



Las Tertulias en



Coaching y desarrollo personal

El V Festival Raíz Flamenca
triunfa en el Antonio Machado



// Reportajes // Deportes // Noticias // Educación // Medio ambiente // Pleno // Cultura

Síguenos en www.paginadeldistrito.com





GRAN BAZAR PLAZA CHINA



NUEVO BAZAR EN CANILLEJAS - MÁS DE 2.000 Mts. de EXPOSICIÓN

**ARTÍCULOS DE FERRETERÍA - JARDINERÍA - PAPELERÍA - MENAJE
HOGAR - LIMPIEZA - DECORACIÓN - FIESTA - JUGUETES - ROPA DE TRABAJO
TEXTIL - ACCESORIOS Y PROTECTORES DE PANTALLA DE MÓVILES Y TABLET
ACCESORIOS PARA MASCOTAS - BRICOLAJE - MANUALIDADES - DISFRACES
Y MUCHOS MAS... EL BAZAR QUE TIENE DE TODO**

**ABIERTO 25 DE DICIEMBRE
Y 1 DE ENERO**

**24 DE DICIEMBRE CORTANDO
JAMÓN EN DIRECTO**

POR COMPRA SUPERIOR A 50€ → 1 PARTICIPACIÓN



PREMIO DE CONSOLACIÓN:

**SI AL FINALIZAR EL SORTEO SU TICKET DEL SORTEO NO FUE PREMIADO
EL TICKET DEL SORTEO ES VÁLIDO PARA CANJEAR POR UN VALE DE 1€
(SOLO VÁLIDO PARA EL MISMO DÍA DEL SORTEO)**

Fecha de sorteo: 24 de diciembre a las 12:00h. Debes estar presente para reclamar el premio.

El ganador solo será válido si está presente en el local. Si el ganador no está presente, se dará por Nulo.

* Promoción válida desde el 1 de Octubre hasta el 24 de diciembre. Promoción no acumulable con otras ofertas *



*Miles de artículos para Navidad
al mejor precio*



Todo tipo de protectores de Pantalla

Se ponen protectores de pantalla de SILICONA y CRISTAL TEMPLADO para todo tipo de marcas de móviles, tablet, videoconsolas, relojes, cámaras de fotos, pantalla táctil de Tpv, pantallas de automoviles a un precio increíble



Miles de artículos para decoración del HOGAR a precios increíbles

Gratuito para clientes

Abierto todos los días y festivos de 09:30 a 21:30 horas

*Presenta esta publicidad y consigue tu TARJETA VIP para todas tus próximas compras

C/ BOLTAÑA 40 - 28022 CANILLEJAS

(entrada por tunel - Antiguo DIA)



Síguenos en Instagram: [GRANPLAZACHINA_CANILLEJAS](https://www.instagram.com/GRANPLAZACHINA_CANILLEJAS)

SUMARIO

Revista independiente
editada por:

J E R B

Editor/Director: José E. Rubio

Jefe de Redacción: Alberto Rey

Redacción: Ángel Sastre, Alba

Carrillo, Alejandro Alcazar

Publicidad: 616 77 66 18

paginadeldistrito@gmail.com

Diseño: JERB E&EDICIONES

Imagen: Equipo editorial

Web-redes: John Slanston

Colaboran en este número:

Miguel A. Sánchez, Paloma López,

Jesús Sánchez, Sandra Vázquez,

Sergio Olivares, Laura Casanova,

Isabel Martín

Asociación ACEH (Autónomos,

Comerciantes Emprendedores y

Hostelería del Distrito).

C/ Virgen de la Oliva, 53, local
28037-Madrid

Tfno / Fax

91 327 23 51

616776618

E-mails

joserubio@paginadeldistrito.com

paginadeldistrito@gmail.com

www.paginadeldistrito.com

Depósito Legal: M-24634-97

Según el artículo 24, en relación con el 21 de la **Ley de Prensa e Imprenta**, se hace público que la edición de esta revista se financia con la publicidad impresa y contenido en la misma.

Queda totalmente prohibida su reproducción total o parcial sin la autorización escrita del editor.

Página del Distrito no se hace responsable de las opiniones de sus colaboradores, así como del contenido de los anuncios publicitarios u otros.

Proyecto 2025 co-subsencionado por:



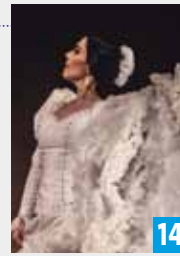
// PÁGINA DEL DISTRITO Nº 314



6



12



14



22



24



26

6 SALUD

Carabante y Mailló visitan las obras del nuevo Centro CAPPi en el Distrito

8 TERTULIAS EN LA GRADONA

Debatimos sobre "el coaching y el desarrollo personal"

12 MAYORES

Los mayores del Polígono H buscan nuevos oblectivos y abren sus puertas

14 CULTURA

El V Festival Raíz Flamenca en el Centro Cultural Antonio Machado, otro éxito

18 URBANISMO

El CEIP Carmen Cabezuolo renueva sus instalaciones

20 PUBLIRREPORTAJE

Casa Julián-Inn, un nuevo concepto para su descanso y alojamiento

22 LITERATURA

Pepa Gorostidi nos presenta su obra "Memorias de una secretaria poeta"

26 ENTREVISTA

A Ubaldo Fernández, profesor de Filosofía y conferenciante

Herbolario d'Magnolia

Plantas Medicinales - Dietética y Nutrición - Flores de Bach - Cosmética Natural

MÁS DE 30 AÑOS EXPERIENCIA EN HERBODIETÉTICA

VER A VISITARNOS

ASESORAMIENTO PERSONALIZADO

MUCHAS VARIEDAD EN SUPLEMENTOS Y PLANTAS TRADICIONALES

BIEN COMUNICADO

PARADA 38,48,165,167

Cercano a LINEA 7

SIMANCAS (SALIDA C/AMPOSTA)

C/Sillería nº1
28037 Madrid
Tel: 913063821
Movil: 640513912

Horario mañana: 9:30 a 14
Tardes: 17:30 a 20:30
Sábados: 9:30 a 14

Tasa de residuos ¿un impuesto equitativo?

La reciente implantación de la tasa de residuos por parte del Ayuntamiento de Madrid ha causado una oleada de controversia entre los vecinos de la ciudad. Para conocer la opinión sobre este asunto pulsamos la opinión de los diferentes grupos políticos sobre la conveniencia o no de la aprobación de este nuevo impuesto.



La nueva tasa de basuras

El debate sobre la Tasa de Gestión de Residuos no admite dudas: esta losa económica la han impuesto Pedro Sánchez y la izquierda. No viene del Ayuntamiento de Madrid. Es un impuesto cocinado en La Moncloa y enviado a los ayuntamientos para que ellos den la cara y asuman el desgaste vecinal.

Así gobierna Sánchez: decide solo, impone sin diálogo y abandona a los ciudadanos y a los alcaldes a su suerte. Madrid no ha elegido esta tasa; la ha sufrido. Para justificarse, Sánchez repite que "Europa obliga". Pero es FALSO. La Comisión Europea ha sido tajante: la UE no exige la tasa. Los únicos que han decidido cargar otro impuesto sobre las familias son Sánchez y sus socios, los mismos que niegan la realidad mientras vacían el bolsillo de los españoles.

Mientras tanto, las familias soportan precios altos, hipotecas asfixiantes y gastos que no paran de subir, y la izquierda las aprieta aún más. Lo hace sin dialogar, sin escuchar a los ayuntamientos y sin preocuparse por los ciudadanos. Solo buscan recaudar a costa de los de siempre.

Frente a esta situación, el Ayuntamiento de Madrid ha hecho lo que debía. Retrasó la tasa hasta el último día permitido para que los madrileños no la pagasen en 2023 ni en 2024 y, cuando ya fue obligatoria por decisión del Gobierno central, la diseñó para que afectara lo mínimo: exenciones para los más vulnerables y bonificaciones de hasta el 90% para familias numerosas.

El alcalde, José Luis Martínez-Almeida, ha sido contundente: en el Pleno pidió al PSOE y Más Madrid que se sumaran a exigir a la ministra Montero la eliminación de la tasa de basuras. Desde el Partido Popular ya votamos en contra de esta medida en el Congreso, pero no ha quedado más remedio que aplicar una ley impuesta por el Gobierno central.

Además, desde 2019 la política fiscal municipal ha supuesto más de 1.000 millones de euros de ahorro para los madrileños. Esa es la diferencia: mientras Madrid aligera la carga de las familias, esta tasa la impone Sánchez, no Almeida. Que no nos engañen: digamos NO al SANCHAZO, porque la basura de Sánchez la pagas tú.

Grupo Municipal Partido Popular de SBC



La tasa de basuras, chapucera gestión municipal

Para valorar la tasa de basura del Ayuntamiento de Madrid, debemos acudir a su fuente de legitimidad: la Directiva europea 2018/851, que perseguía adoptar instrumentos favorecedores del de "quién contamina paga" y de la economía circular, como alternativa al modelo "usar y tirar".

Esta Directiva fue traspuesta en España mediante la Ley 7/2022, que ordenaba distintas medidas, como la responsabilidad de los productores, la prohibición progresiva del vertido y quema y, también, el establecimiento por parte de los ayuntamientos de acuerdo con sus propios criterios de tasas de residuos urbanos basadas en el coste real de gestión.

Es importante recordar que el PP en el Parlamento Europeo votó a favor de esta Directiva y en el Congreso no votó en contra, sino que se abstuvo, demostrando el amplísimo consenso existente sobre la necesidad de desarrollar políticas de economía circular como instrumento de protección del medio ambiente.

Y es importante porque en el Ayuntamiento de Madrid nos hemos encontrado con la habitual estrategia del ruido del PP para ocultar que Almeida había perdido los últimos tres años. La estrategia de reciclaje no había reducido los costes y la tasa se basaba en esencia en un único parámetro: el valor catastral.

Ajena al número de personas por vivienda, a la gestión de residuos que hagan, o cualquier condición previa, la tasa de Madrid no premiaba el reciclaje ni fomentaba conductas sostenibles. Además, para una tasa que en término medio cuesta unos 150 euros tampoco se había previsto su fraccionamiento.

En definitiva, la tasa de basuras de Madrid es injusta, inequitativa y contraproducente, propia de la chapucera gestión del Ayuntamiento. Prueba de ello es que ya han anunciado una nueva para 2026, que incluirá alguno de los criterios antes expuestos.

Alberto Arkones. Grupo Municipal Más Madrid de SBC

OFERTA 25º ANIVERSARIO

GRATIS
confección de cortinas

GRATIS
Asesoramiento con
Muestras a Domicilio

GRATIS
Instalación de Estores

☎ 91 775 71 16 - 600 56 52 77

📍 Tienda c/ Suecia 42, frente al N° 41

🌐 www.decortinasyestores.es

📍 Las Rosas Transporte 140 y 38 parada 4413



PSOE

Más tasas, más basuras y menos limpieza

Para el Grupo Municipal Socialista la nueva tasa de basuras no es justa ni equitativa

La Tasa de Gestión Residuos deriva de la Ley 7/2022 de residuos y suelos contaminados, una transposición de la Directiva europea 2018/851, que establece el principio de "quien contamina, paga" y fija como objetivos: reutilizar o reciclar al menos el 55% de los residuos municipales en 2025 y el 65% en 2035. Los municipios de más de 5.000 habitantes están obligados a implantar un sistema que refleje el coste real de la recogida y tratamiento de basuras. Pretende fomentar el reciclaje y que quien más contamine, más pague.

Sin embargo, el Ayuntamiento ha aplicado una tarifa genérica y fija que contradice el principio de "quien contamina paga". No se vincula con el comportamiento ambiental de cada contribuyente.

La tasa madrileña se calcula en función del valor catastral de la vivienda, sin tener en cuenta la situación económica de los residentes ni la cantidad real de residuos que generan. No distingue entre una familia numerosa con bajos ingresos y una vivienda vacía en el mismo barrio. No valora cantidad de personas empadronadas ni las que se encuentran viviendo. Ni viviendas de uso turístico, que generan más residuos, con viviendas familiares.

El sistema no incorpora mecanismos de pago individualizados ni incentivos al reciclaje, algo que la ley exige expresamente. Tampoco se han detallado mejoras en la gestión medioambiental del servicio que justifiquen la subida de los importes.

Los vecinos/as de Madrid están indignados por la aplicación de esta nueva tasa y quieren que el Ayuntamiento aplique una tasa más justa y progresiva.

Al Alcalde Almeida los principios de justicia y equidad no le importan, prefiere recaudar indiscriminadamente.

Grupo Municipal Partido Socialista de San Blas-Canillejas

VOX

Un despropósito que no admite excusas

La tasa de basuras que se ha impuesto por el equipo de Gobierno del señor Martínez-Almeida es injusta y vergonzosa, pues está encaminada solamente a satisfacer el afán recaudatorio de nuestro Ayuntamiento.

La ciudadanía no entiende la razón de ser de este "tasazo", que podría calificarse, como lo hizo nuestro portavoz Javier Ortega en el Debate sobre el Estado de la Ciudad del 8 de septiembre, de "IBI 2.0". ¿Busca el Partido Popular incentivar el reciclaje con esta medida? El verdadero objetivo del abuso, uno más de los que golpean a la urbe, es recaudar 300 millones de euros al año.

Resulta bochornoso que la izquierda se lleve las manos a la cabeza en lo concerniente a este asunto, ya que es experta en los atracos para regar con dinero público sus chiringuitos inútiles, pero no se puede dar bula a los populares para aplicar políticas propias de los socialistas. Pues no olvidemos que el Partido Popular impulsó en 2017 que la tasa de basuras fuera obligatoria en todas las localidades de la Comunidad de Madrid, o que en 2023 se mostró inoperante en la Federación Española de Municipios y Provincias para tratar de evitar la situación que hoy afecta a la capital.

El tributo revolucionario afecta a todos los ciudadanos y resulta muy perjudicial para los más humildes. No obstante, es inadmisible que esta lamentable carga impositiva deba ser pagada por nadie y el único camino coherente es su eliminación.

Desde VOX, estamos siempre al lado de los vecinos, por lo que hemos presentado una demanda para que se anule el penoso "tasazo". Por lo tanto, si el Partido Popular desea estar del lado correcto lo tiene muy fácil, que nos apoye en las acciones que llevemos a cabo para poner fin a este atropello del que son víctimas los madrileños.

Luis Eduardo de la Hoz García. Portavoz GM VOX SBC

ESPECIALIDADES

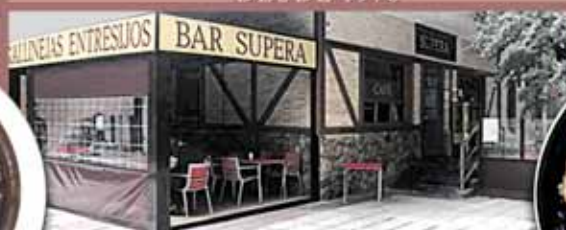
ZARAJOS

CALAMARES

CALLOS



SUPERA
BAR
DESDE 1978



TERRAZA EXTERIOR CUBIERTA
GRAN TERRAZA DE VERANO

ESPECIALIDADES

ENTRESIJOS

GALLINEJAS

GAMBAS



Pobladura del Valle, 6. 28037 Madrid. Teléfono 913 241 794 / www.barsupera.es

El delegado de Urbanismo, Medio Ambiente y Movilidad, Borja Carabante, acompañado de la concejala del Distrito de San Blas-Canillejas, Almudena Maíllo, visitaron las obras del primer centro de cuidados paliativos pediátricos integrales, que abrirá sus puertas en septiembre del próximo año en la calle Aquitania, 2.



Carabante y Maíllo visitan las obras del primer centro de cuidados paliativos pediátricos

El centro se está construyendo en una parcela municipal que ha cedido el Ayuntamiento por 75 años a la Fundación PorqueViven, para que desarrolle este proyecto pionero en España. Tras comprobar cómo avanzan las obras de esta infraestructura, pensada exclusivamente en el bienestar de los niños y sus familias, Carabante explicó que los trabajos comenzaron el pasado mes de julio y estarán finalizados el próximo verano. Desracó la importancia que tiene la ejecución de este centro de atención sociosanitaria integral único y sin precedentes en el país, que “va a cambiar la realidad de la ciudad de Madrid y la vida de personas que en un momento tan crítico necesitan el apoyo de todos, también de la Administración”.

“Un apoyo, compromiso e impulso” que Carabante, en nombre del Ayuntamiento, ha garantizado a la fundación a cargo del proyecto, en lo que supone “un ejemplo de colaboración público-privada que permite cancelar una

deuda pendiente con los niños enfermos y sus familias”. Agradeció el trabajo de las fundaciones, a “los magníficos profesionales que se dedican a estas labores y a los verdaderos ángeles custodios que son los voluntarios que acompañan en el trance”.

Por su parte, la directora general de la Fundación PorqueViven, Mónica Cantón de Celis, incidió en el objetivo de que “los niños que no pueden curarse vivan acompañados, cuidados y atendidos como necesitan y que sus familias se sientan sostenidas en cada etapa del proceso”.

Atención a 1.400 usuarios por parte de 100 profesionales y 400 voluntarios.

El centro estará gestionado por la Fundación PorqueViven y podrá atender a hasta 1.400 usuarios de 0 a 18 años. Contará con 100 profesionales y 400 voluntarios. Un centro de día donde podrán estar los niños encamados mientras los progenitores desarrollan su jornada laboral, y un aula de integración para los niños no escamados. Tendrá, tam-

bién, un espacio de respiro familiar en el que podrán dejar al niño durante un corto tiempo para que lo cuiden y puedan descansar o realizar otras tareas.

El equipamiento sociosanitario dispondrá de servicios complementarios para el bienestar de enfermos y familiares como atención psicológica, y salas de terapia para usuarios internos y externos. Incluyendo fisioterapia, terapia ocupacional, musicoterapia y terapia acuática de piscina, además de biblioteca y sala de juegos, entre otros recursos. Las zonas verdes para disfrutar del aire libre tendrán gran protagonismo en el proyecto, ocupando 5.000 metros cuadrados de los 10.000 que ocupan la parcela.

La construcción de este nuevo centro está financiada por la Fundación Amancio Ortega, creada en el año 2001 para colaborar en proyectos relacionados con los ámbitos de la salud y la educación, con especial atención a los colectivos más vulnerables de la sociedad.

K'EEKEN TAQUERIA

¡La mejor taquería de Madrid!

Miércoles:
12:30-16:00
20:00-24:00

Jueves:
12:30-16:00
20:00-24:30

Viernes:
12:30-16:00
20:00-0:30

Sábado:
12:30-16:30
20:00-24:30

Domingo:
12:00-18:00

Trav. de Rda. 6, San Blas-Canillejas, 28022 Madrid

@taqueriakeeken <https://taqueriakeeken.com/>

Trae este cupón y obtén 5% de descuento



Tratamiento para Calidad de Piel

	1 sesión	3 sesiones
• MASCARILLAS - Tratamiento facial	90€	190€
• HYDRAFACIAL - Tratamiento facial	150€	

Tratamiento Corporal y Facial

	1 sesión	5 sesiones	10 sesiones
• INDIBA Facial	55€	225€	395€
• INDIBA Corporal	65€	295€	495€
• PRESOTERAPIA	25€	100€	180€

Tratamiento de cabina Skynceuticals

Peeling Químico tratamientos para mejorar la **hiperpigmentación** y la calidad de piel

1 sesión

90€

3 sesiones

240€

Pack de 6 sesiones

~~540€~~

420€



¡Pide tu cita!

Calle Sofía 177J

Madrid

T.659 996 087

www.habanalips.com



Las Tertulias en La Gradona: "Coaching y desarrollo personal"

Página del Distrito ha puesto el foco en el coaching y el desarrollo personal, un ámbito que gana protagonismo en un mundo que exige reinventarse constantemente. Para profundizar en los retos y oportunidades que implica impulsar nuestro crecimiento individual, hemos contado con la estimable colaboración de: **Alberto Alonso**, coach profesional; **Myriam Cobos**, experta en desarrollo y escritora; **Lourdes Martínez**, mentora de mujeres en tecnología; y **Elena Naranjo**, coach y escritora

¿Qué es el coaching?
Alberto Alonso (A. A.): Es un acompañamiento que se les ofrece a las personas para que vean qué cambios quieren hacer en sus vidas para ser mejores. Lo que se busca es que mejoren en algún aspecto concreto para que luego puedan extrapolarlo a otras cosas y ser esas personas que siempre han querido ser.

Myriam Cobos (M. C.): Es el ejercicio de ayudar a las personas a tener una mejor vida y a tomar las mejores decisiones posibles. Todo empieza por analizar las cosas de forma consciente y racional. Se aplica tanto a cuestiones físicas como mentales y emocionales, y es la base para una vida más feliz.

Lourdes Martínez (L. M.): Es un proceso de acompañamiento en el que, mediante preguntas, ayudamos a las personas a descubrir sus propósitos, valores y emociones. De este modo, pueden comprenderse mejor y orientarse hacia lo que realmente desean.

Elena Naranjo (E. N.): Es una manera de guiar a las personas para que puedan cumplir sus objetivos, metas y sueños en la vida. Nosotros somos los que vamos con ellos de la mano y los acompañamos a atravesar las dificultades.
¿Qué papel juega el autoconocimiento en el proceso de transformación personal?

(A. A.): A mí me gusta decir autodescubri-

miento, porque siempre nos encontramos con lo que no sabíamos de nosotros mismos. Es algo realmente importante. Lo que pasa es que mirar hacia adentro cuesta, porque siempre tendremos una opinión subjetiva y enjuiciada de nosotros mismos. Ese pensamiento negativo hacia nosotros mismos es lo que nos limita a progresar. Para esto es está precisamente el coaching: para ayudar a conocerte.

Elena Naranjo:

"Si no nos conocemos, ¿cómo sabemos lo que queremos cambiar?"

(M. C.): Conocerse a uno mismo es la base para una vida feliz, porque sabrás tomar las mejores decisiones. Y para ello hay que hacer un gran ejercicio de introspección, de hurgar dentro de uno mismo para saber quién es en realidad. Como entrenadora de tai chi, defendiendo, además, de que todo conocimiento parte de saber cómo funciona el cuerpo humano.

(L. M.): El autoconocimiento es fundamental, porque solo cuando uno se detiene de verdad a mirarse por dentro empieza a entender qué le mueve, qué le frena y qué necesita para avanzar. Y es precisamente a partir de ese momento, cuando ya tienes claro quién eres y qué lugar ocupas, que puedes empezar a

ordenar tus deseos, darles sentido y alinearlos con un propósito claro, sólido y sostenible.

(E. N.): Vivimos tan acelerados que casi no nos damos espacio para detenemos y observar qué está pasando dentro de nosotros. Y lo preocupante es que hemos terminado normalizando una versión superficial de quiénes somos, sin concedernos la oportunidad de explorar nuestro verdadero potencial. Tenemos que soltar todos los ideales que tenemos para resetearnos.

¿Es posible cambiar sin antes entender quiénes somos realmente?

(A. A.): Para que ese cambio perdure en el tiempo, es necesario realizar un ejercicio de introspección verdaderamente profundo. Uno que nos permita revisar nuestras creencias, emociones y conductas con honestidad para generar efectos sostenibles a largo plazo. Este proceso se apoya en tres pilares esenciales: ser, sentir y tener, que funcionan como una guía para comprender quiénes somos, cómo nos afectan nuestras emociones y qué necesitamos construir para vivir de forma coherente con nuestro propósito.

(M. C.): Cambiar sin antes comprender quiénes somos realmente es extremadamente limitado, porque cualquier transformación superficial tiende a ser temporal y poco coherente. El autoconocimiento profundo actúa como base para cualquier proceso de cambio,



nos permite identificar patrones y valores.

(L. M.): Es necesario tener la actitud de querer cambiar. Normalmente estamos cerrados en el bucle de cumplir con las tareas, responsabilidades y obligaciones sin pararnos a reflexionar. Es muy importante que nos cuidemos nosotros primero para que podamos cuidar de los demás. Creo que esta educación debería implementarse también en la escuela, para que los niños y las niñas sepan cómo gestionar sus emociones.

(E. N.): ¿Si no nos conocemos, cómo sabemos lo que queremos cambiar de nosotros mismos? Vivimos en piloto automático y hacemos cosas creyendo que están bien pero no nos sientan bien. Eso es porque tenemos muchas ideas, rutinas y pensamientos arraigados que no nos dejan progresar.

¿Hasta qué punto debemos aceptar nuestras limitaciones y cuándo deberíamos desafiarlas?

(A. A.): Aceptar nuestras limitaciones no significa resignarse, sino reconocer con honestidad cuáles son nuestras capacidades actuales, nuestras áreas de mejora y los factores que nos condicionan. Solo desde ese reconocimiento podemos identificar de manera estratégica qué aspectos podemos desafiar y expandir, estableciendo metas realistas pero retadoras que nos permitan crecer sin poner en riesgo nuestro bienestar ni desviarnos de nuestro propósito.

(M. C.): Lo primero que todo el mundo debería hacer es saber que tiene unas limitaciones. Eso no nos debe hacer sentir mal con nosotros mismos, porque es natural. El primer paso es identificarlas y no juzgar por ello, sino que tenemos que trabajar en ellas. Además, es muy importante no encerrarse en nuestras ideas. Muchas veces tenemos algo muy asimilado porque así nos lo han inculcado cuando éramos pequeños.

(L. M.): Gracias a las limitaciones es donde las personas crecemos, porque son de las que nos convertimos en mejores personas.

Considero que es muy importante conocer las emociones que tenemos las personas y no juzgarlas, porque de la tristeza llega el cambio. Entonces, la tristeza no es un estado de ánimo negativo, hay que verlo como una oportunidad de cambio.

(E. N.): A las limitaciones siempre hay que retarlas. Sobre todo pasa con los pensamientos, porque nuestro diálogo interno ha sido tan intenso durante tanto tiempo que al final te crees lo que piensas. Y normalmente siempre son calificativos negativos. La clave para descubrir cuáles son estas limitaciones es ver cuáles nos frenan para ser felices.

Alberto Alonso:

“Todo parte del juicio que tenemos de nosotros mismos”

¿Piensan que la gente considera que el coaching puede serles útil?

(A. A.): Pienso que la gente está equivocada sobre la función que tiene un coach de desarrollo personal. No hace falta que tengas un problema para que vengas a hablar con nosotros. Lo que buscamos es que mejores, estés en la situación que estés. Que analices si te estás enfocando en lo que quieres o en lo que no quieres. Se trata de cambiar la perspectiva de las cosas y buscar la motivación donde parece que ya no estaba.

(M. C.): Considero que sí lo ven como una herramienta útil, pero no se acaban de aventurar. Pasa lo mismo que con ir al psicólogo. Saben que es bueno, pero no toman la iniciativa por miedo a abrirse. De hecho, en sí mis-

mo es un síntoma de bloqueo mental, porque sabes que el coaching es algo que te puede ayudar pero lo rechazas por miedo a experimentar con tus pensamientos y creencias.

(L. M.): Muchas personas no saben realmente qué es el coaching, por lo que no suelen considerarlo como una herramienta útil. Sin embargo, su verdadera esencia es como un faro en medio del océano. No da todas las respuestas, pero enseña a navegar las olas, a entender las corrientes y a fluir con ellas para avanzar con dirección hasta llegar a la orilla que se busca.

(E. N.): Algunas personas desconocen cómo el coaching puede impactar en su vida de manera concreta. A menudo lo asocian únicamente con asesoramiento profesional o con un enfoque motivacional superficial, sin percibir su potencial para generar cambios profundos en hábitos, emociones y autoconocimiento. Esto genera dudas sobre si realmente vale la pena invertir tiempo y recursos.

¿Cómo podríamos incorporar el desarrollo personal en el entorno académico?

(A. A.): Hemos visto el poder que tiene conocerse a sí mismo y que podemos convertirnos en otra persona cambiando la percepción de nosotros mismos. Ese aprendizaje se desarrolla cuando uno lo demanda o lo necesita. Está aquí el centro de la cuestión sobre esperar a que algo esté mal para buscar una solución. En este sentido, veo estrictamente necesario implementar educación emocional y de desarrollo personal en los colegios para que los niños tengan desde pequeños las herramientas para cambiarse a sí mismos.

(M. C.): Para que esto se implemente en las escuelas se debería cambiar todo el sistema educativo. Todo empezaría con la filosofía de formación que reciben los propios formadores o profesores. La cultura asiática que he aprendido a través del tai-chi defiende que uno de los pilares de la felicidad es estar en el aquí y en el ahora. Allí los niños lo tienen muy claro, porque se enseña en las escuelas. Estar pre-



La GRADONA · RESTAURANTE ·

sente implica estar atento a tus emociones y saber cómo gestionarlas. El modelo educativo en España no quieren que pensemos.

(L. M.): Lo que sucede es que el sistema educativo está obsoleto y se centra en cosas intrascendentes para la vida humana, pasando por alto pilares muy importantes. Lo que no podemos esperar es que haya un cambio por parte del sistema actual, porque tardaría mucho tiempo en implantarse y no sería suficiente. Por eso, considero que todos nosotros como ciudadanos y padres de los niños escolares, tenemos un pequeño porcentaje de responsabilidad para que los niños vayan a la escuela sabiendo educación emocional.

(E. N.): Podríamos incorporar el desarrollo personal en el entorno académico integrándolo de forma transversal en la formación, no como un añadido ocasional, sino como una competencia más. Esto implicaría incluir talleres de autoconocimiento, gestión emocional,

comunicación efectiva y toma de decisiones, así como espacios de reflexión guiada dentro del currículo. También sería clave capacitar al profesorado para que pueda acompañar estos procesos y crear dinámicas que fomenten la colaboración, la empatía y la responsabilidad personal.

Myriam Cobos:

“El modelo educativo en España no quiere que pensemos”

¿Qué riesgos existen cuando el coaching no está aplicado con una base profesional?

(A. A.): El intrusismo. Al fin y al cabo acabamos siendo psicólogos de algún modo y hay mucha gente no cualificada que, con buena fe de ayudar, hacen lo contrario. Al igual que hay restricciones para ser médico o abogado, debería haber para aquellos que nos dedicamos a trabajar con las emociones de las personas. Creo, además, que todas las personas que ejercen como coaches deberían saber gestionar sus emociones y tener un recorrido de desarrollo personal. Somos personas y predicamos con el ejemplo.

(M. C.): Se necesita formación y experimentar un cambio personal a nivel emocional y motivacional. Lo primero que se requiere es conocimiento, autoconocimiento y experiencia. Tenemos que estar sanos interna y externamente para ayudar a otros a que también lo estén. Para eso hace falta mucho más control del personal que ejerce esta labor. No cualquiera está cualificado.



GESTORIA DIEGUEZ

SERVICIOS:

ABOGADO - ASESORAMIENTO JURÍDICO

- **ASESORÍA LABORAL:** Contratos, Nóminas, Seguridad Social, Altas...
- **ASESORÍA FISCAL Y CONTABLE** de autónomos y empresas: impuestos, IRPF, IVA, censos, cuentas anuales, libros, etc.
- **GESTIÓN** de IMPUESTOS DE SUCESIONES, PLUSVALÍA, etc.
- **GESTIONES DE TRÁFICO:** transferencias, bajas, duplicados, renovaciones, etc..
- **GESTIONES DE EXTRANJERÍA**



**C/ Suecia, 25 - 28022 Las Rosas
M-40 salida 12 - Metro L2 Las Rosas**

Contáctanos:

Tel.: 91 760 11 62 - Email: dieguezasenjo@gestores.net

Horario: de Lunes a Viernes: 9:00 a 14:00 y de 17:00 a 20:00 horas

!! Abrimos SÁBADOS por la mañana!!



(L.M.): Si no das con un buen profesional, el camino se convertirá en una carrera de obstáculos que tendrás que superar mientras mantienes tus ideas equivocadas. Lo peor del intrusismo o la mala praxis de la profesión es que las personas se frustran y no admiten segundas oportunidades, porque piensan que nada les puede cambiar. Se trata de un puesto muy responsable y del que no cualquiera puede hacerse cargo.

(E. N.): Como coach es imprescindible tener una formación sólida, horas de práctica supervisada y una certificación, porque no basta con tener ganas de practicar. Hay sesiones que pueden remover mucho al cliente y, si no se tiene la preparación adecuada, se corre el riesgo de no saber contener la situación. Cuando una persona está en tratamiento psicológico, es fundamental coordinarse con su profesional para definir los límites del coaching y no invadir ámbitos terapéuticos.

Lourdes Martínez:
“Siempre hay algo nuevo que descubrir de nosotros mismos”

¿Qué conclusiones sacan?

(A. A.): A mí el coaching me ha cambiado la vida. Habermelo rodeado de gente que estaba en la misma energía que yo me ha servido para darme cuenta de que sí se puede cambiar. Todo parte de la actitud, la mentalidad y el juicio que tenemos de nosotros mismos. He probado con psicólogos y psiquiatras, pero fue en el coaching donde encontré realmente la paz y la confianza en mí mismo.

(M. C.): Saco en claro que cada vez es más importante que se implemente la educación emocional en el entorno académico. Teniendo en cuenta que hoy en día estamos

influenciados bajo el juicio ajeno por medio de las redes sociales e Internet, tener la capacidad de autogestionar las emociones en cualquier situación aportará un valor diferencial a nuestra sociedad.

(L. M.): El coaching no debe quedarse como algo estático esperando a que nos lleguen clientes, sino que también tenemos que estar actualizándonos constantemente. Tenemos que ser conscientes de que siempre habrá algo nuevo que descubrir de nosotros mismos, lo que nos tiene que dar motivación para ser un 1% mejor que el día anterior.

(E. N.): El coaching realmente sirve. Desde aquí mando ánimos para que la gente se atreva a conocer la mejor versión de sí mismo. También, que investiguen mucho, que asistan a tertulias y espacios en los que nos reunimos coaches para que vean cómo trabajamos y cuál es nuestra función.



¡Ahora con ozono de forma opcional en todas nuestras lavadoras!



Speed Queen Las Rosas Manchester, 12 28022 Madrid

Horario de apertura:
Todos los días de 8h a 22h

Lava desde 5 €
Seca desde 3 €

614 102 115



Nueva Lavandería Autoservicio

Speed Queen le garantiza una excelente calidad de lavado y secado en un ambiente moderno y confortable.

 Detergente, suavizante y desinfectante incluidos en cada ciclo de lavado

 Disfruta de nuestro local climatizado y paga cómodamente con tarjeta

Los mayores del Polígono H buscan nuevos objetivos

España representa una pirámide poblacional regresiva, es decir, tiene un porcentaje significativo pertenecientes a la 'Generación Senior' o sea, mayores de 60 años.

Se trata de una población senior, cuya tendencia va en aumento, aunque desde hace algunos años este colectivo disfruta de una mayor calidad de vida gracias, en parte, a las Asociaciones de Mayores. En la actualidad, la esperanza de vida de los hombres se sitúa en 79 años y la de las mujeres en 85. Dado que la jubilación tiene lugar a partir de los 67, en ese intervalo de tiempo es preciso buscar fórmulas que permitan a esta gran parte de la población ocupar su tiempo posible a través de diferentes actividades. Las Asociaciones de Mayores juegan un papel fundamental en la potenciación del envejecimiento activo. El objetivo de estos espacios es promover la participación de las personas jubiladas y redefinir el concepto clásico de la última etapa vital.

Hoy en día, el 47% de las personas con más de 67 años pertenece a alguno de estos clubes de jubilados, según un informe elaborado por el IMSERSO (Instituto de Mayores y Servicios Sociales). Dentro de este análisis, las Comunidades Autónomas que presentan un mayor porcentaje de vinculación con dichas asociaciones son: Navarra (93,6%), Ceuta (93,1%), La Rioja (89,8%) e Islas Baleares (81,6%). En el extremo opuesto se sitúan



Canarias (14,4%) y Cataluña (15,8%). Por sexos, los hombres representan el 56%, mientras que las mujeres son el 41%.

Una de las asociaciones más significativas del Distrito de San Blas-Canillejas es la de los pensionistas del Polígono H. Esta asociación, que fue fundada en 1991, da cobertura a todos los mayores que acuden a su local ubicado en la calle Herencia, 3 y 5. Allí se reúnen los socios para conversar y distraerse con distintos juegos de mesas, realizando la amistad entre sus miembros que pueden ser masculinos o femeninos.

Disponen de dos grandes salones en los que pueden jugar al dominó y las cartas, así como diferentes aparatos para realizar ejercicios aeróbicos y de musculación. Destaca su bar, donde se puede consumir toda clase de bebidas a un precio muy por debajo del habitual. Está atendido por dos socios que destacan por su diligencia y simpatía.

Es una entidad sin ánimo de lucro, cuyo objetivo es proporcionar a sus socios información y orientación en relación a los recursos sociales allí existentes, y organizar actividades tendientes a conseguir mayor bienestar y calidad de vida.

La Asociación, que vivió momentos de bonanza llegando a tener 373 socios, se encuentra en un momento delicado. Después de la pandemia del COVID, tiene poco más de 50 socios, lo que hace muy complicado su mantenimiento. Con 40 euros de cuota anual, poco se puede hacer. Por eso, hacen un llamamiento a todos los jubilados y jubiladas del Polígono H a que se unan a esta sociedad para continuar con la labor social que fue el principio con el que se creó.

Si esta asociación aumentase su número de miembros se podrían realizar más actividades como visitar Madrid y sus alrededores, sus museos, parques, cines, teatros, etc. Por eso, hacen una llamada a que se inscriban como socios en su sede. Incluso admiten a personas menores de 60 años como futuros jubilados.



11ª CAMPANA DE ESTERILIZACIÓN 2025-2026

Desde 1 Noviembre 2025 a 28 Febrero 2026

	MACHO / HEMBRA	
PERROS		
-10KG	140 €	200 €
10-20KG	150 €	235 €
+20KG	160 €	255 €
GATOS	85 €	130 €

Pide tu cita sin compromiso en el

913065599

CV Las Musas
c/Longares 40
28022 Madrid

LAS MUSAS
LÍNICA
ETERINARIA

Tfno. cita previa: 913065599
Horario: L-V 10.30-13.30
17.00-20.30
Sábados: 10.30-13.30

Cirugía, tratamientos inyectables y retirada de puntos incluido en el precio. No incluido tratamientos orales, analíticas ni preoperatorio.

Oferta válida para esterilizaciones rutinarias.



PHONAK
life is on

Una experiencia
auditiva
incomparable



En Oidox trabajamos con marcas líderes en el sector auditivo.

Estamos en **C. de los Hermanos García Noblejas, 158 - Cdad. Lineal • 28037 Madrid**

Llámenos al Teléfono: **613 62 42 13** y pida su cita hoy mismo y sin compromiso



**¡DISFRUTE
DEL MOMENTO!**
HANSATON FOKUS



HANSATON
hearing & emotions

A Sonova brand

El C.C. Antonio Machado albergó el V Festival Raíz Flamenca

Cante, guitarra y baile se dieron cita en la V edición del Festival Raíz Flamenca, que contó con las actuaciones de 'La Tana', José Valencia y Vanesa Coloma.

Tres veladas de auténtico sabor flamenco conformaron este festival, que contó con la presencia de un gran número de entusiastas seguidores que llenaron todas las localidades disponibles.

La primera actuación corrió a cargo de Victoria Santiago Borja 'La Tana', que presentó su espectáculo 'Musa de artistas'. Una artista que expresa su faceta de cantaora de 'alante' y por eso su actuación adquirió un especial interés. Es una artista de excepción, heredera de la mejor tradición gitana y trianera, como lo que representa su madre, Herminia Borja. Otra cantaora digna de mención, curtidora en el ámbito de ese indigne proletariado flamenco que a base de sudor y trabajo han trabajado en los tablaos de medio mundo.

'La Tana' apoya su cante en tres pilares fundamentales: una extraordinaria habilidad en la capacidad comunicativa de los cantes y en la recuperación de diferentes formas expresivas olvidadas. Todo esto se une muy bien en los aires de soleá a los que acostumbra a todos sus



seguidores. Ocurre lo mismo con la bulería, cuando la queja aflora sin fisuras en perfecta sintonía con el ritmo fiestero. Por seguiriyas puede ser tremenda. En su actuación, estuvo acompañada a las palmas por Mariano Santiago y Edu Gómez, y por 'El Perla' al toque, que en todo momento consiguen el tono adecuado de la cuerda en cada quiebro de voz, tan imprevisible como certero. La voz del veterano José Valencia fue la protagonista de la segunda velada de este festival. Valencia nos ofreció 'Raíces Jondas', una colección de diferentes temas que no dejó indiferentes a todos los que acudieron a presenciar su puesta en escena. Forjado desde abajo, en el cante para el baile, este cantaor acumula una larga trayectoria con más de treinta años sobre los escenarios. Ha llevado su arte por diferentes lugares de la geografía flamenca internacional, junto a artistas del baile de la talla de Farruquito, Antonio Canales o El Pipa, y en solitario, lo que le ha convertido en uno de los cantaos más modernos de la actualidad. En su propuesta con-

Pastas y Pizzas sin Gluten



Restaurante Il Quattro

¿Todavía no conoces el mejor restaurante italiano de Las Rosas?

ENVÍO A DOMICILIO

Menú de mediodía
Eventos y más

¡GRATIS!

www.ristoranteilquattro.es
 912344929
Paseo de Ginebra 26, Madrid

fluyen tradición y vanguardia. Su último trabajo, realizado para la Bienal de Sevilla del pasado año, en torno a los estilos de Lebrija, ha causado un hondo impacto entre la afición y la crítica flamenca. El toque de Eugenio Iglesias y las palmas y compás de Rafa Peral y Miguel Vallés completaron el elenco de artistas.

El baile de Vanesa Coloma puso el colofón al festival. Esta bailaora, coreógrafa y directora reivindica su madrileñismo con su nuevo trabajo 'Castiza 2.0'. Formada en el Real Conservatorio de Danza de Madrid, lleva desde muy joven actuando



por los mejores tablaos de nuestro país. Ha colaborado con artistas del nivel de Alfonso Losa, Rocío Molina, Belén Maya, Jesús Carmona o Manuel Liñán, entre otros.

En este 'Castiza 2.0', a través del flamenco, narra sus vivencias en nuestra ciudad, en las genuinas aportaciones artísticas que cambiaron el rumbo del flamenco causadas por momentos culturales históricos. Todo ello enmarcado en el género de la revista, recuperando esa picardía teatral y aflamencando estilos claves como el chotis, la copla o el pasodoble, motivando con todo ello una conexión entre el público de más edad y el más joven. En sus actuaciones, está acompañada en el toque por Antonio González, Carlos Velázquez en el

baile, y por los cantaores Gabriel de la Tomasa, Juan Debel y Loreto de Diego.

Vanesa Coloma logró en 2012 ser finalista del Certamen de Coreografía de Madrid con su espectáculo 'Flamenklórica'. Tras ello, ha participado en un gran número de festivales. En 2016 en el 'Flamenco Madrid', 'Tío de la Juliana', 'Corral del Carbón' y 'Otoños Flamencos'; y en 2018, en el 'Internacional de Albuquerque' y en el de Jerez.

En resumen, un festival que ha reunido cante, guitarra y baile. Tres espectáculos que sirven de puente entre lo mejor de lo nuevo y lo más entrañable de lo antiguo. Algo que funde el gusto por lo clásico con las nuevas tendencias renovadoras de un flamenco en constante evolución.

ACOGER CAMBIA VIDAS

LA SUYA Y LA TUYA

ACOGIMIENTO FAMILIAR:
ACOMPaña, CUIDA Y OFRECE UN HOGAR TEMPORAL
CONSULTA LAS AYUDAS PARA FAMILIAS DE ACOGIDA

La pista de hielo más grande de Europa en el Riyadh Air Metropolitano

La segunda edición de Madrid On Ice ofrece un plan navideño 360º: patinaje sobre hielo, música en directo, espectáculos que sorprenderán de nuevo al público, actividades navideñas y la mejor gastronomía para mayores y pequeños: una experiencia inmersiva única para toda la familia.

La Navidad volverá a congelar el Riyadh Air Metropolitano dando paso a una nueva edición de Madrid On Ice, que este 2025 se consolida como el gran epicentro navideño de la capital. Con más de 4.200 metros cuadrados de hielo que rodeará el terreno de juego y capacidad para 1.500 patinadores simultáneamente, el estadio del Atlético de Madrid acogerá del 22 de diciembre al 11 de enero la pista de hielo más grande de Europa en un estadio de fútbol, además de un amplio programa de ocio, música, actividades y gastronomía para disfrutar en familia. Esta Navidad el estadio atlético colverá a convertirse en la mayor pista de hielo de Europa. Además, habrá actividades infantiles y familiares, comida navideña, actuaciones musicales, y muchas sorpresas. Los vecinos de SAN BLAS CANILLEJAS tendrán un código exclusivo de un 25% descuento de



descuento en sus entradas de sesiones mañana o de tarde.

Para beneficiarte ya del descuento, solamente hay que pinchar en <https://madridonice.com/entradas-patinaje/> y aplicar el código promocional. **MOISANBLASCANILLEJAS**. Válido hasta fin de existencias hasta 500 unidades.

Tras la primera edición, que conquistó el corazón de más de 100.000 visitantes, Madrid On Ice vuelve en este 2025 con un formato más amplio, un calendario más extenso, más actividades y sorpresas aún por desvelar.

Madrid On Ice, promete convertirse por segundo año consecutivo en el centro neurálgico de la Navidad, invita a los madrileños, a los visitantes de toda España y de fuera de nuestras fronteras a vivir una experiencia invernal única, apta tanto para principiantes como para patinadores expertos.

“Queremos que el Riyadh Air Metropolitano se convierta en el corazón de la Navidad madrileña, un punto de encuentro para familias, amigos y aficionados donde disfrutar de la magia de estas fechas en un entorno único”, destaca Óscar Mayo, director general de Ingresos y Operaciones del club.

ALQUILER DE HABITACIONES POR NOCHE

Duerme y sueña como en casa

Te esperamos

Reserva directa:

<https://hotels.cloudbeds.com/reservation/ibaZcd>




C/ de Julio, 52 Bis Madrid 28022

Tfno: 635 913 351

CLÍNICA HROCHA

- Medicina Estética Dra. Rocha (35 años de experiencia)
- Flebología (Varices sin Cirugía)
- Medicina Capilar
- Fisioterapia Avanzada
- Láser CO2

+ 34 91 371 73 35
hrocha.com
@grupohrocha



- **¡NUEVO!** Pruebas Laboratorio - Analíticas (Privado y Sociedades)
- Nutrición y Dietética
- INDIBA | LPG | NanoPore
- Podología
- Psicología

C/ Nicolasa Gómez, 80
CANILLEJAS
Metro Torre Arias



RENOVAMOS MADRID

www.renovamosmadrid.com



EMPRESA REFERENTE EN REHABILITACIÓN

EFICIENCIA ENERGÉTICA Y ACCESIBILIDAD

NUESTRA EXPERIENCIA NOS AVALA



RENOVAMOS MADRID QUIERE AYUDARTE A CONSEGUIR UN
AHORRO ECONÓMICO Y MEJOR CALIDAD DE VIDA.



**TRAMITAMOS Y TE CONSEGUIMOS
LAS SUBVENCIONES**



de AYUDAS



91 560 61 90

info@renovamosmadrid.com



FUNDACION
RESSA



TRABAJAMOS CON FUNDACIÓN RESSA
PARA IMPULSAR Y CONSOLIDAR EL
PROGRAMA RAÍCES DE BARRIO

El CEIP Carmen Cabezuelo renueva sus instalaciones

La Junta Municipal de San Blas-Canillejas ha finalizado las obras de modernización y mejora del Colegio de Educación Infantil y Primaria (CEIP) Carmen Cabezuelo.

Na concejala del Distrito, Almudena Maíllo, visitó el centro y comprobó de primera mano el resultado de estos trabajos, cuya inversión de 209.000 euros proviene de los Planes Integrales de Barrio (PIBA). Esta actuación se enmarca en el Plan de Transformación y Regeneración Urbana y de Zonas Estanciales del entorno del Parque Paraíso 2023-2027, del que ya se han ejecutado alrededor de 17 millones de euros y cuyo objetivo es mejorar la calidad de vida, la accesibilidad, los equipamientos públicos y el paisaje urbano. Maíllo destacó la importancia de invertir en la red educativa pública del Distrito, garantizando instalaciones seguras: "Queremos proporcionar a los escolares, con independencia de su origen o situación socioeconómica, las oportunidades y las herramientas necesarias para progresar y prosperar como sociedad, lo que supone este año una inversión de casi 1,5 millones de euros". La intervención ha permitido renovar integralmente la pista deportiva, donde se ha instal-



lado un nuevo pavimento de alta resistencia con acabado antideslizante. Además, se ha reparado el murete delimitador, se han acondicionado las escaleras de acceso mediante la colocación de un doble pasamanos y se han ejecutado nuevas soleras y canaletas

para la correcta evacuación de las aguas. La actuación se ha completado con el pintado de muros, cerrajerías, porterías y canastas. En el área infantil, se ha instalado también un nuevo solado de caucho para facilitar el juego seguro.

TARJETA Regalo



MICROVELL INFORMÁTICA

15% DESCUENTO

EN LA REPARACIÓN DE TU ORDENADOR

PRESENTANDO ESTE CHEQUE REGALO
O UNA FOTO DEL MISMO TENDRAS
**15% DE DESCUENTO EN LA AMPLIACION
O REPARACION DE TUS ORDENADORES**

TFNO. 91 306 10 80

MICROVELL INFORMATICA
C/. AJOFRIN, 18 - 28037

VALIDO HASTA JUNIO 2026





ÓPTICA KORÉ

Visión Integral

Comprar gafas de sol en ópticas te da la seguridad de cuidar bien tus ojos

Disponemos de gafas de sol garantizadas al mejor precio

Avda. Canillejas a Vicálvaro 51-B
28022 Canillejas - Telf.: 91 320 59 45



Controle la tensión ocular

PROTECCIÓN Y MODA

SOL

EN TU ÓPTICA



CLÍNICA AVORIA

! Oferta de Lanzamiento !
Nuevo Centro en Las Rosas
Ven a conocernos y prueba
tu tratamiento a precio único

Envuelve bienestar, entrega confianza
Regala tratamientos estéticos



Estas fiestas, sorprende con un detalle que se siente, se disfruta y se recuerda.
En **Clínica Avoria**, hemos preparado opciones especiales para regalar o regalarte
a ti misma, belleza, autocuidado y momentos de mimos.

Hidrafase con Limpieza Premium

Un clásico que nunca falla
Piel limpia, luminosa y perfectamente hidratada

75 € (antes 100 €)

Tratamientos corporales

Reducción, firmeza, drenaje...

elige el objetivo y nosotros hacemos el resto

Desde **59 €**

Bonos Depilación Láser

Regalo práctico, duradero y perfecto
para empezar el año sin vello

Desde **29 €**

Tratamiento Vitality con Radiofrecuencia

Regalo ideal para reafirmar, mejorar textura
y devolver energía a la piel

59 €

Tratamiento Deluxe Cleopatra con Oro 24K

La experiencia más lujosa de nuestras clínicas.
Nutrición, glow y efecto rejuvenecedor inmediato

125 €

!Pide tu cita!

CLÍNICA AVORIA

C/. Suecia 43
657 543 323



Casa Julián-Inn, un nuevo concepto para su descanso

En el corazón de la Colonia Fin de Semana, en la calle Julio 52 Bis, se encuentra Casa Julián-Inn, un alojamiento que combina tradición familiar, tecnología y esa tranquilidad tan propia de los barrios de toda la vida

A simple vista, puede parecer un hospedaje cómodo y práctico, pero detrás hay una historia que lo hace especial: la de Sofía, vecina del barrio desde siempre, que decidió dar una nueva vida a la casa que ha pertenecido a su familia durante generaciones. Hace dos años, Sofía García emprendió una reforma completa para transformar la vivienda familiar en un alojamiento moderno, funcional y adaptado a lo que buscan hoy los viajeros. “Hemos logrado ofrecer un espacio acogedor, cuidado en cada detalle y equipado para ofrecer estancias cómodas sin perder la autenticidad del entorno. Esa combinación de raíz local y mentalidad actual ha hecho que Casa Julián-Inn se convierta en una opción muy valorada, acumulando excelentes reseñas desde su apertura.

“Uno de los rasgos que más sorprende a quienes se alojan aquí es su funcionamiento totalmente automatizado. Desde la reserva hasta el check-out, todo se gestiona online para que el huésped tenga libertad absoluta. El acceso mediante códigos —sin llaves, sin esperas, sin horarios rígidos—,



permite llegar cuando más convenga y facilita una experiencia ágil y sin complicaciones. Una forma de viajar que cada vez valoran más quienes buscan independencia y eficiencia”, subraya su propietaria.

La ubicación también juega a su favor. Casa

Julián-Inn se encuentra a pocos minutos del Aeropuerto Adolfo Suárez Madrid-Barajas, del recinto ferial IFEMA y del estadio Cívitas Metropolitano, convirtiéndose en un punto estratégico tanto para viajeros de negocios como para quienes acuden a conciertos,



¡Felices Fiestas!

OS DESEA TODO EL EQUIPO DE LA
ESCUELA DE MÚSICA Y DANZA

Boogie

ESCUELA DE MÚSICA

QUE ESTA NAVIDAD LES TRAIGA PAZ, ALEGRÍA Y MOMENTOS PARA CANTAR EN FAMILIA;
Y QUE EL 2026 LLEGUE CARGADO DE INSPIRACIÓN, RITMO Y NUEVAS OPORTUNIDADES
PARA SEGUIR HACIENDO MÚSICA.

¡FELICES FIESTAS Y UN MARAVILLOSO AÑO NUEVO!

... Y EN ESTAS FIESTAS, REGALA MÚSICA

TARJETA REGALO
VALE POR 4 CLASES INDIVIDUALES
DE INSTRUMENTO O CANTO
DURACIÓN: 45 MINUTOS C/U



MÁS INFORMACIÓN:
WHATSAPP 611539321
C/SOFÍA 34C - LAS ROSAS -
MADRID



ferias o eventos deportivos. Y, al mismo tiempo, está situada en una zona residencial muy tranquila, ideal para descansar después de un día intenso.

El alojamiento ofrece varias tipologías de habitaciones para adaptarse a cada tipo de huésped: individuales para quienes viajan solos, dobles con cama matrimonial para parejas y dobles con camas individuales para amigos o compañeros de trabajo. Todas cuentan con baño privado, climatización y un diseño moderno, cómodo y funcional, pensado para garantizar descanso en cualquier época del año.

Pero lo que realmente distingue a Casa Julián-Inn es su esencia. Es un alojamiento de barrio, gestionado personalmente por Sofía, que mantiene la calidez y el trato cercano de un proyecto hecho con dedicación. Esa mezcla de tradición familiar, innovación tecnológica y respeto por la historia de la casa es lo que ha permitido que este pequeño alojamiento se consolide como un referente para quienes buscan algo más que un simple lugar donde dormir.

Casa Julián-Inn no es solo una opción práctica; es una casa con alma, reinventada para seguir acogiendo a personas de todo el mundo sin perder su espíritu original.

Su enlace para reservas es:

<https://app.mews.com/distributor/37fb7f2e-6245-4594-9d7b-b38900b108c8>

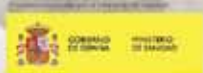


La primera atención empieza en ti

En invierno, muchos virus son leves y se cuidan en casa.

No uses antibióticos sin indicación médica.

Si la fiebre persiste o eres persona de riesgo, en Atención Primaria estamos para ti.



Pepa Gorostidi nos presenta “Memorias de una secretaria poeta”

La escritora Pepa Gorostidi presentó su último libro “Memorias de una secretaria poeta” en el Centro Cultural Ciudad Pegaso, que registró una gran afluencia de público.

La autora estuvo acompañada por la guionista Isabel Arranz, con quien analizó los pormenores de la obra. A la conclusión, Página del Distrito tuvo la oportunidad de dialogar con la autora.

¿Cuándo descubrió su faceta de escritora?

Empecé a escribir a los doce o trece años, en la adolescencia. En esa época en la que nos subimos a un carrusel de sentimientos, en que un día eres feliz y al siguiente quieres morirte. Me inauguré con la poesía y lo



hacía en secreto, por pura vergüenza. Eran poemas sencillos y bastante malos, para qué vamos a engañarnos, pero a me sirvieron de vía de escape para expresar sentimientos que me venían grandes. Supongo que era la forma de hablar conmigo misma sin romper el silencio.

Ha escrito poesía, cuentos y relatos. **¿Cómo se definiría como escritora y en qué género se encuentra más a gusto?**

Nunca he sabido definirme, ni como persona ni como escritora. Pero me gustaría que los lectores percibieran entre mis líneas la honestidad que busco en todas las facetas de mi vida. La verdad es que últimamente tengo la poesía bastante olvidada y me

decanto más hacia la narrativa. Me siento, en cierto modo, transmisora del mensaje de personajes (algunos basados en personas reales) que mi imaginación va convirtiendo en protagonistas de su propia historia. Y esto, ahora mismo, solo lo consigo a través de la narrativa y, concretamente, de la novela, que proporciona un margen de actuación muy amplio en cuanto a personajes, extensión y confección de las historias.

Su último trabajo ‘Memorias de una secretaria poeta’, ¿es una obra basada en hecho reales?

Julieta, la protagonista, nos transmite, a través de sus memorias, tanto los avatares que la vida le proporciona como su forma de sentirlos. Vida, dicho sea de paso, bastante

¡PRÓXIMA APERTURA!

MUNDORUM VIATOR

CAFÉ - BAR MULTICULTURAL

MIGUEL YUSTE 18
SUANZES



OCIO Y CULTURA



JUEGOS DE MESA

MÁQUINA ARCADE

CLUBS CULTURALES



CLASES DE SABLE LASER



SALA PRIVADA DE KARAOKE



YOGA Y PILATES



ESCAPE ROOMS

ROL EN VIVO



LA AVENTURA
COMIENZA AL
OTRO LADO
DEL QR



GASTRONOMÍA

NUESTRA ESPECIALIDAD:

BOCADILLO DE ALBÓNDIGAS

DESAYUNOS Y MERIENDAS

OPCIONES VEGANAS

CAFÉS Y TÉS ESPECIALES

CERVEZAS ARTESANALES

HIDROMIELES

POCIONES



anodina y peculiar. Aparentemente es una novela sencilla, llena de contrastes tanto de forma como de contenido, de fácil lectura y final inesperado, pero también es una novela profunda, intensamente humana, en la que se desnuda a la protagonista mostrándonos su grandeza y sus miserias, consiguiendo así que el lector, pese a todo, se sienta reflejado en ella. En cuanto a si está basada en hechos reales, podría parecerlo porque yo fui secretaria de dirección durante doce años y, como ya he comentado, siempre me he llevado muy bien con la poesía. Dicen que en toda obra hay parte de la esencia del autor y esta no iba a ser menos. Claro que hay mucho de mí en sus páginas. Mucho de mis vivencias y de mis sentimien-



tos. Me sirvo de los personajes para dar rienda suelta a ideas y emociones que a veces me queman la garganta, pero todo está novelado. Julieta y yo compartimos la devoción por la poesía y mi profesión anterior, y poco más, por suerte para mí y para los que me rodean.

Durante su trayectoria ha escrito diferentes libros ¿Es un buen momento para publicar?

En España hay escritores consagrados con una pluma extraordinaria, merecedores de ocupar los lugares de honor que ocupan; junto a estos, hay miles de escritores que intentan (intentamos) abrirse hueco en el mundo literario, con grandes dificultades para conseguirlo. Y, además de estos escritores vocacionales y con la debida formación al respecto, hay multitud de 'intrusos' que, por el hecho de ser personajes mediáticos, publican libros parapetándose en su fama, sin dificultad alguna para publicar con editoriales de primera línea. Es lógico si pensamos que las ventas están garantizadas, aunque la calidad de la obra deje mucho que desear. Por suerte, también existen editoriales (como es el caso de Loto Azul), que

intentan revolucionar el mundo literario dando voz tanto a talentos emergentes como a voces literarias consagradas. Yo he tenido el privilegio de estar entre estos elegidos, pero creedme cuando os digo que hay multitud de obras sensacionales cubriéndose de polvo en un cajón.

¿Cómo nos convencería para leer 'Memorias de una secretaria poeta'?

Lo intentaría con tres argumentos: Primero, es muy fácil de leer (incluso incluye un glosario de personajes para no perderse en la lectura). Segundo, a medida que avanza la narración, el lector va implicándose en la búsqueda del desenlace, imaginando posibles finales, aumentando con ello la emoción y la curiosidad por la lectura. Y tercero, el final es totalmente inesperado... ¿Te he convencido?

¿Dónde podemos encontrar su libro?

A través de la web de la editorial Loto Azul, Amazon, FNAC, el Corte inglés, Casa del libro, librería Ares, Agapea, librería la Mistral y Buscalibre. Y físicamente se puede encontrar en cualquier librería que trabaje con las distribuidoras Aceta y Amoia (si no está en tienda, por encargo).

**CARNICERÍA
CHARCUTERÍA
POLLERÍA**

ROBERTO GARCÍA
• CARNICERÍA •

**Ternera de Avila
Corderos de la Sierra
Ricos productos elaborados**

**Jamones, Quesos
y embutidos de
primera calidad**

**Trato personal
Servicio a domicilio**

C/ Pobladura del Valle , 6 - 28037 Madrid - Tfnos: 638 901 900 - 635 807 952

**Los mejores precios
para las mejores carnes**

Celebramos nuestro 8º Aniversario

El Eurosiris C.F.S. presenta a sus equipos

En el Centro Deportivo Municipal de San Blas, se llevó a cabo la presentación de los diferentes equipos que integran el Eurosiris C.F.S.

Tras el acto, hablamos con Luis Hernando, José Luis de Uña y Ángel Gallardo, miembros de la directiva de Eurosiris Club de Fútbol Sala, que nos comentaban:

“Contamos con 21 equipos distribuidos en diferentes categorías: Prebenjamín Mixto, Benjamín Femenino, Benjamín Mixto A y B, Alevín Femenino, Alevín Masculino A y B, Infantil Femenino, Infantil Masculino A y B, Cadete Masculino, Juvenil Masculino A y B, Senior Femenino A y B y Senior Masculino A, B y C. También, tenemos la inmensa suerte de contar con dos equipos de personas con diversidad, pertenecientes al colegio Goyeneche. Uno de esos dos equipos disputará la Liga Femmadi”. “Intentamos hacer que esos retos o dificultades sean como un boomerang, que se conviertan en ventajas, intentar aunar bajo una misma idea y una misma concepción del deporte y de la vida a jugadoras y jugadores con familias procedentes de diferentes países. Aparte de España, de Marruecos, Colombia, Alemania, Venezuela, República Dominicana, Italia, Irán, Perú, Ucrania, Brasil, Polonia, Rusia, Cuba y Filipinas”. Tenemos un problema estructural. Un barrio



como San Blas, que tiene 166.000 habitantes, es decir, más que 22 capitales de provincia de España, solo tiene un Polideportivo Municipal. Unas limitaciones que pusimos en conocimiento de la Junta Municipal durante el pregón de las fiestas del barrio, que tuvimos la suerte de ofrecer el pasado 4 de julio. Pero, desgraciadamente, esta temporada va a tener difícil solución. Y ya veremos en el futuro. Sin ir más lejos, en Navidad siempre organizamos un Torneo Solidario en el que se hace recogida de juguetes para entidades o colegios

necesitados y su posterior reparto. La idea es volver a organizarlo este año en el polideportivo de San Blas el día 3 de enero de 2026, en colaboración conjunta con la Plataforma Vecinal de San Blas, que siempre nos ofrece su ayuda de manera incondicional. Contamos con muchos patrocinadores del barrio que creen en esta idea y nos apoyan: hostelería, pequeño comercio, librería del barrio, autoescuela, pequeñas empresas... Nuestra idea principal es procurar que las chicas y chicos del barrio practiquen deporte y sean mejores personas cada día.



ELECTROTECNIA, S.L.

EMPRESA AUTORIZADA



**INSTALACIONES ELÉCTRICAS
CUARTOS DE CONTADORES
AVERÍAS - VENTA DE MATERIAL
COMUNIDADES DE PROPIETARIOS**

Empresa instaladora de Puntos de Recarga de Vehículos eléctricos

**INFORMES Y CERTIFICADOS
COMPAÑÍAS ELÉCTRICAS E INDUSTRIA
COLABORACIÓN E INFORMACIÓN
AMPLIA EXPERIENCIA EN EL SECTOR**





UNION FENOSA



IBERDROLA



Dirección General de Industria, Energía y Minas
CONSEJERÍA DE ECONOMÍA Y HACIENDA
Comunidad de Madrid

PROFESIONALIDAD - ECONÓMICO - SERIEDAD - ASESORAMIENTO

Tienda-Oficina: C/ Lorenzo San Nicolas 2 - 28017 Madrid

Tel-Fax: 91 408 17 57 - Móvil: 659 062 090

info@jspelectrotecnia.com

www.jspelectrotecnia.com

Primera Comunión

CROWNE
PLAZA[®]
— BY IHG —
Madrid Airport

¡Déjate sorprender!

Cocktail en terraza

Espacios privados

Variedad de menús

Parking gratis

Photocall de cortesía



Y además...

DJ, barra libre, animación infantil, candy bar, tarta al corte, etc.



Nosotros nos encargamos de los detalles.
Tú, de disfrutar.

Calle Lola Flores, 1 28022 Madrid



sales@cpmadridairport.com



657 855 773

Ubaldo Fernández: “La Filosofía forma parte de nuestra vida”

Conocemos a Ubaldo Fernández, profesor de Filosofía, que lleva ya más de siete años impartiendo unas Jornadas de Filosofía en el Centro Cultural Antonio Machado

En qué consisten las Jornadas de Filosofía?

Es una reunión que realizamos los jueves, de siete y media a nueve de la tarde, en la que hablo de la Historia de la Filosofía relacionándola con la actualidad y enlazando con la vida en su plano social, ético, político e incluso religioso. ¿Para qué estos encuentros? Pues para que “no nos engañe la vida”, que es lo que yo respondía a mis alumnos cuando me interrogaban sobre la utilidad del pensamiento filosófico. Este es el espíritu de las Jornadas. Si llegamos a adquirir un pensamiento crítico y autocrítico, entonces hemos alcanzado el objetivo que teníamos en la mente.

Pero este planteamiento que acaba de hacer será interesante, pero demasiado serio, diríamos que hasta puede caer en el aburrimiento, ¿no?

Cierto. La Filosofía, con sus preguntas sobre la vida, la muerte, la incógnita de Dios y el más allá o el sinsentido de nuestra existencia, todo ello de cómico no tiene nada. Aun así, el humor no ha faltado nunca en el pensamiento filosófico que es útil precisamente por su inutilidad. Nosotros procuramos que no falte, es más, que nos ilumine esa chispa que prende el fuego de la ironía y el buen humor.



Los jueves, según tenemos entendido, el salón de actos está casi lleno. ¿A qué se debe esta afluencia de gente?

Empezamos en 2018 en el edificio en el que estaba la Plataforma Vecinal de San Blas, en la calle Montamarta. Al curso siguiente, por obras, se trasladaron las actividades al Centro Antonio Machado. Allí, la directora me pidió

continuar con estas charlas. Y ahí estamos después de siete años. Empezamos un grupo de diez o doce. Fue aumentando poco a poco. En 2022 me entrevistó el periódico ‘El Mundo’ y publicó mi foto con la entrevista. En 2024 nos visitó, interesado en el tema, Iñaki Gabilondo, ahora estamos esperando a Manuela Carmena... Lo que hacemos se

C/ Sofía 177

917 75 83 53

www.restaurantenido.com



RESTAURANTE

Nido

Recomendada como una de las mejores paellas de Madrid por la Guía Metrópoli (El Mundo)

ARROCES
MENÚ
DIARIO
SALÓN
Y TERRAZA
PARA LLEVAR*

Envío a
domicilio
GRATIS

Entrega en paellera 5 € señal

comenta de boca en boca, sin olvidar la propaganda que hace el Centro por toda la Comunidad. Todo esto ha llevado a tener a unas 140 personas matriculadas este curso.

¿Cuál es el perfil de los asistentes?

La mayoría entre 50 y 65 años. Una minoría está por debajo de esas cifras, pero, por otra parte, hay un grupo que pasa de los 70, 80 e incluso de los 90 años. Vienen de cualquier parte, aunque el porcentaje más alto corresponde a vecinos de la zona. Tenemos de todo: desde los que estudiaron bachiller hasta los licenciados en Psicología, Sociología, Filosofía, Farmacia, Historia, Economía, Teología,



Ingeniería, Magisterio... Eso sí: hago lo imposible para que el nivel se adapte a la comprensión de todos.

¿Piensa seguir mucho más en esta labor?

Como dicen, "mientras el cuerpo aguante" ... y también los asistentes, claro. Me agrada que sea una actividad gratuita, me asombra que asistan tantas y tantos. Yo me aprovecho de la situación para eliminar la nostalgia de mis clases con los bachilleres. Por otra parte, te digo también que, en nuestro tiempo, hay hueco para criticar o denunciar cuando los que están arriba se olvidan de los que estamos abajo, o cuando los que se perfuman con incienso nos apestan con su comportamiento. Con este espíritu surgió nuestra actividad y

nos mantenemos fieles.

Para finalizar. Además de esa actividad cultural y social, ¿también tiene tiempo para escribir?

Allá por los años 90 empecé con algún artículo, charlas, fui coautor en libros sobre Derechos Humanos, Sistemas Éticos, Adolescencia... Ya más en serio, pasados unos años, leí toda la obra de Saramago y publiqué el ensayo En torno a Saramago, siguió la pluma con Cuentos sin moraleja. Hablé con Pilar del Río, viuda de Saramago, y me entretuve con una novela La lectora de Saramago y ella encantada. En 2022 llegó Filosofía para decir y dar que decir y lo último ha sido La mirada de la lechuza (filosofía para jóvenes despiertos).

NUEVO HUB PLAZA DE ESPAÑA 360

HUB DE MOVILIDAD ABIERTO 24H (BAJO PLAZA DE ESPAÑA)



MOVILIDAD INTELIGENTE EN EL CENTRO DE MADRID
APARCAMIENTO PÚBLICO, RECARGA ELÉCTRICA, VEHÍCULOS DE ALQUILER,
CARSHARING, MOTOSHARING, BICIMAD, BICIPARK, PLAZAS DUM,
LOCKERS Y MUCHO MÁS



MADRID

DECO & HOGAR

Reformas en General

C/ Boltaña, 90 - 28022 Madrid (Canillejas)

Tel.: 91 741 23 89



Albañilería Calefacción Pintura Electricidad
Muebles de baño y cocina Fontanería Tarimas Puertas
Frentes de armario e interiores Cerrajería Aire Acondicionado Gas

www.decoyhogar.com

Ayuso inauguró el nuevo centro de entrenamiento de Ryanair

La presidenta de la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, inauguró el nuevo Centro de Entrenamiento de la compañía aeronáutica Ryanair, acompañada por el director de la compañía, Eddie Wilson y por la consejera de Economía, Empleo y Hacienda de la Comunidad, Rocío Albert.

El nuevo centro ubicado en la calle Cigoitia, en el polígono de Las Mercedes (Barrio de Rejas), ha supuesto una inversión de 130 millones de euros.

La presidenta de la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, inauguró el pasado 11 de noviembre el Centro de Entrenamiento de Pilotos y Tripulantes de Ryanair, que generará 150 nuevos puestos de trabajo directos, estables y de alta cualificación, consolidando el liderazgo de la región como polo de atracción del talento aeronáutico en el sur de Europa. Díaz Ayuso remarcó que las inversiones tienen en la Comunidad su "casa". "Somos una región políticamente estable, con una burocracia y con unos impuestos ajustados y con un equilibrio donde conviven la inversión, el capital y los servicios públicos. Eso es lo que realmente da a España la calidad de vida que tiene", indicó. En este sentido, la jefa del ejecutivo autonómico



subrayó que "la región es el motor del sector aeronáutico español, clave para la economía regional y nacional".

Madrid se sitúa a la cabeza en este sector de alto valor añadido, concentrando el 62% de todo el mercado nacional. El centro de la multinacional irlandesa inauguró seis simuladores de vuelo de Boeing 737, los primeros de su clase que hay en España, y que suponen la mayor

transferencia de alta tecnología para formación de estas características que se ha hecho hasta la fecha. La Comunidad de Madrid busca impulsar la industria madrileña en su conjunto, y para ello pondrá en marcha próximamente el Plan Industrial 2026/30, con el que se crearán los nuevos Distritos Industriales y de Innovación. Uno de los primeros será el Sur/Corredor del Henares, que englobará núcleos tan importantes como Torrejón de Ardoz, Coslada o San Fernando de Henares y estará enfocado estratégicamente en Logística, Transporte, Defensa y Aeronáutica.

Esta nueva herramienta permitirá crear polos de especialización territorial para que las empresas madrileñas puedan competir en los mercados europeos, ofreciéndoles trámites simplificados para impulsar sus negocios; redes colaborativas con universidades y centros de investigación para compartir conocimiento y soluciones comunicadas de almacenamiento para reducir costes, entre otros beneficios.

SAN BLAS
CENTRO MÉDICO PSICOTÉCNICO

RENOVACIÓN CARNET DE CONDUCIR

¿QUÉ NECESITAS?

- DNI o NIE y carnet de conducir a renovar. En caso de tener denuncia (por robo o extravío) traer el documento si lo tienes.
- La foto la realizamos en el centro, aunque si prefieres traernos una, tiene que ser con fondo blanco tamaño carnet y por supuesto actualizada, la utilizaremos sin ningún problema.

¿CÓMO SE REALIZA?

- Prueba psicotécnica, reconocimiento médico y tramitación. Todo en aproximadamente 15 minutos.
- Resultado: Se extiende un carnet provisional en el momento, que tiene una duración de 6 meses a partir de la fecha de expedición.
- Entre 15 días y 5 meses, tráfico te manda el carnet a la dirección que nos has proporcionado.

55€

SAN BLAS
CENTRO MÉDICO PSICOTÉCNICO

¿ERES ESTUDIANTE DE AUTOESCUELA?

25€

RECONOCIMIENTO MÉDICO DEPORTIVO

10€

Para grupos de 5 o más jugadores acudimos a vuestras instalaciones evitando vuestro desplazamiento

- Renovación Carnet de Conducir
- Obtención Carnet de Conducir
- Canje Carnet de Conducir
- Recuperación Carnet de Conducir
- Psicotécnico Licencias de Armas.
- Psicotécnico Tenencia de Animales Potencialmente Peligrosos (PPP)
- Psicotécnico Licencia Embarcaciones de Recreo
- Psicotécnico Titulaciones Náuticas
- Psicotécnico Seguridad Privada / Vigilantes de Seguridad
- Psicotécnico Operadores de Grúa
- Atención Medicina General (Presencial y Telemática)
- Receta Privada Electrónica
- Atención Psicológica (Presencial y Telemática)

611157054

Avenida Canillejas a Vicálvaro 99

611157054 / 614157383

Magicoool: La magia de los 80 para disfrute de las nuevas generaciones

Hace cuatro décadas, un fenómeno global marcó a varias generaciones de niños en todo el mundo: Sesame Street (Barrio Sésamo), las marionetas que enamoraron al planeta.

Esa magia regresa actualizada al siglo XXI para disfrute de las familias actuales, de la mano de Magicoool, un canal audiovisual infantil que combina entretenimiento, aprendizaje y personajes entrañables que conectan tanto con los niños como con sus padres.

Con un estilo fresco y moderno, inspirado en la esencia de los clásicos, Magicoool recupera la fórmula que hizo historia: marionetas, música, humor y curiosidades; es decir, enseñar divirtiéndose. Personajes como La Ratita Pérez, Frankie o Los Cienzudos forman parte de este universo, que ya conquista a las familias a través de redes sociales y YouTube, con contenidos semanales de divulgación y entretenimiento infantil.

Los niños saben lo que quieren, y aprender está muy bien, pero no a cualquier precio. Por eso, aprender con los personajes de Magicoool, el noticiero de los niños es una experiencia donde el humor se convierte en el eje y las marionetas en el medio.

Gracias a esta fusión, una entrevista como la realizada a Javier Estévez, famoso cocinero con estrella Michelin, puede ser divertida incluso cuando se habla de casquería. O una visita a Faunia, para descubrir a los animales más venenosos del mundo, puede terminar con el reportero —un camello con acento andaluz



que la lía en cada capítulo— desmayado. Desde un apagón causado por sus torpes pezuñas en una visita a Sol Radio, hasta un emocionante capítulo sobre la discapacidad, donde termina por los suelos en una emocionante carrera con niños con parálisis cerebral. En el estudio del noticiero también pasa de todo. Allí aparecen personajes como Frankie, una versión simpática de Frankenstein; la Ratita Pérez, la divertida presentadora, que sueña con ser una cantante famosa; CousCous, el asistente de dirección que mete la pata en todas sus intervenciones; y los Cienzudos, que protagonizan la parte más educativa del noticiero con sus explicaciones. También están Mudito, la señora Coco, las noticias locas de Ramiro, entre otros personajes que conforman este elenco divertido e inolvidable, capaz de llenar un vacío en la ofer-

ta infantil actual.

Además del noticiero, Magicoool ofrece espectáculos musicales en vivo, donde sus carismáticos personajes se presentan ante el público. Las familias disfrutan de un show con el ritmo y humor característicos del canal. Ya presentado en varios teatros de la capital, es una oportunidad para que padres y madres revivan la emoción de ver por primera vez a Espinete o a la Rana Gustavo, ahora junto a sus hijos. Como parte de su crecimiento, Magicoool acaba de presentar un episodio especial con preestreno en pantalla grande en el cine de la Fundación Casa de México en España.

<https://www.youtube.com/@magicooolok>

Contacto: +34 669 88 02 41.

www.magicoool.com.es

<http://www.magicoool.com.es>

C/ Sofía 187
 916 84 10 86

¡Descubre nuestro delicioso menú de lunes a viernes por 12,90€!

Fines de semana y festivos 15,90 €

Lo publicamos todos los días en www.elrefugiodelasrosas.com

¡Te esperamos en la terraza con más solera de Las Rosas!

Ven a disfrutar de los mejores partidos de fútbol en nuestro salón y terraza

¡ABRIMOS

TODO EL DÍA!

Desde las 8:00 am

hasta medianoche

TengoPiso

ARCENTALES

● EXPERIENCIA:

30 AÑOS EN EL BARRIO NOS AVALAN COMO LA EMPRESA DE REFERENCIA DE LA ZONA.

● CLIENTES:

ASESORES ESPECIALIZADOS COMO AGENTE DEL COMPRADOR, DISPONEMOS DE UNA AMPLIA CARTERA DE CLIENTES EN ACTIVO BUSCANDO VIVIENDA.

● SERVICIOS:

VALORACIÓN DE SU VIVIENDA SIN COSTE, SERVICIO FINANCIERO Y PLAN DE MARKETING INDIVIDUALIZADO DE SU VIVIENDA.

● OTROS SERVICIOS:

DESCALIFICACIONES VPO, PLUSVALÍA, HERENCIAS, CERTIFICACIÓN ENERGÉTICA.....

● SEGURIDAD:

LE INSTALAMOS UNA ALARMA SI SE PRECISA, BAJO DISPONIBILIDAD DE LA EMPRESA.

● ÉXITO:

LO MÁS IMPORTANTE SON NUESTROS CLIENTES.

NOS DIFERENCIAMOS CON NUESTRA MARCA.

METODOLOGÍA Y COMPROMISO.

SEGUIMIENTO PERSONALIZADO Y CONFIANZA DE PERSONA A PERSONA.



VALORACIÓN DE TU VIVIENDA GRATUITA

Escanea el QR
con tu móvil y en
pocos minutos
tendrás la
valoración de
tu casa.

Estamos para ayudarte



✉ Avenida de Canillejas a Vicálvaro Nº 57
28022 (Madrid)
comercial@tengopisoarcentales.com

 **913 717 548**

WWW.TENGOPISOARCENTALES.COM

CARLOS PEDROL

Carlos Pedrol está contigo esta Navidad.

Si nos traes un familiar/amigo, te regalamos una tarjeta de **El Corte Inglés** valorada hasta **100€***

¡Tenemos más de
100 tarjetas
para vosotros!



El valor de la tarjeta regalo dependerá directamente del valor del tratamiento.
Consulta condiciones en cualquiera de nuestras clínicas.

Servicio **premium** al mejor precio.

Avenida de Niza, 57
28022, Madrid
T. +34 911 975 230

Calle Palos de la Frontera, 42
28045, Madrid
T. +34 911 975 220

CARLOS PEDROL®
odontología / estética dental