

POZUELO IN

Nº 8 - Diciembre 2012

Revista de actualidad, cultura, ocio y tendencias de Pozuelo de Alarcón.
www.pozueloin.es

Feliz Navidad



ROLLER SCHOOL			
CURSOS INTENSIVOS DE PATINAJE - NAVIDAD 2012:			
Cursos de 3 días: 1 hora cada día			
Aprende a impulsarte, girar y frenar con seguridad			
	Miércoles	Jueves	Viernes
DICIEMBRE	Día 26	Día 27	Día 28
11:00	Grupo 1: NIÑOS	Grupo 2: ADULTOS	
12:00	Grupo 3: NIÑOS	Grupo 4: ADULTOS	
ENERO	Día 2	Día 3	Día 4
11:00	Grupo 1: NIÑOS		
12:00	Grupo 2: ADULTOS		

	Jueves		Domingos
MAÑANAS			
10:30	—		GRUPO MIXTO Adultos y Niños
11:30	—		NIÑOS 4 a 6 años
12:30	—		NIÑOS 7 a 11 años
			BÁSICO Adultos
TARDES			
17:15	NIÑOS 4-5 y 6-8 años		—
18:30	GRUPO MIXTO Adultos y Niños		—
19:30	BÁSICO Adultos		—
20:30	MEDIO Adultos		—

Más información:
www.roller-school.es



65 deportes en 6.000 m2 la primera tienda en 2 plantas para estar cerca de ti.



Haz deporte al mejor precio, desde 19.90 € al mes.



El primer supermercado de la marca **Alcampo** en Pozuelo.



Lavado de coches a mano



Ayuntamiento de
POZUELO DE ALARCÓN
Concejalía de Familia,
Asuntos Sociales y Mujer

Madrileña de Pinturas



Calidad y precio Están muy cerca



LA PRIMERA CADENA DE PELUQUERÍA Y ESTÉTICA EN ESPAÑA

Dispone de 800 plazas de aparcamiento gratuito y una plaza exterior de más de 4.000 metros cuadrados.

Avda. Juan XXIII, 10 Pozuelo de Alarcón, 28224
Móvil: +34 913515073 Tel. fijo: +34 913514526 FAX: +34 913514526
www.eltorreondepozuelo.com info@eltorreondepozuelo.com



Revista de actualidad, cultura, ocio y tendencias de Pozuelo de Alarcón. www.pozueloin.es



SUMARIO

Número 08 - Diciembre de 2012

04 – ELENA MÉNDEZ LEITE

REGRESA A LA POLÍTICA ACTIVA **ACTUALIDAD IN**

Sustituye a Diego Lozano, nuevo director de Gabinete del Presidente de la Comunidad de Madrid.

07 – EL AYUNTAMIENTO APRUEBA

LAS CUENTAS MUNICIPALES PARA 2013

Consigue un ahorro de siete millones de euros.

08 – JUAN 'EL LEGIONARIO' TIENE UNA VIDA DE LEYENDA

Nos cuenta en una entrevista cuáles son sus grandes pasiones.

11 – ÓSCAR MARTÍNEZ NOS DA LAS BUENAS NOCHES

DESDE CADENA 100 **PERFILES IN**

Conoce mejor a este simpático periodista que estrena programa en la radio.

14 – NAVIDAD **ESPECIAL IN**

Pozuelo es un gran municipio en el que puedes encontrar los mejores productos para sorprender a todos.

24 – MARTA DE LA JOYA **REPORTAJE IN**

Esta personal shopper nos aconseja para tener un buen *fondo de armario*.

29 – PROGRAMACIÓN DE NAVIDAD

Conoce todo lo que pasará en el municipio en estos días tan especiales.



EDITA: MEIGA MEDIA

GERENTE: ABEL NÚÑEZ

DIRECCIÓN: LUIS CEREJO

COLABORADORES: JAVIER GUERRERO, A. DE LA CIERVA,
MARISA GUTIÉRREZ, CARMEN R-MILLÁN,
IVÁN JAQUES (Fotografía) y E. CANO

DEPARTAMENTO COMERCIAL:

M^a TERESA HAERING PORTOLÉS

DISEÑO: MIGUEL REDEL

DEPÓSITO LEGAL: M-11316-2012 IMPRIME: JOMAGAR

www.pozueloin.es

redaccion@pozueloin.es - publicidad@pozueloin.es

(+34) 911 107 463 - (+34) 673 227 071

DISTRIBUCIÓN GRATUITA POR BUZONEO - 16.000 EJEMPLARES

POZUELO IN no se responsabiliza de la opinión vertida en los artículos de sus colaboradores.



Para más información, contacta con nosotros en el teléfono:

91 351 31 02 o en el email 02609@grupomrw.com

www.mrw.es

Lo que tú quieras, a
quien tú quieras,
donde tú quieras...

...ahora sin salir de
tu casa

Camino de las huertas nº 12, local, Pozuelo de Alarcón, 28223, Madrid



Cuentos Escritos por Niños con Corazón

Nuevos retos solidarios para el 2013

Un total de 25 proyectos son los que se han puesto en marcha desde la Asociación Cuentos Escritos por Niños con Corazón (CEN con C), doblando así los que se realizaron el pasado curso. Todos estos proyectos solidarios están llenos de ilusión, imaginación, creatividad y solidaridad.

Para este curso hay colegios veteranos que no se cansan de escribir y de ayudar a los demás. Estos son el Divino Maestro, Infanta Elena, Los Ángeles, Pinar Prados, San José Obrero y el Colegio Liceo Sorolla. Entre los novatos, dos nuevos nombres, el colegio Gonzalo Fernández de Córdoba y el Colegio Internacional Aravaca.

Como colofón, desde la asociación se cuenta con dos proyectos innovadores: los libros de cuentos que escribirán alumnos del Centro de Rehabilitación Médico Psicopedagógico Dionisia Plaza y un librito escrito por algunos de los niños del Príncipes de Asturias, que este año toman la comunión y que será, sin duda, un maravilloso recuerdo para ellos, sus familiares y catequistas.

Cada uno de estos centros colaborará con diferentes causas solidarias siendo algunas también veteranas como la Fundación Menudos Corazones, Pequeño Deseo, Síndrome de Dravet y Theodora; otras debutantes como *África Directo*, el proyecto solidario desarrollado en Iquitos y dos todavía por confirmar. ■

El regreso de una veterana



Tras un paréntesis cercano a una década, Elena Méndez Leite regresa a la política activa. La que fuera concejal de Bibliotecas, de Relaciones Institucionales y Protocolo en este Ayuntamiento desde 1991 hasta 2003, es la persona que entra en el Consistorio por el Partido Popular (PP) en sustitución de Diego Lozano tras ocupar este el cargo de director del Gabinete del presidente de la Comunidad de Madrid.

La nueva edil tomó posesión de su cargo en el último pleno, celebrado a finales del pasado mes de noviembre. La alcaldesa, Paloma Adrados, fue la encargada de darle la bienvenida y de imponerle la medalla como concejal. ■

Premio al esfuerzo de los mayores

Todo trabajo tiene su recompensa. Cuando los integrantes del grupo de teatro Entre Amigos se presentaron al concurso de vídeos de Mundo Mayor, no se les ocurrió pensar en ganar el certamen. Se presentaron para divertirse y disfrutar, que es lo que hacen en cada una de sus actividades y, si además ganaban, mejor. Finalmente el primer premio, en la categoría *Mejor video municipal* en la cuarta edición de los Premios Nico, organizados por Mundo Mayor.

Estos galardones de ámbito nacional buscan fomentar la creatividad de las personas mayores, así como la participación de los familiares y amigos de su entorno. El trabajo de estos mayores, *La rebelión de los abuelos*, refleja, en tono de



humor, su vida cotidiana así como la relación con sus nietos. La concejal de Familia, Asuntos Sociales y Mujer del Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón, Beatriz Pérez Abraham, asistió a la gala de entrega de premios, celebrada en el Teatro Reina Victoria de Madrid. ■



Cruz Roja dice no a la violencia de género

Porque no hay derecho a que en España sean ya 50 las mujeres muertas a manos de sus parejas o sus exparejas. Cruz Roja

Pozuelo se sumó al Día Internacional contra la Violencia de Género colocando un lazo en la fachada de su sede en el municipio y con un amplio programa que abarca estrategias de prevención, sensibilización e identificación de situaciones de riesgo o maltrato. Se denomina Mujeres en Dificultad Social y está basado en tres pilares: acogida, atención y asesoramiento.

Desde Cruz Roja también se ofrece atención especializada a aquellas mujeres que sufren una doble discriminación: por su género y por la carencia de medios ante responsabilidades familiares no compartidas.

Igualmente, disponen de teleasistencia móvil para mujeres víctimas de violencia machista que cuenten con una orden de protección. ■

Pozuelo tendrá una Agencia Municipal de Empleo

El 6,62% de la población del municipio está desempleada, una de las tasas más bajas en la Comunidad de Madrid.

El Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón contará próximamente con una Agencia Municipal para el Empleo. Así lo avanzó la alcaldesa, Paloma Adrados, durante la celebración del III Foro de Empleo y Empresa, organizado a finales de noviembre en el Centro Comercial Zielo.

El objetivo principal de esta Agencia Municipal de Empleo pasa sobre todo por bajar ese seis por ciento de desempleados que hay en el municipio, "aunque tenemos una de las cifras más bajas de paro entre las ciudades de más de 50.000 habitantes", recalcó la alcaldesa.

Por su parte, el concejal de Juventud, Formación y Empleo, Diego de Arístegui, explicó cómo con esta Agencia se prestará un servicio adicional a los que ya se vienen ofreciendo. E insistió en su coste para los vecinos: ninguno porque la gestionará el personal de la propia Concejalía. Respecto al III Foro de Empleo y Empresa, Arístegui se basó en las cifras para confirmar el éxito de la iniciativa: en sólo dos días, las 18 empresas participantes habían recogido un total de 3.035 currículums y ofrecido más de 600 puestos.

Además, el concejal ha recordado que Pozuelo de Alarcón cuenta con las cifras más bajas de paro entre las ciudades de más de 50.000 habitantes. Nuestro municipio es, a su vez, el cuarto de la Comunidad de Madrid con un mayor número de empresas extranjeras establecidas.



Christmas
Fun Weeks
don't forget to be good!

Kids&Us school of english Pozuelo
Avda. De Pablo VI, 9
T.914529295 · 649 779 786
pozuelo@kidsandus.es
www.kidsandus.es

Kids&Us
school of english



LOS FUNCIONARIOS PROTESTAN “Todos tenemos que arrimar el hombro”. Un funcionario municipal explicaba así a Pozuelo IN lo que ellos entienden que tienen que hacer las partes en el conflicto que mantienen los trabajadores del Ayuntamiento con los responsables municipales. Decía estas palabras instantes antes de que la alcaldesa tuviera que interrumpir el último pleno municipal por el ruido que provocaron los funcionarios en el patio Segovia.

El pleno “más importante, en el que se aprueban las cuentas municipales, no puede ser interrumpido así”, aseguraba la alcaldesa, quien tuvo que llamar la atención a los funcionarios que llenaban la sala de plenos mostrando, con camisetas negras, su disconformidad con el acuerdo por el que los funcionarios deben cumplir el horario de las 37,5 horas semanales. Tuvieron su momento, pero el protagonismo fue de los presupuestos. ■



UN REGALO POR UNA SONRISA El pasado 1 de diciembre Baile Activo recogió más de 700 juguetes donados entre las más de 500 personas que asistieron al evento Un regalo x una sonrisa celebrado en Kinépolis. Un proyecto benéfico cuyo principal objetivo es recoger el mayor número de regalos entre los participantes y empresas colaboradores para el apoyo a las organizaciones y fundaciones que trabajan en pro de las ayudas a los niños y jóvenes más necesitados.. Durante el evento hubo una masterclass y distintas exhibiciones de baile. Los juguetes donados se han entregado a distintas la ONG Apoyo Positivo, entre otras. ■

El Ayuntamiento reparte sal entre los vecinos para combatir los rigores del invierno

El Ayuntamiento repartirá sal a los vecinos para prevenir los efectos de las posibles heladas y descenso de las temperaturas de los próximos meses. En total se distribuirán de forma gratuita 20 toneladas de sal en diferentes puntos del municipio, así como en urbanizaciones y comunidades de propietarios. Con esta medida se quiere facilitar la accesibilidad y movilidad por el municipio así como la entrada y salida a los garajes.

Las fechas y los puntos de reparto son:

11 y 12 de diciembre de 9 a 20 horas: reparto a particulares. Los vecinos que deseen recoger la sal pueden hacerlo en los siguientes puntos de distribución (es necesario llevar la bolsa).

- **Zona Pueblo:** Polideportivo El Torreón, Espacio Educarte, Sede de la Policía Municipal, en el Cantón del Servicio de Limpieza

Viaria (C/Antonio Becerril, 1) y en el Punto Limpio Municipal (C/Vereda de los Zapateros).

- **Zona de la Estación:** Polideportivo Carlos Ruiz y CUBO Espacio Joven.

- **Colonia Las Minas:** Sede de la Brigada Municipal de Parques y Jardines (Aparcamiento de la calle Camino del Piste)

- **Húmera:** En el Vivero municipal (C/ Monte Bajo)

- **Colonia Los Ángeles:** Cantón de la contrata de Mantenimiento de Zonas Verdes (Paseo de Extremadura, 3)

El Consistorio cuenta con otras 60 toneladas de sal para que, en el caso de ser necesario, se pueda esparcir en las principales vías públicas, centros educativos, edificios públicos, paradas y estaciones de transporte público, aceras y pasos para peatones, así como en puntos definidos, en tiempo real, por aviso de la Policía Municipal. Asimismo, se ha realizado también la puesta a punto de la maquinaria y equipamiento específicos, incluyendo cuchillas y palas quitanieves.

Más información: 91 452 27 00 ■



CLÍNICA DENTAL

DRS. CHABANI

**Primera
consulta
GRATUÍTA**

Calle Vía Láctea nº 1, Portal 1D, Bajo B
Aravaca (junto a Estación Renfe Cercanías)

Tels. 91 357 63 55
687 297 788

**Atendemos
URGENCIAS
Dentales**

15%
**DE DESCUENTO
EN IMPLANTES**

Especialistas en IMPLANTES DENTALES y ORTODONCIA

Unos presupuestos ajustados para el 2013

El Ayuntamiento aprueba sus cuentas para el año que viene. El presupuesto asciende a 90,5 millones de euros, siete millones menos que este año. Se mantienen los servicios manteniendo la presión fiscal.

Gracias a los nuevos criterios de adjudicación, a la centralización de servicios y a la reducción de la deuda, Pozuelo de Alarcón ha logrado presentar unos presupuestos para 2013 con un gasto ajustado pero con un nivel de servicios similar al ofrecido hasta ahora a los vecinos. Paloma Adrados destacó que las cuentas "son equilibradas y que garantizan la excelencia y la calidad en los servicios", además de asegurar que no se han subido los impuestos y se han incrementado en un 4% las ayudas sociales para el próximo año.

El pleno municipal celebrado a finales del pasado mes de noviembre aprobó un presupuesto de 90.545.991 euros, lo que supone una reducción en el gasto de 7,1 millones de euros. Una bajada que se produce gracias a los cambios de criterios en la contratación y concesión de las subvenciones y a la centralización de servicios, sin que eso afecte a la calidad en la prestación de los servicios.

A la finalización del mismo, la alcaldesa, Paloma Adrados, ha asegurado que el ahorro previsto para los contratos del próximo año es de más de 2,5 millones de euros, pero que, si tomamos en consideración los contratos adjudicados desde junio de 2011, "el ahorro asciende a 6,7 millones de euros". Adrados ha explicado también que la concesión de subvenciones se hará por concurrencia competitiva, excepto en el caso de las ayudas sociales.

La oposición, en contra

Por su parte, los distintos grupos de la oposición mostraron su disconformidad con los presupuestos, sobre todo en materia social. El portavoz socialista, David Cierco, denunció que entre el presupuesto de 2011 y el presupuesto de 2013, el PP reduce en un 27% el gasto en programas de Asuntos Sociales, por un importe de 1.285.709 de euros. Esto supone que "en los momentos en los que las familias más lo necesitan, se recortan estos programas mientras se mantienen las contrataciones con grandes empresas", concluyó.

El concejal de UPyD, Enrique López, explicó que "es falso que no se esté incrementando la presión fiscal, y que las partidas que sufren los



mayores recortes son, una vez más, las ya muy mermadas de solidaridad social". Además, señaló que "las considerables pérdidas de ingresos que refleja el presupuesto no se derivan de una menor presión fiscal, sino del agotamiento de la exacción tributaria, pues la cruda realidad es que han subido el IBI, el IVA, el IRPF y los impuestos especiales, y todo ello en el último año".

Por último, la concejala de IU, Maite Pina, destacó lo que para ella es la gran desigualdad: "Los cinco grandes contratos que tiene el Ayuntamiento han experimentado una subida de 384.460,28 euros, mientras que Programas de Servicios Sociales y Educación sufren las bajadas: Un 23,86% en el programa de Enseñanza Preescolar y Primaria, un 78,33% en el programa de Educación Permanente de Adultos, un 15,05% en Mayores, un 24,58% en Personas con discapacidad o un 36,99% en el programa de Mujer", concluyó. ■



C/Benigno Granizo, 7
28224 Pozuelo de Alarcón
Telf. 916163079 / 620354305
escuelainglesa@yahoo.com
www.escuelainglesa.es

ESCUELA INGLESA

LA MEJOR CALIDAD DE LA ENSEÑANZA DE LA LENGUA INGLESA
EN POZUELO DE ALARCÓN

Juan *el legionario*, una vida de libro



Juan Pérez Mata (Madrid, 1953) llegó a Pozuelo hace 45 años para trabajar en el colegio Pinar Prados y, desde entonces, ha pasado "por casi todos los departamentos municipales. Me conocen en todo el pueblo y como además soy extrovertido, la gente me quiere", señala. Ahora está de conserje en la biblioteca municipal Rosalía de Castro, atendiendo a los usuarios con su simpatía.

Juan es el conserje antiguo, el que te miraba con seriedad, pero te respondía cada pregunta de forma muy agradable y te acompañaba cuando no sabías dónde estaban las cosas. "Por eso he pasado por tantos departamentos, porque confiaban en mí. Hemos rotado una serie de personas (pocas) por el compromiso de responsabilidad que adquirimos hace tantos años", asegura Juan *el legionario*.

Nos dice que tiene tres amores, no dos como cualquier persona. Él es original hasta para eso: "Mi familia, Pozuelo y, sobre todo, la Legión, donde he aprendido muchísimo. No puedo estar en una conversación en la que hablen mal de la Legión y no salte enseguida para defenderla", asegura con rotundidad. Se confirma. Es ese tipo de personas que de pequeños nos gustaban porque nos contaba las típicas historias que nos convertían en personajes de leyenda. Pero ahora, a quien va a convertir en leyenda es a él: "Hay una escritora que, oyéndome una conversación sobre la legión, me preguntó si podía contar mi historia. Y en eso estamos", nos cuenta con orgullo.

Juan también nos da seguridad. Esa que necesitabas cuando llegabas a buscar algo y no lo encontrabas. Te hacía de guía y terminabas encontrándolo. Así es Juan *el legionario*, el conserje de Pozuelo. "Hace muchos años, en el Ayuntamiento, estaba cerrando las dependencias y apagando las luces porque eran más de las 9 de la noche. Entonces oí un grito aterrador de una chica. ¡Juan, Juan, no apagues, que estoy aquí! Inmediatamente encendí las luces y la tranquilicé, aunque estaba destrozada. Continué con mi trabajo y al volver para acompañar a la chica a la calle, ya no estaba. Desapareció sin más y no la he vuelto a ver", concluye Juan. ■

Bravo&Casas *B&C*
Economistas · Abogados

Asesoría contable, laboral y fiscal
Empresas, pymes, autónomos
y particulares

SOCIEDADES

Por solo **100** €/mes

Tendrá:

- Su contabilidad
- Sus obligaciones tributarias
- Las nóminas de sus empleados²

- Entrega y recogida de documentación en su sede o domicilio.
- Atención 24 horas al día, 365 días al año
- Sin gastos adicionales, excepto costes administrativos

Constitución de Sociedad totalmente

Gratis³

Incluye:

- Gastos de notaría
- Gastos de Registro Mercantil
- Gastos de solicitud del nombre

¹ Autónomos sin empleados.

² A partir del tercer empleado, 5 € por empleado.

³ Contratando nuestro servicio de Asesoría por un año.

AUTÓNOMOS

50 €/mes¹

Bravo&Casas *B&C*
Economistas · Abogados

Avda. de Europa, 26 · Edificio 5, 2º · Despacho 17
Pozuelo de Alarcón · Tels.: 91 184 59 63/91 816 24 00
Móvil: 627 934 027 · Fax: 91 351 18 58

POZUELO · MAJADA HONDA · LAS ROZAS
info@bravocasasasesoria.es · www.bravocasasasesoria.es



Continuamente somos el blanco de miles de miradas...



Una imagen acertada ayuda a decidir una compra o contratación.

Confíenos la imagen gráfica de su entidad y contribuiremos a mejorar sus resultados.

Estudio de diseño gráfico

- > Experiencia y profesionalidad
- > Banco de imágenes

Imprenta convencional

- > Máxima calidad
- > Seriedad en plazos de entrega

Imprenta rápida digital

- > Rapidez y flexibilidad
- > Personalización
- > Entrega hasta en el mismo día

Cartelería

- > Banderolas, lonas, paneles
- > Sistemas expositores

Rumor *PRINTING & DESIGN*

91 633 68 56
correo@rumorestudio.es
www.rumorestudio.es

Hidratación, Respiración & Aprendizaje

Una hidratación y respiración controladas nos ayudan a oxigenar nuestro cerebro, consiguiendo que funcione a su máxima capacidad y así mantener un alto nivel de atención, básico para el aprendizaje.

La hidratación es fundamental para el buen funcionamiento de nuestro cerebro. Cuando bebemos agua de forma regular y programada, aumentamos la velocidad y efectividad de nuestras respuestas. La cantidad recomendada está en torno a 2 litros de agua diarios (Ortiz, Neurociencia y Educación). Según el Observatorio de Hidratación y Salud (OHS), una hidratación regular evita que las neuronas sufran. Sin embargo, la clave no está en la cantidad, sino en la constancia. Es mucho mejor beber pequeñas cantidades de agua cada hora, que beber medio litro de agua de una vez.

Por otro lado, la deshidratación es una de las principales causas de estrés. Cuando un alumno está estresado, su capacidad para aprender nuevos conceptos disminuye exponencialmente. La sensación de sed se produce 1 hora después de que nuestro cerebro se haya deshidratado. La falta de hidratación de solo el 2% de los fluidos corporales podría incidir en un deterioro de tareas que exigen atención, memoria inmediata de habilidades, y velocidad y eficacia de respuestas psicomotoras (Adán, Cognitive Performance and Dehydration)

La respiración también nos ayuda a mejorar el proceso de aprendizaje a cualquier edad. Realizando ejercicios de respiración en la clases, tanto al comienzo de las sesiones, como al inicio de determinadas actividades que requieren razonamiento, mejoraría notablemente los resultados académicos. Bastaría con 3 o 4 oxigenaciones profundas. Respirar de esta forma es beneficioso para el cerebro y ayuda a aprender con menos esfuerzo. Más oxígeno significa más energía.

Existe otro motivo de peso para enseñar a nuestros alumnos a respirar. Nuestras emociones alteran nuestra respiración y lo mismo sucede a la inversa. Por eso, si cuando nos ponemos nerviosos, nos concentramos en nuestra respiración, seremos capaces de relajarnos, reduciendo el ritmo cardíaco y experimentando emociones positivas que nos generen una armonía mental y física. Más oxígeno significa más alegría.



Liceo Sorolla c



“Desde los dos años”

“Preparar personas que aprenden”

Óscar Martínez "Hay muchos pozuelos"

SOBREPASA EL 1,90 DE ALTURA Y METE ESE CUERPO EN UN SMART TODOS LOS DÍAS PARA IR AL TRABAJO. INEXPLICABLE A PRIMERA VISTA, PERO POSIBLE. ÓSCAR MARTÍNEZ, PERIODISTA MADRILEÑO (1976) SE LEVANTA CADA DÍA CON EL BESO DE SU HIJO MARCOS Y CON LAS AUDIENCIAS DE LA TELE: "LO PRIMERO QUE HAGO ES VER ESTOS DATOS", ASEGURA ENTRE RISAS. Y SE ACUESTA "A LAS TANTAS CON LA TELE PUESTA EN EL DORMITORIO. SÉ QUE NO SE DEBE HACER, PERO..." ESTE VECINO DE POZUELO ACABA DE ESTRENAR PROGRAMA EN LA CADENA 100: ¡BUENAS NOCHES, ÓSCAR MARTÍNEZ! UN ESPACIO DIFERENTE QUE SE EMITE DE LUNES A VIERNES DE 21 A 24 HORAS.

¿Te Gusta el Queso ?

Ahora en Centro de Pozuelo de Alarcón

Más de 90 tipos de quesos, Italia, Francia, Holanda, Suiza, Reino Unido, sin olvidarnos de comunidades como, Andalucía, Asturias, Canarias, Galicia, Castilla la Mancha, Extremadura, etc... Además de cestas de regalo personalizadas y tablas variadas, patés, mermeladas, gran selección de vinos...

www.lacasadelosquesos.com - madrid.pozuelo@lacasadelosquesos.com

Plaza Mayor (Junto al Ayuntamiento) - 28223 Pozuelo de Alarcón (Madrid)
Tlf: 918 287 370 - 673 144 687





Lleva a gala eso de vivir en Pozuelo "porque todo está cerca. Parques y zonas verdes para los más pequeños o para hacer deporte; está a las afueras de Madrid, pero cerca; muchos restaurantes y zonas de ocio. Está genial".

Y aunque ahora está en la radio—en Cadena 100 con un programa musical diario de 21 a 24 horas—, a Óscar Martínez estamos acostumbrados a verlo en la televisión durante muchos años: en Telemadrid presentaba *Madrid Directo*; en TVE dirigía *Cerca de ti*; en Antena 3 presentó *De buena mañana* y en su competidora directa, Tele5, *Gran Hermano* o *El programa de Ana Rosa*, entre otros.

"Antes levantaba a la gente de la cama y ahora me acuesto con ellos... que eso suena mejor", sonríe de forma jocosa. "No, la verdad es que ahora puedo llevar al peque al cole, puedo ir a la productora por las mañanas [Phileas Productions, que ahora tiene en Kinépolis la obra *Evil Dead*, protagonizada por el actor Pablo Puyol] y luego voy a la radio".

Por la noche, en la radio

Ha sido uno de los fichajes estrella de la Cadena COPE después de ganar una Antena de Plata con el grupo Prisa con su programa *Atrévete*. Ahora compagina dirigir y presentar su nuevo programa nocturno *¡Buenas noches, Óscar Martínez!* con el día a día de Phileas Productions. "Es un reto nuevo que me encanta. La gente cree que no, pero la radio quita un montón de tiempo. Ahora emitimos de lunes a viernes de 21:00 a 24:00 horas". Las audiencias de momento están respaldando su trabajo: ya suman 60.000 nuevos oyentes. Reflejo del trabajo diario de todo el equipo que forma parte del programa.

En Pozuelo tenemos de todo

Óscar, casado con la también periodista Eva Armenteros, está encantado con su vida en Pozuelo de Alarcón, un municipio "que tiene de todo", asegura. No obstante, lanza un mensaje a los políticos: "A quien corresponda: mejorar el servicio del Metro Ligero para que no sea tan lento y que no se tarde tanto en llegar a Madrid. O que quiten las zonas verdes o azules... ¡Ya estamos pagando un montón de impuestos!", señala.



MBE Envíos Internacionales

- Nosotros enviamos con UPS
- Asistencia personalizada
- Gestión de los trámites aduaneros
- Embalaje de productos con materiales profesionales

Franquicias gestionadas independientemente y por su propio dueño.



MAIL BOXES ETC.®
www.mbe.es

Mail Boxes Etc. C/ Doctor Ulecia 8, Local Bajo Izquierda (Entrada por Plaza San Juan)
28224 Pozuelo de Alarcón, Madrid **Tel.** 913515750 **E-mail:** mbe066@mbe.es



Para Óscar todo es mejorable: "Es curioso ver cómo se ponen a tope de comidas y cenas de empresa los restaurantes y sitios de pinchos de la avenida de Europa". Pero a su vez, le da "muchísima pena lo que veo en el municipio: restaurantes y tiendas (sobre todo en esta zona) que cierran obligados por la crisis. Probablemente, si se ayudara un poquito más al pequeño comercio..."

Una Navidad muy casera

"Siempre celebro la Nochebuena en Pozuelo. Esos días viene mi familia a casa y disfrutamos de esa noche juntos. Recuerdo unas navidades que nevó. Las calles estaban muy bonitas, pero para hacer las compras navideñas fue un caos".

"El año pasado fuimos a Pozuelo pueblo a llevarles la carta a los Reyes Magos. Yo voy siempre también con el peque a la Cabalgata de Reyes Magos aquí. Aunque cada vez es más austera por la crisis, es divertido volver a ser un niño por unas horas cogiendo caramelos", reconoce.

Gente anónima maravillosa

"Está guay, pero Pozuelo no sólo es la gente famosa que viene a vivir a La Finca, no", señala Óscar. Para él, el municipio es el que está lleno de "gente maravillosa, como el que vende el pan, el frutero, el pequeño comercio... Hay muchos pozuelos, mucho poder adquisitivo, muchos sueldos y muchos trabajos. Pozuelo ya funcionaba bien antes de que llegaran tantos famosos". El periodista asegura que son "las personas anónimas las que hacen funcionar al municipio".

Otra de las cosas que más le gustan a Óscar Martínez es la multiculturalidad que hay en el municipio. "Antes lo extraño era encontrarte a un compañero de color. Ahora lo raro es que no haya niños de todas las culturas, nacionalidades y razas", señala y añade que "esto es lo guay. Se aprenden un montón de cosas. Te enriqueces muchísimo. Eso en Pozuelo está muy bien". ■



ALTA COCINA ITALIANA

C/ Ríos Rosas, 38
Madrid
Tlf. 91 399 46 99

C/ Francia, 7
Pozuelo de Alarcón
Tel.: 917 992 611

C/ Ventura de la Vega, 11-13
Madrid
Tlf. 91 429 76 06

www.labriciola.es



LA CARDIOLOGÍA EN LA SANIDAD PRIVADA DE NUESTRO PAÍS

La Cardiología es, sin duda, una de las especialidades médicas que ha tenido un desarrollo más importante en las últimas décadas. La tecnología ha impactado de forma sorprendente en múltiples maneras de “mirar” al corazón y tener información precisa de cómo está constituido y cómo funciona, tanto en su vertiente mecánica como en su vertiente eléctrica. Ahí están la ecocardiografía tridimensional, el TAC coronario, la resonancia magnética o la electrofisiología intracardiaca, por mencionar tan sólo algunas de estas técnicas.

Pero la tecnología ha impactado también, y sobre todo, en la terapéutica. Aunque en el ámbito de la Farmacología el progreso ha sido espectacular, probablemente sea en el ámbito de las terapias físicas en el cual el desarrollo en Cardiología ha sido particularmente diferenciado. Se implantan válvulas artificiales, stents coronarios, marcapasos, desfibriladores que sustituyen el funcionamiento alterado de diferentes estructuras, se realizan ablaciones que curan o alivian los trastornos eléctricos del corazón... Y todo ello en un camino continuo hacia la “menor invasión posible del cuerpo”, con procedimientos percutáneos con estancia hospitalaria de 24 horas o menos. Pero ninguno de estos progresos ha ocurrido por casualidad, todos vienen precedidos de una larga e intensa carga de investigación y avance del conocimiento.

Hasta aquí unas pinceladas que describen el “momento” de la Cardiología actual. ¿Cómo se enfrentan las organizaciones sanitarias a un contexto en el que las palabras clave son dinamismo, cambio, innovación y tecnología, pero también investigación, conocimiento, fisiopatología? Hasta hace tan solo unos años, la Cardiología se ha caracterizado, en hospitales punteros de la Medicina pública, por una considerable inversión en tecnología y capital intelectual, formando y contratando a buenos profesionales, lo que la hacía progresar a pesar del lastre de una marcada rigidez en las estructuras laborales y administrativas. Al mismo tiempo, la Cardiología privada se conformaba con contratar los servicios de buenos profesionales a tiempo parcial (“Hospital de Tarde”) que suplían, con su experiencia, una oferta tecnológica siempre a remolque de los progresos.

En los últimos años, la situación ha cambiado. La Medicina privada está siendo capaz de “rearmarse” y generar inversión en especialidades clave por su repercusión social y desarrollo tecnológico, como la Cardiología. El lugar que ésta ocupa en la Medicina actual hace de esta especialidad uno de los “termómetros” de la fuerza y proyección de una institución privada. Quizá por esto, y por el ambiente naturalmente competitivo de la Medicina privada, sus directivos han comprendido que la sociedad demanda progreso del conocimiento y actualización de la tecnología cardiovascular, y ello les ha permitido sintonizar con las aspiraciones de los cardiólogos más activos, que se sienten atraídos hacia estructuras que “comprenden” sus demandas de progreso y aprecian su capital intelectual. Hace tan solo unos años hubiera sido difícilmente imaginable asistir al nacimiento, en el seno de la Cardiología privada, de un Centro Integral de Enfermedades Cardiovasculares (CIEC) como el que HM Hospitales acaba poner en marcha, en el que se propicia la dedicación de profesionales a tiempo completo, y en el que se defiende que enseñar, innovar e investigar acerca de la patología cardiovascular está entre sus ocupaciones.

Hoy sabemos que el progreso de la Cardiología actual no puede ser sostenible sin una selección estricta de los recursos en cada caso, de forma que su empleo sea eficiente y el gasto ajustado. También en este campo, aunque no sea a primera vista obvio, un mayor capital intelectual conduce a un menor gasto. Pensemos en el ejemplo antes mencionado de las múltiples pruebas de imagen cardíaca disponibles: el profesional más capacitado prescribirá la más adecuada para obtener la información necesaria, evitando el dispendio del “vamos a pedirle todo, a ver si en alguna prueba encontramos algo”. Y es especialmente en este campo donde la flexibilidad y la dinámica de la Cardiología privada pueden permitir mayores logros.

Por tanto, nos hallamos ante una especialidad clave, que ejemplifica como pocas el reto actual de la Medicina de no renunciar al progreso en el conocimiento y a la innovación tecnológica, pero armonizarlos con un ajustado empleo de los recursos que, integrando a los propios profesionales en el proceso, conduzca a una asistencia de calidad y al mismo tiempo eficiente. La sanidad privada de nuestro país, a pesar de verse afectada por la difícil situación general, puede estar en condiciones de afrontar de forma satisfactoria este reto. ■

Por el Dr. Jesús Almendral Garrote. Director del Centro Integral de Enfermedades Cardiovasculares (CIEC) y jefe de la Unidad de Electrofisiología Cardíaca y Arritmología Clínica de HM Hospitales

**PROFESIONALES, TECNOLOGÍA E INVESTIGACIÓN,
MÁS CERCA DE LAS PERSONAS**



www.hmhospitales.com

esta NAVIDAD...
con su cocina
los electrodomésticos
GRATIS*

ZELARI
de nuzzi

LEICHT
COLLECTION

SHOWROOM POZUELO_ Avenida de Europa, 18A

* consulte condiciones de la promoción en cualquiera de nuestros showrooms. Promoción válida hasta el 31.12.2012

zelaricocinas

- **Príncipe de Vergara** 44 Madrid
principevergara@zelari.es +34 91 577 94 23
- **Alcalde Sáinz de Baranda** 63 Madrid
sbaranda@zelari.es +34 91 573 66 04
- **Paseo de San Francisco de Sales** 32 Madrid
fsales@zelari.es +34 91 534 05 22
- **Avenida Montes de Oca** 19
San Sebastián de los Reyes Madrid
ssreyes2@zelari.es +34 91 659 05 59
- **LEICHTstudio**
Paseo de la Habana 27 Madrid
phabana@zelari.es +34 91 745 16 33

zelariarmarios

- **Avenida Montes de Oca** 19
San Sebastián de los Reyes Madrid
zelariarmarios@zelari.es +34 91 659 05 59
- **Paseo de la Habana** 27 Madrid
phabana@zelari.es +34 91 745 16 33

zelaripuertas de paso

- **Avda Camino del Cortao** 30_nave 5
San Sebastián de los Reyes Madrid
zelariarmarios@zelari.es
sólo con cita previa:
+34 91 659 05 59

zelaricocinas nuevo showroom

- **Avenida de Europa**, 18A
con vuelta a Vía de las Dos Castillas
Pozuelo de Alarcón Madrid
pozuelo@zelari.es +34 91 714 13 25



info +34 91 658 86 80
www.zelari.es

ESPECIAL NAVIDAD

Más que moda
¡Los Reyes Magos están a la última!



**Chaqueta encaje y
mono short para ella,
dos opciones con estilo,
disponibles en**

Sofía Conde

Avenida de Europa, 24.
28224 Pozuelo de Alarcón
Tlf.: 91 351 88 19 / 690 136 371
www.sofiaconde.es



¿TE GUSTA LA NAVIDAD? AQUÍ ENCONTRARÁS
LO MEJOR PARA ELLA O PARA ÉL, ASÍ COMO
LOS PRODUCTOS MÁS SELECTOS QUE PUEDAS
CONSEGUIR EN POZUELO DE ALARCÓN. TE
TRAEMOS LAS MEJORES ELECCIONES PARA
DISFRUTAR DE ESTA ÉPOCA DEL AÑO.

POR M^a TERESA HAERING PORTOLÉS



Selecta Suit un nuevo concepto
multimarca de sastrería y camisería a
medida ya está disponible en Pozuelo, en
la avenida de Europa.

Este nuevo concepto te permite grandes
posibilidades de personalización, diseño
y tendencia.

También podrás encontrar una edición
limitada de prendas *ready to wear*.

¡ Te sorprenderemos!



Avda. de Europa número 3, esq. Cerro de los perdigones. (En a la rotonda de Santa M^a de Caná)

Telf., 91 351 01 58 // 607 683 639

mail. tiendaemh@gmail.com



**Relojes Orient
de caballero
con carga
automática
disponibles en**

De Andrés Joyeros
Plaza Gobernador nº1
28224 Pozuelo Alarcón
Tlf: 91 351 20 21



**Americana de caballero diseñada especialmente
por Enzo Bari para esta ocasión en 100% lana fina
inglesa (Holland & Sherry) con acabados
de máxima calidad.**

Selecta Suit

Avda. de Europa número 3, esq. Cerro de los perdigones
(en a la rotonda de Santa María de Caná).
28224 Pozuelo de Alarcón
Tlf: 91 351 01 58 // 607 683 639



**Amplio surtido en plata,
piedras naturales y Swarovski.
En tienda Rivero
tienen un 10% de descuento.
¡Date un capricho!**

Tienda Rivero
C/ Ángel Barajas, s/n.
28224 Pozuelo de Alarcón
Tlf.: 656 305 760
www.tiendarivero.blogspot.com.es

**Zapatos y bolsos de
fabricación
española e italiana**

Bruno Paoli

En esta ocasión,
escogidos de la tienda
para Mujer de Pozuelo
C/ Atenas, 2
28224 Pozuelo de Alarcón
Tlf.: 91 351 78 00



SOFÍA CONDE
CALIDAD Y PRECIO A TU ALCANCE.
MODA FRANCESA, ITALIANA Y ESPAÑOLA.
EN TU BARRIO. OUTLET en
algunas colecciones.

Avenida de Europa 24. Pozuelo. Junto a Ática.
www.sofiaconde.es
91 351 88 19



GOURMET

Aquí tienes una selección de los mejores productos para tu paladar. Si esta Navidad preparas alguna comida o cena en tu casa, o quieres ser el perfecto invitado, no puedes perderte esta sección. Disfruta de los momentos más deliciosos con ideas que te dejarán con muy buen sabor de boca. Para regalar o regalarte, sabores sibaritas muy cerca de ti.

**Quesos nacionales
e internacionales.
Idiazabal ahumado,
Cabra al Pedro Ximenez
y Gouda al pesto rojo.
Disponibles en**

La Casa de los Quesos

Pza. Mayor (junto al Ayuntamiento)
28224 Pozuelo de Alarcón
www.lacasadelosquesos.com

Un sinfín de quesos
con sus banderitas
indicativas de origen.
Tlf: 91 828 73 70



FRUTAS Álvarez

Gran variedad de las más frescas frutas y verduras,
además de una gran selección de variantes.

Pedidos a domicilio, teléfono: 91 352 34 02
Galería Comercial Nuestra Señora del Carmen,
planta baja locales 16-17
Pozuelo de Alarcón (Estación)

Galería Nuestra Señora del Carmen

La Galería Nuestra señora del Carmen lleva más de 35 años en Pozuelo de Alarcón. Muchos de los puestos llevan abiertos desde entonces, como la Pescadería y Mariscos Aparicio. Variedad y calidad también en Frutas Álvarez, la Tienda de Javier o Frutas Miguel, entre otros.

La dedicación, la tradición familiar y la selección de los mejores productos caracteriza a todos estos negocios, convertidos todos ellos en un referente para muchos vecinos del municipio y de los alrededores, que acuden semanalmente a realizar ahí sus compras de productos frescos. Suculentas propuestas para los gourmets más exigentes.



Gran variedad de marisco nacional de primera calidad

Pescados y Mariscos Aparicio
Servicio a domicilio y hostelería
Galería comercial
Ntra Sra. del Carmen
Puestos 12 y 13
28224 Pozuelo de Alarcón
Tlf.: 91 715 49 24



Melocotón de Calanda, Espárragos Navarros y zumos ecológicos

Frutas Álvarez
Galería Comercial
Nuestra Señora del Carmen s/n, locales 16-17
28224 Pozuelo de Alarcón (Estación)
Pedidos a domicilio, tlf: 91 352 34 02



Jamón Ibérico de Salamanca Oferta Navidades: 99 euros/pieza (hasta fin de existencias) Disponible en

La Tienda de Javier, Charcutería Selecta
Plaza San Juan, nº 2
Galería Nuestra Sra. Del Carmen
Puesto, 18 y 19
Pozuelo de Alarcón (Estación)
Servicio a domicilio: Tlf.: 91 715 49 21

**Bacalao Salao
de Isla Faroe (Noruega)
Disponible en**

La Tienda de Javier,
Charcutería Selecta y Bacalao Salado
Plaza San Juan, nº 2
Galería Nuestra Sra. Del Carmen
Puesto, 18 y 19
Pozuelo de Alarcón (Estación)
Servicio a Domicilio Tlf.: 91 715 49 21



**Cestas de frutas
hechas a medida**

Frutas Selectas Miguel

Servicio a domicilio

Especialistas en cestas de fruta

Galería Comercial Nuestra Señora del Carmen

Pozuelo de Alarcón (Estación)

Tlf.: 91 352 96 54 y 630 025 969



Pescados y Mariscos Aparicio

50 Años en Pozuelo

La mejor relación calidad precio

Gran variedad de Pescados y Mariscos
(70-100 productos diferentes)

Pescados Nacionales Salvajes

Servicio a domicilio y hostelería

Teléfono: 91 715 49 24

Galería Comercial Nuestra Señora del Carmen

Puestos 12 y 13

28224 Pozuelo de Alarcón - Madrid



NAVIDAD EN POZUELO

Del **11**
DICIEMBRE
al **5** ENERO



**Exposiciones
y Espectáculos**

**Encendido
de luces**

**Cabalgata
de Reyes**

Belenes

**Pista
de hielo**

...¡y mucho más!

Más información en www.pozuelodealarcon.org



Ayuntamiento de
**POZUELO
DE ALARCÓN**



Cestas

El mejor detalle para regalar estas Navidades. Visita cualquiera de las 9 exposiciones de Sánchez Romero.

SANCHEZ ROMERO

SUPERMERCADOS

DESDE 1954



Capón y Pularda

Sánchez Romero elabora para ti toda una selección en carnes y aves asadas para estas fiestas.



Cesta de frutas

Un amplio surtido en cestas y bandejas de frutas.

Supermercados Sánchez Romero

C.C. Zielo Shopping - Avda. de Europa, 26 B
28224 Pozuelo, Tel: 91 709 33 73 - Fax: 91 709 33 74
pozuelo@sanchez-romero.com
Tlf. atención al cliente: 902 51 15 15
www.sanchez-romero.com

REGALOS DE NAVIDAD

Telf: 91 887 29 04 - Fax: 91 802 50 15
www.sanchez-romero.com/navidad

RESTAURACIÓN

¿Aún no has reservado la cena de Navidad? ¿Quieres disfrutar estas fiestas de las mejores opciones? ¿Todavía no sabes dónde celebrar la comida de todos los años? Estás a tiempo porque te traemos una selección de los mejores restaurantes para estas fechas.



PICCOLA ROMA
Ristorante Italiano
Avda. de Europa 15.
28224 Pozuelo de Alarcón
Tlf: 91 715 37 05

Piccola Roma es un restaurante italiano artesano especialista en pasta artesanal, risottos y carpaccios. La excelente carta, el ambiente acogedor, el trato agradable y la atención, te harán sentir que te encuentras en la mismísima Italia. Destacamos los carpaccios de pulpo, de buey, atún y salmón y los risottos de trufa con boletus, de verdura y a los frutti di mare. De la amplia gama de pastas italianas no te pierdas los tortiglioni rellenos de trufa y boletus, o los de queso de cabra y berenjena.

También disponen de servicio de comidas para llevar.

Reserva tu mesa

Piccola Roma, una acertada elección para celebrar tus comidas y cenas de Navidad. Dispone de una capacidad para 55 personas. No te pierdas el menú especial de Navidad a 24 euros, que incluye entrantes, bebida, un segundo plato a elegir entre toda la carta y surtido de postres.



La **Mejor Cocina** **Captain To Ti Tavern** **Gallega y Mediterránea**

CELEBRA LA NAVIDAD CON NOSOTROS

TAPAS y RACIONES
En el mejor ambiente
"Chill Out" de Madrid

Via Dos Castillas, 9
Pozuelo (Madrid)

Tlf: 91 715 33 09
reservas@captaintoti.com



Cafetería-Restaurante NUEVO CALIFORNIA
Plaza Mayor, 5. Local 40. 28223 Pozuelo de Alarcón
Tlf: 91 715 27 60

Nuevo California es un restaurante-cafetería que se encuentra frente al Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón. Es la perfecta opción para cualquier hora del día no sólo para comer o cenar. Destaca su gran variedad en desayunos y meriendas, así como los churros de elaboración propia.

Reserva tu mesa

Para estas Navidades, te recomendamos este local para comidas de empresa y por encargo. La ubicación es céntrica y en uno de los lugares de referencia de Pozuelo. Además preparan toda tipo de comida para llevar y disponen de menú del día.



FOOD FROM AMERICA

Y además, servicio a domicilio
 (Consulta el área limitada de reparto en tu restaurante)

Déjate conquistar por nuestra nueva carta, sabores traídos de diferentes rincones de américa para tu disfrute, siempre elaborados de uno en uno a mano.

Peggy Sue's Food from America.
 Avenida de Europa 25
 28023 Aravaca
 913520526
www.peggysues.es

OOOambigua



Menú del día 11€

Cocktail navideño con barra libre 18 € / persona

Un cocktail en nuestra barra con un amplio picoteo de pinchos.

Menú Navideño 20 € / persona

Croquetas de boletus, jamón y trufa / Buñuelos de calabacín al pesto / Rollitos crujientes de champiñones con salsa de queso / Huevos rotos con patatas y gulas.

Menú Navideño 25 € / persona

Cesta crujiente de morcilla con reducción de miel / Camembert rebozado con confitura de arándanos / Berenjenas rebozadas con miel de caña / Huevos rotos con patatas, jamón ibérico y pimientos de padrón.

Menú Navideño 30 € / persona

Langostinos rebozados con sésamo y salsa de mostaza y miel / Corazones de alcachofas frescas salteadas con jamón ibérico / Tártaro de lomo de atún rojo al estilo asiático / Bandeja de solomillo de buey fileteado con boletus.

*Los menús incluyen postre de la casa, vinos blanco y tinto y agua mineral.

**ABIERTO TODOS LOS DÍAS
 EXCEPTO DOMINGOS**

CALLE ATENAS, 2 POZUELO DE ALARCÓN
Reservas 91 709 15 88

Marta de la Joya

¡Conócete a ti misma!



Sin haber llegado a la treintena, Marta de la Joya ya se atreve a cambiar el estilismo de las personas ahorrándoles tiempo y dinero. "Sólo se puede invertir en lo básico y en lo atemporal", asegura esta *personal shopper*, que lleva más de 15 años viviendo en Pozuelo. "El cambio sólo se debe hacer en los detalles", concluye.

Lo primero que hace Marta con sus clientes es hacerle un estudio antropomórfico (aunque también hace de colores, de guardarropa...) "para sacar lo mejor que cada persona lleva dentro. Así podremos realzar los mejores rasgos y disimular los no tan buenos", señala esta asesora de imagen que, consciente de la actual situación, lo primero que hace es ahorrar "tiempo y dinero a sus clientes, ya que si tienen un fondo de armario básico, sólo deben comprar los detalles", nos dice.

La estilista se atreve a tomarle las medidas a Pozuelo. "Es clásico, con un punto moderno. No lo cambiaría mucho. Quizás, algún que otro uniforme de los empleados municipales, pero no más. Algún que otro complemento".

De la joya no para. Terminamos la entrevista y sale escopetada del restaurante donde hemos quedado, Ambigua, un local que bien podría ser parte del fondo de armario del municipio, para irse a ver unos complementos y a dar clase al Centro Superior de Diseño de Moda de Madrid (CSDMM) de la Politécnica, donde es profesora de estilismo.

Al preguntarle por un regalo que hacer estas navidades, no lo duda: "Un shopping tour experience, una experiencia diferente para conocer las tiendas más punteras".

Más información: marta@delajoyapersonalshopper.es
609 92 59 04

PROTEGETUALQUILER.ES

POR TAN SOLO 10,00 EUROS AL MES



912 776 799

C/Alberto Alcocer, 1
Escalera 2 - 3º izqda.
28036 Madrid

Llámanos: 91 276 67 99

Resultado dispar para los equipos de hockey de Pozuelo

El equipo juvenil masculino del Club Hockey Pozuelo consiguió de modo sobresaliente la clasificación para la fase final de la Copa de España el pasado mes en Zaragoza, que se celebraba al cierre de esta edición (a principios de diciembre). El pase a esta fase se debió a sus triunfos en sus tres enfrentamientos con CH San Fernando de Cádiz (6-0), Hockey Zaragoza (6-2) e Iluro HC de Mataró (7-1). La fase final de la Copa se celebra en Valencia en la primera semana de diciembre.

Por el contrario, la suerte le fue esquiva al primer equipo masculino, que fue derrotado por el Atlético San Sebastián en la capital Guipuzcoana. El Pozuelo llegó a vencer por 1-3 en el descanso con tantos de Pedro García, Alberto Abad y Manuel García. Sin embargo, el equipo vasco reaccionó en la segunda parte no solo remontando la desventaja sino venciendo finalmente por 4-3. Tampoco consiguieron pasar de fase las componentes del femenino de Primera División quienes, por problemas técnicos en las instalaciones del Valle de las Cañas, tuvieron que jugar sus partidos en las instalaciones de la Federación Madrileña en Somontes. Perdieron ante el líder Castelldefels HC por 0-2 y ganaron al CH Xaloc de Valencia por 4-1. ■



EL PALACIO DE VISTALEGRE HA SIDO EL ESCENARIO DE UNA FOTO INÉDITA HASTA EL MOMENTO: la de los jugadores del Rugby y Balonmano Atlético de Madrid juntos. Jose Javier Hombrados ha ejercido de anfitrión y ha intercambiado su carnet con el capitán del Atleti Rugby, Javier Salazar. Los de Miki Puerta y Talan Dujshebaev han protagonizado la primera foto de la historia del club rojiblanco de las plantillas de balonmano y rugby jugando juntas. Ahora, los chicos del rugby esperan la visita de los balonmanistas a su campo, el Valle de las Cañas de Pozuelo. ■

ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Adultos, adolescentes y niños

CARMEN GONZÁLEZ coleg. 24105 Tel. 689 980 856

CAROLINA LAGUNA coleg. 23400 Tel. 696 479 986

Boadilla del Monte

Pozuelo de Alarcón

www.lagopsicologos.com

Cuál es tu Objetivo?
te ayudamos a conseguirlo

ENTRENAMIENTO PERSONAL

Preparación física
Entrenamientos On-line
Pilates

657 97 46 19
606 68 60 47

gyn-trainess@hotmail.es
www.gyn-trainess.com

El lenguaje de las flores

Por Marisa Gutiérrez

Flores, flores y más flores. Después de charlar con el artesano florista Javier Fernández me quedo con un mensaje: las necesitamos. Y os voy a transmitir sentimientos que todos tenemos, pero sobre todo cómo debemos elegir las flores que nos rodean, que queremos y que regalaremos.

Javier me dice que en su día a día se encuentra con muchos clientes, principalmente parejas de novios, que tienen grandes dudas e incluso desconocimiento sobre las flores que deben elegir para el día de su boda. En España, sobre todo en Madrid, existe muy poca cultura sobre la tradición floral. Por eso, nos marca unas pautas y nos propone un método para elegir las flores para cualquier ocasión, dándoles un significado más especial que haga más emotiva y sentimental esa elección.

En todo el mundo las flores son parte esencial de la cultura, tanto si componen un perfecto ramo de novia, un centro de mesa en un banquete o un hermoso ramo de regalo de cumpleaños, como si transmiten agradecimiento o tributan homenaje en un funeral e incluso una ofrenda de carácter religioso. Y aunque casi todo el mundo sabe que las rosas rojas significan pasión, pocos saben que existe un antiquísimo y refinadísimo lenguaje de las flores, perfeccionado en la Inglaterra de mediados del siglo XIX, en plena época Victoriana, en la que cada flor, cada hierba y cada planta tenía asociada una emoción particular... Así, la margarita blanca simboliza inocencia y pureza, por lo que está relacionada con la niñez; la gardenia significa alegría; la flor de azahar, castidad; el tulipán, amor desesperado si es

de color amarillo y una sutil declaración de amor si es rojo; el clavel significa distinción y nobleza, y el lirio, inocencia, pureza y alegría...

Además, el mensaje cambia en función de si la flor está abierta o en botón y la posición en que se ofrece. De esta manera, una flor que, por regla general, expresa todo el amor de una persona hacia otra, si se entrega con el tallo hacia arriba significa puñalada traquera. Por todo ello, las flores no se pueden regalar a la ligera, ya que hay que considerar tres aspectos: lo que representa cada una, qué es lo que queremos comunicar y cuál es la flor preferida de la persona a la que se la vamos a regalar. Asimismo, a la hora de comprar flores, debemos tener muy en cuenta el color de las mismas, ya que los colores provocan ciertas actitudes y emociones que afectan a lo más profundo de la psique humana.

En esa Inglaterra Victoriana, este secreto de "hacer hablar a las flores" se legaba de madres a hijas para comunicar numerosos sentimientos: vida, belleza, desánimo, muerte, soledad... pero sobre todo amor. Si regalamos un ramo de flores en el que el lazo que une a las flores va a la izquierda, significa que los sentimientos expresados se refieren al remitente, mientras que si va a la derecha, hacen referencia al destinatario. ■



¿Cuanto paga por el mantenimiento de su jardín y piscina?

Usted pone el Precio

Proyectos de jardinería by Marisa Gutiérrez

Reformas Exteriores
Porches, spas, barbacoas, solados, pergolas, iluminación, regas, estructuras de hierro, diseño de jardines...

LLAMENOS AHORA SIN NINGUN COMPROMISO

633 08 05 58

zen100garden
...fantasy in your life
www.zen100garden.com

Más consejos

Ahora os daré unos trucos sobre los colores. Apúntatelos para no fallar:

- El púrpura es dramático, ostentoso e inusual. Es el color más usado entre los abogados, los clérigos y los psiquiatras. No sería mal regalo para éstos.
- El blanco, símbolo de la pureza. Este color se asocia con la limpieza y también con tiempos futuros.
- El color rojo es símbolo de atención, levanta el ánimo y por lo mismo se considera un color apasionado.
- El azul es un color fresco, relajante. Es el color de cielo y el mar.
- El rosa, color femenino por excelencia, calma los nervios.
- El amarillo, por su parte, es un color brillante, alegre y que estimula la memoria. Es el color evocador del verano y del sol, con lo cual, cuando se está triste o se añora el verano.
- Y por último, está el verde, el color de la naturaleza y símbolo de la ecología. Es idóneo para mitigar tensiones y relajarse.



La Navidad



en la mesa

Por Carmen Rodríguez-Millán

Entramos en la época más entrañable y emotiva de todo el año, en la que lo más importante en estas fiestas es o debería ser las buenas intenciones, la ilusión de los más pequeños de la casa, que son los que nos siguen aportando ese toque de inocencia y alegría en la vida, la familia, los amigos... En general, las personas que tenemos a nuestro alrededor y forman parte de nuestra vida.

Con la Navidad ya en la calle —miremos donde miremos, todos los escaparates están llenos de esos adornos que tanto nos iluminan—, vamos a dar unas pinceladas sobre aquello que debemos tener en cuenta a la hora de decorar nuestra mesa en estas fiestas para que brille con luz propia, transmitiendo alegría y esperanza para la Navidad o el Año Nuevo que se nos viene encima.

La elección de la decoración depende de varios factores. Entre ellos, nuestro estilo personal, la propia decoración de la casa, si tenemos niños pequeños o de cuánto espacio disponemos.

Trucos

- Elegir un mantel con motivos navideños o utilizar nuestros manteles de lino que tanto visten. Los tonos rojos y verdes nos recuerdan más a la Navidad.

- Las servilletas, de tela y dobladas en triángulo.

- La vajilla, luminosa para dar un toque de modernidad a la mesa.

- Cristalerías. Están muy de moda los ahumados. Las copas, siempre frente al plato.

- Para la decoración podemos hacer uso de candelabros (para las cenas) y de adornos florales para los almuerzos, pudiéndoles poner alguna vela en el centro (ojo, que no desprendan ningún olor). Los centros florales quedan más elegantes naturales.

A tener en cuenta: la decoración navideña nunca debe de estar por encima de la funcionalidad en la mesa.

Felices fiestas y una buena entrada de año. ■

De Andrés
Joyeros desde 1925
JOYERÍA RELOJERÍA

Composturas garantizadas

COMPRO ORO

Con la máxima confianza **De Andrés**
Joyeros desde 1925

Plaza Gobernador, 1 - Tel. Fax 91 351 20 21
28224 Pozuelo de Alarcón - Madrid



TALLER DE MARCOS

91 715 88 75

c/ Luis Béjar, 32

DESDE 1969
No ofrecemos nada porque lo tenemos todo

Entra a conocernos

www.cristaleriaspozuelo.es

samol@cristaleriaspozuelo.es
central@cristaleriaspozuelo.es

28223 Pozuelo de Alarcón



Mitsubishi Outlander, cambio total

La nueva generación del SUV japonés parte de cero. Es más ligera, eficiente, capaz y tecnológicamente avanzada. De momento sólo llega con motor diésel de 150 CV, pero en 2013 lo habrá híbrido enchufable. Parte de 31.710 euros, a los que restar 3.000 como promoción de lanzamiento. **Por E. Cano**

Superior a su antecesor en todo, el nuevo Outlander apunta al segmento *premium* del segmento SUV medio-grande; no obstante, ofrece interiores de 5 ó 7 plazas. Su plataforma, muy versátil, permite combinarlo con un motor de gasóleo, un nuevo 2.2 de 150 CV con el que parte de 4,8 l/100 km de media homologada, o bien con un sistema híbrido enchufable gasolina/electricidad que llegará a mediados de 2013 y, apunten, que sólo requerirá ¡1,64 l/100 km!, con una autonomía de 880 km, 50 de ellos en modo totalmente eléctrico, sin emisiones y con un envidiable confort de marcha.

Interiormente más habitable (por ejemplo, la tercera fila de asientos, escamoteables, es ahora apta para adultos en recorridos medios) y de calidad sentida apreciablemente superior, ofrece un maletero más grande, en concreto de 550 litros con 5 ocupantes a bordo en versión de tracción delantera 2WD, o bien de 519 litros en el caso de los Outlander 4x4 4WD.

Es, a su vez, más aerodinámico, con un aspecto de prestancia superior más robusto. Lo mejor es que se deja por el camino de 115 a 145 kg (según versiones), a partir de la aplicación de aceros de alta y ultra alta resistencia. El beneficio de esta merma en prestaciones, consumos, emisiones y agilidad de conducción es evidente. Por cierto, en materia de seguridad cumple con creces: estructura de deformación programada RISE en impactos, mitigación de colisión



frontal FCM, alerta de salida de carril no deseada LDW, 7 airbags, control de crucero activo ACC, estabilizador activo con control de tracción ASTC...

Trotamundos

Ideado sobre todo para conducción sobre asfalto puede, sin embargo, con pistas y caminos hasta de dificultad media. Para ello ofrece mejores cotas *offroad* que su antecesor y, en las versiones 4WD, disfruta de transmisión con modos de circulación 4WD ECO, que actúa como tracción delantera (aunque reparte fuerza a todas las ruedas si pierde agarre); 4WD AUTO, sin bloqueo de diferencial central; y 4WD LOCK (pulsando un botón junto al cambio) que reparte la fuerza disponible de forma casi simétrica entre ejes, con mayor protagonismo para el posterior.

Disponible en acabados Challenge, Motion (manual o automático) y *Kaiteki* (sólo automático y como el anterior 4WD con 7 asientos), suma en todos los casos de serie Bluetooth, climatizador dual, sensores de parking, lluvia y luces, volante multifunción, control de velocidad y vidrios traseros oscurecidos se ofrecen. El tope de gama añade xenón, tapizado de cuero, llantas de 18 pulgadas y techo panorámico. ■

**DESCUBRE EN GABELLA MOTOR
UNA NUEVA FORMA DE MOVERTE.
TENEMOS UN REGALO PARA TI*.**



**RENAULT TWIZY.
100% ELÉCTRICO.**

902 333 500



RENAULT

ZE

**VEN A PROBARLO EN
WWW.RENAULT-ZE.COM**

*Imprescindible presentar cupón en la concesión.

"Zero" Emisiones: Emisiones de CO₂ del ciclo de vida útil del vehículo (según el ciclo de vida regulado por NEDC). "oil-well-to-wheel" (del pozo a la rueda), Twizy: 7g/km/32g/km comparado con un Clio dCi 51kW (70CV): 132g CO₂/km; 133 g/km.

DRIVE THE CHANGE



GABELLA MOTOR, S.L. AVDA. DE ITALIA, 6 · AVDA. DE EUROPA, 25 · GRUPO ESCOLAR, 4 · POZUELO DE ALARCÓN

EXPOSICIÓN DE LAS FELICITACIONES NAVIDEÑAS DEL CONCURSO ESCOLAR

Entrada libre

Del 19 de diciembre de 2012 al 4 de enero de 2013
Patio Segovia del Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón
(Plaza Mayor, 1)

Actuación de la Coral Polifónica Entre Amigos y Representación
teatral del Grupo de Teatro y Orquesta de Pulso y Púa Entre Amigos
19/12/2012 A las 18:30 horas.

Espacio Educarte (Camino de las Huertas, 9). Entrada libre.

LUNES DE CINE: CUENTO DE NAVIDAD

lunes, 17 de diciembre a las 11:30 y a las
18:30 h. Entrada libre
Sala multiusos de la
Biblioteca Miguel de
Cervantes.

EXPOSICIÓN DEL BELÉN MUNICIPAL Y DIORAMAS

Del 13/12/2012 al 05/01/2013
Patio Segovia del Ayuntamiento
de Pozuelo de Alarcón (Plaza

CAMPAÑA DE RECOGIDA DE JUGUETES

A partir del 01/12/2012 hasta el
11/01/2013

Desde el 1 de diciembre de 2012 hasta
el 11 de enero de 2013 en el
Centro de Formación María Inmaculada.
Se recogerán juguetes en horario de
lunes a viernes de 8:00 a 20:00 horas.

PISTA DE HIELO

Del 13/12/2012 al
07/01/2013

Uno de los principales
atractivos de la
programación navideña
será la pista de hielo que
se instalará en la Plaza
del Padre Vallet del 13 de
diciembre al 7 de enero.



CONCIERTO DE NAVIDAD

20/12/2012 A las 18:30 horas.
Escuela Municipal
de Música y Danza.
Entrada libre.

GRAN CABALGATA DE REYES

05/01/2013

A las 18:00 horas: Salida de la
Ctra. Húmera esq.
Vía de las Dos Castillas.

A las 21:00 horas:
Llegada a la Plaza Mayor.
(Espectáculo de luz y sonido).

CARTERO REAL

Del sábado, 22 de diciembre de
2012 al viernes 4 de enero de 2013
(excepto 24, 25 y 31 de diciembre y
1 de enero). De 11:30 a 14:30 y de
17:00 a 20:30 horas.
Plaza del Padre Vallet.

De interés

Casa Consistorial Tfno.: 91 452 27 00
Recaudación Tfno.: 91 452 27 04 / 05
IBI e IAE Tfno.: 91 452 27 19
Bomberos Tfno.: 112 / 91 799 51 88
Policia Municipal Tfno.: 092
Centralita: 91 351 18 18
Comisaría de Policía Nacional Tfno.: 091
Centralita: 91 799 04 82
Centro de Salud Emisora Tfno.: 91 351 03 19 / 91 351 03 38
Centro de Salud Pozuelo – Somosaguas Tfno.: 91 512 25 55
Centro de Salud San Juan de la Cruz
Urgencias y avisos a domicilio: 91 352 13 46
Cita previa: 91 352 47 47 / 91 352 47 63
Cruz Roja Centro de Coordinación Ambulancias Tfno.: 91 522 22 22
Instituto Nacional de la Seguridad Social Tfno.: 91 352 69 76
Centro de Educación de Personas Adultas (C.E.P.A.) Tfno.: 91 351 22 67
Escuela Oficial de Idiomas (EOI) Tfno.: 91 715 23 17 / 91 715 23 50
Centro de Formación La Estación Tfno.: 91 352 96 65
Centro Municipal de Mayores Padre Vallet Tfno.: 91 352 38 74
Centro Municipal de Mayores Prados de Torrejón Tfno.: 91 352 31 05
Espacio Municipal de Mayores Volturno Tfno.: 91 711 93 83
Punto Municipal del Observatorio Regional de la Violencia de Género Tfno.: 91 398 40 00
Atención 24 horas: 016 (Emergencias Violencia de Género)
MIRA Teatro Tfno.: 91 762 83 00
Licencias de obras Tfno.: 91 452 27 14
Licencias de apertura Tfno.: 91 452 27 15
Punto Limpio Tfno.: 010 / 650 46 13 81
Cementerio Municipal del Santo Ángel de la Guarda Tfno.: 91 352 02 50
Registro de la Propiedad Tfno.: 91 352 39 45
I.N.E.M. Tfno.: 91 634 05 28
Correos y Telégrafos Tfno.: 91 715 81 66
RENFE Tfno.: 902 240 202
Tesorería General de la Seguridad Social Tfno.: 91 352 69 76

Metro Ligero Horario

De **6.05** de la mañana a **01:33** horas de la noche todos los días del año salvo los días **24** y **25** de **diciembre** y **1** de **enero**.

Horario de misas

Parroquia de la Anunciación de Nuestra Señora

Calle Cierzo, s/n

Festivos, a las 10:00, 11:30, 13:00 y a las 20:00

Santuario de Nuestra Señora de Schoenstatt

Camino de Alcorcón, 17

Festivos, a las 12:00 y a las 13:00

Parroquia de Santa María Magdalena

Avenida de la Iglesia, 16

Festivos, a las 09:30, 11:00, 12:30 y 19:30

Parroquia de Santa María de Caná

Avenida de Europa, 6

Festivos, a las 10:00, 12:00, 13:30, 18:00, 19:30 y 21:00

Parroquia de Nuestra Señora del Carmen

Calle San Antonio, 2

Festivos, a las 09:30, 11:30, 13:00 y 19:00

Parroquia

de la Reina

de los Ángeles

Plaza Daniel Segovia, 1

Festivos, a las 10:00,

11:00, 13:00 y 17:00

Parroquia

de la Asunción

de Nuestra Señora

Calle de la iglesia, 10

Festivos, a las 09:00,

11:30, 13:00, 19:00 y 20:00




DESATRANCOS

- Maestro pocero • Obras y acometidas de pocería
- Limpieza de alcantarillado • Vaciado de fosas sépticas
- Inspección de tuberías con cámara-TV
- Mantenimiento de redes de alcantarillado
- Rehabilitación de colectores
- Servicio 24 horas, 365 días



Calle Calvario nº 13 local 12
 Galería Cial Reina Mercedes
 28223 Pozuelo de Alarcón
 Tel. 91 715 29 25
 609 23 43 43

saneco@saneco.es - www.poceriasaneco.com


 Una llamada, un mundo de servicios

*Todos los servicios del hogar
 en una sola llamada*

Tel. 91 216 14 75 www.interdomicilio.com
 Avenida Isabel de Farnesio, 18 Local 4. 28660 Boadilla del Monte

Limpieza del hogar

CUIDADO DE NIÑOS

Cuidado de personas mayores Obras y reformas

Profesores particulares Y MUCHO MÁS...

Te damos 3 opciones:

- 1.- Nuestro personal Interdomicilio.
- 2.- Selección de personal doméstico.
- 3.- Regularización de tu actual empleada del hogar.

Academia *St. Michael's*

**Con nuestros profesores ingleses,
APRENDE, PRACTICA Y PREPARA**

Para

ESCOLARES
UNIVERSITARIOS
ADULTOS

UNIVERSITY OF CAMBRIDGE

PET
FIRST
ADVANCED
PROFICIENCY

*We wish you all a very Merry Christmas
and look forward to seeing you
in the New Year*



Amplio horario: desde 17:30 a 20:00 horas.

**Tfnos: 91 633 00 78
91 633 43 68
609 911 081
672 010 063**

stmichaels@stmichaelsschool.es

Falagán

restaurante terraza

Probablemente, el mejor restaurante de Pozuelo

**les desea
una feliz navidad
y un próspero año nuevo**

