



Las Tertulias en
El momento dulce del fútbol femenino
José María Druet, embajador
de la música en nuestro Distrito

// 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**

TODOS LOS DISFRACES AL MEJOR PRECIO DEL MERCADO

CARNAVAL



PREPARA TU CARNAVAL
DISFRACES MUJER, HOMBRE,
INFANTIL, BEBES, PAREJAS,
TALLAS GRANDES
ACCESORIOS: MÁSCARAS
PELUCAS, MAQUILLAJE,
SOMBREROS, CAPAS, CASCOS
ANTIFACES, ETC...

**AMPLIA GAMA
DE REGALOS PARA
SAN VALENTÍN**



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

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



Gratuito para
clientes

Todo tipo de protectores de Pantalla
Se cambian pilas de relojes
Se inflan globos con helio

Miles de artículos para
decoración del HOGAR
a precios increíbles

C/ BOLTAÑA 40 - 28022 CANILLEJAS (entrada por tunel - Antiguo DIA)

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

📸 Síguenos en Instagram: GRANPLAZACHINA_CANILLEJAS

SUMARIO

Revista independiente
editada por:

JERB

Editor/Director: José E. Rubio
Jefe de Redacción: Roberto Álvarez
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-subservenciado por:



// PÁGINA DEL DISTRITO Nº 316



6



14



16



22



24



28

6 EDUCACIÓN

El consejero Emilio Viciano visita el
CEIP Marqués de Suanzes

8 TERTULIAS EN LA GRADONA

El momento feliz del fútbol femenino
a debate entre sus profesionales

14 DEPORTES

Victor Martín, un campeón del Distrito
superando obstáculos

16 REPORTAJE

José María Druet, nuestro vecino amante
de la música

20 MEDIO AMBIENTE

Ser o no ser, el futuro de la Casa de
Campo de Ambroz

22 PUBLIRREPORTAJE

La Clínica Carlos Pedrol, especialistas
en implantología, más cerca de tí

24 LITERATURA

"Sol de Cuba" último proyecto que nos
presenta Jose María "Kimbo"

28 HOMENAJE

La Quinta de los Molinos, protagonista
del Cupón de la ONCE

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**

¿Es suficiente la atención primaria en el Distrito?

Un eficiente servicio médico y una excelente asistencia es fundamental para todos los ciudadanos. Por ello, preguntamos a los diferentes representantes de los grupos políticos de nuestra junta municipal su opinión sobre la situación de la atención primaria para los habitantes de San Blas-Canillejas.



Atención Primaria: Madrid actúa, el Ministerio falla

La Atención Primaria es la base del sistema sanitario y el primer indicador de una buena gestión pública. En San Blas-Canillejas, donde miles de vecinos dependen cada día de su centro de salud, garantizar una atención cercana, con profesionales suficientes y citas accesibles no es una cuestión ideológica, sino una necesidad real que afecta directamente a la calidad de vida de las familias.

Desde el Partido Popular defendemos una política sanitaria basada en hechos y soluciones, no en discursos. Por eso, mientras la Comunidad de Madrid avanza con inversiones, infraestructuras y medidas concretas, como la construcción del Centro de Salud Quinta de los Molinos, el Ministerio de Sanidad, con Mónica García al frente, continúa instalado en la confrontación ideológica, la propaganda y la ausencia de respuestas eficaces a los problemas reales de los ciudadanos.

Nuestro Distrito no es ajeno al principal problema que sufre la Atención Primaria en toda España: la escasez de profesionales sanitarios. Un déficit que no es casual, sino consecuencia directa de la mala gestión del Gobierno de Pedro Sánchez y de su ministra de Sanidad, que se niega a ampliar plazas MIR y mantiene bloqueadas durante más de cinco años las homologaciones de títulos extranjeros. La misma ministra que decía defender a los médicos ha provocado dos huelgas generales, ha puesto en pie a toda la profesión y ha impulsado un Estatuto Marco que desprestigia y devalúa su trabajo.

Ante esta inacción, el Gobierno Regional ha tenido que actuar para no abandonar a los pacientes, declarando deficitarias especialidades como Medicina de Familia y Pediatría para poder contratar profesionales extracomunitarios. A ello se suman incentivos económicos y mejoras laborales, como el plus de 280 euros para enfermeras en centros de difícil cobertura y mejores retribuciones por guardias y festivos. Estas medidas ya están dando resultados: menos listas de espera, atrae pacientes y profesionales de otras comunidades y sigue siendo referente de la mejor sanidad de España y de Europa, porque aquí se gobierna pensando en los pacientes y vecinos, no en la propaganda.

Grupo Municipal Partido Popular de SBC



La Atención Primaria está muy alejada del adecuado desarrollo para nuestro nivel poblacional

San Blas-Canillejas y sus ocho barrios de entre 10.000 y 30.000 habitantes que suman 170.000, disponen de cuatro Centros de Salud: Aquitania, Canillejas, Los Alpes y Rejas. Estos datos evidencian que el Distrito está infradotado de centros de salud y de su Atención Primaria de proximidad, siendo ésta la más importante de la Sanidad Pública, pues previene y cura en primera instancia, evitando en gran medida que las enfermedades se desarrollen en la población.

Una parte importante del vecindario del Distrito tiene su Centro de Salud asignado en distritos colindantes que comparten con sus habitantes, estando estos también infradotados y colapsados.

Aun sumando el nuevo centro de salud Quinta de los Molinos, en construcción, no solucionarían la mala situación, pues aún quedan barrios como Simancas, con 30.000 habitantes, sin centro de salud.

Pese a que Madrid es la región con mayor renta per cápita del estado, tiene el menor gasto por habitante en sanidad del estado con 1.537 euros estimados en 2026 frente a los 2.013 euros de la media española, invirtiendo solo 155 euros/habitante en médicos de familia, la cifra más baja de España. Por ello, en el Distrito y Madrid tenemos unos de los tiempos de espera más elevados del estado en Atención Primaria, entre 6 y 9 días hábiles para consultas presenciales en 2025, frente a las 48 horas recomendadas por todas las agencias de salud y entidades sociales. Esta es la clave por la que efectivamente en nuestro Distrito y Madrid estamos tan alejados de nuestra necesidad real de Sanidad Pública.

¿Qué pasaría si parte de ese 40% de habitantes de Madrid con pólizas de salud privada volvieran a la Sanidad Pública, pues sus pólizas se hicieran inasumibles?

Necesitamos más inversión presupuestaria en Sanidad Pública y menos en su privatización, que además, es mucho más costosa.

Grupo Municipal Más Madrid de SBC

Paravi Decoración

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

Atención Primaria Insuficiente en San Blas-Canillejas

En San Blas Canillejas faltan centros de salud y personal para atender a toda la población, lo que deteriora la calidad asistencial. En primaria no hay suficientes médicos de familia, pediatras, psicólogos ni personal sanitario y administrativo, lo que deja a muchos vecinos/as sin profesional asignado y provoca falta de continuidad asistencial, retrasos diagnósticos, mayor riesgo de errores clínicos y saturación en urgencias. Las listas de espera rondan los 20-22 días y llegan a 27 días en algunos casos, obligando a muchos pacientes a acudir a urgencias o contratar seguros privados.

Las políticas del PP y de Ayuso están debilitando la sanidad pública madrileña mediante infrafinanciación y falta de recursos, favoreciendo el desvío hacia la sanidad privada. Aumentan las derivaciones a Quirón y Rivera Salud y acceden menos usuarios a hospitales de referencia como La Paz. Se priorizan los beneficios económicos de la gestión privada por encima de la salud ciudadana. La supuesta libertad de elección es en realidad una elección inducida por el deterioro del sistema público.

La infrafinanciación de la atención primaria en Madrid debilita el conjunto del sistema sanitario público: se alargan las listas de espera, se colapsan los servicios de urgencias y se deteriora la calidad global de la atención.

Esta infrafinanciación de la sanidad pública también explica situaciones como la vivida en las residencias de Madrid, donde murieron 7.291 personas que no fueron derivadas a hospitales.

Desde el Grupo Socialista reclamamos que la Comunidad de Madrid refuerce la atención Primaria, una mayor inversión e incorporación del personal necesario para garantizar una atención adecuada, suficiente y de calidad en nuestro Distrito y en Madrid.

Grupo Municipal Partido Socialista de San Blas-Canillejas

VOX

No esconder la evidencia

La sanidad es un bien fundamental para que la sociedad alcance los estándares apropiados en lo que se refiere a la justicia social, pues no puede haber un ciudadano que ante un problema de salud no sea atendido de forma rápida y eficaz por un profesional.

El sistema sanitario de Madrid parece encaminado, con la complacencia del Partido Popular, a la mediocridad y a no alcanzar el nivel de excelencia que merece la ciudadanía. Esta realidad se traduce en que la urbe necesita contar con más personal facultativo y centros médicos.

¿Cuál es el mayor síntoma de que San Blas-Canillejas no es ajeno a una cuestión que preocupa en el conjunto de la ciudad? Pues que en 2008 se prometió que Simancas contaría con un centro de atención primaria y que, habiendo pasado más de quince años desde que la Comunidad de Madrid adquirió este compromiso, aún no se sabe ni en qué parcela se llevará a cabo su construcción.

Desde VOX, ante la importancia de dar respuesta a aquello que mejora la vida de los vecinos, en el pleno ordinario distrital de junio de 2025, propusimos que la Junta Municipal instase a la Consejería de Sanidad a tomar las acciones pertinentes para que Simancas cuente con su centro a la mayor brevedad. Por lo tanto, está en manos del Partido Popular atender una demanda lícita de la vecindad o seguir anclado en la inoperancia.

Por último, no se debe caer en el engaño de una izquierda que pretende enarbolar la bandera de la sanidad pública, cuando es su gran enemiga, pues pretende causar alarmismo con falsas proclamas para sacar rédito político, pero, en verdad, solo ha traído caos donde ha gestionado este asunto y su única preocupación es invertir en porquería sectaria, aunque ello vaya en detrimento del bienestar de las personas.

Luis Eduardo de la Hoz García. Portavoz GM VOX SBC

ESPECIALIDADES

ZARAJOS

CALAMARES

CALLOS

SUPERA

BAR

DESDE 1978

ESPECIALIDADES

ENTRESIJOS

GALLINEJAS

GAMBAS

TERRAZA EXTERIOR CUBIERTA

GRAN TERRAZA DE VERANO

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

Viciana visita el CEIP Marqués de Suanzes

El consejero de Educación, Ciencia y Universidades de la Comunidad de Madrid, Emilio Viciana, visitó el colegio público Marqués de Suanzes del Distrito de San Blas-Canillejas, uno de los que ya está aplicando desde el principio del curso 2025/26 sesiones diarias dedicadas a la práctica del cálculo mental.

Viciana señaló que esta iniciativa tiene el doble objetivo de elevar el nivel de los estudiantes “en una asignatura tan importante para su formación, y revertir el déficit estructural de profesores, que afecta a toda España y Europa”. El consejero acompañó a alumnos y docentes en una de las sesiones de diez minutos de práctica de cálculo mental que realizan a diario los escolares de segundo ciclo de Infantil y Primaria.

La Comunidad de Madrid despliega su Plan de

Rescate de las Matemáticas en más de 1.200 centros educativos sostenidos con fondos públicos para mejorar la formación de 500.000 alumnos. El Gobierno regional ha puesto a disposición de todos los centros unas guías para facilitar el repaso continuado de la materia, adaptadas a los conocimientos exigidos en cada etapa y curso, que incluyen un glosario de palabras y expresiones matemáticas o ejemplos de actividades para las clases habituales y en los diez minutos de prácticas diarias, entre otros contenidos.



Además, los cinco Centros Territoriales de Innovación y Formación (CTIF) y el Instituto Superior Madrileño de Innovación Educativa (ISMIE) están impartiendo actualmente 24 cursos sobre didáctica de las Matemáticas, en los que más de 500 docentes reciben conocimientos y estrategias para hacer la asignatura más atractiva. Este aprendizaje continuará todo el curso académico con nuevos grupos de profesores y maestros.

Paliar la falta de profesores

En cuanto a la falta de profesores de esta materia, la Comunidad de Madrid ha tomado las medidas en su mano para revertir esta tendencia. Así, los titulados universitarios en cualquier ingeniería y otras carreras de ciencias, ya pueden ser candidatos para participar en el listado permanentemente abierto para cubrir las necesidades puntuales que se puedan plantear. Por su parte, la Consejería de Educación, Ciencia y Universidades sigue reclamando al Gobierno central que los docentes de esta especialidad puedan ejercer sin el máster habilitante, algo que ya se permitió durante la pandemia con buenos resultados. Y, también, que se permita a los estudiantes desde 3º de Matemáticas e Ingenierías dar clase en institutos, una medida excepcional que podría extenderse a los profesores jubilados que deseen volver a las aulas para transmitir sus conocimientos.



K'EEKEN TAQUERIA

¡La mejor taquería de Madrid!

Trae este cupón y obtén 5% de descuento

Miércoles:	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
12:30-16:00	12:30-16:00	12:30-16:00	12:30-16:30	12:00-18:00
20:00-24:00	20:00-24:30	20:00-0:30	20:00-24:30	

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

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



CLÍNICA AVORIA

✨ Nuevo centro estético en Las Rosas ✨

📍 C/ Suecia 43

👉 ¡Ven a conocernos!

OFERTA ESPECIAL FEBRERO

Mes del amor, la amistad y el autocuidado

2x1

en tratamientos **faciales**

Válido para
tratamientos seleccionados

**Se regala el tratamiento de menor valor.*

CUPÓN
2x1 FACIAL

3+1 GRATIS

en **depilación láser**

Tecnología láser trionda indolora

Más eficacia · más confort
mejores resultados

CUPÓN
3+1 LÁSER

¿Quieres conocer
nuestros servicios?

Aquí tienes nuestra carta de servicios.



CLÍNICA AVORIA

C/Suecia 43
• Las Rozas

Escanea este código
para pedir **cita**
directamente por WhatsApp



657 543 323

* Para aplicar la oferta hay que enseñar este cupón. Oferta limitada a uno por persona

* Se regala el tratamiento de menor valor.



Las Tertulias en La Gradona: “El momento feliz del fútbol femenino”

El fútbol femenino, un deporte que no solo crece en visibilidad y profesionalización, sino que también se consolida como un espacio de esfuerzo, talento y transformación social. Para profundizar en su desarrollo, sus desafíos, su impacto dentro y fuera del campo, hemos contado con la valiosa colaboración de **María Vargas**, Directora Deportiva del Atlético de Madrid femenino; **Esteban Becker**, entrenador y ex seleccionador nacional de Guinea Ecuatorial; **Ricardo Galiano**, Director Deportivo de la Real Federación de Fútbol de Madrid; **Mariano Herrero**, Presidente del CD Samper; y **Marta Griñán**, periodista del diario AS.

En qué momento se encuentra el fútbol femenino español

María Vargas (M.V.): Estamos en el momento más maduro del fútbol femenino. Ha avanzado mucho en los últimos años. Hemos conseguido meterlos en el corazón de muchas personas. Dicho esto, es importante que no nos relajemos porque nos queda muchísimo por hacer. En primer lugar, para que más gente vea el fútbol femenino como diversión, y que las empresas apuesten por su crecimiento. Es importante para que haya una mayor fuente de financiación, y con ello, más oportunidades de crecimiento.

Esteban Becker (E.B.): El fútbol femenino ha experimentado un crecimiento exponencial en la última década, y eso es realmente maravilloso. Este avance se debe en gran parte al compromiso y la implicación del Consejo Superior de Deportes (CSD) y de la Real Federación Española de Fútbol (RFEF), que han trabajado para profesionalizar el deporte, mejorar las estructuras y abrir nuevas oportunidades para las jugadoras. Pero más allá de las instituciones, el fútbol femenino refleja también a la mujer moderna. Una mujer que, en las últimas décadas, ha ganado presencia, visibilidad y poder en la sociedad española, europea y mundial.

Ricardo Galiano (R.G.): Estamos viviendo un

momento muy dulce. Los datos demuestran que en la última década se ha triplicado el número de licencias y futbolistas femeninas. Eso es algo que enorgullece muchísimo. En este sentido, me niego a aceptar que el fútbol femenino haya llegado a su clímax. Considero firmemente que todavía tiene mucho margen de crecimiento y nos seguirán dando alegrías en los años venideros.

María Vargas:

“Hemos conseguido meterlos en el corazón de muchas personas”

Mariano Herrero (M.H.): El fútbol femenino está en su mejor momento y eso es motivo de alegría. Durante los últimos años, hemos visto cómo ha crecido en calidad, visibilidad y seguimiento, lo que demuestra que el interés por este deporte es real y sostenido. Sin embargo, no podemos detenernos aquí. Todavía queda mucho por hacer y muchas oportunidades por aprovechar. La RFEF ha hecho un gran trabajo en los últimos años profesionalizando estructuras, mejorando las competiciones y apoyando a las jugadoras. Pero es fundamental mantener este ritmo y seguir avanzando de manera constante.

Marta Griñán (M.G.): Desde hace unos años se ha producido una explosión del fútbol femenino y es maravilloso. El FC Barcelona femenino y la selección española han ayudado mucho en su desarrollo, ganando torneos intercontinentales como la Champions League, el Mundial y la Liga de las Naciones. Han aportado mucho en su difusión y eso debería enorgullecernos como país. Siempre es bueno ser la cabeza visible. Como periodista veo que el fútbol femenino cada vez ocupa más páginas en los periódicos.

¿Cuáles son los desafíos con los que tiene que lidiar el fútbol femenino?

(M.V.): El desafío más grande es aumentar la visibilidad en todos los sentidos. Creo que las personas que tienen puestos relevantes y puedan ayudar de verdad, asuman el compromiso con determinación. A diferencia de hace 10 años, hoy hay una gran masa social que quiere ver fútbol femenino. Del mismo modo que se aumenta el interés por ese deporte, debe aumentarse la cobertura mediática.

(E.B.): El desafío principal es que la semilla del fútbol femenino siga creciendo en el fútbol base, porque hay mucho talento. Hay que seguir apostando por la cantera. El ejemplo lo tenemos en que las últimas ganadoras del Balón de Oro femenino son españolas. Tenemos oro en nuestro país y debemos



explotarlo al máximo. Además, considero que profesionalizar todavía más todo lo que rodea al fútbol femenino, incluyendo instalaciones y staff técnico, ayudará a que siga creciendo. **(R.G.):** Hay que mejorar el fútbol desde dos enclaves: el social y el institucional. El primero, porque todavía persisten ciertos clichés asociados al deporte femenino. Ese cambio de percepción social hacia una niña que practica fútbol debería igualarse a cuando lo hace un chico. En este sentido, por fin estamos consiguiendo referentes del fútbol femenino. A nivel institucional, muchos clubes cuentan con equipos femeninos más por una cuestión de imagen que por un compromiso real. Creo que ese es uno de los grandes desafíos que cada club debe afrontar.

Esteban Becker:

“El fútbol femenino es un reflejo de la mujer moderna”

(M.H.): El problema fundamental del desarrollo del fútbol base femenino es la apuesta por las chicas. Falta devoción por el desarrollo de las chicas en los clubes modestos. Muchos de ellos tienen equipos femeninos porque sus respectivas federaciones les obligan. Entonces, cuando algo ya empieza torcido es muy difícil que se desarrolle satisfactoriamente. De este modo, parte de esa responsabilidad social la tienen los ayuntamientos y los propios directivos de los clubes para formar también a las chicas.

(M.G.): Creo que el fútbol femenino tiene varios desafíos claros. Por un lado, está la visibilidad. Se necesita que se hable más de las futbolistas, de sus historias y de su día a día, y no solo del resultado del fin de semana. Por otro lado, el espectáculo. Hay que saber presentarlo y venderlo mejor, generar eventos que acerquen al público. Un buen ejemplo

es lo que hace el Atlético, que a principio de temporada presenta tanto al equipo masculino como al femenino en el Metropolitano, enviando un mensaje claro de igualdad.

¿Qué papel juega la visibilidad y la cobertura mediática?

(M.V.): Lo más importante es que lleguemos a la mayor cantidad de hogares posibles. El ejemplo más claro lo tenemos en las dos ediciones que España ha ganado la National League (Liga de las Naciones). Faltó mucha información. Desde un mes antes de la celebración del evento, debió haber un seguimiento mayor del torneo en todos los medios para que la afición en general lo supiera y se interesase más por él.

(E.B.): Es muy importante que desde la prensa se dé visibilidad a los logros del fútbol femenino español con mucha más fuerza de lo que se hace. España es campeona del mundo y no estoy hablando de los hombres, sino de las mujeres. A muchas personas se les olvida que somos campeones del mundo con ambos géneros. Eso es inentendible y se debe a una falta de información y perseverancia informativa. El fútbol femenino necesita calar mucho más todavía para que la afición no piense primeramente en la versión masculina.

(R.G.): Es muy difícil que la noticia más relevante del fútbol femenino vaya en portada por encima de cualquier noticia de los hombres. Tienes que pasar hasta la décima noticia para encontrar información de fútbol femenino. Sin embargo, hay mucha gente que quiere leer más sobre ellas. Cada vez tiene más público y eso tiene que ser correspondido con una mayor cobertura mediática.

(M.H.): Lo que intento como presidente del CD Samper es que las chicas del fútbol base vayan a ver al primer equipo femenino del Samper. Ya no hablo de ver por televisión al Real Madrid o al Atlético, sino a las chicas mayores del club. Eso creo que también es

una forma de crear referentes y de motivar a largo plazo. Además, es cierto que la RFEF de vez en cuando retransmite partidos como pasa con el fútbol masculino. Es una buena medida pero creo que se podría fomentar algo más. No sólo por el desarrollo del fútbol femenino, sino también para exponer a las joyas que tenemos en la Comunidad de Madrid.

(M.G.): Como periodista entiendo la necesidad tan urgente que tiene el periodismo de dar visibilidad al fútbol femenino. Habitualmente cubro los partidos del Real Madrid, y cuando voy al estadio Alfredo Di Stéfano y veo solamente un aforo total de 600 personas no entiendo nada. Y eso que estamos hablando de uno de los clubes más grandes del mundo. Qué pretendemos entonces en clubes de barrio.

Ricardo Galiano:

“Por fin estamos consiguiendo referentes del fútbol femenino”

¿Cómo ha cambiado la presencia de las mujeres en puestos de liderazgo dentro del fútbol femenino?

(M.V.): Hace años apenas había mujeres relacionadas con el deporte femenino, solo las que estábamos ‘por amor al arte’. Hoy, en cambio, se ven muchas más mujeres involucradas gracias al crecimiento y al boom que ha vivido este deporte, que ha abierto nuevas oportunidades profesionales y ha permitido que su trabajo empiece a valorarse.

(E.B.): Creo que todo parte de que la mujer de hoy tiene más oportunidades y, también, más ganas de ocupar esos espacios. Cada vez hay más formación, más referentes y más puertas abiertas, y eso hace que las mujeres se animen a asumir roles de liderazgo. Para seguir fomentándolo, es clave confiar en su



capacidad, darles visibilidad, acceso a puestos de decisión y entender que su presencia no es una cuota, sino un valor real para fortalecer el fútbol femenino.

(R.G.): Durante mucho tiempo daba miedo creer que el fútbol femenino podía llegar hasta donde está hoy, pero gracias a quienes apostaron y confiaron en él, se ha convertido en uno de los deportes femeninos con mayor presencia en España. Este crecimiento demuestra que creer y apoyar de verdad marca la diferencia, y que cuando se dan oportunidades reales, el fútbol femenino responde con nivel, interés y seguimiento. Las mujeres que están ahora en puestos de liderazgo también necesitan apoyo, y es magnífico representar de esta manera el ascenso de la mujer en la sociedad moderna.

(M.H.): Cuando se cree en la capacidad de las mujeres y se les da espacio de manera natural en los puestos de liderazgo, su presencia

deja de ser algo puntual para convertirse en parte de la estructura del fútbol femenino. Ese apoyo permite que puedan tomar decisiones, aportar ideas y liderar proyectos con seguridad, lo que no solo fortalece la organización, sino que también sirve de ejemplo para nuevas generaciones. De esta manera, su participación se consolida y se convierte en un motor real de crecimiento y profesionalización dentro del deporte.

Mariano Herrero:

“Faltan apoyos al desarrollo de las chicas en los clubes modestos”

(M.G.): Es necesario ver la presencia de mujeres en liderazgo como una oportunidad para enriquecer la perspectiva del fútbol femenino. Incorporarlas no solo aporta diversidad de ideas, sino que mejora la toma de decisiones, la gestión de equipos y la planificación de proyectos. Cuando los clubes y organizaciones crean espacios donde las mujeres pueden liderar, no se trata solo de darles visibilidad, sino de aprovechar su experiencia y sensibilidad para construir un fútbol femenino más sólido, inclusivo y equilibrado.

¿Qué papel juega el fútbol femenino en la promoción e inclusión de valores?

(M.V.): Actualmente el fútbol femenino es uno de los mejores promotores de valores que hay en la sociedad moderna. De hecho, las futbolistas profesionales de Primera División tienen el mismo sueldo que un banquero. Es un reflejo para futuras mujeres adultas de que hay que luchar y trabajar



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!!



mucho por los sueños que finalmente se consiguen. Además, considero que el deporte femenino es más noble que el masculino, es decir, que se engañan menos en el campo. Las mujeres transmiten los valores más nobles del deporte.

(E.B.): El fútbol femenino es un espacio donde se viven y se promueven valores de igualdad. Cada vez que un equipo femenino se entrena, compite o gana reconocimiento, se está mostrando que las mujeres tienen las mismas capacidades y derechos para liderar y destacar en el deporte. Esto no solo impacta a quienes están en el campo, sino también a niñas y jóvenes que ven referentes y aprenden que pueden aspirar a ocupar cualquier puesto, tanto dentro como fuera del deporte. En ese sentido, el fútbol femenino se convierte en una herramienta real de inclusión.

(R.G.): El fútbol femenino demuestra cómo el deporte puede ser una herramienta poderosa

para transmitir valores de igualdad en la sociedad. En cada partido y en cada entrenamiento, se muestran ejemplos de esfuerzo, respeto y trabajo en equipo, sin importar el género. Esto ayuda a romper estereotipos, a visibilizar el talento femenino y a enseñar que todos, hombres y mujeres, pueden aportar por igual. De esta manera, el deporte no solo forma deportistas, sino que también educa a la sociedad en igualdad y respeto.

Marta Griñán:

“En ocasiones solo hay 600 personas viendo al Real Madrid femenino”

(M.H.): El fútbol femenino es un ejemplo claro de cómo creer en una misma para abrir puertas y alcanzar sueños que antes parecían lejanos. Cada jugadora que se entrena, com-

pite y se esfuerza demuestra que la confianza en sus capacidades es clave para superar obstáculos. Cuando se les da apoyo y se les reconoce su talento, estas mujeres no solo crecen como deportistas, sino que inspiran a otras a perseguir sus propios objetivos.

(M.G.): El fútbol femenino demuestra cómo la colaboración colectiva puede marcar la diferencia. Un ejemplo reciente es lo que vivió Jenni Hermoso frente al acoso de Rubiales. No estuvo sola, sus compañeras y el equipo entero se unieron para poner límites y defender lo que era justo. Esa solidaridad y apoyo mutuo no solo fortaleció a Jenni, sino que mostró que juntas pueden hacer frente a situaciones difíciles. Esa misma fuerza y colaboración se puede extrapolar a la sociedad en general. Cuando las mujeres se apoyan entre sí, crean cambios, se hacen visibles y demuestran que la unión es una herramienta poderosa para lograr igualdad y respeto.



CONTACTANOS

CEIP REPÚBLICA DE CHILE

C/Castillo de Uclés 28, 28037 (Madrid)

Teléfono: 91 304 66 55

E-mail: cp.chile.madrid@educamadrid.org

EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA

(De 0 a 12 años)

CENTRO PREFERENTE

TEA

VEN AL CHILE



PUERTAS ABIERTAS



CURSO 2026-27

24 Y 25 FEBRERO



Pisar la calle y conocer los problemas de los vecinos

El pasado 15 de enero las diputadas de VOX en la Asamblea de Madrid, Belén González y Ana Cuartero, acompañadas de los vocales en la Junta Municipal del Distrito, Eduardo de la Hoz y Andrés López, se acercaron a Ciudad Pegaso para escuchar a los vecinos y comerciantes.

Esta visita sirvió para comprobar las dificultades a las que tiene que hacer frente el pequeño comercio y poner rostro a todo aquello que podría hacer mejorar sus calles.

Belén y Ana entraron en un buen número de establecimientos, siendo la amabilidad de los comerciantes la nota dominante. Los impuestos abusivos, los costes fijos cada día más elevados o la paulatina pérdida del poder adquisitivo de los consumidores es la parte amarga de una realidad que hace que no resulte sencillo el salir adelante para los negocios de proximidad.

Tuvimos la oportunidad de hablar con varios ciudadanos, mientras paseábamos por la zona. Una cuestión que todos ellos nos trasladaron fue que la comunicación de Rejas con otros puntos de la ciudad deja mucho que desear. Por esta razón, es necesario que la estación de O'Donnell, construida desde hace muchos años y que por la ineficaz gestión del PSOE y el PP nunca ha dado servicio

a los vecinos, comience a funcionar a la mayor brevedad posible.

Asimismo, se nos indicó que el ir en transporte público al Hospital Ramón y Cajal, el de referencia en Ciudad Pegaso, no resulta sencillo, y que a las personas mayores o que no se encuentran en óptimas condiciones por tener algún achaque de salud, les puede resultar bastante tedioso.

Por otra parte, la práctica totalidad de los viandantes nos comentaron que al ser Rejas una isla dentro de San Blas-Canillejas los atascos son un problema considerable. Por ello, desde el grupo municipal VOX, en el pleno ordinario distrital del 19 de noviembre de 2025 propusimos que se realice una nueva salida a la carretera M-22, en dirección a Coslada, por Almenaque, Abril o cualquier otro punto, colocado en las proximidades de los señalados emplazamientos, que los técnicos pudiesen considerar oportuno.

Una situación que resulta llamativa es que varios residentes nos han trasladado que sienten que el barrio no recibe la atención



adecuada, que en muchas ocasiones parece ser víctima del olvido, traduciéndose ello en una limpieza mejorable en ciertas ubicaciones, en baches en algunos tramos de la calzada, en espacios que no están aprovechados y que podrían albergar zonas de ejercicios para mayores o parques de calistenia, o, incluso, sería acertado valorar alguna dotación pública más como una biblioteca u otra iniciativa que satisfaga las lícitas expectativas de la ciudadanía.

Por último, el incremento de la inseguridad en ciertas áreas es una preocupación latente. Los robos o el riesgo de ser víctima de un delito es un asunto que, por desgracia, supone una amenaza real que debe combatirse con eficacia, haciendo que el entorno sea seguro. Es un requisito indispensable para disfrutar de una libertad real.

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 VETERINARIA

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.



**¡VUELVE A OÍR
LO QUE TE IMPORTA !**

PRUEBA GRATIS



**MÁS
CERCA
DE TI**



91 941 85 53 / 613 62 42 13

C/ Hermanos García Noblejas 158 -- www.oidox.es

Víctor Martín, un campeón superando obstáculos

Víctor Martín es vecino de San Blas y desde muy joven ha estado vinculado al deporte, pero fue hace ya diez años cuando inició de manera decidida su trayectoria competitiva en el ámbito de las carreras de obstáculos (OCR), el trail running y el atletismo.

Desde entonces, su evolución ha estado marcada por el esfuerzo, constancia y aprendizaje continuo, que le ha servido para tener la oportunidad de crecer tanto a nivel deportivo como personal, alcanzando en la actualidad su máximo nivel competitivo.

Sus primeros años estuvieron marcados por el trabajo constante, la disciplina y la búsqueda de mejora. Ese esfuerzo dio sus frutos en 2017, año en el que debutó en una Liga Nacional logrando proclamarse campeón de la Liga Española de Carreras de Obstáculos en la categoría amateur, un hito que supuso un punto de inflexión en su carrera deportiva.

Gracias a ese resultado, dio el salto a la categoría élite, donde pudo competir frente a los mejores atletas del país, mejorando progresivamente sus resultados y acumulando experiencia en competiciones de máxima exigencia. Durante esa etapa, tuvo la oportunidad de representar a nuestro país en el campeonato de Europa de 2017 en Países Bajos y un año después, participó en el Mundial OCRWC de Londres, compitiendo en las pruebas de 3 kilómetros, 15 kilómetros



y por equipos. Posteriormente, en 2021 y 2022, volvió a vestir la elástica nacional en los campeonatos de Europa disputados en Italia.

Durante esta etapa ha tenido también el honor de representar a España en diferentes competiciones internacionales, participando en campeonatos europeos y mundiales, defendiendo siempre con orgullo los colores de la selección nacional. Estas experiencias le han permitido no solo competir al más alto nivel, sino también para crecer como deportista y reafirmar su compromiso con este deporte.

En 2019, junto a su hermano Luís, decidió formar su propio equipo de carreras de obstáculos. Lo que comenzó como un proyecto familiar, basado en la pasión y el trabajo diario, se ha convertido con el paso de los años en uno de los equipos más competitivos a nivel nacional. Desde entonces, han logrado situarse de manera regular entre los tres mejores equipos de España, un logro que refleja el esfuerzo colectivo, la constancia y la unión que los caracteriza. Dos hermanos que han crecido deportivamente de manera conjunta, impulsándose mutuamente en cada competición.

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

Los últimos años han sido especialmente destacados. En 2024, consiguió proclamarse campeón de la Liga Spartan Race en grupo de edad, título que tuvo la satisfacción de revalidar en 2025, sumando además el doble campeonato en la prueba ligera disputada en nuestra Comunidad, en San Agustín de Guadalix. Además, consiguió subir al podio en 13 ocasiones, reparti-

das entre distintas competiciones de carreras de obstáculos y carreras de montaña. Un dato que refleja su regularidad, versatilidad y alto nivel competitivo. A estos resultados se suma la tercera posición por equipos en un Campeonato Europeo de OCR, nuevamente junto a su hermano, subrayando la importancia del trabajo colectivo. Asimismo, en 2024 alcanzó uno de los momentos más importantes de su trayectoria al conseguir la tercera posición mundial en Spartan Race, en la prueba reina disputada en Abu Dhabi, considerada una de las competiciones más exigentes y prestigiosas del calendario internacional.

Para la presente temporada, afronta nuevos retos con una motivación especial. Además de competir en la categoría reina de Spartan Race, uno de sus principales objetivos es "participar en la Liga Europea", donde se medirá con algunos de los mejores atletas del continente. Todo ello coincidiendo con el décimo aniversario de su carrera deportiva, una etapa en la que no quiere solo competir al máximo nivel, sino también "disfrutar plenamente,

valorando el camino recorrido, el aprendizaje acumulado y las experiencias vividas" durante su trayectoria en los últimos diez años.

A lo largo de toda su trayectoria ha defendido siempre "con orgullo" los colores de su equipo y de la selección española en campeonatos nacionales e internacionales. Diez años después de comenzar este camino, continúa afrontando cada temporada con la misma ilusión, compromiso y ganas de superación, con el objetivo de seguir creciendo como deportista y representando con orgullo a su entorno y al Distrito de San Blas-Canillejas.



"Cuidarte es una forma de amarte"

Corazones conectados
EXPERIENCIA PARA DOS

Emprende un viaje del fuego a la dulzura, donde el estrés se disuelve bajo el calor de las piedras de canto rodado y la suavidad de las velas de chocolate que recorren tu cuerpo. despertando los 5 sentidos.

69,90€

Tarjetas regalo

Hasta -40% en Cosméticos seleccionados

Luz de San Valentín

Consiente tu rostro con la armonía entre el calor y el color, realzando su firmeza y su luz natural, porque el primer y más importante amor eres tú.

42,40€

*Con nuestros servicios exclusivos de San Valentín, detalle sorpresa que completará la experiencia

Reserva cita

📍 C/Suecia 84. 28022 Madrid
☎ 911 695 549/ 651 167 145

José María Druet: El director que soñaba con orquestas de bolsillo y batutas de bambú

Vecino de nuestro Distrito desde su infancia, José María Druet ha pasado de escuchar audiciones infantiles con cintas de cassette, a dirigir en el Movistar Arena ante casi veinte mil personas. Fundador de la Orquesta Concertante de Madrid, consolida una carrera donde el academicismo y el sinfonismo pop caminan de la mano.

El niño del radio-cassette

La historia de José María Druet Iglesias no comienza en un frío conservatorio, sino en el asiento trasero de un coche y en la calidez de una cama un sábado por la mañana. Con apenas cuatro o cinco años, su mundo ya estaba delimitado por los bordes magnéticos de las cintas de cassette que sus padres hacían sonar en cada viaje en coche. Mientras otros niños despertaban con dibujos animados, él ya manejaba con destreza el reproductor para dar paso, incluso antes del desayuno, a un universo ecléctico que iba desde las arias de ópera hasta lo que entonces se denominaba “música de ascensor”.

En aquellas sesiones matinales, entre cajas de galletas y cuentos, convivían las voces de Camilo Sesto, Miguel Ríos y Karina con la energía de The Beatles, The Monkees, Rod Stewart, Bonnie Tyler o ABBA. Sin embargo, fue un hallazgo sonoro específico el que selló su futuro: las Oberturas de Waldo de los Ríos. Aquella fusión de la suntuosidad clásica con el pulso moderno fascinó al pequeño José María de tal manera que sus peticiones de Reyes y cumpleaños se volvieron monotemáticas. Con un palillo chino como improvisada batuta, Druet comenzó a dirigir orquestas invisibles, imitando a aquel maestro argentino que años más tarde se convertiría en su referente absoluto. Esa admiración



trascendió el tiempo, derivando en una estrecha amistad con la viuda del músico, la actriz Isabel Pisano, quien compartió con él, el legado personal y profesional de Waldo.

El salto al podio: Rigor y versatilidad Tras la infancia de 'director imaginario' llegó el paso inevitable hacia la disciplina. Su formación como violinista en el conservatorio y sus exámenes académicos fueron los cimientos sobre los que construyó su técnica. Bajo el magisterio de figuras de la talla de Enrique García Asensio, Aldo Ceccato o Wladimiro Martín, Druet transformó la intuición en maestría, desarrollando un estilo que destaca por su capacidad para comunicar y su falta de prejuicios musicales.

Antes de consolidar su proyecto personal, el director trabajó con diversas instituciones y agrupaciones de prestigio. Su experiencia orquestal incluye colaboraciones fundamentales con la Orquesta de la Universidad Autónoma de Madrid, la Orquesta Sinfónica de la Catedral de la Almudena, Orquesta de Cámara Sigfrido, Madrid Symphony Pops Orchestra, etc... trabajó también como músico de estudio en producciones para medios como RTVE, Movistar Plus y Telecinco, actuando en programas como Martínez y Hermanos y grabando bandas sonoras para largometrajes, cortometrajes y publicidad.



**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

José María Druet:

“Desde muy pequeño tenía claro que la música iba a ser una parte muy importante en mi vida”

Estas etapas fueron cruciales para desarrollar la versatilidad que hoy define a la Orquesta Concertante de Madrid (OCM), la agrupación de gran formato que él mismo fundó hace ya más de veinte años y que hoy dirige con un enfoque único: democratizar la música sinfónica a través de la cultura popular y que alterna con éxito la solemnidad de las salas de concierto con la frescura del repertorio pop y cinematográfico. Su batuta se siente tan cómoda con los vales vieneses como con las partituras de videojuegos o el Pop-rock sinfónico.

Un presente de grandes escenarios y compromiso

Esta temporada otoño-invierno ha confirmado a Druet como uno de los directores más activos en la intersección entre la música académica y la industria comercial. Recientemente, el Instituto de RTVE fue testigo de sus sesio-

nes de grabación de temas sinfónicos para el artista Abraham Mateo y Sony Music, una colaboración que tuvo su momento álgido con la invitación por parte de RTVE para la dirección de la orquesta para el programa especial de Nochebuena de RTVE, titulado ‘20Conmigo’.

El inicio de 2026 ha sido frenético. Tras liderar el ciclo de conciertos ‘Viena en Madrid’ en el Hotel Meliá Casa de las Artes, Druet

alcanzó un hito histórico el pasado 11 de enero en el Movistar Arena (antiguo WiZink Center). Allí, al frente de la OCM y en colaboración con artistas como Chabel y Ana Mena, dirigió la orquesta en el concierto del vigésimo aniversario de la carrera de Abraham Mateo, demostrando que la orquesta sinfónica puede brillar con la misma fuerza que un icono del pop ante miles de espectadores.

Un año de Pop-rock y solidaridad

El calendario que José María Druet Iglesias tiene por delante para este 2026 no da tregua. Fiel a su vocación de utilizar la música como herramienta de transformación social, el director ya prepara una ambiciosa agenda que incluye un esperado tributo a Deep Purple en clave sinfónica, así como nuevos programas dedicados a las grandes bandas sonoras del cine y la televisión.

El punto culminante de su labor solidaria llegará el próximo mes de septiembre, cuando regresará a la Sala Sinfónica del Auditorio Nacional de Música de Madrid. En este templo de la música, volverá a unir a destacados cantantes y grupos en un concierto benéfico que recordará a todos que aquel niño que agitaba un palillo chino en su habitación ha logrado convertir su pasión en una realidad sonora de impacto social.



CLÍNICA HROCHA

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

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

+34 91 371 73 35
hrocha.com
@grupohrocha



C/ Nicolasa Gómez, 80
CANILLEJAS
Metro Torre Arias

La importancia del cuidado para sacar nuestro mejor yo

Ahora que acaba de comenzar el año, entre los buenos propósitos tenemos que valorar nuestro cuidado personal. No es sólo una cuestión estética, o de vernos bien, si no también de sentirnos bien.

Ea igual la edad, o las circunstancias personales; en muchas ocasiones antepone nuestras necesidades físicas y mentales cuando tendría que ser lo principal. Si te ves y te sientes bien, estarás con mejor ánimo y afrontarás las cosas de otra manera.

Es muy fácil buscar excusas para ir dejado esto, pero una vez que asumes que necesitas tus momentos de cuidado y creas unas rutinas vas a lucir tu mejor versión.

Como esteticista titulada, y con más de 14 años ejerciendo en este sector, he descubierto que el cuidado va más allá de comprar cosméticos o de hacernos tratamientos si no valoramos un todo, es decir, tenemos que aplicarnos los cosméticos o hacernos tratamientos no solo por vernos bien, si no porque cuando lo hacemos, es nuestro momento, nuestro "RITUAL PERSONAL", no hacerlo como una obligación porque al final no lo haremos con interés ni de la manera correcta.

Este "ritual" no tiene que llevarte mucho tiempo, o sí si lo necesitas en ese momento. Pero cuando se hace, hay que estar pensando en nosotros mismos y desconectar de lo que nos rodea, aunque sean 5 minutos, y durante el tiempo que tardemos, estar confortables en el espacio en el que lo hacemos, podemos poner música, velas... o simplemente enfrente del espejo del baño, pero centrándonos en qué necesitamos, escuchando nuestro cuerpo.

Un aspecto para tener en cuenta es diferenciar el cuidado de la higiene. No es lo mismo, aunque pueden estar relacionados o incluso pueden ir juntos, como por ejemplo llegar a casa después de un día duro y darse una buena ducha, pero con aromaterapia y cosméticos



con activos para inducir al descanso como la lavanda, o el magnesio por sus propiedades antiinflamatorias que nos ayudan a relajar nuestros músculos y no con el primer gel de ducha que veamos.

Los profesionales del sector de la Imagen Personal (esteticistas y peluqueros), estamos para asesoraros, con un buen diagnóstico previo, y ayudaros a crear esos rituales adaptados a cada uno de vosotros ya sea en casa, en el centro o en ambos sitios. Adaptarlos a vuestro ritmo de vida y horarios, hasta incluso a vuestros presupuestos.

Os animo a que al igual que acudís al médico cuando os duele algo, o al fisioterapeuta cuando hay una lesión, acudir a un centro estético para conocerlos, conocer las necesidades de vuestra piel para poder cuidaros de la manera correcta. Pero no solo podemos ayudarlos con la piel, podemos ayudarlos también con problemas a los que enfrentarse a diario como la inflamación de las piernas, retención de líquidos, ayudarlos en pérdida de peso, acelerando el proceso y evitando la flacidez...

En la actualidad hay muchos tratamientos, mucha información y publicidad en redes sociales, webs, con la IA, prensa, en televisión... Pero si conoces al detalle tu cuerpo con ayuda de profesionales, vas a saber lo que necesitas en todo momento.

Como profesional, os puedo resumir los tratamientos y activos cosméticos que están a la vanguardia para animaros a crear vuestros propios rituales de cuidado:

En cuanto a facial, activos como los Exosomas, Polinucleótidos, Estimulinas, Acetyl Hexapeptide ("Hexa-péptido 7") y todo el grupo

de vitaminas, ácido hialurónico y colágeno. Nos aportan antioxidantes, luminosidad y tienen un efecto tensor y de relleno de las líneas de expresión. Como tratamientos en centros estéticos lo más demandado son los micro-needling, radiofrecuencias fraccionadas y maderoterapia facial para conseguir los efectos anteriormente mencionados.

Y en el cuidado corporal, los activos más demandados a nivel estético son el loto sagrado por sus altas propiedades anticelulítica, extracto vegetal de euglena, glaudium, cafeína, centella asiática, L-carnitina, cola de caballo y creatina. Todos para conseguir ese efecto anticelulítico-drenante mejorando la humectación y apariencia de la piel. Como tratamiento en centros estéticos los que más se están realizando son las técnicas manuales de masoterapia, drenajes linfáticos, maderoterapia y las aparatologías quedan por primera vez a un segundo plano quedando como un refuerzo a las técnicas manuales, cosa que no pasaba desde hace mucho tiempo, y que personalmente como profesional, me agrada ya que podemos cuidar de nuestros clientes de manera más directa, personalizada y adaptada a esa persona no generalizando tratamientos, así como, de conseguir mejores resultados. Vivimos con mucho estrés, acelerados por el día a día y tanto la industria cosmética, como los profesionales queremos ayudar a vuestro cuidado y gestión emocional, desde nuestro campo os recomendamos activos como la lavanda, melisa, mejorana, mandarina, romero, menta piperita, jengibre que nos ayudan a relajarnos y desfatigar los músculos y la carga tensional, y también su aroma nos evoca a una relajación. En cabina os podemos ayudar con terapias Spa y masajes relajantes.

Os animo a todos, a cuidaros a sentiros bien y a dedicaros un tiempo, que os merecéis.

Lorena Martínez Fonseca.
Esteticista de Beauty SpaCarolina



MARÍA MOLINER

ADMISIÓN 2026-2027

- ✓ Educación Infantil 1er y 2º ciclo.
- ✓ Educación Primaria.
- ✓ Educación Especial.
- ✓ Enseñanza Bilingüe desde los 3 años.
- ✓ Metodologías activas.
- ✓ Cocina propia.
- ✓ Jornada continua.
- ✓ Radio Escolar



JORNADAS DE PUERTAS ABIERTAS

- ✓ 27 DE FEBRERO A LAS 16:15H
EDUCACIÓN INFANTIL Y PRIMARIA
- ✓ 6 DE MARZO A LAS 16:15H
EDUCACIÓN ESPECIAL

913133969

<https://site.educa.madrid.org/cp.mariamoliner.madrid>

@colegiomariamoliner

cp.mariamoliner.madrid@educamadrid.org

Ser o no ser de la Casa de Campo de Ambroz

Tenemos que pensar claramente, primero como seres humanos y después como sociedad, cual es el futuro que queremos dibujar para nuestra especie. ¿Uno en el que el negacionismo lo invada todo?, hasta el punto de repudiar las afirmaciones científicas más categóricas de nuestro tiempo.

Como que respiramos oxígeno y que lo producen las plantas, o que es el cambio climático la principal causa el aumento de la frecuencia y la intensidad de los eventos ambientales que hacen perder a las personas todos sus bienes o incluso su vida. ¿De verdad que nos hemos vuelto tan simples como sociedad? Solo para ahorrarnos el dolor de pensar en los esfuerzos que nos supone afrontar todos los retos que nos plantea ese desarrollo insostenible al que hemos llegado por méritos propios.

Pero es que, encima, cuando alguien quiere abrirnos los ojos acerca de las soluciones, que las hay, en lugar de juntarnos y unir fuerzas, tiramos por el camino más fácil. Nos desahogamos con ellos de nuestras múltiples desventuras faltándoles al respeto de mil y una maneras.

Y ahora vienen los "ecologetas". Si, si, habéis oído bien. Eso es como les llama ahora a las personas que intentan hacernos ver posibles soluciones contra el cambio climático, desde lo más cercano, a veces sin salir de casa, a lo más lejano. Aunque si lo piensas bien, no es un término muy correcto, ya que "eco"



significa "casa" y lo otro ... bueno ya sabéis. En fin, que estas personas son los getas de las casas. Nada que ver con lo que realmente se les quiere tildar. Pero suena muy bien, eso sí. ¿De verdad que esta es la sociedad en la que todos queremos vivir?

Pues bien, todo esto es lo que está ocurriendo con la Casa de Campo de Ambroz y sus lagunas, junto con el Corredor Verde del Este de Madrid. Dos proyectos claves para que la ciudad de Madrid y sus municipios colindantes empiecen a vertebrarse de una manera diferente, dando espacio a las personas y a

la vida. Dando cabida a todos esos procesos naturales que nos ofrecen recursos a través de los que poder vivir y tener salud. Los llamados servicios ecosistémicos.

De qué sirve que tengamos una casa estúpida en un barrio estúpido, si cuando llega el verano me muero de calor y no puedo vivir sin tener el aire acondicionado puesto, día y noche. Eso para el que se lo pueda permitir, pero también a costa de estar echando más leña al fuego, acelerando más si cabe el proceso del cambio climático.

Pues bien, estos lugares, como la Casa de

Especialidad en cocina tradicional con toques innovadores para todos los gustos y bolsillos

Comida para llevar

Pedidos por encargo

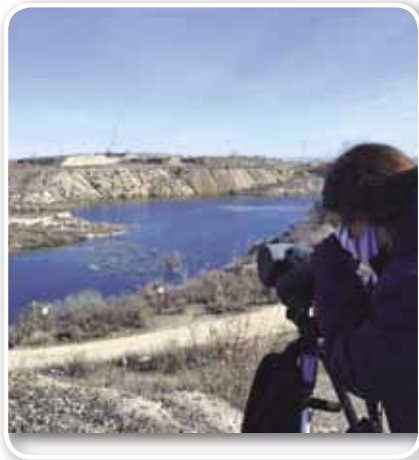
629473913

C/. Pasaje de Rueca s/n - 91 306 20 78

COLABORAMOS CON LA PLATAFORMA DE TRABAJADORES EN PARO RECOGIENDO COMIDA AQUÍ

Campo de Ambroz y sus lagunas, funcionan como verdaderos refrigeradores naturales, combatiendo las bolsas de calor que se producen en las ciudades. Ese calor que se acumula en sus edificios de hormigón, el asfalto de las calles, o disipan los vehículos y los aires acondicionados.

Pero es que, es más, los incontables microorganismos que contienen sus suelos, los mal llamados secarrales en verano, con una contaminación visual evidente en su superficie en muchas de sus zonas, pero inmensamente ricos en vida en sus capas inferiores. Sabed que estos seres diminutos capturan una cantidad ingente de gases de efecto



invernadero. Sustancias que son básicas para generar la energía necesaria que les permite seguir viviendo, y haciéndolo tanto en presencia de oxígeno como en ausencia de este. Por todas estas razones y otras muchas más, necesitamos estos espacios dentro de nuestras ciudades.

Imaginaros lo que puede ocurrir si este espacio se empieza a remover con maquinaria pesada. Para empezar, todo esas sustancias que estos microorganismo capturaban en el suelo se empezarán a liberar a la atmósfera. En el caso de Ambroz con sus cerca de 700ha serían cifras mareantes de toneladas y toneladas de gases de efecto invernadero. Además, todos esos seres vivos, que, durante tanto tiempo trabajaron en construir esa frágil capa de suelo en la que las plantas pueden prosperar, y que nos permite respirar el oxígeno que tanto necesitamos, desapare-

cerían, dando paso al desierto. Los edificios y las casas para personas o industrias que vinieran a continuación, pues ... ya os he contado, contribuirían a alimentar de manera exponencial el aumento de la temperatura en toda la ciudad.

Podríamos seguir y seguir contándoos cosas, pero ahora os toca a vosotros decidid qué tipo de ciudad queréis construir y, si elegís que lo que toca es salvar las Lagunas de Ambroz y todo su entorno, creando la Casa de Campo de Ambroz, uniéndola a través del Corredor Verde del Este con el Parque del Sureste. Es el momento de que alcéis la voz. Hacedle saber al Ayuntamiento de Madrid que esa es vuestra elección y hacedlo alto y claro sin titubeos, porque el día que perdamos estos espacios, los perderemos para todos y para siempre, sin que haya vuelta atrás.

Concha García

Boogie
ESCUELA DE MÚSICA

¡NUEVAS CLASES COLECTIVAS!
CURSO 2025/2026

- CORO ADULTOS
- BAILES LATINOS
- BALLET FITNESS
- YOGA
- FLAMENCO INFANTIL Y ADULTOS
- PRE-DANZA
- TEATRO INFANTIL Y ADULTOS
- MÚSICA Y MOVIMIENTO
- ESTIMULACIÓN MUSICAL TEMPRANA

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES: 611 53 93 21
C/ SOFÍA 34C - LAS ROSAS (MADRID)

En Las Rosas, muchas personas llevan años necesitando un implante... y no lo saben

En barrios como **Las Rosas**, donde la mayoría de vecinos llevan toda la vida, es habitual escuchar frases como: “Eso ya me lo miraré”, “con este diente voy tirando” o “mientras no me duela, no es urgente”. Especialmente cuando se trata de la pérdida de una pieza dental.

En la clínica dental **Carlos Pedrol** de Las Rosas lo ven a diario: personas que conviven durante años con la falta de uno o varios dientes sin ser realmente conscientes de que, desde hace tiempo, **ya son candidatas a un implante dental**.

“Muchos pacientes del barrio llegan pensando que su situación no tiene solución o que implica un tratamiento largo y complicado, cuando en realidad hoy existen opciones mucho más sencillas de lo que imaginan”, explican desde el equipo.

Cuando la falta de un diente se normaliza

Perder una pieza dental no siempre genera dolor inmediato. Y precisamente por eso, en muchos casos se normaliza. Se mastica solo de un lado. Se evitan ciertos alimentos. Se convive con una prótesis removible incómoda. O simplemente se asume que “a cierta edad es normal”. Sin embargo, con el paso del tiempo, **la ausencia de un diente puede afectar a la mordida, al hueso, a los dientes vecinos y a la estabilidad de toda la boca**, además del impacto estético.

“Es muy habitual que pacientes de Las Rosas nos digan que llevan así años. Cuando les explicamos lo que ocurre en la boca con el tiempo, entienden por qué es importante valorarlo cuanto antes”, comen-



tan desde la clínica.

Implantes dentales: romper mitos y perder el miedo

Uno de los principales motivos por los que muchas personas retrasan este tratamiento sigue siendo el miedo: miedo al dolor, al proceso o al coste.

Pero la implantología ha avanzado enormemente en los últimos años. Hoy en día, los implantes dentales:

- Se planifican de forma muy precisa
- Son tratamientos seguros y predecibles
- Se integran de manera natural en la sonrisa
- Y permiten recuperar función y comodidad en el día a día

“La mayoría de los pacientes se sorprende de lo sencillo que resulta el proceso cuando se explica bien y se adapta a cada caso”, destacan desde la **Clinica Carlos Pedrol**.

Señales de que quizá ya necesitas un implante

Muchas personas no se identifican como “pacientes de implantes”, cuando en realidad ya lo son. Algunas situaciones muy habituales son:

- Falta de una o varias piezas dentales
- Puentes antiguos que empiezan a fallar
- Prótesis removibles que se mueven o molestan
- Dientes perdidos hace años que nunca se repusieron
- Dificultad para masticar con normalidad

En todos estos casos, una valoración profesional permite **entender qué está ocurriendo realmente y qué opciones**



OCIO Y CULTURA

MUNDORUM VIATOR

CAFÉ - BAR MULTICULTURAL

MIGUEL YUSTE 18 SUANZES



GASTRONOMÍA

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

NUESTRA ESPECIALIDAD:

BOCADILLO DE ALBÓNDIGAS

DESAYUNOS Y MERIENDAS

OPCIONES VEGANAS

CAFÉS Y TÉS ESPECIALES

CERVEZAS ARTESANALES

HIDROMIELES

POCIONES

existen, incluso aunque el tratamiento no se realice de inmediato.

Una clínica del barrio, para todas las etapas de la vida

Aunque los implantes dentales son uno de los tratamientos más demandados actualmente, la clínica **Carlos Pedrol de Las Rosas** es, ante todo, una **clínica dental integral**, pensada para acompañar a los pacientes durante toda su vida.

En la clínica se realizan tratamientos como:

- Ortodoncia para niños, adolescentes y adultos
- Estética dental
- Odontopediatría
- Odontología conservadora
- Implantología
- Revisiones y mantenimiento

“Nos gusta que los vecinos del barrio sientan que esta es su clínica de confianza, tanto para una revisión rutinaria como para



tratamientos más complejos”, explican. Esta visión global permite **abordar cada caso de forma personalizada**, teniendo en cuenta no solo el diente que falta, sino toda la boca y la salud a largo plazo.

Cercanía, experiencia y tiempo para explicar

Uno de los aspectos más valorados por los pacientes de la clínica es el trato cercano. Aquí, el tiempo y la comunicación son parte fundamental del tratamiento. “Especialmente en implantes, es clave escuchar, explicar con claridad y resolver dudas. Muchas personas solo necesitan entender bien el proceso para perder el miedo”, señalan desde el equipo.

En un barrio como Las Rosas, donde la confianza y el trato humano marcan la diferencia, esta forma de trabajar es uno de los pilares de la clínica.

Informarse también es cuidar la salud

Desde la clínica Carlos Pedrol insisten en que **el primer paso no siempre es**

empezar un tratamiento, sino informarse correctamente. Una primera visita permite valorar el estado real de la boca, conocer las opciones disponibles y decidir con calma el mejor momento para actuar; y además, es completamente gratuita.

“A veces, el mayor alivio para el paciente es saber que sí hay solución y que está en buenas manos”.

Sonreír, comer y vivir con tranquilidad

La salud bucodental influye directamente en la calidad de vida: en cómo comemos, cómo hablamos y cómo nos relacionamos con los demás.

Por eso, desde la clínica animan a los vecinos de Las Rosas a **no seguir posponiendo aquello que lleva tiempo dando señales**, y a informarse con profesionales cercanos y de confianza.

Porque muchas veces, lo que parece un problema “para más adelante”, **ya tiene solución hoy**.

Te esperamos en **Avenida de Niza, 57**, junto al **metro de Las Musas**.



**CARNICERÍA
CHARCUTERÍA
POLLERÍA**

ROBERTO GARCÍA
• CARNICERÍA •

Tenera 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

'Sol de Cuba', el nuevo proyecto de JM Kimbo

Residente en nuestro Distrito, J.M. Sánchez 'Kimbo' es un veterano actor, showman, guionista y escritor, que a pesar de su edad (88 años) continúa al pie del cañón con su vena creativa. En esta ocasión, nos presenta su último libro 'Sol de Cuba'.

Cuéntenos sus orígenes
 Todo se remonta a 1934, cuando mi padre 'El negro Rafael' llega a España gracias a un intercambio cultural de las embajadas de ambos países con el fin de dar a conocer el folclore de ambos países. En una de las actuaciones mi madre, de Valladolid, que era novicia, se enamora de él, y decidió cambiar el hábito blanco por un marido negro. Cuando comenzó la guerra civil española se marcharon a Marruecos y eso me llevó a nacer en Casablanca. Me siento cubano, pero también muy español. He sido criado entre Madrid, Barcelona, Sevilla y Canarias. Aunque me gusta decir que soy un habitante del planeta Tierra.

Debút cinematográfico

Tenía cinco años. En primer lugar, en la compañía de mi padre. Pero necesitaban niños negritos para el cine e hice tres películas: 'Sucedió en Damasco', con Miguel Ligero; 'Bambú', con Imperio Argentina; y 'Misión Blanca', con Fernando Fernán Gómez. Desde esa edad, estoy pisando los escenarios. En resumen, llevo 83 años trabajando.



Infancia difícil

Una época muy difícil con hambre y racionamiento. Yo vivía en Barcelona. Recuerdo que mi madre me dejaba en la cola hasta que nos llegaba el turno para recoger la comida. Una sopa de estremitas que llegaba desde Argentina era una de las más populares.

¿Ha sufrido racismo durante su vida?

Si, sobre todo cuando era niño. Recuerdo muchas peleas en el colegio. Sentí rechazo y cariño. Ambas cosas. Aunque mi madre siempre me decía que eran cosas de niños. Crecí con una serie de complejos que me fui quitando con el paso de los años porque me dí cuenta que era un problema de educación. En aquel tiempo, el español no estaba acostumbrado a ver otras razas y en cualquier conversación salía la palabra negro.

El humorista Miguel Gila fue uno de sus valedores. ¿Qué fue para usted?

Puedo decir con mucho orgullo que para mí fue mi segundo padre. Con 13 años trabajaba como botones en el Hotel Colón de Barcelona. Conocía a mi padre y me dio la oportunidad como artista. Montó un número para mí en su espectáculo. Hicimos giras por toda España, y me enseñó muchas cosas, entre ellas el judo que me vino muy bien, porque tenía muchas peleas. Aunque creo que después me mandó a paseo a causa de las mujeres. Con 19 años, y aunque suene a falsa modestia, las mujeres venían a buscarme y debí pensar que era muy peligroso.

ELECTROTECNIA, S.L.

EMPRESAS AUTORIZADAS

Empresa instaladora de Puntos de Recarga de Vehículos eléctricos

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

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

EMPRESA AUTORIZADA

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

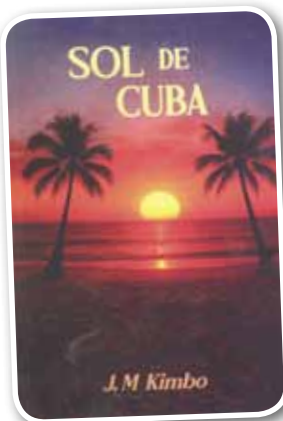
Tel-Fax: 91 408 17 57 - Móvil: 659 062 090

info@jspelectrotecnia.com

www.jspelectrotecnia.com

Una larga carrera profesional

Son muchos años, pero me encuentro con ganas y fuerza para seguir adelante. Mis trabajos con José Luis Sáenz de Heredia, padre. Fue uno de los mejores directores del cine español. Me contrató para una serie 'Habitación 503' con Neus Asensi. Aunque yo destacaría otra película 'Una chica entre un millón', en la que intervine junto a la propia Neus y Juanjo Puigcorbó. He trabajado con muchos directores del nivel de González Molina, Ray García, Agustí Villaronga o Manolo Summers. Destacaría mi actuación en 'Palmeras en la Nieve'. Allí rompí con mi papel de humorista e hice realmente de actor. En teatro he actuado menos, aunque hasta que llegó la pandemia del COVID estaba trabajando en el musical 'El Guardaespaldas'. Otra de mis facetas fue la televisión. El tristemente desaparecido José María Íñigo me llamó para intervenir en 'Fantástico', un popularísimo programa de finales de los 70. Comencé con una actuación, pero debido al éxito volví en numerosas ocasiones. También estuve en 'No te rías que es peor'



junto a grandes humoristas como Emilio Laguna o el señor Barragán, entre otros.

Orgulloso de San Blas-Canillejas

Llevo 25 años viviendo en este Distrito junto a mi mujer. Es una zona que me gusta por como es su gente, cordial y trabajadora. Soy una persona que presume de San Blas-Canillejas y lo llevó en mi corazón. Muy orgulloso de estar aquí.

'Sol de Cuba' su nueva publicación

En principio, es un libro que está basado en hechos reales y que narra la historia de mis padres cuando se conocieron. Mi padre, un actor cubano que llegó a España, gracias a un intercambio cultural y donde

conoce a mi madre, una novicia. Vivieron una serie de vicisitudes que he recogido en esta obra. Pero no quiero que el libro sea el punto final. Mi objetivo es convertirlo en un musical que se represente en los principales teatros españoles. Estoy seguro de que si sale adelante será bien aceptada por el público.

¿Cuáles son sus próximos proyectos?

Este libro está teniendo una buena acogida por parte de todos. Mi gran ilusión sería convertir esta obra en una película musical, que estoy seguro de que sería un gran éxito, gracias a sus interesantes matices de historia verídica, y música apreciada. Estoy en contacto con diferentes productores con el objetivo de que apuesten por hacer la película. También tengo una gran ilusión con la última película de Santiago Segura 'Torrente Presidente', que se estrenará próximamente en la que tengo un pequeño papel.



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 traemos una, tiene que ser con fondo blanco tamaño carnet y por supuesto actualizada, la utilizaremos sin ningún problema.

¿CÓMO SE REALIZA?

- Prueba psicofísica, 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€

611157054

RECONOCIMIENTO MÉDICO DEPORTIVO

10€

611157054

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

SAN BLAS
CENTRO MÉDICO PSICOTÉCNICO

25€

¿ERES ESTUDIANTE DE AUTOESCUELA?

- 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)

Avenida Canillejas a Vicálvaro 99
611157054 / 614157383

Un 2025 de crecimiento y un 2026 de ilusión en Distrito Olímpico

El pasado 2025 bien podría ser el año del crecimiento en Distrito Olímpico. El club de San Blas cerró de forma inmejorable lo que han sido 12 meses idílicos en lo deportivo. Con el ascenso del primer equipo femenino a Liga Femenina 2 y la permanencia del masculino en Tercera FEB como punta de lanza de los éxitos cosechados.

Como antesala de una etapa muy emocionante para las de azul, el equipo se ha remodelado con varios fichajes que han empujado al conjunto a coliderar el Grupo A de Liga Femenina 2, con 11 victorias en las 14 jornadas disputadas. Recién llegadas como Ana Picos o Marta Gómez han marcado la diferencia desde la primera jornada para el equipo entrenado por Raúl Torres.

Su actual posición daría acceso al partido de ascenso directo contra el campeón del Grupo B. Ascender a Liga Femenina Challenge supondría igualar la mejor posición histórica del club conseguida en 1999 con su presencia en Primera B. Todo antes de la fusión del Club Baloncesto Atenea (Femenino) y Club Deportivo Baloncesto Gran San Blas (Masculino) bajo el actual nombre del club.

En cuanto al primer equipo masculino, que suma cinco triunfos en los últimos seis partidos, se encuentra en sexto puesto a solo dos partidos de las posiciones de playoffs (del 1° al 4°). El curso pasado lograron evitar el descenso en la penúltima jornada con un porcentaje de victorias del 38%, cuando esta campaña acumulan



un 57% de partidos ganados en el Grupo B-A de Tercera FEB.

Más allá de los grandes resultados en la clasificación, el crecimiento mentado se halla en otros puntos y enraizan en la base del club. Para la 2025/26 la agrupación deportiva ha batido todos sus récords de participación con un total

de 61 equipos entre todas las categorías. Números fríos detrás de los que hay más de 700 familias que, desde el área de dirección, siempre se enorgullecen de situar como motor de todo.

El gran énfasis está en el crecimiento de la parcela femenina, protagonista de los 6 equipos

ESTAMOS

CON EL BARRIO, CON LOS VECINOS
CON LOS NEGOCIOS Y COMERCIOS



PAGINA
deldistrito.com

Más de 25 años informando y
promocionando el comercio local

¿ESTÁS CON NOSOTROS?

Tus vecinos son tus mejores clientes.
Infórmalos de tu actividad, tus productos y servicios.

Anúnciate en la revista. Llámanos

616 776 618 - 91 327 23 51

más a los que ha dado cabida la entidad para alcanzar el 40% de representación femenina, y que esperan vaya acercándose en los años venideros al 50% que visualizan como lo ideal. Los equipos de las categorías inferiores también han vivido un año de dulce, cosechando sus mejores resultados recientes contra la mayoría de los equipos punteros de cada categoría. El Junior Masculino A, paso anterior al primer equipo, sigue invicto después de salvar sin derrotas la primera fase referente a Primera Bronce y acumular dos de dos victorias en Segunda Plata. Por su parte, el Junior Femenino A pasó



la primera fase como tercera de grupo en la Liga Ahorramas Oro.

Para nutrir este crecimiento, el club ha dado a luz a DST, un programa de alto rendimiento que ya cuenta con un total de 16 atletas (10 chicos y 6 chicas) de alto nivel, de seis nacionalidades distintas y en edades comprendidas entre los 13 y los 17 años.

Dichos méritos colectivos se ven reflejados en los éxitos individuales de varios jugadores que han formado parte de los procesos de elección de la Selección Madrileña. La convocatoria de Rocío Ochoa y Alicia Iwinosa en los combinados autonómicos infantil y cadete y los nacionales Sub-12 y Sub-16, respectivamente. Ambas han participado en el Campeonato de España celebrado en la primera semana de 2026. Rocío fue

campeona de España infantil con la selección madrileña, y Alicia, quinta clasificada en categoría cadete.

Junto a ellas, alevines como Lucía Rufo, Silvia Montero o Enzo Carpio recibieron sus primeras llamadas para acudir a los procesos de selección autonómicos celebrados periódicamente en la Caja Mágica.

El club tiene por delante una segunda mitad de temporada que se antoja emocionante en todos los frentes. En enero arrancaron las segundas fases de la mayoría de las categorías y con los resultados deseados de primeros equipos muy al alcance. Desde el club están convencidos de que 2025 haya sido el año del crecimiento en Distrito Olímpico, lo que no quiere decir que no pueda mejorarse en 2026.

**C/ Sofía 177
917 75 83 53**

www.restaurantenido.com



RESTAURANTE *Nido*

**Recomendada como una de las mejores paellas
y carnes 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

La Quinta de los Molinos, protagonista del cupón de la ONCE

El 3 de febrero, la Quinta de los Molinos fue la gran protagonista del sorteo del cupón de la ONCE. Con la difusión de cinco millones de cupones por toda España, la organización ha querido poner en valor la belleza de este parque madrileño, declarado el pasado mes de septiembre por la Comunidad de Madrid Bien de Interés Cultural por su valor histórico, urbanístico y paisajístico.

El delegado de Urbanismo, Medio Ambiente y Movilidad, Borja Carabante, acompañado por el concejal delegado de Limpieza y Zonas Verdes, José Antonio Martínez Páramo, presentó el pasado 26 de enero la edición especial de este cupón en el Salón de Plenos del Ayuntamiento de Madrid. Ambos recibieron unas láminas enmarcadas con este cupón, ilustrado con la imagen de los almendros en flor que, todos los años, atraen a un gran número de visitantes, de manos del delegado de la ONCE en la Comunidad de Madrid, Luis Natalio Royo, y de la presidenta del Consejo Territorial de la ONCE en la Comunidad de Madrid, Teresa Rodríguez. La Quinta de los Molinos tiene su origen a comienzos del siglo XX, cuando el ingeniero, arquitecto y concejal del Ayuntamiento de Madrid Cesar Cort Botí adquiere la primera de las parcelas que, con el tiempo, conformarían la finca de recreo rústico-urbana, con zonas de explotación agrícola y con carácter mediterráneo. Con el tiempo, se ha transformado en un



espacio urbano de gran valor histórico y natural, cerrado por un perímetro de cercas con cinco puertas de acceso, que limita con la calle Alcalá al sur, la calle Juan Ignacio Luca de Tena al norte, la avenida 25 de Septiembre al este y la calle Miami al oeste.

La Quinta de los Molinos es conocida por sus

almendros que, en los meses de febrero y marzo, ofrecen un espectáculo visual impresionante con su floración, siendo uno de sus mayores atractivos. También se puede disfrutar de otras extensiones de arbolado, con olivos, pinos carrascos, cipreses, cedros, plátanos, tilos, eucaliptos y arbustos como lilos y rosales.



Sanchidrian

GESTORÍA FISCAL - LABORAL - CONTABLE

No tendrás que preocuparte de tu contabilidad, impuestos y gestiones laborales NUNCA MÁS

Asesoramiento GRATUITO
Recogida y entrega a domicilio
Servicio on line

Atención personalizada
Resolución de todas sus dudas y problemas
Declaración de la Renta incluida

AUTÓNOMOS
- Módulos
- Directa

SOCIEDADES
- todas

LABORAL
- Por nómina





Paga sólo por lo que necesitas
Dedicar más tiempo a tu negocio y menos a trámites burocráticos

Presupuesto sin compromiso
Precio cerrado sin sorpresas

Descuentos especiales a los asociados autónomos y profesionales de ACU y ACEH

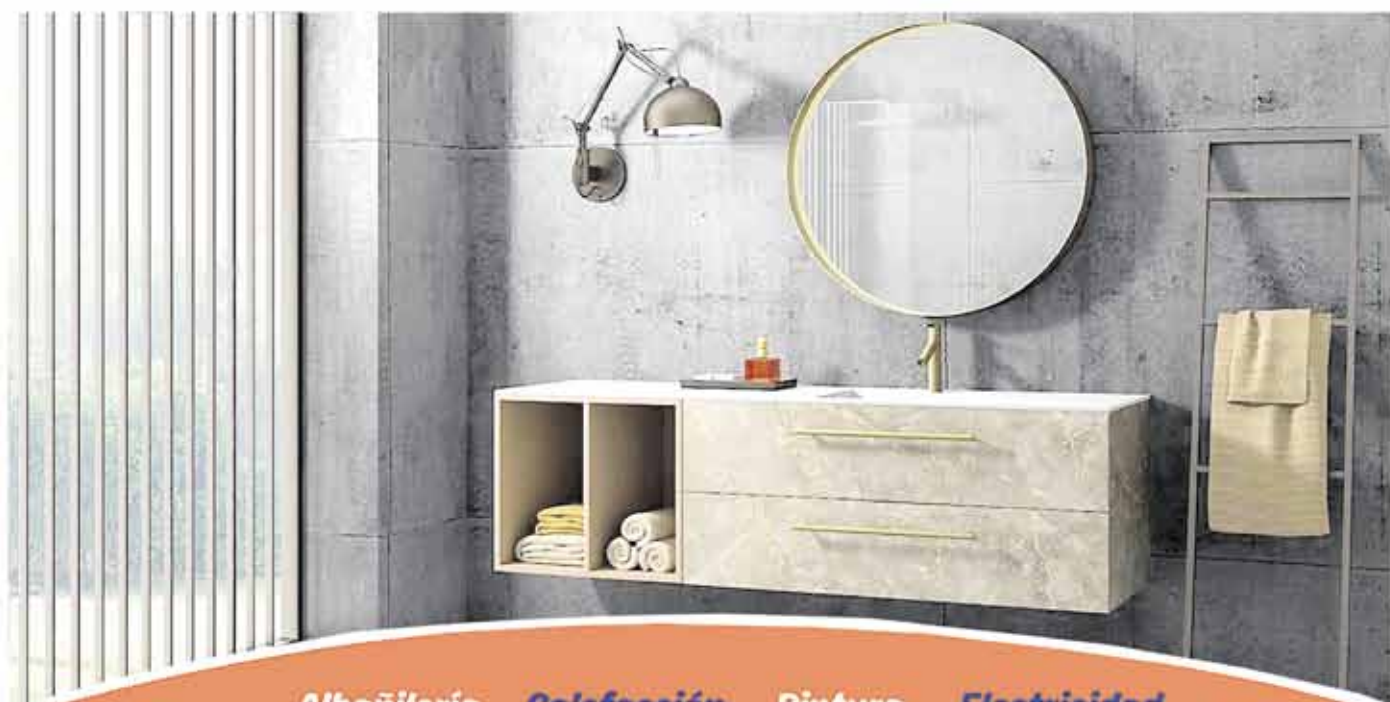
C/ Calle Albasanz 75 2º, 28037 Madrid.
Tel. (+34) 91 542 32 13 - Fax: (+34) 91 542 92 33
sanchidrian@gestoriasanchidrian.com
www.gestoriasanchidrian.com

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

Éxito de participación en la III Jornada de la Discapacidad

Más de 80 personas con discapacidad intelectual disfrutaron del torneo de baloncesto intercentros. El encuentro se celebró el pasado 16 de enero, en el Pabellón Circular del Centro Deportivo Municipal de San Blas.

En esta edición, estuvieron presentes varias entidades de la zona y alrededores especializadas en la mejora de la calidad de vida de personas con discapacidad, como AFANIAS, CÍRVITE, Fundación CAPACIS o Fundación JUAN XXIII.

Tras una sucesión de reñidos partidos, dos equipos de Fundación CAPACIS consiguieron tanto el primer como el segundo puesto, aunque la verdadera victoria es la celebración de un evento caracterizado por la diversidad y la tolerancia, dando cabida a personas con diferentes edades o necesidades específicas de apoyo.

Todos los asistentes obtuvieron su medalla y un detalle especial, con trofeos para los campeones. Asimismo, los responsables de cada centro recibieron placas conmemorativas elaboradas por las propias personas con discapacidad de CÍRVITE.

En la entrega de premios estuvieron presentes Alberto Hernanz (responsable Departamento de Deportes), Yolanda Jiménez (Oficina de Promoción Deportiva) y Juan Pablo García (Director del CDM San Blas). También se sumaron representantes de la Junta Municipal del Distrito, a quienes el tercer sector quiso agradecer su apoyo por impulsar la inclusión durante los 12 meses del año.



Fueron las propias personas con discapacidad quienes propusieron una iniciativa de este tipo para conocer nuevas amistades. A lo largo de la mañana, también pudieron observarse caras de emoción y abrazos espontáneos. Algunas personas se alegraban al retomar el contacto con sus antiguos compañeros de colegio, a quienes llevaban sin ver hace años: "Hemos aprovechado para ponernos al día con todos los avances. Nos sentimos muy orgullosos de todo lo que hemos conseguido. A partir de ahora, vamos a retomar el contacto". Según el testimonio de otra familia: "Llevábamos años con nuestro hijo con discapacidad, en casa, sin hacer nada. No sabíamos que

existían este tipo de servicios para personas con discapacidad en el barrio. A raíz de esta jornada, nos pusimos en contacto con Jonatan Arroyo, director de CÍRVITE, y vimos una puerta abierta de oportunidades. Ahora, nos encanta ver a nuestro hijo feliz, con nuevos amigos y una agenda repleta de actividades. ¡Ya casi 'ni le vemos el pelo'!".

En definitiva, por tercer año consecutivo, la práctica deportiva compartida demuestra ser una excelente herramienta para mejorar el bienestar físico y promover relaciones interpersonales positivas entre usuarios/os de varias entidades, siendo el verdadero logro de esta edición.

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®

odontología / estética dental

**“Nunca es tarde
para volver a sonreír.”**

Cada caso merece un plan a medida.

PRIMERA VALORACIÓN GRATIS

**REPORTAJE COMPLETO EN
EL INTERIOR DE LA REVISTA**

AVENIDA DE NIZA, 57
28022, MADRID
T. +34 911 975 230

 clinicacarlospedrol