

Juan  
Echanove



TM & © 2018 Cartoon Network.

**19, 20, 21, 26, 27 y 28 DE OCTUBRE • 1, 2, 3 y 4 DE NOVIEMBRE**

HORARIOS:

DIAS DE LA SEMANA: de 17:00 h. a 21:00 h.

FINES DE SEMANA: de 12:00 h. a 14:00 h. y de 17:00 h. a 21:00 h.

Para más info consultar en:  
[equinoccioпарк.es](http://equinoccioпарк.es)





## MAYORES EN BIENESTAR

Y también en calidad de vida,  
en cuidado y en experiencias.

El objetivo de la **Residencia ORPEA Madrid Aravaca** es mantener las capacidades físicas y cognitivas de nuestros residentes y garantizar la tranquilidad de sus familiares.

Por eso ofrecemos **programas de animación sociocultural, rehabilitación y fisioterapia, unidades especializadas para la atención de demencias** y todo tipo de servicios adaptados a cada necesidad.

Y todo con excelentes instalaciones, los recursos más avanzados y la máxima calidad. **Compruébelo.**

**ORPEA MADRID ARAVACA**  
Avda. del Talgo, 53  
28023 - Aravaca - Madrid  
913 878 790

EN MADRID SIEMPRE HAY UN CENTRO ORPEA CERCA DE USTED:

ARAACA COLLADO VILLALBA EL ESCORIAL LAS ROZAS TORRELODONES VILLANUEVA DE LA CAÑADA

SÍGUENOS  
EN FACEBOOK



**www.orpea.es**



**PALETERO PREMIUM  
AMARILLO**



**PALETERO  
WINGPADEL 2016**



**VISION V SILVER**



**SIUX PEGASUS LADY**



**SIUX SPYDER  
2017 3 GRAFENO**



**PEGASUS LUXURY**

**30%  
DESCUENTO**

[info@descuentospadel.com](mailto:info@descuentospadel.com)



**SIUX DIABLO  
LUXURY GRAFENO**



**ORYGEN FUTURA  
XTREME**



**ORYGEN FUTURA  
XTREME LADY**



**ORYGEN GENETIC  
XTREME CARBON**



# POZUELO IN

72 • OCTUBRE 2018

## DEFINIMOS POZUELO

### 06 Actualidad

EN RED resumimos los acontecimientos habidos y por haber...

### 12 Comentarios

Teresa Haering, Pablo G. Perpinyà y Alberto de Miguel analizan la actualidad de Pozuelo.

### 18 Emprendedores

El valor de la amistad.

## ENTREVISTAS

### 20 Juan Echanove

El Baúl de Katy nos presenta al mítico actor español.



*Definiendo las noticias,  
la cultura, la moda,  
la gastronomía  
y las personalidades  
que impulsan  
Pozuelo de Alarcón*



20

## ESPECIAL EDUCACIÓN

### 30 Mercedes Bermejo

Pozuelera de toda la vida y amante de su municipio, nos presenta su nuevo libro: La danza de las emociones familiares.



## CARACTERÍSTICAS

### Pozuelo IN

es una publicación mensual de carácter privado en la que se definen las noticias, la cultura, la gastronomía, la moda y las personalidades que impulsan Pozuelo de Alarcón.

### Distribución

Con una tirada de 16.000 ejemplares, Pozuelo IN es buzzoneada directamente en hogares, comercios e instituciones de Pozuelo de Alarcón y alrededores, obteniendo un impacto estimado de 52.000 lectores.

### Publicación auditada por:



## Pozuelo IN

EDITA: MEIGA MEDIA S.L.

REDACTOR JEFE: MIGUEL REDEL

REDACCIÓN: CARMEN MILLÁN, KATY MIKHAILOVA.

COLABORADORES: TERESA HAERING, PABLO G. PERPINYÀ, ALBERTO DE MIGUEL, FERNANDO MORALES, ISABEL LAWS.

DISEÑO Y ARTE: MIGUEL REDEL GÁMIZ • FOTOGRAFÍA: RICARDO RUBIO.

DTO. PUBLICIDAD: Mª TERESA HAERING PORTOLÉS.

DEPÓSITO LEGAL: M-11316-2012 IMPRIME: MONTERREINA • [www.pozueloin.es](http://www.pozueloin.es) • [redaccion@pozueloin.es](mailto:redaccion@pozueloin.es)

DIRECCIÓN: Plaza Mayor, 4, 28223 Pozuelo de Alarcón — 91 057 68 24 • PUBLICIDAD: [publicidad@pozueloin.es](mailto:publicidad@pozueloin.es) • (+34) 680 53 02 49

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 de la empresa editora.



**1** Comienza la causa por la depuradora de Húmera en la que la alcaldesa, Susana Pérez Quisilant, están citada como investigada #Pozuelo



**2** En unas semanas comenzarán las obras del nuevo aparcamiento de La Estación de #Pozuelo



**4** El @ayto\_pozuelo intenta dejar de encabezar los retrasos en la concesión de licencias #Pozuelo



**3** El @PSOEPozuelo pide la dimisión de Pérez Abraham por su gestión de las últimas emergencias #Pozuelo



**5** @CsPozuelo exige al Ayuntamiento que solucione cuanto antes la situación de las familias de la calle Benigno Granizo afectadas por la explosión #Pozuelo



**6** @Somos\_Pozuelo pide inversiones en el campo de fútbol de "El Pradillo" #Pozuelo



**7** Pérez-Hickman, sustituto de Soraya en el Congreso, investigado por la depuradora de Húmera



**8** Pozuelo concederá la Medalla de Honor de la Villa a título póstumo al concejal Manuel Allende



**9** La Policía Municipal de #Pozuelo incorporará cuatro nuevos vehículos



**10** @CsPozuelo propone la creación de una Marca Ciudad y un plan de promoción turística para el municipio #pozuelo



**11** Los afectados por la depuradora de Húmera exigen justicia #pozuelo



**12** El PP vota en contra del cierre de la depuradora de #Pozuelo



**13** @vox\_es planea llenar Vista-legre con banderas de #España para exigir elecciones generales

**GOES**

OUTLET

SERVICIO PROFESIONAL Y ESPECIALIZADO EN PIEL  
LIMPIEZAS, ARREGLOS Y TRANSFORMACIONES

C.C. Zielo Shopping. 2º Planta. Tel.: 685 542 938

www.furforyou.com



**14** Una glorieta y un parque infantil en Monteclaro para la vecina de #Pozuelo asesinada en Afganistán, Lorena Enebral



**15** El paro subió en #Madrid en 4.410 personas en agosto, un 1,26 % más



**16** Las empresas disueltas en #Madrid ascienden a un 23,5% mientras que las creadas solo suben un 3% en julio



**17** El recibo de la luz del usuario medio ha subido un 85,7% en sólo 15 años



**18** Aumenta un 15% el número de víctimas mortales por accidente de tráfico este verano



**19** Treinta personas heridas leves por inhalación de humo en un incendio en #pozuelodealarcón



**20** El precio del butano vuelve a subir otro 5% y se sitúa en los 14,61 euros



**21** @margferrera: Y en el paseo tampoco habrá césped? #sinverdenohayparaíso #pozuelo #luchandoxmedioambiente

Único en Pozuelo  
¡Pruébalo gratis!

**f.a.s.t.**

¡La revolución del fitness!

¡4 años contigo!

Calle Sevilla, 3 - 28224, Pozuelo de Alarcón  
91 352 14 70 - [pozuelo@fastfitness.es](mailto:pozuelo@fastfitness.es)  
[www.fastfitness.es](http://www.fastfitness.es)

- Mejora la Salud
- Ahorro de tiempo
- Reduce el estrés
- Aumenta la Masa muscular
- Pérdida de Peso...

**Entrenamiento Personal**  
con Electroestimulación Integral Activa

**Entrenamiento Funcional**  
Sin Electroestimulación



# Abre en Pozuelo EDADES, empresa especializada en el mayor



## edades.org

Raúl, vecino de Pozuelo se embarcó hace un par de meses en la apertura de un nuevo negocio especializado en las personas mayores y hacerles la vida más fácil. Le preguntamos por la aventura que supone emprender y qué ofrece.

### —¿Cómo decides abrir en Pozuelo?

*Soy de aquí y me embarqué a emprender en este municipio porque lo conozco y creo que es necesario lo que ofrezco.*

### —¿Qué ofreces?

*En Edades ofrecemos todo lo que se necesita para el cuidado del mayor, ayudas a domicilio, empleadas del servicio doméstico... todo con un asesoramiento personalizado para ayudar en la vida diaria de las personas.*

### —¿Qué os diferencia?

*El trato, los profesionales con los que contamos y que trabajamos con un único objetivo, satisfacer la demanda que existe en la zona para la tercera edad, discapacitados y servicio doméstico.*

### —¿Cómo se pueden poner en contacto con vosotros?

*A través del teléfono 91885643/667797058. También pueden meterse en nuestra web edades.org para solicitar presupuesto sin compromiso.*



## FISIOTERAPIA CENTRO

Tu salud nuestro objetivo

- Traumatología y Medicina Deportiva.
- Rehabilitación.
- Fisioterapia.
- Fisioterapia Respiratoria para Bebés.
- Nutrición y Dietética.
- Pilates (Suelo y Máquinas) y Pilates embarazo.
- Readaptación Deportiva.

**Calle París, 4 — Pozuelo de Alarcón**

**Tlf. 91 351 35 28 — [pozuelo@fisioterapiacentro.com](mailto:pozuelo@fisioterapiacentro.com)**

### OFERTA

25 euros por sesión  
Privada de Fisioterapia  
en Bono  
de 10 sesiones\*



**Nuestro propósito es Curar, Prevenir  
y Recuperar a nuestros Pacientes**

\*Validez de la Oferta es hasta el 31 de octubre de 2018.

Tu espacio en Pozuelo para aprender y  
disfrutar de la música, a cualquier edad



- Música para bebés, niños y adultos
- Piano, guitarra, canto, coro...
- Cursos de apreciación musical para adultos
- Musicoterapia, Canto Prenatal, Yoga
- Preparación para exámenes ABRSM

C/ Hermanos Escartín 11, 28224 Pozuelo de Alarcón  
(junto a la estación de Renfe)

50% descuento en la primera mensualidad, presentando este cupón

Contáctanos en:

91 351 75 96 / 615 923 129

[info@enarmoniamusica.com](mailto:info@enarmoniamusica.com)

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

También en:



Consulta nuestros  
precios y descuentos



**22** Policía Municipal y Nacional de Pozuelo contra la Guardia Civil y Policía Local de Boadilla en un partido solidario de fútbol



**23** El Realismo figurativo de Ricardo Renedo llega a #Pozuelo de Alarcón



**24** ¡¡¡No busques más!!! En el @Cfpozuelo buscamos chicas de todas las edades.



**25** @jabierjo: Gran jornada para los equipos de Hockey de Pozuelo. DH masculina gana 3 a 1 a Giner de los Ríos



**26** La dramaturga pozuelera, Valle Hidalgo, estrena su libro "Monólogos para estar acompañada"



**27** Carmen Maura, Carmelo Gómez, Secun de la Rosa o Bebe en la programación del Mira Teatro de #Pozuelo



**28** Lope de Vega y Leonardo da Vinci este otoño en la BNE



**29** La Biblioteca Nacional recibe el archivo personal del poeta José Hierro



**30** La Feria de Otoño consigue superar los 16 mil abonados en Las Ventas Ω



# VOX



pozuelo@madrid.voxespana.es

## El Pozuelo por venir

www.voxespana.es

91 141 96 07

# Invertir en la Zona Noroeste

Por Iván Rodríguez  
Consejero Delegado de iKasa  
Vicepresidente de ARPO.  
Presidente de la EUC Colector de Pozuelo.

POZUELO DE ALARCÓN SUELE SITUARSE EN LOS PRIMEROS PUESTOS DE LA LISTA DE MUNICIPIOS CON MAYOR RENTA PER CÁPITA DE ESPAÑA desde hace varios años. Esta circunstancia lo hace especialmente atractivo para la inversión en cualquier tipo de negocio y especialmente en el mercado inmobiliario local.

El término municipal además tiene un alto nivel de oferta educativa, con un gran número de universidades y colegios; oferta sanitaria con las principales firmas de atención clínica, oferta comercial, con una amplia zona comercial en el sector Ampliación Casa de Campo (zona de la Avenida de Europa) y otros puntos del municipio; oferta de ocio, destacando la existente en la Ciudad de la Imagen, con el mayor centro de cines de toda España; y oferta de oficinas, con algunos complejos de máximo nivel, como el de La Finca y el de Ática. Pozuelo es también de los municipios con mayor superficie destinada a zonas verdes, cuidadas y bonitas, también del país, sin contar con un gran parque urbano, como el Adolfo Suárez, y lindar con el mayor pulmón verde de nuestra comunidad autónoma, la Casa de Campo, con más de 1.700 hectáreas de vegetación virgen.

Pozuelo cuenta además con algunas cuestiones adicionales, muy importantes, que redoblan su atractivo. Una es que está más cerca del centro de Madrid que muchos de los puntos del propio término municipal de la capital, pero para siempre separado de la misma por la Casa de Campo y el Parque Forestal Adolfo Suárez. La otra, sus comunicaciones, ya que está atravesada por la M-40, y la M-503, que permiten enlazar rápidamente con la A-5, la A-6 y el mismo término municipal de Madrid por la carretera de Castilla, estación de ferrocarril de cercanías, metro ligero y un sinfín de líneas de autobuses.

Otra cuestión no menor es la sólida estabilidad política del municipio, que desde la transición ha sido gobernado



por un solo partido que siempre ha tenido muy claro el valor de los atractivos del municipio y ha abogado por ellos, lo que ha facilitado la realización de las políticas que, sin duda, han contribuido a hacer del término municipal un auténtico referente en la Comunidad de Madrid y en toda España.

Por todas estas cuestiones, desde hace varios años en Pozuelo se han desarrollado algunas de las urbanizaciones de más prestigio de toda España, como Somosaguas, Montealina, Montepíncipe, Monteclaro, La Finca o Álamos de Bularas, entre otras.

El tremendo atractivo de la inversión en Pozuelo, que es mayor en el caso de la inversión inmobiliaria, es precisamente la estabilidad, pues el municipio tiene desde hace décadas una actividad comercial, residencial y de ocio totalmente consolidadas, lo que convierte al municipio en una meca para el inversor inmobiliario.

Y por si todas estas cuestiones fuesen pocas, añadamos otra que determina a Pozuelo como el mejor destino de inversión en toda la geografía española. La perspectiva de una temprana terminación de la tramitación urbanística de las zonas residenciales

y comerciales previstas en el Plan General de Ordenación Urbana de 2002, consolidará el desarrollo de todo el término municipal, incorporando cerca de 7.000 viviendas de alto nivel en el municipio, para desarrollarse en los siguientes 20 años, acompañadas de todas las infraestructuras de comunicación, dotaciones públicas y privadas, áreas comerciales, de servicio y de ocio que harán de Pozuelo de Alarcón la ciudad más deseada para vivir y tener un negocio.

La empresa que yo represento, iKasa, lleva colaborando en el desarrollo del municipio desde 1.980, teniendo actualmente varias promociones en marcha en Pozuelo, tanto para viviendas en venta como en alquiler, destacando Somosaguas Club, una de las mejores promociones que se hayan realizado hasta el momento en España. Además, contamos con suelo para una futura oferta comercial en alquiler muy amplia en los nuevos desarrollos del municipio. No en vano, viviendo en Pozuelo desde 1.973 y siendo total mi apuesta por el municipio, animo a la inversión en Pozuelo como una de las mejores opciones en el momento actual de la coyuntura inmobiliaria. Ω

# Comentarios

DENTRO: Teresa Haering / Pablo G. Perpinyà / Alberto de Miguel



## Pozuelo IN habla...

**María Teresa Haering Portolés**

## MÁS DE 100

EL OTRO DÍA ESTABA REUNIDA CON EL REPRESENTANTE DE UNA EMPRESA y me preguntó: “¿En vuestro equipo sois más de cien personas?”. La verdad es que yo abrí la revista por las páginas del principio y dije: “Somos todas las personas que puedes leer aquí y algunas más como las que forman parte de la imprenta y los buzoneadores. Los colaboradores también son muy importantes, así como los anunciantes”. Me quedé un rato largo pensando y después varios días estuve dándole vueltas a esta pregunta. Recordé cuando me comentaron el proyecto de la revista y me invitaron a formar parte de él, hace casi siete años. Desde que me hicieron esa pregunta hace algunas semanas, daban vueltas y vueltas mis ideas en mi cabeza y fui repasando uno a uno a todos los anunciantes, desde la tienda Rivero de la Estación hasta el Corte Inglés, que podemos considerar una de las empre-

sas más importantes de España. En plena crisis nació Pozuelo IN y sobrevivió casi a cualquier acontecimiento. Porque había personas, varias voces que estaban allí, incluida la de la que suscribe, que nos dejábamos la piel en este proyecto como una forma de desarrollar nuestros talentos. Os aseguro que no por dinero, sino que creo que por vocación de servicio y porque había algo inmaterial más grande que las diferencias entre nosotros o las dificultades. Somos las personas que estuvieron al principio, después o todo el rato, que fueron dejando una parte de ellos en Pozuelo IN, un trocito de su alma o toda entera. Muchos recuerdan a los famosos -muy famosos- entrevistados, o a los vecinos de toda la vida, los políticos, los colaboradores, entre otros. Tiendas pequeñas, medianas y grandes que querían estar con nosotros y aun quieren. No puedo escribirlo con palabras porque es demasiado impresio-

nante. En algunas ocasiones no sé de dónde hemos sacado las fuerzas. O sí lo sé. Somos más de cien. Somos todas las voces. Somos tú que lees esto, tu amiga que te comenta que ha visto esto otro, e incluso el político que se enfada porque hemos publicado una noticia. Somos el colegio que nos elige para comunicar su día de puertas abiertas y, forma parte de nosotros igualmente, cualquiera que nos critica, porque nos hace mejores. Los anunciantes que están todos los meses en la revista ya son como nuestra familia, pero también los que quieren celebrar las fiestas o eligen Pozuelo IN para la campaña de Navidad. Estamos hechos de noticias y nuestro ADN se adapta a cualquier contratiempo. Somos el niño Andrés Marcio o cualquier niño que necesite ser ayudado. Y estamos aquí y ahora Carmen, Miguel, Bea, Katy, Richi, Miky, Soledad Arroyo cuando la televisión le deja tiempo y la que suscribe, entre otros. Somos la ONG Perlas en el Barro, las monjitas del Buen Consejo, las familias, los rotarios, las asociaciones, las inmobiliarias, los restaurantes y los colegios. No puedo nombraros a todos porque cada uno sois muy importantes. No podemos evitarlo: Nos volvemos parte de quien escuchamos y queremos estar con quien lo necesita. No somos perfectos, pero el balance en términos que van más allá de las cosas materiales, es muy positivo. Somos la tienda pequeña que sobrevive por encima de las dificultades, pero también confiamos en la empresa grande que da trabajo a cientos de personas y miramos más allá de lo que se ve a primera vista para ofrecerlos 16000 ejemplares todos los meses. No somos cualquiera. SOMOS MÁS DE CIEN. Gracias. Ω



LOS FRESNOS

Boadilla del Monte

# SPANISH AND CAMBRIDGE INTERNATIONAL SCHOOL'S CATHOLIC EDUCATION

[www.highlandslosfresnos.es](http://www.highlandslosfresnos.es) • 91 110 03 90



**Colegios RC:**  
más de 60 años de trayectoria en  
*educación bilingüe*

**Desde Infantil (a partir de 1 año) hasta Bachillerato.**

Formación Católica e Integral  
*All-round and Catholic Education*

Excelencia Académica  
*Academic Excellence*

Educación Bilingüe  
*Bilingual Education*

Acompañamiento Personal  
*Personal Guidance*



**Susana Pérez Quisilant**  
**Situación Judicial:** Imputado  
**Cargo:**  
 Alcaldesa de Pozuelo de Alarcón



**Eduardo Oria de Rueda Elorriaga**  
**Situación Judicial:** Imputado  
**Cargo:** Concejale de Presidencia,  
 Innovación y Transparencia del  
 ayuntamiento de Pozuelo



**Mónica García Molina**  
**Situación Judicial:** Imputado  
**Cargo:** Concejala de Cultura del  
 ayuntamiento de Pozuelo

## Política de Pozuelo: Pablo G. Perpinyà

Portavoz de Somos Pozuelo

# El caso de la depuradora: ¿Queda algo de sentido común en el PP?

En el cuarto año de legislatura no deberían sorprendernos las excentricidades del actual Gobierno Municipal, muy acostumbrado a la improvisación y a la impulsividad. El Ayuntamiento

de Pozuelo navega sin rumbo fijo desde hace ya algún tiempo, desorientado políticamente y sin entender los cambios que se están produciendo en nuestro pueblo. Sin embargo, aun teniendo

en cuenta esta grave falta de visión, resulta alarmante la irresponsabilidad que han demostrado en torno al caso de la depuradora de Pozuelo. Han rebasado todos los límites.

Continuaré donde me quedé en el último artículo publicado en esta revista: diez concejales y exconcejales del PP imputados por un presunto delito medioambiental y citados a declarar en el Juzgado número 1 de Pozuelo. Las declaraciones finalmente se llevaron a cabo, aunque no estuvieron exentas de los incidentes habituales provocados por quienes, lejos de colaborar con la justicia, pretenden entorpecer la investigación. Me refiero a las contradicciones entre las versiones de algunos de los imputados que poco menos que terminaron echándose las culpas unos a otros y afirmando sin ningún pudor no saber nada de la depuradora. Una estrategia de defensa cuanto menos inquietante porque es inconcebible que un concejal de medio ambiente, un concejal de obras o un alcalde puedan desconocer absolutamente todo acerca del funcionamiento de una instalación que es estrictamente de su competen-



Diseño | Profesionalidad | Producto

Calidad | Economía | Innovación | Servicio

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



PROYECTO  
**BAÑO**

**¡BAÑERAS FUERA!**  
 Cambiamos su bañera  
 por plato de ducha antideslizante en 24 horas

Especialistas en la reforma  
 del cuarto de baño  
 916 266 134

C/ Mónaco, 46  
 Soho de Európolis  
 Las Rozas de Madrid  
[comercial@proyectobano.com](mailto:comercial@proyectobano.com)



**Pablo Gil Alonso**

**Situación Judicial:** Imputado  
**Cargo:** Cuarto Teniente de Alcalde y titular del Área de Gobierno de Obras e Infraestructuras



**Mariano Pérez-Hickman Silván**

**Situación Judicial:** Imputado  
**Cargo:** Diputado en el Congreso desde el 11-9-18 en sustitución de Soraya Sáenz de Santamaría



**Félix Alba Núñez**

**Situación Judicial:** Imputado  
**Cargo:** Ex-primer teniente de alcalde y concejal de de Presidencia de Pozuelo de Alarcón

cia. Afirmar que el Gobierno no sabe nada de una depuradora que gestiona desde hace décadas, solo puede hacernos pensar que efectivamente el asunto es grave, que hay delito y que lo único que les mueve es el interés por eludir sus responsabilidades.

Más allá de la falta de colaboración generalizada, todo marcha según lo previsto. Y lo previsto es que, escuchados los imputados, el proceso continúe con las declaraciones de algunos funcionarios como testigos y que están previstas para el 10 de octubre. Paralelamente está el caso de Hickman que al ser aforado pasará al Tribunal Supremo, con la posibilidad de terminar arrastrando al conjunto de la causa. Algo que, imagino, preocupará en el PP por la atención mediática que suelen concentrar los asuntos dirimidos en el alto Tribunal. En todo caso, sea en el Juzgado de Instrucción, en el Tribunal Superior de Justicia de Madrid o en el Tribunal Supremo, la acusación popular que ejerce Somos Pozuelo estará presente en sus declaraciones y en la de quienes pudieran resultar imputados en fechas próximas.

En estas semanas tan judicializadas también ha habido tiempo para la política y eso en Pozuelo casi siempre es sinónimo de metedura de pata del Gobierno, al menos desde 2015. La última no tiene desperdicio: los trece concejales del PP votaron en contra de la aplicación del Plan General vigente, promovido en 2002 por un Gobierno precisamente del PP. Sé que cuesta entenderlo pero es así de incomprensible. Desde Somos Pozuelo pedíamos que en lo relativo a la depuradora se hiciera lo que el Plan General establece, que entre otras cosas es una obligación para el Gobierno. Pues ni por esas, la orden de Alcaldía fue votar en contra para evitar que una moción de Somos Pozuelo prosperara obviando el efecto político que iba a provocar una situación tan anómala y que me atrevería a decir que no tiene igual en toda la Comunidad de Madrid. El PP certifica su divorcio con el cumplimiento de las normas que rigen la vida municipal, con los vecinos y con el entorno natural de Pozuelo.

En este punto, y en pleno año electoral, no puede dejar de inquietarme la acti-

tud pasiva e indiferente del PP. No es necesario compartir las tesis políticas de Somos Pozuelo para entender que una depuradora ilegal debe desmantelarse. Es un pensamiento sensato, por encima de cualquier posición política. Sin embargo, percibo que esa reflexión, aun existiendo en las filas del PP, no termina de expresarse hacia afuera. Eso es precisamente lo que permite a quien gobierna, que tiene pie y medio lejos de Pozuelo, actuar con despreocupación e incluso con cierta temeridad. Mi pregunta al respecto es clara: ¿Queda alguien en el PP con el sentido común suficiente como para levantar la voz ante la tropelía ambiental que quiere perpetuar el actual Gobierno? Quizás falten agallas, quizás haya un pacto de silencio o quizás quien aspira a ser candidato por el PP en las próximas elecciones municipales haya asumido que perderán y que no será tarea suya resolver los problemas que están causando quienes manejan el barco en la actualidad. Ω

*si quiere VENDER su propiedad  
¡LLÁMENOS!*

*en las mejores condiciones  
y al mejor precio*

carretera de Húmera 87, Local 5  
Pozuelo de Alarcón

**911377416**  
**www.ndvivienda.es**

**ND** **vivienda**

## Caminando por Pozuelo: Alberto de Miguel

Militante de Vox Pozuelo

# Cultura, cultura, cultura...

DESDE QUE VIVO EN POZUELO, siempre he tenido la misma idea. ¿Será posible que un municipio como el nuestro tenga el rango de "Ciudad" y sin embargo nos conozcan por ser un mero "dormitorio"?

Una parte de nuestros vecinos han elegido esta forma de vivir para desconectarse del tráfago, la polución, el estrés y muchos hábitos de Madrid, pero no podemos negar que es la capital donde muchos de ellos realizan sus gestiones profesionales, de ocio y en gran parte culturales.

Pozuelo ha quedado relegado a una situación cómoda de espacio y de gran calidad de vida, pero sin duda, no ha llegado a cumplir las expectativas de una ciudad con gran potencial y con importantes dotaciones.

Llevamos años viendo como nuestros políticos levantan grandes complejos

culturales y deportivos para deleite de los vecinos, que a diario son utilizados por todos nosotros en la búsqueda de opciones para llenar nuestro tiempo libre o el de nuestros hijos. Pero, ¿realmente estamos dando un uso local o global?

Pozuelo de Alarcón ha ido perdiendo importancia poco a poco en nuestro entorno autonómico, donde otros ayuntamientos nos llevan la delantera en todos los niveles, empresarial, cultural, deportivo, social... todo es consecuencia de la necesidad de crear la idea idílica de lustre por parte de los continuos gobiernos estáticos y aburridos del Partido Popular.

Si nos asomamos a todo lo que Pozuelo nos brinda, nos damos cuenta de que detrás de grandes obras como el Espacio Cultural Mira, Escuela Municipal de Música, espacios deportivos del To-

reón, Carlos Ruiz y Valle de las Cañas, sólo hay una gestión deficiente de esos recursos, en muchos casos explotados de forma partidaria y poco efectiva.

¿Puede llegar Pozuelo a ser una referencia regional en éstos ámbitos? Desde VOX creemos que sí. De hecho, es una de nuestras líneas de trabajo de cara al cambio de Gobierno que sin duda se producirá a partir de mayo 2018. Creemos en la necesidad de dar una personalidad propia a nuestro Municipio, creemos que Pozuelo puede ser referencia nacional en cuestiones tales como la cultura, donde muchos de nuestros conciudadanos a través de entidades sin ánimo de lucro ya realizan labor de calidad, formando a nuestros hijos en valores fundamentales de convivencia, entidades como La Poza, Inseparable, Kantorei, La Lira... así decenas de grupos que sí aman Pozuelo.

Tenemos espacios punteros que han supuesto un gran coste para nuestros vecinos que se realizaron durante la época de los distintos "Faraones" del PP, como nuestro malogrado Sepúlveda o los ajenos a nuestra población, como Adrados o Quisilant.. un sinfín de ilustres que nos han regalado su ausencia.

No es posible que sólo utilicemos la capacidad de espacios en un 5% de su potencial. VOX, entre otras medidas, propone aumentar la oferta cultural aumentando el efecto llamada para una oferta de calidad, teatros, musicales, conciertos, exposiciones, charlas, conferencias,... oferta continua, donde nuestros vecinos tengan la necesidad de dudar sobre las ganas de acudir a la Orbe, y como no, seamos centro para que otros madrileños encuentren alternativa a la capital.

Creemos en ello, los medios están ahí, el trabajo es duro, no hay tiempo para más ensayos, el público espera, sólo falta que suba el telón. Ω



*Celebra tus eventos  
con nosotros*



RESTAURANTE EL CIELO DE URRECHU - POZUELO DE ALARCÓN  
[www.cielodeurrechu.com](http://www.cielodeurrechu.com) - TELÉFONO: 91 709 32 85



600 652 265  
642 050 919

**OCA itv**

**SERVICIO DE CALIDAD AL MEJOR PRECIO**

Diésel

**38'45€**

Gasolina

**28'45€**

**benzoe**

Además, los **precios más bajos** en combustible para nuestros clientes.

Tel. 900 814 647 - [www.ocaitv.com](http://www.ocaitv.com)



**BOADILLA - ALCORCÓN**  
C/ Alpedrete, parcela E-12  
P.I. Ventorro del Cano  
28925 Alcorcón



**ALCORCÓN - VALDERAS**  
C/ Herramientas, 8  
28918 Leganés

**LEGANÉS - PARQUESUR**  
C/ Rey Pastor, 28  
28914 Leganés

**PARLA**  
C/Roma, 9  
28983 Parla

*\*Para disfrutar de los descuentos entregue este cupón o enséñenos una foto del mismo antes de pasar la inspección. Descuento válido únicamente en OCA ITV para inspecciones periódicas de turismos (M.M.A. < 3.500 Kg). Oferta no acumulable con otras promociones. Válido hasta el 31/12/2018.*



2 8 8 2 0 1 0 2 1 8 0 3

**FERNANDO MORALES**

Especialista en  
Organización y Gestión  
de Personas  
Con 26 años de experiencia  
en multinacionales

# El valor de la amistad



**LA AMISTAD ESTA MUY RELACIONADA CON EL APEGO.** Los seres humanos desde que nacemos, necesitamos una figura de apego para

desarrollarnos; en este momento de nuestras vidas son nuestros padres o las personas que nos crían, pero cuando nos vamos haciendo mayores y sobre todo en la adolescencia entran a formar parte del apego nuestro círculo de amistades. El sentimiento de apego lo podríamos definir como la percepción, sensación o aprecio hacia aquellas personas con las que nos encontramos seguros, cómodos, conceptos que forman parte de la definición de amistad.

Javier Fernández Aguado - escritor y conferenciante- nos indica que “Somos los amigos que tenemos y los libros que leemos”. El valor de la amistad es tan fuerte que pasa a formar parte de nuestra forma de ser. La amistad nos permite olvidarnos de nosotros mismos por un momento para pensar en otra persona, nos vuelve menos egoístas y a su vez nos empapa de los valores de las personas que consideramos amigos. Es uno de los tesoros que acuñamos y guardamos a lo largo de la vida, de ahí que sea habitual encontrarnos con un amigo de la infancia y seguir teniendo la misma complicidad de entonces.

Hablar de amistad siempre es compli-

cado. Nuestro mundo actual, en la mayoría de las ocasiones, está regido por las relaciones transaccionales basadas en el intercambio de elementos tangibles e intangibles, que en muchas ocasiones confundimos con el concepto de amistad. Siendo esto cierto, creo que podemos ampliar éste si lo analizamos de una forma más flexible.

En mi opinión el concepto se puede ampliar con aquellas personas que por circunstancias diversas interactúan con nosotros a lo largo de nuestra vida y nos aportan un momento de felicidad. Decía la madre Teresa de Calcuta que “no debemos permitir que alguien se aleje de nuestra presencia sin sentirse mejor y más feliz”; estas personas son aquellas que siempre están ahí dispuestas a dar lo mejor de sí mismas en cada momento. Son personas que nos descargan de nuestros problemas, que nos dan una visión diferente a la nuestra, que nos hacen poner buena cara al mal tiempo y que, en definitiva, nos invitan a formar parte de sus vidas aunque solo sea un minuto.

Hace tiempo asistí a una conferencia sobre “el poder del encuentro y la oportunidad que éste supone”, en la que se concluyó que deberíamos aprovechar estos momentos para trasladar a otras personas lo mejor de nosotros mismos y además ser capaces de aprender de ellas prestando toda nuestra atención. Como dice Victor Koppers, - vamos por la vida como pollos sin cabeza- y,

debido a la prisa u otras circunstancias, prejuzgamos a las personas de forma rápida y en base a ese juicio decidimos si la prestamos atención o no. ¿Cuántas veces hemos pensado algo negativo de una persona y luego nos hemos dado cuenta de que estábamos equivocados?. Deberíamos vivir con menos prisa, juzgar menos y observar más, aprovechar lo bueno que muchas personas tienen que ofrecernos.

En este momento me surge la siguiente pregunta: ¿podríamos considerar amiga a una persona con la que hemos tenido una corta relación, pero que nos ha trasladado seguridad, comodidad y afecto?. Mi respuesta es afirmativa, sin entrar a valorar en qué grado. Cada vez me importa más rodearme de personas con las que me sienta a gusto.

Para finalizar, no sé si hay amigos de primera, segunda o tercera, pero de lo que estoy seguro es de que hay muchas personas dispuestas a dar lo mejor de sí mismas a otros de forma desinteresada. Cada uno tenemos una definición de amistad y un baremo para decidir quienes son nuestros amigos o no, pero estoy convencido de que estas personas aglutinan todos los valores que la amistad nos debe proveer: afecto, seguridad, comodidad, apoyo, empatía y sobretodo generosidad.

¿Podríais ampliar vuestro concepto de amistad?. **Ω**

**CLASES DE  
TEATRO y CINE**

**MAKING ACTORS**  
ESCUELA DE JÓVENES ACTORES



**ACTUACIÓN CINE TEATRO VOZ**

**CAMPAMENTOS TRABAJO EN EQUIPO FOTOGRAFÍA**

**www.makingactors.com**  
**687 63 72 57 makingactors@gmail.com**

**CLÍNICA  
VETERINARIA  
MONTEPRÍNCIPE**

- ✿ Medicina Interna
- ✿ Diagnóstico por imagen
- ✿ Rehabilitación
- ✿ Cirugía
- ✿ Laboratorio y Análisis
- ✿ Peluquería
- ✿ Tienda



**Cuidando de su mascota**

*desde  
1985*



Tel. 91 715 08 05  
**Urgencias: 619 23 66 70**  
URBANIZACIÓN MONTEPRÍNCIPE  
Centro Comercial nº4  
28668 - Boadilla del Monte - MADRID

**SILENCIO VERDE**

C/ Fundadores, 3  
28028 – Madrid  
Tlf. 918 119 772  
Info@SilencioVerde.es



**VECTRIX VX-1**  
¡¡Tu próxima  
maxi-scooter eléctrica!!  
Hasta 300 kms de autonomía  
Carnet B (equivalente  
a una moto de 125cc)  
123 km/h, 47 CV de potencia...  
¿... te vas a atrever  
a probarla?

## SOLUCIONES PARA MOVILIDAD SOSTENIBLE



### BIRÓ

Ultra compacto, ecológico y silencioso  
Puede circular libremente  
en zonas de circulación limitada  
Aparcamiento en espacios  
para scooters  
El vehículo urbano más pequeño  
100% eléctrico (batería fija o extraíble)

POZUELO IN



**“Sólo ahora  
empiezo a ser  
el actor que  
quiero ser”**

VIAJE POR LO PROFUNDO Y MUNDANO, POR LO ÉTICO Y ARTÍSTICO, LA INFANCIA Y LA MADUREZ, LA INTELIGENCIA Y LA ESTUPIDEZ CON UNO DE LOS ACTORES ESPAÑOLES MÁS ADMIRADOS, QUE CUENTA CON 2 GOYA, 3 FOTOGRAMAS; QUE HA TRABAJADO CON DIRECTORES COMO PEDRO ALMODÓVAR, RUBÉN TRUEBA, ENTRE OTROS MUCHOS; Y QUE HA PARTICIPADO EN MÁS DE 30 PELÍCULAS, DECENAS DE SERIES DE TELEVISIÓN Y HA GRABADO DISCOS CON ARTISTAS COMO ANA BELÉN, MIGUEL RÍOS, MANOLO TENA, SABINA, SERRAT...

---

Por Katy Mikhailova  
[@mikhailovaKaty](#)

**S**U INFANCIA SABÍA A BARRA DE REGALIZ. DE ESAS QUE YA NO QUEDAN. REGALIZ NEGRO. “Nos los daban en el colegio de curas al que iba cuando sacábamos buenas notas”, recuerda.

Juan se consideraba buen estudiante aunque estaba rodeado de una pandilla de amigos cuyas trastadas eran legendarias: “nada grave, esconder las llaves del armario de los exámenes para evitarlos”. Sí. Lo típico. Todos los sábados iban al cine, de donde le viene la motivación interpretativa.

Juan Echanove es así. Nació en Madrid. Padre de un hijo. Actor, cantante, director, escritor, y, ¡por qué no!, una alma viva en continuo aprendizaje. Desprende carácter, una total ausencia de complejos y respeto.

En la entrada del Hotel ‘Las Letras Gran Vía’ le esperan Ricardo Rubio para la sesión de fotos y su amigo Germán Pose. Mientras tanto, leo y leo decenas de artículos sobre su biografía. Interminable. ¡Qué preguntarle, si ya todo lo ha dicho!

Con una amnesia forzada sobre su salida abrupta de la histórica serie de ‘Cuéntame’ de TVE (para mí Juan Echanove siempre va a ser Miguelón), se sienta en una mesa a mi lado. A escasos metros, dos turistas, madre e hija, recién aterrizadas de Puerto Rico, le atosigan con preguntas y selfies. Él se mantiene amable, educado y sonriente. Respeta y aprecia a sus seguidores, entre los cuales me incluyo.

“¡Vaya hermana que tienes!” es lo primero que me exalta. “La conocí hace unas semanas en Campo de Criptana y es alucinante cómo toca”, prosigue. Yo sonrío. “Me tenéis que contar qué os daban de desayunar vuestros padres para ser tan altas”, añade. A lo que no dudo en bromear con que subirse en tacones de 12 centímetros es muy fácil. Entonces Carmen se acerca a la

mesa y le comenta sobre ese bronceado que lleva (seguramente a consecuencia del sol levantino de Valencia). Juan entabla una conversación amigable y amena. Es divertido. Políticamente incorrecto. Feliz. Artista. Genio. Colchón. Español. Sabe disfrutar. Hasta de las entrevistas más absurdas.

### **La infancia del regaliz, las trastadas y muchas risas**

El valor de los valores que ha heredado de lo aprendido en aquellos años felices en su familia es la honestidad y el trabajo. Dos conceptos que aplica en su día a día, tanto en lo profesional como en lo personal. ¿El amor? Una necesidad básica. Tema que desarrollamos más adelante.

Su padre, ingeniero de profesión, le insistía en que sociabilizara más con sus compañeros: “‘haz amigos’, me decía. A mí me gustaba quedarme en casa y ver la televisión”. Aunque no se imaginaba apareciendo en ella.

Juan es sencillo, campechano, sin ninguna pretensión, seguro de sí mismo y un hombre que conoce el precio del éxito y el trabajo que hay detrás. Responde a todo. Pero de ‘Cuéntame’ no se acuerda. No. Nada. Cero. “No recuerdo nada. ¿De qué me hablas?”, afirma en un cálido tono un cálido día de verano en donde las obras y los estragos de la Gran Vía genera tanto ruido como el que (seguramente) pervive en el interior de la existencia de mi protagonista. Ruido que en 40 minutos he tratado de descubrir, descifrar y traducir. Echanove empezó estudiando la carrera de Derecho. Un intento fallido (¡o quizá no!), que abandonó al segundo año de carrera. “Estaba en la facultad de la Complutense. Pero en el bar. Era donde pasaba gran parte del tiempo”, confiesa. Los talentos auténticos se deben de aburrir con las leyes. Supongo. Entonces, mientras debatimos estos temas, Carmen no duda en cuestionar, con total espontaneidad (ella, tan aficionada a las partidas con otro pozuelero como José Mercé), : “¿te gusta el mus?”. “Me aburren las cartas. En un

casino duraría poco”, contesta. Eso sí: no perdona una sola lotería. “Mi sueño es aparecer en el informativo con una botella de cava celebrando que me ha tocado ‘el Gordo’”, afirma con desparpajo.

Habla con un especial cariño de su padre. De su familia en general. “Mi padre se dejaba la vida por trabajar y sacarnos adelante. En los últimos 15 años empezó a llevarme mis asuntos personales. Creo que han sido sus mejores años”. Y es que, a pesar de que inicialmente no entendiera la profesión de su hijo (algo lógico en la mentalidad española de entonces), la oportunidad de conocer desde dentro la vida laboral y artística de su hijo le ha permitido conectar con la verdadera esencia de la interpretación y de un Juan Echanove que terminó llenando teatros y emocionando a miles y miles de españoles en la pequeña pantalla.

### **40 años interpretando la vida y una carrera en continuo crecimiento**

Sí. Yo también crecí con Carlitos, el hijo pequeño de los Alcántara. Cuando en la serie Carlitos tenía 7-8 años, yo debía de tener unos 10. He devorado esos casi 20 años de Cuéntame, esos 200 capítulos. Y he reído y llorado con Miguelón y su historia con Paquita, sus trifulcas con su hermano Antonio, su fracaso con un matrimonio con una mujer francesa, su no-entendimiento con la hija, las mellizas fruto de una pasión con una sobrina de la mujer de su hermano a la que le doblaba la edad, el ‘matamulas’, su experiencia de taxista, su sueño hecho realidad con el Bistrot, y su obsesión con el Atleti y la filosofía comunista llevada a la defensa máxima en un momento en el que España pasaba del Franquismo a ser gobernada por UCD para terminar en manos de un Felipe González (sí, 20 años en una serie que ha marcado hitos). Sólo los adictos a la serie podemos analizar tanto en tan poco. Aun no hemos asumido que mataran a Miguel Alcántara.



# PROPERTIES

POZUELO ESTACIÓN • TLF. 91 621 66 89

## INMOBILIARIA PREMIADA

LOS VALORES NOS DIFERENCIAN

EXCELENCIA  
SERVICIO PERSONALIZADO  
INTEGRIDAD  
COMPROMISO  
RESULTADOS



JORGE QUEIPO, DIRECTOR

# NUESTRO ÉXITO RESIDE EN UNA SOLA PALABRA: ¡VENDIDO!

## CONSEJOS RE/MAX PROPERTIES:

### ¿Qué es el Home Staging?

El concepto de Home Staging es un conjunto de técnicas que permiten realzar una vivienda y darle un aspecto más atractivo para los posibles compradores.

Home Staging significa literalmente puesta en escena de la casa.

Estas técnicas fueron desarrolladas en los Estados Unidos hace unos treinta años y están siendo aplicadas ahora en Europa, en países como Reino Unido, Suecia o Francia.

El objetivo del Home Staging es acondicionar una vivienda para que se venda lo más rápido posible y al mejor precio.

En **RE/MAX PROPERTIES** de Pozuelo Estación somos expertos en estas técnicas y por eso vendemos las casas en muy poco tiempo y al mejor precio de mercado.

Nuestros resultados extraordinarios y premios nos avalan.

**Llámenos y le explicaremos cómo trabajamos.**



ANTES



DESPUÉS

Sin embargo, Echanove ya era reconocido en el sector mucho antes de esta serie. Su primer contrato como artista lo firmó con 17 años. Hoy, con orgullo, afirma llevar 40 años dedicándose a la interpretación. Algo que no todos pueden decir. Recuerda con especial cariño la primera compañía en la que terminó trabajando aun sin cumplir siquiera las 20 primaveras. Sobre la típica pregunta de si teatro,

#### **De miedos, amores, artes y goles**

Cree en las Casualidades. No en el destino. La lotería podría ser una ley de vida. Pero la suerte sale a buscarla. No cree en Dios, aunque lo respeta. Defiende una teoría antropocentrista. Es feliz. Y se nota.

#### **—¿Con qué llenas tu existencia?**

*Con la música. La poesía. La literatura. La amistad.*

*lebro el progreso del país en torno a la gastro.*

#### **—Pareces feliz. ¿Lo eres?**

*Sí. Pero ser feliz continuamente es lo más cercano a ser tonto.*

#### **—¿De qué color pintarías la felicidad?**

*De blanco.*

#### **—Y la infelicidad, ¿dónde?**

*La encuentro en lo negro de la vida. Aunque me parece una falta de elegancia manifestar la infelicidad. Hay un*



cine o televisión, Juan asegura “ser actor” sin más. “Da igual qué género”, porque un actor se adapta a todo. Considera que es un “mito” ser actor de teatro o sólo de cine.

Empezó en la interpretación para ganarse la vida. Y después de décadas dedicándose a esto, cuenta con un sinfín de repartos en el cine, teatro, la televisión, la música... Una carrera digna de admirar. El éxito lo ha “encajado” gracias a los amigos y a la familia, tal como explica.

#### **—Y el vino. Beber vino es beber el pasado. ¿Cuándo lo descubres?**

*Antes que la gastronomía. Recuerdo cómo con 7 años mi abuela paterna, que era de Bilbao, trajo un vino que a fecha de hoy es para mí el que más me gusta: Viña Ardanza. Mi madre, al ver aquello, dijo “¡qué horror! No le déis al niño vino”. Y mi padre le contestó: “Ángeles, deja que se tome una copa”. Me he recorrido casi 30 veces España entera yendo de gira y conociendo así nuestra gastronomía y los vinos. Y ce-*

hecho curioso que me genera una soledad inmensa. Hay una hora determinada de una luz en el sol de invierno, a eso de 4 de la tarde, que me genera cierta tristeza.

#### **—Confíesame algo frívolo que abunde en tu vida...**

*(Juan piensa). Me gusta disfrutar. Beber. Reír. Gilipolleces diversas. Pero no sé si es algo frívolo.*

#### **—¿Miedos?**

*A la enfermedad y a la cárcel. La muerte me produce vértigo. Curiosamente*

# La Española

Restaurante



La Española

Restaurante

PARA RESERVAS: TELS.: 91 715 87 85 / 671 435 576  
INFO@RESTAURANTELAESPANOLA.ES • WWW.RESTAURANTELAESPANOLA.ES  
RESTAURANTE LA ESPAÑOLA • AVD. JUAN XXIII, S/N. • POZUELO DE ALARCÓN  
ABIERTO TODOS LOS DÍAS • SERVICIO DE APARCACOCHE  
COMIDA A DOMICILIO

*son los mismo miedos del siglo de Oro. La cárcel le puede tocar a cualquiera. Un día sales con tu coche y atropellas sin querer a alguien...*  
**—¿Un enemigo metafórico?**  
*La soberbia. No hay nada peor que creerte que eres uno.*  
**—¿Te falta algo?**  
*Todo por hacer. Todos los días me levanto estudiando, leyendo... Aunque sólo ahora comienzo a ser el actor que quiero ser.*

*Es luz. La palabra cuando se eleva a un grado de belleza se eleva a poesía.*  
**—Me encanta esa frase. Te has casado recientemente. ¿Qué teoría tienes del amor?**  
*Es un bien de primera necesidad. Pero un bien muy escaso que cuando lo encuentras tienes que cuidarlo. El único pecado es no atender a ese amor.*  
**—¿Hay belleza en el amor?**  
*El amor no es bello por sí mismo.*  
**—Yo sí creo que el amor es belleza...**


*Es la capacidad de sublimar estados humanos y elevarlos hasta el infinito. Y es lo único que provoca la reflexión.*  
**—Como los goles de Cristiano...**  
*Un gol de Ronaldo no es ni artesanía.*  
**—El fútbol es arte en tanto en cuanto, siguiendo tu teoría, se sublima el estado humano y se eleva hasta el infinito. Con el gol de Ramos con ‘la Décima’ lloramos, vibramos, gritamos, vivimos...**  
*El fútbol es habilidad.*



**—¿Reflexionas sobre el paso del tiempo?**  
*No me interesa el pasado. Me enfoco más al futuro. Tengo mucho trabajo por delante. De hecho tengo programada mi vida profesional para los próximos 5 años.*  
**—¡Qué maravilla! Uno de tus últimos espectáculos es un homenaje a Lorca. Yo tuve la oportunidad de verlo en el Festival Internacional Ciudad de Úbeda este mes de junio...**  
*Me ofrecieron hacer un recital con piano. Y a mí eso me sabía a poco. Así que inventé una puesta de escena. Me fascina la música contemporánea y la romántica. No sé leer música pero la entiendo a través de la interpretación.*  
**—¿Y la belleza?**

*Federico García Lorca escribió “no me importan las discusiones sobre el amor y el teatro. A mí lo que me interesa es amar”.*  
**—Aprecio belleza hasta en el fútbol. Porque eres del Madrid (Juan ríe).**  
**—¿Cómo se vive la vida sin Champions?**  
*Me da igual. Soy del Atleti desde los 6 años. Mi padrino me llevó al Calderón a un partido entre el Atlético de Madrid y el Betis. Me gusta el Atleti pero el fútbol me parece demasiado largo.*  
**—¿90 minutos te parece mucho?**  
*(Juan vuelve a reír). De hecho, el formato de teatro perfecto es de hora y media.*  
**—Cultivas diversas artes. ¿Qué es para ti el arte?**

**—Está bien. Dejemos el fútbol a un lado. ¿Te duele España?**  
*Sí. Y me duele la corrupción. Y si no te duele la corrupción es que también eres un corrupto. La corrupción es el principal cáncer del país junto con el paro.*  
**—¿Cómo ves el actual Gobierno que la ciudadanía española no ha elegido?**  
*Lo veo muy esperanzador. Pero hay que ver cómo avanza. Yo ya no creo a priori en nadie. Quiero ver hechos.*  
**—¿Qué puedes aportar a la sociedad?**  
*Desde el arte podemos transformar la sociedad. Y ser artista no me exime de pagar impuestos. Nuestra misión es observar la sociedad y mostrarla en el escenario. Ω*



El arte de trabajar el cuerpo y la mente

DANZA YOGA TEATRO  
PINTURA MÚSICA  
KUNG FU



ARTE Y BIENESTAR  
Escuela Álvaro Bernal

674 342 269  
alvarobernal@arteybienestar.com

## FISIOTERAPIA EN POZUELO

Avenida de Europa, 24 Pozuelo de Alarcón

Fisioterapia- Rehabilitación  
Osteopatía- Kinesiólogía

Tel.: 91 715 65 39/663 079 336 [www.fisioterapiaenpozuelo.com](http://www.fisioterapiaenpozuelo.com)



**Canciechu**  
RESTAURANTE ASTURIANO  
AUTÉNTICA COCINA ASTURIANA



**VEN A DISFRUTAR DE  
NUESTRA COCINA  
ASTURIANA Y DE LA MEJOR  
TERRAZA DE POZUELO**

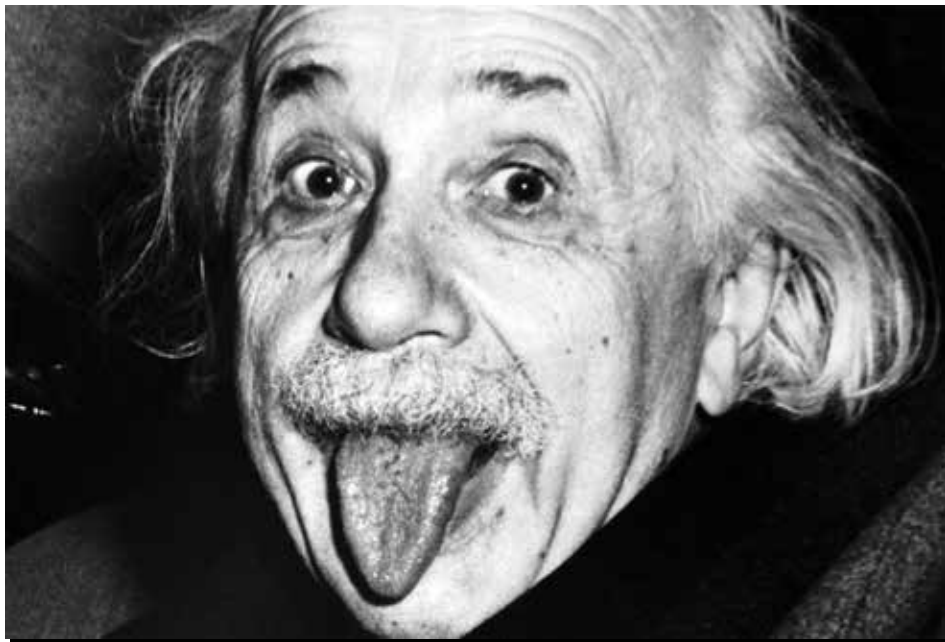
RECINTO CERRADO PARA EL DISFRUTE  
DE LOS NIÑOS Y TRANQUILIDAD  
PARA LOS PADRES

RESERVA YA PARA EVENTOS DE GRUPOS  
Y FIESTAS PRIVADAS



Teléfono de reservas: 915 13 56 76  
C/ Enrique Granados, 6, 28224  
Pozuelo de Alarcón, Madrid

[www.canciechu.es](http://www.canciechu.es)  
 [facebook.com/canciechu](https://facebook.com/canciechu)  
[@canciechu](https://twitter.com/canciechu) 



# "El aprendizaje es experiencia, todo lo demás es información"

Albert Einstein

**I** GUAL QUE EN LA VIDA, TODO LO QUE APRENDEMOS CON LAS VIVENCIAS SIEMPRE ES MUCHO MÁS EFECTIVO que lo que aprendemos porque nos lo dicen.

Las actividades extraescolares cumplen esta función entre muchas otras. En el propio colegio o en los centros especializados en las mismas, podemos encontrar un amplio abanico de actividades en las que apuntar a nuestros hijos.

Pero cuidado, debemos tener en cuenta varios factores:

—¿Qué le gusta a mi hijo? apuntarlos en lo que realmente les gusta es fundamental para que disfruten y se desarrollen en la actividad. Tenemos que basarnos en la opinión de ellos para hacer una buena elección.

—¿En cuántas? Algunos especialistas insisten en no apuntarlos en más de

tres a la semana, lo ideal, una o dos. Hay que tener en cuenta que deben tener también su tiempo de ocio y no es buena la sobresaturación.

—¿Hasta dónde debe llegar? A veces, los padres forzamos a nuestros hijos y es probable que de esta manera fracasen. No es el nivel que se adquiriera lo importante. El niño debe de desarrollar la actividad feliz y con motivación. Quien tiene grandes niveles de motivación consigue grandes logros.

## ¿Por qué apuntarlos a una actividad?

—Como apoyo a las materias impartidas en el centro como el inglés, si necesita refuerzo o ampliar el idioma es la opción correcta.

—Liberan energía, después de las clases un lugar donde jugar y disfrutar. De esta manera llegará más relajado a casa.

—Socializan, lo que es perfecto para trabajar con otros niños y adquirir una buena autoestima personal y social.

—Trabajan en equipo y el respeto y la tolerancia son fundamental para el crecimiento de nuestros futuros adultos. En los colegios muchas veces no hay tiempo de trabajar esta parte, en las extraescolares de tipo deportivo el trabajo en equipo es básico.

—Se fomenta la capacidad de organización porque las actividades después del colegio ayudan al niño a organizar mejor su tiempo.

—Estimulación, desconectar de los deberes y de la rutina es una de las mejores maneras de implementar la diversión y el aprendizaje.

—Las actividades musicales o artísticas sirven para que los niños conozcan otras maneras de expresarse y desarrollen su inteligencia emocional.

# RESTAURANTE CASA TERE

La **renovación** de Casa Tere, 40 años después de su apertura continúa su andadura.



**Ahora** que llega el buen tiempo podremos disfrutar de su renovada terraza para 80 comensales y disfrutar de su clásica carta unida a las últimas tendencias gastronómicas.



**Ven** a las terrazas y salones de Casa Tere, podrás disfrutar tus eventos y celebraciones.



**RESERVAS:** 913521998/917157622  
casatererestaurante@gmail.com

**Nos puede encontrar en:**  
Avda. Juan Pablo II, 64  
Pozuelo de Alarcón  
28223 Madrid



# Mercedes Bermejo nos presenta su nuevo libro: La danza de las emociones familiares

Por Carmen Millán  
@carmenmillan\_7

TODA UNA VIDA DEDICADA A AYUDAR A LAS FAMILIAS DEL MUNICIPIO. TRABAJÓ EN EL AYUNTAMIENTO DE POZUELO DURANTE 6 AÑOS, ESTUDIÓ EN POZUELO, Y AUNQUE SE FORMÓ EN VARIOS PAÍSES, VOLVIÓ PARA SEGUIR SIRVIENDO A “SU PUEBLO”, DONDE FUNDÓ SU CENTRO DE PSICOLOGÍA, PSICÓLOGOS POZUELO, DESDE HACE MÁS DE 10 AÑOS. HOY NOS PRESENTA SU NUEVO LIBRO, SOBRE CÓMO AYUDAR A LOS MÁS PEQUEÑOS Y A SUS FAMILIAS

**L**a autora recoge su experiencia clínica, basada en el respeto al menor, y tiene en cuenta las estructuras emocionales de la familia. A su vez, hace hincapié en temáticas de actualidad como las nuevas tipologías familiares, el buen uso de las tecnologías, el sistema educativo, el desarrollo evolutivo del menor y la familia, o cómo ser padres y madres en la sociedad actual, proporcionando un amplio abanico de recomendaciones y herramientas prácticas.

Gracias a su lenguaje claro, sencillo y al mismo tiempo técnico, esta obra está orientada a psicólogos, psiquiatras, profesores, educadores, profesionales de la salud, madres, padres... en definitiva, a cualquier persona interesada en la educación y bienestar de nuestros pequeños y sus familias.

**Mercedes Bermejo Boixareu**, vecina de Pozuelo desde hace más de 35 años, pozuelera desde siempre, enamorada de su municipio, y fundadora y directora de Psicólogos Pozuelo, centro sanitario y de formación, que acoge a una media de 300 familias a la semana y cuenta con un total de 14 psicólogos y 2 psiquiatras.

Psicoterapeuta familiar infantojuvenil. Coordinadora de la Sección de Psicología Clínica y de la Salud del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid. Presidenta del Instituto Madrileño de sistémica InfantoJuvenil y otros Sistemas, asociación que atiende a familias sin recursos del municipio, directora de la revista divulgativa Psicología para Tod@s, directora de la colección Senticuentos y Crecicuentos, de la editorial Sentir. A su vez docente en el ámbito académico, público y privado, autora de diferentes publicaciones relacionadas con la Infancia y Familia, fundadora de la Terapia Emocional Sistémica, y que a su vez interviene y colabora desde hace años en programas de radio, televisión y prensa.



# Marca tu estilo en **AD**

Algo Diferente

MODA PARA TODAS LAS EDADES  
TALLAS GRANDES



clothesofkids

Plaza del Gobernador, 3 Pozuelo de Alarcón

Tel. 689 43 86 03



#EVENTOS

#CATERING

## BITE M CLUB

*Te llevamos lo mejor de nuestro restaurante y te lo montamos en casa*

CARRETERA DE HÚMERA 92B

WWW.BITECLUB.ES

INFO@BITECLUB.ES

912 99 94 77

#COCINADEAUTOR

#CÓCTELES



C/ Valtravieso nº 10  
ARAVACA  
913 574 460

**10%**  
**DESCUENTO**  
en tu primera compra online  
**www.molinasecaonline.com**

C/ Francia nº 8  
POZUELO DE ALARCÓN  
913 514 553

CARNE DE PRIMERA CALIDAD

GASTOS DE ENVÍO GRATIS



Talleres de arte e ilustración para niños y adultos  
Despierta tu lado más creativo y...

**Monilimón**  
espacio creativo

# ¡libera tu arte!

Ven a probar una clase ¡GRATIS!

**www.monilimon.com** tel: 627.744.729 C/María Benítez 102, 28224, Pozuelo de Alarcón

—¿Cuál es el objetivo de este libro?

El principal desafío escribiendo este libro ha sido plantear un modelo teórico, de manera instructiva y entretenida, basándome en el conocimiento técnico aplicado al campo de la psicoterapia infantil, así como en mi trayectoria profesional, y la de mi equipo, implementando la Terapia Emocional Sistémica. Al mismo tiempo se trata de un texto principalmente práctico, incluyendo una propuesta de ejercicios, ejemplos, y técnicas de intervención útiles para la práctica terapéutica.

—¿En qué consiste?

No es un manual técnico ni académico, sino una hoja de ruta para profesionales, que a su vez pretende hacer una reflexión, concienciación, y conexión con los niños, niñas, adolescentes, padres y madres de la actualidad. Proponiendo así un patrón de trabajo que incorpore, entienda, respete y tenga en cuenta al menor a partir de intervenciones tanto individuales como familiares, considerando las características de la historia moderna, factores socioeconómicos de la actualidad, así como las diferentes tipologías familiares. Incorpora aspectos emocionales y relacionales a través de un nuevo enfoque, la Terapia Emocional Sistémica, así como de un modelo de intervención propio, el modelo sistémico-emocional-relacional (Modelo SER).

—¿A quién va dirigido el libro?

Tanto a profesionales familiarizados con el campo de la psicoterapia, como a los que ya forman parte ella, a los interesados en conocerla, como a los profesionales de la salud, de la educación

y de la práctica clínica. El manual ha sido escrito desde los conocimientos teóricos y la experiencia profesional de la aplicación clínica, desde la Terapia Emocional Sistémica, uniendo la terapia familiar sistémica a la influencia humanista y relacional.

—¿Crees que la sociedad necesita más ayuda psicológica que en épocas anteriores?

Creo que, por suerte, en nuestro país cada vez es menos tabú reconocer que necesitamos o que vamos al psicólogo. Pero, en comparación con otros países, aún tenemos que avanzar mucho en este sentido, pero en ningún caso deberíamos caer en la

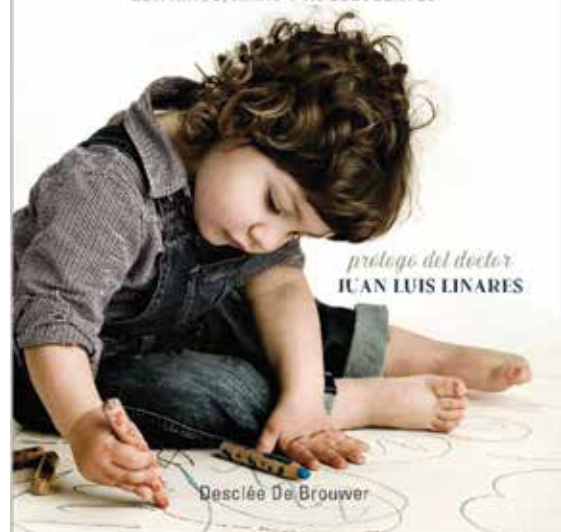
## La danza de las emociones familiares es un libro revolucionario y cuestionador de ideas convencionales acerca del manejo terapéutico desde la Terapia Emocional Sistémica con Niños, Niñas y Adolescentes

“moda” o “necesidad” de ir al psicólogo. Es cierto que los ritmos de vida que llevamos, la inundación de las nuevas tecnologías en nuestras vidas, las dificultades en la conciliación familiar de nuestro país, las exigencias de la sociedad actual, así como la falta de autocuidado, hacen que incrementen los casos con síntomas de ansiedad, depresión, conflictos familiares, pérdida de identidad... y esto hace que sea

MERCEDES BERMEJO BOIXAREU

## LA DANZA DE LAS emociones familiares

TERAPIA EMOCIONAL SISTÉMICA APLICADA CON NIÑOS, NIÑAS Y ADOLESCENTES



conveniente, acudir a un psicólogo, que nos ayude a entender, nos acompañe y nos de herramientas para mejorar nuestra calidad de vida.

—¿Todas las familias deberían ir al psicólogo?

La familia es la institución social donde conviven las personas un mayor tiempo, y ésta constituye, con frecuencia, una fuente de apoyo y en ocasiones, por el contrario, una fuente potente de tensiones psicológicas. Por ello, conviene normalizar la necesidad de revisar el “estado actual de la familia”. Al igual que nuestros coches se revisan periódicamente, o los niños asisten a sus revisiones médicas, ¿por qué no revisar la institución social más antigua y permanente de nuestra sociedad? Las familias que acuden a nosotros, aunque no las conozcamos, sabemos que son valientes, que tienen recursos, y que tienen una parte sana que desea



La realidad  
de sentirte  
única  
en tu día

Vestidos  
personalizados  
y elaborados  
artesanalmente

www.nubiaacosta.com • info@nubiaacosta.com  
647317271 / 918939826





CAMBRIDGE - TRINITY - TOEFL - TOEIC - IELTS - APTIS - BEC

BE THE BEST AND LEARN WITH THE WORLD'S EXPERTS IN TEACHING ENGLISH



INGLÉS PARA  
NIÑOS  
JÓVENES Y  
ADULTOS

PREPARACIÓN DE  
EXÁMENES OFICIALES

LEARN WITH  
THE EXPERTS



ESCUELA INGLESA

Calle Benigno Granizo, 7  
28224 Pozuelo de Alarcón  
web@escuelainglesa.es  
91 017 62 39 - 620 354 305  
www.escuelainglesa.es

TE AYUDAMOS A ACREDITAR OFICIALMENTE  
TU NIVEL DE INGLÉS

 **activida**

Encuétranos en:  
Avda. Europa 1,  
Parque Europa.  
Pozuelo de Alarcón.





**PARA MAYORES DE 50 AÑOS**  
**15% DE DESCUENTO EN LOS CURSOS**

(\*consultar condiciones).

\*Grafología  
\*Pintura  
\*Fotografía

\*Baile  
\*Viajes  
\*Visitas culturales

Llámanos al 918 965 876 o al 682 793 443  
[www.activida.es](http://www.activida.es)

**TODO PARA HALLOWEEN**

**DISFRACES  
FIGURAS  
DECORACION**



**HAY MÁS DE 3.000  
REFERENCIAS  
EN DISFRACES  
PARA TU HALLOWEEN**



**Chensi®**  
Hiperhopar

C/ Mártires, 18 (posterior)  
28660 Boadilla del Monte  
(junto al cementerio)  
Tel. 918 70 96 06

**Vale 3 € por cada 30€ de compra**

*ser feliz, que quiere resolver sus problemas, y desde ahí trabajamos con las personas. Todas las personas estamos capacitadas para crecer y cambiar.*

*Siempre digo a mis alumnos que las personas que están peor no son las que vienen al psicólogo, sino las que no lo hacen; por miedo, vergüenza, temor, desconfianza, pero no viniendo tampoco logran resolver sus problemas, a veces incluso se agravan.*

**—¿Cuándo sabemos que un niño o niña necesita ir a terapia?**

Los niños donde mejor pueden estar es

jugando, en su casa, con su familia, en el parque, practicando un deporte.... Ya que jugar es aprender, y los niños cada vez disponen de menos tiempo para disfrutar del juego libre, de sus seres queridos, que muchas veces están estresados por diferentes motivos.

Pero cuando el niño presenta síntomas que no se corresponden con su etapa evolutiva conviene prevenir, o intervenir a tiempo. Yo siempre insisto en que los padres tienen que confiar más en su intuición cuando creen que a su hijo o hija le ocurre algo. Al menos hacer la consulta para descartar que sea

algo importante y confirmar que forme parte de su desarrollo evolutivo. En algunos casos conviene hacer una evaluación, con una metodología lúdica y “divertida” para el menor, y en caso necesario, intervenir. Pero cuando los niños vienen a vernos sienten que vienen a jugar, a pasarlo bien, a compartir sus temores, a buscar juntos “truquitos” que les ayude a sentirse más seguros y felices con su vida. Y en esto consiste el método que venimos desarrollando con mi equipo más de 15 años, en acompañar, respetar y cuidar al menor de acuerdo a sus hitos de desarrollo.



## PRESENTACIÓN PÚBLICA OFICIAL

El próximo 18 de octubre de 2019 tendrá lugar la presentación de **La danza de las emociones familiares**, en el Área de Formación del Colegio Oficial de Psicólogos, donde se contará con la participación de **Fernando Chacón Fuertes**, Decano del Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid; **Loretta Cornejo Parolini**, Directora de la colección Amae de la Editorial Desclée Brouwer; **María Gogeascoetxea Olavarriaga**, Editora de la Editorial Desclée Brouwer, y **Mercedes Bermejo Boixareu**, Autora del libro.

**Horario:** de 18:30 a 20:00 horas.

**Ubicación:** Cuesta de San Vicente, 4, 5ª planta. Ω

“Con ganas de saborearla ya, ¿verdad? ¡Normal! Todos los acabados son de corte muy fino y están aderezados con mobiliario gourmet. ¿Que no te parece suficiente? ¡Pues la receta no acaba aquí! En el jardín puedes estar al grill todo el día... ¡y coger un colorcito adobado que no veas!”

*Carlos. Chef*

## TRANQUILO, NO SE PUEDE SABER DE TODO.

*CUANDO SE TRATA DE VENDER TU CASA,  
ELIGE LA OPCIÓN MÁS RÁPIDA Y PROFESIONAL.*

**GILMAR**  
CONSULTING INMOBILIARIO

35 AÑOS DE EXPERIENCIA — LÍDERES DEL MERCADO — RED INTERNACIONAL

DESCUBRE MÁS EN  
[WWW.NOSEPUEDESABERDETODOTODO.COM](http://WWW.NOSEPUEDESABERDETODOTODO.COM)

# Conociendo ENGLISH FOR FUN



NOS ACERCAMOS A LA C/ PROA EN SOMOSAGUAS PARA PODER CONOCER DE CERCA A JILL STRIBLING, DIRECTORA Y FUNDADORA DE ENGLISH FOR FUN, ÚNICA ESCUELA INFANTIL AMERICANA ACREDITADA EN ESPAÑA POR LA ENTIDAD AMERICANA NECPA (NATIONAL EARLY CHILDHOOD PROGRAM ACCREDITATION).

LOS EXCLUSIVOS CENTROS OFRECEN ESTIMULACIÓN TEMPRANA Y UNA EDUCACIÓN 100% EN INGLÉS PARA NIÑOS DESDE LOS CUATRO MESES HASTA LOS SEIS AÑOS.

JILL ES PSICÓLOGA Y PEDAGOGA, ESPECIALIZADA EN EDUCACIÓN INFANTIL Y CON MÁS DE 20 AÑOS DE EXPERIENCIA EN EL SECTOR EDUCATIVO. UNA MUJER QUE BUSCABA ALGO MÁS PARA SUS HIJOS, LO QUE LE LLEVÓ A FUNDAR SU EMPRESA EN EL SALÓN DE SU CASA HACE YA 10 AÑOS.

Por Carmen Millán  
@carmenmillan\_7

## —¿Cómo se embarca en este proyecto?

Encontré que mi pasión es trabajar con los demás y educar de una manera en la que se consiga que todos los niños y adultos tengan éxito. En realidad es sencillo... cuidar su autoestima, hacerles sentir seguros y enseñar empatía como el fundamento para todo lo que hagan... y que se DIVIERTAN (tanto los profesores como los alumnos). La vida es demasiado corta como para estar a disgusto en el cole y/o en el trabajo!

## —Jill ¿Qué es English For Fun?

Un proyecto de educación integral con metodología propia basada en la filosofía de Reggio Emilia, que engloba la enseñanza del inglés desde edades tempranas hasta la vida adulta. Se centra en desarrollar la confianza de cada alumno con el objetivo de aprender inglés jugando y utilizando los cinco sentidos.

## —¿En qué se basa este método de educación?

Creo en la importancia de inculcar una autoestima positiva en los niños y en darles las herramientas necesarias para empoderarles. Necesitan sobrevivir en un mundo cambiante en el que

no siempre se toman como prioridad las necesidades de los niños, y donde los padres hacen lo que pueden, aprendiendo sobre la marcha. Necesitan habilidades adaptadas al siglo XXI que no son compatibles con el sistema tradicional y la manera en la que se mide el aprendizaje. Necesitan capacidades sociales, de negociación... a veces en otros idiomas y con personas de todo el mundo, así que las habilidades flexibles y la gestión de emociones son fundamentales a la hora de desarrollar y mantener relaciones sociales. La capacidad de convertirse en adultos seguros de sí mismos empieza en la infancia

## —¿Qué hace que English For Fun sea único?

El método patentado de English For Fun permite que los niños adquieran inglés fácilmente al participar en actividades creativas y explorar temas de alto interés en talleres prácticos diseñados específicamente para su grupo de edad. Los profesores son nativos y altamente cualificados, y ofrecen clases para grupos muy reducidos en instalaciones seguras que están equipadas con las últimas tecnologías.

## —Tengo entendido que tenéis campamentos

Sí, disponemos de varios programas como los campamentos de inmersión en inglés durante las vacaciones escolares de Navidad, Semana Santa y durante todo el verano (incluyendo agosto).

También ofrecemos talleres extra-escolares de dos horas, donde los niños pueden pintar, cantar, bailar, cocinar, jugar y por supuesto, aprender divirtiéndose. Para los más mayores ofrecemos coding y programación, teatro, ciencias...

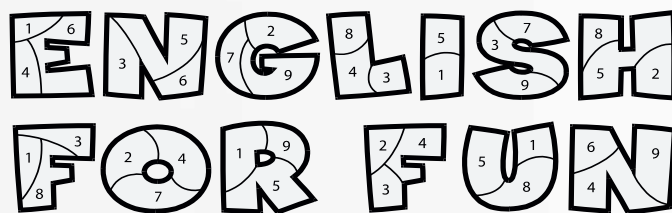
## —¿Y para adultos?

Contamos con programas para ellos, improvisación en inglés y cursos intensivos para empresas y empresarios.

**English For Fun** es mucho más que inglés. Ofrecen una educación que se aleja de las fichas, de la memorización y del aprendizaje pasivo y apuesta por un aprendizaje activo adaptado a los intereses y desarrollo de cada niño. La metodología se basa en el aprendizaje de valores y habilidades, fomentando la autoestima, la confianza y la pasión por aprender. Los niños salen de English For Fun con las herramientas necesarias para desenvolverse en un mundo cada vez más global. Ω



ÚNICO CENTRO  
AMERICANO  
ACREDITADO



## CLASES EXTRA ESCOLARES ¡¡¡ UNA EXPERIENCIA ÚNICA !!!

**VIVE EL IDIOMA A TRAVÉS DE ACTIVIDADES DIVERTIDAS:**

**MÚSICA Y BAILE, COCINA, TEATRO, MANUALIDADES,  
PROYECTOS EN GRUPO, CIENCIAS Y MUCHO MÁS**

**¡ LA TEMÁTICA CAMBIA CADA SEMANA PARA QUE CADA TALLER  
TRAIGA ALGO NUEVO Y EMOCIONANTE PARA ELLOS !**

**PARA  
NIÑOS DE  
1 A 13  
AÑOS**

### ¿CÓMO?

- Profesores nativos y cualificados
- Grupos reducidos, máximo 8 alumnos
- Profesores con **experiencia**
- Aprendizaje activo, divertido
- Inmersión **total** en el idioma
- Basado en los **intereses** de los **niños**
- Metodología **propia**, desarrollada por Jill Stribling

*Educadora experta en educación infantil  
y en la educación del inglés  
como segundo idioma*

### ¿CUÁNDO?

Lunes a Viernes de 17:30 a 19:30

Sábados de 10:00 a 12:00 o 12:15 a 14:15

### ¿DÓNDE?

Calle Darro 5  
El Viso Madrid 28002  
Telf: 91 441 22 33  
[elviso@englishforfun.es](mailto:elviso@englishforfun.es)

Calle Proa s/n  
Pozuelo de Alarcón 28223  
Telf: 91 133 98 48  
[lafinca@englishforfun.es](mailto:lafinca@englishforfun.es)

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



# Club de Natación Pozuelo



**LOS BENEFICIOS QUE NOS APORTA LA NATACIÓN SON CONOCIDOS EN TODO EL MUNDO Y POR TODOS, NO SOLO A NIVEL FÍSICO, TAMBIÉN MENTAL.**

Los físicos son evidentes, el llamado "cuerpo de nadador", lo que no reparamos tanto es en pensar la cantidad de beneficios mentales que nos aporta, algunos a tener en cuenta son:

- Al ser un ejercicio aeróbico, además de ser bueno para el corazón lo es para

el cerebro, mejora su función y ayuda a reparar neuronas dañadas.

—Nos ayuda en nuestro estado anímico y de estrés.

—Aumenta el flujo sanguíneo, por lo que nuestra memoria aumenta.

—Mejora el aprendizaje.

—Retrasa el proceso de envejecimiento.

—Quema un mayor número de calorías.

—Nos permite tener una mayor movilidad por el uso de las extremidades...

El Club de Natación Pozuelo se consti-

tuyó en 1996, muchos han sido los que han pasado por sus instalaciones, siendo en la actualidad unos 260 deportistas, entre ellos, se encuentran deportistas con algún grado de discapacidad. Un Club cuyo objetivo es promover el deporte de competición y sus valores. Varias son las temporadas que llevan cosechando éxitos tanto en los Campeonatos de la Comunidad de Madrid como en los de España.

**PONTE EN FORMA  
Y DIVIERTETE CON BROOKLYN**

Brooklyn Fitboxing Pozuelo

**9'95€**  
1 Sesión  
+ guantes & vendas  
gratis

**APUNTATE A LA SESION DE PRUEBA EN LA WEB**

Avenida de Europa, 31 (esquina c/ Berna) [brooklynfitboxing.com](http://brooklynfitboxing.com)  
[pozuelo@brooklynfitboxing.com](mailto:pozuelo@brooklynfitboxing.com)

**SÉ TU MISMO**



**15% DE DESCUENTO EN  
ORTODONCIA INVISIBLE**

  
**Clínica dental**  
Dr. Loughney

Av. Europa, 25 Local 7, 28023 Aravaca  
Tel: 917 150 155/ 681 191 480  
[www.clinicadentaldraloughney.com](http://www.clinicadentaldraloughney.com)

**LA RICHÉ**  
*Belleza y Salud*



*Estilistas y Centro Estético*

Con la colaboración de:



Avenida de Europa 23, 28224 Pozuelo de Alarcón



El próximo Jueves 4 de Octubre  
a las 18:30 horas  
Presentación de la fragancia  
HAUTE COUTURE

Contaremos con la presencia del modisto

*Peter Valverde*

Podrán disfrutar de:  
Cocteles , Catering y regalos.  
Os Esperamos!!



### CARLOS MARTÍNEZ BRONCE EN EL CAMPEONATO DE EUROPA DE ADAPTADA

Un "enorme" CARLOS MARTÍNEZ FERNÁNDEZ, obtuvo la medalla de bronce en la prueba de 200 m. estilos SM8, en el Campeonato de Europa de Natación Adaptada que se celebró en Dublín el pasado agosto. Carlos nadó una final fantástica, con una excelente posta de braza, su mejor estilo, pasando de la 6ª a la 3ª posición, sacando la ventaja suficiente y manteniéndola en la posta de libre, para terminar con un tiempo de 2:33.76; mejor marca personal y más de 3 segundos por debajo de su tiempo anterior.

Felicidades a Carlos que ha superado las grandes dificultades de los últimos días de preparación, en los que por culpa de una lesión de rodilla no pudo entrenar según el plan previsto.

Felicidades también a Darío Carreras y Carlos Salvador sus entrenadores, y también a Paco Ocete. Felicidades, igualmente, a Irene Guzmán la fisioterapeuta, que ha tenido que trabajar mucho y bien con Carlos en los últimos días.



### OPEN DE ESPAÑA DE PRIMAVERA. LUIS GARCÍA BRONCE EN 100 M. MARIPOSA Y PASAPORTE A LOS JUEGOS DEL MEDITERRÁNEO

Se celebró en el Centro Acuático INACUA, de Málaga, el Open Absoluto de Primavera y Campeonato de España Junior de Invierno.

El nadador del Club Natación Pozuelo LUIS GARCÍA LIZARÁN disputó una excelente competición, logrando la medalla de bronce en la prueba de 100 m. mariposa, con un tiempo de 53.97. Además, al ser el segundo español clasificado en la prueba, ya que la plata fue para un nadador de Kazakhstan, se ganó la participación en los Juegos del Mediterráneo, que se celebraron en Tarragona el pasado mes de junio.

Luis, también participó en la prueba de 50 m. mariposa en la que entró en la final y fue 5º con un tiempo de 24.38

Ha participado también en este campeonato el nadador junior JUAN PEDRO LÓPEZ LEÓN que participó en la prueba de 100 m. mariposa, siendo 18º en la clasificación junior, con un tiempo de 59.14

Felicidades a los participantes, Luis y Juanpe, y al entrenador Carlos Salvador.



### JUEGOS DEL MEDITERRÁNEO. LUIS GARCÍA LIZARÁN 9º

El nadador del Club Natación Pozuelo LUIS GARCÍA LIZARÁN se clasificó 9º en las series clasificatorias de la prueba de 100 m. mariposa de los XVIII Juegos del Mediterráneo, con un tiempo de 54:21. Tan solo 2 centésimas le impidieron entrar en la final.

A pesar de no poder alcanzar en una final que estuvo tan cerca, todos valoramos el trabajo de Luis y de su entrenador Carlos Salvador y consideramos un éxito disputar una competición internacional tan importante como los Juegos del Mediterráneo. Máxime cuando Luis es capaz de compaginar el entrenamiento de alto nivel y los excelentes resultados deportivos, con una intensa actividad profesional, caso poco habitual en el deporte de alta competición.

El Club quiere felicitar a Luis, que constituye un ejemplo para todos nosotros y a Carlos, su entrenador.



# POZUELO ROCKING GUITARS



INSTRUMENTOS  
TALLER & ACCESORIOS  
ALQUILER SONIDO

Clases de Guitarra,  
Batería, Bajo y Piano

91 351 41 95 / 672 488 070

C/ Benigno Granizo, 12  
POZUELO ESTACIÓN


Clases Intensivas

DISTRIBUIDOR  
Stagg YAMAHA  
GUITARS

www.facebook.com/pozuelorockingguitars - pozuelorockingguitars@gmail.com



**podoactiva**®  
CLÍNICA PODOLÓGICA  
POZUELO



**PERCEBES  
DE CEDEIRA**

**TODOS LOS FINES DE  
SEMANA**

**VEN A PROBARLOS!!**

EL CAPRICHO DE GALICIA  
CALLE ATENAS 2 INT.  
POZUELO DE ALARCÓN  
RESERVAS: 911 996 951

## DECORAR EN OTOÑO



Ya hemos dejado el verano atrás, nos hemos olvidado de las vacaciones y comenzamos un periodo en el que vamos a pasar más tiempo dentro de casa.

Puede que al observar tu hogar estés pensando que necesita un cambio. Te has cansado de los colores de siempre o piensas que tu vivienda puede estar mejor decorada.

Déjate inspirar por el otoño con su frescor, con sus tonos ocres. Adapta tu estancia en esta estación que ofrece sosiego y nos permite momentos de reflexión.

Empezar por las cortinas puede ser una forma sencilla pero muy eficaz de renovar el interior de tu vivienda ya que mejora el ambiente con facilidad y ofrece una nueva percepción del espacio.

Aprovechate de las tendencias que viene en tejidos para 2019 porque son fantásticas. Vuelven los terciopelos, tanto estampados como lisos, tejidos de fibras naturales como la lana, algodón, seda y el lino, con estampados geométricos o patrones de dibujo que nos recuerdan a los años 70. Tejidos con fibras entremezcladas con hilos metálicos que dan un toque diferenciador, brillos, efectos arrugados o desgastados. Todo ello bajo colores como el ultravioleta, el verde azulado, rosa, mostaza, visón o granate.

Pero decorar tus ventanas puede ser sólo el comienzo. Te aconsejo que personalices alguna pared con papel pintado. Una de las ventajas del papel pintado es la gran variedad de posibilidades que nos ofrece cuando diseñamos los interiores. En las nuevas colecciones podemos encontrar papeles con motivos de animales selváticos o tropicales como pájaros, monos, guepardos, flores exóticas y plantas frutales, motivos arabescos, geométricos o con patrones de efecto visual 3D que aportan profundidad a las estancias. Para revestir las paredes, se destacan los tonos grises, arena, verdes, ceniza y los azules.

Tu casa también debe ser reflejo de tu personalidad, decorar no es sólo mezclar tendencias. Es aquí donde un profesional te puede ayudar a combinar herramientas y sentimientos para que tu hogar sea único.



Nuria Lavín - Decoración de Interiores -  
MundoDeco  
Avda de Europa, 29 Aravaca

# La revolucion en ortodoncia infantil

## Ortodoncia Invisible

Los odontólogos siempre dicen lo importante que son las revisiones a edades tempranas en niños. A partir de los 3 años es conveniente que los niños acudan a una revisión por el odontopediatra, pero es a partir de los 6 años cuando suele ser necesario acudir a revisión con un Ortodoncista especializado.

Esto se debe a que en esa etapa los dientes incisivos superiores e inferiores ya son los definitivos o están erupcionando, y es conveniente realizar un diagnóstico precoz de posibles alteraciones en el crecimiento óseo.

El tratamiento de ortodoncia interceptivo temprano en niños tiene como objetivo preservar o crear espacio para los dientes, corregir malos hábitos y lograr una buena relación entre los maxilares. Al ser tratados a edades tempranas, se obtienen resultados óptimos de forma más sencilla que si se espera a la edad adulta para comenzar con este tipo de tratamientos.

Por norma general, los tratamientos necesarios en esta etapa de ortodoncia se denominan de Primera fase y es en este tipo de tratamientos donde la **Ortodoncia INVISIBLE** apuesta por ayudar desde una edad temprana con las ventajas que conlleva su sistema.

La **Ortodoncia Invisible** comenzó enfocándose hacia pacientes adultos, al ser un tratamiento de ortodoncia de alta estética mediante el uso de un sistema de férulas invisibles personalizadas



para cada paciente.

En la actualidad se ha comprobado que la **Ortodoncia Invisible** es un sistema capaz de resolver diagnósticos muy complejos, en pacientes desde los seis años, convirtiéndose en un referente Mundial.

La **Ortodoncia Invisible** aporta grandes ventajas adicionales a la ortodoncia fija convencional, como:

- Mejora la higiene, al ser un tratamiento de férulas removibles, se quita para comer y cepillarse los dientes. A diferencia de la ortodoncia fija los pacientes pueden disfrutar de alimentos prohibidos en esos tratamientos.
- Mayor comodidad, ya que no produce rozaduras ni llagas.
- Aumento de seguridad en los trata-

mientos en niños o adolescentes ya que permite practicar cualquier deporte o tocar instrumentos musicales sin miedo a que el aparato se clave en la encía o en los labios.

- Predecible: el sistema cuenta con un software llamado Clincheck que permite visualizar el resultado final de la sonrisa incluso antes de empezar su tratamiento.

- Y, por supuesto, la estética; en niños y adolescentes es muy importante que su imagen no se vea afectada por un tratamiento de ortodoncia para que no impacte en su desarrollo social y emocional.

El tratamiento consiste en un estudio personalizado de cada caso y la generación de férulas transparentes que van alineando los dientes hasta conseguir el resultado final previamente fijado por el Ortodoncista en su estudio. Su campo de actuación es tan extenso que puede aplicarse en todos los casos.

Ahora podemos ofrecer la mejor ortodoncia a nuestros hijos, con el revolucionario sistema de **Ortodoncia Invisible First®** (desde los seis años) y **Teen®** (desde los 10 años) permitiendo resolver sus problemas dentales y alteraciones óseas en edades tempranas.

En Clínica Orgaz Dental somos expertos en **Ortodoncia Invisible First®, Teen®, Full®, Lite®, i7® y Vivera®**.

Realizamos valoraciones personalizadas para cada caso sin coste ni compromiso.

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



# The Green Monkey Pozuelo IDIOMAS *y Tecnología*



Todos los idiomas

Profesores nativos

Todas las edades a partir de 1 año

Robótica, programación y juegos

**91 059 81 60** - C/ Francia 6,  
28224 Pozuelo de Alarcón, Madrid  
[pozuelo@thegreenmonkey.es](mailto:pozuelo@thegreenmonkey.es)  
[www.thegreenmonkey.es/pozuelo](http://www.thegreenmonkey.es/pozuelo)

**¡MATRICÚLATE  
ESTE MES Y OBTÉN  
20€ DESCUENTO!**  
\*PROMOCIÓN VÁLIDA DEL 1 AL 31 DE OCTUBRE DE 2018



**OPEN DAY**  
**16/11/18 | 14:30h.**  
**Come and visit us!**



CATHOLIC FORMATION | BILINGUAL EDUCATION | ACADEMIC EXCELLENCE | PERSONAL GUIDANCE

Avda. de Monteclaro s/n. 28223 Pozuelo de Alarcón (Madrid)  
91 799 49 40 • [www.everestschool.es](http://www.everestschool.es) •     

26  
Octubre  
2018

HOTEL  
AC LA FINCA  
MARRIOTT



# TECNOLOGÍA Y TALENTO FEMENINO TOMANDO IMPULSO

II CONGRESO EMPRESARIAS Y DIRECTIVAS

[www.amepozuelo.com/congreso](http://www.amepozuelo.com/congreso)

PATROCINADORES



Ayuntamiento de  
**POZUELO  
DE ALARCÓN**



COLABORADORES



MEDIO COLABORADOR



SOCIAS COLABORADORAS



Promueve la regeneración celular  
a través de bio-estimulación indolora

OPORTUNIDAD  
ÚNICA

FX635.  
SEMINUEVO :  
**16.000**

PARTICULAR VENDE  
LÁSER ERCHONIA

### INFORMACIÓN:

La única máquina con aprobación de la FDA para tratar fascitis plantar y dolor de espalda.

Ahora puede deshacerse del dolor y la inflamación del tobillo asociado con fascitis plantar. Los poderes regenerativos de esta tecnología láser de baja intensidad pueden reducir la inflamación y eliminar el dolor en la fascitis plantar en sólo cuestión de semanas y hacer que sus pacientes a lleven una vida activa una vez más.

A diferencia de otros láseres en el mercado, el FX 635 ha demostrado que promueve la regeneración celular a través de **bio-estimulación indolora**. Le proporciona a los pacientes que experimentan dolor crónico en el talón una **solución no invasiva**, eficaz para mejorar rápidamente su confort al caminar y **la calidad de vida sin necesidad de cirugía**.

Especificaciones: Configuración: (3) Class 2 17.25mW diodos generadores de raya de luz Longitud de onda: 635nm,  
Modulación: Variable, Peso 65lbs (29.48 kg).

**PARA AMPLIAR INFORMACIÓN, CONTACTAR: Lidia 616943512 - lidiagestiones@gmail.com**



MADUK

la bodega

La Española

GUATEPE

la renta

CASA LUIS

Jimenez  
restaurant

ZURITO

-ORIGEN-

LA VALENTINA

cocina de mercado  
de buenos\* restaurantes

\*buenos de verdad

EN TU  
CASA

**bemower.com**

#realfood

## Mechones Solidarios

# Porque yo he visto su sonrisa

Por Isabel Laws  
@isabel\_laws

**D**onar el pelo, parece algo tan insignificante, pero cuando ves esa sonrisa de una niña pequeña con su nueva peluca, esa mirada se te queda clavada para el resto de tu vida y quieres hacer todo lo posible para que millones de personas puedan ser testigos de esa felicidad que con tan poco, se transmite con tanta fuerza, bueno, por lo menos eso es lo que me pasó a mi.

En 2014, el cielo recibió un regalo muy especial y fue un ángel que estuvo peleando durante mucho tiempo, Ale. Cursábamos 3º de la ESO, cuando le diagnosticaron leucemia y como pasa en muchos casos, se pierde el pelo con las sesiones, pero la sonrisa de Ale seguía ahí. Iba a su casa a pasar la tarde y hablábamos de nuestras cosillas, como cualquier adolescente: cole, deberes exámenes, chicos... nos encantaba pasar el rato juntas, hacíamos velas, que la sigo teniendo en mi habitación; otro día cuando llegué a su casa y la vi, supe que algo había diferente porque la sonrisa que tenía se podía ver a kilómetros y era simplemente diferente y preciosa, al ser pequeña yo, no me di cuenta inmediatamente pero enseguida me lo dijo y yo solo recuerdo pensar que yo también quería donar mi pelo. Toda esa tarde lo pasamos genial, hablando

sin parar y haciendo papiroflexia.

Pasan un par de años y cada vez me veo más involucrada en temas sociales pero quería hacer otra cosa, algo que supiese que iba a hacerme estar completa por dentro. Empiezo a seguir la cuenta en Instagram de la Fundación Aladina y me di cuenta de que me encantaría encontrar una manera de poder regalarle algo a estos niños guerreros, y de repente me di cuenta de que ese sería el momento perfecto de donar el pelo, y aunque puede que nunca vea mi pelo convertido en una peluca, por lo menos sé que alguien va a tener esa misma sonrisa mágica que yo un día vi en mi mejor amiga. Así que decidí crecérme el pelo. Tardé un año y medio, casi dos años en crecérme lo porque siempre lo había llevado cortito. Finalmente llegué a los 30 centímetros, después de todo estos años, ¡por fin había conseguido crecérme lo!

A comienzos de agosto, mi abuela que tenía un cáncer muy fuerte, empeoró y me doy cuenta de que este era el momento de hacerlo, en su honor y en el de todas las personas que han tenido cáncer. Durante todo este rato, mi familia sabía que yo quería donar el pelo, pero no sabían que quería donarlo tan pronto; yo ya me había acostumbrado a mi pelo largo y cada vez

que le preguntaba a alguien si me lo debía de cortar, todos me decían que me esperase, pero siendo yo tan impulsiva, decidí meterme en la página web de Mechones Solidarios y buscar una peluquería cerca de casa. Cuando la encontré me fui, sin decírselo a nadie, me fui a donar el pelo. Me fui a la peluquería Kubi. Cuando llegué me recibieron genial y se pusieron muy contentos de que fuese a donar el pelo. Me sentaron en una silla, me pusieron la capa de Mechones Solidarios, y sin pensarlo dos veces me lo cortaron por encima de los hombros, con el primer corte me emocioné al recordar todos los momentos que he tenido tanto con Ale como con mi abuela. Me empezó a cortar el pelo más y más, ya no había vuelta atrás, al final acabé donando 30 centímetros. Cuando acabé me dieron un diploma y me fui feliz a mi casa a sorprender a mi familia. Todos estaban muy sorprendidos al verme y contentos de lo que había hecho.

Con esta historia breve me encantaría motivar a mujeres y a hombres de que esa sonrisa que tienen todos estos luchadores es irremplazable y única; es un regalo que les podemos dar en uno de los momentos más difíciles de sus vidas. La sonrisa mágica es lo que merece la pena. Ω



**¡CAMBIA TU VENTANA!  
¡NO LO DEJES PASAR!  
CARLOS TE LA VENDE**



**WWW.GRUPODOYS.COM • TELNO. 691 57 38 90**