

POZUELO IN

Nº 27 - SEPTIEMBRE 2014

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



SABOR A POZUELO
FIESTAS DE
NTRA. SRA. DE LA
CONSOLACIÓN 2014

INVASIÓN TRANSFORMERS

Prepárate para vivir la experiencia TRANSFORMERS

TRANSFORMERS®



Del 12 al 21 de septiembre

CONOCE AL AUTÉNTICO OPTIMUS PRIME

El sábado 13 de septiembre
de 18 a 21 h

Zielo SHOPPING
POZUELO



Siguenos



Hazte fan
de Zielo



Gratis
2 horas

+

Farmacia
365 días
12 horas

ABIERTO
365
Todo el
año

Wi-Fi
Zone



L657
L2 C
BUS
L3 C

ML
oeste
Avda. de Europa

HORARIOS:

De lunes a viernes
de 17 a 21 h

sábados y domingos
de 12 a 14
y de 17 a 21 h

Avda. Europa 26B, Pozuelo de Alarcón
M503 salida 2 www.zielo.es

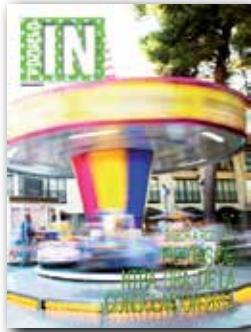


Imagen: David Mudarra

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

www.pozueloin.es



06



20



37

SUMARIO

Número 27 - Septiembre de 2014

04.- OPERACIÓN ASFALTO ACTUALIDAD IN

Más de 40 calles del municipio han cambiado su asfalto durante el verano.

06 – AFECTADOS POR EL BOOM INMOBILIARIO ACTUALIDAD IN

Una sentencia falla contra las recalificaciones de terrenos rústicos.

20 – REGRESO DE LAS VACACIONES

Como cada año, tenemos que prepararnos para el ritmo diario. ¿Cómo lo sobrellevas?

37 – FIESTAS DE NUESTRA SEÑORA DE LA CONSOLACIÓN 2014

Conoce toda la información sobre la semana grande en nuestra ciudad.

POZUELO
IN



EDITA: Meiga Media S.L.

GERENTE: CARMEN MILLÁN DIRECCIÓN: LUIS CEREIRO

COLABORADORES: LORETO GÓMEZ

FOTOGRAFÍA: IVÁN JAQUES y JORGE ROSENVINGE

DISEÑO Y ARTE: MIGUEL REDEL GÁMIZ

DEPÓSITO LEGAL: M-11316-2012 IMPRIME: MONTERREINA

www.pozueloin.es • redaccion@pozueloin.es

Apdo. Correos 279/28223 Pozuelo de Alarcón

PUBLICIDAD publicidad@pozueloin.es • (+34) 673 227 508

M^a TERESA HAERING PORTOLÉS

teresa@pozueloin.es

CARMEN RODRÍGUEZ-MILLÁN MOLINA

carmen@pozueloin.es

DISTRIBUCIÓN GRATUITA POR BUZONEO - 16.000 EJEMPLARES

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

Esta publicación no puede ser reproducida, distribuida, comunicada públicamente o utilizada con fines comerciales, en todo o en parte, sin la previa autorización del editor.

GEOX

Clarks

Gorila

CLIX'S

VUELTA AL COLE

ZAPATERIAS

Chelasy

DESCUENTO **10%**

Hasta el 30 de Septiembre

CONVERSE

GIOS EPPÓ

adidas

Nike

Plaza del Gobernador (913 520 903) - Avda. Europa, 5 (917156802) - Avda. Europa, 29 (913516885) - Dr. Cormago (917153093)



PSICOLOGÍA APLICADA

Adultos, adolescentes y niños.

TRATAMIENTO DE TODO TIPO DE PROBLEMAS
PSICOLOGÍCOS

M^a CARMEN GONZÁLEZ BRAVO (COL.: M-24105)

Móvil: 689 980 856

PRIMERA CONSULTA GRATUITA

www.lagopsicologos.com

Boadilla del Monte

Pozuelo de Alarcón



POCERIA
SANECO

24
horas

DESATRANCOS

MAESTRO POCERO

OBRAS Y ACOMETIDAS DE POCERIA

LIMPIEZA DE ALCANTARILLADO

VACIADO DE FOSAS SÉPTICAS

INSPECCIÓN DE TUBERÍAS CON CÁMARA TV

MANTENIMIENTO DE REDES

DE ALCANTARILLADOS

91 715 29 25 - 609 23 43 43

C/ CALVARIO, 13
POZUELO DE ALARCÓN.

Asfaltando la ciudad

EL CONSISTORIO HA REALIZADO UNA INVERSIÓN DE 1,5 MILLONES DE EUROS EN EL MUNICIPIO

Puntual como cada año, la maquinaria pesada llega a las ciudades españolas durante el verano. Es el momento de arreglar los pavimentos y las aceras deterioradas, ya que no hay tanta gente puesto que se van de vacaciones. Y Pozuelo de Alarcón no iba a ser una excepción. En esos dos últimos meses son muchas las calles en las que hemos visto realizar estos trabajos de mejora. En concreto, un total de 40 calles tienen asfalto nuevo y verán así mejorada la movilidad en el municipio.

Las obras, que se realizan aprovechando el periodo estival para conseguir un menor impacto en la vida diaria de los vecinos, han supuesto una inversión para el ayuntamiento de 1,5 millones de euros.

Así, se mejorarán vías principales como Juan XXIII, Juan Pablo II, Antonio Becerril, Carretera de Húmera, San Juan de la Cruz e Islas Canarias.



Estos trabajos también llegarán a otras calles del municipio como: Martina García, Leopoldo Calvo-Sotelo, Portugalete, Sagunto, Campomanes, Naranjo, Luis García, Manuel García, Flores, Avenida de Navacerrada y Eugenia del Pozo. Asimismo, en las calles: Santiago Maganto, Atlántico, Hermanos Fernández Carvajal, Escultura, Avenida de Italia, Avenida Carlos III, Fernando Coca de la Piñera, Almansa, Cerrolaza y Benigno Granozo, también se llevarán a cabo estas actuaciones. Por último, las vías Nuestra Señora del Carmen, San Antonio, Doctor Ulecia, Ángel Barajas, Francisco Salvador, José Fernández Cuevas, Siete Picos, Carretera M-508, Vía de servicio de la Vía Dos Castillas, Camino Alcorcón, Mallorca, Menorca y Gerardo Diego completan esta fase de la operación asfalto. Ω



CREAMOS
ESPACIOS
Porches Elevables
Techos Móviles Áticos
Cerramientos Plegables
de Aluminio

WALUX
aluminium quality

tlf 685950160
walux@waluxaluminium.es
www.waluxaluminium.es



*De Madrid al "Cielo"
pasando por Urrechu*

*Empieza el nuevo curso
con nuestros platos*



**RESTAURANTE EL CIELO DE URRECHU C.C ZIELO SHOPPING LOCAL 217
AV. DE EUROPA, 26 B - www.elcielourrechu.com - TELÉFONO: 91 709 32 85**

Pozuelo subvenciona el abono transporte

HASTA EL PRÓXIMO 19 DE SEPTIEMBRE SE PODRÁ SOLICITAR EN LAS DEPENDENCIAS DE LA CONCEJALÍA DE FAMILIA, ASUNTOS SOCIALES Y MUJER.

Los mayores de 65 años que estén empadronados en el municipio y que cumplan con una serie de requisitos, tendrán el cien por cien del abono transporte de 2015 subvencionado por el consistorio. Esta ayuda, que se podrá solicitar hasta el 19 de septiembre en la concejalía de Familia, Asuntos Sociales y Mujer en horario de 9 horas a 14 horas, de lunes a viernes, está dirigida a las personas que más lo necesitan por tener las rentas más bajas o situaciones personales y familiares más desfavorecidas, por lo que se tendrá en cuenta el nivel de renta del solicitante, cuyos ingresos totales individuales sean inferiores al Indicador Público de Renta. Para realizar el trámite es necesario presentar el impreso de solicitud que se encuentra en la web municipal (www.pozuelodealarcon.org), una fotocopia del DNI o pasaporte, el volante de empadronamiento actualizado, el certificado acreditativo de la Renta facilitado por la Agencia Estatal Tributaria y una fotocopia de la Tarjeta Anual de Transporte.

Será posteriormente el ayuntamiento quien informará por carta del día, lugar y hora para la recogida de los abonos que tendrá lugar en diciembre. **Ω**



VOLUNTARIADO MEDIOAMBIENTAL. Acondicionar los jardines y huertos, cultivar plantas o acompañar a las personas con discapacidad que visitan estos espacios, son algunas de las actividades que han realizado los cerca de 1.600 voluntarios que han participado en el programa municipal de voluntariado en el Aula de Educación Ambiental en el Parque Forestal de Somosaguas. El programa también ha incluido trabajos como la construcción de una pérgola para exposiciones de carácter ambiental, la rehabilitación de un edificio para el servicio gratuito de préstamo de bicicletas, la mejora de la Senda Botánica de la Biodiversidad, la instalación de una estación meteorológica para las actividades escolares y han desenterrado el antiguo lavadero de Húmera. Este voluntariado corporativo se realiza con el apoyo de la Fundación ADEC-CO gracias al convenio suscrito entre el ayuntamiento y esta organización. En el caso del voluntariado realizado por los vecinos del municipio, se puede llevar a cabo gracias al programa de voluntariado con el que cuenta el consistorio y que permite a los participantes colaborar con el servicio de Hospital y Guardería de Plantas. Este programa está apoyado por ECOLEC, Fundación que ha renovado su compromiso con el voluntariado y los programas de educación ambiental mediante la firma de un nuevo convenio el pasado mes de julio. **Ω**

RECORTA POR AQUÍ Y DISFRUTA DE TU DESCUENTO

15



BCE ECB EZB EKT EKP

15

15 EURO

ity ity ity ity ity ity ity

Afectados por el boom inmobiliario



Una sentencia del Tribunal Supremo de Justicia de Extremadura, ratificada por el Tribunal Supremo, falla contra las recalificaciones de terrenos rústicos realizadas por los ayuntamientos en pleno boom del ladrillo y que afectan en el país a más de 900.000 propietarios de terrenos. En Pozuelo, lógicamente, esta cifra es mucho más pequeña, aunque seguro que hay algún titular que se pueda beneficiar de este dictamen.

Si usted es propietario de un terreno rural que fue recalificado por el consistorio y se convirtió en urbanizable pero en el mismo aún no se ha realizado ninguna actuación, sepa que el IBI que debe pagar no es como terreno urbanizable, sino como rural, lo que le supondrá un considerable ahorro.

Los más perjudicados, en principio, son aquellas empresas que en su momento compraron mucho terreno rural apostando por la continuidad del crecimiento inmobiliario y consiguieron la recalificación de esas parcelas y convertirlas en urbanas. En ese momento, vieron cómo el

RECORTA POR AQUÍ Y DISFRUTA DE TU DESCUENTO

15 *Abierto
todos los días*



MAJADAHONDA
C/ Cereza, 2
Polígono EL CARRALERO

15 *E U R O*

De esta forma tan literal hemos querido,
desde ECOITV,
representar el **30% de descuento**
que te hacemos si vienes a pasar
tu ITV con nosotros.

Sí, sabemos que este billete es falso,
pero eso que te ahorras...

Horarios:

Lunes a sábado 8:00 h a 21:00 h
domingos: 9:30 h a 13:30 h
Teléfono: 91 827 95 96



Descuento válido hasta diciembre de 2014
entregando este anuncio.





impuesto que pagaban en concepto de IBI era, en algunos casos, hasta cien veces más. En las actuales circunstancias y tras la caída del ladrillo, hubo mucha paralización de los planes urbanísticos en España, atrapando a constructoras, promotoras e inmobiliarias, propietarias de parcelas con unas altas cargas impositivas y poco o nulo rendimiento económico.

LO QUE DICE LA SENTENCIA

El fallo señala que aunque se trate de suelo urbano, el IBI correspondiente a esta categoría sólo debe hacerse efectivo cuando exista un plan parcial urbanístico o se haya construido alguna dotación (carreteras o alumbrado). En caso contrario, se paga como terreno rural.

No obstante, la sentencia no señala que el suelo deje de ser urbanizable, sino que su valor es rural mientras no tenga un desarrollo urbanístico.

QUIENES SON LOS AFECTADOS

La decisión, que rige para todos los tribunales y jueces de España, afecta a más de 900.000 inmuebles que podrían beneficiarse de esta medida. Aunque todavía no existen cálculos económicos sobre el alcance real de esta sentencia, que dependerá de la cifra oficial que facilite el catastro, las primeras aproximaciones apuntan a que los ayuntamientos dejarán de ingresar 4.500 millones de euros al año por el IBI, cuya recaudación depende principalmente de los terrenos declarados como urbanos. Actualmente, esta medida se aplica a aquellos casos que se encuentren recurridos ante los tribunales, que ahora deberán aplicar el fallo del Supremo. No obstante, los abogados creen que puede haber una línea de actuación jurídica para aquellos que no aun hayan reclamado por la vía judicial y puedan verse beneficiados y se les devuelva el dinero pagado en exceso.

Lo normal es que los ayuntamientos retiren de oficio los recibos que están realizados según el criterio anterior. Si no lo hacen, la recomendación, siempre según los letrados que consiguieron el fallo, es que no se pague y se reclame, puesto que la sentencia es aplicable desde el momento en que se dicta. **Ω**



SOMOSAGUAS TEACHING CENTRE

CURSOS DE INGLÉS PARA NIÑOS (4-17 AÑOS) Y ADULTOS

El British Council es el organismo público del Reino Unido dedicado a la promoción global de la educación y cultura británica. Con presencia en más de 100 países, British Council está reconocido en todo el mundo como una de las instituciones líderes en la enseñanza del inglés. Hemos puesto todos nuestros conocimientos y experiencia al servicio del aprendizaje y la enseñanza del inglés en España desde 1940.

Nuestro Enfoque

Los cursos están especialmente diseñados para que los alumnos participen y disfruten haciendo uso del inglés con confianza en un entorno estructurado y estimulante. Favorecemos el desarrollo de la independencia y autonomía del alumno para optimizar su progreso y alcanzar los objetivos del curso.

Estamos especializados en la enseñanza del inglés a adultos y jóvenes de 4 a 17 años. Nuestros profesores altamente cualificados, están comprometidos con nuestros programas de formación continua y desarrollo profesional. Son expertos en la enseñanza del idioma y se centran en las necesidades e intereses de los alumnos para diseñar clases divertidas, motivadoras y orientadas al desarrollo de competencias lingüísticas y comunicativas.

British Council, Somosaguas Teaching Centre
 Calle Solano 5 y 7, Pozuelo de Alarcón,
 Madrid 28223
 T 91 337 3636
 F 91 337 3637
 E somosaguas@britishcouncil.es



PRIMER CONCURSO LITERARIO MEIGA MEDIA

Y tú, ¿qué cuentas?



Meiga Media, la empresa editora de la revista Pozuelo IN convoca el primer Concurso Literario **Y tú, ¿qué cuentas?** para autores mayores de 15 años. El jurado seleccionará diez escritores finalistas y un ganador, cuyas obras se publicarán en un libro.

BASES:

1. Los relatos, habrán de estar escritos en castellano, ser inéditos y no haber sido premiado en otros concursos.
2. Su extensión no podrá ser superior a cinco páginas tamaño DINA4 escritas por una sola cara, a espacio y medio, con letra "times new roman" de 12 puntos. (No se admitirán textos manuscritos). El tema será de la libre elección del concursante.
3. Podrán participar autores nacidos antes del 15/09/1999.
4. Cada concursante no podrá participar con más de un relato. No se admitirán la presentación de trabajos colectivos (Colegios, Asociaciones, etc.), debiendo ser éstos de carácter individual.
5. La admisión de textos comienza el día 15 de septiembre de 2014 y finaliza el 15 de diciembre de 2014, ambos inclusive.
6. Presentación de originales:

— Por Correo Postal: dirigido al Apartado de Correos nº 57.279, 28223 Pozuelo de Alarcón. El texto original se presentará por DUPLICADO (sin grapar ni encuadrinar), dentro de un sobre sin remite identificativo y acompañados de otro documento en el que figurarán sus datos personales y de contacto.

— Por correo electrónico: a la dirección cultura@pozueloin.es. En el asunto del correo se hará constar "1er Concurso de cuentos", debiendo figurar el cuerpo del mensaje vacío de contenido. El relato irá en un fichero adjunto, en formato Word, con su título o lema correspondiente. En un segundo fichero adjunto se remitirá otro documento en el que figurarán sus datos personales y de contacto.

7. PREMIOS:

- Primer Premio y Diploma al mejor cuento.
- Segundo Premio y Diploma.
- Del Tercer al Décimo: Diploma.
8. Meiga Media se reserva los derechos de la publicación de los relatos finalistas y ganador. Los originales no se devuelven y la organización no mantendrá correspondencia alguna sobre los mismos, a excepción de los trabajos ganadores.
9. El fallo del jurado —cuya decisión será inapelable— se dará a conocer el día 15 de enero de 2014.
10. La participación en este Concurso implica la aceptación total de cada una de sus bases. **Ω**

¡Inglés a partir de 1 año!

Crea tu futuro!

Kids&Us Pozuelo
Avda. Pablo VI, 9
28224 Pozuelo de Alarcón
T. 91 452 92 95 / 649 779 786
pozuelo@kidsandus.es

Kids&Us
school of english

PROYECTO **BAÑO**

El Soho de Európolis. Calle Mónaco, 46
28231 Las Rozas (Madrid)
Tel.: **91 626 61 39** Fax: 91 626 36 06
comercial@proyectobano.com

WWW.PROYECTOBANO.COM

¡BAÑERAS FUERA!

Cambiamos su bañera por plato de ducha antideslizante en 24 horas

No renuncie ni al diseño ni a la calidad, confíe en verdaderos especialistas de la reforma del baño

Exposición propia



Rostros de Pozuelo

UNA EXPOSICIÓN EN EL CENTRO CULTURAL PADRE VALLET MUESTRA LAS CARAS DE VARIOS CIUDADANOS DEL MUNICIPIO.



¿Conoces a la pintora Natalia Noombela; al doctor Juan José Granizo; al director de Foro Pozuelo, Jesús Gironés; a la jugadora de pádel Marta Ortega; a los Gabytos, o al entrenador de actores Chema Gómez? Seguro que te suenan. Son de Pozuelo y sus rostros son los protagonistas de "Galería de Vecinos", una muestra realizada por Asun Mateos con fotografías de Óscar Megía y que estará expuesta desde el 5 hasta el 24 de septiembre en el Centro Cultural Padre Vallet.

Es, como dice su autora, "un escaparate de cuerpos -fotos- y almas -entrevistas- en una exposición. Una muestra del vecindario...

de ese que me gusta tanto presumir". En concreto, la muestra está formada por 18 paneles (16 con foto+entrevista) y varias vitrinas con objetos cedidos por los protagonistas.

Por ejemplo, Los Gabytos van a ceder un saxofón y uno de los trajes de su padre (el payaso Gaby); el músico Agus Alonso su guitarra ilustrada por el reconocido pintor Ángel Orcajo; Marta Ortega su Premio As del Deporte o la pintora Natalia Nombela uno de sus cuadros, lágrima muda, un retrato de otro vecino de Pozuelo...

Lo que nos vamos a encontrar son personajes de lo más variopinto. Deportistas, un médico, un profesor, una pintora, una intérprete, un grupo de artistas, la presidenta de la asociación más antigua de Pozuelo -La Inseparable-, un aprendiz de poeta, un pianista y así hasta 16 almas. Ω

ITV en Boadilla del Monte

Calle Alpedrete, parcela E-12
Pol. Industrial Venterro del Cano
28925 Alcorcón
madrid@oca ITV.com



Descuento

16€

55,95€
39,95€

Vehículo
Diésel

Descuento

10€

39,95€
29,95€

Vehículo
Gasolina

Descuento

6€

35,99€
29,99€

Motocicleta

Recorte y entregue este cupón y disfrute de uno de los siguientes descuentos



Puede reservar cita previa hoy mismo en

91 372 40 50

www.oca ITV.com



Pasamos su ITV mientras le invitamos a un café en nuestra confortable sala de espera con prensa y TV

Gran participación en las Fiestas de La Estación

Durante cuatro días el barrio de la Estación volvió a celebrar las fiestas en honor a la Virgen del Carmen. Muchas fueron las actividades con las que disfrutaron los vecinos del municipio el pasado mes de julio. Música, juegos infantiles y actividades deportivas fueron algunas de las propuestas que hubo durante estos días para grandes y pequeños. Los fuegos artificiales también fueron un gran atractivo para las cientos de personas que pasaron por este popular barrio pozuelero. Ω



C/ Benigno Granizo, 7
28224 Pozuelo de Alarcón
Telf. 910176239 / 620354305
escuelainglesa@yahoo.com
www.escuelainglesa.es

UNIVERSITY OF CAMBRIDGE

ETS TOEFL

ATENCIÓN PERSONALIZADA

ESCUELA INGLESA

LA MEJOR OPCIÓN PARA APRENDER O PERFECCIONAR INGLÉS

ABIERTO PLAZO DE INSCRIPCIÓN CURSO 2014- 2015

1. PREPARACIÓN DE EXÁMENES DE CAMBRIDGE (KET, PET, FCE, CAE, PROFICIENCY, IELTS), TOEFL, TOIEC
 2. CURSOS INTENSIVOS DE PERFECCIONAMIENTO
 3. CLASES ESPECÍFICAS DE EXÁMENES DE INGLÉS DE CENTROS ESCOLARES Y UNIVERSITARIOS
 4. CURSOS ESPECÍFICOS PARA NIÑOS A PARTIR DE 3 AÑOS
 5. CURSOS INTENSIVOS DE CONVERSACIÓN Y PRONUNCIACIÓN
 6. ESCUELA DE MAYORES
 7. PREPARACIÓN DEL EXAMEN DE HABILITACIÓN LINGÜÍSTICA EN INGLÉS
 PARA PROFESORES DE PRIMARIA Y SECUNDARIA
 8. CURSOS INTENSIVOS DE INGLÉS EN INGLATERRA

CERTIFICADO DE CALIDAD

Confíe y contrate a **DINTEL OBRAS**
REFORMAS, REHABILITACIONES Y OBRA NUEVA

porque LA CONSTRUCCIÓN NO ADMITE UNA SEGUNDA OPORTUNIDAD

DINTEL OBRAS Tel. 91 632 49 17 Móv. 619 25 80 16 www.dintelobras.es dintelobras@dintelobras.es



Haz deporte al mejor precio

Fitness

- ✓ **Tonificación**
- ✓ **Peso libre**
- ✓ **Entrenamiento funcional**
- ✓ **Círculo Femenino**
- ✓ **Seminarios**
- ✓ **Clases colectivas**
- ✓ **Fisioterapia**



AltaFit
POZUELO

Centro Comercial El Torreón
C/ Avenida de Juan XXIII (28224)
Pozuelo de Alarcón - Madrid
Tlfno. 91 715 03 98

De lunes a viernes de 7:30 a 23:00
Sábados de 9:00 a 20:00
Domingos de 10:00 a 15:00



www.altafit.es/gimnasio-pozuelo



BOCADOS REDONDOS
La Tortillita

**Para que este verano
no trabajes más...
te llevamos a casa la tortillita**



Ven a probarlo
Menú, martes a viernes 9,90 €

Reservas, TAKE AWAY
y SERVICIO A DOMICILIO
T. 91 715 30 95

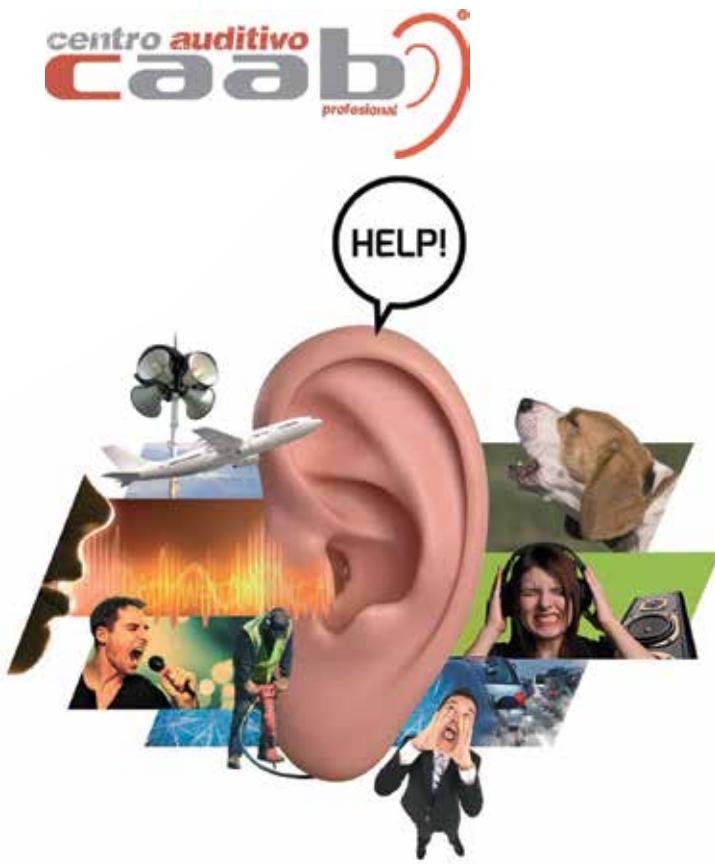
Avda. de Europa 16,
Pozuelo de Alarcón

www.latortillita.es

Síguenos en:



VII CAMPAÑA DE SALUD AUDITIVA



ya va siendo hora de escuchar a tus oídos

REVISIÓN AUDITIVA GRATUITA



PIDA SU CITA EN:

Caab Centro Auditivo Profesional

Ctra. Carabanchel, nº 9

28223 Pozuelo de Alarcón

Tfno. 91 715 81 03

mail: info@caab-centroauditivo.com

Gratuito

www.caab-centroauditivo.com

Duración de la campaña: de 1 de septiembre a 31 de octubre

Ganador de la cena en el restaurante Dosca III

ANA MARÍA AGUADO ha sido la ganadora del primer sorteo de una cena que hacemos desde Pozuelo IN. Ella ha sido la elegida por una mano inocente de entre los cientos de personas que han participado en nuestro concurso. Desde estas páginas queremos agradecer a todos los participantes que han concursado para ganar una cena en el restaurante extremeño Dosca III, donde degustará un menú especialmente elaborado para el concurso. ¡Muchas gracias a todos por participar!

Éxito de la natación local

El pasado mes de agosto, Luis García, del Club Natación Pozuelo, alcanza el bronce en la prueba 100 mariposa del Campeonato de España "Open" de Verano celebrado en Barcelona. En esta competición, García participó junto a otros cuatro nadadores del club local.

Los deportistas, una chica y cuatro chicos, disputaron cinco pruebas individuales y el relevo 4x100 en estilos masculino absoluto y consiguieron buenos resultados en este campeonato en el que participaron más de 800 nadadores de 200 clubes. De hecho, el joven, Luis García Lizarán, consiguió la medalla de bronce en la prueba de 100 metros mariposa, con un tiempo de 53.99 y en la de 50 metros, quedó en sexta posición. Con este triunfo, y después de su medalla de plata en el Open de Primavera, este joven se consolida en el podio nacional de 100 metros mariposa.

La nadadora junior Leyre Requeta, se clasificó para la final de 200 metros braza, en la que quedó 9^a con 2.47:18. En la prueba de 100 metros braza fue 13^a. Por su parte, Fernando López, se clasificó en el puesto 33 en la prueba de 50 metros braza. Y, finalmente, en el relevo 4x100 estilos masculino, integrado por Mario Blázquez, Fernando López, Luis García y Alberto Gómez, el conjunto, se clasificó en el puesto 17^a.

El Club Natación Pozuelo también consiguió muy buenos resultados en el Campeonato de Madrid Infantil-junior-absoluto, celebrado a finales de junio. En esta competición, Luis García se proclamó campeón de Madrid en 100 metros mariposa y subcampeón en los 50 metros mariposa. Además, Leyre Requeta quedó subcampeona de Madrid y plata en los 200 metros braza. En la categoría infantil, Fernando Pérez Castillo, resultó campeón de Madrid y oro en la prueba de 50 metros libre y Hugo Zúñiga, quedó tercero clasificado y medalla de bronce en los 100 metros espalda.

Inscríbete YA al Primer Campeonato Universal de Mus

Desde Pozuelo IN queremos hacer un homenaje a uno de los juegos más divertidos que hay: el mus. Por eso celebrará el 1er Campeonato Mundial de Mus el próximo 10 de octubre en las instalaciones de Archipiélago Bar, colaborador del evento. Jugadas, estrategias, aprendizaje, organización, asesoramiento... eso es lo que encontrarás en este gran torneo, que no por ser su primera edición tiene menos mérito, ya que los organizadores gozan de buena reputación en este mundo.

En el campeonato participarán un total de 16 parejas por el sistema de 2 ceros KO con partidas de 4 juegos ganados de 40 tantos. Al final, serán premiados los ganadores de ambos grupos y el subcampeón del A.

Las inscripciones, con un precio de 25 euros por pareja, deberán hacerse de forma presencial en Archipiélago Bar, en la avenida de Europa, 23, local 6. No dejes pasar la oportunidad de convertirte en el primer campeón del que será, próximamente, el mejor torneo de musolaris del país. Ω



PATROCINAN:

ARCHIPIELAGO



**DESDE SEPTIEMBRE,
NUEVA WEB...**

www.pozueloin.es

Consulte toda la
información local
en cualquier
momento y
en cualquier lugar





**FERRETERÍA
LEONESA
POZUELO**

RECORTA Y PRESENTA
ESTE VALE EN CAJA
Y DISFRUTA DE
UN DESCUENTO ESPECIAL DEL
10%
EN LA PRÓXIMA COMPRA QUE REALICES,
EXCEPTO PRENSA Y REVISTAS
NO ACUMULABLE A OTRAS OFERTAS

VÁLIDO HASTA 30/09/2014

La empresa se reserva el derecho de anulación de esta promoción.

Ferretería, bricolaje, corte de tableros, jardinería, fontanería, piscinas, electricidad, copia de llaves y mandos, menaje, perfumería, cosmética, papelería, bellas artes, prensa y revistas, droguería, pinturas, juguetería.

AVDA. JUAN PABLO II, 16 POZUELO DE ALARCÓN
TEL. 91 3521712
PASEO DE LA CASTELLANA 121 — 28046. MADRID
Tel. 917708080
PARKING PROPIO
INFO@LEONESAPOZUELO.COM
WWW.FERRETERIALEONESA.COM



CUIDA TU BOCA

EL PRESIDENTE DEL COLEGIO DE ESTOMATÓLOGOS DE MADRID, RAMÓN SOTO-YARRITU, NOS DA UNOS CONSEJOS QUE LES PODEMOS DAR A LAS MADRES PARA EL CUIDADO DE LOS DIENTES DE SUS HIJOS.

Hoy en día, acudir al dentista no tiene nada que ver con lo que ocurría hace unas décadas. Lo que antes era una especie de suplicio que sufrían todos aquellos que tenían problemas con sus dientes, ahora solo es un mito. Por eso, Ramón Soto-Yarritu insiste en que los padres deben, desde una edad temprana, inculcar un hábito correcto de higiene a los pequeños de la casa. "Es muy eficaz, ya que aunque no lo hagan bien, sí adquieren el hábito de realizar el cepillado de dientes dos o tres veces al día en todas las superficies", señala. Al mismo tiempo hay que insistir en acudir al dentista cada seis meses para revisar los dientes del crío: "que no le resulte extraño ni problemático el acudir al dentista. Que lo vea como algo normal en su rutina anual con el fin de prevenir y de poder realizar un diagnóstico precoz de las patologías futuras que puedan tener", asegura Soto-Yarritu.

Según explica este dentista, la prevención, no solo en odontología, sino en todo lo que es salud, supone un ahorro económico importante, ya que al detectarlas a tiempo se pueden cuidar más fácilmente que haciendo un tratamiento agresivo.

Acabamos de regresar del verano y los más pequeños de las casas, que tenían una rutina durante el curso escolar, habitualmente la mantienen, aunque si no está muy arraigada esta costumbre, se descuida. Tras las vacaciones es recomendable acudir al dentista antes del colegio para ver si hay que hacer alguna medida preventiva.

Para el presidente de los dentistas madrileños, es desde los cinco a los 15 años la edad recomendable para que los niños estén controlados por un profesional de la



odontología y así evitar tratamientos posteriores más complejos. "Si se detectan a tiempo se pueden reducir muchos problemas posteriores que puedan tener importancia", asegura.

UNA DIETA CUIDADA

Es importante que los niños tengan un cuidado en su alimentación. "Si esta es demasiado rica en hidratos de carbono, si el joven no mantiene un buen cepillado, si existe cierta predisposición genética y encima no acude al dentista periódicamente, entonces tiene todas las papeletas para que esa boca tenga problemas", señala.

"Por eso, tienen que tener una dieta rica en frutas, verduras, hortalizas... no quiere esto decir que no pueda tomar hidratos de carbono, ni chucherías. Todos los niños pueden tomar golosinas, pero luego debe mantener un hábito de higiene correcto para contrarrestar el efecto adverso que esas chucherías causa en su boca", nos dice Soto-Yarritu.



EN EL MOMENTO OPORTUNO

Otra de las cosas que destaca es que cada niño es un caso particular y cada uno, siempre que sea necesario, tiene su momento para hacerle la ortodoncia. "Es una medida preventiva que ayudará mucho al niño que lo necesite en un futuro. En ocasiones se tiende a protocolizar este tratamiento de ortodoncia y lo que hay que hacer es personificarlo, estudiar cada caso ya que cada niño tiene un desarrollo diferente. No se puede hacer según la edad y que cada niño con ciertos años lleve la misma ortodoncia", explica.

¿Cuándo hay que empezar un tratamiento de ortodoncia? se pregunta este dentista, al igual que hacen muchas madres. Asegura que "hay que hacerlo cuando sea oportuno. Si lo haces

según la edad, lo único que puedes hacer es aumentar los costes y los años que el niño lleve la ortodoncia, que también supone el hartazgo del joven por llevar los aparatos más tiempo del debido. Todo tiene que ser en su determinado momento, según las necesidades de cada caso, tras un estudio individualizado".

INFÓRMATE BIEN

La salud dental de los niños de Madrid mejoró mucho tras la implantación del Plan de Atención Dental Infantil (PADI) -actualmente este programa no funciona debido a que la Comunidad de Madrid dejó de aportar los fondos hace tres años-, por el que había una serie de actuaciones para facilitar la prevención y la asistencia de las patologías orales, así como

mejorar la educación para la salud oral.

En estos momentos, sin el programa y a nivel institucional, el Colegio de Estomatólogos madrileños realiza campañas informativas para promocionar la salud buco dental en los colegios e institutos mediante acuerdos de colaboración con los ayuntamientos.

Otra de las campañas que están llevando a cabo es para informar sobre esas publicidades agresivas que ofrecen productos "que ni siquiera cubren los costes. Eso es algo imposible. La calidad del material y la asistencial no es la correcta, al punto de que han aumentado las reclamaciones de pacientes por tratamientos que no han tenido un buen resultado en el último año un 300 por cien", concluye. **Ω**

Todos sabemos la importancia que tiene en nuestro estilo de vida una bonita sonrisa en una boca sana.

Para ello depositamos nuestra confianza en **profesionales experimentados**, con los **mejores medios técnicos**, capaces de solventar cualquier tratamiento y asegurar los **resultados** a lo largo del tiempo.

En la **clínica alonso** lo ponemos a su disposición... **Venga a conocernos!**

clínica alonso
odontología integral
Dr. J.L. Alonso Berrojo

- ◆ **IMPLANTOLOGÍA**
- ◆ **ESTÉTICA DENTAL**
- ◆ **ORTODONCIA**
- ◆ **PERIODONCIA**

**25 años de
experiencia e innovación**

www.clinicaalonsoberrojo.com
info@clinicaalonsoberrojo.com

Calle Solano, 28 1º B 28223
Pozuelo de Alarcón · Madrid
91 5183345



JOSÉ MERCÉ, PREGONERO EN POZUELO

MÁS DE 70 ACTIVIDADES EN LAS FIESTAS EN HONOR DE NUESTRA SEÑORA DE LA CONSOLACIÓN, QUE SE CELEBRARÁN DEL 6 AL 13 DE SEPTIEMBRE CON UN AMPLIO PROGRAMA DE CONCIERTOS, ESPECTÁCULOS Y CONCURSOS

Una semana de fiestas. Los pozueleros regresarán de sus vacaciones (los que hayan podido disfrutarlas) para ponerse los trajes de fiesta. Conciertos, concursos, festejos taurinos, actos religiosos y bailes a espectáculos infantiles, competiciones deportivas, fuegos artificiales y encuentros populares son algunas de las actividades previstas para estos días en las Fiestas en honor a Nuestra Señora de la Consolación que se celebrarán desde el 6 hasta el 13 de septiembre. (Ver programa en pags. 37, 38 y 39) Mercé será el encargado de dar el pistoletazo de salida de estas fiestas con el pregón, desde la plaza Padre Vallet, a unas celebraciones que contarán con las actuaciones de "Duncan Dhu", el grupo "Modestia Aparte" y "Coti", como platos fuertes. Los actos se llevarán a cabo en la plaza del Padre Vallet; en la plaza de la Coronación, donde se llevarán a cabo varias actuaciones y actos; en el recinto ferial de la calle San Juan de la Cruz, y en el Cerro de los Perdigones, donde se celebrarán diferentes espectáculos infantiles.

CONTINÚA EN LA PÁGINA 19



* Ver condiciones en óptica.

Tchin -Tchin

Por 1€ más
TU 2º PAR DE GAFAS
con CRISTALES
PROGRESIVOS HD*

Cristales de tecnología digital HD.



Máximo confort a todas las distancias.



Adaptación inmediata garantizada.



Visión en alta definición.

POZUELO DE ALARCÓN

Avenida Europa, 29 – (antiguo local de NECK & NECK) – TEL: 91 029 39 48
C.C. Carrefour Ciudad de la Imagen – TEL: 91 711 19 39

ALAIN AFFLELOU
Óptico



**NUEVO GIMNASIO
EN LA ZONA
ESTACIÓN RENFE
¡¡Ven a Informarte
de Nuestras Ofertas
de Lanzamiento!!**

DISPONEMOS DE RING PROPIO,
MÁS DE 10 SACOS
DE ENTRENAMIENTO.
Musculación, 2 salas Tatami
y sala de CROSSFIT.

GN SPORT CENTER.
Avda Juan Pablo II, 25
28224 Pozuelo de Alarcón
Madrid
Teléfono: 911 63 64 65
www.gnsportcenter.com



¡VEN A PROBAR UNA CLASE GRATIS!
info@gnsportcenter.com
91-1636465
Móvil: 652981782 / 685461302

LEGAL

MULBERRY ABOGADOS

MATTERS

Ofrecemos a las empresas **apoyo legal en todo el ámbito del derecho** de los negocios, corporativo, financiero-tributario, litigioso, patrimonial, del seguro, laboral, concursal, y colaborativo en mediación mercantil.

¿Y si tu empresa está en crisis?

Siempre hay una solución!, existen mecanismos legales que permiten salidas a situaciones difíciles.



PROMOCIÓN

APROVECHA LA PROMOCIÓN PYME NOROESTE DE MADRID PARA CONOCERNOS



Consulta gratuita y respuesta en 24 hs. si se precisa examen de documentación.



Bono diagnóstico gratuito sobre cumplimiento formal por tu empresa de las obligaciones mercantiles ante el Registro Mercantil.



Vale descuento de 200 Euros en la primera factura por importe igual o superior a 600 Euros.

Promoción válida hasta el 31/12/2014

Contacto



Tel: +34 91 307 68 55



info@mulberryabogados.es



www.mulberryabogados.es



Parking Público - Calle Basauri esq. Proción n° 1 y 3

Dónde estamos

Calle Musgo, nº 5, Bajo
Urbanización La Florida
28023 Madrid



Ayuntamiento de
POZUELO
DE ALARCÓN

FIESTAS CONSOLACIÓN

Ntra. Sra. de la

2014

Pozuelo de Alarcón

Del 6 al 13 de septiembre de 2014



Sábado
6

DUNCAN DHU



ACTOS EN HONOR A LA VIRGEN



FUEGOS ARTIFICIALES

Viernes
12

MODESTIA APARTE



Sábado
13

COTI



FESTEJOS TAURINOS

Toda la programación en www.pozuelodealarcon.org



Ayuntamiento de
POZUELO
DE ALARCÓN

VIENE DE LA PÁGINA 18

Tras el pregón de Mercé, los vecinos podrán disfrutar, también en la plaza de Padre Vallet y con entrada libre, del concierto del grupo "Duncan Dhu". Además de esta actuación musical, los pozueleros podrán asistir a lo largo de la semana a diferentes espectáculos como la que ofrecerá el mítico grupo "Modestia Aparte" o el cantante "Coti". La música de orquestas como "Tatuaje" o "Marlen" y la actuación de la "Big Band La Inseparable" y el concierto de la Unión Musical "Pozuelo en pasodobles", también amenizarán las noches de esta semana grande del municipio. La Quedada Generacional es otra de las citas obligadas en estas fiestas. Los actos religiosos en honor a la Virgen centran la programación del primer fin de semana festivo. Así, el mismo sábado 6 de septiembre, se celebrará la Santa Misa y Salve Solemne y el domingo 7 de septiembre, por la mañana, tendrá lugar la Misa Solemne y ofrenda floral por parte de las peñas. La misa y la solemne Procesión, que recorrerá diferentes calles del centro del municipio, se celebrará la tarde del domingo.

ACTIVIDADES INFANTILES Y MUCHO MÁS

Los más pequeños también tienen un hueco especial en esta programación. Así, diferentes actuaciones infantiles como la de la Fundación

Ronald Mac Donald, el espectáculo "Magic Rock", el teatro infantil "Blancanieves 4.0" o el espectáculo musical infantil "Cantabaila" se suman a otras actividades dedicadas para ellos como son los encierros chiqui, el concurso de disfraces o los juegos infantiles que se instalarán en la Plaza Mayor. Y aquí también se celebrará la actuación infantil "El concierto loco de los Gabytos".

Las peñas y asociaciones del municipio- Los Mingas, El Albero, 6 y medio, El Botijo y El Tercio, la Congregación Nuestra Señora de la Consolación, La Unión Musical, La Lira, La Inseparable y la Casa de Extremadura- también participan en la fiesta. De hecho, y con la colaboración del Consistorio, habrá durante estos días chocolatada, caldereta popular, bocatada y limonada popular, concurso de charangas, de mus y de golf, de tortillas, meriendas populares o la reunión motera, entre otras actividades. Este año se han sumado también, Fitness Sport Valle de las Cañas que ofrecerá una sesión gratuita de Aerodance en la Plaza de la Coronación y el grupo de teatro "Entre Amigos" del Centro municipal de Mayores, que representará las obras "Los muertos no estornudan" y "Pobre Vicente...con lo bueno que era", en el centro Educarte.

El deporte también ocupa un lugar destacado



en el programa de fiestas ya que durante toda la semana se disputarán diferentes torneos deportivos como el de tenis, fútbol 7 o waterpolo. Además, también se podrá disfrutar de un partido de exhibición de Rugby o participar en una simultánea de ajedrez.

Los festejos taurinos son otro de los apartados importantes de estas fiestas. Así, la Plaza de Toros de las Américas será el punto de encuentro para los aficionados. Los encierros, novilladas, becerradas o el concurso de recortes son algunos de los espectáculos taurinos de los que disfrutar. Y sobre todo, el viernes 12 de septiembre, los aficionados al toreo podrán asistir a la corrida taurina, que contará con seis toros para los diestros Antonio Ferrera, Miguel Abellán y Javier Castaño. **Ω**



50 Años en Pozuelo

*La mejor relación calidad precio
Gran variedad de Pescados y Mariscos
¡Los "frescos" del barrio!
Pescados Nacionales Salvajes*



Servicio a domicilio y hostelería

Tel. 91 715 49 24

Galería Comercial Nuestra Señora del Carmen

Puestos 12 y 13

28224 Pozuelo de Alarcón - Madrid

www.pescaderiaparicio.es



UN REGRESO MÁS AMENO

EL VERANO LLEGA A SU FIN Y COMIENZA LA VIDA COTIDIANA. ACABAMOS DE REGRESAR DE NUESTRAS VACACIONES FAMILIARES, DE NUESTROS VIAJES, HEMOS HECHO CON LOS NIÑOS MUCHAS ACTIVIDADES ESTIVALES O, SIMPLEMENTE, HEMOS DISFRUTADO DE LA TRANQUILIDAD DE NUESTRO MUNICIPIO CUANDO TODO EL MUNDO HUYE DEL CALOR Y DEL ASFALTO. VOLVER A EMPEZAR NO SIEMPRE ES FÁCIL PERO SI NOS PREPARAMOS PARA AFRONTARLO CON GANAS Y ÁNIMO, EL REGRESO SE HACE MENOS DURO.

CONTINÚA EN LA PÁGINA 22

**ESTÁS A UN PASO
DE AHORRAR
400 EUROS AL AÑO.**

UNIFICA TUS SEGUROS.



AUTOS



HOGAR



SALUD



VIDA

pelayo

Tu Aseguradora Oficial y la de La Roja

INFÓRMATE EN TU OFICINA PELAYO.

EDEKS
CONSULTING S.L.

AVENIDA DE EUROPA, 13, 28224 POZUELO DE ALARCÓN

BPOZUELO@PELAYO.COM

TEL.: 91 715 89 62 / 626 69 78 48

10% DE DESCUENTO EN NUESTROS SEGUROS

¡VEN A CONOCERNOS Y LLÉVATE UN OBSEQUIO SOLIDARIO!!
(HASTA FIN DE EXISTENCIAS)

ESCUELA DE MÚSICA LA LIRA DE POZUELO



Una asociación sin ánimo de lucro con 24 años de trayectoria en la enseñanza de la música, con un claustro de profesores compuesto por algunos de los mejores solistas de las orquestas y bandas de Madrid.

Una filosofía y valores que nos diferencian

Buscamos la motivación del alumno apoyando la enseñanza en el conjunto instrumental: nuestra banda juvenil, un lugar donde aprender de manera divertida para que el alumno entienda y aplique contenidos teóricos y prácticos de la enseñanza individual.

Enseñanza personalizada según objetivos

Iniciación a la música desde los 3-4 años:

- Grupos reducidos.
- Enseñanza de instrumentos de viento y percusión, junto con lenguaje musical siguiendo el Programa Oficial de Grado Elemental.

- Conjunto Instrumental (banda juvenil)

Alumnos de Grado Medio y Superior:

Enseñanza individual preparatoria para el Conservatorio Superior con profesores altamente cualificados.

Clases de instrumento individual de 45 minutos

Este curso 2014/2015 los alumnos de nueva inscripción de tuba y bombardino tienen matrícula y clases gratuitas (prorrogable según condiciones).

ESCUELA DE MÚSICA LA LIRA DE POZUELO

c/Isidro Gómez 1 bis

Pozuelo de Alarcón, 28223 (Madrid)

Tel.: 91 352 96 78

Horario: de 16:30 a 21:00

laliradepozuelo@gmail.com

www.laliradepozuelo.com



VIENE DE LA PÁGINA 20

Legamos a una época en la que tenemos que preparar nuestras reservas para estar listos para el otoño y tenemos que hacerlo de la mejor manera. Posibilidades hay muchas. La primera es que vamos a poder disfrutar de las Fiestas de Nuestra Señora de La Consolación (Programa en pags. 37, 38 y 39). Además, os contaremos qué podemos hacer para cuidar bien vuestro pelo y vuestra piel (Pag. 34). Ah, y un menú ligero con el que sorprenderéis a vuestros invitados

elaborado por el chef Guillermo Cayado (Pag. 26). Ahora nos preparamos sacando ropa de más abrigo, vamos cambiando poco a poco nuestra dieta a alimentos algo más calientes, nos acostamos un poco antes cada noche... El otoño nos devuelve a las obligaciones diarias y nos ayuda a ordenar de nuevo nuestra vida tras la etapa veraniega. Establecemos horarios, nos marcamos metas y debemos afrontar un nuevo ciclo con energías renovadas.

Por fin llega la normalidad, dicen unos...

Debemos iniciar esa etapa con energía, de forma paulatina y sin traumas. Seguro que hemos disfrutado de unas magníficas vacaciones. Por eso, el regreso no tiene por qué ser problemático. Lo mejor es hacerlo progresivamente, sin apurar las vacaciones hasta el último día y regresando con tiempo suficiente para acomodarnos, deshacer las maletas y planificar la vuelta al trabajo, a los estudios o a las actividades de cada día.

CURREEN ENGLISH BUSINESS SCHOOL & JERSEY ENGLISH SCHOOL

VARIAS OPCIONES EN UN MISMO BUSINESS CENTER EN POZUELO



Te interesa el Coaching?

CURREEN ENGLISH BUSINESS SCHOOL

Empieza septiembre y con él comienzan los Seminarios y Cursos en **Curreen**

English Business School: Cursos de Liderazgo, Coaching Ejecutivo y de Equipos y Coaching Escolar, así como Técnicas de Estudio.

Pero eso no es todo, además te enseñan todo lo que necesitas saber sobre Comunicación Efectiva (Cómo hablar en público), Negociaciones, Presentaciones y Constelaciones Sistémicas para Directivos y Equipos. **Todos los seminarios se imparten igualmente en inglés o español según necesidades**

Novedad: Curreen English Business School es el primer centro de Pozuelo con Talleres de Metodología LEGO Serious Play Para Equipos, certificado por LEGO Serious Play.

Infórmate ya en

CURREEN ENGLISH BUSINESS SCHOOL

Tel. 91 715 20 60

Carretera de Húmera, 9
28224 Pozuelo de Alarcón

www.curreenenglishbusinessschool.com/es

¿Quieres perfeccionar tu inglés?

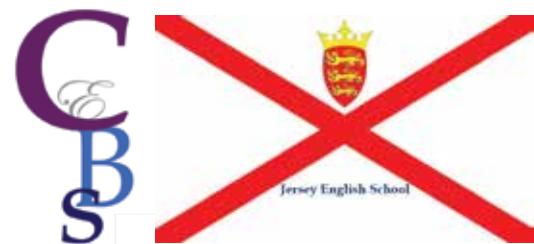
JERSEY ENGLISH SCHOOL

Más de 30 años de experiencia avalan a Jersey English School en Pozuelo de Alarcón

Disponen de preparación de exámenes de Cambridge: KET – PET – FIRST CERTIFICATE - ADVANCED – PROFICIENCY - YOUNG LEARNERS - STARTERS MOVERS FLYERS

La matriculación y exámenes se realizan en el propio centro, lo cuál es muy cómodo para los alumnos

El Inglés es su campo de actuación para todas las edades: Inglés Preescolar (a partir 3 años)



Clases de conversación Inglés para empresas / Negocios

Si eres profesor de inglés y estás buscando CURSOS DE HABILITACIÓN Y METODOLOGÍA PARA PROFESORES este es tu sitio.

Infórmate ya en

JERSEY ENGLISH SCHOOL

Tel. 91 715 20 60

Carretera de Húmera, 9

28224 Pozuelo de Alarcón

www.jerseyenglishschool.com 

THE ISLAND: UN LUGAR PENSADO PARA DISFRUTAR

QUIEN MÁS O QUIEN MENOS, TODOS NOS HEMOS INTENTADO ESCAPAR UNOS DÍAS. YA SEA A LA PLAYA, A LA MONTAÑA O A DISFRUTAR DE LA FAMILIA QUE TENEMOS LEJOS Y DE ESTA MANERA PODER DESCONECTAR. PERO NO CABE DUDA QUE TODOS REGRESAMOS A NUESTRO HOGAR Y A NUESTRO MUNICIPIO, MIRANDO SIEMPRE SI NOS SORPRENDERÁ CON ALGUNA NOVEDAD PUES CASI SIEMPRE LA HAY Y EN ESTA OCASIÓN NOS HEMOS ENCONTRADO CON UNA MUY AGRADABLE.



REGALO POR APERTURA

Recorta y presentanos este cupón para obtener un 10% de descuento en tu consumición.



Nos hemos impresionado con una espectacular terraza en las calles de Pozuelo de Alarcón, más concretamente en Camino de las Huertas, 20.

The Island abrió sus puertas hace muy poco y nos ofrece la oportunidad de disfrutar de una maravillosa y moderna terraza en esta época estival que tanto nos gusta y siempre atendidos con una gran profesionalidad.

Este local está pensado para una franja de edad muy amplia, con un único requisito: ir a disfrutar, pues una

vez lo conocemos, nos enamora. Su entorno, cómo han puesto su amplia terraza y el trato que hemos recibido son suficientes para convertirse en un lugar de parada obligatoria.

Sólo tenemos que sentarnos en cualquiera de sus relajantes sillones al aire libre y pedir lo que más nos apetezca, con una gran variedad de bebidas.

Pero si el local es un sitio como pocos y original, no es menos lo que nos ofrecen. The Island nos da la oportunidad de saborear en un entorno inmejorable, de una elaborada

carta de coctelería y bebidas Premium. Especialistas en cocktails, los podremos escoger entre una gran variedad de los mismos, realizados por profesionales, ya que como dicen ellos: si se hace algo sólo puede ser de la mejor manera. Esa es la primera clave para el éxito. **Ω**

Camino de las Huertas, 20
Pozuelo de Alarcón, Madrid
Tfno: 630 57 92 07 / 670 91 84 33
theisland.pozuelo@gmail.com



Nueva fachada de Varadero Taberna Marinera en Pozuelo.

La familia González seleccionando la pesca.
Año 1977.El varadero, con los barcos varados frente a las casas de los pescadores.
Punta Umbría (Huelva). Principios S. XX.

Varadero

— TABERNA MARINERA —

VARADERO TABERNA MARINERA

**"NO IMPORTA LO LEJOS QUE SE ESTÉ
DEL MAR, SEGUIMOS SIENDO PESCADORES"**

EN LA PLAYA, DONDE LOS MARINEROS VARAN LAS BARCAS, ESTÁ EL ORIGEN DE VARADERO TABERNA MARINERA. UNA TABERNA ANDALUZA DE TODA LA VIDA, DONDE LA PROPUESTA GASTRONÓMICA CONJUGA LAS MÁS DELICIOSAS RECETAS DEL MAR ACOMPAÑADAS DE LA CERVEZA DE REFERENCIA EN ANDALUCÍA: CRUZCAMPO.

Varadero Taberna Marinera nace de un sueño. El sueño de una familia que, después de haberse dedicado a la pesca durante tres generaciones en Punta Umbría (Huelva), decide dejar el mar y llevar su sabor más allá de la costa andaluza. Aunque, en realidad, se puede decir que la familia González nunca ha dejado el mar: simplemente se lo ha llevado a este nuevo concepto de Taberna Marinera y con él han aterrizado en Pozuelo.

Es un hecho que parar abrir una taberna marinera lejos del mar hace falta saber mucho de pescado. Manolo González, perteneciente a esta familia vinculada al mar y pescador de tercera generación sabe que "el mar puede ser ingrato, duro y hasta cruel, pero cuando vives de él, te cala muy hondo...". Y esto se refleja en Varadero: en sus productos, en su carta, en su aspecto. El mismo esfuerzo que lleva la pesca, esa exigencia del conocimiento de especies y temporadas, lo dedica Varadero a cocinar las

mejores recetas de la gastronomía andaluza: los mejores mariscos, entre los que destaca la gamba blanca, y "pescaitos" fritos son los protagonistas de las raciones; pero también les acompañan conservas y salazones del sur, delicatessen, ensaladas y platos fríos, productos de la tierra... En conjunto, una oferta gastronómica muy variada donde el sabor del mar es el auténtico protagonista. Con ese objetivo de llevar a los clientes el mar y sus productos, para que los disfruten del mismo



modo que si estuviesen sentados frente a la costa, Varadero Taberna Marinera estrena en Pozuelo una nueva imagen que deja entrever aún mejor las raíces marítimas y pesqueras de la familia fundadora. Y es que Manolo González lo transmite de primera mano: "no importa lo lejos que se esté del mar, porque siempre se sigue siendo pescador".

Una fórmula de éxito que aúna lo mejor de la cocina andaluza tradicional —calidad de la materia prima, honestidad y frescura— con el estilo moderno y

práctico que hoy en día se demanda en hostelería, y siempre teniendo como referencia a la pesca y el mar. Es una apuesta innovadora para llegar con el sabor del mar a todos los rincones de España porque, según cuenta este pescador de tercera generación, "un buen marisco hace que cualquier día se convierta en domingo".

MARIDAJE CON CERVEZA

Cuando se habla de tradición andaluza, qué mejor



LAS ESPECIALIDADES DE VARADERO

El producto más destacado de esta taberna marinera es la "gamba blanca de la costa", de excelente calidad y cuya ración de 200gr se puede disfrutar al precio de 9.90€.

Pero si hablamos de mar y Andalucía, por supuesto no puede faltar el "pescaito" frito, como los taquitos de adobo andaluz (7.90€) o la fritura variada (12€), que transportan de forma inmediata a la costa onubense.

Junto a estas raciones más orientadas a compartir, se pueden degustar también platos del día, como los guisos (9.50€) o incluso un menú del día que, de lunes a viernes, se disfruta por un precio de 10.50€, y nos acerca excelentes platos de inspiración marinera y andaluza como la ensaladilla de gambas, el salmorejo o pescados como el atún y la merluza sabrosamente cocinados a la plancha.

que acompañar estos pescados y mariscos con una jarra bien fría de cerveza Cruzcampo. Porque el mar sabe mejor con una buena cerveza al lado.

El verdadero arte de la cerveza se plasma tanto durante su elaboración como en el momento final, cuando la cerveza es tirada por un profesional. Varadero Taberna Marinera confía en Cruzcampo, referente de la cerveza en Andalucía. Una caña Cruzcampo bien tirada y fría, que acompaña a los mejores pescaditos y mariscos y garantiza momentos inolvidables.

Para servir siempre la caña perfecta, se pone especial hincapié en fomentar el uso de las últimas innovaciones tecnológicas en el campo de la cerveza. Así, Varadero Taberna Marinera cuenta con un sistema de almacenamiento con Barriletes que preservan de forma óptima y a una temperatura de 8°C las características de la cerveza mientras espera a ser servida y hacen que llegue al cliente con las mejores condiciones de calidad y frescura y a la temperatura perfecta de -2°C gracias al sistema de tecnología glacial. Es la caña andaluza perfecta. Ω

Información y reservas:

Varadero Taberna Marinera.

Vía de las Dos Castillas, 23 - Loc.14 y 15

Pozuelo de Alarcón

91 352 25 91.



CUIDA TU ALIMENTACIÓN

Las vacaciones se han convertido en el momento en el que te has olvidado de todas las normas que has seguido durante el año, entre ellas, llevar una dieta equilibrada. Grandes comilonas en los buffets de los hoteles o helados todos los días, son algunas de las cosas que no solemos hacer durante el resto del año y que ahora pasan factura.

Bueno, ahora que has regresado, la primera regla es olvidarte de las comilonas. Es importante que cada dos horas consumas pequeñas cantidades

de alimento, dando una mayor importancia al desayuno, a la comida y a la cena. Comer poco, pero con frecuencia, facilitará la absorción de los nutrientes, estimulará el metabolismo y favorecerá la sensación de saciedad.

Por eso, el chef Guillermo Cayado nos da un menú equilibrado. Porque adelgazar no tiene por qué estar reñido con comer rico y variado. O, al menos, así lo Guillermo, quien nos propone el siguiente menú para comer sano y perder esos kilos de más ganados en vacaciones.

Como buen extremeño, el propietario del

restaurante Dosca III, nos presenta un menú consistente en un primer plato rico y con pocas calorías: Milhojas de berenjenas con rulo de cabra y miel de Las Hurdes. Disfrútalo, porque cuando lo sabores, encontrarás los sabores conjugados. Uy fácil de hacer y con un toque especial de la miel de Las Hurdes, extraída de un paraíso de encinares, alcornocales, jarales ... y un largo etcétera, paisajes y hábitats por los que optan las abejas.. Además, tienes que dejar paso al siguiente plato.

Fresco, refrescante y que no te dejará con hambre. Así es el Carpaccio de presa ibérica que propone Guillermo. Aunque el carpaccio clásico y original era de ternera o buey, hoy en día podemos encontrarlo de multitud de alimentos, como el cerdo. Sabemos que el fundamento de la receta es similar, pero Guillermo prepara esas finas láminas de carne en crudo con diferentes matices y acompañamientos, lo que nos permite disfrutar de distintos sabores basándonos en el mismo registro.

Cerraremos el menú con un Biscuit de higo con salsa de vainilla. Fresco y suave para rematar una comida excelente.

Ah, se nos olvidaba. Como es una receta con pocas calorías, la bebida que recomienda el chef es una copa de Habla del silencio. ¡Buen provecho! Ω

Cafe Restaurante "Dosca" III

Restaurante "Dosca" III

Cocina Extremadura

Los mejores sabores de Extremadura

Ven a probar nuestros productos

Vía Dos Castillas, 9B Reservas: 916 226 109 Pozuelo de Alarcón

rumor.es

diseño gráfico
impresión digital
impresión convencional
cartelería

printing&design

mail@rumor.es
91 633 68 56

Asesoría Támega

Contable, Laboral y Fiscal
Empresas, pymes,
autónomos y particulares

SOCIEDADES
Por **100** €/mes

Le ofrecemos:

- Contabilidad
- Obligaciones tributarias
- Gestiones laborales

Trámites para constitución de Sociedad totalmente Gratis²

AUTÓNOMOS
50 €/mes³

¹ 5 € adicionales por empleado y nómina.
² Contratando nuestro servicio de Asesoría por un año. Gastos por cuenta del cliente.
³ Autónomos sin empleados.

TÁMEGA ASESORÍA

Tel.: 91 816 24 00 | info@asesoriatamega.es
Móvil: 627 934 027 | www.asesoriatamega.es

MADRID · POZUELO · MAJADAHONDA · LAS ROZAS · BOADILLA DEL MONTE · BRUNETE · QUIJORNA
VILLANUEVA DE LA CAÑADA · SEVILLA LA NUEVA · VILLANUEVA DEL PARDILLO · VALDEMORILLO

BY ANTONIO MURO

LO NUESTRO BIEN HECHO



LLega a Pozuelo de Alarcón con fuerte tradición familiar en el mundo gastronómico. Hace más de tres décadas, el abuelo de este artesano de la cocina tenía una pastelería en la plaza del barrio de la Estación: la Favorite. Allí fueron profesores en la escuela, fueron los primeros en hacer esculturas con chocolate (una de ellas fue la reproducción de La Cibeles en homenaje a un triunfo del Real Madrid en la Copa de Europa o la que le hicieron al televisivo Jesús Mariñas...). Por estas y muchas otras cosas, el municipio era un referente para él...

Cuando Antonio Muro encontró el local en Húmera, aun sabiendo que en Pozuelo había mucha oferta gastronómica, quiso aportar su modo de entender la gastronomía. Un chef modesto que ha trabajado con los mejores, se considera un "modista de la cocina. Hacemos el traje que nos pide el comensal".

DIFERENCIADO DE LOS DEMÁS

Nuestros clientes son los que piden su plato. Aunque

sea difícil y costoso, lo hacemos. Está claro que hay una carta referencial, pero los clientes que ya nos conocen, saben que pueden pedir lo que quieren. De todas formas, ir a este restaurante tiene como garantía encontrar su sorpresa. Lógicamente, buscan ese gesto de bienestar del cliente. Que la comida no sea un mero trámite, sino que se convierta en la experiencia satisfactoria del día.

MÁS TIEMPO PARA DISFRUTAR COMIENDO

Antonio nos confirma que lo que buscan es ese cliente que tenga un poco más de tiempo para comer. Que se deleiten con su plato. Para ello, han ajustado el precio al máximo para que el comensal pueda venir sin problema.

En By Antonio Muro, la calidad del producto es una de las premisas que encuentras. Por ello, si tú eres uno de los que quieras comer algo especial allí, no dudes de solicitárselo al chef, ya que "haremos el traje a la medida del cliente", asegura Antonio, quien continúa diciendo que "el protagonista del plato es súper fresco y acaba de llegar. Esa seguridad la tiene

qui viene aquí".

Antonio continúa con su símil de la sastrería y la gastronomía. Para él, el uso de los productos más básicos es lo que diferencia a los mejores chefs. "Para mí es tan bueno un huevo frito como un atún de almadraba, una lamprea de Galicia o unas kokotxas de San Sebastián. Las modas pasan, pero el producto sigue siendo el mismo", asegura este chef sin tópicos y al que no le gusta salir mucho de detrás de los fogones.

En este restaurante lo que se encuentra es a un modista de la gastronomía que quiere que su esencia, la que tiene el restaurante, sea el gesto de bienestar del cliente. Seguro que lo encuentras cuando acudas a pedir tu comida. El consejo que nos da: "Disfruta". By Antonio Muro Ω

Para más información y reservas:

Tel. 91 351 83 48 / 657 30 10 55
Plaza Mayor de Húmera, 1
Pozuelo de Alarcón – Madrid
www.byantoniomuro.com

LA REENTRÉ

Por Rafael Arjonilla.
Director Artístico. Método Rosano Ferretti.

Y como decía la canción, el final del verano llegó.... Como cada año por estas fechas, nos vemos inmersos en un sin fin de asuntos de los que ocuparnos, uniformes de colegio, libros, buscar gimnasio para paliar los efectos del relax estival... y es que parece que en vez de en enero, el año comienza ahora.

Una de las cosas a las que debemos prestar atención pasado el verano es a nuestro cabello pues, a pesar de que profesionales y estilistas os transmitimos cada año antes de las vacaciones la importancia de proteger vuestro pelo con productos específicos, bien es cierto que a diferencia de la piel el cabello no duele si nos lo quemamos, lo que nos lleva a relajarnos en su protección contra los rayos solares.

CONTINÚA EN LA PÁGINA 31



El Jardín de Oak

Legó septiembre y la vuelta a la realidad. Después de haberlo pasado tan bien llega el momento de recuperar el orden de nuestras vidas: volver a cuidar la alimentación, limpiarnos internamente después de los excesos y prepararnos física, mental y emocionalmente para la estación que se aproxima.

Para todo ello, El Jardín de Oak te ayudará. Encontrarás todos los productos propios de la temporada: alimentos integrales y naturales, productos depurativos, adelgazantes o energéticos para coger el nuevo ritmo, cosmética para el cuidado de nuestra piel después de tanto sol...etc Y con nuestras terapias puedes retomar los tratamientos comenzados antes del verano o em-



pezar a sanar aquellos puntos que sabes que necesitan un cuidado especial. ¡Te sorprenderás de la experiencia y de los resultados! Visita nuestra web para más información: www.eljardindeoak.com ☮

EL JARDÍN DE OAK
 HERBOLARIO - COMIDA ECOLÓGICA - TERAPIAS NATURALES

20%

DE DESCUENTO EN TERAPIAS
 PRESENTANDO ÉSTE CUPÓN



ECOTIENDA

Herbolario, Comida Ecológica, Cosmética Natural, Libros, Aromaterapia...

Por 1ª vez en Pozuelo de Alarcón aparece un espacio que integra todo lo necesario para el cuidado de la persona de forma natural.

TERAPIAS NATURALES

Naturopatía, Acupuntura, Dietética, Masajes, Shiatsu, Test de Intolerancia...



LA ÚNICA ITV CON PACK PREMIUM



ITV MAJADAHONDA
C/ Cereza, 2 (Polígono EL CARRALERO)
Abierto todos los días

Lunes a sábado: 8:00h. a 21:00h.
Domingos: 9:30h. a 13:30h.
91 827 95 96



NUEVO PACK PREMIUM



RECOGIDA Y ENTREGA
DE VEHÍCULO



SERVICIO
ITV PLUS



LAVADO
A MANO

RESERVAS: 902 646 589

TU PACK PREMIUM A LA CARTA...

• RECOGIDA + ITV + LAVADO

GASOLINA...87€

DIESEL...97€

• RECOGIDA + ITV

GASOLINA...67€

DIESEL...77€

• RECOGIDA + LAVADO

57 €



¡COMO A TI TE GUSTE!

IVA INCLUIDO

VIENE DE LA PÁGINA 28

A sí que en cuanto nuestro ajetreado mes de septiembre lo permita, la visita a vuestra pelu de confianza será obligada. Allí, y como es lógico, os van a asesorar de la mejor manera posible y siempre intentando personalizar los tratamientos, pues cada caso será diferente dependiendo del tipo de cabello que tengáis.

Lo más importante e ineludible es repasar las puntas de nuestro pelo saneándolas con un corte o, ya que comenzamos temporada, apostar por un cambio de imagen que seguro que lo reparará por completo. En Método Rossano Ferretti os proponemos nuestros cortes en caída natural que darán a vuestro estilo una imagen fresca y renovada.

Además del corte, los tratamientos de hidratación son imprescindibles después del verano pues recuperan la fibra capilar aportando proteínas y nutrientes. En este momento el abanico es amplio. En nuestro salón de Via Dos Castillas, contamos con muy diversos sistemas de regeneración capilar como la queratina, los tratamientos con células madre vegetales, con extracto de caviar e incluso con ácido hialurónico. Si además de tu cabello quieres cuidar "cuerpo y alma", tenemos los rituales Shu Uemura que están basados en la ceremonia del té japonés y que te transportarán a un mundo

CONTINÚA EN LA PÁGINA 32



UN GIMNASIO PARA TODOS

*Ven a entrenar
con toda tu familia*

ahora sólo desde

29'90*
€ +IVA
persona/mes



hijos GRATIS

* Consultar bases de la promoción en recepción

bodyfactory.es
[f](#) [t](#) [y](#)

**BODY
FACT
ORY**
GYMNASIOS



C/ Solano, 5. POZUELO - Prado de Somosaguas
Tel.: 91 518 04 06

VIENE DE LA PÁGINA 31

de sensaciones a través del cuidado del cabello, con masajes específicos en cuero cabelludo, cervicales y brazos. Otro punto a tener en cuenta es el color. Estos, después del verano, han sufrido los efectos del sol pero, en mi opinión y en algunos casos, esos efectos son beneficiosos pues el matiz que el sol le ha dado a vuestro color hace que tenga un tono mucho más natural que, junto al favorecedor color de piel que tenéis, luce inmejorable. Por lo que, siempre según el consejo de vuestro estilista, debes intentar mantener ese tono más claro un poco más en el tiempo. La coloración INOA de L'oréal Professionnel con su fórmula exclusiva de aceites protectores es perfecta por su aporte de nutrientes. Por supuesto, no nos olvidamos de ellos ni de los peques, pues también necesitan poner a punto su imagen después del verano. En Método Rossano Ferretti prestamos una atención muy especial tanto a hombres como a niños y cuidamos de su corte con la máxima calidad. En definitiva, y para que "empecemos el año" de la mejor manera, nada como dedicar a nuestra imagen los mimos que merece. **Ω**



LICEO SOROLLA

NATACIÓN

CURSO 2014-15
INSCRIPCIONES DESDE
EL 9 SEPTIEMBRE

DEPORTE SOROLLA

grupos reducidos
DESDE LOS 2 AÑOS
91 715 57 36 - 17.30 a 20h
www.deportesorolla.com

Jóvenes, adultos y empresas

- Informe inicial y evaluación continua del alumno para determinar sus progresos.
- Grupos reducidos con seguimiento personalizado constante, dirigidos por profesorado especializado y altamente cualificado.
- Sistema motivacional único.



Avenida de Europa, 18A Local
28224 Pozuelo de Alarcón (MADRID)
www.forsant.es

 **forsantpozuelo@forsant.es**
91 799 28 85

fors@nt
FORMACIÓN DE FUTURO

- Inglés Preparación de exámenes oficiales
- Recuperación Escolar - Tutorías
- Técnicas de Estudio
- Refuerzo escolar
- Informática
- Preparación Selectividad
- Curso de Idiomas en el Extranjero



PREPÁRATE PARA EL COLE

Los padres no debéis posponer demasiado las compras de material escolar, ya que la vuelta a las clases puede ocasionar una importante factura en la economía familiar. El gasto por cada familia durante el próximo curso escolar dependerá de la titularidad del centro educativo

y del curso que el menor vaya a comenzar, según sea Primaria, Educación Secundaria o Bachillerato. Asimismo, el precio del material escolar se puede ver encarecido si las compras se dejan para los últimos días, si bien la media de gasto oscila alrededor de los 80 euros. Se previsor y reparte las compras a lo largo de

los meses de verano, ya que dispones de más tiempo para poder comparar precios y calidades en los establecimientos y se evitan presiones de última hora que no favorecen a la compra final. No te olvides de solicitar la factura desglosada de los productos comprados, con reflejo del IVA que se has pagado por cada concepto. **Ω**

Sprachschule Drebing

EMPIEZA A ESTUDIAR ALEMÁN EN EL NUEVO CURSO

Monica Drebing es nativa, profesora de alemán, licenciada en Pedagogía Social y directora de la Academia Sprachschule Drebing, ubicada en el Foro de Somosaguas/Pozuelo de Alarcón. En la Academia se imparten **clases de alemán y español para extranjeros para adultos, jóvenes y niños a partir de 2 años**. Se realizan traducciones Deutsch-Español-English.

¿Y quiénes son nuestros alumnos?

Es la niña pequeñita que aprende alemán jugando y cantando.
Es el niño que aprende alemán en el colegio y necesita un apoyo.
Es el joven que quiere saber otro idioma extranjero al acabar el bachillerato.



iNuestro equipo os espera!

Es la joven estudiante de Ingeniería que quiere irse a Alemania al terminar sus estudios para trabajar o quiere mejorar sus posibilidades en el mercado laboral español.
Es el alto ejecutivo al que le hace falta saber alemán en su trabajo.

O es la señora o el señor que tiene como reto aprender uno de los idiomas más lógicos, estructurados, dinámicos y hablados del mundo ¡¡¡el alemán!!!
**Y ahora..., ¿Quién falta?
¡¡¡Eres tú!!!**

¡¡Monica te va a encontrar inmediatamente una clase adecuada!!

Sprachschule Drebing - Academia de Alemán y Español para extranjeros



Tlf.: 635 581 604 sprachschuledrebing@gmail.com
Edif. Foro de Somosaguas Ctra. Carabanchel s/n (M-502, km 5,6)
1º Planta Local 27-28 Tren Ligero Somosaguas Sur 28223 Pozuelo de Alarcón

PREPARA TU PIEL PARA DESPUÉS DEL VERANO



El uso constante de cremas de protección solar, la exposición excesiva al mismo, la piscina y el mar, muchas veces pasan factura a nuestra piel. Para solucionar este problema basta con seguir unos sencillos pasos que

ayudan a devolverle la suavidad y el brillo. No hace falta comprarse la crema más cara ni ir corriendo al centro de belleza. Aunque parezca mentira, se pueden hacer unas cremas exfoliantes con cosas que tenemos por casa.

Exfoliante tonificante

INGREDIENTES:

- 1 taza de sal gorda
- La ralladura de 1 naranja o 1 limón
- Tomillo o romero (puede ser seco)
- De 2 a 3 cucharadas soperas de aceite de oliva virgen

INSTRUCCIONES:

- En un recipiente con tapa, mezclar la sal gorda con el tomillo o romero
- Con un rallador, rallar la piel de una naranja o un limón
- Mezclar bien y añadir el aceite hasta llegar a una textura harinosa. 

Hay una gran variedad de cremas que se pueden realizar con productos naturales para ver mas ejemplos hemos dejado colgados en nuestra pagina web www.pozueloin.es una serie de videos explicativos.

f.a.s.t.
¡La revolución del fitness!

E.M.S

únete al método
porque lo que importa
no es la tecnología
¡es cómo se utiliza!

¡Reserva ya
tu prueba gratis!

*¡Entrenamiento personal
con electroestimulación integral activa!*

*“20 minutos a la semana
que cambiarán tu cuerpo y tu vida”*

global health
GRUPO LÓPEZ IBOR

Universidad
Europea Madrid
LAUREATE INTERNATIONAL UNIVERSITIES

Calle Sevilla, 3 - 28223, Pozuelo de Alarcón
pozuelo@fastfitness.es - 91 352 14 70
www.fastfitness.es  

GUIRNALDA DE LUCES DE LED CON PELOTAS DE PIN PONG



A la vuelta de las vacaciones toca preparar las cosas para la nueva estación que está por venir y con ella sus horas de luz más cortas. Esta idea que os traemos es ideal para crear una bonita luz ambiental los días otoñales, es muy fácil de hacer y gustará a todos los miembros de la familia. ¡Manos a la obra!

Se necesita una guirnalda de luces led (como las del árbol de navidad). Estas pueden ser de varios colores o de uno solo. Pelotas de ping pong. Tantas como bombillas haya y un punzón o cíter para hacer un pequeño corte en las pelotas y así poder introducir la bombilla.

Así de sencillo es construir nuestra propia guirnalda de luces con pelotas de ping pong. Ahora solo queda elegir un cable con el color de luces que más os guste y situarlo en un rincón de casa en el que, seguro, quedará perfecto. 

DOS CONSEJOS ÚTILES PARA APROVECHAR LOS ROLLOS DE PAPEL HIGIÉNICO

Algo tan común como son los rollos de papel higiénico pueden ayudarnos y solucionarnos los problemas más básicos y, de paso, ahorrarnos algún dinero.



ROLLOS DE PAPEL HIGIÉNICO PARA ORGANIZAR NUESTROS CABLES o simplemente como forma de almacenar lo que queramos. Parece una tontería pero es la mejor manera de organizar la gran cantidad de cables que hoy en día poseemos. Y si los metes en una caja de zapatos queda todo más organizado.

EL ALTAVOZ CON PAPEL HIGIÉNICO. Muchas veces nos encontramos en la misma situación: queremos enseñarle a alguien una canción o el video de nuestras vacaciones pero el volumen no es suficiente y no se llega a entender del todo bien. La solución es más fácil de lo que parece, basta con coger un rollo de papel higiénico ya gastado y hacerle un pequeño corte del tamaño de nuestro móvil introducir el móvil y ya tenemos el altavoz perfecto. Fácil, barato y sin salir de casa. 



E-FIT

AYUDANDO A CONSEGUIR NUESTROS OBJETIVOS



Con menos de media hora semanal basta para estar en plena forma física gracias al método E-FIT, una combinación de ejercicio con la electroestimulación muscular, un nuevo método de ejercicio cuya ventaja principal es que ahorra tiempo, pudiendo invertir tan solo el 25% del tiempo que se invertiría en un gimnasio convencional para conseguir los mismos resultados. Para hombres y mujeres, y para todas las edades. Al no requerir trabajo con peso, evita la sobrecarga de articulaciones. La eficacia y clave de este método está en la total

personalización y en el tipo de impulso utilizado, que lleva directamente la estimulación eléctrica a los principales grupos musculares, haciendo que éstos se contraigan y se relajen siguiendo el mismo principio natural por el que nuestro sistema nervioso central manda impulsos para controlar nuestras acciones musculares.

PARA LOS MÁS ESCÉPTICOS...

...lo mejor es probarlo. La progresiva y agradable sensación que producen los impulsos se debe a su sistema de precalentamiento muscular, que evita lesiones musculares u otros efectos secundarios,



darios, según avalan los certificados médicos de rehabilitación y de calidad de la consola E-Fit. EFit Estudio Pozuelo realiza un estricto seguimiento de los entrenamientos y análisis objetivo de la evolución de la composición corporal del cliente y cuida hasta el último detalle, especialmente en cuanto a higiene y trato.

Está garantizado que es posible lograr resultados visibles y tangibles en muy poco tiempo como la tonificación, firmeza y definición de la musculatura; la potenciación de la resistencia aeróbica y fuerza; la quema de grasa, o la disminución de dolores de espalda, entre otros. 

E-FIT ESTUDIO POZUELO DE ALARCÓN La revolución del entrenamiento personal

C/Atenas 2 (Plaza Urbis).
Tfnos. : 913 623 205 / 649 203 389
Web: www.efitestudio-pozuelo.es

Horario de misas

Parroquia de la Anunciación de Nuestra Señora

Calle Cierzo, 11

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 11:00, 12:30

Parroquia de Santa María de Caná

Avenida de Europa, 6

Festivos, a las 10:00, 12:00, 13:30, 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

Avda de los Ángeles, 3

Festivos, a las 10:00, 11:30, 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

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

Bibliotecas

Biblioteca Miguel de Cervantes: 91 351 52 57

Plaza Mayor, 6 28223 Pozuelo de Alarcón

Biblioteca Rosalía de Castro: 91 799 01 89

Estación, 2 28224 Pozuelo de Alarcón

Biblioteca Volturno: 91 512 33 89

Volturno, 2 28223 Pozuelo de Alarcón

Farmacias

de guardia

24 horas:

AV EUROPA, 7

(Esquina c/Dinamarca junto Wall Street)

91 351 41 40

AV EUROPA, 23

91 715 30 62

Servicio diurno (de 9:30 a 23:00h):

AV EUROPA, 2 (Esquina C/Universidad)

91 351 42 04

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.

aRtesanía digital en iImagen

Recupera tus viejas fotos, negativos diapositivas, videos, películas de 8 y super 8, etc y nosotros las pasamos a tecnologías actuales

Hacemos álbumes digitales, libros, tazas y pósters con tus fotos favoritas



Hofmann
Distribuidor Autorizado

www.retrofoto.es

info@retrofoto.es

615 063 026

3x2 en
8, Super y Video!
¡Galería DVD gratis
con álbum!



PROGRAMACIÓN FIESTAS 2014

SÁBADO 6 SEPTIEMBRE

19:30 h.

PREGÓN a cargo de JOSÉ MERCÉ

Centro Cultural Padre Vallet

Plaza del Padre Vallet

19:00 a 3:00 h.

Apertura recinto feria

C/ San Juan de la Cruz

19:00 h.

Pasacalles Inauguración de Fiestas

Intervienen:

Las Peñas de la localidad: Los Mingas, El Albero, El 6 ½, El Botijo, El Tercio y Las Domingas.

Las Bandas de música: Sociedad Recreativa la Inseparable, Asociación Músico-Cultural La Lira de Pozuelo y la Unión Musical de Pozuelo.

La Casa de Extremadura.

RECORRIDO: Salida desde la C/Chinchón, C/Cirilo Palomo, C/ Sagunto, C/ Las Flores, C/ Doctor Cornago para terminar en la Plaza del Padre Vallet.

20:00 h.

Actuación de la banda musical "La Lira"

Plaza del Padre Vallet

20:15 h.

Santa Misa y Salve Solemne

Parroquia de la Asunción de Ntra. Señora
21:30 a 3:00 h.

Discoteca móvil

Parque San Juan de la Cruz



24:00 h.

Castillo de Fuegos Artificiales

Parque El Torreón - Espacio Cultural MIRA

DOMINGO 7 SEPTIEMBRE

12:00 h.

Misa Solemne y ofrenda floral por parte de las peñas de la localidad.

Parroquia de la Asunción de Ntra. Señora

De 12:00 a 15:00 h. y de 17:00 a 20:00 h.

Juegos infantiles en la Plaza Mayor

13:30 h.

Aperitivo Popular

Plaza del Padre Vallet

22:00 h.

DUNCAN DHU en concierto

Plaza del Padre Vallet ACCESO LIBRE

22:00 a 3:00 h.

Orquesta "Tatuaje"

Plaza de la Coronación

20:00 h.

Actuación Infantil "Magic Rock"

Plaza Mayor



23:00 a 3:00 h.
Orquesta "Marlen"

Plaza de la Coronación

LUNES 8 SEPTIEMBRE

8:30 h.
Chocolatada.

Organiza Peña El Albero
Plaza de Toros de la Plaza de las Américas

9:00 h.
Encierro chiqui para los más pequeños. Organiza Peña 61/2
C/ Doctor Cornago



10:00 h.
Encierro Tradicional
C/ Doctor Cornago

12:00 h.
Misa funeral por los congregantes fallecidos
Parroquia de la Asunción de Ntra. Señora

Señora

SOLEMNE PROCESIÓN NUESTRA SRA.
DE LA CONSOLACIÓN

RECORRIDO DE LA PROCESIÓN:

C/ de la Iglesia - C/ Luis Béjar - Plaza del Padre Vallet - C/ Costanilla del Olivar - C/ Hospital - C/ Fuentecilla - Plaza de la Coronación - C/Demetrio de la Guerra - Plaza de José Antonio- C/ Luis Béjar - C/ de la Iglesia

12:30 h.
Deja tu huella.
Organiza Peña Las Domingas
Plaza del Padre Vallet

18:00 h.
Desfile de las peñas
Todas las peñas se concentrarán para dirigirse juntas, con sus charangas, al espectáculo taurino.
Plaza del Padre Vallet

18:30 h.
Actuación infantil de la Fundación
Ronald McDonald
Plaza Mayor

18:30 h.

Becerrada local y posterior suelta de dos vaquillas para los aficionados de la localidad.

Plaza de Toros de las Américas

19:00 h a 24:00 h.

Apertura recinto feria

C/ San Juan de la Cruz



19:30 h.

Concurso Infantil de Disfraces

Los niños podrán participar individualmente o en grupo.

Inscripción: Plaza Mayor el día 7 de septiembre de 12:30 a 14:30 y de 17:00 a 19:00 h y el día 8 de 17:00 a 18:30 h.

Plaza Mayor

21:00 h.

Gran Caldereta Popular

(1.000 raciones)

Plaza de Toros de las Américas

21:30 h.

Sesión gratuita de Baile ZUMBA

con Cristina del Río

Plaza del Padre Vallet

MARTES 9 SEPTIEMBRE

8:00 h.

Campeonato de Golf.

Organiza Peña Los Mingas

HORA DE SALIDA: 8.30 h. - RESERVAS: Pedro 629 234 322 o en La Inseparable (Calle Norte, 5)

19:00 h a 24:00 h.

Apertura recinto feria

C/ San Juan de la Cruz

ATRACCIONES A 1,50 € de 19 a 22 h.

19:00 h.

Teatro infantil "Blancanieves 4.0"

Anfiteatro Cerro de los Perdigones

19:30 h.

Bocata y limonada popular.

Organiza Peña El Botijo

Plaza del Padre Vallet

19:30 h.

"Los muertos no estornudan" y "Pobre Vicente... con lo bueno que era"

Grupo de Teatro "Entre Amigos" del Centro Municipal de Mayores.

Espacio Educarte. Camino de las

Huertas

Entrada gratuita



21:00 h.

III Concurso de Charangas

de Peñas Locales.

Organiza Peña El Albero

Plaza del Padre Vallet



21:30 h.

Sesión gratuita de AERODANCE

por Fitness Sport Valle de las Cañas

Plaza de la Coronación

MIÉRCOLES 10 SEPTIEMBRE

16:00 h.

V Campeonato de Mini Mus.

Organiza Peña Los Mingas

Inscripciones del 6 al 9 de septiembre en la C/ Norte nº 5, a partir de las 18:00 h.

19:00 h a 24:00 h.

Apertura recinto feria

C/ San Juan de la Cruz

19:00 h.

Espectáculo musical infantil

"Cantabaila"

Anfiteatro Cerro de los Perdigones

19:30 h.

Merienda popular.

Organiza Peña El Albero

Plaza del Padre Vallet

20:00 h.

Juegos tradicionales.

Organiza Peña Las Domingas

Plaza del Padre Vallet

21:00 h.

Concierto Joven:

"Tokio Blues" y "Anoxia 71"

Plaza del Padre Vallet

21:30 h.

Actuación de la "Big Band La Inseparable"

Plaza de la Coronación

JUEVES 11 SEPTIEMBRE

17:30 h.

"Crea tu mundo". Mejora el

mundo a través de juegos, actividades, talleres y karts.

ATRÉVETE. Para niños de 6 a 14 años.

Plaza del Padre Vallet

18:30 h.

III Concurso de Recortes

Infantil.

Organiza Peña El Tercio. Inscripciones:

648 709 808

Plaza de Toros de las Américas



17:30 h.

Desfile de las peñas.

Todas las peñas se concentrarán para dirigirse juntas, con sus charangas, al espectáculo taurino.

Plaza del Padre Vallet

19:30 h.

Espectáculo infantil "El concierto loco de los Gabaytos"

Plaza del Padre Vallet

20:30 h.

Encierro tradicional y posterior suelta de novillos y vaquillas para los aficionados de la localidad.

C/ Doctor Cornago

21:30 h.

Sesión gratuita de Baile ZUMBA con Cristina del Río

Plaza de la Coronación

23:00 h.

Carretilla decorada simulando un "Toro de fuego".

Organiza Peña 6 y ½

Plaza Mayor

VIERNES 12 SEPTIEMBRE

10:00 h.

Encierro tradicional

C/ Doctor Cornago

12:00 h.

Concurso de tortillas.

Organiza Peña Los Mingas

Inscripciones: Días 7, 8, 9, 10 y 11 de septiembre. C/ Norte nº 5, a partir de las 18:00 h. y el mismo día 12 en la Plaza del Padre Vallet hasta las 12:00 h.

Plaza del Padre Vallet



19:00 h.

Espectáculo infantil "Hay que levantarse"

Anfiteatro Cerro de los Perdigones

19:30 h.

Desfile de las peñas

Plaza del Padre Vallet

20:00 h.

Corrida de Toros

Plaza de Toros de la Plaza de las Américas

21:00 h.

XIII Festival de Danza y Folklore

Actuación del grupo "Alborá Folk".

Hogar Extremeño Móstoles

Actuación del grupo de coros y danzas "LA ENCINA". Casa de Extremadura Plaza de la Coronación

21:00 a 3:00 h.

9º Quedada Generacional con "Modestia Aparte" y el grupo de versiones de los años 80 "Rey Louie Band".
Plaza del Padre Vallet



SÁBADO 13 SEPTIEMBRE

9:00 h.

Encierro chiqui para los más pequeños. Organiza Peña 6 y ½ C/ Doctor Cornago

10:00 h.

Encierro Tradicional
C/ Doctor Cornago



10:00 h.

V Reunión Motera
Plaza del Padre Vallet

11:30 h.

Sardinas a la brasa.
Organiza Peña el Tercio
C/ Doctor Cornago

19:00 h.

Concierto
"Pozuelo en pasodobles" por La Unión Musical
Plaza de la Coronación

21:00 h.

Desfile de las peñas.
Todas las peñas se concentrarán para dirigirse juntas, con sus charangas, al espectáculo taurino.
Plaza del Padre Vallet

21:30 h.

Concurso de Recortes
Plaza de Toros de la Plaza de las Américas

22:00 h.

COTI en concierto
Plaza del Padre Vallet
ACCESO LIBRE



00:00 h.

Espectacular Traca de Fin de fiesta

Plaza Mayor

* La Peña Taurina "El Albero" invita a todos los vecinos a despedir las Fiestas Patronales al son del "Pobre de Mí" y con la tradicional ofrenda de velas a la Virgen.



DEPORTES

XXX TROFEO DE TENIS

Del 6 al 13 de septiembre
Polideportivo Valle de las Cañas

Categorías:
Individuales: alevín, infantil, cadete, absoluto y veteranos
+35 (masculino y femenino)

Dobles: absolutos.

Inscripciones antes del 2 de septiembre en el teléfono 913079814 o en info@clubtenispozuelo.com

Torneo de Fútbol 7

6 y 7 de septiembre

Polideportivo Valle de las Cañas

32 equipos (de 1995 y anteriores)

Información e inscripciones: 913512195 y juegosdeportivos@pozuelodealarcon.org

RUGBY

6 septiembre / Valle de las Cañas / 10:30 h
Exhibición abierta de rugby con los niños de la Escuela

6 septiembre / Valle de las Cañas / 16:00 h

Rugby División de Honor Femenina:

Olímpico de Pozuelo (actual campeón de España) vs XV Invitación

6 septiembre / Valle de las Cañas / 18:00 h

Rugby División de Honor B Masculina:

Olímpico de Pozuelo vs XV Invitación

SIMULTÁNEA DE AJEDREZ

13 de septiembre | 18:00 h.

Patio Segovia Ayuntamiento de Pozuelo

Contaremos con la presencia del maestro Eduardo Iturriaga.

BALONCESTO

Memorial Julio de Frutos

6, 7 y 8 de septiembre

Polideportivo El Torreón

Viernes 6 a las 18:30 h. Nacional Femenino y a las 20:30h. Nacional Masculino

Sábado 7 a las 17:30 h. Nacional Femenino y a las 19:30h. Nacional Masculino

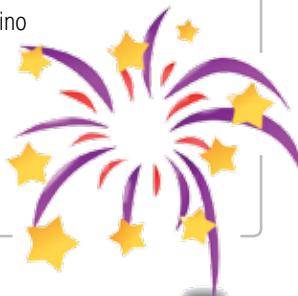
Domingo 8 a las 11:00 h. Nacional Femenino y a las 13:00h. Nacional Masculino

IV TORNEO DE WATERPOLO

6 de septiembre | 10:00 h

Piscina del Polideportivo Carlos Ruiz

Categoría Benjamín, Alevín e Infantil



worten

**CENTRO
COMERCIAL
EQUINOCCIO
(Majadahonda)**

worten.es

SÍGUENOS EN    

ELECTRODOMÉSTICOS | ELECTRÓNICA | ENTRETENIMIENTO | INFORMÁTICA | TELEFONÍA