




Las Tertulias en 

## “Fidelidad e infidelidad en las parejas”

# Alfonso Delgado: “No es fácil vivir de la interpretación”

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

Síguenos en [www.paginadeldistrito.com](http://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**

**CELEBRA SAN ISIDRO  
CON NOSOTROS**



**CHULAPAS Y CHULAPOS  
MANTONES Y DISFRACES  
PARA SAN ISIDRO  
DISFRACES MUJER, HOMBRE,  
INFANTIL, BEBES, PAREJAS,  
TALLAS GRANDES  
ACCESORIOS:  
PELUCAS, MAQUILLAJE,  
SOMBREROS, CAPAS, CASCOS  
ANTIFACES, ETC...**

\*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



Gratis 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](http://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.

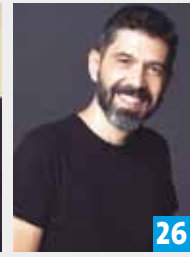
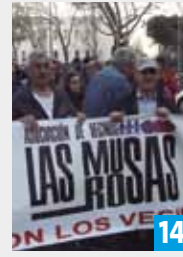
Queda totalmente prohibida su  
reproducción total o parcial sin la  
autorización escrita del editor.

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

Proyecto 2026 co-subsencionado por:



// PÁGINA DEL DISTRITO Nº 318



### 6 CULTURA

El alcalde presenta los nuevos  
proyectos del Plan SURES

### 8 TERTULIAS EN LA GRADONA

Debatimos sobre "la fidelidad e  
infidelidad en las parejas"

### 16 ENTREVISTA

Conocemos a Alfonso Delgado, actor y  
vecino del Distrito

### 18 PUBLIRREPORTAJE

Clínica de Psicología UAX, compromiso  
con San Blas-Canillejas

### 22 DEPORTES

El club Atletismo Suanzes, forjador de  
grandes campeones

### 24 CULTURA

4 Escultores 4, una exposición de  
calidad sobresaliente

### 26 LITERATURA

Alonso Trenado nos presenta su nueva  
obra poética y misteriosa

### 30 MEDIO AMBIENTE

Más de quinientas personas acudieron  
a la Asamblea de la Quinta Torre Arias

# 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



# ¿Era necesaria la demolición del Antonio Mata?

La reciente demolición del pabellón Antonio Mata ha vuelto a poner el foco de atención a las construcciones realizadas en el Distrito. Preguntamos a los diferentes representantes políticos de nuestra Junta Municipal su opinión sobre el nuevo proyecto para ese lugar, después de la reciente reforma que lo tuvo cerrado durante mucho tiempo.



## Compromiso y transformación

La reforma del antiguo pabellón Antonio Mata, responde a un compromiso total e integral con el deporte en San Blas-Canillejas, con el deporte base, con sus clubes deportivos y sobre todo con sus vecinos.

Es innegable la transformación que el propio CDM San Blas viene realizando desde que Almeida es alcalde. Así, por ejemplo, desde 2021, la inversión por parte del Ayuntamiento de Madrid supera los 10 millones de euros: reparaciones en el edificio de la piscina cubierta, reforma integral del pabellón de gimnasia y nuevos vestuarios, también para el personal del centro, que realiza una magnífica labor día a día, nuevas oficinas administrativas y un sinfín más de actuaciones.

Por eso, la labor transformadora de esta instalación, no se ha quedado ahí, se han añadido nuevos espacios, como una nueva zona de cubofit, una nueva climatización mucho más eficiente que está en marcha, o nuevos aseos en el Pabellón Circular entre otros.

A esto responde la remodelación integral del Pabellón Antonio Mata, con 5,7 millones de euros de inversión, que no sólo actualizará, sino que pondrá al mismo nivel deportivo esta instalación que la del Pabellón de las Rosas, tras una inversión para su creación de 12 millones de euros. Las reformas de la IDB Antonio Palacios Lucano, con otro millón de euros, que vendrá a contar con un campo de fútbol 11 y no sólo de fútbol 7 como hasta ahora. O la IDB Campo de la Avda. Guadalajara, que también contará con una inversión de casi 600.000 euros en este mismo año.

Sin duda, San Blas-Canillejas siempre ha sido el Distrito deportivo por excelencia, pero su actualización en cuanto al número de instalaciones y la calidad de las mismas, incluida la futura ciudad del deporte, situarán a nuestro Distrito como foco estratégico, del deporte base y para todos sus usuarios, en nuestra región.

**Grupo Municipal Partido Popular de SBC**



## ¿Buena o mala gestión?

En la legislatura del 2005, José Enrique Núñez. Concejales del Distrito, construyó en el recinto del Polideportivo de San Blas el Pabellón Antonio Mata, se utilizó la técnica arquitectónica de envolvente tipo hangar o almacén agrario, esto y la premura de su construcción para ser inaugurado antes de la siguiente legislatura, ocasionó desde el primer momento multitud de problemas como goteras, caída de techos, humedades... inconvenientes que persistieron hasta su cuantiosa última inversión hace dos años.

Todo ello ha ocasionado una serie ingente de gasto público para mantener una instalación fallida desde su inicio, que no dio al Distrito la instalación de calidad que necesitaba para el desarrollo de deportes 'indoor', pues el techo interior en sus laterales es de cota baja, con unas medidas tan justas que era imposible albergar una mínima grada, haciendo en muchos casos imposible la práctica reglada y oficial de muchas categorías deportivas.

Después de todo ello de nuevo un gobierno del PP decide derripar la instalación que costó sus buenos millones hace veinte años y todos los gastos hasta la fecha, en lugar de mantenerla para entrenamientos y construir una nueva en otro de los seis de nuestros ocho barrios, todos con entre diez y treinta mil habitantes, sin este tipo de instalaciones.

Ahora mismo, los dos pabellones polideportivos en uso los tenemos en dos barrios: Las Rosas y Hellín, y los nuevos en construcción también estarán en ellos.

Para la mayoría del Distrito estos pabellones están muy alejados.

Conclusión, la planificación, gestión y el uso de los recursos materiales y económicos que ha hecho el PP en sus treinta años de gobierno ha sido nefasta para la ciudadanía de nuestros barrios, es insuficientes el número de estas instalaciones, están mal situadas, mal gestionadas y mal mantenidas.

**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](http://www.decortinasyestores.es)

📍 Las Rosas Transporte 140 y 38 parada 4413

📷 📺 📱



### Obra tras obra y sin funcionar

Quince años. Solo quince años han bastado para pasar de una reforma casi integral a la piqueta. La concejala presidenta, Carmen González habló en 2010 de mejora, de modernización y de una instalación preparada para el futuro porque “estaba en muy malas condiciones tanto estéticas como estructurales. El Consistorio había invertido 2,16 millones entre obras y mantenimiento”.

La demolición del pabellón Antonio Mata tras haber sido reformado es el síntoma de una gestión pública errática, cortoplacista e irresponsable. Imposible encontrar una justificación convincente cuando se han destinado recursos económicos —que no son otra cosa que dinero de la ciudadanía— a una intervención previa que ha terminado siendo inútil, volvamos al mismo punto: nuevas obras, nuevas promesas y, mientras tanto, puertas cerradas para quienes realmente utilizan el espacio.

Sin obviar: la falta de planificación. Una remodelación de esta magnitud no puede comenzar sin prever antes cómo se va a mantener la actividad deportiva durante las obras. El deporte de base no funciona con improvisaciones ni con soluciones de última hora. Necesita estabilidad, espacios disponibles y una mínima coordinación con quienes utilizan las instalaciones cada día.

El consistorio opera sin una estrategia coherente, improvisando según convenga y sin rendir cuentas por los errores; ese es, quizá, el aspecto más indignante: la impunidad. Reformar para después demoler no es modernizar; es malgastar. Es convertir la inversión pública en un ejercicio de ensayo y error, donde quien paga las consecuencias es siempre la ciudadanía.

En este contexto conviene recordar algo que olvida en los discursos la Sra. Concejala Presidenta: invertir una cantidad de dinero no convierte automáticamente una actuación en suficiente ni en eficaz.

**Grupo Municipal Partido Socialista de San Blas-Canillejas**



### Política mediocre y gestión sin rumbo

Los recursos públicos deben ser gestionado de forma responsable, dado que su razón de ser es dar respuesta a las necesidades de los barrios. Por ello, es indispensable invertir con conocimiento de las demandas ciudadanas y con la certeza de que las decisiones que se toman son las correctas para que nuestro entorno saque a relucir su mejor versión.

La situación del polideportivo Antonio Mata es una muestra de la ineficaz gestión del Distrito, pues estamos hablando de una instalación para hacer deporte que no termina de mostrar todo su potencial. ¿Es conveniente que se realicen obras en el referido emplazamiento? Todo lo que sea mejorarlo es beneficioso, pero debe actuarse siempre dejando a un lado la impulsividad y con sentido común.

¿Por qué reformar un pabellón para demolerlo, al poco tiempo, y construir otro? Este modo de proceder no tiene ninguna lógica, lo único que evidencia es que se ha efectuado una rehabilitación que ha sido un fracaso y no ha colmado las expectativas de la ciudadanía.

Uno de los problemas del Partido Popular a la hora de tomar decisiones, sin ser una excusa válida el que en época de Más Madrid fuese todo un desastre, es que parece no conocer las realidades que adolecen las calles. Estamos hablando de un centro deportivo que ha sido objeto de debate en muchas ocasiones, pero que jamás ha dado la sensación de que se fuesen a realizar en él acciones alineadas con el sentir de sus usuarios y la ausencia de gradas es la mejor señal de ello.

Por último, desde VOX tenemos un compromiso claro e inquebrantable con atender los intereses reales de los vecinos, por lo que para nosotros es prioritario conocer de primera mano sus preocupaciones y trabajar con esmero para que San Blas-Canillejas esté a la altura de las circunstancias.

**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](http://www.barsupera.es)**

# Un motor de transformación para el sureste de Madrid

El alcalde de Madrid, José Luis Martínez-Almeida, presentó la Estrategia del Sur, “una serie de actuaciones desde muy diversas perspectivas” orientadas a convertir a los distritos de Latina, Carabanchel, Usera, Villaverde, Puente de Vallecas, Villa de Vallecas, Moratalaz, Vicálvaro y San Blas-Canillejas en un motor de transformación urbana, económica y medioambiental para el conjunto de la ciudad.

**A**compañado por la vicealcaldesa, Inma Sanz; los delegados de Urbanismo, Medio Ambiente y Movilidad, Borja Carabante; de Obras y Equipamientos, Paloma García Romero, y de Políticas de Vivienda, Álvaro González, así como por los concejales de los nueve distritos, Almeida eligió Puente de Vallecas para presentar un plan que, como ha subrayado, pretende “sentar las bases para que el sureste sea el futuro de la ciudad de Madrid”.

La Estrategia se desarrollará en nueve distritos, en los que vive actualmente el 44% de la población de la ciudad, 1,6 millones de habitantes, que se sustentará sobre tres ejes: urbanismo y vivienda; oportunidades y empleo, y calidad de vida. El objetivo es generar un nuevo centro económico, social, cultural y ambiental del que se beneficiará toda la ciudad. A partir de esos tres ejes, la Estrategia del Sureste explotará el potencial de los espacios disponibles en estos distritos y la identidad histórica de sus barrios a través de la creación de vivienda asequible, la regeneración de áreas productivas, el refuerzo del transporte público y la creación de una amplia red de zonas verdes conectadas entre sí y con el río. Almeida subrayó que el Ayuntamiento está actuando “desde políticas realistas, sensatas y centradas”, impulsando “el reequilibrio territorial, la transformación del espacio urbano y la actividad económica”. El consistorio está convencido de que “el motor de transformación económica y de generación de oportunidades de la ciudad de Madrid en el siglo XXI va a ser el sureste”, donde habrá “un gran traslado de talento”, de manera que quien apueste por vivir en Madrid lo hará “en la mejor ciudad del mundo”.

Esta Estrategia es el fruto de “años de trabajo del equipo de Gobierno”, así como de “una reflexión compartida” sobre la necesidad de reequilibrar la ciudad. Se hará a través de la mayor inversión en infraestructuras en estos nueve distritos del sureste como el Paseo Verde del Suroeste, la Ciudad del Deporte en San Blas-Canillejas, la ampliación del parque Manolito Gafotas en Carabanchel o el itinerario peatonal en Usera. La inversión alcanzará los 1.284 millones de euros en obras y equipamientos. Porque, en palabras de Almeida, “la centralidad de la ciudad de Madrid pasa por el sur”.

6 [www.paginadeldistrito.com](http://www.paginadeldistrito.com)



## Vivienda asequible para jóvenes y nuevos residentes

En materia de vivienda, el reto de la Estrategia del Sur es claro: multiplicar la oferta de nuevos hogares que den forma a barrios próximos al suelo urbano ya consolidado. El alcalde ha destacado que este plan plantea un desarrollo residencial de 5.600 hectáreas, superficie superior a la de una capital de provincia como Bilbao o de grandes municipios madrileños como Leganés. El objetivo es construir 160.000 viviendas, que supondrán cerca del 40% del volumen total previsto en la región para los próximos años.

En un contexto nacional en el que Madrid concentrará el 51% de la vivienda protegida que se está construyendo en toda España, los distritos del sureste de la capital están

llamados a liderar ese crecimiento residencial. Aportarán una amplia oferta de vivienda asequible y de alta calidad, destinada tanto a nuevos residentes como a los jóvenes que desean iniciar sus proyectos de vida junto a sus barrios de origen.

## Impulsar el tejido productivo para generar oportunidades de empleo

Los distritos del sur, tradicionalmente vinculados a la actividad industrial, disponen hoy de un importante conjunto de suelos capaces de acoger nuevos usos y actividades económicas para convertirlos en polo de atracción de empleo, inversión y oportunidades. Cuentan con algunos referentes de actividad económica como la Red de factorías industriales de apoyo a empresas en Vicálvaro o la Red de viveros de empresas en Villaverde.





# CLÍNICA AVORIA

★ Especial Abril – Renovación de primavera ★

Realza tu belleza, cuida tu piel  
y activa tu cuerpo con nuestros tratamientos profesionales

📍 C/ Suecia 43 - Las Rosas

👉 !! Ven a conocernos !!

## RENUEVA TU PIEL ESTA PRIMAVERA

### Radiofrecuencia Facial Protocolo Vitality Avoria

Tratamiento reafirmante y revitalizante que estimula la producción de colágeno, mejora la firmeza y devuelve luminosidad a la piel. Ideal para pieles con cansadas o con pérdida de tono.

Tratamiento especial Vitality

Especial Vitality 49 €

## 5+1 GRATIS

en depilación láser

Tecnología láser avanzada para una depilación más eficaz, cómoda y segura

Más eficacia - más confort mejores resultados

CUPÓN  
5+1 LÁSER

## ACTIVA TU CUERPO

Electroestimulación corporal  
Tratamiento reafirmante y reductor

Sesión de 45 minutos diseñada para activar la musculatura, mejorar la firmeza de la piel y ayudar a reducir volumen. Resultados visibles desde las primeras sesiones

CUPÓN ELECTROESTIMULACIÓN 19,90 €

¿Quieres conocer  
nuestros servicios?

Aquí tienes nuestra carta de servicios



CLÍNICA AVORIA

C/. Suecia 43  
Las Rosas

Escanea este código  
para pedir cita  
directamente por WhatsApp



657 543 323

\* Promoción válida hasta el 30 de abril. Plazas limitadas



## Las Tertulias en La Gradona: “La fidelidad e infidelidad en las parejas”

En esta edición, Página del Distrito pone el foco en la fidelidad y la infidelidad, una realidad que no solo atraviesa relaciones personales, sino que también interpela valores, pone a prueba la confianza y refleja las tensiones emocionales de nuestra sociedad. Para profundizar en sus causas y sus consecuencias, hemos contado con la valiosa colaboración de: Txus Rojas, coach y escritora; Gonzalo J. Sánchez, experto en inteligencia emocional; Vero Franco, periodista y consultora psicológica; y Rosa Rodríguez, programadora informática.

### ¿Qué entendemos por fidelidad e infidelidad?

**Txus Rojas (T.R.):** Solemos caer en el error de pensar que cometer una infidelidad corresponde únicamente a cuestiones físicas, como acostarse con otra persona. Hay una cita en el Evangelio que dice que «cualquiera que mira a una mujer para codiciarla, ya adulteró con ella en su corazón». Entonces, entrenamos en el terrero de que el adulterio no es solo físico, sino también moral. El adulterio empieza desde el deseo, no sólo con la acción.

**Gonzalo J. Sánchez (G.S.):** Considero que son dos términos que cada pareja debería definir de manera más precisa. Ahora mismo con Internet es muy fácil cometer micro infidelidades como chatear, dar like a una foto o incluso hacer un comentario en la misma. Para algunas parejas eso puede ser algo natural del ciber mundo, pero para otras es infidelidad. De todos modos, pienso que la atracción es una cosa natural y humana, pero otra cosa es lo que decides hacer con ese sentimiento de atracción.

**Vero Franco (V.F.):** Las personas somos seres sexuales por naturaleza. Sin embargo, la infidelidad se entiende como la ruptura de un acuerdo abstracto y mutuo de exclusividad entre dos personas. La ciencia ha demostrado que el ser humano arrastra desde su origen

una sensación de falta, una especie de vacío que lo impulsa a desear constantemente algo nuevo que lo complete. Esa búsqueda permanente de plenitud puede manifestarse en distintas formas de infidelidad, ya sea física, emocional o intelectual.

**Rosa Rodríguez (R.R.):** La infidelidad ha cambiado mucho a lo largo del tiempo y es complejo establecer hoy en día una línea de definición clara. Lo que sí es cierto es que históricamente los hombres han cometido mucho más actos impuros que las mujeres, mientras que eran ellas las que pagaban el precio del adulterio.

*Rosa Rodríguez:*

*“Reducir la infidelidad a lo físico es una visión ventajista de quien la comete”*

### ¿Qué implica ser fiel?

**(T.R.):** Ser fiel corresponde a una cuestión de lealtad. Lo que pasa en las etapas primarias de una relación es que nunca se habla sobre cuáles deben ser los cánones sobre los que se va a sustentar la pareja. Por eso es tan importante definir, y hacérselo saber a la otra parte, qué entiende cada uno por infidelidad. En líneas generales ser fiel implica mantener siempre viva la llama de la confianza.

**(G.S.):** El problema de la fidelidad comienza con una falta de comunicación previa. Se dan por hecho muchas cosas porque pensamos que la otra persona va a pensar de la misma manera que uno mismo. No hay que olvidar que cada miembro de la pareja tiene orígenes distintos, que pueden ser tanto raciales como culturales. Puede que entiendan el amor de una forma muy distinta a la otra persona. Hacerle entender a tu pareja qué representa para ti una infidelidad es clave para una relación sana desde el principio.

**(V.F.):** Para que se dé una infidelidad, primero se ha tenido que ‘firmar’ un acuerdo mutuo de respeto y confiabilidad. Lo que sucede hoy en día en muchas sociedades es el llamado «poliamor». Este concepto de sexualidad no se considera una infidelidad puesto que los dos miembros de la pareja han firmado un contrato de exclusividad, pero de manera paralela han decidido que si se tiene el impulso de cumplir una fantasía sexual con otra persona, pueden hacerlo.

**(R.R.):** Lo más importante es saber comunicar a tu pareja qué entiendes por infidelidad. Cada uno tiene unos límites muy propios que debe conocer la otra persona. Desde luego que yo me he criado con unos conceptos de amor muy definidos y todas las parejas seguían un estándar. Ahora mismo, con tantas variedades de percibir el amor, también ha cambiado la



percepción de la infidelidad. La comunicación se ha vuelto más importante que nunca.

**¿Ser infiel pasa sólo por practicar relaciones sexuales?**

**(T.R.):** Desde luego que no. La base de cualquier pareja fiel se rige por tres principios: acuerdo, compromiso y respeto. Antes de llegar a la acción física de acostarse con otra persona ya se han roto los tres principios porque estás engañando, o mejor dicho, haciéndole falta de conocimiento sobre algo que se supone que es exclusivo. Lo que percibo es que ahora existe pavor al compromiso, por eso dejamos que las cosas fluyan.

**(G.S.):** Acostarse con otra persona implica que esa persona ha permitido que ciertos impulsos sexuales le dominen para tomar acción. Además, lo que noto en los jóvenes es que son muy restrictivos con lo que esperan de su pareja. Muchos chicos/as me llegan diciendo que sus parejas están hablando con otras personas. Yo siempre les digo que definan qué es hablar. Es natural que hablen con otras personas. Lo que deja de ser natural es la derivación del hablar y el tono en el que se hace.

**(V.F.):** La infidelidad no se limita al contacto físico, sino que está estrechamente ligada a las expectativas y acuerdos que cada persona deposita en la relación. Cuando uno actúa de forma que vulnera lo que el otro espera, ya sea en el plano emocional o simbólico, está rompiendo ese marco de respeto compartido. Aunque no haya relaciones sexuales, ese quiebre puede ser entendido como el principio de una infidelidad, lo que debilita la confianza y la solidez de la pareja.

**(R.R.):** Limitar la concepción de infidelidad a lo meramente físico es muy ventajista por parte de la persona que lo comete. Para llegar a ese punto, has tenido que ser infiel en otros contextos y eso ya es motivo de adulterio. La infidelidad no empieza con el contacto, sino con la quiebra de la confianza. Empieza mucho antes, en lo que se oculta o se justifica.

**¿Por qué se llega a la infidelidad?**

**(T.R.):** El primer paso hacia la infidelidad pasa porque una persona ha encontrado algo que se echa en falta en la pareja y que, por tanto, pretende buscar fuera. Pueden ser miles de cosas, desde cuestiones importantes hasta cosas aparentemente insignificantes, pero que suponen mucho para esa persona. Lo realmente preocupante es no hablarlo con tu pareja, y preferir buscarlo de manera autónoma en otra persona.

**(G.S.):** Considero que el autoconocimiento es

*Vero Franco:*

*“El ser humano está atravesado por el deseo como motor de nuestra vida”*

esencial para evitar la infidelidad. Saber identificar a tiempo qué te está faltando en la pareja es clave. En las fases tempranas de una relación se pasan muchas necesidades por alto. Luego, todo se calma y cogen peso las necesidades intrínsecas para el día a día. Si durante estas fases tempranas no has dado señales de tus necesidades, comunicarlo más adelante es muy importante.

**(V.F.):** La infidelidad puede deberse a múltiples motivos. Pero lo más común, sobre todo en parejas que llevan bastantes años de relación, es la monotonía. Las personas quieren nuevas experiencias que en su día a día no tienen. En otras ocasiones se debe a una cuestión de autoestima, de ver que todavía eres atractivo para el mundo, y no sólo para tu pareja. La autovalidación juega un papel clave en el adulterio.

**(R.R.):** Hay tantas causas como personas en el mundo. Cada quien tendrá sus razones y sus motivaciones para hacerlo. Lo que sí me he dado cuenta es de que hay una tasa muy elevada de infidelidad patológica. De personas que siempre necesitan algo distinto, que se sienten incompletas y recurren habitualmente a la infidelidad para sentirse plenos. De este

modo entramos en el ámbito de la psicología.

**¿El ser humano es infiel por naturaleza?**

**(T.R.):** No diría que es infiel pero sí insatisfecho por naturaleza. Estamos programados para buscar siempre lo mejor, no solo en el amor, sino en todos los aspectos de la vida. Cuando nos acostumbramos a algo y vemos que fuera existe algo mejor, podemos tener el impulso o el deseo de querer tenerlo.

**(G.S.):** Las personas siempre deseamos tener lo mejor posible en todos los sentidos. Y es totalmente natural y ambicioso si se mira de cierta manera. Noto que hay una carencia muy grande de pararse a reflexionar sobre qué tan importante es para mi vida tener eso que es supuestamente mejor. Muchas veces nos falta hacer ese ejercicio. El gran problema está en la autorregulación, estamos demasiado movidos por nuestros impulsos.

**(V.F.):** El ser humano está atravesado por el deseo como motor de nuestra vida. Eso nos ha permitido avanzar como especie hasta lo que somos ahora y perseguir una búsqueda de lo perfecto. Según la personalidad de cada individuo, este deseo de lo perfecto implicará o no tener una conducta de infidelidad. La manera en la que entiende esa persona la ambición hará que quiera satisfacer sus deseos mediante una mejora personal o, por el contrario, sucumbir a la vía rápida mediante el adulterio.

**(R.R.):** Pienso que esta sensación natural del deseo se ha visto potenciada por la sociedad de consumo en la que vivimos. El acceso a Internet ha provocado que aquellos deseos sexuales se satisfagan rápidamente y se olviden. Esos mecanismos cerebrales de recompensa se han extrapolado a las relaciones sociales, en las que cada vez uno exige más, lo que deriva en buscarlo fuera.

**¿Qué opinan sobre las parejas abiertas?**

**(T.R.):** Considero que es una respuesta muy personal y que, como hemos dicho, dependerá de cómo te has criado, es decir, sobre qué valores, y cómo entiendes el amor. Dicho esto,



considero que en muchas relaciones de hoy en día hay mucha manipulación emocional. Hay un gran miedo a quedarse solo, por lo que una persona puede acabar sucumbiendo a los deseos de su pareja aunque esté en desacuerdo.

**(G.S.):** Es difícil postularse sobre un tipo de relación porque es muy subjetiva y se pueden herir sensibilidades. Lo importante es que quien esté a favor de una relación abierta disfrute de su deseo sexual con una persona con intereses similares. Lo que sí me ha pasado es que he recibido pacientes que en un principio la relación abierta le parecía buena idea, pero en el transcurso de su relación han cambiado de opinión. Ese es el mayor peligro, porque no es fácil lidiar con esa situación.

**(V.F.):** Existe un término específico llamado 'swingers', que denota la relación de una pareja abierta, y que pueden ir a locales de intercambio. Lo que sucede con este tipo de

relación es que pueden pautarse reglas muy estrictas que ambas partes deben seguir, pero la parte emocional es incontrolable. El problema viene cuando un miembro empieza a sentir deseo no sólo sexual, sino también emocional hacia la tercera persona.

**(R.R.):** Para mí no es una opción porque no

*Gonzalo J. Sánchez:*

*“El problema de la fidelidad comienza con una falta de comunicación previa”*

es el tipo de relación que me interesa. Aun así, respeto a quien lo haga porque cada cual tiene sus intereses sexuales. Lo que sí quisiera destacar es el uso de preservativos en la práctica con terceras personas. Son personas a las que no conoces, no sabes cuál es su

estado de salud, y que puede derivar en problemas de transmisión sexual dentro de la misma pareja.

**¿Existen infidelidades por culpa de las redes sociales?**

**(T.R.):** Al igual que se forman muchas nuevas parejas por redes sociales, también se rompen otras tantas. Lo que pasa con las redes sociales es que la tercera persona puede que no vea muchas cosas de quien busca algo. Muchas veces el coqueteo puede implicar el desconocimiento de que esa persona en realidad tiene pareja. Del mismo modo, existen aplicaciones en las que puedes encontrar solteros disponibles, cuando muchos de ellos no son solteros en absoluto.

**(G.S.):** En las redes sociales es muy fácil caer en el coqueteo, porque un like, o me gusta un comentario, o incluso seguir a ciertas personas, puede interpretarse como una falta de respeto. Como siempre, el umbral lo pone

# PAGINA deldistrito.com EL MEJOR ESCAPARATE PARA TU NEGOCIO

## Nuevo formato, mayor difusión

## Tu publicidad 2x1

¿Quieres que tu negocio se vea?

Revista líder de información local de tu distrito

Para más información no dude en contactar con nosotros:

redaccion@paginadeldistrito.com - 91 327 23 51 - 616 77 66 18



cada pareja, pero el acceso a cumplidos digitales o enseñar tu cuerpo en público da pie a que comience un sentimiento de infidelidad. (V.F.): Las redes sociales se han convertido en un menú a la carta, donde la posibilidad de elegir, comparar y acceder a otras personas está siempre al alcance. Más que ser la causa directa de la infidelidad, facilitan escenarios donde los límites pueden difuminarse y las tentaciones se vuelven constantes. En ese contexto, lo que antes podía quedarse en una fantasía hoy encuentra un canal inmediato, poniendo a prueba la lealtad de la pareja. (R.R.): Las redes sociales han multiplicado por mil las infidelidades. Realmente lo que ha cambiado no es la manera en que interactuamos con ellas o bajo qué algoritmo están diseñadas, sino la percepción que tenemos hacia ellas. Instagram empezó siendo un espacio para publicar fotografías y se ha convertido en un picadero online.

*Txus Rojas:*

*“El adulterio empieza desde que existe deseo, no sólo con la acción”*

**¿Qué problemas conlleva la infidelidad?**

(T.R.): Conlleva muchos problemas, pero el más grave es la quiebra de la confianza. Cuando una persona no confía plenamente en su pareja, esa pareja está debilitada. En caso de perdonar una infidelidad, se puede dar el caso de caer en un estado de sumisión, en agradecimiento por el perdón, lo que puede derivar en una relación de sumisión constante. (G.S.): En el escenario de perdonar una infidelidad entra en juego el ego personal. Puede derivar en dos caminos: el primero es del hundimiento por sentir que no fuiste suficiente; y el segundo es el deseo oculto de venganza. Al

final, cuando se produce una infidelidad y las dos partes concretan en seguir con la relación, ambos siempre sospecharán. Bien sea porque uno vuelva a caer en la falta de lealtad, o que la otra parte le devuelva la moneda.

(V.F.): Tras una infidelidad la pareja muy raramente vuelve a ser la misma. Es como si se te rompiera un vaso. Lo puedes reconstruir y que quede casi igual, darle brillo incluso, pero siempre verás las grietas. Por eso, cuando dos personas deciden conjuntamente que van a seguir con las relación, necesitan hacer un ejercicio muy profundo de reconciliación.

(R.R.): Si hay una sensación que se puede condensar en un término sería dolor. Tanto para el que lo ha provocado como para la parte afectada. Incluso en una supuesta reconciliación, la pareja vivirá siempre con una sensación de falsa tranquilidad. Un dolor que siempre estará ahí y que no podrás borrar de tu memoria.

O'A

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, PLUSVALIA, 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: dieguezaseno@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!!**

## 'Miradas de Mujer', el ciclo del cine que cumple su XVII edición

El Centro Cultural Buero Vallejo albergó el pasado mes de marzo, la XVII edición del ciclo de cine **'Miradas de Mujer'**, que año tras año se ha convertido en una cita clásica para los aficionados al género cinematográfico. Un programa organizado desde hace 17 años por la Unidad de Cultura de la Junta Municipal de San Blas-Canillejas.

Las propuestas presentadas fueron distintas y variadas. Con la perspectiva de género y la igualdad como denominador común, se visionaron y debatieron diferentes títulos escogidos de la cartelera internacional.

Encabezaron el cartel dos películas españolas de las más celebradas por la crítica y el público en 2025. **'Los domingos'**, de Alauda Ruíz de Azúa, que obtuvo la Concha de Oro en el pasado festival de San Sebastián. Una historia que cuestiona la educación y la libre elección de futuro en el ámbito de la adolescencia. Un reparto con jóvenes actores como Blanca Soroa, Patricia López Arnáiz, Miguel Garcés o Víctor Sainz. Narra la historia de una joven universitaria que siente la llamada de Dios y se plantea ingresar como monja de clausura.

Por otra parte, **'La buena letra'**, de Celia Rico, se adentra en la vida de aquellas mujeres de la posguerra del mundo rural que sufrieron los desencantos afectivos en un tiempo de silencio. Recibió una mención especial del jurado en el Festival de Málaga. Loreto Mauleón, Enric Auquer y Roger Casamajor son los intérpretes principales de esta producción. Otros títulos ofrecidos fueron **'Hija del Volcán'**, una coproducción hispano-mexicana, dirigida por Jenifer de la Rosa. Un documental interesante que aborda el conflicto de la orfandad y la búsqueda de identidad, en medio de una tragedia natural como la erupción del volcán Nevado del Ruiz en Colombia. Se trata de la historia de una mujer que viaja hasta tierras colombianas para conocer a sus antepasados. A ellas se unió **'Jone a Veces'**, de la realizadora vasca Sara Fantova. Un singular poema



antropológico centrado en la relación entre mujeres y la problemática familiar de fondo. Fue premiado como mejor película nacional en el Atlántida Mallorca Film Fest. Ainhoa Artetxe, Olaia Aguayo y Josean Bengoetxea componen el reparto en este título que se desarrolla en Bilbao.

A estos títulos hay que añadir dos exitosos largometrajes del panorama internacional, que suscitaron diferentes puntos de vista entre la crítica y los aficionados: **'La Voz de Hind'**, de la realizadora tunecina Kaouther Ben Ania. Estremecedor relato que narra paso a paso un suceso que conmovió al mundo hace año y medio: la tragedia de una niña al teléfono pidiendo socorro desde un coche en medio de un ataque israelí. Sin duda, una gran película que aborda la problemática de la guerra en la franja de Gaza. Fue premiada en los festivales de Venecia y San Sebastián.

Y, para acabar **'The Mastermind'**, de la prestigiosa autora estadounidense Kelly Reichardt. Una comedia atípica centrada en los avatares de un atraco que origina más complicaciones de los previstos.

Los mas pequeños también tuvieron su momento dentro de este ciclo con tres novedades. Dos de producción francesa: **'Arco'**, candidata al Oscar en la categoría de animación; y **'El Secreto del Herrero'**, un delicioso cuento de aventuras destinado al público más pequeño. La tercera fue una creación checa **'Los misteriosos cuentos del Manzano'**, candidata igualmente a los Premios del Cine Europeo. Completó el ciclo infantil 'Katak, la pequeña ballena', otro film canadiense de animación premiado en el prestigioso festival de Gijón.





Campaña de Higiene Bucodental

### 2026

Desde el 1 de Abril al 31 de Mayo





**¡Aprovecha nuestras ofertas!**

15% descuento en limpieza de boca y sedación o anestesia.

25% descuento para clientes igualados.

**Clinica Veterinaria Las Musas**  
c/Longares 40  
28022 Madrid

**Horario: L-V 10.30-13.30**  
**17.00-20.30**  
**Sábados: 10.30-13.30**



Pide tu cita en el teléfono: 91 3065599

\*Descuento para clientes igualados con 3 meses o más de antigüedad.  
No incluidos tratamientos inyectables ni antibióticos en el descuento.



**¡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](http://www.oidox.es)**

## SBC consigue más autobuses al hospital Ramón y Cajal

El pasado 12 de marzo, medio millar de vecinos se manifestaron para pedir un mejor servicio en los autobuses 165 que llevan al hospital Ramón y Cajal. La manifestación convocada por una quincena de colectivos vecinales salió de la avenida de Canillejas a Vicálvaro y finalizó en la Junta Municipal.

**P**edían “un servicio que se adecúe a la demanda de viajeros” y que incluya los tres barrios que están fuera del recorrido de la línea 165: Las Rosas, Rejas y Simancas. El movimiento vecinal consiguió en 2017 la apertura de la línea exprés al hospital, seis años después se logró que su servicio se ampliara a los fines de semana.

Ahora, hartos de ir “como sardinas en lata”, los vecinos y vecinas de San Blas-Canillejas salen a la calle para exigir mejoras en una de las líneas de autobús que más usan, la 165, que une el Distrito con su hospital de referencia, el Ramón y Cajal. La línea 165 de la Empresa Municipal de Transporte (EMT) comenzó a funcionar en septiembre de 2017, después de una intensa campaña de los colectivos vecinales de San Blas-Canillejas para exigir un bus directo al Hospital Universitario Ramón y Cajal. Arrancó con un servicio que solo incluía los días laborables, por lo que, debido a su alta demanda, las asociaciones volvieron a movilizarse para reclamar su extensión a los fines de sema-



na, algo que lograron en 2023. Ahora, vuelven a levantarse “para resolver una situación que ya es insostenible: esta línea sufre una saturación crónica, especialmente en horas punta, con el agravante de que son personas mayores quienes mayoritariamente usan este servicio y, por tanto, sufren este problema”, sostiene la Coordinadora de Entidades Ciudadanas de San Blas-Canillejas.

La cabecera de la línea 165 se encuentra en la plaza de Alsacia, y en su segunda parada, Amposta, los autobuses suelen ir completamente llenos, siendo tarea imposible encontrar un asiento libre a partir de ese punto. Esto sucede desde hace tiempo, lo que ha motivado una campaña de los colectivos vecinales para exigir “un servicio que se adecúe a la demanda de viajeros”. Al aumento de las frecuencias

Pastas y Pizzas sin Gluten

# Restaurante Il Quattro

**¿Todavía no conoces el mejor restaurante italiano de Las Rosas?  
Además cocina tradicional Mediterránea para todos los gustos**

**Menú de mediodía  
Eventos y más**

**Pedidos  
para recoger**

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

912344929

Paseo de Ginebra 26, Madrid

horarias de los buses de la EMT, han unido otra demanda, la extensión de la línea a tres barrios del Distrito que carecen de conexión directa con el Ramón y Cajal: Las Rosas, Rejas y Simancas.

En el marco de la campaña, las asociaciones han recogido ya unas 2.500 firmas, pero continuarán hasta conseguir al menos 5.000.

El pasado 15 de diciembre mantuvieron una reunión con el gerente del Consorcio Regional de Transportes de la Comunidad de Madrid, al que trasladaron sus dos reivindicaciones. En el encuentro participó también el presidente de la FRAVM, Jorge Nacarino, y una delegación de asociaciones de la Coordinadora de Entidades de San Blas-Canillejas y Ciudad Lineal, la creación de una línea directa al Ramón y Cajal desde su Distrito, algo de lo que todavía carecen. Los representantes vecinales de Ciudad Lineal acordaron con los de San Blas Canillejas que esa nueva línea saliese desde Simancas para dar servicio a ese barrio vecino. El gerente del Consorcio se comprometió a estudiar todas las peticiones.

Ahora, ante la falta de novedades y avances, por ello, las asociaciones vecinales de San Blas-Canillejas, junto a otros colectivos sociales del Distrito, han dado un paso más con la convocatoria de esta manifestación.

Al final, muchas personas manifestantes



recogieron firmas y se leyó el siguiente comunicado final:

“Gracias vecinas y vecinos por participar en este acto, en el que pedimos que en la línea 165 del autobús que conecta el Distrito San Blas - Canillejas con el hospital Ramón y Cajal se aumente la frecuencia de paso de autobuses en las horas punta. Y crear nuevas líneas de autobús para conectar con dicho hospital desde los barrios por los que actualmente no pasa, como son los barrios de Las Rosas, Rejas y Simancas”.

Es muy importante esta demanda, que ya como presentamos en la reunión mantenida el pasado 15 de diciembre con el consorcio de transportes de Madrid, les cometamos como muchas personas cogen el autobús y tienen que esperar al siguiente autobús o más para poder subir,

van tan llenos los autobuses, que se corre un peligro de accidente personal y se llega tarde a las consultas del hospital; es importante tener en cuenta que somos un Distrito con una gran distancia al hospital de referencia, que no tiene una estación de metro en el hospital público y muchas personas son mayores para coger varios autobuses

Estas reivindicaciones parecen que comienzan a causar efecto ya que se ha conseguido en los últimos días, aumentar la frecuencia de paso por las mañanas de 9 a 15 minutos, cuando antes eran de 14 a 20 minutos, además de que el primer servicio comience a las 06.30 de la mañana

Ahora queda conseguir nuevas líneas para los barrios que no tienen conexión directa con el hospital Ramón y Cajal; Las Rosas, Rejas y Simancas.

Quiero ser  
pescadera

Formación Exprés  
y Empleo

# UNA ESCUELA PARA TI

Escuela  
Municipal  
Alimentación  
y Hostelería

aemadrid.es



# Alfonso Delgado: “No es fácil vivir de la interpretación”

Vecino del barrio de Rejas, Alfonso Delgado es un hombre vinculado durante toda su vida a la interpretación. Cine, teatro o publicidad tienen cabida en su extenso bagaje profesional. Con él, repasamos sus casi 50 años delante de las cámaras.

## Quién es Alfonso Delgado?

Soy actor desde el año 78. Debuté en el Teatro María Guerrero, en el primer año del Centro Dramático Nacional. Desde ese día me lo he trabajado más o menos para llegar a la jubilación hace tres meses. He hecho doblaje, teatro, cine, televisión y bastante publicidad. También, he trabajado en otras cosas diferentes: he sido camarero, cocinero, mensajero de moto, mensajero de aviones, he estado de vigilante en una torre de control, he estado de marinero en Nigeria y en la costa gallega. En fin, muchos trabajos para subsistir y seguir dedicándome a lo que más me ha gustado.

## ¿Es difícil vivir del mundo de la interpretación?

Dicen que sólo pueden vivir de la actuación del tres al cinco por ciento de los actores. En algunos momentos de mi vida he podido vivir más o menos bien de esta profesión, pero llevo casi 45-50 años, más de la mitad de los años trabajados, y no he podido compaginarlo bien. Para la mayor parte de actores o actrices es muy difícil, es una profesión muy complicada.

## ¿Cómo se definiría artísticamente?

Por gracia o por desgracia, me han encasillado muchísimo en mendigos, drogadictos, gente de mal vivir, de tener mala suerte en la vida y acabar en la calle. Pero vamos, me defino principalmente como un actor de teatro, que es lo que más me gusta. Me encantaría poder seguir. Me hicieron hace poco una prueba para volver al Centro Dramático Nacional y desgraciadamente no me cogieron. Entré en una depresión bárbara,



porque tengo ya una edad que ves que te quedan muy pocas oportunidades para engancharte a otra obra de teatro. Además, con la edad también los papeles se van haciendo más difíciles, más pequeños.

## ¿Qué ha cambiado desde aquellos comienzos?

En aquellos años los actores se formaban en el teatro, y si daban el salto al cine pues bienvenido. Pero, normalmente, era una profesión de teatro únicamente. No existían las cadenas privadas, ni las plataformas que hay ahora. Tampoco existía lo digital, o sea que las películas se filmaban con un metraje. Y ese metraje era fundamental, era como un tercio de la producción de una película. No se podía fallar mucho, no se podían repetir las tomas.

## ¿Cómo está la situación para los que sueñan con ser actores?

Me da una pena tremenda la juventud de hoy en día, porque hay tantísimos actores. Hay que recordar que antiguamente estaba la Escuela de Arte Dramático de Madrid y el Instituto de Barcelona. Ahora, con las autonomías, hay una Escuela de Arte Dramático por Comunidad. Cada año salen 30 o 40 alumnos formados como actores en cada una de las 17 comunidades. O sea, tienes 500 actores todos los años que en seis años, son 3.000 actores que no conoce nadie. Cuando yo comenzaba podías cambiarte de compañía, había más opciones. Los teatros nacionales pagan bien, el Teatro Español, el María Guerrero, el Centro Cultural de la Villa, pero otros como el Teatro Lara, por ejemplo, prácticamente no pagan. Pagas tú con tu oficio y si va mucha gente pues a lo mejor te llevas algo. Las salas pequeñas no te digo. Es por amor al arte.

## ¿Uno de sus momentos estelares llegó con el anuncio del sorteo de Navidad?



**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

*Alfonso Delgado:*  
**“La situación de los actores no es tan buena como parece”**

Estuve un año que no podía salir a la calle. Era impresionante todo el mundo te reconocía. Me pilló ya mayor, que no me lo creí ni mucho menos ni me cambió la vida ni nada de nada. Me cambió incluso quizá, no a peor, pero desde ese anuncio no he hecho prácticamente nada de publicidad. Y antes hacía mucha. Tenías la tranquilidad de que por lo menos estabas ahí. Te llamaban casi todas las semanas para hacer un casting y, más que bien, te apañabas y te creías que todavía estabas en la profesión. Dicen, además, que es uno de los mejores anuncios de la historia de la lotería, sin duda, y casi de su historia en una liga de los mejores que han producido.



**¿Cuál es el trabajo del que se siente más satisfecho?**

Creo que lo mejor que he hecho ha sido una serie de televisión de Movistar que se llamó Conquistadores Adventum, que en el tercer o cuarto capítulo salgo protagonizando a Núñez de Balboa. Es que es de las pocas veces que me veo y digo, “qué bien estoy”. Soy muy crítico conmigo mismo y cantidad de veces no me he visto, o no ha visto la película, porque tengo unas pocas frases. Son cameos prácticamente.

**¿Con qué grandes actores y artistas ha trabajado?**

Con infinidad de ellos. Intervine en la última película que grabó el recordado Paco Martínez Soria. ‘La tía de Carlos’ en 1981, en la que también participaban entre otras María Kosty o Josele Román. También he trabajado con gente extranjera. El que más ilusión me hizo y que además llegó a ser un buen amigo mío fue Juan Diego. El gran Juan Diego es increíble. Trabajé con él en el 78 en el María Guerrero. A los 20 años estaba yo en Chueca limpiando la puerta de un bar que regenté, bueno, y de repente apareció él andando por la acera y me reconoció. Y me dijo, “si eres Alfonso Delgado, hemos trabajado juntos”. Me quedé de piedra, le reconocí y era lógico, pero fue absurdo que el me reconociera a mi.

Tenía una gran virtud, se quedaba con los nombres y con las caras de la gente. También con Félix Rotaeta, que fue el descubridor de Almodóvar. Fui su secretario particular, o eso decía él de mí, porque le pasaba el guión del cine que iba a hacer. Y, por supuesto, con Ángel Facio en teatro. Eché un currículum en el Teatro Español y me contrató, hice con él cinco montajes en diez años. Cada dos años contó conmigo hasta darme protagonismo en la sala pequeña y el que más ha creído en mí.

**¿Trabajó también con José Luis Garci?**

Hice cinco películas con Garci, al que admiro aunque sea un hombre que ha denostado mucho la izquierda, ‘la gauche divine’, que digo yo, pero no sé por qué. Quizá el cine de Garci no ha gustado a la gente de izquierdas, pero es espectacular. Maneja el cine como poca gente en este país, antiguo, con decorados, en estudio, pero se trabaja con él de una manera maravillosa. Siento nostalgia de las series de televisión que se hacían antes: ‘Los Gozos y las Sombras’, ‘Fortunata y Jacinta’, basadas todas en novelas de gente muy seria como Benito Pérez Galdós o Gonzalo Torrente Ballester. Ahora ves un poco las series y a mí me da pudor, están hechas muy rápidas, con los mismos decorados prácticamente. Ves una serie y la siguiente es casi la misma.





**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 Clínica de Psicología UAX, compromiso con San Blas-Canillejas

La Universidad Alfonso X el Sabio (UAX) ha inaugurado recientemente su nueva Clínica de Psicología en el Distrito de San Blas-Canillejas, un espacio de vanguardia que no solo busca ofrecer atención psicológica de calidad y proximidad en el barrio, sino también convertirse en un referente para la formación práctica de futuros profesionales en el ámbito de la salud mental.



La clínica se integra en la **Ciudad Sanitaria UAX**, un ecosistema innovador que incluye otras clínicas de especialidades en San Blas-Canillejas como la Clínica de Odontología (Emilio Muñoz, 13) y el Centro Odontológico de Innovación y Especialidades Avanzadas UAX (Albarracín, 35), ofreciendo un modelo único de formación y atención integral. Con esta nueva apertura, UAX reafirma su compromiso de aportar soluciones a las crecientes necesidades de salud de la comunidad local.

La **Clínica de Psicología UAX** está concebida como un centro educativo y asistencial, un lugar donde la formación de estudiantes del Grado en Psicología y el Máster en Psicología General Sanitaria se combina con la prestación de servicios a la comunidad. "Esta clínica materializa la esencia del modelo UAX: formar a profesionales excelentes en un entorno real, impulsar la salud mental como parte de la visión One Health y ofrecer un servicio cercano y accesible a la comunidad", destaca **Aida Suárez, Decana de la Facultad de Ciencias Biomédicas y de la Salud de UAX**. El proyecto también nace con el objetivo de responder a la necesidad creciente de ofrecer un acceso más cercano a la atención psicológica en un momento en que la salud mental se ha convertido en una prioridad social generalizada, y que también tiene su reflejo en distritos como el de San Blas-Canillejas.

Así, el modelo educativo y asistencial de la Clínica de Psicología UAX pone especial énfasis en la atención integral al paciente. A

través de una visión holística de la salud, la clínica no solo se dedica a la atención psicológica, sino que promueve la prevención y la promoción de la salud emocional. Este enfoque integral es fundamental para abordar los retos actuales de la salud mental, que van más allá del tratamiento de enfermedades, y buscan mejorar la calidad de vida de los pacientes a través de intervenciones preventivas.

Además, la **Clínica de Psicología UAX** se posiciona como un modelo de atención psicológica accesible para toda la familia, ofreciendo consultas y programas diseñados para distintos grupos de edad. La atención infantil y adolescente será un aspecto des-

tacado, con tratamientos especializados que abordarán cuestiones como el manejo de las emociones en los más jóvenes y la prevención de trastornos conductuales. Asimismo, la clínica se enfocará en el acompañamiento a cuidadores y el apoyo a personas mayores, con programas que incluyen estrategias para mejorar el envejecimiento activo y la gestión emocional en la vejez.

Otro componente clave y diferencial de la clínica es su Escuela de Pacientes, un programa innovador que tiene como misión empoderar a los vecinos del barrio, dándoles herramientas para la gestión del estrés, la ansiedad y otras condiciones emocionales. "No solo tratamos, también enseñamos a





cuidar la salud mental”, señala **Juan Francisco Galán, Director de Centros Sanitarios UAX**. A través de la Escuela de Pacientes, los residentes de San Blas-Canillejas tendrán acceso a sesiones formativas y grupos de apoyo, cubriendo temas tan diversos como la regulación emocional, la menopausia, la parentalidad, y la prevención de conductas autolíticas, entre otros. Este enfoque psicoeducativo tiene como fin crear una comunidad más consciente de la importancia del autocuidado y la salud mental, brindando a los ciudadanos las herramientas para prevenir problemas emocionales y mejorar su bienestar.

Los futuros psicólogos tienen aquí la oportunidad de involucrarse activamente en procesos de diagnóstico y tratamiento de pacientes, siempre bajo la supervisión de psicólogos clínicos con experiencia. “Contar con una clínica universitaria propia representa una oportunidad estratégica para integrar la formación teórica con la práctica asistencial real”, asegura **Patricia Ferrero, Vicedecana de Enfermería, Psicología y Fisioterapia en la Facultad de Ciencias Biomédicas y de la Salud**.

En este sentido, UAX se compromete no solo con la formación académica, sino también con la transformación social del barrio, reforzando su vínculo con la comunidad de San Blas-Canillejas. **Juan Francisco Galán** subraya: “Este proyecto no solo es académico, sino que también tiene un impacto social directo, al ofrecer un servicio accesible y cercano a todos los vecinos”.

De esta forma, la **Clínica de Psicología UAX** trasciende la vertiente académica para alzarse como un proyecto comunitario que pone en práctica el compromiso de UAX con la salud y el bienestar social. Este modelo dual se sitúa como un referente para la formación de excelencia de los futuros profesionales y, al mismo tiempo, como un agente transformador de la comunidad de San Blas-Canillejas.



# Tango y Folclore argentino en el C.C. Antonio Machado

Dentro de la programación del **'ciclo 21 Distritos'**, el Centro Cultural Antonio Machado ofreció la actuación del dúo argentino formado por **Verónica Silva y César Angeleri**.

**D**urante una hora deleitaron al numeroso público que acudió a presenciar un concierto íntimo y profundo en el que el tango y el folclore argentino fueron los principales protagonistas. Al final de la actuación, fueron ovacionados por un público entregado que agradeció la excelente interpretación de los artistas argentinos. Sus canciones ofrecen un recorrido por clásicos de todos los tiempos, como tangos, vals, milongas, huaynos, marineras o zamba, reinterpretadas desde la solidez guitarrística de Angeleri y la voz cálida y expresiva de Silva.

Una propuesta que rescató obras esenciales de la música popular, de obras de compositores indispensables como Carlos Gardel o Astor Piazzolla.

Ambos intérpretes cuentan con una amplia trayectoria. Verónica Silva, nacida en Buenos Aires, comenzó su carrera en el tango en 1998, junto a Julián Plaza y Ariel Ramírez en la compañía Los Creadores debutando en el Teatro Albéniz de Madrid. Desde ese momento, construyó una sólida carrera que abarca el tango, la música popular y la interpretación escénica. Fue la voz del espectáculo 'Tango Emoción',



dirigido por Mora Godoy, realizando actuaciones en Alemania, Holanda, Dinamarca, Finlandia, Noruega y Suiza.

Posteriormente, creó su propio show en Buenos Aires que presentó en las principales salas de la capital argentina como Café Tortoni, Clásica y Moderna, Paseo La Plaza, El Club del Vino o Chacarerean Theatre. Su versatilidad la posiciona como una figura destacada en la escena artística argentina e internacional como demuestran sus actuaciones en más de 40

países. Desde 2003 forma parte del grupo franco-argentino Gotan Project. Ha sido nominada a los Premios Gardel como mejor álbum de Artista Femenina de Tango.

Sobre la aceptación de los tangos en España, la cantante bonaerense se siente encantada: "En España gustan los tangos. En todas mis actuaciones siempre me he sentido acompañada y muy bien tratada por el público, al igual que ha ocurrido en esta actuación. También, quiero agradecer a la dirección de **21 Distritos**, así como a todos los trabajadores de este centro cultural".

Por su parte, César Angeleri es un consolidado guitarrista, compositor y cantante que ha recorrido escenarios nacionales e internacionales. Tiene un profundo conocimiento del folclore argentino adquirido por formación y trayectoria. Ha trabajado junto a maestros como Ariel Ramírez, Eduardo Lagos, Jaime Torres y Eduardo Falú. Formó parte de agrupaciones de música ciudadana bajo la dirección de Atilio Stampone, Walter Ríos y Leopoldo Federico. En el tango acompañó a Guillermo Fernández, José Ángel Trelles, Horacio Ferrer, Rubén Juárez, Raúl Lavié y María Graña.

**C/ Sofía 187**



**916 84 10 86**

**¡ABRIMOS  
TODO EL DÍA!  
Desde las 8:00 am  
hasta medianoche**



**¡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](http://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**

# ¡El idioma que necesitas para tu próxima oportunidad!

**APRENDE INGLÉS, FRANCÉS O ALEMÁN**  
Clases presenciales

Y también inglés online con

**THAT'S ENGLISH!**

Con tutorías presenciales y online

**INSCRIPCIONES EN JUNIO**  
**MATRÍCULA EN JULIO**

Horarios de mañana y tarde  
Para alumnos a partir de 16 años

**¡INFÓRMATE!**

**Calle Conserveros, s/n**  
Junto al Colegio República de Panamá  
y frente al CSS Luz Casanova

**Presencial** 91 306 69 79

**That's English!** 91 306 38 68



**Escuela Oficial de Idiomas San Blas**



# Club Atletismo Suanzes, forjador de campeones

Con más de 65 años de historia, el Club Atletismo Suanzes es un referente dentro del deporte madrileño. A pesar de ser un club humilde ha formado a grandes atletas tanto a nivel nacional como internacional. **Isidro Rodríguez** es su presidente, y con él repasamos la actualidad de su club.

## Cuándo se fundó el Club?

Cuenta con un amplio periplo dentro del atletismo madrileño. Tenemos una antigüedad de más de 60 años. Creo que este año cumpliríamos 65 o 66, porque las fechas están algo confusas. Oficialmente comenzó en 1959 como grupo de empresa INI. En aquella época ya se consiguieron grandes éxitos a nivel nacional y se potenció muchísimo el atletismo. Después, hubo una época de escasa actividad hasta que en el año 83 empiezan con las actividades del colegio Marqués de Suanzes, con algunos padres de niños dirigidos entonces por **Jesús del Pueyo**, que perteneció e impulsó al grupo de empresa INI. Empezaron a promocionarlo un poquito, a participar en los Juegos Deportivos Municipales, en pruebas federativas, y a escribir la historia más reciente del club.

## ¿En 1986 el club inició una profunda renovación?

Ese año cambió la ley del deporte. Había que modificar los estatutos y se constituyó el Club Atlético de Suanzes con las nuevas disposiciones. Se inscribió en la Dirección General



de Deportes de la Comunidad de Madrid con el número 679. En esa fecha había otro club en el barrio, el Club Nazaret, del que yo era entrenador y amparado por el colegio del mismo nombre del barrio de Simancas. Vimos que lo más apropiado era fusionarse, y lo hicimos en 1987.

## Hablemos de Jesús del Pueyo.

Hablar de Jesús del Pueyo es hablar de una institución en el atletismo de Suanzes. Fue prácticamente su creador e impulsor. Aunque ahora está un poco alejado, sigue manteniendo

contacto con el club. Me une a él una gran amistad que está muy por encima del atletismo. He trabajado más de 30 años con él. Coincidíamos absolutamente en toda nuestra perspectiva de lo que queríamos hacer en el barrio, con los niños, y cómo veíamos nosotros el atletismo. Pueyo siempre ha sido el alma del club. Nunca ha querido ser una figura orgánica. Ha estado siempre como entrenador, pero nunca ha querido ejercer de presidente ni de vocal. Se muestra satisfecho con la gestión que hago tanto como entrenador como de directivo. En 2016, coincidiendo con el centenario de la Federación de Atletismo de Madrid, se le hizo un homenaje por toda una vida dedicada al atletismo. Tuve la suerte y el honor de darle esa medalla en calidad de vicepresidente primero de la Federación Madrileña, y también en esa cita se premió a nuestro club. Posteriormente, le hicimos una despedida aquí, aunque siempre está en contacto con nosotros.

## ¿A pesar de ser un club humilde, han conseguido formar a atletas de gran nivel?

Si, pero no solo a nivel nacional, también internacional. Creo que el éxito se debe al fruto del trabajo. Los tiempos han cambiado, seguimos siendo un club modesto, y estamos abocados

# ¡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**

a que los atletas se vayan cuando alcanzan un nivel determinado. Por aquí hemos tenido a **Fabián Roncero**, que incluso después de ser olímpico volvió a tener ficha con nosotros; **Fernando Carro**, otro atleta olímpico que ha sido vocal de la Junta Directiva hasta hace nada. Sigue colaborando con nosotros anualmente en La Milla y en cualquier evento al que le llamemos. También **Vicente Capitán**, campeón de España en carreras de montaña, que lleva nuestras redes sociales, sobre todo la web. Podemos hablar de otros atletas importantes, **Miguel Espinosa**, en marcha, que ha estado en la última selección nacional que ha disputado el Campeonato del Mundo. El último marchador joven que tenemos es **Marcos Gómez**, también campeón de España y que



ha sido llamado por la selección. En esa línea también está **Claudia Gómez**, campeona de España en numerosas ocasiones, también internacional y subcampeona por federaciones de cross en la categoría Sub-20. Y **Fabián Venero**, ahora mismo una figura a nivel internacional, que estuvo también unos años con nosotros.

#### ¿Cómo mantienen el club?

Con el trabajo y esfuerzo de todos. Tenemos cerca de 500 licencias y hay que mantener una infraestructura que cuesta bastante. Tenemos algunas subvenciones del Ayuntamiento de Madrid y de la Comunidad, pero son puntuales. Prefiero hacer mis cuentas sin contar con esas ayudas, aunque cuando nos llegan nos vienen muy bien, aunque no podemos meterlas dentro del presupuesto. Debemos tratar de ser auto-suficientes, ya que no hemos sido capaces de tener un patrocinador.

#### ¿Tienen buenas instalaciones?

Disponemos de la pista al aire libre de la calle Alcalá, pero con el deterioro y el paso de los

años, necesita un lavado de cara. Llevamos muchos años con un proyecto de mejora de la instalación que ha ido pasando por todas las Juntas Municipales. Es cierto que alguna vez le han dado algún pequeño lavado de cara, pero no la mejora que necesita. La Junta Municipal nos dijo que uno de sus objetivos era hacerlo en esta legislatura. Hemos participado en los presupuestos participativos, y creo que hemos conseguido ser uno de los planes más votados. Espero y deseo que lo haga. También estamos a la espera de la construcción de la pista de atletismo de la Ciudad del Deporte y saber si podemos utilizarlas.

#### ¿En qué momento se encuentra el atletismo madrileño?

Es muy bueno, sobre todo en la base y en la integración. Necesitaría un poquito más de impulso, sobre todo económico. A nivel de instalaciones, ahora mismo hay muchas en Madrid que no pueden ser usadas en su totalidad, necesitan de una remodelación y de más apoyos.

**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

**Los mejores precios  
para las mejores carnes**

**Celebramos nuestro 8º Aniversario**

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

# 4 Escultores 4, exclusiva exposición de escultura

No os la podéis perder. San Blas-Canillejas celebra una exposición de escultura única, que reúne a cuatro excelsos artistas en el Centro Cultural Antonio Machado hasta el próximo 30 de abril.



**A**sistimos a un ensalzamiento de la escultura en la se aprecia la obra de cuatro artistas diferentes, divergentes incluso, pero que no evita que la convivencia entre las obras sea natural. Incluso su exposición conjunta hace que se realcen las unas a las otras. La obra expuesta no tiene una unidad explosiva, ni un objetivo concreto. Es la iniciativa de cuatro amigos que comparten la misma pasión por la escultura que conforma su núcleo vital. Esta exposición cierra el círculo, o abre uno

nuevo, de una iniciativa que surgió en 2012 con la exposición en el Palacio de Congresos de Ibiza, cuna de **Andreu Moreno** (@morenotorresandreu), uno de los artistas. Continuó en 2013 en la sala de exposiciones de la Antilla en Lepe, Huelva, de donde procede **José Manuel Martínez Pérez** (@josemanuelmartinezesculor). En 2024 la exposición llegó a Salamanca - Sala La Salina - donde reside **Andrés Álvarez Iizarbe** (@andres.alvarez.izarbe), oriundo de Navarra. Ahora a nuestro barrio, el barrio donde lleva prácticamente toda

su vida **Andrés Lasanta** (@andres\_lasanta) y del que presume pertenecer.

## ¿Qué os lleva a iniciar este periplo?

Los cuatro artistas son ajenos al circuito del art. Lo que no les impide colaborar ocasionalmente con algunas galerías. Su proceso profesional se desarrolla fundamentalmente en el ámbito privado y con encargos en lo público. Sus obras, normalmente, no tienen divulgación y el hecho de que los cuatro vivan en distintas ciudades da lugar a la doble iniciativa de exponer juntos y, al menos, tener una excusa de coincidir y compartir experiencias.

Fomentar su amistad es la causa primigenia y fundamental de esta exposición. Aunque parece que este carácter lúdico pueda restarles profesionalidad, es lo contrario. Los cuatro atesoran importantes y múltiples premios de escultura, obra pública en la península, las Islas Baleares, Canarias y en distintos países de Europa. Han participado en infinidad de exposiciones, tanto individuales como colectivas, representando todos ellos firmes valores de nuestra escultura contemporánea.

La exposición, que podemos disfrutar en el Antonio Machado, es el resultado de muchas horas de trabajo, mucha vida entregada a la

## ELECTROTECNIA, S.L.

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

**Empresa instaladora de Puntos de Recarga de Vehículos eléctricos**

**EMPRESA AUTORIZADA**

**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**    [info@jspelectrotecnia.com](mailto:info@jspelectrotecnia.com)  
 Tel-Fax: 91 408 17 57 - Móvil: 659 062 090    [www.jspelectrotecnia.com](http://www.jspelectrotecnia.com)

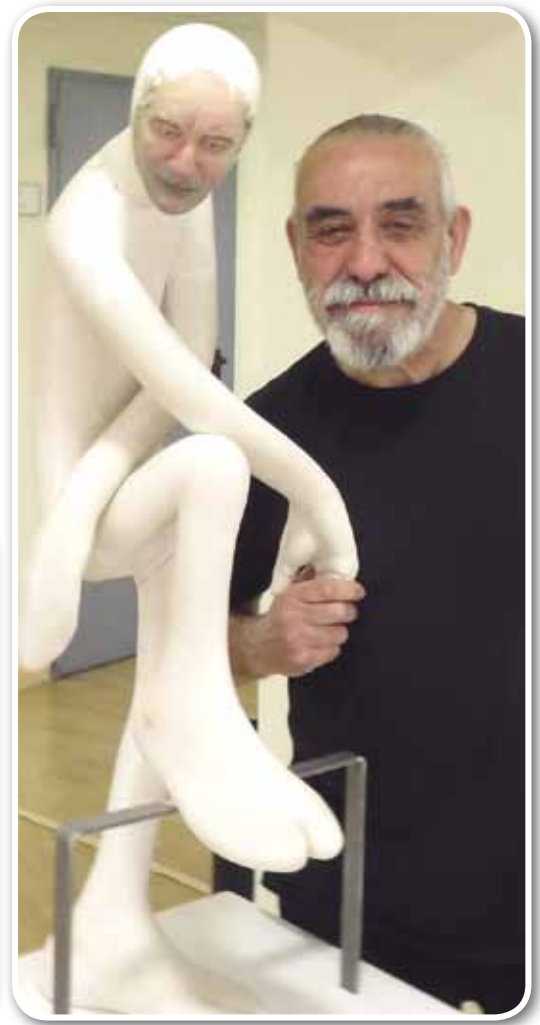
creación de una obra profesional pero, sobre todo, una obra absolutamente sincera, comprometida con su tiempo. Mezclan todo tipo de inquietudes vitales, personales y colectivas. Además de las estéticas, donde lo figurativo y lo abstracto conviven armónicamente, donde la tragedia y el humor coinciden en tiempo y forma como en el mundo real.

La obra expuesta es la desarrollada a lo largo de sus vidas profesionales, sin más pretensiones que compartirla con el público y con la única ambición de que el público pase un buen rato y disfrute de la puesta en valor de la pasión de cuatro artistas a los que unió su

profesión y que trascendió convirtiéndose en una amistad tridimensional y sincera.

**La sala de exposiciones se encuentra en la planta segunda del Centro Cultural Antonio Machado de Madrid, en la calle San Román del Valle.**

En uno de los vestíbulos de la planta baja se puede ver una exposición permanente de cinco obras de gran formato de Andrés Lasanta. Dos de ellas, premiadas en concursos internacionales de escultura. Una de ellas, 'Nonato', es una réplica en bronce expuesta en el Museo Europeo de Arte Moderno (MEAM) de Barcelona.



Déjate llevar por Madrid

Déjate llevar por EMT

Más de 2100 autobuses y 229 líneas para dejarte llevar por toda la ciudad



# Alonso Trenado nos presenta su nuevo libro poético y misterioso

**Alonso Trenado** es dramaturgo, guionista y escritor, con una carrera en los medios —Cadena SER, CNN+, Deutsche Welle— que no ha abandonado, aunque hoy lo orienta hacia la divulgación más que hacia las noticias.

**D**esde que volvió a España en 2018, ha publicado dos obras de teatro y un método de interpretación: 'Raquel Pérez', 'Mecánica de la Acción Interna. Inventa Editores'. Ahora llega su cuarto libro: 'Todo ese caos parece un acierto cuando susurra lo correcto', un texto que habita la frontera entre la narrativa y la literatura dramática. El prólogo está escrito por el director **José Martret** y el epílogo por el actor y director **Raúl Tejón** (Machos Alfa). Se presenta el próximo 13 de abril en la Librería Ocho y medio de Madrid, en castellano y en inglés.

Para conocer los secretos de este libro hablamos con su autor.

**El título tiene algo poético y misterioso. ¿De dónde viene?**

Todo surge de un anuncio que leí en un diario estadounidense de principios del siglo XX. Decidí jugar con la traducción del eslogan, buscar nuevos significados. El caos y el susurro son palabras que, de alguna forma, se contradicen y a la vez son tremendamente sonoras. Qué pasa cuando las



decisiones que tomas están cegadas por el des concierto o el dolor Esa es una de las preguntas que me hago en el texto.

**¿Cómo lo definiría? Es teatro, es narrativa**

Las dos cosas. Se lee como un texto corrido, a mí me gusta mucho el cuento y el relato, tiene ese aire. Pero por dentro funciona como teatro: hay personajes que aparecen sin presentarse, saltos temporales, localizaciones que no se explican. Hay un concepto que maneja José Sanchis Sinisterra, la narraturgia, ese territorio entre la narrativa y la dramaturgia, y yo he jugado con esa idea sin pretender hacer narraturgia exactamente. El lector tiene las piezas y es el que las une.

**¿Y qué piezas son esas?**

Sobre todo la elipsis. No explicar, no contar de más. Hay muchas influencias de **Caryl Churchill**, **Harold Pinter**, **Sarah Kane**. La idea de que lo que no se dice puede pesar tanto como que lo que se dice. He intentado escribir un texto que le dé al lector absoluta libertad para completarlo. Lo que entienda cada uno va a ser acertado. No tengo interés en guiar la explicación para el lector o el espectador.

# ESTAMOS

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

Tu publicidad

2x1

PAGINA

deldistrito.com

Más de 25 años informando y  
promocionando el comercio local

## ¿ESTÁS CON NOSOTROS?

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

Anúnciate en la revista. Llámanos **616 776 618 - 91 327 23 51**

### Eso exige bastante del lector, ¿no?

Sí, y lo asumo. Pero no es una exigencia desmedida, no te pide que sepas nada previo ni que hayas leído nada concreto. Te pide que estés presente, que imagines, que unas los puntos tú. Que no esperes que el texto te lo resuelva todo. En ese sentido, es un texto incómodo, sí, pero que te deja un poso.

### Sale en castellano y en inglés a la vez. ¿Por qué?

Porque tiene sentido para este texto en concreto. Viví muchos años fuera, trabajé en inglés, y hay algo en el tema del libro que no es solo español. Toni Roberts ha hecho la traducción y ha sido muy cuidadosa con el tono, que es lo más difícil de trasladar. El título en inglés es «Chaos Whispers In My Ear And Everything Falls Into Place». Espero que tenga cierto vuelo en Reino Unido y, por qué no, que tengamos una versión en castellano y otra en inglés en algún teatro pronto.

### Desde 2018 no ha vuelto a un medio de comunicación ¿Le apetece volver?

Difícil pregunta. Lo primero que tengo que decir es que si no he vuelto es porque nadie me ha llamado. No creo que nadie me eche de menos, lo digo sin ninguna amargura, es simplemente un hecho. Por

otro lado, el panorama mediático ha cambiado enormemente. El canal de comunicación ha dejado de ser monopolio exclusivo de los medios, ahora están las redes, está YouTube, están las plataformas. Personalmente lo que me apetece es el reportaje, el documental y la investigación, Creo que hace más falta que nunca con la cantidad de desinformación que nos está llegando por todas partes. Volver a la radio también me apetece. Un podcast, claro que sí. Pero volver a la información diaria, es algo que no me apetece demasiado.

### ¿Qué les diría a los posibles lectores?

El texto tiene humor, tiene drama, tiene tragedia... Que se deje llevar y que confíe en lo que

siente aunque no pueda ponerle nombre. Es un texto que te puede desconcertar al principio, pero si te quedas con él, algo pasa. No sé explicar bien qué, cada lector encontrará una cosa distinta. Eso es exactamente lo que quería.

### ¿Dónde podemos encontrar el libro?

En diferentes librerías. Por ejemplo, en 8 y medio que será donde se hará la presentación oficial. También en la web de Aliar Ediciones y en Amazon.



C/ Sofía 177  
917 75 83 53

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

*Nido* RESTAURANTE

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

ARROCES  
MENÚ  
DIARIO  
SALÓN  
Y TERRAZA  
PARA LLEVAR\*



**PEDIDOS A RECOGER**

Entrega en paellera 5 € señal

# Un espacio para crecer: así impulsa el vivero de San Blas a las personas emprendedoras

Integrado en la red de viveros de **Madrid Emprende**, el centro acompaña a empresas en distintas fases de crecimiento. En el Distrito de San Blas-Canillejas, el vivero de empresas del Ayuntamiento de Madrid se ha consolidado como un punto de referencia para quienes deciden emprender o consolidar su proyecto empresarial. A través de asesoramiento especializado, formación, comunidad emprendedora y espacios de trabajo a precios accesibles, este centro impulsa el desarrollo de iniciativas empresariales que encuentran aquí el entorno necesario para crecer.

**P**ara **Antonio Liébana**, director del equipo gestor, una de las claves que diferencian al vivero de otros recursos de apoyo al emprendimiento es la cercanía con las personas emprendedoras. “El acompañamiento y la asesoría presencial y personalizada aportan un valor único y muy valorado por quienes desarrollan su proyecto aquí”, explica. A ello se suma la posibilidad de disponer de despachos y espacios de trabajo a precios muy por debajo del mercado, lo que permite reducir costes en una etapa especialmente delicada para cualquier empresa.

El vivero desempeña, además, un papel relevante dentro del propio Distrito. “Funciona como el eje público del ecosistema emprendedor del Distrito”, señala Liébana. Desde este



espacio se refuerza el papel de San Blas como polo de emprendimiento innovador y tecnológico, en conexión con grandes empresas instaladas en el Distrito y con centros de investigación universitarios.

Entre los servicios más demandados por las empresas alojadas destacan el asesoramiento individualizado y el seguimiento periódico de los proyectos, así como las mentorías especializadas. También, muchas personas emprendedoras que aún no están instaladas en el vivero utilizan sus servicios, especialmente el acompañamiento para la creación de sociedades a través del Punto PAE, o el programa de preincubación orientado a desarrollar el plan de empresa. En esa labor participa también **Verónica González**, técnica asesora de emprendimiento, con quien Antonio

comparte la gestión diaria del vivero y su comunidad emprendedora. Además, el vivero acoge la VII edición de su programa de aceleración, iniciado en diciem-

*Bar Restaurante*

# Camarero

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

Síguenos en:







COLABORAMOS CON LA PLATAFORMA DE TRABAJADORES EN PARO RECOGIENDO COMIDA AQUÍ

*C/ Pasaje de Ruca s/n - tel.: 91 306 20 78 - Madrid 28037 - Metro Simancas*

bre de 2025 y que se prolongará hasta junio de 2026, dirigido a impulsar proyectos con potencial de crecimiento.

### Así son las empresas que se alojan en el vivero de San Blas

Dentro del vivero conviven empresas en distintas etapas de desarrollo. Una de las incorporaciones más recientes es **Andrea Lab**, una consultora tecnológica fundada por **César Sosa** y especializada en soluciones basadas en inteligencia artificial.

“Llegamos al vivero el pasado mes de febrero, en una etapa en la que la empresa ya estaba operando con clientes. Necesitábamos un entorno que nos ayudara a consolidar el proyecto y seguir creciendo”, explica Sosa.

Más allá del espacio físico, Sosa destaca el valor de la comunidad emprendedora que se genera en el centro: “El networking y el acompañamiento nos permiten aprender de otros negocios, establecer conexiones y seguir fortaleciendo nuestra empresa”. Andrea Lab cuenta actualmente con clientes en España y en otros países, especialmente en Estados Unidos, y uno de sus próximos objetivos es ampliar su presencia en el mercado español y europeo.

Otro ejemplo es la **Agencia Nous**, una empresa de marketing digital fundada por **Juan Brocal** que llegó al vivero en abril de 2023, cuando el proyecto comenzaba a crecer. Entonces, buscaban un lugar físico desde el que trabajar y empezar a ampliar el equipo.



Tres años después, la evolución ha sido notable: “Entramos dos personas en un despacho más pequeño, ahora somos nueve y ocupamos dos despachos. Se podría decir que entré siendo autónomo y saldremos siendo una agencia consolidada”.

Para Brocal, uno de los mayores valores del vivero es el entorno compartido entre emprendedores: “Cuando emprendes solo, ayuda mucho compartir espacio con personas que están en situaciones similares. Puedes intercambiar experiencias, resolver dudas e incluso generar oportunidades de negocio”.

### Una red de apoyo municipal

Esa combinación de acompañamiento, comunidad y recursos es precisamente lo que define el papel de los viveros de la red de Madrid Emprende dentro del ecosistema emprendedor. “Emprender es un camino lleno de incertidumbres”, señala Liébana. “Espacios como

este buscan ofrecer un entorno donde esas dificultades se puedan afrontar con más herramientas, más apoyo y más conexiones”, agrega.

San Blas es uno de los viveros más veteranos de la red. Desde su apertura en el año 2007, más de un centenar de empresas han pasado por sus despachos. Además, Madrid Emprende celebra su XX aniversario: dos décadas en las que esta iniciativa del Ayuntamiento de Madrid ha asesorado a más de 262.000 empresas. En la actualidad, diez empresas desarrollan su actividad en el vivero: desde proyectos que comienzan a consolidarse hasta compañías que ya preparan su salida para continuar creciendo. Todo ello convierte al vivero de San Blas en un lugar donde las ideas no solo nacen, sino que encuentran las condiciones idóneas para convertirse en proyectos empresariales rentables.



**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**



**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)

**10€**

**611157054**

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

**Avenida Canillejas a Vicalvaro 99**  
**611157054 / 614157383**

## Masiva asistencia a la asamblea de la Quinta de Torre Arias

El pasado 22 de Marzo se realizó en la Quinta una visita informativa convocada por la Plataforma Ciudadana Quinta de Torre Arias, que concluyó en una asamblea abierta en la que asistieron alrededor de 500 personas.

Entre los presentes se encontraban representantes de entidades ciudadanas como Madrid Ciudadanía y Patrimonio, la Federación Regional de Asociaciones Vecinales de Madrid, la Coordinadora de Entidades Ciudadanas de San Blas-Canillejas y el Sindicato SBC.

También estaban presentes miembros de partidos políticos como Más Madrid, PSOE y Podemos, e igualmente una persona relacionada con el Banco de España. El portavoz y vicepresidente de la Plataforma Ciudadana, informó de la solicitud del Banco de España al Ayuntamiento de Madrid para conseguir la cesión de los edificios de la Quinta con el objeto de implantar una escuela financiera y un centro de formación para su personal. Así mismo, explicó las propuestas ciudadanas para un uso agroecológico y social, educativas y culturales relacionadas con el pasado agropecuario de la Quinta, tal y como establece el Plan Especial de Protección, con fines de investigación en tran-



sición ecológica, granja escuela, viñedo, y desarrollo social del Distrito, que cuenta con algunos de los barrios más desfavorecidos de Madrid. La Plataforma manifestó su voluntad de sentarse con el Banco de España, con el ánimo de conjuntar ambos proyectos. La presidenta de la Plataforma, recalcó que el marco de estas conversaciones debía ser el vigente **Plan Especial que protege la Quinta**.

En la asamblea, distintos vecinos y vecinas mostraron su desconfianza sobre las intenciones del Banco y su papel en el desarrollo de la Quinta y del distrito. Se criticó la ausencia de responsables municipales en la asamblea, especialmente de la concejala-presidenta

del distrito, Almudena Maíllo, que informaran sobre las negociaciones entre el Ayuntamiento y el Banco. El conjunto de los asistentes, entidades sociales y partidos hicieron explícito su apoyo al movimiento ciudadano para conseguir un acuerdo satisfactorio, defendiendo este espacio público como bien común.

El acto finalizó haciendo un llamamiento a la asistencia al siguiente Pleno de la Junta Municipal en el que se trataría el tema. La Plataforma emplazó a nuevas acciones una vez que se hubieran mantenido las primeras reuniones con el Banco de España y quedasen más claras las condiciones del proyecto de cesión.



# Sanchidrián

## 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



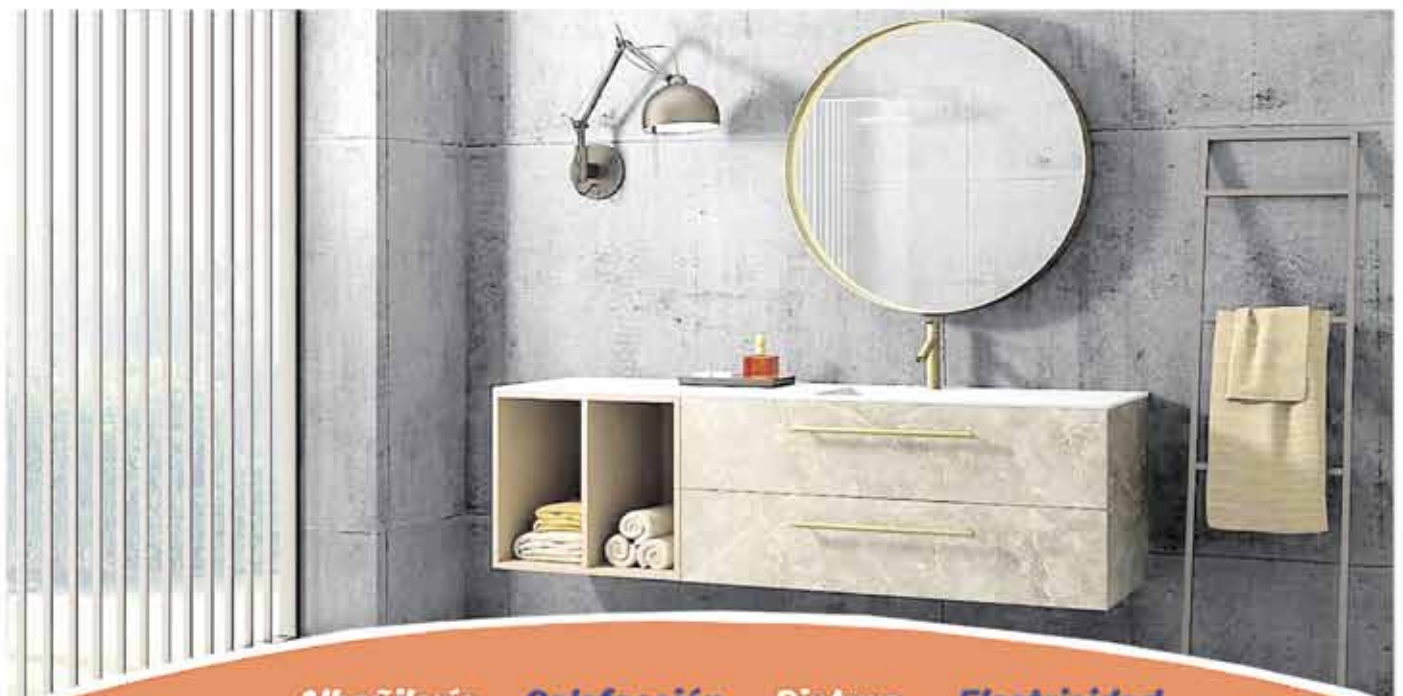
**C/ Calle Albasanz 75 2º, 28037 Madrid.**  
Tel. (+34) 91 542 32 13 - Fax: (+34) 91 542 92 33  
sanchidrian@gestoriasanchidrian.com  
www.gestoriasanchidrian.com

# DECO & HOGAR

## Reformas en General

C/ Boltana, 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](http://www.decoyhogar.com)

CARLOS PEDROL®

odontología / estética dental



PROMOCIÓN

# BLANQUEAMIENTO DENTAL

ANTES


~~599€~~

AHORA

460€

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

Disfruta de nuestra  
promoción durante  
todo el mes de abril.

 clinicarlosedrol

\*Tratamiento sujeto a valoración médico. Promoción válida hasta el 01/09/2024.