

Sietedías

Revista municipal de Alcobendas

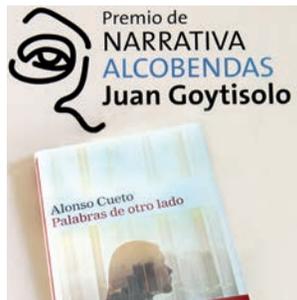
www.alcobendas.org |    



El Ayuntamiento reparte 270.000 mascarillas entre todos los vecinos de Alcobendas



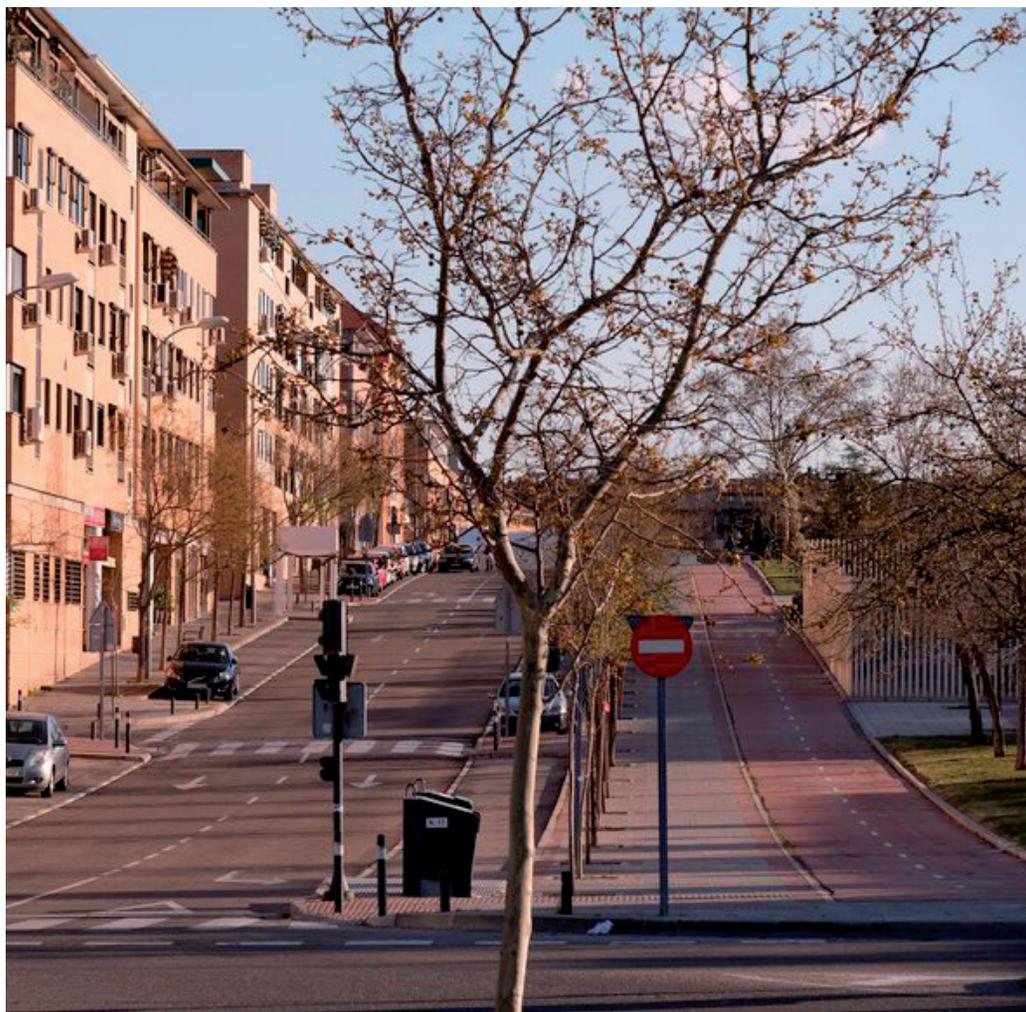
Cómo mantener una buena convivencia en el confinamiento



Convocada la tercera edición del premio 'Juan Goytiso'



Emotivo silencio como homenaje a las víctimas del Covid-19



Queremos que nuestras calles estén así, vacías.
Es absolutamente necesario para superar esta situación.

#QuedateEnCasa

Gracias, Alcobendas

COVID-19 | Se están buzzoneando en todos los domicilios

Alcobendas reparte 270.000 mascarillas



El Ayuntamiento va a repartir 270.000 mascarillas entre toda la ciudadanía de Alcobendas. Se están entregando embolsadas, cinco por domicilio, desde el jueves 23 de abril.

El sistema de distribución es mediante buzoneo, igual que se hace con la revista municipal SietedíaS. Se entregarán en 44.000 domicilios. El equipo de reparto irá acompañado por miembros de Policía Local y Pro-

tección Civil para facilitar la entrega de las mascarillas. Para la adquisición de este material de protección, el Ayuntamiento ha destinado una partida de 200.000 euros. El Gobierno municipal PSOE-Ciudadanos, consciente de la importancia de la autoprotección, ha manifestado que en cuanto ha podido hacerlo, ha destinado una partida presupuestaria para la adquisición de las mascarillas.

Además de estas 270.000 mascarillas, en Alcobendas se ha hecho entrega de otras 25.000 facilitadas por el Gobierno de la nación, que se distribuyeron entre las personas que iban a trabajar utilizando el transporte público, metro, tren y autobús, y en puntos próximos a establecimientos comerciales y mercados.

Alcobendas es una de las primeras grandes ciudades de Madrid en la que se lleva a cabo este reparto domiciliario. Para el Gobierno municipal, en épocas de especial sensibilización ciudadana, no conviene despertar expectativas que no se puedan cumplir. Por ello, hasta que no han llegado las mascarillas a Alcobendas no se ha anunciado su inminente entrega a la ciudadanía.

El Ayuntamiento recuerda a vecinos y vecinas que la mejor medida individual y colectiva para frenar la pandemia del coronavirus es cumplir las recomendaciones de las autoridades sanitarias, no salir de casa si no es realmente necesario y extremar las medidas higiénicas, porque esta batalla la vamos a ganar todos juntos, unidos. Por eso le agradecemos especialmente a la ciudadanía su compromiso, su actitud responsable y su civismo.



MANTENIMIENTO | Se trabaja en la reactivación de la ciudad

Los servicios municipales preparan Alcobendas para su vuelta a la normalidad

Los equipos de mantenimiento de la ciudad siguen en activo durante el Estado de Alarma.

En estos últimos días están realizando labores tanto en la calle como en los edificios públicos para tener todo dispuesto cuando se recupere la situación de normalidad.

Por ello, junto con los servicios de limpieza y desinfección que hacen varios recorridos diarios por las calles de Alcobendas, es posible ver estos días a los

jardineros de Seromal cuidando los espacios públicos.

También se está realizando el control y prevención de plagas de roedores en la red de alcantarillado municipal, por la empresa Naturalia, y la colocación de trampas para testaje de insectos y cucarachas en los colegios

Estos trabajos permitirán que Alcobendas luzca con fuerza una vez que pase todo y superemos la pandemia.



Para velar por el bienestar de los vecinos y vecinas de Alcobendas

Los servicios municipales de Salud y Consumo, en marcha también durante el confinamiento



Desde el comienzo de la crisis del Covid 19, los técnicos municipales del Servicio de Salud están llevando a cabo una importante labor: haciendo un exhaustivo seguimiento normativo de la enfermedad y los protocolos regionales y nacionales; actualizando permanentemente los contenidos del portal *Pediatríaonline*

de la web municipal (alcobendas.org); respondiendo a las dudas de las familias; elaborando -en el Laboratorio Municipal- soluciones hidroalcohólicas para la higiene preventiva de trabajadores municipales con tareas presenciales... También está resultando fundamental su aportación al espacio *Infocoronavirus*

de la web municipal, donde ofrecen información permanente y actualizada y consejos prácticos sobre la enfermedad.

Servicio de Consumo

Aunque el consumo presencial de las familias se ha reducido durante el confinamiento, desde el Ayuntamiento se sigue ofreciendo atención y apoyo a la ciudadanía vía telefónica o a través del correo electrónico. En este sentido, la Oficina Municipal de Información al Consumidor (OMIC) ha atendido y respondido en torno a 130 consultas y presentado 18 reclamaciones contra empresas o sectores de suministros. Asimismo, se han incorporado más de un centenar de nuevos contenidos a la web municipal sobre los derechos de los consumidores en el Estado de Alarma.

LOS MAYORES DE ALCOBENDAS CELEBRAN EL 'DÍA DEL LIBRO'.

El Ayuntamiento invita a los mayores a participar, para celebrar el *Día del Libro*, en diversas actividades propuestas desde los centros de mayores: *Lecturas en confinamiento* (mandando una foto con el libro o *ebook* que estén leyendo y, en una frase, de qué trata); *El libro de mi vida* (mandando una foto con el libro que les marcó en la vida); *Especial poesía* (mandando una foto con el poema que más les guste o un fragmento

si es muy largo); *Mi libro y yo* (deben hacerse una foto con su libro favorito, escribir una frase sobre él y mandarla); *Benito Pérez Galdós* (recomendando algún texto o anécdota del escritor); *Dame una cita* (eligiendo un pasaje de su libro favorito, escribirlo en grande, fotografiarlo y mandarlo); *Mi rincón de lectura* (fotografiar el rincón de la casa donde suelen leer). La imágenes se deben mandar al correo nmarta@aytoalcobendas.org.

Con todo el material se crearán *collages*.



Alcobendas rinde homenaje a las víctimas del coronavirus

En un acto institucional celebrado en la Plaza Mayor, frente al Ayuntamiento, la ciudad de Alcobendas rindió homenaje a los fallecidos por el coronavirus el pasado miércoles 22 de abril.

Representantes de los equipos y servicios que están en primera línea, caso de sanitarios, Policía Local, Protección Civil, Policía Nacional, UME, Guardia Civil, Bomberos y personal de seguridad privada, junto con una representación de los grupos políticos de la Corporación Municipal, empleados públicos y representantes de los servicios de mantenimiento y limpieza de la ciudad guardaron tres minutos de silencio en memoria de las víctimas de la pandemia del Covid-19.

El Ayuntamiento de Alcobendas expresó así un mensaje de apoyo a los familiares de los fallecidos, sumándose a su dolor, y realizó un reconocimiento a la ciudadanía por su actitud cívica y responsable en el día a día para frenar la pandemia.

CARRERA VIRTUAL CONTRA EL CÁNCER. La Asociación Española Contra el Cáncer de Madrid (aecc) ha puesto en marcha la *Carrera Madrid En Marcha Contra el Cáncer y el Covid*, un evento virtual cuya recaudación se destinará a la atención de pacientes oncológicos afectados del Covid-19. Hasta el 25 de abril, los inscritos, desde casa, pueden participar en

retos diarios. Los dorsales (a partir de cinco euros) se pueden adquirir en la web de la aecc (www.aecc.es/es/la-carrera-mas-larga): donde también está toda la información. La carrera culminará con un evento en directo que contará con entrenamientos, actuaciones musicales y muchas sorpresas y que podrá seguirse en el canal Youtube de la aecc.

Patrocinador oficial
IBERDROLA

MADRID
EN MARCHA
Contra el Cáncer y el COVID-19

VII Carrera Contra el Cáncer
19 - 23 ABRIL 2020 • MADRID

Llega la carrera solidaria más larga de la historia.
Consigue tu dorsal en nuestra web y corre en marcha desde casa para apoyar a los pacientes de cáncer.

NUESTRA CARRERA NUNCA PARA.

#LaCarreraMasLarga
aecc.es/es/la-carrera-mas-larga

Colaboradores
DAIKIN



Alcobendas dona libros y revistas a otros dos hoteles medicalizados para el Covid-19

Alcobendas continúa donando libros y revistas para que puedan ser aprovechados por pacientes y mayores alojados en algunos de los hoteles medicalizados de Madrid. Esta semana, las mediatecas de Alcobendas han realizado un envío de 70 libros y 70 revistas con destino al Hotel Room Mate Alicia, en pleno centro de la capital, que aloja a 60 personas mayores dependientes que proceden de residencias de la región que han dado negativo en las pruebas del Covid-19 con el

fin de protegerlos de nuevos contagios. Un segundo envío, también de 70 libros y revistas, ha tenido como destino el Hotel Holliday Inn Madrid Las Tablas, que acoge a personas sin hogar y a sus niños pequeños con síntomas leves de coronavirus. Este establecimiento hotelero tiene capacidad para alojar a 120 personas y lo está gestionando Cruz Roja durante esta pandemia. Los voluntarios de Protección Civil han sido los encargados de repartir estos fondos bibliográficos

en estos dos hoteles medicalizados.

Esta nueva donación de las mediatecas se suma a las ya realizadas durante la semana pasada a la biblioteca Resistiré del Hospital de Campaña de Ifema, donde llegaron 250 libros y 50 revistas, y a los 150 libros y 100 revistas que se entregaron en tres hoteles medicalizados en Madrid: Ayre Gran Hotel Colón, Hotel Miguel Ángel y Hotel Catalonia Plaza Mayor. En estas entregas participaron también algunos vecinos de Alcobendas que aportaron fondos bibliográficos de sus domicilios. Asimismo, esta semana se ha desviado al Hospital de campaña Ifema la suscripción de 21 revistas variadas, 8 publicaciones de información general, 3 periódicos deportivos y 3 de información económica. Desde la Consejería de Sanidad, se ha agradecido la generosidad de esta ayuda porque “es un ejemplo y un estímulo para todos y beneficia a muchas personas que realmente lo necesitan”.

HERMANDAD VIRGEN DE LA PAZ Y COVID-19. La Hermandad de Nuestra Señora de la Paz ha recaudado ya 20.000 euros entre sus priores para hacer frente a las necesidades de la pandemia. La entidad invita a los vecinos a colaborar en la medida de sus posibilidades haciendo donativos en la cuenta ES40 0081 0309 7300 0110 7921 y escribiendo en el concepto ‘Ayuda Covid-19 Virgen de La Paz’. Con una parte de lo recaudado, 5.000 euros, se han adquirido mascarillas que ya se han entregado en el Hospital Infanta Sofía. Otra partida se ha entregado a Cáritas y en

los próximos días seguirán repartiendo esta ayuda entre más instituciones y personas. Por otra parte, la Hermandad emitirá en directo cada domingo la eucaristía que se celebrará a puerta cerrada en la parroquia de San Pedro, donde permanece la patrona de Alcobendas. Los priores y vecinos interesados podrán seguirla en directo en el canal YouTube de la Hermandad, a las 12:30 h, mientras dure el confinamiento. Y hoy viernes 24, siguiendo con la tradición de celebrar una misa el día 24 de cada mes, se podrá seguir una eucaristía a las 18:30 h.

WEB MUNICIPAL | Permite recibir mensajes municipales clasificados por temas

‘Notificaciones push’, un canal de comunicación que acerca el Ayuntamiento a sus vecinos



dispositivos y las alertas han tenido un gran impacto al superar la media del 10% en los clics que los ciudadanos hacen para ampliar la información sobre las mismas.

Aumento de accesos en la web municipal

La web municipal alcobendas.org ha adaptado los contenidos más consultados y aquellos que son clave para superar el Covid-19: servicios municipales abierto, consejos sobre salud, alimentación, educación... y trabaja en disponer del mayor número de trámites electrónicos para facilitar la gestión desde casa.

Las *notificaciones push* han contribuido con 19.000 accesos al tráfico de la web municipal en el último mes, destacando los nuevos plazos de pagos de tributos municipales, la información municipal sobre el coronavirus, las tiendas disponibles que llevan la comida a casa, la iniciativa de la Policía Local de felicitar a los niños durante la estancia en su domicilio o el horario y disponibilidad del Servicio de Atención Ciudadana.

El concejal de Innovación, Transformación Digital y Desarrollo Económico, Roberto Fraile, ha declarado que “aunque es un sistema de comunicación muy extendido en el sector privado, el Ayuntamiento de Alcobendas ha sido pionero en el sector público en tener una herramienta de este tipo. Una vez que hemos medido el éxito que se obtiene con esta nueva forma de comunicación, vamos a extender su uso también a todos los dispositivos iOS en las próximas semanas para intentar llegar a la mayoría de la ciudadanía. Las *notificaciones push* son una herramienta útil, sencilla y de gran potencial comunicativo que permite conocer al minuto a los vecinos qué servicios ofrece el Ayuntamiento de Alcobendas en la situación excepcional en la que nos encontramos”.

En estos días de confinamiento, el Ayuntamiento hace uso de este novedoso canal informativo que estrecha los lazos entre la ciudadanía y los servicios municipales disponibles en el Estado de Alarma.

En el último trimestre del año pasado se pusieron en marcha *Notificaciones push*, un sistema de comunicación e información enriquecido que permite enviar alertas; texto, imagen, GIF animados o vídeos; vía navegador web en ordenadores de escritorio o por plataformas móviles. Actualmente existen 42.570 dispositivos registrados, 27.062 móviles, 14.292 ordenadores y 1.216 tabletas que pueden recibir los mensajes que envía el Ayuntamiento clasificados por temáticas: deportes, cultura, empresas y empleo o información administrativa. Los ciudadanos, al acceder a la web municipal, pueden autorizar la recepción de notificaciones y clasificar la información que desean recibir.

Desde el 9 de marzo se han enviado 15 alertas *push* derivadas de la Covid-19 y de los servicios que el Ayuntamiento pone a disposición de los vecinos en estos momentos. Se han dado de alta 478 nuevos

Por qué la crisis del Covid-19 afecta más a las mujeres

El 21 de abril se ha celebrado la Mesa Formativa para profesionales del Pacto Social por el fin de la Violencia contra la Mujer, que este mes se ha realizado de forma *online*. En ella se ha hablado de la repercusión diferente que la crisis del coronavirus tiene para las mujeres y los hombres y la discriminación existente. ONU Mujeres apunta que esta crisis afecta más a las mujeres: en el ámbito laboral, porque ocupan los puestos de trabajo más afectados por el confinamiento y representan un tanto por

ciento importante de la economía informal, por lo que tienen menos acceso a protección laboral; en la salud porque hay más dificultad de acceso a servicios básicos de la salud de la mujer y hay más exposición a la violencia de género; en cuanto a la exposición al virus, el 67 % de la fuerza de trabajo sanitario mundial corresponde a mujeres. Por último, destacan la infravaloración de la figura de la mujer en la toma de decisiones. Una de las palabras más frecuentes estos días está siendo ‘reinventar’. Desde la



Casa de la Mujer nos preguntan: “¿Por qué no reinventar las relaciones de género? Tenemos las herramientas y la oportunidad, no dejemos de aprovecharla. Os invitamos a que esta situación nos ayude a reflexionar, y que la necesidad de reivindicar una igualdad de género efectiva y real sea uno de los grandes aprendizajes que nos deje esta pandemia”. El material creado en la Mesa Formativa se puede ver en alcobendas.org en el apartado *Mujer-Pacto Social por el Fin de la Violencia contra la Mujer*.

Pacto Social por el fin
de la **VIOLENCIA**
CONTRA LA MUJER



Ayuntamiento de
ALCOBENDAS

ABRIL

Cristina de Miguel Mella
1ºB Bachillerato
IES Francisco
Giner de los Ríos



SALUD | Si tu hijo o hija pregunta sobre el virus, contéstale de manera sencilla y transmítele calma

Qué hay que saber sobre Covid-19 e infancia

Como vamos aprendiendo en estos días, igual que otros virus respiratorios, el Sars-Cov2 se transmite de persona enferma a sana a través de las “gotitas” que se expulsan al toser, al hablar o al estornudar. El Servicio de Salud informa de que actualmente hay datos muy claros de que los niños y niñas (al igual que los adultos) pueden transmitir la infección, aunque ellos en muchos casos sean asintomáticos. Aunque pueden afectarse a cualquier edad, casi con poca sintomatología, el Covid-19 rara vez es grave en la infancia. Los neonatos son más susceptibles a las complicaciones. Los síntomas más habituales en la edad pediátrica son fiebre, tos o mucosidad nasal, aunque algunos pueden no tener fiebre. Además, parece que el coronavirus en la infancia genera más síntomas gastrointestinales (diarrea y/o vómitos).

Enséñales buenas medidas de higiene

Los niños y niñas pueden protegerse de la misma manera que los adultos, mediante el lavado frecuente de manos con agua y jabón, evitando el contacto estrecho con personas enfermas y cubriendo la boca y la nariz con un pañuelo desechable al toser o estornudar. La edad infantil es una eta-



pa de curiosidad, de aprendizaje, por lo que, si tu hijo o hija te hace preguntas sobre el coronavirus, puedes contestarle de manera sencilla y transmitiéndole calma; puedes ayudarte de la infografía del Ministerio de Sanidad que hay en la web alcobendas.org en el apartado *Coronavirus-Gobierno de España-Ministerio de Sanidad-Información para la ciudadanía-Qué digo a la población infantil*.

Si un niño o niña comienza con síntomas de Covid-19, comunícalo a tu centro de salud, te darán las instrucciones a seguir en cada caso. Si en algún momento presenta mal estado general, dificultad respiratoria, respiración agitada, mal color o decaimiento llamativo, ponte en contacto con los servicios sanitarios.

Hay niños y niñas que se consideran más suscep-

tibles a infectarse: inmunodeprimidos, con cardiopatías congénitas o adquiridas, con enfermedades neuromusculares y encefalopatías moderadas o graves, con enfermedades respiratorias crónicas, con enfermedad de células falciformes homocigota o doble heterocigota y lo que tienen diabetes tipo 1 mal controlada.

Los bebés de madres enfermas por Covid-19 pueden seguir lactando siempre que el estado de la madre lo permita. La mamá deberá extremar las medidas de higiene de manos y deberá utilizar mascarilla. También podría extraerse la leche y dársela otra persona con biberón.

Si a tu hijo o hija le corresponde una de las vacunas durante esta etapa de confinamiento y pandemia, debes llamar a tu centro de salud para consultar.

Recomendaciones del Centro Psicopedagógico Municipal para estos días de confinamiento

Convivencia después de varias semanas



El confinamiento nos están llevando a experimentar cosas nuevas, a vivir y a relacionarnos de manera diferente. Ahora, pasamos nuestra vida dentro de una casa sin las actividades o rutinas que antes realizábamos. Puede ser un buen momento para reflexionar sobre nuevas formas de convivir y de cómo mejorar las relaciones familiares.

El Centro Psicopedagógico Municipal nos ofrece algunas recomendaciones para llevar bien la convivencia manteniendo relaciones sanas y respetuosas.

- Cuidar nuestro propio espacio y tiempo. Nos debemos conceder, a nosotros mismos y al resto de miembros de la familia, espacios de soledad tanto físicos como mentales. No es necesario que hagamos todo juntos. Esto nos va a facilitar que organicemos nuestra mente, podamos ver lo

que sentimos, podamos entendernos mejor y mantengamos nuestras emociones a un nivel manejable.

- Respetar los horarios, ritmos y organización de cada uno hará más sencilla y agradable la convivencia. La flexibilidad es una herramienta muy útil a la hora de gestionar nuestras relaciones.

- Tareas domésticas. Cada miembro de la familia puede colaborar en el cuidado y las necesidades del resto. Planificar y negociar qué le corresponde a cada uno. Compartir las tareas de casa como un reto con los más pequeños es una oportunidad de aprendizaje, un logro para su autonomía y una conquista para su autoestima.

- Ocio en familia. Hay que intentar que las actividades que hacemos juntos gusten a cada miembro de la familia. Es lógico que no a todos nos apetezca hacer las mismas cosas, por eso

es importante hacer cada día algo que agrade a cada persona o ir alternando los días y las actividades. Estos turnos pueden establecerse de forma divertida con una aplicación móvil, como ruletas de decisión, meter los nombres o las actividades escritas en papelitos en un bote del que iremos sacando opciones...

- Emociones y sentimientos. Es necesario compartir las preocupaciones o miedos que tengamos y hablar sobre cómo nos sentimos. Es sano a nivel emocional y nos permite liberarnos de la carga que tenemos.

- Socializar es sano. Aunque el núcleo familiar es una fuente de apoyo fundamental, es sano, positivo y normal que busquemos conversación y relación con nuestros amigos, compañeros de trabajo u otros familiares. Facilitarlo y respetarlo, tanto en los más pequeños como en adolescentes, les hará bien. Ellos, más que nadie, necesitan de su grupo de referencia para salir fortalecidos de esta situación.

Centro Psicopedagógico Municipal

Teléfono 91 653 02 83
(de lunes a viernes, de 9 a 15) y correo *psico@aytoalcobendas.org*.

CULTURA | Dotado de 20.000 euros de premio y la publicación de la obra

El Premio de Narrativa Alcobendas Juan Goytisolo llega a su tercera edición

Con el objetivo de promover desde una administración pública la creación literaria, el Ayuntamiento convoca el *III Premio de Narrativa Alcobendas Juan Goytisolo* dotado con 20.000 euros de premio y la publicación de la obra por la editorial Galaxia Gutenberg. Este premio homenajea a una figura literaria imprescindible en nuestro tiempo cómo fue Juan Goytisolo. A la segunda edición del premio, se presentaron 931 novelas.

Podrán participar en este certamen todos los escritores españoles y extranjeros que usen el español como lengua literaria. Cada autor podrá presentar una sola obra, exclusivamente en copia digital, a través de la web municipal alcobendas.org. Las novelas deberán ser originales e inéditas, estar escritas en español, con una extensión mínima de 150 pá-



Premio de
NARRATIVA
ALCOBENDAS
Juan Goytisolo

ginas, no estar comprometidas con editorial alguna y no haber sido premiadas ni presentadas a otro concurso pendiente de fallo en el momento de enviar el original a este Premio.

El jurado del *Premio Narrativa Alcobendas Juan Goytisolo* estará compuesto por escritores de reconocido prestigio y objetividad y de la más alta competencia en lo que se refiere a la escritura de narrativa en español. Lo formarán Jorge Eduardo Benavides, Juan Cruz, Luis

Mateo Díez, Antonio Lucas, Juan Antonio Masoliver, Mercedes Monmany y José María Pozuelo Yvancos. El plazo de presentación de originales finaliza el domingo 21 de junio de 2020 a las 23:59, hora española, y las bases completas pueden descargarse en la web alcobendas.org.

En su primera edición, el *Premio Narrativa Alcobendas Juan Goytisolo* recayó en la obra *Sur*, del escritor Antonio Soler, y en la segunda edición, en *Palabras de otro lado*, de Alonso Cueto.

ALCOBENDAS SE SUMA A LA MOVILIZACIÓN POR EL CLIMA.

El Ayuntamiento va a iluminar de verde la cascada del parque de Valdelasfuentes hoy viernes 24 de abril, de 21 a 23:30 h, sumándose a la movilización colectiva por el clima que han convocado organizaciones ecologistas y sociales. Esta iniciativa reivindica que se ponga en el centro al medio ambiente y a las personas y se tengan en cuenta criterios de justicia social y climática, porque la crisis climática sigue

siendo una realidad pese a la actual pandemia del coronavirus. Este movimiento social pide a los gobiernos asumir el estado de emergencia climática y tomar medidas ambiciosas y drásticas en el futuro. Los ciudadanos pueden manifestarse el día 24, a las 22 h, por la emergencia climática mediante la proyección de imágenes desde las ventanas o con recortables con el dibujo que quieran y proyectarlos con la linterna del móvil. Más información: www.tierra.org.



CULTURA | La Casa de Castilla-La Mancha ha editado un vídeo

Este año, lectura virtual de ‘El Quijote’ por el Covid-19

La lectura de *El Quijote*, el libro más sobresaliente de la literatura española, es uno de los actos tradicionales más destacados para celebrar el *Día del Libro*, el 23 de abril, la fecha en la que se conmemora la muerte de Miguel de Cervantes Saavedra, el autor de la novela española de caballería más internacional. Esta-

ño, pese a la pandemia del Covid-19, la Casa de Castilla-La Mancha en Alcobendas ha querido que la lectura de un fragmento de *El Quijote* siga siendo el acto más destacado de sus actividades culturales anuales, como cada 23 de abril desde su fundación.

La Casa de Castilla-La Mancha ha editado un vídeo con

las grabaciones enviadas desde sus domicilios por los socios, simpatizantes, políticos locales, trabajadores municipales y vecinos leyendo un fragmento de las aventuras del ingenioso hidalgo. Para ello, la casa regional ha realizado una selección de los fragmentos que repasan temas tan importantes como los derechos humanos, la pobreza, la libertad, el feminismo y el buen gobierno en *El Quijote*.

El vídeo con esta lectura telemática de la obra de Cervantes se subió a las principales redes sociales este jueves 23 de abril tan especial, con la ciudadanía confinada durante el Estado de Alarma, para que todos los usuarios puedan recrearse con un texto de una modernidad perenne, plagado de sabios consejos y reflexiones atemporales.

LA CORAL DE ALCOBENDAS REANUDA SU ACTIVIDAD DE FORMA TELEMÁTICA.

Desde el jueves 16 de abril, a través de ensayos virtuales, los miembros de la Coral preparan ya algunos temas de su repertorio para, cuando se levante el confinamiento, estar en las mejores condiciones para ofrecer de nuevo sus conciertos. Con la dirección de Fernando Terán, durante este periodo, ensayarán por cuerdas los lunes y jueves, cuatro horas cada día, de 18 a 22 h. Se trata de una iniciativa de aprendizaje tanto musical como tecnológico que los coralistas afrontan con ilusión y el deseo de mostrar a Alcobendas su música en cuanto sea posible.

Recientemente, la Coral ha grabado un vídeo con el tema *Resistiré*, con el que sus componentes han querido hacer su aporta-

ción mandando un mensaje de ánimo a la ciudadanía en estos momentos tan duros y donde se sumaban a la campaña municipal *#QuedateEnCasa*.

En circunstancias normales, la Coral ensaya los lunes y jueves, de 20 a 22 h, en la Escuela de Música y Danza, a donde están deseosos de regresar.



"Resistiré" Coral de Alcobendas

La Coral de Alcobendas interpreta "Resistiré" desde el confinamiento domiciliario por el coronavirus.

[youtube.com](https://www.youtube.com)

El ‘Mapa Sonoro Literario’ de Alcobendas continúa con Miguel de Cervantes



Alcobendas continúa elaborando su *Mapa Sonoro Literario* y propone a los vecinos participar en un viaje a las obras de Miguel de Cervantes aprovechando que el 23 de abril se celebra el *Día del Libro* en conme-

moración del fallecimiento del autor de *El Quijote*, cuya calle se ubica en Valde las Fuentes.

Las mediatecas municipales invitan a la ciudadanía de Alcobendas a participar en esta interesante

propuesta literaria de una manera muy fácil. Tan solo hay que leer un fragmento de alguna de sus obras (entremeses, *Novelas Ejemplares*, obras de teatro, etc.), grabarlo en formato *mp3* y enviarlo al correo *mediatecas@aytoalcobendas.org*. Con los audios recibidos se creará el particular *mapa sonoro* de esa calle, igual que ya se ha hecho con la escritora y poetisa Gloria Fuertes. Esta iniciativa pretende recuperar el sentido perdido de las calles, aportar viveza a nuestra ciudad y dar a conocer los diversos autores y leer sus textos a través de este sugerente callejero literario.

‘RETO GALDÓS’ EN LAS REDES SOCIALES. En 2020 se conmemora el centenario del fallecimiento del gran escritor Benito Pérez Galdós. Con este propósito y aprovechando el confinamiento obligado por el Estado de Alarma, las mediatecas proponen un sencillo juego a todos sus seguidores a través de los perfiles del servicio municipal en Facebook y Twitter: adivinar el título de la obra de la que ofrecerán un fragmento. ¿Cómo de *galdosiano* eres? Todos los aficionados a la literatura española y al gran narrador de la España del siglo XIX encontrarán curiosidades, anécdotas y también interesantes recomendaciones siguiendo la etiqueta *#AñoGaldós*.

Suspensión de representaciones DEVOLUCIÓN DEL IMPORTE DE ENTRADAS

La devolución del importe de las entradas de los espectáculos del Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas y del Auditorio Paco de Lucía suspendidos a causa del Estado de Alarma se realizará en un plazo de 10 a 15 días hábiles en el caso de compras reali-

zadas por internet y teléfono. El reembolso se hará efectivo en la cuenta de la tarjeta con la que se realizó la compra. El importe de las entradas compradas en efectivo o con tarjeta en las taquillas se devolverá una vez finalizado el Estado de Alarma.



CURSOS 'ONLINE' DE CONECT@. El Centro de Nuevas Tecnologías Conect@ continúa ofreciendo talleres y cursos de formación a través de su canal YouTube, subiendo contenidos diariamente y facilitando la resolución de dudas tanto por teléfono, como por vía correo electrónico y *whatsapp*, desde las 9:30 a las 20 h. Los próximos programados son: *Taller de videollamadas* (lunes 27 de abril: *Videollamada desde whatsapp*; y martes 28 y miércoles 29 de abril, *Videollamada desde skype*). Más información: en el correo electrónico *conecta.alcobendas@gmail.com* o en el teléfono 652 559 884.

CONCURSOS DE RAP Y GRAFITI. Si tienes entre 14 y 30 años y se te da bien el rap o te gusta el grafiti, ámate a participar en los concursos que ha convocado el Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes para todos los municipios de la Red Joven Norte (Alcobendas, Algete, Colmenar Viejo, San Sebastián de los Reyes y Tres Cantos). En el concurso de rap se van a seleccionar los mejores para realizar una composición y publicarla en el canal YouTube de la emisora de radio En buena Onda del

Centro Joven Sanse, así como en los canales de comunicación de los municipios de la Red Joven Norte.

En el concurso de grafiti, el boceto ganador se plasmará en una pared que podrá estar ubicada en un espacio interior o exterior donde haya gran afluencia de jóvenes.

Para participar, debes mandar entre el viernes 24 y el jueves 30 de abril un correo electrónico a *juventud@ssreyes.org* incluyendo ficha de inscripción firmada, copia del DNI y archivo de audio con el rap de dos minutos de duración como máximo en formato *mp3* o archivo con boceto a color del grafiti en orientación horizontal.

En caso de ser menor de edad, la ficha de inscripción debe ser también firmada por tu representante legal autorizando la participación, junto con la copia de su DNI.

La temática para el rap será *Jóvenes y ocio durante el confinamiento* y se deberá usar una base común para todos los participantes. Para el grafiti será libre.

El jurado emitirá el fallo del concurso el 5 de mayo.

Puedes consulta las bases completas en www.imaginalcobendas.org.

Oficina de Información Juvenil

La Oficina de Información Juvenil de Imagina se ha adaptado a la situación del Estado de Alarma y mantiene el contacto virtual con los jóvenes de Alcobendas atendiendo las consultas a través de:

- Correo electrónico: *oij@imagina.aytoalcobendas.org*.
- *Whatsapp*: 674 609 503.
- Redes sociales: @ALCBDS_Imagina (Twitter),

Imagina Juventud Alcobendas (Facebook) e @imagina_alcobendas (Instagram).

- Web imaginalcobendas.org, donde encuentras recursos y noticias verificadas y actualizadas sobre salud, empleo, estudios, ocio y temas de infancia de interés familiar...

Además, Imagina ha adaptado las asesorías que ahora mismo han tomado protagonismo y resultan de gran importancia, como son:

- Asesoría Jurídica: correo electrónico *juridica@imagina.aytoalcobendas.org*. *Whatsapp* y teléfono 679 657 872 (martes, de 17 a 21 h).

- Asesoría Psicológica: correo electrónico *psicologica@imagina.aytoalcobendas.org*. Teléfono y *whatsapp* 600 727 064. Su horario habitual es martes y miércoles, de 10 a 14 h, y lunes y jueves, de 17 a 21 h.



Uso de mascarillas médicas o quirúrgicas en población general



La mascarilla médica o quirúrgica es un producto sanitario homologado que limita la salida de las gotas respiratorias, por lo que previene la transmisión del virus a otras personas



En ciertas situaciones indicadas, también puede protegerte si la usas correctamente y siempre añadida a las medidas de prevención. Y recuerda: si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación



Distancia
1-2 m.



Lavado
de manos



Evita tocar
ojos/nariz/boca



Cubre boca/nariz
con codo al toser



Pañuelos
desechables

¿Quién debe usarlas?

Personas con síntomas o diagnóstico de COVID-19

Personas que han estado en contacto estrecho con alguien con COVID-19 en los últimos 14 días

Cuidadores de personas con COVID-19

Población vulnerable: mayores, con hipertensión, diabetes, enfermedades cardiovasculares o pulmonares crónicas, cáncer, inmunodeprimidos y embarazadas

¿Cuándo?

- ➔ Al entrar alguien en su habitación o al recibir cuidados
- ➔ Cuando están con los convivientes en la casa y si tienen que salir a la calle (p. ej. para asistencia sanitaria)
- ➔ Al atender al paciente a menos de 2 m.
- ➔ Al salir a la calle o estar en contacto con otras personas



Haz un uso responsable de esta mascarilla para que quienes la necesiten puedan utilizarla

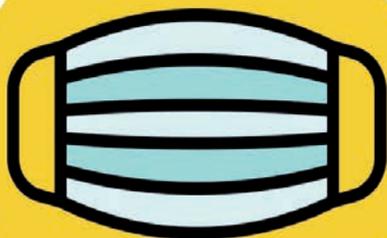
¡Úsala correctamente para evitar riesgos!

Lávate las manos antes de ponértela y evita tocarla mientras la llevas

Siempre debe cubrir boca, nariz y barbilla

Deséchala cuando esté húmeda y no las reutilices si no se indica que puedes

Quítatela por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos



21 abril 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte

www.msbs.gob.es

@sanidadgob

#ESTE
VIRUS
LO
PARAMOS
UNIDOS



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE SANIDAD