista para varias empresas durante años, pero, un buen día, perdió su empleo y eso fue el comienzo de **GlucUp**. “Después de un año buscando trabajo, decidí sacar del cajón un proyecto que teníamos mi mujer y yo aparcado, pero con idea de, en algún momento, sacarlo adelante”, explica Daniel.

Y eso hicieron. “Mi mujer es diabética, y en nuestros viajes fuera de España descubrimos que por Europa –y también en muchos países de otros continentes– hay un complemento alimenticio sencillo que se puede tomar en pastillas masticables y que le servía para recuperarse rápidamente en caso de un bajón de azúcar, y sin picos de glucemia posteriores”. No sustituye a ningún tratamiento ni medicamento y se basa en “la destroxa o glucosa. Es el principal azúcar que circula en la sangre y la primera fuente de energía en el cuerpo para los seres vivos. En otros países lo toman no solo las personas diabéticas, también las que necesitan un aporte de energía en cualquier

sentido”. Y es que “estos complementos sirven para deportistas, estudiantes, trabajadores con largas jornadas de trabajo... Son de asimilización rápida. No se trata de pastillas milagrosas, ni mucho menos, te activan como puede hacerlo, por ejemplo, un café. Son saciantes, apenas tienen calorías y son inocuas. Tenemos los certificados de sanidad”. Daniel participó en un programa de emprendedores del Ayuntamiento de Alcobendas, “fue un gran apoyo, porque me dio ideas de cómo poner en marcha mi negocio”– y, en mayo de 2017, nació oficialmente GlucUp. “Servimos por internet nuestros productos. Tenemos cuatro modalidades: tabletas masticables, zumos, geles y tabletas efervescentes. Tenemos un plazo de entrega de 24-48 horas máximo dentro de la península”. Los clientes “han ido creciendo mucho, de forma exponencial; ya tenemos más de 600 y ahora estamos dando el salto de la red a otros puntos de distribución: herbolarios, farmacias, gimnasios, supermercados...”.

**Más información: en [glucoup.com](http://glucoup.com).**

### RAZASOSTENIBLE.COM: el camino hacia un planeta sano

“Es mi sueño. Lo que de verdad me hacía ilusión poner en marcha. Porque creo en ello y porque me hace feliz desarrollar este proyecto”. De esta manera se refiere Gemma a **razasostenible.com**, una web que es un directorio de empresas responsables, sostenibles y artesanas y... “mucho más. Son consejos, son opiniones, es un blog, es un camino hacia un mundo más sano y sostenible”. Es un proyecto que “está recién nacido y, por tanto, abierto totalmente. Estamos incorporando empresas sostenibles:





restaurantes, fruterías, herbolarios, queserías, agricultores... Pero, también, hay espacio para el transporte, las energías, el turismo, los centros educativos... y un blog en el que hablamos de muchas cosas interesantes”. El hecho de que esté arrancando significa que “estamos abiertos a la incorporación de nuevas empresas para el directorio, que pueden contactar con nosotros a través de la web”. Pero, además de este proyecto, esta empresaria de Alcobendas que decidió pedir una excedencia de su trabajo de comercial para poner en marcha algo por su cuenta realiza “trabajos de diseño gráfico. Me dio en este sentido el empujón que necesitaba la Fundación Abracadabra, que vio mi trabajo, le gustó, me llamaron y, a día de hoy, sigo haciendo cosas para ellos. Diseño logos y tarjetas de visita para mis clientes, la mayoría del sector de la salud y el bienestar. Y lo hago trabajando muy estrechamente con ellos para intentar acertar siempre en lo que buscan. Me hace feliz hacer creativiidades y, más aún, cuando un cliente te dice que le ha gustado mucho tu trabajo. Eso te da subidón”.

**Más información sobre esta otra parte del negocio: en [sierraymadrid.com](http://sierraymadrid.com).**

**NAVARETINTO: ibéricos 100%, con mención exclusiva ‘Pata Negra’**

**Navaretinto Ibéricos** puede considerarse una de las mejores explotaciones de cerdos ibéricos de España. Sus animales se encuentran en pleno corazón de la dehesa extremeña, idónde mejor! Está calificada

como *Granja de Protección Sanitaria Especial* y *Granja de Selección*. Toda su producción es “de bellota 100% ibéricos, mención exclusiva *Pata Negra*. Nuestra producción se limita a 13.000 cerdos al año”, explica Salvador Pereira, impulsor de esta empresa familiar que, hace un año, amplió sus instalaciones con una nave en Alcobendas (**Avenida de la Industria, 6-8**), donde, con tecnología pionera y de última generación, los jamones se mantienen en dos bodegas con cabida para 15.000 piezas, desde donde realizar la distribución.

Tanto la explotación ganadera como la posterior transformación en productos derivados del cerdo ibérico cumple y supera toda la normativa que le afecta en lo referente a bienestar animal, calidad, trazabilidad, etc. Durante la montanera –de octubre a marzo–, los cerdos se alimentan de bellota y pastizales propios de la dehesa, con densidad mínima de 8.000 m<sup>2</sup> por animal. La edad mínima de sacrificio de los cerdos *navaretinto* es de 22 meses, necesaria para alcanzar los 161 kg y garantizar la mejor calidad.

En sus instalaciones de Alcobendas, además de los productos curados (jamones, paletas, lomos, chorizos, salchichón...), “tenemos productos *pata negra* de la matanza tales como solomillo, plumas, secretos, carrilleras, lagartos y costillares, con certificado oficial. Todo ello, de venta al público, claro está”.

**Más información: en [navaretintoibericos.com](http://navaretintoibericos.com).**



**SALUD** | El curso se impartirá los miércoles 6 y 13 de marzo

## Aprende a comer de forma saludable y segura

En los últimos años ha quedado patente la importancia de una adecuada alimentación, no solo para el normal desarrollo y funcionamiento del organismo, sino también como medio para mejorar la salud y para la prevención de algunas enfermedades.

La dieta va a influir a medio y largo plazo en la salud y, para que sea correcta y equilibrada, tiene que tener todos los nutrientes, en las cantidades adecuadas y suficientes para cubrir nues-

tras necesidades.

Además de alimentarnos de una manera sana, debemos hacerlo de forma segura. La manipulación y la conservación de los alimentos debe ser correcta para evitar la transmisión de enfermedades infecciosas o la aparición de intoxicaciones.

No debemos olvidar que, aunque no existe una única forma ideal de alimentarse, para que una dieta sea óptima, tiene que ser segura, equilibrada, saludable, agradable y económica.



Todos estos temas serán tratados en el curso *Alimentación saludable y segura*, que tendrá lugar los miércoles 6 y 13 de marzo, de 17 a 19 h, en el Centro de Arte Alcobendas y que será impartido por profesionales del Servicio de Salud Municipal.

La inscripción es gratuita llamando al Servicio de Salud, teléfono 91 663 70 01 (extensión 4016).

### Centro de Empresas Municipal

PARA PONER SU NEGOCIO EN MARCHA, HABLE CON NOSOTROS.

El Centro de Empresas del Ayuntamiento tiene espacios desde 12 m<sup>2</sup> hasta 60 m<sup>2</sup> 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.

**Información:** en el Centro de Empresas Municipal (c/ Ramón y Cajal, 5; teléfono 91 484 18 00; correo electrónico [centroempresas@aytoalcobendas.org](mailto:centroempresas@aytoalcobendas.org)) y en [alcobendas.org](http://alcobendas.org).



### PISOS VENTAS

#### ALCOBENDAS

**Ao40. JUNTOARENFE.** Oportunidad, reformado, 3 dormitorios, exterior, terraza 40 m, impecable, cocina equipada. **185.000 €.**

**Ao71. METRO MANUEL DE FALLA.** Urge, 2 dormitorios amplios, cocina equipada, reformado, junto al metro Manuel de Falla. **127.000 €.**

**Ao68. CHOPERA ALTA.** Oportunidad, excelente zona, 84 m, reformado, 3 dormitorios, 2 baños, terraza en el salón, en urbanización con piscina y plaza de garaje. **345.000 €**

#### SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES

**Ao01. METRO REYES CATÓLICOS.** Reformado, 2 dormitorios, exterior, bajo, impecable, cocina equipada. **164.000 €.**

**Co53. DEHESA VIEJA.** Preciosas vistas, salón independiente, gran cocina reformada y equipada, mejoras en toda la vivienda, 3 dormitorios, 2 baños, 2 plazas de garaje y trastero. **309.000 €**

**Ao00. AVENIDA DE LA SIERRA.** Luminoso, muy buena zona, bajo exterior, 3 dormitorios, 1 baño, 75 m, junto a Renfe y metro. **179.000 € negociables.**

**EQUIPAMIENTOS MUNICIPALES** | El miércoles 27 de febrero habrá una jornada conmemorativa

## El Centro Anabel Segura cumple 20 años

El 26 de febrero de 1.999 abría sus puertas el Centro Anabel Segura, situado en el entonces llamado Barrio 7. El edificio recibió este nombre en memoria de la joven de Alcobendas que fue secuestrada y asesinada por sus captores, en lo que fue uno de los episodios más tristes de la vida de la ciudad y de sus vecinos.

Con una inversión de 224 millones de pesetas (1.346.267 euros, aproximadamente), se construyó este edificio vanguardista, diáfano y luminoso, que albergaba, por entonces una moderna biblioteca, una oficina de atención ciudadana y las sedes del consejo de barrio y de varias asociaciones. Dos décadas después, el centro se ha consolidado como eje fundamental para el, ahora, Distrito Urbanizaciones y, también, para la vida y la cultura de la ciudad. Acoge la



sede de la Concejalía del Distrito Urbanizaciones y cuenta con una gran sala de exposiciones (en la que se realiza una media de 10 muestras anuales), una de las oficinas del Servicio de Atención Ciudadana y una mediateca.

### Actos conmemorativos

El próximo miércoles, 27 de febrero, tendrá lugar una jornada conmemorativa de los

20 años de apertura del Centro Anabel Segura. Comenzará a las 18 h con un concierto a cargo de los alumnos de la Escuela Municipal de Música y Danza y, a continuación, tendrá lugar la inauguración de la exposición de grabados *Fuerte y frágil. Es papel*, del Taller Mediodía. (Más información de esta muestra: en la página 23 de este SietedíaS).

**MODIFICACIÓN TEMPORAL DE FRECUENCIA DE TRENES.** Debido a la realización de trabajos de mejora y mantenimiento entre las estaciones de Cantoblanco y Alcobendas, los próximos días 23 y 24 de febrero y 2 y 3 de marzo (sábados y domingos), los servicios y recorrido habituales de la línea C4 se van a ver modificados.

La frecuencia, en lugar de ser de 20 minutos, pasará a ser de 40. Además, habrá dos trenes que no circularán en esos días: el tren Atocha-Alcobendas con salida a las 5:50 h y el Alcobendas-Atocha con salida a las 23:34.

Se pueden consultar los horarios en [www.renfe.com/empresa/comunicacion/incidencias](http://www.renfe.com/empresa/comunicacion/incidencias).

### Punto Limpio Móvil

Recorre los distritos de la ciudad para que podamos reciclar más fácilmente.

- Hasta el 24 de febrero, se encuentra en el aparcamiento de la calle Huelva (junto al recinto ferial).
- Del 25 de febrero al 10 de marzo, estará en la calle Blas de Otero (entorno del Ayuntamiento).



**BREVES. ALCOBENDAS NOMBRA EN IGUALDAD.**

Ya ha finalizado el proceso participativo *Alcobendas nombra en igualdad*, que se puso en marcha en marzo de 2018 por una iniciativa del Pleno de la Corporación. El objetivo es visibilizar a las mujeres a lo largo de la historia y reconocer la labor del feminismo en la consecución de los derechos igualitarios, tal y como recoge el *Pacto Social por el Fin de la Violencia contra la Mujer*, incorporando en las nuevas denominaciones de las calles y emplazamientos de Alcobendas el nombre de mujeres ilustres.

Vecinos, asociaciones y empresas de Alcobendas han realizado más de medio millar de propuestas a través de mesas de diálogo y de una consulta ciudadana abierta. Con los nombres propuestos, y tras aplicar los criterios establecidos (mujeres comprometidas con la igualdad, reconocidas o anónimas, ya fallecidas, que hayan luchado o trabajado por mejorar la vida de las mujeres, que tengan un perfil profesional destacado, que hayan hecho algo por Alcobendas...), se ha elaborado un listado de 83 mujeres de distintos sectores, procedencia, profesiones, ideologías o épocas. El listado completo, una explicación de

cada una de las propuestas y la puntuación se encuentran en [alcobendas.org](http://alcobendas.org) dentro de *Participación en Consultas ciudadanas*.

**'LIGA AICA DE EMPRESAS'**. Arrancará el jueves 21 de marzo y se trata de una competición de fútbol 5 en la que pueden participar todas las empresas de la zona norte de la Comunidad de Madrid. Entre 12 y 18 equipos se enfrentarán en los campos de Campocinco, *startup* de Alcobendas y colaboradora de la competición. Toda la información, las bases de participación y el formulario están disponibles en la web [aicaligaempresas.com](http://aicaligaempresas.com).

**PUZLE DE RÉCORD.** Silvia Hernández, una de las *puzleras* más conocidas y vecina de Alcobendas, representó a nuestra ciudad en la composición del puzle de madera más grande del mundo, con 45.500 piezas. La prueba se celebró en la localidad lanzaroteña de Arrecife.

El equipo de *puzleros* tardó 31 h 26 min 59 s en montarlo. El puzzle es obra de la empresa SPuzzles, que Silvia creó hace dos años y que se encuentra también en Alcobendas.

## Curso 'Imagen corporativa y marketing: creación de marca online y offline'

**Programa:** MARCA: *identidad de marca; proceso de creación; tipos de 'branding'; grupos de interés; la necesidad de invertir; estrategia de marca (la gran idea).* DINÁMICA DE LA MARCA: *MARKETING ONLINE VERSUS EL OFFLINE: el 'buzz marketing' o 'marketing' del boca a boca; trucos para fidelizar a tus clientes y para que*

*tus clientes compren más; vender por internet con sus ventajas y sus inconvenientes; posicionamiento local y SEO; trato con el cliente; redes sociales como medio de 'marketing online', y publicidad tradicional como medio de 'marketing offline'.*

LA IMPORTANCIA DEL SITIO WEB: *diseño; usabilidad; experiencia de usuario; analítica web como clave; el comercio electrónico; posicionamiento web, y reglamento de protección de datos.*

**Fecha:** del lunes 11 al jueves 14 de marzo, de 15 a 17 h, en el Centro de Nuevas Tecnologías Conect@.

**Inscripción:** en el departamento de Comercio, Fomento del Empleo y Nuevas Oportunidades, correo [desarrolloeconomico@aytoalcobendas.org](mailto:desarrolloeconomico@aytoalcobendas.org), y en la web municipal ([alcobendas.org](http://alcobendas.org)), dentro del apartado *Empresas, Empleo y Comercio*, en *Formación empresarial*.



## La ciencia, la historia y sus enigmas

La Asociación Mil Caminos celebra del viernes 1 al domingo 3 de marzo, en el Centro Cultural Pablo Iglesias, su *XVIII Congreso sobre Misterios de la Ciencia y la Historia*, un ciclo de conferencias impartidas por diferentes escritores, periodistas e investigadores especializados en temas relacionados con la historia y la ciencia que encierran algún enigma, misterios y leyendas. La entrada es libre y gratuita (hasta completar aforo). El programa se puede consultar en la web [milcaminos.com](http://milcaminos.com).



**AMIGOS DEL PUEBLO SAHARAUI.** Busca familias acogedoras para el programa *Vacaciones en Paz 2019*. Celebra este domingo, 24 de febrero, a las 12 h, en su local (c/ Celso Emilio Ferreiro, 5) una sesión informativa para las familias y personas interesadas en acoger a un niño saharauí este verano. Información: en [amistadsaharauí.org](http://amistadsaharauí.org).

**FUNDACIÓN APSURIA.** Organiza los siguientes cursos orientados al colectivo de personas con discapacidad intelectual: Auxiliar de lavandería, Auxiliar de comedor y cocina, Auxiliar de almacén, Auxiliar administrativo, Gestión documental, Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) básico y avanzado. Los cursos comienzan el 4 de marzo. Matrícula: 60 euros (a excepción del de TIC básico, que son 30 euros). Información: en el teléfono 91 662 24 98, en el correo [formación@apsuria.org](mailto:formación@apsuria.org) y en [apsuria.org/formacion](http://apsuria.org/formacion).

**ASOCIACIÓN ANDALUZA.** Convoa a sus socios a la *asamblea general ordinaria* el 9 de marzo, a las 19 h, la Casa de las Asociaciones.

**MUJERES PARA LA DEMOCRACIA.** Celebra el sábado 9 de marzo, a partir de las 16 h, en su sede (Paseo de la Radio, 7) su tradicional *torneo de tute* con motivo del *Día de la Mujer*. Inscripciones: hasta el 5 de marzo, en los teléfonos 649 021 319 (Elvira) y 600 540 747 (María).

**AMPA COLEGIO MARÍA TERESA.** Nos anima a asistir al *concierto benéfico a favor de Miguel*, un niño con *síndrome de Kabuki*. Varios artistas se unirán para que pasemos una velada estupenda. Habrá bar y sorteos. El concierto tendrá lugar el viernes 22 de marzo, a las 20 h, en el Centro Municipal La Esfera. Entradas: 5 euros. Reserva de entradas: en el *whatsapp* 627 085 842. *Fila 0*: ES03 2038 2282 5430 0241 6988.

**ALCODANZA.** Ofrece el sábado 2 de marzo, a las 19 h, en el Auditorio Paco de Lucía, la gala benéfica *Mujeres en Escena*, con actuaciones de danza, un coro de góspel, música en directo y monólogos, todo realizado por mujeres. La gala tendrá como hilo conductor la puesta en valor la figura de la mujer del siglo

XXI, así como la lucha contra la violencia de género, y forma parte del programa del *Día Internacional de la Mujer*. Toda la recaudación será para la Fundación Aspasía y Apama. Entradas: 5 euros. Venta: desde una hora antes, en taquilla. Reserva de entradas: en los *whatsapp*s 609 228 879, 636 691 329, 629 708 670. *Fila 0*: ES69 2038 2843 2160 0002 8382.

**CLUB 65.** *Excursión al Bosque Encantado*, en San Martín de Valdeiglesias y La Adrada, el sábado 16 de marzo. Precio: socios, 20 euros; no socios, 28. Inscripción: en el Centro de Mayores de la calle Nuestra Señora del Pilar, 2, de martes a viernes, de 17 a 19:30 h.

**CINE INVISIBLE.** Ofrece hoy, viernes 22, a las 20 h, en el Auditorio Paco de Lucía y dentro de su *Ciclo de cine en versión original*, la película *The squid and the whale*.

**ASOCIACIÓN ANDALUZA.** Con motivo del *Día de Andalucía*, celebra mañana, sábado 23, a las 13 h, en la iglesia de San Pedro, una *misa cantada* por su Coro Rociero Virgen de la Paz.

**BROCAL.** Organiza el miércoles 27 de febrero, a las 19 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias, una *charla-coloquio sobre la vida de María Moliner*, bibliotecaria y autora del conocido *Diccionario de uso del español*. Impartida por la escritora y periodista Inmaculada de la Fuente.

**AFAEAA.** La Asociación de Familiares de Enfermos de Alzhéimer organiza hoy, viernes 22, una *gala benéfica de humor* en el Centro Municipal La Esfera, a las 19 h. Actuarán los cómicos Edu Luky, Emilio González y Javi J Palo. Entrada: 10 euros. Venta: desde una hora antes, en taquilla.

**PAPELY PLUMA.** El 28 de febrero finaliza el plazo de presentación en su *II Certamen de Microrrelatos*. Se presentan a través de correo electrónico *concurso.apapelypluma@gmail.com*. El premio para el ganador consistirá en la publicación del *microrrelato* en la próxima antología que edite la asociación y una tarjeta regalo de 100 euros.

**TÚNGUELE.** Representa hoy, viernes 22, a las 20 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias, la comedia *El Inspector*, de Nikolái Gógol. Entrada: 5 euros. Venta: desde una hora antes, en taquilla.

**TEATROCADO.** Representa mañana, sábado 23, a las 19 h, en la Casa de las Asociaciones, la obra *Cuánto Cuesta el Hierro*, de Bertolt Brecht. Entrada gratuita.



### Teatro infantil: 'Clásicos clown'

La Asociación Tercer Acto nos presenta este domingo 24, a las 12 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias, *Clásicos clown*, obra infantil para toda la familia. Tres peculiares empleados de mantenimiento aparecen en un plató de cine para trabajar en su reforma, pero... ¿qué pasará? Las entradas cuestan 3,50 euros y se podrán adquirir desde una hora antes en taquilla.

**CASA DE ANDALUCÍA.** Celebra mañana, sábado 23, a las 19 h, en el Centro Municipal La Esfera, una *gala flamenca* con el Coro Romero La Morenita, el Grupo de Baile Alma Andaluza y, como artista invitada, María de la Colina. Entradas: 4 euros. Venta: desde una hora antes, en taquilla.

**CASA DE EXTREMADURA.** Organiza una *salida a Alcántara (Cáceres)*, visitando el puente romano, el Museo Vostell de Malpartida y paseo fluvial en el barco del Tajo, los días 8 y 9 de junio. Inscripciones: en el teléfono 91 662 90 69 o en su sede (La Esfera). Precio: socios, 115 euros; no socios, 130.

**DANZA ASOCIACIÓN POPULAR.** Organiza este domingo 24, a las 12 h, en el Centro Municipal La Esfera, un *festival de danza española, contemporánea y fusión*. Entrada: 4 euros. Venta: anticipada,

en el teléfono 692 132 512, y desde una hora antes, en taquilla.

**A CONTRALUZ.** Expone hasta el 28 de febrero en el Centro de Mayores de Urbanizaciones (c/ Salvia, 135) los trabajos finalistas del *VIII Concurso de Fotografía Ciudad de Alcobendas*, junto al primer y segundo premios.

**COFRADÍA DE SEMANA SANTA.** Se está organizando para ponerla en *funcionamiento de nuevo*. Interesados en formar parte de esta nueva cofradía, llamar a los teléfonos 645 035 822 (Antonio), 607 591 846 (Manolo) y 659 481 783 (M<sup>a</sup> Paz).

**ARTE 4.** Busca profesor de *tai-chi* para dar clases los viernes por la mañana en la Casa de las Asociaciones. Más información: en los teléfonos 654 555 164 (Ana) y 617 722 328 (Estrella).



**CULTURA** | 21 comparsas desfilarán el sábado 2 de marzo

## La magia del carnaval, del 27 de febrero al 6 de marzo

Llega el carnaval y Alcobendas ya tiene todo preparado para disfrutar de esta fiesta popular con bailes, comparsas y disfraces, hasta el *Entierro de la sardina*.

### Dos bailes en La Esfera

El próximo miércoles, 27 de febrero, a partir de las 17 h, arranca el carnaval con un *Baile de Mayores* en el Centro Municipal La Esfera, amenizado por la Asociación de Teatro La Alegría. Se sorteará un viaje para las dos personas mejor disfrazadas. Y el viernes 1 de marzo, desde las 22 h, llega el *Gran Baile de Máscaras*, también en el mismo centro municipal.

Una velada muy especial, en la que es imprescindible ir disfrazado o de etiqueta y que amenizará la Orquesta Ibiza con los éxitos del pop y el rock. En esta fiesta tampoco faltarán los premios para los mejores disfraces individuales de grupo. El baile finalizará sobre las 3 de la madrugada y contará con ropero y cafetería. Las entradas cuestan 3,50 euros.

### Talleres y 'Gran Desfile'

La diversión continúa sin parar el sábado 2 de marzo. La Asociación Bloco do Baliza abre sus aulas a los vecinos mayores de 12 años con un

taller de samba y batucada para 'darlo todo' durante el desfile de la tarde. Es a las 12 h, en su sede (c/ San José Artesano, 7), en el Polígono Industrial. Para participar, es necesario inscribirse en [samb@bocodobaliza.com](mailto:samb@bocodobaliza.com).

A las 17:30 h, arranca el *Gran Desfile de Carnaval*, desde la Plaza Mayor al Parque de la Comunidad de Madrid. Los más pequeños podrán maquillarse gratuitamente para completar sus disfraces, desde las 16 h, en los soportales del Ayuntamiento. 21 comparsas de AMPA, asociaciones, casas regionales y clubes participarán en este desfile, que finalizará con la entrega de premios tanto en la categoría infantil como en la de adultos y con la actuación de las murgas y chirigotas premiadas.

### 'Entierro de la sardina'

Vecinos y asociaciones participarán en la comitiva fúnebre que enterrará la sardina el miércoles 6 de marzo. Partirá a las 19 h desde la Plaza de la Artesanía y finalizará en el Centro Municipal La Esfera con la quema y una degustación popular de sardinas.

### 'Aventurarte'

**Sábado 23 de febrero. Apunten, disparen, ¡juego!** Pondremos a prueba nuestra puntería y equilibrio. La precisión y la concentración pueden hacer que consigas más puntos. Este sábado, disfrutaremos por equipos de diferentes juegos en los que tendremos que demostrar nuestras habilidades.

Si tienes entre 10 y 14 años, te esperamos en *Aventurarte*, un proyecto municipal gratuito que se realiza los sábados, de 18 a 20 h, en el Centro de Arte Alcobendas. Cada fin de semana se realiza una actividad diferente, programada basándose en las propuestas hechas por los jóvenes en los espacios abiertos a la participación.





**Tantas vidas como viajes,**  
con la nueva Tarjeta Sin Contacto  
reutilizable **+Renfe&tú.**  
Recárgala con tus billetes de Cercanías.  
Consíguela por solo 50 céntimos.

**renfe**  
Cercanías 



**CULTURA** | En la exposición 'Escribir con luz...', compuesta por fotografías, fotomontajes y publicaciones de vanguardia de la Colección del Instituto Valenciano de Arte Moderno (IVAM)

## Más de 250 obras muestran las principales corrientes fotográficas de entreguerras

De nuevo, una extraordinaria exposición nos espera en el Centro de Arte Alcobendas. Más de 250 obras procedentes de los fondos fotográficos del Instituto Valenciano de Arte Moderno (IVAM) componen la muestra *Escribir con luz. Fotografía de entreguerras en la Colección del IVAM*. Fotografías, fotomontajes y publicaciones de vanguardia nos permiten hacer un recorrido por las principales corrientes e innovaciones del periodo de entreguerras, uno de los más brillantes de la historia de la fotografía. Esta exposición está incluida en el programa VIP de la



feria de arte ARCO y en el programa del 30º aniversario del IVAM.

*Escribir con luz. Fotografía de entreguerras en la Colección del IVAM* se inauguró el miércoles 20 de febrero

con la presencia del alcalde de Alcobendas, Ignacio García de Vinuesa, y el director del IVAM, José Miguel G. Cortés. Permanecerá en el Centro de Arte Alcobendas hasta el 4 de mayo.

### Uso y explotación de casetas en el recinto ferial en las 'Fiestas de San Isidro 2019'

Del 10 al 15 de mayo, se van a instalar en el recinto ferial del Parque de Andalucía 43 casetas para su uso y explotación por distintas entidades ciudadanas. De ellas, 17 serán sorteadas el jueves 14 de marzo, a las 18 h, en la Casa de las Asociaciones.

**Solicitudes:** se pueden presentar en los cuatro registros generales del Ayuntamiento **hasta el martes 5 de marzo**, inclusive, incluyendo la documentación requerida en la convocatoria.

Las bases se pueden consultar en el tablón de anuncios del Ayuntamiento; en los centros cívicos Distrito Centro, de la calle Málaga, 50 y Anabel Segura; en la Casa de las Asociaciones; en el Centro Municipal La

Esfera; en Espacio Miguel Delibes, y en la web municipal.

### Curso 'Haz crecer tu negocio con tu plan de comunicación'

**Programa:** *Claves para comunicar de manera más eficiente. Aspectos estratégicos de tu Plan de comunicación. Elementos operativos de tu Plan de comunicación. Puesta en práctica de los conceptos aprendidos.*

**Fecha:** del lunes 4 al jueves 7 de marzo, de 17 a 20 h, en el Centro de Empresas Municipal.

**Inscripción:** en el departamento de Comercio, Fomento del Empleo y Nuevas Oportunidades, correo [desarrolloeconomico@aytoalcobendas.org](mailto:desarrolloeconomico@aytoalcobendas.org), y en la web municipal ([alcobendas.org](http://alcobendas.org)), dentro del apartado *Empresas, Empleo y Comercio*, en *Formación empresarial*.



**CULTURA** | Todas, incluidas en la Colección Pública de Fotografía Alcobendas

## Espacio Miguel Delibes muestra obras de las más destacadas fotógrafas españolas



En torno a la celebración del *Día Internacional de la Mujer*, Espacio Miguel Delibes muestra una selección de 20 obras de la Colección Pública de Fotografía Alcobendas de las 11 autoras más representativas del panorama fotográfico español. En *Mujeres fotógrafas en la*

*Colección de Alcobendas*, el paisaje, el retrato, el bodegón, el reportaje y la abstracción se mezclan con técnicas y formatos recorriendo más de medio siglo de creación fotográfica.

La muestra presenta a 11 grandes mujeres fotógrafas y 11 maneras de ver el mundo y la fotografía: las tradiciones de Cristina García Rodero, el mundo ilustrado de Ouka Leele, las plantas *velazqueñas* de Pilar Pequeño, el azul de los paisajes de Alicia Estefanía, los mundos soñados de Pilar García Merino, la sinuosidad de los cuerpos danzantes de Isabel Muñoz, el Congreso y la Transición de Marisa Flórez, las habitaciones inhabitadas de Rosa Muñoz, el recuerdo de la escuela de Ana Teresa Ortega, el barrio de la Chanca (Almería) de Marina del Mar o los astronautas africanos de Cristina de Middel.

*Mujeres fotógrafas en la Colección de Alcobendas* se expone del 25 de febrero al 8 de marzo en Espacio Miguel Delibes.

### **BREVES. 'MIÉRCOLES EN**

**ABIERTO**'. Dentro del ciclo de tres conferencias sobre la evolución de la música, Abelardo Rubio ofrecerá la charla *Música e Historia. Prehistoria, Antigüedad y Alta Edad Media*, donde nos hablará sobre los instrumentos y sonidos de la Prehistoria; la música en la Antigüedad mediterránea (Mesopotamia, Egipto, Grecia y Roma), en la Antigüedad Tardía y en la Alta Edad Media; la evolución de la música sacra litúrgica: los ritos bizantino y romano y la música de las

tres culturas peninsulares. La conferencia tendrá lugar el miércoles 27 de febrero, a las 18 h, en la Universidad Popular Miguel Delibes. Entrada libre.



**'TERRA IGNOTA'**. El escritor Jorge Martín Nomen presenta su novela *Terra Ignota*, obra que rememora de forma fidedigna, didáctica y amena la Reconquista y la toma de Granada, la gesta de Cristóbal Colón y la incontestable importancia geoestratégica y económica que tuvo el descubrimiento del Nuevo Mundo para la Vieja Europa. La presentación de este libro y el *encuentro* con su autor tendrá lugar el viernes 1 de marzo, a las 19:30 h, en la Mediateca Centro de Arte Alcobendas.

**TEATRO** | El jueves 28 de febrero, a las 20 horas

## Arranca la nueva temporada de 'Puro Teatro' con 'Iphigenia en Vallecas'



Arranca la nueva temporada de *Puro Teatro* con *Iphigenia en Vallecas*. Será el próximo jueves, 28 de febrero, a las 20 h, y con las entradas (10 euros, en taquillas y en ticketea.com) prácticamente agotadas.

Y es que desde que el Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas comenzó hace ya varias temporadas con este ciclo de teatro de cerca-

nía, el lleno es prácticamente absoluto en todas las citas. Son espectáculos de pequeño formato donde los espectadores comparten espacio físico -el escenario- con los artistas y un encuentro con ellos al final de la obra.

En cuanto a *Iphigenia en Vallecas*, es un texto del británico Gary Owen que ha sido traído a nuestro país por la actriz María Hervás, que utiliza el mito griego para hablar de los sacrificados por la crisis.

Los siguientes títulos son *Vida* -un cuento para todas las edades escrito e interpretado por Javier Aranda, quien consigue hacer poesía y magia con sus manos en forma de títeres y teatro de objetos- e *Intensamente Azules*, una comedia surrealista escrita por Juan Mayorga e interpretada por Cesar Sarachu. Dos joyas para disfrutar del teatro desde un punto de vista muy cercano.

**MEDIATECAS** | Los sábados del mes de marzo

## Nuevo 'taller de escritura creativa'

Se pone en marcha un nuevo *taller de escritura creativa* para mayores de 18 años, destinado a personas que deseen ampliar su experiencia en el campo narrativo. El taller intensivo de lectura y escritura pretende liberar la imaginación, superar los miedos a la creación, conocer las técnicas y, en definitiva, adentrarse en el viejo oficio de escribir. Será impartido por el escritor Jorge Eduardo Benavides, autor de numerosas y premiadas novelas, como el último *Premio de Novela Fernando Quiñones* por su obra *El asesinato de Laura Olivo* y de la recién publicada *El collar de los balbases*.

El taller es gratuito y se realizará en el Centro Cultural Pablo Iglesias los sábados del 2 al 30 de marzo, de 10:30 a 13:30 h. Los interesados en participar deberán preinscribirse a partir del lunes 25 de febrero en el correo electrónico [mediatecas@aytoalcobendas.org](mailto:mediatecas@aytoalcobendas.org), enviando nombre y apellidos, edad, teléfono de contacto y dirección electrónica. La organización se pondrá en contacto solamente con las personas que hayan obtenido plaza.

### Curso 'Calidad de vida y salud'

#### ÚLTIMAS PLAZAS

**Fechas:** jueves 28 de febrero y 7 marzo, de 10 a 12 h, en el Centro de Arte Alcobendas.

Será impartido por profesionales del Servicio de Salud Municipal, que explicarán cómo los hábitos y el estilo de vida influyen en la salud y en la prevención de enfermedades, ofreciendo pautas sobre esos hábitos.

**Inscripción:** gratuita, llamando al teléfono 91 663 70 01 (extensión 4016), de 9 a 14 h.



## Edicto de exposición al público de los padrones contributivos

En el BOCM nº 42, de fecha 19/02/2019, fueron publicados el *Anuncio de Cobranza* y el *Edicto* de los siguientes padrones:

- **Impuesto sobre Bienes Inmuebles de Naturaleza Urbana, ejercicio 2019.**
- **Impuesto sobre Bienes Inmuebles de Naturaleza Rústica, ejercicio 2019.**
- **Tasa por Entrada de Vehículos, ejercicio 2019.**
- **Tasa por Aparcamiento con tarjeta de residentes domiciliada, ejercicio 2019.**

Conforme a lo dispuesto en el artículo 22 de la vigente Ordenanza Fiscal General de Gestión, Recaudación e Inspección, quedan expuestos al público durante el plazo de 15 días, contados a partir del día siguiente a la publicación en el BOCM, para su examen y reclamaciones por parte de los interesados.

Durante el plazo indicado de exposición al público (del 20/02/2019 al 12/03/2019), y según la Ley Orgánica 3/2018 de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales, el Servicio de Atención Ciudadana proporcionará a los contribuyentes que lo soliciten la información de los referidos padrones que directamente les afecten.

Los padrones podrán consultarse en las oficinas del Servicio de Atención Ciudadana. Contra las deudas consignadas en los padrones contributivos de referencia, se podrá interponer recurso de reposición, previo al contencioso administrativo, ante el concejal del Área de Economía y Nuevas Oportunidades en el plazo de un mes, a contar desde el día siguiente al de la finalización del periodo de exposición pública de los presentes padrones.

## Universidad Popular Miguel Delibes

### ACTIVIDADES DEL 3º TRIMESTRE 2018/19

- **Desarrollo de Aplicaciones Android.** Del 2 de abril al 20 de junio, martes y jueves, de 17 a 19 h. Precio: 74,50 euros. Requiere conocimientos de Windows y Java.
- **Introducción al lenguaje de programación Java.** Del 1 de abril al 19 de junio, lunes y miércoles, de 10 a 12, y del 2 de abril al 20

de junio, martes y jueves, de 19:15 a 21:15 h. Precio: 74,50 euros. Requiere conocimientos de Windows.

- **Excel Avanzado.** Del 2 de abril al 20 de junio, martes y jueves, de 10 a 12 h. Precio: 74,50 euros. Requiere conocimientos de Windows y Excel básico.
- **Crea una página web con Wordpress.** Del 2 de abril al 20 de junio, martes y jueves, de 12:15 a 14:15 h. Precio: 74,50 euros. Requiere conocimientos de Windows.
- **Aprende a programar con Python.** Del 1 de abril al 19 de junio, lunes y miércoles, de 17 a 19 h. Precio: 74,50 euros. Requiere conocimientos de Windows.
- **Photoshop Avanzado.** Del 3 de abril al 19 de junio, miércoles, de 11:30 a 13:30 h. Precio: 37,25 euros. Requiere conocimientos de Photoshop.

**Información e inscripciones:** a partir del 26 de febrero, para empadronados, y desde el 5 de marzo, para el resto, en la Universidad Popular Miguel Delibes y en el Servicio de Atención Ciudadana (SAC).

El día 28 de marzo se anularán los cursos que comiencen en abril y no tengan un 50% de inscritos.

### PLAZAS LIBRES

Quedan plazas libres en :

- **Curso práctico de pintura abstracta.** Del 19 de febrero al 20 de junio, los martes y jueves, de 20 a 21:30 h. Precio: 103 euros.
- **Curso Autocad 3D básico-medio.** Del 18 de febrero al 19 de junio, los lunes y miércoles, de 9:30 a 11 h. Precio: 75,96 euros. Del 19 de febrero al 20 de junio, los martes y jueves, de 17:30 a 18:30 h. Precio: 50,64 euros.

**Información e inscripción:** en la Universidad Popular Miguel Delibes y en el SAC.

## Puertas abiertas en el colegio Padre Manyanet

- **2ª jornada para Educación Infantil 3 años:** miércoles 27 de febrero, de 15 a 16:30 h.
- **ESO y Bachillerato:** jueves 14 de marzo, de 12 a 13:30 h.

Se ofrecerá información del centro y de su proyecto pedagógico.

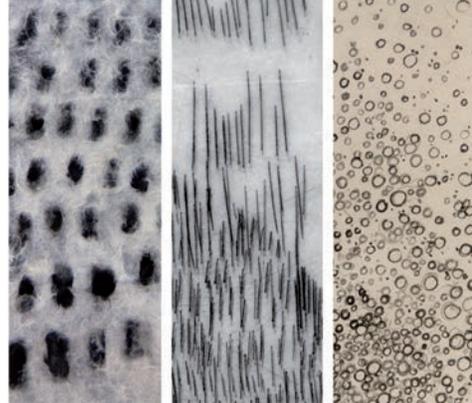
**Inscripciones:** en alcobendas. manyanet.org.



## Taller Mediodía expone en el Centro Cultural Anabel Segura

Taller Mediodía está compuesto por María Bravo, Virginia Pedrero y Elena Queralt. La muestra *Fuerte y frágil. Es papel* nace del proyecto artístico *El Síndrome* que iniciaron estas tres artistas hace dos años, un espacio donde compartir actitudes creativas y también posicionamientos artísticos. El público podrá ver desde el 27 de febrero al 30 de marzo obras únicas, grabados y dibujos. Elena

y María se sirven de la gran resistencia del papel japonés y buscan resaltar su gran fragilidad para evidenciar una contradicción vital, mientras que Virginia construye con grafito un relato en el que la línea se desvanece y se funde con el soporte. La muestra podrá visitarse de lunes a viernes, de 10 a 21 h, y los sábados, de 16:30 a 20.



### **BREVES. CONCIERTO DE LA ESCUELA DE MÚSICA Y DANZA.**

El viernes 1 de marzo, a las 20 h, las agrupaciones *Mi Primera Banda*, integrada por alumnado de ocho a 11 años, y la Orquesta de Flautas ofrecerán un concierto en el Auditorio Paco de Lucía con piezas y obras adaptadas para este tipo de formaciones. Las invitaciones se repartirán des-

de las 19 h en el Centro de Arte Alcobendas.

### **LA POESÍA DE ESTRELLA CUADRADO.**

El martes 26 de febrero, a las 20 h, la Casa de Andalucía ofrece en el Centro Municipal La Esfera la segunda de las *lecturas poéticas* de este año, con Estrella Cuadrado Morgado. Nacida en Écija, Sevilla, reside actualmente en Madrid. Ha publicado en

solitario el poemario *Toda la luna de mi boca*, *La orilla de otro cielo* y *Palabras escupidas*. Cuadrado ha sido incluida en revistas literarias, incluso en la bilingüe ILA, de Marruecos, y en varias antologías poéticas. Su poesía se ha traducido al inglés, árabe, italiano y rumano y ha participado en numerosos recitales colectivos e individuales en varias ciudades de España.

## **Cursos para asociaciones**

### **PLAZAS LIBRES**

• **TIC'S PARA EL TRABAJO COLABORATIVO.** Aplicaciones como Dropbox, Google Calender, Drive, Doodle a través de Whatsapp, Evernote, etc. nos permitirán realizar con sencillez nuestras tareas. **Fechas:** viernes 15 y 22 de marzo, de 18 a 21 h, en Conect@ (Casa de las Asociaciones).

• **PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN NUESTRAS ACTIVIDADES.** Las asociaciones tienen el reto de favorecer que las personas con discapacidad puedan incorporarse a las actividades que organizan. El curso será impartido por Cruz Roja. **Fechas:** martes 26 y jueves 28 de marzo, de

18 a 21 h, en la Casa de las Asociaciones.

• **HAZ TU ASOCIACIÓN MÁS PARTICIPATIVA.** Veremos las claves para garantizar que nuestra organización favorezca la participación activa de sus miembros en las tareas y responsabilidades. **Fechas:** lunes 8 y martes 9 de abril, de 18 a 21 h, en la Casa de las Asociaciones.

**Inscripciones:** en la Casa de las Asociaciones (c/ Cáceres, 18; teléfono 91 653 73 78; correo electrónico [c.asociaciones@aytoalcobendas.org](mailto:c.asociaciones@aytoalcobendas.org)).

**Cursos gratuitos.** Tienen prioridad las asociaciones de Alcobendas, aunque están abiertos a otras personas interesadas.





**IMAGINA** | Inscripciones: desde hoy, viernes 22 de febrero

## Primera liga de 'escape room', en Imagina

Una habitación de escape o *escape room* es un juego que consiste en encerrar a un grupo de jugadores en una habitación, en la que deberán solucionar enigmas y rompecabezas de todo tipo y conseguir escapar de ella antes de que finalice el tiempo disponible.

Imagina nos propone una liga de *escape room* que se llevará a cabo los sábados 2, 9, 16, 23 y 30 de marzo (clasificación) y 6 de abril (final), de 19 a 22 h. En la primera fase, la de clasificación, se seleccionarán a los seis mejores equipos de la liga, quienes disputarán

la final en un *escape room* en Madrid. Los equipos ganadores disfrutarán de invitaciones para el cine y de cenas en restaurantes de Alcobendas.

La actividad es gratuita y en la fase final se incluye el transporte. La actividad va dirigida a equipos en los que la media de edad de todos los jugadores esté comprendida entre los 16 y los 30 años. Al menos, el capitán del equipo deberá estar empadronado en Alcobendas. Cada equipo se compondrá de cuatro o cinco personas.

Las inscripciones por equipos se realizan a través de la web de Imagina ([imaginalcobendas.org](http://imaginalcobendas.org)) desde hoy, viernes 22 de febrero, y hasta agotar plazas.

**BREVES. CONCURSO DE EXPRESIÓN VÍA 'WHATSAPP'.** Con motivo del *Día Internacional de la Mujer*, Imagina pone en marcha este concurso, dirigido a jóvenes de 14 a 35 años empadronados en Alcobendas. Consiste en enviar un mensaje de *whatsapp* al móvil 674 609 503 poniendo *Asunto 8M*. El mensaje debe contener frases, diálogos, *microrrelatos*, mensajes, lemas, imagen, vídeo (máximo, un minuto) o cualquier forma de expresión artística sobre el 8 de marzo, concentrada en 140 caracteres como máximo. Se valorará la originalidad, la redacción y el impacto del mensaje y se podrá enviar, como máximo, un mensaje por participante, que deberá ser de creación propia y no haber sido premiado en otros concursos. La recepción de mensajes será del 25 de febrero al 4 de marzo. El premio para el ganador es una cena para dos personas.

**'PULSERAS VIOLETAS'.** Es una iniciativa del Consejo de la Juventud (CJA) para luchar contra la violencia machista en todos los ámbitos –físico o verbal– y crear espacios seguros y de confianza para cualquier chica. La *pulsera violeta* es gratuita y la puedes conseguir en Imagina los lunes, de 9 a 14 h, y los martes, de 17 a 20; y en la sede del CJA (Casa de las Asociaciones) los martes, de 9 a 14; los miércoles, de 9 a 21; y los jueves, de 17 a 18 h.

**TALLER DE 'CUENTACUENTOS'.** Dirigido a profesionales (voluntarios, educadores, profesores, monitores...), muestra herramientas para organizar *cuentacuentos*. Será el jueves 28 de febrero, de 18 a 21 h, en la Casa de las Asociaciones. Información e inscripciones: en [elconsejo.org/evento/cuentacuentos](http://elconsejo.org/evento/cuentacuentos). La actividad la ofrece el área de educación no formal del Consejo de la Juventud.

**IMAGINA** | Las inscripciones son gratuitas y se realizan desde hoy, 22 de febrero, al 11 de marzo

## La Escuela de Animación imparte un taller sobre emociones y situaciones conflictivas

La Escuela de Animación de Imagina impartirá un taller gratuito sobre emociones y cómo reaccionar y resolver situaciones conflictivas cuando se trabaja con grupos de niños, adolescentes y jóvenes.

Este taller se realizará el jueves 14 de marzo y aportará las herramientas necesarias para gestionar de manera adecuada las emociones y las reacciones cuando se trabaja de manera eficaz con un grupo de trabajo.

Los objetivos de este taller son aprender a identificar

mediante la observación emocional a individuos con riesgo asociado en un grupo de población infantojuvenil, identificar situaciones complicadas para el individuo o para el grupo, establecer las bases para manejar situaciones en las que la intensidad emocional es elevada, proporcionar herramientas para favorecer la autogestión emocional en situaciones complicadas, aprender técnicas de desactivación fisiológica, identificar pensamientos desadaptativos,

generar pensamientos alternativos realistas y útiles ante situaciones de desbordamiento emocional y establecer las bases para aplicar técnicas de inducción de estados emocionales agradables.

El taller está programado para jóvenes de 17 a 35 años, con prioridad para los empadronados en Alcobendas. Los interesados pueden rellenar el formulario que hay en la web [imaginalcobendas.org](http://imaginalcobendas.org), desde hoy viernes, 22 de febrero, hasta el 11 de marzo.

## Imagina te enseña gratis a bailar bachata y 'lindy hop'

Imagina impartirá un taller gratuito para que los jóvenes de 16 a 30 años puedan aprender los bailes más populares y de moda. Los participantes aprenderán los pasos básicos de los principales estilos en este programa, bautizado como *Noches de Baile* y que se impartirá los sábados, de 20 a 22 h, en Imagina. No es necesario apuntarse en pareja.

*Noches de Baile* arrancará el sábado 2 de marzo con bachata, un baile elegido para abrir estos talleres debido a su gran popularidad actual.

El segundo estilo será el *lindy hop*, que deriva del *swing*, para el sábado 9 de marzo. Se trata de un baile muy divertido, popularizado en Nueva York por bailarines afroamericanos en la sala Savoy Ballroom. Las inscripciones se realizan en la web de Imagina ([imaginalcobendas.org](http://imaginalcobendas.org)) desde hoy, viernes 22, y hasta agotar las plazas disponibles.



## 60 equipos participaron en la 'I Carrera de las Empresas Ciudad de Alcobendas'

Más de 300 participantes y decenas de equipos convirtieron en un éxito la *I Carrera de las Empresas Ciudad de Alcobendas*, organizada el pasado domingo por Fundal. El evento se celebró en la zona empresarial de Valdelacasa y en el aledaño monte de Valdelatas, con la dirección técnica del Ecosport Triatlón y el apoyo del Ayuntamiento.

Ria Money Transfer, que fue, además, junto a Wible, el principal patrocinador de la carrera, se hizo con la medalla honorífica de *Empresa con Mayor Número de Parti-*



*cipantes*. El Club Corredores apoyó la cita con numerosos equipos, ganando en las categorías masculina, femenina y mixta. Campofrío destacó al lograr dos

terceros puestos (masculina y femenina) y Los Abemas de Lilly también subió al cajón como tercero en mixta. El Ecosport Triatlón ganó en la categoría inclusiva.

NUEVO  
**VITARA**  
TIME TO PLAY



Way of Life!



Reserva una prueba en [www.suzuki.es](http://www.suzuki.es)



Suzuki recomienda



Suzuki, Campeón de España de  
Marcas de Rallyes de Asfalto

[www.suzuki.es](http://www.suzuki.es)

Consumo mixto WLTP (l/100 km): de 6,1 a 7,8. Emisiones CO<sub>2</sub> WLTP (g/km): de 139 a 176 (de 121 a 143 NEDC).

**SUZUKI ASIMCO** | Ctra. Fuencarral 66 - C/ de los Manzanos, 1.



El sábado, para menores de cuatro años, en Las Terrazas

## ‘Alcobendas Rugby Baby’

Este sábado, 23 de febrero, regresa *Alcobendas Rugby Baby*, una iniciativa de la Escuela KREAB del Alcobendas Rugby dirigida a menores de cuatro años.

Es un evento abierto y gratuito para los que quieran iniciarse en el rugby a través de juegos y sencillos ejercicios de desarrollo psicomotriz.

El requisito imprescindible es el compromiso de las familias de los jugadores, socios, aficionados, entrenadores que quieran compartir con sus hijos su primera toma de contacto con el balón oval. Los padres y madres podrán compartir el campo y los juegos con los más pequeños.

La actividad dará comienzo a las 12 h y tiene una duración estimada de 40 minutos. Los niños deben estar acompañados de un adulto en todo momento.

La actividad es abierta y gratuita, pero se ruega confirmación de asistencia a través del correo electrónico [coordinadorescuela@alcobendasrugby.com](mailto:coordinadorescuela@alcobendasrugby.com).

**BREVES. NATACIÓN.** Los másteres del Club Natación Alcobendas han obtenido un total de 39 medallas (31 individuales y ocho en relevos) en el *Campeonato de España de Invierno*, disputado en Pontevedra. Lograron 10 medallas de oro, 15 de plata y 14 de bronce.

El CNA finalizó en séptima posición en la general, entre un total de 120 clubes, siendo sexto en categoría masculina y noveno en femenina.



**ATLETISMO.** La Federación de Atletismo de Madrid celebra este viernes su tradicio-

nal gala anual. Un año más, han elegido la Ciudad Deportiva Valde las Fuentes para entregar los premios a los atletas más destacados del año. Entre los nominados están los alcobendenses Azucena Díaz y Nacho Sáez, así como el propio Ayuntamiento de Alcobendas.

**PRESENTACIÓN DE LIBRO.** El periodista Luis Arribas, vecino de Alcobendas, atleta, bloguero y escritor, presenta este sábado, día 23, su último libro: *Consejo de runner viejo. La guía para correr sin parecer imbécil*. El acto tendrá lugar en la Ciudad Deportiva Valde las Fuentes a las 18 h.



**BREVES. BALONCESTO.** Sergio Gómez de la Rosa, Jorge Vaquero Pascual y Rodrigo Ferreirós Hernández, jugadores alevines del Club Baloncesto Alcobendas, participarán en el *Campeonato de España de Selecciones Autonómicas de Minibasket* formando parte del equipo de la Federación de Baloncesto de Madrid.



**HOCKEY SOBRE PATINES.** El Club Patín Alcobendas llega al parón en la OK Liga tras conseguir una importante victoria en la pista del CP Vïc, donde se impuso por 2-5, logrando tres puntos que dejan al equipo de Marcos Rey en la zona media de la tabla. Tras disputarse la jornada 20, dos tercios de liga, son novenos y se alejan de los puestos de descenso, que ahora están a seis puntos. Tras el parón por la Copa del Rey, la competición volverá al Polideportivo Municipal el 2 de marzo con la vi-

sita del Noia, un clásico del hockey sobre patines español, que ocupa en estos momentos la cuarta posición de la OK Liga.

**NATACIÓN.** El alcobendense Sergio Martín, nadador del CD El Valle, ha logrado la medalla de plata en el *Campeonato de España por Autonomías*, formando parte de la selección infantil de Madrid, y la de oro en la competición masculina. Sergio ha competido en las pruebas de 100 y 200 braza y en el relevo 4x100 estilos. En marzo participará en el *Campeonato de España de Clubes*, que se disputará en Gijón (Asturias).



**RUGBY.** El Sanitas Alcobendas Rugby se enfrenta este domingo 24, a las 12:30 h, en Las Terrazas, al La Vila, en una nueva jornada de la División de Honor de rugby.

## Luis Carlos Torrescusa dimite como presidente del balonmano

Después de 26 años, 18 de ellos al frente del Club Balonmano Alcobendas, Luis Carlos Torrescusa ha presentado su dimisión y no se presentará a la reelección en la asamblea extraordinaria que celebrará la entidad el próximo lunes, 25 de febrero.

Torrescusa deja el cargo con un total de 40 campeonatos territoriales, más de 40 fases finales de campeonatos de España y 20 medallas conseguidas bajo su presidencia. Además, se han conseguido cuatro ascensos a la Liga Asobal y dos a la Liga Guerreras Iberdrola (uno de ellos, siendo él el entrenador del equipo).



# TRABAJO

## OFERTA

www.alcobendas.org  
**Bolsa de empleo**



**Maquinista de peletería** para fábrica/taller de piel con experiencia en máquina de coser peletera. Se valorarán conocimientos de mesista/preparador. Jornada completa de lunes a viernes. San Sebastián de los Reyes. 654 802 051.

**Dependientes/as de carnicería o charcutería**, con experiencia mínima reciente de 1 año. Alcobendas, San Sebastián de los Reyes o Madrid capital. Incorporación inmediata. 626 060 044.

**Oficial de peluquería** que sepa corte de caballeros y hacer recogidos. Media jornada. Alcobendas. 91 196 05 33.

**Operario de almacén**, con experiencia mínima de 1 año y habilidades manuales. Valorable nivel Bachillerato. Jornada completa. San Sebastián de los Reyes. info@bandasvm.com

**Asesores comerciales** para compañía de seguros de ámbito nacional. Formación a cargo de la empresa y posibilidades de promoción. Alcobendas. mi.chamorro@nortehispana.com

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 de alta.

## DEMANDA

**Estudiante** de Ingeniería e Informática da clases de matemáticas, tecnología, física y química, sociales, francés y música. 686 842 586.

**Sesiones** de mindfulness a domicilio para todas las edades. 662 264 482.

**Busco** trabajo por las tardes, 3 días semanales por la mañana. 632 391 260.

**Limpieza**, cuidado de niños y mayores, limpieza de portales, externa. 631 733 722.

**Externa**, limpieza, acompañamiento de personas mayores y cuidado de niños. 677 601 111.

**Limpieza** de casa, oficinas, empresas. 632 690 124.

**Trabajo** por horas, limpieza, plancha, martes, miércoles y viernes. 634 622 674.

**Licenciada** en Lengua, Lingüística, Literatura e Historia inglesa da clases de refuerzo, preparación de exámenes oficiales, todas las edades. 654 270 793.

**Profesor bilingüe** inglés y español da clases de inglés a todos los niveles, individuales o grupales, preparación de exámenes oficiales, prepara entrevistas. 618 207 059.

**Señora** busca trabajo de asistente. 666 602 789.

**Empleada** de hogar, externa o por horas. 617 749 987.

**Limpieza**, cuidado de niños, plancha, por horas, días sueltos. 676 320 632.

**Externa**, por horas, por las tardes en hogar o restaurantes. 600 868 195.

**Busco** trabajo a tiempo completo, por horas en limpieza, plancha, cuidado de niños y personas mayores. 632 769 673.

**Limpieza** casas, oficinas, portales, plancha, por

horas, lunes y jueves. 666 230 402.

**Limpio**, plancho y cocino, externa o por horas. 699 800 575.

**Auxiliar** de geriatría cuida personas mayores, limpieza de hogar a tiempo completo. 699 003 707.

**Limpieza**, cuidado de personas mayores o llevando niños al cole. 608 468 650.

**Cuidado** de niños, personas mayores, tareas del hogar, jornada parcial o completa. 620 673 965.

**Externa** o por horas. 631 868 026.

**Cuido** personas mayores, interna, externa o por horas y tareas del hogar, con carné de conducir. 688 365 320.

**Cuido** niños, plancha, limpieza de casas, oficinas, horario de mañana. 632 891 067.

**Ayudante** de cocina, cuidado de mayores, limpieza en general y plancha. 698 872 576.

**Limpieza**, mañanas y por horas. 618 360 400

## VIVIENDAS VENTAS

**Piso**, zona Paseo de la Chopera, 4 habitaciones, 2 baños, terraza, ascensor, plaza de garaje, urbanización privada con piscina, parque infantil, pista deportiva, gimnasio, bien comunicado. 450.000 €. 699 327 778.

**Adosado** en La Adrada (Ávila), 3 habitaciones, 2 baños y aseo, cocina, salón comedor, terraza, garaje y piscina. 696 705 747.

**Chalé**, 220 m, 4 habitaciones, 4 baños, garaje, trastero, jardín privado. 606 842 380.

**Piso**, 120 m, 4 habitaciones, baño y aseo, cocina con oficce, salón con terraza, zonas ajardina-

das, gimnasio y piscina, no garaje. 285.000 €, no agencias. 617 219 402.

**Casa** de pueblo. 27.000 €. También se vende estudio y casa baja en el centro. 652 123 278.

## ALQUILER

**Piso** reformado, zona centro, 60 m, 2 habitaciones, baño, cocina amueblada sin electrodomésticos. 700 €. 655 285 914.

**Apartamento** en Gandía (Valencia), urbanización privada, 2 habitaciones, terraza, piscina, ascensor, plaza de garaje, cerca de la playa. Semana Santa, meses de verano. 699 327 778.

**Busco** habitación para alquilar en Alcobendas o San Sebastián de los reyes. Máximo 200-220 €. 658 646 581.

**Habitación** para matrimonio, sala de estar, salón, nevera y lavadora. 626 111 559.

**Habitación** a persona sola, preferible mujer, no fumadora, precio a convenir. 648 222 634.

**Busco piso** 3 habitaciones. 603 651 550.

**Apartamento** en Cullera (Valencia), Semana Santa, Fallas y puentes, 5 plazas, primera línea. 91 652 34 75.

**Habitación** para una persona sola. 695 099 869.

## TERRENOS Y LOCALES

Vendo **plaza** de garaje en Plaza de la Artesanía. 8.000 €. Y alquiler en c/. Melilla. 687 809 043.

Vendo **plaza** de garaje en Plaza de Pablo Picasso. 12.000 €. 91 652 73 77.

Vendo **plaza** de garaje en Plaza de Rosa Chacel. 15.000 €. Llamar tardes. 620 634 209.

Vendo **parcela** de 555 m,

con servicios y bien ubicada. 627 951 583.

Vendo **plaza** de garaje en c/. Fuego. 8.575 €. **Local** en c/ Marqués de la Valdavia. Vendo o alquiler **bar** en Madrid. 652 123 278.

Vendo **plaza** de garaje grande en la calle Marqués de la Valdavia. 619 465 512.

Alquilo **plaza** de garaje para moto en c/ Tajo. 626 652 865.

Alquilo **plaza** de garaje en c/ San Isidro, con trastero. 70 €. 626 926 252.

Alquilo **plaza** de garaje en Avenida de Madrid. 606 842 380.

Alquilo o vendo **nave** de 500 m, cerca del metro. 619 332 819.

## VEHÍCULOS

Compro **Vespino** en buen estado. Vendo **Citroën Xsara** diésel. 1.475 €. 652 123 278.

## VARIOS

**Lavabo** de 2 senos. 638 219 429.

**Freidora** con capacidad de 3 litros, seminueva. 605 022 331.

**Necesito** ropa de niños de 4 y 5 años. 603 651 550.

**Somier** eléctrico con colchón de 1,35 cm de látex nuevo y artículos de mobiliario y decoración. 627 361 328.

**Arcón** congelador, lavaplatos 32 servicios, ordenador portátil, bicicleta nueva, televisión 50' y 20', electrodomésticos de piso y enseres de bar. 652 123 278.

**Pequeña** barra americana, color cerezo, con 2 taburetes, mesa de televisión negra con ruedas, plataforma giratoria y lámpara halógena negra y plata. 662 176 673.

## 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](mailto: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](http://www.alcobendas.org)

☎ 607 972 024 de lunes a viernes, de 8:30 a 14:30 h.

Obtenga su ticket en la APP Alcobendas o en [www.alcobendas.org](http://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.

**PURO TEATRO. Iphigenia en Vallecas.** Jueves 28 de febrero, a las 20 h. Precio: 10 €.

**MÚSICA. Carlos Núñez.** Sábado 2 de marzo, a las 20 h. Precio: 15 y 20 €.

### 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.

#### EXPOSICIONES:

- *Escribir con luz. Fotografía de entreguerras en la Colección del IVAM.*

- *Tapes, de Alejandro Botubol.*

### AUDITORIO PACO DE LUCÍA:

**ALCOBENDAS CLÁSICA. Perlas del Barroco.** Muzik Ensemble. Sábado 23, a las 19:30 h. Precio: 12 €. Ensayo didáctico, a las 12 h. Precio: 1 € (entradas para el ensayo, solo en taquilla).

### AYUNTAMIENTO DE ALCOBENDAS

Patio de Encuentros del Ayuntamiento, Plaza Mayor 1.

**EXPOSICIÓN: Retazos de mi España,** de Elena Vizcaíno.

### ESPACIO MIGUEL DELIBES

Avenida de la Magia, 4. Teléfono 91 229 49 40.

**EXPOSICIÓN: Mujeres fotógrafas en la Colección de Alcobendas.**

**VENTA DE ENTRADAS PARA ESPECTÁCULOS DE PAGO:** en la red de taquillas municipales, en [ticketea.com](http://ticketea.com) y en el 902 044 226.

## ALCOBENDAS EN LAS REDES

Ayuntamiento de Alcobendas    

Alcobendas Interactiva 

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 28 de febrero

### CINESA LA MORALEJA

Centro Comercial La Moraleja.  
Entradas: ServiCaixa 902 333 231 y [www.cinesa.es](http://www.cinesa.es)

**VAN GOGH DE LOS CAMPOS DE TRIGO, BAJO CIELOS NUBLADOS. DOCUMENTAL.**

### ALITA. ÁNGEL DE COMBATE

**CAPITANA MARVEL**

**CÓMO ENTRENAR**

**A TU DRAGÓN 3**

**GREEN BOOK**

**LA FAVORITA**

**LA LEGO. PELÍCULA 2**

**MARÍA REINA DE ESCOCIA**

**PERDIENDO EL ESTE**

**UNA CUESTIÓN DE GÉNERO**

**THE OLD MAN AND THE GUN**

**ANDREA CHÉNIER CON JOSÉ**

**CARRERAS. ÓPERA.**

**LA BELLA DURMIENTE.**

**BOLSHOI. BALLET.**

**NORMA. ÓPERA**

### KINÉPOLIS DIVERSIA

Parque de Ocio Diversia.

Entradas: [www.kinepolis.es](http://www.kinepolis.es).

Consultar la cartelera en los cines o en su web.

## FARMACIAS DE URGENCIA

HASTA EL 1 DE MARZO

- **Servicio 24 horas.**

Avenida de la Ermita, 2.

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

Paseo de la Chopera, 71.

**Vayas donde vayas**



**VIERNES 22****17 H. CASA DE LAS ASOCIACIONES**  
**MUEVE FICHA**

Actividad de juegos de mesa organizada por el CJA junto a la Asociación Clandestino.

**19 H. LA ESFERA**  
**GALA DE HUMOR SOLIDARIA**

Organizada por Afaeaa (Asociación de Familiares de Enfermos de Alzhéimer). Actuarán varios cómicos.

Entradas: 10 euros.  
Venta: desde una hora antes, en taquilla.

**20 H. AUDITORIO PACO DE LUCÍA**  
**CINE INVISIBLE**

*The squid and the whale*. Película en versión original. Organiza: Cine Invisible.

**20 H. CENTRO CULTURAL PABLO IGLESIAS**  
**TEATRO**

*El inspector*, de Gógol. Obra satírica que será interpretada por la Asociación Túnguele. Entradas: 5 euros. Venta: desde una hora antes, en taquilla.

**SÁBADO 23****12 H. ESPACIO MIGUEL DELIBES**  
**CUENTOS POPULARES DE AMÉRICA**

A cargo del contador Nelson Calderón. Para familias con niños de tres a siete años. Invitaciones: desde 15 minutos, antes en la Mediateca Miguel Delibes.

**19 H. LA ESFERA**  
**FESTIVAL FLAMENCO**  
Gala por el *Día de Andalucía*. Entradas: 4 euros. Venta: en taquilla. Organiza: Casa de Andalucía.

**19 H. CASA DE LAS ASOCIACIONES**  
**CUÁNTO CUESTA EL HIERRO**  
Sátira de Bertolt Brecht sobre la 2ª Guerra Mundial. Organiza: Teatrocado. Entrada gratuita.

**19:30 H. AUDITORIO PACO DE LUCÍA**  
**PERLAS DEL BARROCO**  
Concierto del Muzik Ensemble, dirigido por Rubén Darío Reina y con la *mezzosoprano* Gudrún Ólafsdóttir. A las 12 h, habrá *ensayo didáctico* (1 euro). Entradas: 12 euros. Venta: en taquilla (consultar descuentos).

**DOMINGO 24**  
**12 H. LA ESFERA DANZA**

Espectáculo de danza española, contemporánea y fusión con 150 bailarines de todas las edades. Entradas: 4 euros, en taquilla. Organiza: Danza Asociación Popular.

**12 H. CENTRO CULTURAL PABLO IGLESIAS**  
**CLÁSICOS DEL CLOWN**  
Teatro infantil ambientado en un plató de cine. Entradas: 3,50 euros. Venta: desde una hora antes, en taquilla. Organiza: Tercer Acto.

**18 H. LA ESFERA**  
**TARDES DE BAILE DE MAYORES**  
Entrada: 1,04 euros.

**MARTES 26**  
**20 H. LA ESFERA**  
**LECTURAS POÉTICAS**

Con la participación de la poetisa sevillana Estrella Cuadrado. Organiza: Casa de Andalucía.

**MIÉRCOLES 27****17 H. LA ESFERA**  
**BAILE DE CARNAVAL DE MAYORES**

Amenizado por la Rondalla. Habrá desfile y sorteo. Entradas: 1,04 euros.

**18 H. UNIVERSIDAD POPULAR MIGUEL DELIBES**  
**CONFERENCIA**  
*Música e Historia. Prehistoria, Antigüedad y Alta Edad Media*, por Abelardo Rubio.

**ALCOSTOCK**  
**28 DE FEBRERO Y 1 Y 2 DE MARZO**  
**POR TODA LA CIUDAD**  
Productos con hasta un 70% de descuento en un centenar de comercios.

**JUEVES 28**  
**20 H. TEATRO AUDITORIO**  
**IPHIGENIA EN VALLECAS**  
Dentro del ciclo *Puro Teatro*. Entradas: 10 euros.

**VIERNES 1**  
**19:30 H. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS**  
**ENCUENTRO Y PRESENTACIÓN**

**LITERARIA**  
*Terra Ignota*. Con la presencia del autor, Jorge Martín Nomen.

**20 H. AUDITORIO PACO DE LUCÍA**  
**CONCIERTO DE LA ESCUELA DE MÚSICA Y DANZA**

Con la participación de dos agrupaciones: *Mi primera banda y Orquesta de Flautas*. Invitaciones: desde una hora antes.

**22 H. LA ESFERA**  
**GRAN BAILE DE MÁSCARAS**  
Imprescindible disfraz o etiqueta, con premios a los mejores disfraces. Entradas: 3,50 euros.

**EXPOSICIONES**  
**DEL 25 DE FEBRERO AL 8 DE MARZO. ESPACIO MIGUEL DELIBES**  
**MUJERES FOTÓGRAFAS EN LA COLECCIÓN DE ALCOBENDAS**  
Selección de 20 obras de 11 mujeres, incluidas todas las *premios nacionales de Fotografía*.

**HASTA EL 4 DE MAYO. CENTRO DE ARTE ALCOBENDAS**  
**ESCRIBIR CON LUZ...**  
Selección de fotografías de entreguerras de la colección del IVAM.

**HASTA EL 8 DE MARZO. PATIO DE ENCUENTROS DEL AYUNTAMIENTO**  
**RETAZOS DE MI ESPAÑA**  
Pinturas de la artista de Alcobendas Elena Vizcaíno.

# HAZLO

- / POR EL PLANETA
- / PORQUE ASÍ NOS LO ENSEÑARON
- / POR LOS QUE VIENEN DETRÁS
- / PARA QUE NO TE MULTEN
- / POR RESPETO
- / POR CONCIENCIA
- / PORQUE ES DE TODOS

# POR LO QUE MÁS QUIERES

[www.alcobendas.org](http://www.alcobendas.org)



ALCOBENDAS  
Un modelo de ciudad



# ALCOBENDAS LIMPIA