

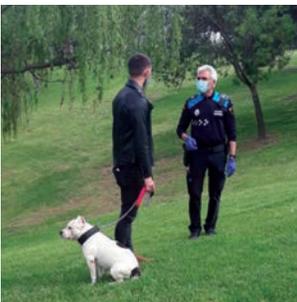
# Sietedías

Revista municipal de Alcobendas

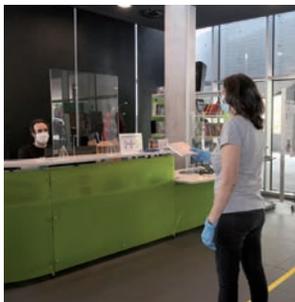
[www.alcobendas.org](http://www.alcobendas.org) |    



## Este verano, habrá colonias, si la situación sanitaria lo permite



Nuevo plan de seguridad para las fases de desescalada



Las mediatecas municipales reabren sus puertas



Las instalaciones deportivas al aire libre abrirán con la fase 1

## LOS MAYORES

Quisiera agradecer al Servicio de Mayores de Alcobendas lo que hace por nosotros, sus usuarios. El buen trato recibido por parte de todos los trabajadores, no solo por hacernos llegar la comida a nuestros domicilios durante esta pandemia, también el hecho de ofrecernos actividades que podamos hacer con nuestros móviles y estar en contacto, aunque sea virtualmente, con nuestras compañeras de clase.

Agradezco las llamadas realizadas por terapeutas, animadores y auxiliares preocupados por mi bienestar, ya que yo represento a algunas de esas personas mayores que viven solas, y aunque el contacto con mi familia es habitual, estos acompañamientos son muy

reconfortantes y me permiten hablar de mis cosas y preocupaciones con más libertad.

Mis hijos también están muy agradecidos, ya que sé que ellos no pueden tener mucho contacto conmigo en estos tiempos, por protegerme a mí y a lo que para mí es más importante, mi familia, a la que espero abrazar pronto.

A las 20 h comparto mi aplauso en el balcón con todas esas personas que nos cuidáis a las personas mayores. Espero que pronto pueda ir a agradecerlos en persona.

Un beso

**Paquita**

## DESACUERDO POR LA DECISIÓN TOMADA

En relación al comunicado para dar por concluida la presente temporada 2019/2020,

anulando todas las competiciones de la XXIII edición de los 'Juegos Deportivos Municipales de Alcobendas y San Sebastián de los Reyes', quería expresar mi opinión al respecto:

Entendiendo la excepcionalidad de la situación, pero la decisión de no tener en cuenta los resultados ni clasificación hasta el momento del estado de alarma perjudica enorme e injustamente a los equipos que se han esforzado hasta ese momento.

Mi equipo de fútbol sala estaba ya clasificado matemáticamente para el ascenso y con esta decisión no ha servido para nada.

Anular la temporada actual es una decisión que beneficia a quien no se ha ganado mantenerse ahí, perjudican-

## Pleno Municipal

La próxima sesión ordinaria del Pleno Municipal será el jueves 28 de mayo, a las 10 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 @ALCBDS\_Pleno #PlenoAlcobendas, por streaming y en el canal YouTube del Ayuntamiento.



Punto Municipal del Observatorio Regional de la Violencia de Género

## Actividades 'online' en igualdad

Organizadas por la Casa de la Mujer.

• **Miércoles 27 de mayo, a las 17 h. Taller de magia La leyenda de las brujas.** Conoceremos a diferentes mujeres que han conseguido hitos importantes en la historia. Analizaremos las diferencias de género que han existido y existen en el mundo

laboral. Realizaremos diferentes juegos dinámicos, crearemos nuestras propias varitas mágicas y daremos con la pócima para acabar con las desigualdades.

• **Jueves 28 de mayo, a las 18 h, Lo que esconde el arte.** El arte es una forma de mirar una realidad y plasmarla en un lienzo, una fotografía, una escultura o una canción. Y si es una mirada... ¿puede el arte ser sexista?, ¿cómo se ha plasmado en el arte las violencias hacia las mujeres?, ¿cómo se ha utilizado el arte para denunciar esta situación?, ¿en el arte que conocemos, las mujeres son musas o artistas? Ven a descubrirlo en este taller que no te dejará indiferente.

**Información e inscripciones:** en el correo [prevencionvg@aytoalcobendas.org](mailto:prevencionvg@aytoalcobendas.org).

También se puede acceder a los talleres conectándose a la hora señalada en el enlace <https://meet.jit.si/MujerAlcobendas>.



do mucho a quienes, con el espíritu de superación y esfuerzo que aporta el deporte, hemos trabajado para el ascenso durante todos estos meses.

Les ruego, como todos mis compañeros y usuarios de todas las categorías de esta liga desde su inicio, que revisen su criterio y permitan acabar la temporada dejando la clasificación tal como estaba hasta el momento del estado de alarma, de manera que se efectúen los ascensos y descensos correspondientes. Esta decisión no acompaña el espíritu deportivo, de superación y valores que aporta el deporte en general y el fútbol sala en particular.

Nosotros, como otros equipos, hemos luchado, sacrificado y puesto toda nuestra fuerza para conseguir el ascenso y en otros casos el reconocimiento como CAMPEONES de esta temporada. Creo que es lo más justo y equitativo, porque nos lo hemos ganado desde el principio de la temporada, en cada partido. Y merecemos que sea tenido en cuenta.

**Zoilo García**

## GRACIAS

El 18 de marzo, a nuestro hijo Hugo, de 6 años, se le quedó atrapado un dedo de la mano en una pieza de la mesa de hierro forjado. Como estamos atravesando esta crisis sanitaria, decidimos intentar sacarle el dedo con nuestros propios medios. Tras más de 7 horas, nos acercamos al ambulatorio de Valdelasfuentes. Allí nos atendieron estupendamente, nos dieron un remedio casero que por desgracia no funcionó, por lo que nos acercamos al parque de

bomberos de Alcobendas. Les explicamos todo y enseguida se pusieron manos a la obra todos ellos y en menos de una hora salimos de allí con el dedo de Hugo inflamado pero sano y salvo. Muchísimas gracias a todos por vuestro trabajo.

**Beatriz Gayo**

## UNA VERGÜENZA DE GENTE

Hoy salí a andar a partir de las 20 h y pasando por la zona donde están situadas las furgonetas de amazon aparcadas, ¿qué me encuentro? cientos de mascarillas y guantes en el suelo. Me parece una vergüenza, por favor un poco de civismos. Pongan más papeletas o dar un toque a la empresa con respecto a los trabajadores. Gracias. Un saludo. Y espero que se solvente porque es de vergüenza.

**Ana Isabel González**

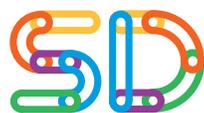
## APERTURA PARQUES

Buenos días, me gustaría saber por qué no está abierto el parque que está delante de la estación de Renfe de Valdelasfuentes. No tiene espacios infantiles y es un buen espacio de esparcimiento para pasear y correr. Muchas gracias.

**Vanesa Iglesias**

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.



**Sietedías**  
Revista municipal de Alcobendas



Edita:  
Ayuntamiento de  
ALCOBENDAS

ALCALDE PRESIDENTE:  
**RAFAEL SÁNCHEZ ACERA**

Redacción y publicidad:  
Plaza Mayor, 1, 3ª planta.  
28100 Alcobendas (Madrid).  
Teléfono: 91 659 76 00.  
[comunicacion@aytoalcobendas.org](mailto:comunicacion@aytoalcobendas.org)

Director:  
**Luis M. Núñez**  
Responsable de Publicaciones:  
**Marisa Martínez**  
Redacción:  
**Juan Carlos Herráiz**  
**Susana Longarela**  
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 **Sietediasdigital** en  
[www.alcobendas.org](http://www.alcobendas.org)

Impreso en papel reciclado.



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



## Uso peatonal del aparcamiento de la C. D. Valdellasfuentes

Desde el pasado fin de semana, el aparcamiento de la entrada a la Ciudad Deportiva Valdellasfuentes ha permanecido cerrado a los vehículos para destinar el espacio al uso de la ciudadanía. Esta medida tiene como objetivo descongestionar y ampliar las zonas de uso familiar en los horarios permitidos para paseo. Durante estos días, hemos visto a muchos niños y niñas con sus triciclos, bicicletas, patines y patinetes. La Policía Local señaló el aparcamiento con los sentidos de circulación para evitar accidentes. Este fin de semana permanecerá abierto para su uso peatonal y, previsiblemente y dependiendo del buen uso por parte de la ciudadanía, se mantendrá así hasta que comience la actividad en la Ciudad Deportiva Valdellasfuentes.

**COVID-19** | Los guantes y mascarillas se desechan en el cubo ‘naranja’

## Uso obligatorio de mascarillas en los espacios públicos

Desde el jueves 21 de mayo, es obligatorio el uso generalizado de las mascarillas en la vía pública, en espacios al aire libre y en cualquier lugar cerrado de uso público o que se encuentre abierto al público siempre y cuando no se pueda mantener la distancia de seguridad interpersonal de al menos dos metros. Es obligatoria para los mayores de 6 años.

El Ayuntamiento hace un llamamiento a la ciudadanía para extremar las medidas de limpieza e higiene en las calles de nuestra ciudad y pide un compromiso especial a todos los vecinos y vecinas: que no se tiren los guantes sanitarios y las mascarillas al suelo. Tirarlos al suelo no solo supone un problema medioambiental, sino también un mayor riesgo de contagio. Los residuos como guantes y mascarillas usadas se han de tirar en casa y luego en el cubo ‘naranja’ de la basura, el que no se recicla, ya que si

se tiran a papeleras o directamente al cubo de reciclaje se puede poner en riesgo al personal de limpieza.



**CIUDAD** | Para compensar la reducción del aforo garantizando la distancia social

## Las superficies de las terrazas de veladores se podrán ampliar hasta un 50 por ciento



El Ayuntamiento de Alcobendas ha aprobado la modificación de la Ordenanza Municipal reguladora de la instalaciones de terrazas de veladores, por la que se amplía la superficie de las terrazas para no mermar su ocupación, en previsión de atender la Orden Ministerial que flexibiliza las actividades de hostelería y restauración en los territorios que se encuentren en la fase 1 del *Plan para la transición a la nueva normalidad*.

En la sesión plenaria de carácter extraordinario celebrada el jueves 14 de mayo se aprobó por unanimidad de todos los grupos políticos –PSOE, Ciudadanos, PP, VOX y Podemos– esta modificación que permitirá incrementar la superficie de estos espacios hasta en un 50%. El Ayuntamiento estudiará cada uno de los casos para ver que ampliación se

puede realizar, teniendo en cuenta que hay que garantizar la distancia social.

La concejal de Mantenimiento, Cristina Martínez Concejo, ha señalado que “se trata de garantizar la movilidad de la ciudadanía y su seguridad, en equilibrio con la reactivación del sector de la hostelería. La medida se hará efectiva una vez que entremos en la fase 1”.

“Desde el Gobierno munici-

pal, queremos que, en cuanto sea posible, se retome la actividad y poder devolver la confianza al comercio local. Lo primero es salvar vidas y garantizar la salud, y también salvar empleos, a los autónomos y a las pymes”, ha manifestado el vicealcalde, Miguel Ángel Arranz.

Los grupos políticos de la oposición también han destacado la lealtad entre Gobierno y oposición a la hora de tomar medidas para afrontar la emergencia social y sanitaria en Alcobendas. El alcalde, Rafael Sánchez Acera, a su vez, ha agradecido el compromiso de todos los grupos representados en el Ayuntamiento para “poder tomar medidas que favorezcan reactivar Alcobendas y ayudar a todos los sectores de población para que nadie se quede atrás por la crisis del Covid-19”.

### Punto Limpio Móvil

Recorre los distritos de la ciudad para poder reciclar más fácilmente.

- Hasta el 31 de mayo, estará ubicado en la calle Blas de Otero, esquina con Ruperto Chapí (entorno del Ayuntamiento).

Debido al Estado de Alarma, las ubicaciones del Punto Limpio Móvil podrán sufrir modificaciones en aquellos espacios en los que fuera necesario retirar vehículos. En caso de modificación, se informará de los nuevos espacios a través de la web municipal.



**EMPLEO** | Para formar en competencia digitales básicas para la búsqueda de trabajo

# ‘Alfabetización digital’, nuevo programa ‘online’ de orientación laboral

**ALCOBENDAS**  
IMPULSA TU BÚSQUEDA LABORAL

10 Plazas · Formación online  
Horario de mañana · Gratuito

**LANZADERAS CONECTA EMPLEO**  
www.lanzaderasconectaempleo.es  
Inscripciones hasta 15 de junio APUNTATE

**ALFABETIZACIÓN DIGITAL**  
Mejora las competencias digitales básicas para la búsqueda de empleo

- ▶ Aprende a buscar trabajo en la red
- ▶ Conoce nuevos programas y aplicaciones
- ▶ Usa tu smartphone para el empleo
- ▶ Actualiza tu CV y crea tu perfil digital

Programa GPS Empleo-Pasaporte  
Fundación Telefónica Ayuntamiento de Alcobendas Ayuntamiento de Madrid

El programa *Alfabetización Digital* es una iniciativa de Fundación Santa María la Real y Fundación Telefónica que se pondrá en marcha en 25 ciudades de todo el país repartidas en nueve comunidades autónomas: Andalucía, Asturias, Castilla-La Mancha, Castilla y León, Comunidad de Madrid, Comunidad Valenciana, Galicia, Navarra y Región de Murcia. En la Comunidad de Madrid funcionará en Alcobendas, Madrid (Distrito de Vallecas), Móstoles y Valdemoro.

El programa *Alfabetización Digital* contará con 10 plazas para personas en situación de desempleo que quieran reforzar sus competencias digitales, reciclar contenidos y aprender a manejar herramientas y aplicaciones que las empresas demandan en sus ofertas de trabajo. Así, por ejemplo, aprende-

rán a gestionar una cuenta de gmail para la búsqueda de trabajo; a usar herramientas como *Drive* para almacenar su documentación; o aplicaciones como *Google Calendar* o *Trello* para diseñar su plan de prospección laboral. Profundizarán en el manejo de *Paquete Office* para crear un currículum moderno, una base de datos o una presentación profesional. También conocerán las oportunidades de las redes sociales para posicionarse y encontrar trabajo, especialmente en *LinkedIn*.

## Formación ‘online’ y asesoramiento posterior

El programa comenzará a finales de junio y se prolongará hasta mediados de julio. Debido a la crisis del Covid-19, se desarrollará en un formato totalmente digital, con sesiones virtuales con los participan-

tes, que, posteriormente, contarán con el apoyo y el asesoramiento de técnicos de empleo para aplicar sus conocimientos digitales en su prospección laboral e impulsar sus contactos con empresas para su inserción laboral.

Pueden participar hombres y mujeres que se encuentren en situación de desempleo, con edades comprendidas entre los 18 y los 60 años, con cualquier nivel formativo (sin estudios, ESO, formación profesional, bachillerato o grados universitarios) y que procedan de cualquier sector laboral, tengan o no experiencia previa.

## Inscripciones

Las personas interesadas en participar en *Alfabetización Digital*, que es totalmente gratuito, pueden realizar su inscripción en la web [www.lanzaderasconectaempleo.es](http://www.lanzaderasconectaempleo.es) hasta el 15 de junio.

Entre todas las personas inscritas, se hará un proceso de selección para elegir a los 10 participantes finales. Dicho proceso se realizará de forma *online* o telemática, con entrevistas por videoconferencia o teléfono, en función de las necesidades o recursos de las personas apuntadas en el programa.



**SEGURIDAD** | Se ha dividido en cuatro fases, en concordancia con las anunciadas por el Gobierno de la nación

## Nuevo plan de seguridad orientado a la desescalada

La Policía Local de Alcobendas ha diseñado un plan integral de seguridad que pretende acompañar a nuestros vecinos en las distintas fases de la desescalada, adaptándose de manera gradual a los cambios que recogen las normas.

Según ha explicado el concejal de Seguridad, Aitor Retolaza, el objetivo es “conseguir que se recupere paulatinamente la vida cotidiana y la actividad económica, minimizando el riesgo que representa la epidemia para la salud de la población”. Asimismo, se incidirá en la protección de la seguridad ciudadana previniendo la comisión de hechos delictivos e infracciones administrativas.

### Cuatro fases

El plan se divide en cuatro fases en concordancia con las anunciadas en la des-

escalada, contemplando en cada una de ellas una metodología distinta.

- **En la fase 0**, en la que nos encontramos actualmente, se controlarán los movimientos de entrada y salida a los puestos de trabajo; el transporte público; presencia en parques y zonas de esparcimiento de Alcobendas para la protección vecinal. Además, con el ‘alivio’ en las restricciones para Madrid, también se controlarán los locales y establecimientos abiertos al público.

- **En la fase 1**, el plan se centrará en el cumplimiento de

la ocupación de las terrazas y la apertura de mercadillos, hoteles, bibliotecas, instalaciones deportivas y locales de culto, previniendo los hechos delictivos que pudieran producirse.

- **En la fase 2** se procederá al control de la apertura, cierre y funcionamiento en el interior de los bares y restaurantes, así como la apertura de las instalaciones deportivas y espectáculos públicos.

- **En la fase 3** se incrementarán las distintas vigilancias y el aumento de la presencia policial en todos los lugares y establecimientos en los que se vaya permitiendo su normal funcionamiento.

Retolaza ha anunciado que con la “vuelta a la ‘normalidad’”, la Policía Local de Alcobendas seguirá con la presencia constante en los parques, trabajando en los problemas de convivencia de nuestros vecinos e intentando garantizar la seguridad ciudadana con la intensificación en los controles de seguridad que evitan robos y demás hechos delictivos, así como con controles de alcoholemia y drogas”.

### Punto Limpio

El Punto Limpio ha cambiado de horario, ampliándolo con respecto al que ha tenido estas semanas pasadas. Su horario de apertura es de 8 a 14 h, de lunes a sábado.

Hasta que no se esté en fases más avanzadas de desconfinamiento, no recobrará su horario habitual.



## COVID-19. GENTE QUE NOS CUIDA |

Teresa Francés, enfermera en el Hospital La Paz

# “El sistema sanitario debe salir reforzado tras la pandemia”

**Cientos de miles de profesionales de muchos colectivos no han parado en Alcobendas durante el confinamiento. Han estado en primera línea frente al virus trabajando para que todos los servicios esenciales siguieran funcionando.**

Teresa Francés, jugadora del Club Balonmano Alcobendas desde hace ocho años, compagina desde hace dos el deporte profesional con su trabajo como enfermera en el Hospital La Paz. Durante su formación, había estudiado las epidemias; desde hace dos meses, las conoce en primera línea, en las urgencias de la maternidad. “Nadie se podía haber imaginado vivir algo así... a una escala mundial y con miles de fallecidos. Habíamos estudiado una pandemia a nivel teórico, pero no estábamos preparados para algo así”, reconoce Teresa. Explica que durante los primeros días se encontraron con enfermas con Covid-19 varios días después de su ingreso, cuando comenzaban síntomas como la tos o la fiebre. “Hemos trabajado con una incertidumbre continua, porque teníamos enfermas con coronavirus y otras que no”, confiesa esta sanitaria; al final, se optó por

hacer una analítica PCR a todas las pacientes que ingresaban.

Francés ha vivido los dos últimos meses dedicada por completo a su profesión, dado que el deporte profesional suspendió la liga con motivo del Estado de Alarma. “En la maternidad no hemos vivido la peor parte, en las urgencias del General ha sido horrible; yo quería ir a ayudar e incluso me presenté voluntaria para ir al hospital de Ifema, también he atendido a pacientes con neumonía que teníamos del servicio de Medicina Interna”, admite la capitana del BM Alcobendas. Durante estas semanas, Teresa ha visto cómo compañeros suyos se han contagiado, sin gravedad y sin ingreso hospitalario, eso sí, y también a otros sanitarios que perdían a familiares muy cercanos. Nacida en Elda, su familia, incluida su abuela, estaban lejos; aún así, confiesa que lo peor ha sido el temor a contagiar a otros. “¿Miedo?... como tal, no; pero sí temor a quitarme mal el *epi*, contaminarme yo y entonces contaminar a otros, a mi chico o a personas susceptibles de pasarlo peor que yo, a pacientes que podían pasarlo muy mal”, cuenta esta joven



enfermera con 26 años recién cumplidos. Pese a todo, subraya que, sin duda, “volvería a hacerlo... Es nuestro trabajo, es lo que nos gusta, pese a que han sido condiciones muy difíciles, casi de una medicina de guerra”. La jugadora no podrá olvidar los reconfortantes aplausos de las ocho de la tarde, la escasez de recursos en algunos servicios en los momentos más graves... Ahora, en plena desescalada, mirando al futuro, confía en que el sistema sanitario salga más reforzado que antes de la crisis: “Hemos visto cosas que jamás nos hubiéramos imaginado que podríamos ver. La pandemia ha demostrado la gran importancia del sistema sanitario, tanto de los profesionales de la salud como de otros colectivos que trabajan en un hospital. Creo que de cara al futuro vamos a salir muy reforzados. Esta epidemia ha sido un tremendo golpe de realidad para todos. Sin salud, no hay nada”. Hay un antes y un después del Covid-19.

# El alcalde visita Cruz Roja para agradecer la labor social durante la crisis del Covid-19



El alcalde de Alcobendas, Rafael Sánchez Acera, y el director técnico de Cruz Roja, Francisco Rico.

El alcalde de Alcobendas, Rafael Sánchez Acera, se ha interesado por la labor social y humanitaria que se realiza desde Cruz Roja en sus distintas sedes y zonas de influencia, como nuestra ciudad y otras del norte de Madrid, durante la crisis sanitaria del Covid-19.

En una visita a su sede en San Sebastián de los Re-

yes, el primer edil conoció de primera mano la intensificación de los trabajos de esta entidad y de sus voluntarios, especialmente aquellas labores dirigidas a la gestión de ayudas de emergencia y de primera necesidad. Entre las funciones más demandadas y reforzadas se encuentran las ayudas a la alimentación, a las

personas mayores, dependientes o víctimas de violencia; el acompañamiento emocional telefónico; el pago de suministros; el asesoramiento en materia laboral e información preventiva respecto al Covid-19. Por otro lado, en esta pandemia global, Cruz Roja ha contribuido en el transporte sanitario urgente de pacientes en algunos casos.

Sánchez Acera ha agradecido la labor asistencial “de todas las personas de Cruz Roja que se han dejado la piel en este tiempo” y, también, “su colaboración y coordinación con los servicios sociales municipales de Alcobendas, porque nos permiten mejorar la atención de quienes más lo necesitan”.

## ‘Club de Empleo’

El *Club de Empleo* del Ayuntamiento de Alcobendas continúa con sus sesiones de orientación laboral, ahora en formato *online* a través de la plataforma de videoconferencias *Zoom*. Próximas sesiones:

- 27 y 28 de mayo, de 10 a 12 h: *Tu CV para conseguir entrevistas* (continuación).
- 3 y 4 de junio, de 17 a 19 h: *Búsqueda de empleo en entorno digital* (continuación).
- Días 10 y 11 de junio, de 10 a 12 h: *Claves para organizar tu tiempo cuando buscas trabajo* (continuación).
- 17 y 18 de junio, de 17 a 19 h: *Optimiza*

*tu búsqueda de empleo en LinkedIn* (continuación).

- 22 y 23 de junio, de 10 a 12 h: *Comunícate eficazmente para conseguir empleo* (continuación).
- 25 y 26 de junio, de 10 a 12 h: *Tu CV para conseguir entrevistas* (continuación).
- 29 y 30 de junio, de 17 a 19 h: *Búsqueda de empleo en entorno digital* (continuación).

Si le interesa, envíe un correo a [fomento-deempleo@aytoalcobendas.org](mailto:fomento-deempleo@aytoalcobendas.org), indicando su nombre y apellidos, DNI y la sesión o sesiones de su interés, y le confirmaremos la plaza.



**PARTICIPACIÓN** | Cualquier persona puede dar de alta acciones o necesidades

## La solidaridad, ‘geolocalizada’ en el mapa de Alcobendas



La plataforma *activandolasolidaridaddealcobendas.es* incluye desde esta semana una nueva herramienta tecnológica que *geolocaliza* la solidaridad. Se trata de un mapa público y abierto que canaliza y sitúa en el territorio la respuesta cívica a las necesidades y posibles soluciones en nuestra ciudad. La localización se hace a través de *chinchetas de colores* en las calles y lugares concretos donde surge esa situación o necesidad.

La posibilidad de utilizar el mapa surge de Frena la Curva (FLC), plataforma ciudadana estatal donde voluntarios, emprendedores, activistas, organizaciones sociales, *makers*

y laboratorios de innovación pública y abierta cooperan para canalizar y organizar la energía social frente a la pandemia del Covid-19, dando una respuesta complementaria desde la sociedad civil a la del Gobierno y los servicios públicos esenciales.

En Alcobendas es un complemento más de la gran cantidad de información que está siendo aportada en la plataforma *Activando la Solidaridad de Alcobendas* y un canal donde conocer la realidad para programar acciones, actividades, futuros proyectos y colaboraciones entre los distintos actores sociales.

Cualquier persona o asociación puede dar de alta acciones o necesidades mediante un sencillo formulario y contactar con otras personas o colectivos a través de la información proporcionada para poder dar solución a dichas acciones o necesidades. Si necesitas ayuda, eres intermediario o crees que tu asociación puede ayudar, entra y pon tu *chincheta* en el mapa.

Toda la información: en *alcobendas.org*, en el *banner Covid-19 Alcobendas Solidaria*.

### Curso 2020/2021. Admisión de alumnos en las escuelas infantiles

**PRESENTACIÓN DE SOLICITUDES:  
HASTA EL 5 DE JUNIO**

La solicitud se entregará por vía telemática utilizando la Secretaría Virtual, que será accesible a través de la web de la Comunidad de Madrid *comunidad.madrid/url/admisión-educacion*. En aquellos casos en los que, por imposibilidad técnica, alguna familia no pueda presentar la

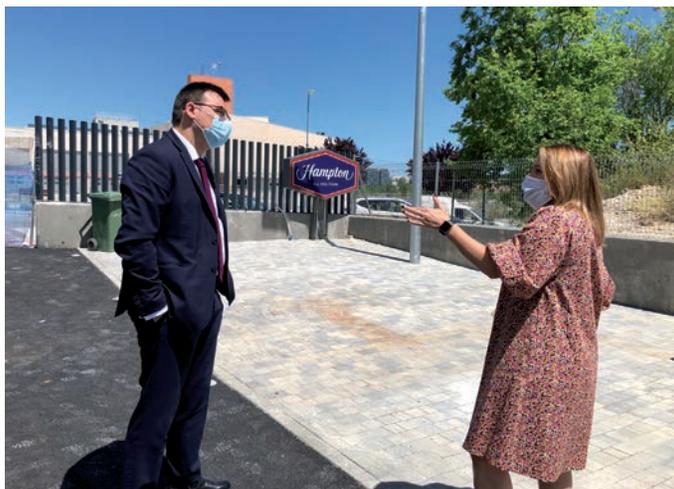
solicitud de admisión por vía telemática, podrá presentarla en el centro solicitado en primera opción mediante cita previa. Más información: en el enlace <https://www.comunidad.madrid/servicios/educacion/haz-tu-solicitud-admision-primer-ciclo-educacion-infantil>.

¿Quiere conocer las escuelas de la red pública de la Comunidad de Madrid? Visítelas en la web municipal *alcobendas.org*, en el espacio *Escolarización Curso 2020/21-Admisión 1er Ciclo Educación Infantil*.



**DESARROLLO ECONÓMICO** | Se está construyendo en el Distrito Empresarial

## El primer Hotel Hampton de España se suma a la oferta turística de Alcobendas



El vicealcalde de Alcobendas, Miguel Ángel Arranz, junto al concejal de Desarrollo Local, Roberto Fraile, han visitado esta semana el edificio que albergará el Hotel Hampton, de la cadena Hilton, el primero de España, que se está construyendo en el Distrito Empresarial y pasará a engrosar la oferta turística de Alcobendas. Se trata de una visita que se enmarca dentro de la campaña de *ReActivación Empresarial*, que se suma a la que se está desarrollando con el pequeño comercio de la ciudad.

El hotel, que cuenta con 138 habitaciones, abrirá previsiblemente en el mes de agosto y está dirigido a clientes de negocios que visitan Alcobendas por trabajo en alguna de las

multinacionales que se encuentran en el Distrito Empresarial. “La cadena Hilton se ha comprometido a que trabajadores del hotel serán seleccionados de la Bolsa de Empleo municipal, lo que ayudará a reducir el paro que tan duramente está azotando al sector turístico tras la crisis del Covid-19”, ha informado Arranz.

En la reunión mantenida entre el vicealcalde, el concejal y los representantes de la cadena Hilton, se ha informado sobre algunas de las iniciativas diseñadas desde la concejalía y Alcobendas HUB de cara a la reactivación de las grandes empresas, cuyo volumen de facturación supone que Alcobendas se encuentre en el *top* de las ciudades más importantes

de España en este sentido. El vicealcalde, tras la visita, ha agradecido a la cadena Hilton “su apuesta por nuestra ciudad, por sumarse a nuestro ecosistema empresarial, máxime en unos momentos tan complicados”. Arranz ha señalado que con la apertura de este nuevo establecimiento “se enriquecerá aún más la parte de turismo de negocios de nuestra ciudad que nuestro equipo de gobierno PSOE-Ciudadanos está potenciando”.

### Potenciar los comercios

Por otra parte, el Ayuntamiento, en colaboración con la asociación de empresarios AICA y Alcobendas HUB, continúa trabajando para la recuperación de las ventas de los pequeños comercios, autónomos y pymes de Alcobendas. Dentro del plan de *ReActivación del Comercio Local*, han continuado con la fase de recuperación de la confianza de los consumidores en su comercio de proximidad, con nuevas acciones divulgativas tanto entre los comerciantes –para que conozcan todas las medidas de seguridad– como entre los consumidores con una campaña publicitaria para recuperar su confianza.



Para facilitar la conciliación familiar y ofrecer un espacio de esparcimiento y aprendizaje a los niños y niñas de la ciudad

## Alcobendas tendrá colonias urbanas este verano si la situación sanitaria lo permite

El Ayuntamiento de Alcobendas está preparando la organización de las colonias de verano por si la situación sanitaria permitiese su realización. En el caso de poder llevarlas a cabo, será siempre con toda la seguridad para los asistentes y con el fin de facilitar la conciliación familiar, además de ofrecer un espacio de esparcimiento para los más pequeños.

Si las autoridades sanitarias lo permiten, durante los meses de julio y agosto se llevará a cabo el programa de colonias urbanas para que los niños y niñas disfruten de un espacio de esparcimiento y aprendizaje. Es voluntad del equipo de gobierno del Ayuntamiento de Alcobendas atender las necesidades de conciliación familiar. Por ello, en la situación actual

provocada por la crisis del Covid-19, se ha puesto un especial interés en preparar el programa *Colonias de verano* como una respuesta obligada a las necesidades de las familias del municipio que lo necesiten.

Consistiría en la realización de actividades de ocio y tiempo libre en distintos espacios del municipio seleccionados por su idoneidad y para asegurar las mejores condiciones de seguridad para los niños y niñas durante su realización. En el mes de julio, como es habitual, se van a utilizar

**“El equipo de gobierno pretende atender las necesidades familiares, pero, siempre, con todas las medidas de seguridad”**

las instalaciones de los colegios públicos repartidos por los distintos distritos del municipio y durante el mes de agosto se realizará la colonia en el Centro Municipal La Esfera, espacio que cuenta con condiciones óptimas de climatización y confort.

El Ayuntamiento está trabajando intensamente para adoptar las medidas y realizar las adaptaciones organizativas necesarias a la situación ocasionada por la pandemia, siempre teniendo en cuenta las recomendaciones de las autoridades sanitarias marcadas por el Gobierno de la nación y la Comunidad de Madrid para las diferentes fases de desescalada en la que nos encontremos en cada momento, durante todo el periodo de duración de las colonias. Por este motivo,

desde la responsabilidad, y ante la incertidumbre que durante los meses de julio y agosto no nos encontremos en la fase que permita la movilidad entre comunidades autónomas, se ha tomado la decisión de **no realizar los campamentos infantiles y juveniles** que estaban planificados en la *Campaña de Verano 2020*.

### Proceso de inscripción

Para solicitar plaza en las colonias, **es obligatorio realizar una preinscripción telemática** (sin pago) en el plazo comprendido entre las 8:30 h del 27 de mayo y las 14 h del 29 de mayo. La preinscripción se realizará en la web [alcobendas.org](http://alcobendas.org) a través del trámite *Inscripción Colonias*. Las personas que no tengan medios técnicos para realizar esta ges-

ción podrán realizarla en el teléfono 010 del Servicio de Atención Ciudadana. Se podrán preinscribir **empadronados y trabajadores de Alcobendas**.

**La preinscripción es un trámite obligatorio para poder optar a la inscripción.**

**Del 28 de mayo al 4 de junio**, se deberá entregar la documentación acreditativa de la necesidad de conciliación familiar, que consistirá en una declaración responsable de los tutores legales de que están trabajando y la necesidad de apuntar a sus hijos a esta actividad para conciliar. Las personas trabajadoras del municipio también tendrán que acreditar esta condición con la nómina del último mes o contrato de trabajo, o CIF de la empresa de autónomos.

La documentación se deberá aportar a través del trámite telemático de aporte de documentación en [alcobendas.org](http://alcobendas.org). Únicamente las personas que no puedan acceder al proceso telemático podrán acudir presencialmente al edificio del Patronato de Bienestar Social (c/ Libertad, 6) de 9 a 13:30 h.

**“Las preinscripciones son obligatorias y deben hacerse del 27 al 29 de mayo”**

En el caso de que la demanda de plazas sea superior al número de plazas ofertadas, la selección se realizará primando la necesidad de conciliación familiar de los interesados.

COLONIAS EN JULIO Y AGOSTO	HORARIOS	EMPADRONADOS ALCOBENDAS	TRABAJADORES ALCOBENDAS
Colonia	De 9 a 14 h (A)	72 €	86 €
Colonia + comida	De 9 a 15 h (C)	103,50 €	140 €
Primeros de Colonia + colonia	De 7:30 a 14 h (B)	98,50 €	117,50 €
Primeros de Colonia + colonia + comida	De 7:30 a 15 h (B y C)	130 €	171,50 €
Colonia + comida + Últimos de la Colonia	De 9 a 16 h (A y D)	110,55 €	148,39 €
Primeros de Colonia + colonia + comida + Últimos de la Colonia	De 7:30 a 16 h (B y D)	137,05 €	179,89 €
Primeros de la Colonia	De 7:30 a 9 h (B)	26,50 €	31,50 €
Últimos de la Colonia	Hasta las 16 h (D)	7,05 €	8,39 €

(A) Existe flexibilidad en el horario de entrada: de 9 a 9:30 h.

(B) Este servicio incluye desayuno y monitores. En la colonia de agosto, al realizarse en el Centro Municipal La Esfera, el horario de *Primeros de la Colonia* será el mismo que en el mes de julio.

(C) Existe flexibilidad en el horario de salida: de 15 a 15:30 h.

(D) Existe flexibilidad en el horario de salida: de 16 a 16:30 h, para los que utilizan el servicio de comedor.

La **inscripción y el pago** se formalizará del 9 al 12 de junio únicamente para las personas que, cumpliendo los requisitos, hayan sido avisadas para realizar dicho trámite. El pago se realizará a través de la web [alco-bendas.org](http://alco-bendas.org) en el espacio *Inscripción Colonias*. Las personas que no tengan medios técnicos para realizar esta gestión podrán llamar al teléfono 010 del SAC.

### Circunstancias a tener en cuenta

Dada la situación de emergencia y en cumplimiento de las recomendaciones y medidas establecidas por las autoridades sanitarias, se deberá tener en cuenta lo siguiente:

- Las actividades a realizar en estas colonias se ajustarán a las recomendaciones sanitarias y siempre con el objetivo de conseguir un momento de esparcimiento y diversión para los niños y niñas.
- El desplazamiento a otros lugares distintos del centro de realización de la colonia pone en riesgo la seguridad de las actividades, por lo que **NO** se realizará la actividad de piscina ni excursiones.
- Se podrá reducir el número de plazas ofertadas por la situación sanitaria teniendo en cuenta el momento de su realización y de la fase en la que nos encontremos.
- La entrada y la salida de la colonia se realizará de forma escalonada y con la



asistencia obligatoria de las personas autorizadas. Por lo tanto, hasta que el menor no se encuentre ubicado con el monitor o monitora asignado, deberá permanecer en la colonia.

- Existe la posibilidad de:
  - Suspensión de la actividad por las instrucciones e indicaciones de las autoridades sanitarias. En ese caso, se procedería a la devolución del importe.
  - Anulación de la colonia por no cumplir el mínimo de plazas. En ese caso, se procedería a la devolución del importe.
  - Reubicación de los participantes en otras colonias distintas de las elegidas por no llegar a un número mínimo de plazas en la solicitud.
  - Modificación de los horarios y de la prestación del servicio de comida por las recomendaciones y medidas de seguridad de las autoridades sanitarias,

dependiendo en la fase de desescalada que nos encontremos.

**“Como medida de seguridad, este año no habrá actividades fuera de los colegios ni irán a la piscina”**

- Si durante la realización de la colonia se detecta que algún participante presenta síntomas de Covid-19, se comunicará de forma inmediata a la organización y se tomarán las medidas oportunas de forma inmediata, pudiendo llegar a aislar a los componentes del grupo. Cualquier otra circunstancia que pudiera establecerse con posterioridad a esta información se tendrá en cuenta a efectos de valorar la admisión del solicitante que corresponda y se informará debidamente a través de los cauces de comunicación oportunos.

# PROGRAMA 'COLONIAS DE VERANO 2020'

## INFORMACIÓN GENERAL

- **Edades:** de 4 a 12 años (nacidos entre 2008 y 2016).
- **Fechas:** del 1 al 15 de julio, del 16 al 31 de julio, del 3 al 14 de agosto y del 17 al 31 de agosto.
- **Lugares:**

### EN JULIO:

- CEIP Bachiller Alonso López.
- CEIP Daoiz y Velarde.
- CEIP Federico García Lorca.
- CEIP Miguel Hernández.
- CEIP Seis de Diciembre.
- CEIP Tierno Galván.
- CEIP Valdepalitos.

### EN AGOSTO:

- Centro Municipal La Esfera.

- **Precios:** incluye tentempié de media mañana para todos los participantes, equipo de monitores, actividades, talleres, juegos, materiales específicos.

Los servicios de desayuno, tentempié y comida se llevarán a cabo a través de un servicio de *catering*, siempre y cuando las recomendaciones y medidas de seguridad de las autoridades sanitarias lo permitan.

La incorporación del servicio de *catering* obedece a la prohibición de utilizar las cocinas escolares, en aplicación de lo dispuesto en el artículo 3.2 del Decreto 11/2018 de 6 de marzo del Consejo de Gobierno de la Comunidad de Madrid y la Orden 2355/2019 del 29 de julio por la que se desarrolla dicho decreto, reguladoras ambas normas de la utilización de inmuebles e instalaciones de los CEIP en la Comunidad de Madrid.

### Este año, no se llevarán a cabo reuniones informativas.

Para cualquier duda o consulta específica de los solicitantes, se podrá dirigir al correo electrónico [juventud@aytoalcobendas.org](mailto:juventud@aytoalcobendas.org) o al teléfono 010 del SAC.

**SERVICIOS SOCIALES** | Las familias pueden contactar por teléfono y correo electrónico

## Alcobendas atiende a las familias en situación de vulnerabilidad



440 familias de Alcobendas en situación vulnerable reciben una ayuda oficial para la alimentación de los niños y niñas, según los datos que ha facilitado Servicios Sociales. En concreto, 380 familias reciben del consistorio un ingreso de 100 euros por niño como ayuda de comedor en lugar de la beca de comedor mensual que iban a percibir desde el Ayuntamiento. Y también 60 familias beneficiarias de la renta mínima de inserción reciben un menú para sus hijos de la Comunidad de Madrid, que se reparten los lunes y miércoles para varios días en dos colegios públicos de la ciudad.

Asimismo, el programa municipal *Llenamos la despensa* distribuye lotes de comida y otros productos de primera necesidad a 337 familias en situación económica muy precaria, con menores a su cargo, y a unidades familiares que han sido derivadas directamente por Servicios Sociales.

Los técnicos municipales del Patronato de Bienestar Social y Familia han tramitado 253 ayudas económicas de emergencia social destinadas a familias para afrontar pagos de pronta necesidad como vivienda; servicios esenciales como gas y luz, y medicinas. Durante estas pasadas semanas, han atendido a 2.308 personas que han solicitado una ayuda de emergencia y mantienen un contacto cercano con unas 1.000 familias para que conozcan y puedan solicitar las ayudas que va a aprobar en breve la Comunidad de Madrid. Las familias en situación de vulnerabilidad y precariedad económica pueden contactar con Servicios Sociales a través de los teléfonos 010, 91 296 90 88, 91 663 70 01 y 91 654 76 00 y del correo electrónico [ssociales@aytoalcobendas.org](mailto:ssociales@aytoalcobendas.org).

## Reparatucoche.com realiza una limpieza solidaria a los vehículos de Protección Civil

La empresa Reparatucoche.com, del grupo MKD Automotive Solutions, realizó el miércoles 13 de mayo una limpieza higienizante con ozono a la flota de cuatro vehículos del Servicio de Protección Civil de Alcobendas. Se trata de una acción solidaria de responsabilidad social corporativa dirigida a “proteger a los que nos protegen siempre, y muy especialmente en este periodo tan duro marcado por el Covid-19”, explicó el director general de MKD, Fernando Pérez Granero. MKD Automotive Solutions, ubicada en Alcobendas, es un grupo de empresas líderes en actividades relacionadas con la movilidad.



## Las ONG Abenin y Alegría Sin Fronteras lanzan la campaña #AfricaVisibleC19

El virus del Covid-19 es una pandemia que está afectando a todo el mundo. Sin embargo, no todos los países disponen de los recursos necesarios para hacer frente a esta crisis sanitaria. Las ONG de desarrollo Ben por la Infancia-Abenin y Alegría Sin Fronteras (ASF) han puesto en marcha la campaña de sensibilización #AfricaVisibleC19, *Juntos Contra el Covid* que pone el foco en el continente africano.

El objetivo de esta iniciativa es concienciar y dar visibilidad a dos de los proyectos que Alegría sin Fronteras está llevando a cabo en Senegal y Etiopía, países muy castigados por el virus. Para ello, se están llevando a cabo acciones de información, de sensibilización, campañas en redes sociales y un evento *online* que se celebrará a finales de mayo. Toda la información de #AfricaVisibleC19: en las web [ongabenin.org](http://ongabenin.org) y [alegriasinfronteras.org](http://alegriasinfronteras.org).



### BREVE. CONCURSO DE MICRORRELATOS.

Papel y pluma asociación literaria tiene ya ganadores de su *III Concurso de Microrrelatos*. *Reflexiones*, de Yolanda Mateos García, se ha alzado con el primer premio; el segundo ha recaído en

Juan Francisco Jiménez Troya y su obra *La última botella*; y el tercer premio se lo han llevado, *Fronteras Artificiales*, de Jorge García Moreno y *Las ocasiones especiales son con vino*, de Marta Romero Torralba (las dos han obte-

nido la misma puntuación y el jurado ha decidido otorgar el tercer puesto a ambos sin realizar desempate). Los relatos se pueden leer en el blog de la asociación: [asociacion-literariapapelypluma.wordpress.com](http://asociacion-literariapapelypluma.wordpress.com).

### Recogida de enseres

Durante la crisis del Covid-19, el Ayuntamiento de Alcobendas continúa recogiendo gratuitamente los enseres de los vecinos y se pide a todos los ciudadanos interesados en este servicio municipal que sigan el nuevo procedimiento y que no se abandonen muebles u otros objetos en la vía pública.

Para solicitar el servicio, se debe llamar

al teléfono gratuito 900 70 30 10, en el que el operador avisará al ciudadano de la fecha en la que deberá bajar a la calle el objeto que desea que le recojan. Una vez en la calle, los enseres se fumigarán y se acordonarán y, un día después de la desinfección, los operarios del servicio de retirada de enseres procederán a llevárselos de la vía pública.





**CENTRO PSICOPEDAGÓGICO** | Los padres deben averiguar qué necesitan los hijos en este proceso

## Recomendaciones para los cambios en la desescalada

Tras varias semanas de confinamiento, vivimos un nuevo proceso que va a ir cambiando progresivamente y con muchas incertidumbres... ¿Podremos viajar este verano?, ¿ir a la piscina? El Centro Psicopedagógico nos hace algunas recomendaciones, sobre todo de cara a los niños y niñas.

La edad marca grandes diferencias en la forma en que una persona se enfrenta a los cambios. Los más pequeños han confiado durante estas últimas semanas en los adultos, nos han escuchado, han sabido que la seguridad estaba en casa porque el peligro acechaba fuera. Entendieron que por

su seguridad y la de todos había que quedarse dentro. Fuera estaba la amenaza, el “lobo feroz”, utilizando su lenguaje habitual, el de muchos cuentos.

### No imponer lo que deben pensar y sentir

Como adultos, en el afán de cuidar y protegerlos, les marcamos muchas veces lo que deben pensar y sentir. Y, en ocasiones, no nos ponemos en su piel, no comprendemos su punto de vista. Padres y madres pueden aprovechar la ayuda de los cuentos y del juego simbólico para acercarse a los niños, entenderlos sin prejuicios y conocer sus necesidades.

Tanto para los pequeños como para los mayores, a muchos, salir no les planteará dificultad alguna; sin embargo, para otros será más complicado volver a la calle y planear un futuro con pocas certezas. Es perfectamente lógico resistirse a cambiar la sensación de seguridad y que algunos no quieran salir. Necesitarán hacerlo de manera progresiva, bajo la mirada de quien los protege.

Todos tenemos derecho a vivir este momento de manera diferente. Asustados, preocupados, paralizados o con total despreocupación. El papel de los adultos es averiguar cómo se sienten los pequeños, qué piensan y descubrir qué necesitan; poder dárselo, acompañarlos, guiarlos y facilitarles estrategias saludables para este momento y para el futuro.

El Centro Psicopedagógico está contigo: en el teléfono 91 653 02 83 y en el correo [psico@aytoalcobendas.org](mailto:psico@aytoalcobendas.org).

### Premio de Narrativa Alcobendas 'Juan Goytisolo'

El Ayuntamiento de Alcobendas convoca la tercera edición de este premio.

**Premio:** 20.000 euros y la publicación de la obra por la editorial Galaxia Gutenberg.

**Presentación de originales:** hasta el domingo 21 de junio de 2020 a las 23:59, hora española.

**Bases:** en [alcobendas.org](http://alcobendas.org).



## COLEGIO JUAN XXIII



PLAZAS VACANTES CURSO 2020/2021

**1º E.S.O.**

**E. INFANTIL 1º (3 AÑOS)**



Plazo de solicitudes del 19 mayo al 5 de junio

[secretaria@juanxxiiialcobendas.com](mailto:secretaria@juanxxiiialcobendas.com)

[www.juanxxiiialcobendas.com](http://www.juanxxiiialcobendas.com)

**CULTURA** | Lo harán de forma escalonada, con condiciones y medidas de precaución

## Las mediatecas de Alcobendas abren sus puertas para préstamos y devolución



Alcobendas continúa poniendo en marcha los servicios permitidos por el Gobierno según la fase en que nos encontramos en cada momento y se *ReActiva* para alcanzar la nueva normalidad. También en el ámbito de la cultura está tomando medidas para la vuelta a la actividad y, por ese motivo, las mediatecas Anabel Segura, Pablo Iglesias y Miguel Delibes abrieron de nuevo sus puertas el miércoles 20 de mayo.

Había ganas y necesidad de volver a acercarse a este espacio de fomento de la lectura. “Yo tenía dos libros en préstamo de antes que comenzara el confinamiento. He venido a devolverlos y con una lista de títulos para llevarme alguno: *La reina roja*, *La Mansión*, *El legado del oso...*”, dice Librada, una de las primeras usuarias en volver a las mediatecas. “Soy lectora compulsiva y voy a llevarme algunos libros. Veo que se cumplen todas las medidas de prevención sanitaria y esto me hace estar tranquila”, dice Esperanza.

La apertura se hará de forma escalonada y siguiendo una serie de restricciones para garantizar la seguridad de los usuarios y del personal. **En esta primera fase, solo habrá servicio de préstamo y devolución.** La petición de préstamos puede realizarse de manera presencial o telefónica; en este

caso, de 14 a 15:30 o de 19:30 a 20:45 h (Mediateca Anabel Segura: teléfono 91 484 16 90; Mediateca Miguel Delibes: teléfono 91 659 76 00, extensión 19931; y Mediateca Pablo Iglesias: teléfono 91 229 42 20).

El acceso a los fondos es restringido. El usuario pedirá los documentos que quiera llevarse en préstamo y el personal se encargará de localizarlos y realizar el préstamo. Para evitar esperas innecesarias, es preferible que antes de telefonar o acudir a la mediateca se consulten los documentos deseados en el catálogo *online* en [alcobendas.org](http://alcobendas.org).

### Medidas de protección

Las salas infantiles, como es lógico, permanecerán cerradas por el momento y el préstamo y devolución de los materiales infantiles y juveniles se realizará en el mostrador de adultos. Para agilizar la devolución de los documentos, se dará preferencia a los puestos de autopréstamo. Los documentos devueltos deberán guardar un periodo de cuarentena antes de su nueva puesta en circulación.

Desde el Ayuntamiento se han adoptado las medidas preventivas necesarias para asegurar la protección tanto de los usuarios como de los trabajadores. Por eso, se ruega a los usuarios que respeten las normas e indicaciones, se mantengan dentro de los espacios delimitados, eviten las aglomeraciones y mantengan la distancia de seguridad.

“Iniciamos la desescalada cultural en Alcobendas. Habrá que esperar a la segunda fase para poder abrir la salas de estudio, con la reducción en el aforo que corresponda. En la segunda fase, también abriremos la Sala de Exposiciones del Centro de Arte Alcobendas. El equipo de Cultura trabaja para que todo esté a punto y podamos retomar pronto las actividades de cara al verano”, dice la concejal de Cultura, Rosario Tamayo.

**SALUD** | Se encuentra en el apartado 'Salud' de [alcobendas.org](http://alcobendas.org)

## 'Memoria y Lenguaje', un espacio para entrenar nuestra mente



Problemas de sueño, estrés, ansiedad, depresión o, incluso, deficiencia de vitaminas por malos hábitos alimenticios son algunas de las causas de los problemas leves de memoria. Cuando una persona puede recordar acontecimientos que sucedieron hace muchos años, pero no los detalles que suceden hace unos minutos, decimos que tiene pérdidas de memoria a corto plazo, al no poder retener el tiempo suficiente la información. Adoptar hábitos saludables de alimentación, hacer ejercicio físico y organizar nuestras horas de sueño y descanso son fórmulas para abordar

esos problemas de memoria, pero, sobre todo, es importante tener en cuenta que con el entrenamiento continuado de nuestra mente mejorará nuestra salud cerebral. En este sentido, el Servicio de Salud Municipal nos recomienda el uso del espacio web *Memoria y Lenguaje* donde podremos encontrar entretenidos ejercicios para potenciar nuestra memoria. Aprender cosas nuevas ayuda a nuestro cerebro a generar nuevas conexiones neuronales, que conseguirán mantener nuestra mente más activa; por ello, se recomienda realizar actividades como aprender un idioma, tocar

un nuevo instrumento, tomar clases de cocina, bailar, jugar al ajedrez, etc. Lo que cuenta es desarrollar cualquier habilidad que suponga un reto para nosotros. El objetivo es mantener activo el cerebro. La lectura es una actividad que también beneficia a estos procesos, con ella desarrollamos la atención, el lenguaje o la memoria semántica, lo que permite generar nuevos conocimientos que ayudan a mejorar la memoria a corto plazo.

Existen diferentes juegos de lenguaje que pueden estimular la memoria de trabajo, como los crucigramas y otros juegos con palabras que se pueden jugar en grupo o individual; tal es el caso de las palabras encadenadas, que ejercitan nuestra memoria verbal.

El acceso a *Memoria y Lenguaje* se realiza a través del apartado *Salud* en la web [alcobendas.org](http://alcobendas.org).

**ABIERTO DESDE EL 20 DE MAYO**



**Carrefour**  
express

**ALCOBENDAS**

C/ SEGOVIA, 4



**ABRIMOS  
PARA VERTE  
CADA DÍA**

De lunes a sábado de 9:00 a 22:00h.  
Domingos y festivos de 10:00 a 21:00h.



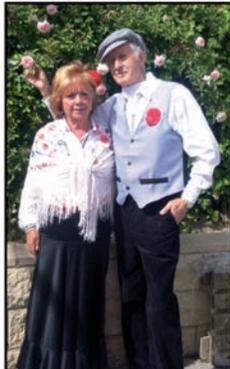
**¿TE LLEVAMOS  
LA COMPRA  
A CASA?**



**TAMBIÉN PUEDES  
RECARGAR  
AQUÍ TU MÓVIL**

# Este año, hemos celebrado 'San Isidro' de forma virtual

Este año, ha sido un 'San Isidro' diferente, porque tocaba quedarnos en casa, pero no por ello hemos dejado de celebrarlo. El viernes 15 de mayo, día de nuestro patrón, pudimos disfrutar de un espectáculo visual que montó Video Mapping Pro sobre La Menina con imágenes de las fiestas de los últimos años y que pudimos ver a través de las redes sociales municipales. También nuestros mayores se pusieron manos a la obra: fabricaron claves, hicieron rosquillas, prepararon su mantones y se vistieron de chulapos y chulapas para asistir a la verbena desde el salón de su casa con bailes de chotis y canto de la Coral Madreselva. Por su parte, el Consejo de la Juventud de Alcobendas también ha ofrecido su celebración alternativa *online* con muchas actividades desde Instagram.



IMAGINA | Más de 100 jóvenes han jugado a través de Instagram

## Finaliza la 'Liga Escape Room' virtual 'Descorona al virus'

Después de siete semanas, la fase virtual de la *Liga Escape room Imagina tu Noche, Descorona al virus* ha finalizado. La actividad, que comenzó con el objetivo de facilitar un ocio en grupo que redujera el impacto del aislamiento social y facilitar la creación de rutinas de ocio entre los y las jóvenes en estas especiales condiciones, se ha jugado a través de Instagram y en él han participado más de 100 jóvenes.

En una primera parte, los equipos iban resolviendo

enigmas que se creaban y colgaban en la red; luego, pasaron a ser los propios participantes los que diseñaban los retos para los demás equipos.

Han sido retos visuales, en formato audio, vídeo, candados virtuales, carpetas encriptadas, creación de materiales, etc. desde donde los participantes, aparte de divertirse, han trabajado con habilidades de lógica, deducción y trabajo en equipo tres veces por semana.

Los equipos han sumado

minutos extras para la futura *Liga Escape Room*, que se jugará de forma presencial cuando la situación lo permita y aquellos con más puntuación y los más constantes obtendrán como premio un juego de mesa *escape room*.

Además, los participantes en esta liga virtual han realizado una votación por el mejor enigma creado, el más creativo y divertido, siendo los ganadores el equipo Los del bixo bueno, que se ha llevado el premio en entradas de cine.



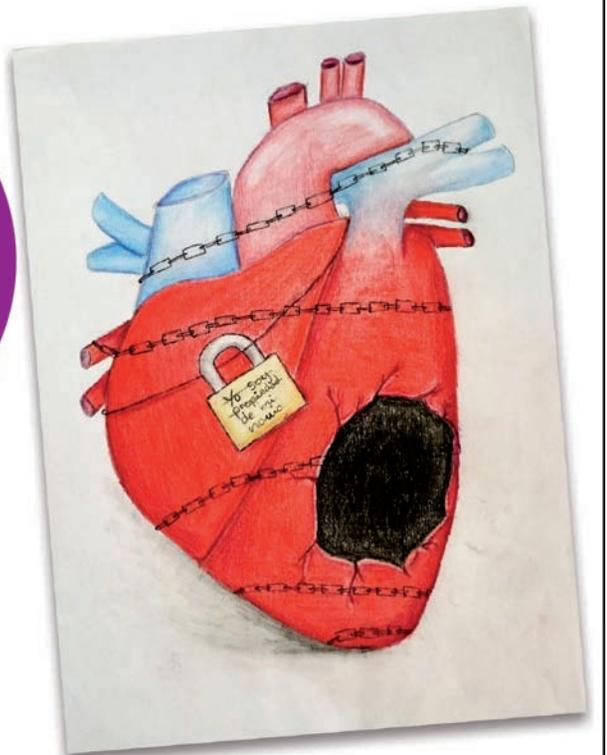
Pacto Social por el **fin**  
de la **VIOLENCIA**  
**CONTRA LA MUJER**



Ayuntamiento de  
**ALCOBENDAS**

## MAYO

Ema García  
1ºB Bachillerato  
IES Francisco  
Giner de los Ríos





La pista de atletismo, el circuito de cross, el velódromo o las pistas de pádel y tenis

## La fase 1 permitirá la reapertura de instalaciones deportivas al aire libre

La entrada de Madrid en la fase 1 de la desescalada supondrá para nuestra ciudad la posibilidad de que se puedan reabrir algunas instalaciones deportivas al aire libre. Así, el próximo lunes 25 de mayo y siempre sujetos a la normativa, se podrían abrir instalaciones como la pista de atletismo del Poli-

deportivo Municipal José Caballero; el circuito de cross y el velódromo de la Ciudad Deportiva Valdela Fuentes y las pistas de tenis y pádel de ambas instalaciones. Su uso estará sujeto al cumplimiento del Real Decreto del Gobierno correspondiente a la fase 1, en lo referente a las medidas sanitarias y

protocolos de aforo. Todas estas medidas, fórmulas de acceso, horarios... estarán disponibles en la web municipal [alcobendas.org](http://alcobendas.org), en el caso de que el Gobierno de la nación autorice a Madrid pasar a la fase 1.

“Esperamos poder atender lo mejor posible a nuestros usuarios a pesar de las restricciones. Por ello, desde aquí, les rogamos comprensión y apoyo para que, entre todos, podamos ir superando las dificultades”, dice la concejal de deportes, María Espín.



## Remodelación del camino Escobares

El Ayuntamiento ha remodelado el camino situado entre el Polideportivo José Caballero y Arroyo de la Vega, acondicionándolo en una agradable zona para el paseo y la práctica del deporte. Se ha reparado la talanquera de madera que protege el camino del cauce de agua y se ha conectado este camino con el colindante Parque de El Juncal, facilitando la continuidad entre ambos itinerarios peatonales, muy transitados durante la primavera y verano. Asimismo, se ha procedido al solado de la parte inicial del camino, una parcela de tierra intransitable en época de lluvia, frente al restaurante de comida rápida.

Esta nueva zona de paseo se ha dotado de iluminación para que los vecinos puedan ca-

minar o correr por ella con la seguridad que aporta una zona urbana. La remodelación se ha complementado con el vallado de la parcela posterior del polideportivo, con el fin de evitar el acceso de vehículos no autorizados. Las obras han durado cerca de tres meses y han supuesto una inversión de 45.000 euros.



Los de siempre,  
más cerca que nunca.

# ReVive

los comercios  
de Alcobendas

Con la colaboración de



Reactiva  
EL COMERCIO

