

POZUELO IN

Nº 75 - ENERO

Revista de actualidad, cultura, ocio y tendencias de
100% independiente. www.pozueloin.es ©2014

**Ayanta Barilli,
finalista del Premio Planeta, para Pozuelo**



CEU

Colegio San Pablo

Montepríncipe



OPEN DAY

2 de febrero

CEU Leadership Nursery Programme for Value Skilled Children

Ven el próximo 2 de febrero a conocer nuestra **Escuela Líderes con Corazón CEU**, un programa que forma alumnos transformadores, generosos, valientes, autónomos, participativos e integradores. Un “líder con corazón” que adquiere las competencias, los conocimientos y los valores necesarios desde edades tempranas a través de la Escuela de Liderazgo para líderes con valores CEU.



Autonomía



Competencias STEM



Educación Emocional



Psicomotricidad



Bilingüismo



Oratoria y habilidades de comunicación



Aprendizaje basado en el pensamiento crítico y creativo



**Programa Bachillerato Internacional (BI)
y solicitante Escuela Primaria (PEP)**



INSCRÍBETE EN:
www.colegioceumonteprincipe.es



FITNESSSPORTS

Valle de las Cañas, Madrid

NUEVO SPA

M E J O R A D O P A R A T U B I E N E S T A R

- ✓ Reforma integral del Spa y zona de relajación
- ✓ Mejora del sistema de chorros a presión
- ✓ Nuevos materiales y mejoras técnicas

DESCUBRE MUCHO MÁS EN FITNESSSPORTS

AVDA. JUAN ANTONIO SAMARANCH TORELLÓ 8

28223 POZUELO DE ALARCÓN



fitnesssports.eu



PROPERTIES

POZUELO ESTACIÓN • 91 621 66 89

Todo el Equipo **RE/MAX PROPERTIES** de Pozuelo Estación queremos agradecer a todos los vecinos la confianza que nos habéis depositado durante todo el 2018.

¡Os deseamos un muy **FELIZ 2019!**

RE/MAX

PROPERTIES
POZUELO ESTACIÓN
INMOBILIARIA PREMIADA

¿CUÁNTO VALE SU CASA?

Llámenos para valorarla, ¡sin compromiso! **91 621 66 89**

Expertos en Valoraciones, Home Staging, Negociación y Cierre

Jorge Quispe, Broker/Director
• 20 Agentes a su servicio

DEFINIMOS POZUELO

06 Actualidad

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

12 Comentarios

Miguel Redel, Adolfo Moreno, y Vox Pozuelo analizan la actualidad.

ENTREVISTAS

22 Ayanta Barilli

El Baúl de Katy nos presenta a la flamante finalista del Premio Planeta.

18 Elecciones 2019

Ángel G. Bascaña nos presenta su candidatura a las Elecciones Municipales de mayo.



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



22

EDUCACIÓN

36 Beneficios, perjuicios y recomendaciones a la hora de que nuestros pequeños utilicen las nuevas tecnologías.



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, TERESA HAERING.

COLABORADORES: ADOLFO MORENO, VOX POZUELO.

DISEÑO Y ARTE: MIGUEL REDEL GÁMIZ • FOTOGRAFÍA: RICARDO RUBIO, BEATRIZ MARTÍNEZ-FALERO.

DTO. PUBLICIDAD: Mª TERESA HAERING PORTOLÉS, SUSANA GONZÁLEZ LAFUENTE.

DEPÓSITO LEGAL: M-11316-2012 IMPRIME: MONTERREINA • www.pozueloin.es • redaccion@pozueloin.es — 91 016 08 91

DIRECCIÓN: Plaza Mayor, 4, 28223 Pozuelo de Alarcón — 91 057 68 24 • PUBLICIDAD: 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 La Justicia suspende la orden de cierre del centro de menores emitida por el Ayuntamiento de Pozuelo #colonialosangeles



2 @Somos_Pozuelo registra una moción para evitar el desahucio de José y Petra en #Pozuelo



3 @Vox_Pozuelo agradece los excelentes resultados andaluces @VOXSevilla



4 El sistema de afiliación de @vox_es se colapsa tras superar los 20.000 afiliados



5 @correopozuelo: Ganaron los sindicatos del Ayuntamiento de Pozuelo: La alcaldesa Quisilant, pese a los numeritos y aspavientos para las fotos, claudica y asume lo que había firmado alocadamente



6 La puntualidad de Renfe llevada a Pleno por @CsPozuelo



7 Mejorar la conservación del Monte de #Pozuelo a Pleno por parte del @PSOEPozuelo



8 @Somos_Pozuelo exige al Gobierno que intervenga ante la suspensión de las clases de danza en la Escuela Municipal de Música y Danza #Pozuelo

9 El @PSOEPozuelo insiste en el pleno en la necesidad de soluciones para las más de 300 familias afectadas por los despidos en la Escuela Municipal de Música y Danza

Asesoramiento Fiscal, Contable, Laboral, Mercantil y Jurídico con Marcos Herrero



EL PRÓXIMO MES DE MARZO MARCOS HERRERO CUMPLE 40 AÑOS ASESORANDO A PROFESIONALES Y PEQUEÑAS Y MEDIANAS EMPRESAS. “Ha sido un camino duro y lleno de retos, pero todo el esfuerzo ha valido la pena y hoy podemos decir que la nuestra, ha sido una historia de éxito.”

Su origen se remonta al año 1979 cuando España se encontraba en plena transición, adaptándose a la democracia, cuando aparecieron en nuestro país los impuestos. En ese contexto, un joven Marcos de 24 años, decidió abrir una pequeña asesoría fiscal ayudado por algunos familiares y amigos en su tiempo libre. “He de agradecer a todos la ayuda, sin ellos habría sido muy difícil. Dedicábamos el fin de semana y las noches para sacar el trabajo adelante porque todos teníamos otros empleos, pero yo estaba decidido a dedicarme a esta profesión. Es una vocación, algo que me gusta y me interesa. Esa fue la clave”.

El esfuerzo dio sus frutos y el despacho no ha parado de crecer desde entonces. “Contratamos a los primeros profesionales y gracias a todos ellos, hoy somos lo que somos. Tenemos un equipo de abogados, economistas, graduados sociales y técnicos contables altamente preparados por que no hemos dejado de formarnos en todas las novedades contables, tributarias, mercantiles y laborales. También hemos apostado por la innovación a través de las nuevas tecnologías, preparándonos para responder a los retos futuros. En este sector tienes que renovarte constantemente para poder dar un servicio de calidad”.

El despacho desde entonces ha cambiado mucho. Actualmente Marcos Herrero Asesoría y Gestión Empresarial se ha convertido en un referente del sector en Pozuelo. “Nuestro objetivo es dar un servicio integral al cliente, desde el inicio de su actividad, acompañándole en su desarrollo, asesorándole y defendiéndole, buscando

las mejores soluciones jurídicas, económicas, fiscales y laborales. Nuestra meta es buscar la máxima satisfacción del cliente, respondiendo a sus necesidades de forma rápida y eficiente, sin perder de vista nuestros valores: el esfuerzo, el trabajo en equipo, la experiencia acumulada y la ética del trabajo.” Ω



MARCOS HERRERO
ASESORÍA Y GESTIÓN EMPRESARIAL, SLP

—Asesoramiento Fiscal, Contable,
Laboral, Mercantil y Jurídico
—Herencias, Tráfico y Contratos

C/Hospital nº2, 1º-A
Pozuelo de Alarcón
Tlf: 91.715.61.39
www.marcosherrero.com
mh.gestion@marcosherrero.com



10 Isabel Monillas, alumna del CEIP Los Ángeles de Pozuelo, ganadora del concurso "Ahora vamos andando al cole" @F_MapfreCL



11 El parque Cerros de los Perdigos de #Pozuelo contará con una nueva área canina



12 Las tradicionales luces navideñas ya iluminan #Pozuelo de Alarcón



13 Últimas semanas para renovar el "antiguo" bono social de la electricidad



14 Madrid 112 gestiona durante la Nochebuena un total de 1867 llamadas



15 Fallece en #Pozuelo el exalcalde de Jerez Miguel Primo de Rivera y Urquijo



16 "Piccola Roma", "El Cielo de Urrechú" y "Tu y yo", ganadores de la última edición de Pozuelo de Tapas



17 El Belén de la Congregación de Ntra. Sra. de la Consolación de #Pozuelo gana el primer premio del certamen de la Asociación de Belenistas de #Madrid



Cocina tradicional



- Desayunos y meriendas
- Gran variedad de postres caseros
- Arroces.
- Carnes.
- Quesos.



Francia, 9 • Pozuelo de Alarcón • Reservas: 91 016 67 43 • mbsentidos@outlook.es



600 652 265
642 050 919



Botániko

Un nuevo concepto de Cooking Club Restaurant

COCINA MEDITERRÁNEA ORGÁNICA
REALIZADA CON LOS INGREDIENTES MÁS FRESCOS



- Las mejores **carnes y pescados a la brasa** de leña vista.
- **Ensaladas veganas** y postres caseros que te sorprenderán.
- 3 Grifos exclusivos de **LA VIRGEN CERVEZA ARTESANA**.
- Espectacular decoración en más de 300m2.
- **Jornadas gastronómicas regionales y cursos de cocina.**
- Horno toledano para asar tus piezas y servírtelas en tu domicilio
- **Arroces** y asados por encargo y a domicilio.
- Salón privado para eventos y fiestas privadas.
- **DJ sesión** sábados y domingos.
- Bebidas de importación, **champagne club** y servicio de coctelería.
- **Servicio de aparcacoches.**

C/ Cerezo nº 1, Húmera - Pozuelo - Tef. 910 81 22 19

Menú diario
con postre y café
10,50€



18 Rodrigo Hernández, Sara Andrés y Jorge Vilda, premiados en la 7ª edición del Deporte del @LiceoSorolla #Pozuelo



19 El Ayuntamiento anuncia la renovación del impracticable césped en el campo de fútbol del El Pradillo de #Pozuelo



20 Santa Catalina de Alejandría de Caravaggio en el Thyssen



21 Leonardo da Vinci atrae a cientos de personas a la BNE



22 Madrid Xanadú cambia de nombre a @intuXanadu



23 Mozart, Galdós, Joaquín Rodrigo y Forges en la Biblioteca Nacional para el 2019



24 Los violines solidarios sonarán para unir Pozuelo de Alarcón y Tulear (Madagascar)



25 La 33 edición del festival Madrid en Danza presenta piezas de grandes coreógrafos y bailarines de todo el mundo en @TeatrosCanal



VOX



pozuelo@madrid.voxespana.es

¡Feliz 2019!

www.voxespana.es

91 141 96 07

POZUELO ROCKING GUITARS



INSTRUMENTOS MUSICALES

- Guitarras: eléctricas, acústica, española.
- Baterías, Bajos...

C/ Benigno Granizo, 12
POZUELO DE ALARCÓN

ACCESORIOS: Cuerdas,
Baquetas, Fundas, etc..

TALLER DE LUTHERÍA
ALQUILER DE SONIDO



pozuelorockingguitars@gmail.com

Lunes a Viernes de 11,00 a 14,00 h. y de 16,00 a 21,00 h.
Sábados de 11,00 a 14,00h.

672488070

VIVE UNA EXPERIENCIA 360°




Clínica dental
Dra. Loughney

TEL: 917 150 155/681 191 480
AVDA EUROPA 25 LOCAL 7
28023 ARAVACA.
WWW.CLINICADENTALDRALOUGHNEY.COM



Celebra tus eventos con nosotros



RESTAURANTE EL CIELO DE URRECHU - POZUELO DE ALARCÓN
www.cielodeurrechu.com - TELÉFONO: 91 709 32 85

Comentarios

DENTRO: Miguel Redel / Adolfo Moreno / Vox Pozuelo



Pozuelo IN habla...

Miguel Redel

La crispación electoral

QUE EN LA ACTUALIDAD LA SOCIEDAD ESPAÑOLA VIVE UN MOMENTO DE CRISPACIÓN COMO NO SE HABÍA VIVIDO DESDE HACE NOVENTA AÑOS, es una verdad. Que España lleva reventando una o dos veces por siglo desde hace ya varios, es una realidad.

La desinformación, el fanatismo, los juicios emanados de personas poco sesudas, la mala educación y el odio convierten a los mentideros globales

que son actualmente las redes sociales, en lugares donde se falta al respeto, se insultan opiniones y se menosprecian sentimientos sistemáticamente.

Basta con que a alguien no le encaje en su absoluta sabiduría el comentario escrito por otra persona para atacar a ambos con saña, el creerse tan por encima del bien y del mal como para entrar en conversaciones que no tienen nada que ver con nosotros para atacar las creencias, los gustos o las ideas de

los demás simplemente por esa supuesta superioridad moral que concede el comulgar con la dictadura de lo políticamente correcto.

Lo que no parecen entender estos absolutistas de la opinión, es que todos en esta vida tenemos nuestro *Pepito Grillo* en el hombro dictándonos esas grandiosas ideas que adoptamos como nuestras. Todos somos, en mayor o menor medida, un ente manipulado por alguien o algo más inteligente que nosotros, o si nos gusta más la expresión, con más tiempo que nosotros para meditar las cosas.

Este año se presenta con varias elecciones a la vista y esas maquinarias de crear opiniones y de echar a pelear los unos contra los otros van a terminar con eficiencia el trabajo que llevan realizando concienzudamente varios meses. Me temo que este ambiente crispado se pueda convertir en violento, que las palabras pasen a los hechos como en algunos casos extremos ya está ocurriendo.

Por tanto, al 2019 le pido que no nos dejemos manipular como marionetas, que respetemos las creencias y la fe de las personas, las ideas, los sentimientos. Que tengamos la suficiente personalidad para sacudirnos el *neofeudalismo* que vivimos de *paga tus tributos y muere por tu señor...* En definitiva, que seamos libres respetando la libertad del prójimo y sobre todo, que seamos educados. Ω

repostería natural por encargo

catering para particulares ... desayunos, brunch, almuerzos, cenas, celebraciones familiares, ... te damos un curso? ...

catering para empresas ... desayunos, coffee break, almuerzos adaptados a tus reuniones, copas, cursos de cocina, team building, ...

“desayunos viajeros” y paquetes de regalo cargados con la mejor repostería natural entregados dónde y cuándo nos digas

... y si algo no está en la lista ... pregúntanos!!



s p



kitchen lobby
calle Peñalara 1 de Pozuelo

www.sonrisasperdidas.com

sp@sonrisasperdidas.com

tfn. 689.80.72.33



UN EQUIPO DE PROFESIONALES PARA CUIDAR DE TU SONRISA

Dr. Moreno Pérez
Odontólogo General
Implantólogo

Dr. Moreno Muñoz
Odontólogo General
Periodoncista

Isabel García
Atención al paciente

Pablo Nuño
Director Clínica

Dra. Palma
Ortodoncista
Invisalign Provider

Dra. Perez
Odontóloga General
Implantóloga

Dra. de Miguel
Odontóloga General



ESPECIALIDADES, UN EXPERTO PARA CADA ÁREA



Odontología General – Estética – Implantología – Prótesis – Ortodoncia

CLÍNICA POZUELO ESTACIÓN

C. Benigno Granizo, 3

91 805 67 87

CONSULTA , REVISIÓN,
DIAGNÓSTICO PERSONALIZADO
Y LIMPIEZA

**SIN COSTE
Y SIN COMPROMISO**

PLATOS PERSONALIZADOS
ALQUILER DE CÁMARAS
PRODUCCIÓN DE PROGRAMAS



www.averall.es

PRODUCIMOS
TU PROGRAMA
A MEDIDA

C/ VALLE DEL TORMES, 2 - LOCAL 105 - CIUDAD COMERCIAL LAS LOMAS - BOADILLA DEL MONTE - MADRID

LEON@AVERAL.ES - 691 816 351



Cosas de Pozuelo: **Adolfo Moreno**

Portavoz del Grupo Municipal
CIUDADANOS

El cambio llegará a Pozuelo de Alarcón en 2019

ESTAMOS CONVENCIDOS QUE EL AÑO 2019 SERÁ UN AÑO HISTÓRICO PARA POZUELO de Alarcón, un año donde después de décadas de gobierno conservador se dará paso a una nueva etapa política donde deberán de abrirse las puertas y ventanas de nuestra administración municipal y donde se llevará a cabo una gestión más justa y eficaz de los recursos públicos locales

Una nueva etapa en nuestra ciudad donde se pasará página de cerca de cuarenta años de amiguismos, de clientelismos, de un gobierno incapaz de escuchar, de pactar, ni de negociar con nadie, ni con la oposición, ni con las asociaciones vecinales y culturales, ni con la sociedad civil de nuestra localidad, un gobierno conservador que después de varias décadas en el poder no ha sabido establecer en nuestra ciu-

dad ni una identidad común donde nos reconozcamos todos los vecinos, ni un proyecto atractivo e ilusionante para los pozueleros.

Son momentos en España donde el viejo bipartidismo del PP y del PSOE se resiste a morir, ambos partidos responsables de que a través del fracaso de sus políticas, los casos de corrupción y la ineficacia de su gestión hayan dado alas a los populismos, tanto de derechas como de izquierdas, que de manera irresponsable intentan trasladar a la ciudadanía sus “fáciles soluciones”, igualmente a una situación de quiebra constitucional a través de la complacencia durante décadas con los partidos independentistas, poniendo en grave riesgo la unidad de nuestra nación.

Frente a esta situación emerge Ciudadanos, un partido de centro, moderado, sensato, constitucionalista y europeísta que entiende, sin lugar a dudas, que la política municipal llevando a cabo una gestión moderna, transparente y eficaz de las ciudades son elementos imprescindibles para el progreso de nuestros ciudadanos, dentro de la unidad de nuestro país y de la Unión Europea.

Desde Ciudadanos hemos trabajado duro en la oposición al gobierno local conservador del Partido Popular en Pozuelo, hemos propuesto decenas de iniciativas de política útil para nuestros vecinos, hemos denunciado las injusticias y la falta de transparencia allí don-



de hemos comprobado su ausencia, pero siempre alejados de los enfrentamientos partidistas o ideológicos sin sentido, proyectos centrados en la mejora de Pozuelo y en el incremento del bienestar de sus residentes. Buscando siempre lo que nos une y no lo que nos separa.

Pozuelo de Alarcón tiene importantes retos que solucionar en el presente y en el futuro en materia de movilidad (atacos recurrentes, aparcamientos disuasorios, nuevos carriles de viabilidad, etc) en seguridad ciudadana (protección a las urbanizaciones, lucha contra el vandalismo y los delitos contra la propiedad), medioambientales (disminución de la contaminación y el ruido, cuidado de los espacios naturales), transporte (nuevos modelos de conexión con Madrid y alternativas al uso intensivo del vehículo privado), vivienda (mayores oportunidad para que nuestros jóvenes residan en nuestra ciudad), y así podríamos continuar con una larga lista de materias donde hay que trabajar con decisión e ideas nuevas.

También es muy importante resaltar que los ayuntamientos son la primera línea de actuación para llevar a cabo las políticas sociales necesarias para la protección y el bienestar de sus residentes, y en esta línea se debe de avanzar con decisión en el cuidado a nuestros mayores, las nuevas nece-

sidades de atención para las clases medias trabajadoras, la conciliación familiar o el apoyo a nuestros jóvenes ante las adicciones, todas ellas, puntos que forman el vector principal que guiará a Ciudadanos.

Estas soluciones solo pueden ser llevadas a cabo desde nuevas propuestas municipales y desde luego a través de la negociación con otras administraciones con una interlocución responsable y realista, pero con la adecuada firmeza para la defensa de los intereses de nuestros vecinos. Alejadas en todo caso de los favores políticos, el postureo y las componendas a las cuales nos tiene acostumbrado el Equipo de Gobierno local durante sucesivas legislaturas.

Sin ninguna duda quien mejor puede conseguir estos objetivos es un partido sin mochilas, sin favores debidos, alejado de populismos y soluciones milagrosas, que haga del pacto y de la negociación con otros grupos políticos, vecinos y asociaciones su principal línea de trabajo. Un partido centrado en Pozuelo de Alarcón.

Vamos a seguir trabajando con fuerza e ilusión para que el año 2019 sea el año del cambio que nuestra ciudad y sus vecinos se merecen.

Permítanme trasladarles mis mejores deseos para el año 2019. Ω

Propuestas útiles para mejorar Pozuelo

- o Bajamos los impuestos del IBI y de vehículos.
- o Línea de autobús exprés para conectar con Moncloa y Príncipe Pío.
- o Eliminación de las torres de alta tensión que atraviesan el municipio.
- o Pantallas contra el ruido en la Vía de las Dos Castillas y M-40.

f Cs Pozuelo de Alarcón @CsPozuelo
 ✉ gmciudadanos@pozuelodealarcon.org



Adolfo Moreno
 Portavoz Ciudadanos
 Pozuelo de Alarcón

Ignacio Aguado
 Portavoz Ciudadanos
 Comunidad de Madrid





Paseando por Pozuelo: **VOX Pozuelo**

VOX Pozuelo, buscando soluciones con las diferentes Asociaciones

DESDE VOX POZUELO QUEREMOS DENUNCIAR Y LLAMAR LA ATENCIÓN SOBRE LA FALTA DE COMPROMISO POR PARTE DEL ACTUAL EQUIPO DE GOBIERNO DEL AYUNTAMIENTO de Pozuelo de Alarcón a la hora de dar respuesta y solución a los diferentes problemas que vienen denunciando las diferentes asociaciones de vecinos y urbanizaciones existentes en el término municipal de Pozuelo de Alarcón.

VOX Pozuelo se ha puesto a trabajar de forma determinante, reuniéndose con los diferentes representantes de asociaciones del municipio con el fin de ver qué soluciones de futuro se pueden dar a raíz de sus reivindicaciones, de-

tectándose que el denominador común de las quejas, por encima de los problemas particulares de cada zona, son la falta de compromiso y determinación a la hora de gestionar sus reclamaciones por parte del actual gobierno.

Es evidente que cada asociación se queja o reclama soluciones diferentes a sus problemas, aunque en algunas de ellas los problemas son coincidentes con independencia de lo sean por causas distintas, como es el tema de la seguridad ciudadana, el aparcamiento y la movilidad en las diferentes áreas.

Está claro que el Ayuntamiento de Pozuelo no es capaz de gestionar un plan estratégico y ambicioso de futuro en lo que se refiere a la gestión integral de

la ciudad, que va desde la movilidad del peatón, del vehículo privado, del transporte público, de la movilidad de nuestros mayores y de la accesibilidad. En definitiva, hacer una ciudad más cercana, y que aborde los problemas medioambientales que ya se están generando.

El Partido Popular no tiene soluciones para dinamizar las zonas comerciales de Pozuelo pueblo y Pozuelo estación, y generar las dinámicas de movimiento entre las diferentes zonas para conseguir que los vecinos acudan al centro, con el fin de impulsar el pequeño comercio. Tienen abandonado al pequeño comerciante.

VOX Pozuelo es consciente del futuro que se nos avecina en los próximos años, a corto y medio plazo, debido a la falta de gestión para crear ciudad que ha habido en los últimos diez años, añadiéndose a esto un modelo de crecimiento descontrolado basado en el ladrillo, y sin tener en cuenta las necesidades reales de Pozuelo de Alarcón y de sus vecinos.

El actual gobierno del Partido Popular en el Ayuntamiento está agotado, sin fuerzas y sin el apoyo de sus vecinos; ha estado de perfil en todos estos últimos años en lo que se refiere a los problemas que se generan en Pozuelo de Alarcón por su proximidad a Madrid, sus conexiones de transporte con la gran ciudad y su ubicación como zona de paso a diario de miles de vehículos y personas camino de Madrid.

En VOX Pozuelo queremos acabar con todo esto. Sabemos lo que demandan los vecinos y estamos al lado de ellos, sabemos como hacer ciudad, tenemos la preparación y sobre todo tenemos la energía, las ganas y la determinación de cambiar las cosas en beneficio de nuestros vecinos. Ω



MOLINASECA
supermercados

10%
DESCUENTO
en tu primera compra online

www.molinasecaonline.com

CARNE DE PRIMERA CALIDAD

GASTOS DE ENVÍO GRATIS

C/ Valtravieso nº 10
ARAVACA
913 574 460

C/ Francia nº 8
POZUELO DE ALARCÓN
913 514 553

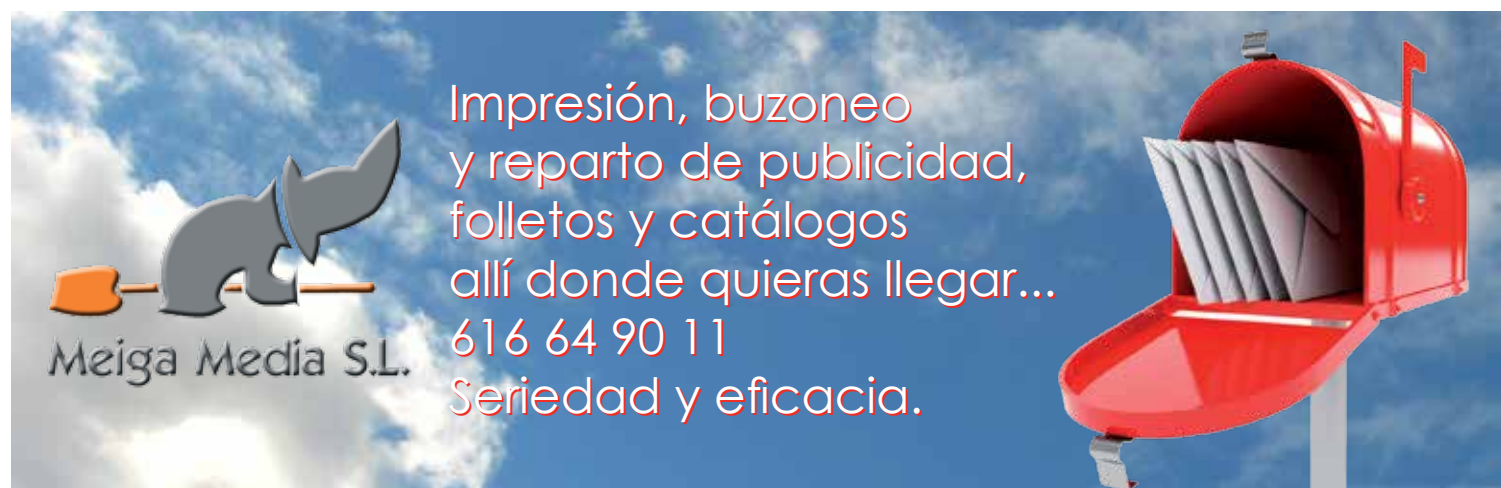


FISIOTERAPIA EN POZUELO

Fisioterapia- Rehabilitación
Osteopatía- Kinesiología

Avenida de Europa, 24 Pozuelo de Alarcón

91 715 65 39/663 079 336 www.fisioterapiaenpozuelo.com



Meiga Media S.L.

Impresión, buzoneo
y reparto de publicidad,
folletos y catálogos
allí donde quieras llegar...

616 64 90 11

Seriedad y eficacia.



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



—Ángel ¿Conoces Pozuelo?

Conozco muy bien Pozuelo, llevo vi-
viendo aquí desde el año 82 pero vi-
niendo al colegio, el Liceo Sorolla,
desde antes del 75. Yo vivía en aluche,
veníamos en el autobús por una carre-
tera comarcal, me acuerdo perfecta-
mente.

**—¿Desde cuándo perteneces al ayun-
tamiento?**

Fui concejal del 2003 al 2007 hasta
que me fui a Perú y Ecuador a trabajar
en mi profesión que es la Cooperación
Internacional. Volví en 2013 y en 2015
me eligieron candidato y ahora repito.

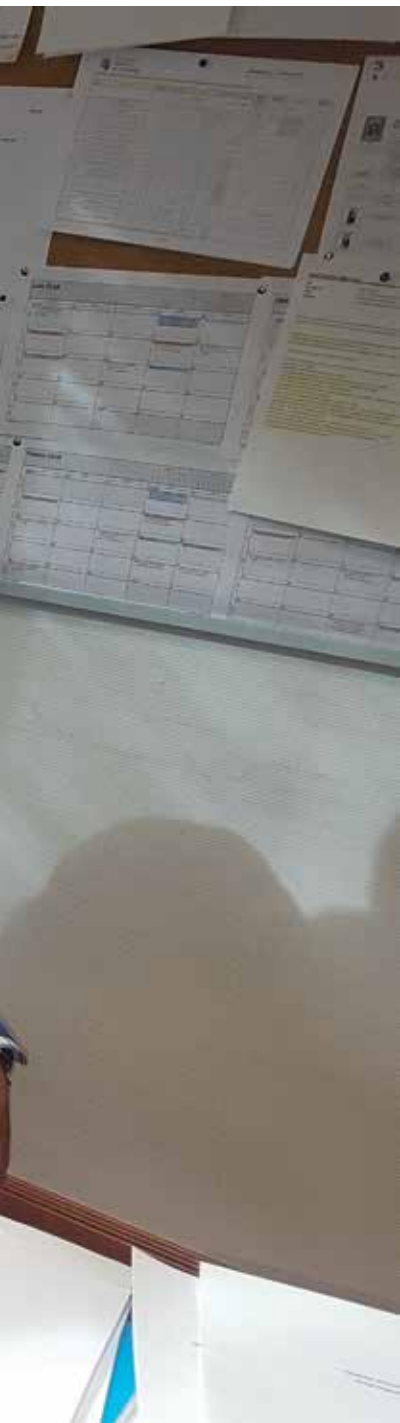
Contando la próxima legislatura serán
12 años.

—¿Qué te hace seguir en Pozuelo?

Yo pertenezco al Partido Socialista, con
el que se puede estar más o menos con-
forme pero es verdad que tenemos una
voluntad clara de gestión, de gobierno
tanto a nivel nacional, regional como
local. Aquí represento unas siglas y en
Pozuelo hay una alta población que
requiere algunos planteamientos que
hacemos y estos tienen que tener una
representación. A mí me apasiona la
política desde pequeño y en mi familia
he bebido ese ambiente.

**—¿Cómo veis vuestro trabajo en es-
tos cuatro años?**

Hemos realizado un trabajo que ha
estado bastante bien en lo técnico, es
verdad que llevábamos un programa
muy depurado, era bastante bueno.
Nos costó mucho hacerlo pero lleva-
mos toda la vida en el ayuntamiento.
Hemos intentado recuperar ese pulso
de la calle que en algunos momentos
habíamos perdido. Hemos intentado
reconectar con las peñas, asociaciones,
colectivos diversos del pueblo y de la
estación. Procuero estar en todo lo que
se vive en Pozuelo.



Ángel González Bascuñana candidato por el PSOE a la alcaldía de Pozuelo

EL CANDIDATO POR EL PARTIDO SOCIALISTA REPITE POR SEGUNDA VEZ CONSECUTIVA SIENDO LA TERCERA QUE SE PRESENTA. LICENCIADO EN CIENCIA POLÍTICAS Y MASTER EN COOPERACIÓN INTERNACIONAL Y EN DIRECCIÓN DE EMPRESAS, ES EL PRIMER ALCALDABLE OFICIAL DE TODOS LOS PARTIDOS QUE SE PRESENTAN A LAS ELECCIONES MUNICIPALES DE MAYO DE 2019.

Por Carmen Millán @carmenmillan_7

—¿Cómo se vive la política municipal?

Todo el que se quiera dedicar a la política debe tenerlo claro, en la política local las siglas son importantes, sobre todo en un municipio como Pozuelo que existen grandes áreas donde la gente no conoce quien es el Alcalde ni los concejales, pero existe un núcleo muy grande como puede ser el pueblo, la estación, Húmera, algunas colonias, determinadas urbanizaciones donde sus habitantes se preocupan por saber quienes gobiernan y ahí las siglas no sirven de nada, cuenta el candidato, la empatía que pueda tener, que conozca

el municipio, sus problemas...

—¿Qué hace falta para solucionar los problemas de Pozuelo?

Voluntad política y que el equipo de gobierno conozca bien Pozuelo.

—¿Qué necesita tener un candidato?

Mucha capacidad para escuchar y ser empático porque al final la política municipal es la más directa que existe. Son problemas del día a día que hay que buscarles solución y lo que no se puede hacer es aislarse. Hay que interiorizar los problemas para buscar alternativas, no hay nada que inventar ya está todo inventado, buenas prácticas

hay a millones y a los problemas buscar la solución que se adapte al municipio.

—¿Qué lleváis en vuestra propuesta electoral?

Llevamos unas propuestas muy amplias, pero los tres ejes principales son la desigualdad, medioambiente en su amplio sentido y el tema de la vivienda. Luego hay algunos muy específicos de Pozuelo como es el tema de la universidad que, aunque no lo parezca, somos ciudad universitaria con más de 20.000 alumnos que vienen a diario y es una pena que no lo estemos aprovechando y es porque vivimos de es-

paldas a ellos. Hicimos una propuesta en el pleno para que el ayuntamiento construyera una residencia de estudiantes cerca del pueblo, por un lado para dinamizarlo y activar el tejido empresarial que es obvio que está bastante abandonado.

—¿Cómo crees que serán vuestros resultados en las próximas elecciones?

Creo que vamos a mejorar. Nunca he sido partidario de salirme de la realidad pero la dinámica nacional encamina por ahí y el trabajo que hemos realizado estos cuatro años tiene que tener un fruto.

—¿Y respecto al resto de partidos?

Creo que el Partido Popular pierde la mayoría absoluta, ellos mismos lo saben y te lo dicen abiertamente. A partir de ahí el abanico es inmenso. Va a entrar una nueva fuerza política que es Vox, probablemente Ciudadanos avance algo más de lo que tiene y dentro de la izquierda nos mantendremos las dos fuerzas que estamos actualmente y habrá que ver cómo queda.

—Si pierden la mayoría absoluta ¿Estarías dispuesto a pactar?

Sin lugar a dudas y lo digo de forma totalmente abierta. Si se dieran las circunstancias haría lo posible por que el pacto se produjese. Lo saben ellos, tanto Ciudadanos como Somos.

—¿No crees que el pacto del PSOE a nivel nacional con partidos independentistas os puede afectar?

Lo que se está haciendo desde el Psoe a nivel nacional es lo más prudente que se puede hacer y en esto me meto en una carretera con curvas. Yo me considero internacionalista, creo que el independentismo catalán se está equivocando de cabo a rabo y les perjudica, sin embargo creo que el escenario en el que nos estamos moviendo actualmente en Cataluña hace que haya que tomar medidas de bajar la temperatura sobre todo para que el independentismo pierda porcentaje de voto porque al final eso va a ser lo fundamental, que en las próximas elecciones catalanas que se produzcan el independentismo ya no esté casi en el 50% sino que baje al 30% o que incluso baje al 14% que es donde estuvo hace no demasiados años.

Es verdad que tampoco podemos ceder a chantajes, el Gobierno de la Nación tiene que ser claro y desde luego ante una situación de ruptura absoluta habrá que ser contundente y utilizar los cursos que tiene el estado que pasa por la Constitución.

—En definitiva ¿Crees entonces que

os puede favorecer aquí?

Yo te he dicho mi opinión, ahora, si lo trasladamos al perfil medio ideológico de Pozuelo, es verdad que puede ser complicado. Pero en política hay que tomar decisiones y lo que hay que estar es convencido de las decisiones que se toman.

—Pozuelo es un municipio taurino y tradicional ¿Compartes las declaraciones de Ábalos sobre estos temas?

No, las tradiciones hay que mantenerlas y es fundamental el respeto hacia ellas y hacia los que no las comparten. Si es cierto que hay determinados espectáculos con animales que convendría ponerlos entre paréntesis pues tienen una cierta violencia hacia el animal. La tauromaquia forma parte de nuestro ADN cultural y por lo tanto hay que mantenerlo, con unas regulaciones, pero debe mantenerse.

—¿Te gustan los toros?

He disfrutado en algunos momentos, es verdad que ahora no voy tanto como fui en un pasado con mi padre. Es un espectáculo que no me desagrada pero no soy un fanático.

—Mirando desde tus ojos de niño ¿Te veías como estás ahora?

España ha cambiado mucho desde que yo era pequeño. Siempre he tenido una tendencia muy definida hacia la política, estudié Ciencias Políticas. Particularmente me hubiera gustado ser Embajador, hubiera sido mi top, no ha podido ser y me encaminé por lo que estaba más cerca que es la Cooperación Internacional. Pero a la política siempre la he tenido como referencia.

—¿Quién va en las listas para estas elecciones?

Aún no se sabe, hacemos un proceso de primarias. Somos una agrupación muy dinámica. La idea es que continuemos el equipo, somos personas que conocemos Pozuelo.

—¿Cuántos afiliados sois?

Entre 200 y 220.

—Teniendo en cuenta que son meras suposiciones ¿Te atreverías a dar datos de los resultados electorales?

Bueno, me estaría apretando a mi mismo el cinturón. Si hacemos el cálculo rápido el PP se podría quedar en 10, si le damos 2 concejales a Vox y 2 más a Ciudadanos. En el caso de Vox es difícil hacer un pronóstico sin una presencia previa, pero les quedan cinco meses para las elecciones y de momento no se les conoce candidatos y tendrían que hacer toda una labor de conexión a no ser que fuese alguien muy conocido ¡ojo!

—¿Cómo ves a Pozuelo?

Decir que en Pozuelo se vive mal es una estupidez, hay gente que vive mal pero en sentido general no. Pero tiene un margen de mejora importante. Pozuelo podría ser un ejemplo de ciudad referencia en muchos aspectos. En el tema de la solidaridad, que es mi campo, no tiene sentido que se dedique un 0.02%, 10.000 ridículos euros al año a temas de cooperación internacional. Pozuelo podría ser un referente absoluto a nivel nacional incluso europeo reflejando su nombre en diferentes proyectos a realizar en otros países y contribuyendo de una manera clara al tema de la solidaridad, de la reducción de la pobreza, medioambiental, movilidad, de la vivienda...

—¿Cómo ves el tema de la vivienda?

¿Cuál sería vuestra solución?

Podríamos ser un municipio en el que nuestros jóvenes no se fueran de Pozuelo como lleva ocurriendo mucho tiempo pero ahora especialmente. Hay varias cosas que hacer, primero las administraciones públicas tendrían que intervenir en el mercado porque lo que oferta el mercado por la vía privada no es lo suficiente para generar un equilibrio. Dar una oferta de vivienda en alquiler que sea asequible. Los precios están disparados en toda España pero aquí de manera especial. Una pareja joven que ganen entre los dos 2000€ no se lo puede permitir. Luego hay otras maneras, como ampliar los años en el contrato de alquiler, ayudas a la rehabilitación de viviendas... Nosotros estuvimos en el despacho de Paloma Tejero negociando en octubre de 2015 la moción aprobada de ayudas a la rehabilitación de viviendas de más de 40 años y no se ha realizado absolutamente nada estando aprobado, porque no han querido.

Es cierto que no hay una obligación legal pero si moral, después de que estuvieran aprobadas, de que nos obligaran a enmendar la propia moción... y repito, no se ha realizado absolutamente nada.

—¿Cómo lleváis el tema de la comunicación local?

Por suerte, ahora, contamos con medios como vosotros, El Correo y otros que estais en una posición de apertura de abrir las opiniones de otros partidos.

Recuerdo etapas en las que te publicaran una nota de prensa era motivo de descorchar el champang, era absolutamente imposible. Ω

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.



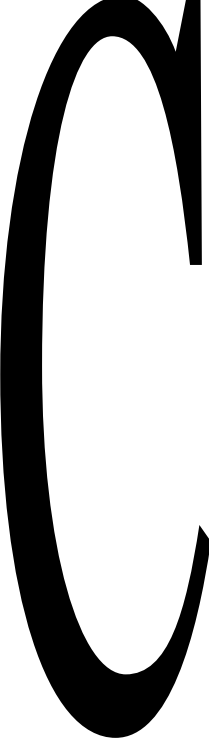
RESERVAS: 913521998/917157622
casatererestaurante@gmail.com

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

Ayanta Barilli:
“El amor sin sexo
es doloroso y el sexo
sin amor es menos
interesante”

Por Katy Mikhailova
@mikhailovaKaty





Conversaciones con la finalista del Premio Planeta 2018 que transcribe en su último libro la historia de su bisabuela, abuela y madre para conocer de dónde viene y hacia dónde se dirige. Se trata de un Baúl de recuerdos y emociones, en el que no faltan las preguntas sobre su padre Fernando S. Dragó, y en el que el sexo y el amor son preguntas obligatorias.

“Lo más importante en la vida es el amor y la familia”, esta podría ser una de las grandes frases que se encuentran en Internet cuando se googlea el nombre de Ayanta Barilli (Roma, 17 de febrero de 1969), finalista Premio Planeta 2018, con la célebre novela (con una base autobiográfica) ‘Un mar violeta oscuro’, que ya va por su tercera edición.

Ayanta nos recibe en su casa de Madrid. Nada más adentrarme en su domicilio, me encuentro con un gato durmiendo cerca del sofá. No dudo en abalanzarme sobre él, con permiso de su dueña, y a entablar una comunicación sobre felinos: recordando el famoso libro de su padre, Fernando Sánchez Dragó (quien fue protagonista de El Baúl hace casi 2 años), ‘Soseki, inmortal y tigre’. “Tengo otro más”, cuenta Ayanta, quien me explica que su amor por los gatos viene también de la línea materna.

“Sabía muy poco de la línea femenina italiana, y necesitaba investigar quiénes eran las mujeres para saber quién soy yo”, explica sobre cómo surge la idea (o casi necesidad) de transcribir su pasado. “Si quería liberarme de mi tristeza, debía conocerme mejor” (frase extraída de la novela).

Y es que Ayanta, ya desde los 18 años, ha realizando “intentonas” con este gran relato; pero no fue hasta hace 6 años que, tras todo un trabajo de investigación para encontrar las respuestas a sus preguntas y, en suma, encontrarle a ella misma, lo ha conseguido.

El libro se centra en la historia de su bisabuela, Elvira; de su abuela, Ángela; y de su madre Caterina (con personajes secundarios, como su tía Carlotta). Ayanta, presente en todas estas historias, va contando en primera persona quiénes eran cada una de ellas: cómo eran víctimas de la época que les tocaba vivir, tratando sus miedos, sus virtudes, sus inseguridades, sus grandezas... pero la dificultad de esta joya literaria reside en el hecho de tener que recomponer esas historias, sin poder entrevistarlas a ellas directamente. De hecho, su madre falleció cuando Ayanta apenas tenía 9 años. Por lo que se ve en la tesitura de recrear un diálogo con Caterina para comprender y conocer quién era su madre.

“Es un proceso difícil y alentador, porque cuando empiezas a tirar del hilo, te vas conociendo a ti misma”, cuenta. Y es que, en palabras de la escritora, arrastramos muchas cosas de nuestros antepasados, aun sin saberlo, que nos dominan y nos condicionan absolutamente.

Partiendo de cartas, fotografías, postales, libros autoeditados (como el de su abuela)... y, en el caso más complejo (a mi modo de ver), el de su madre, un diario, puede recrear así la que es su primera novela, basada en hechos reales (aunque siempre dejando la duda de qué es ficción y qué es real). Sobre esto último, asegura Ayanta “que sólo sus hijos lo saben”.

Más de uno se preguntará con cuál de esas 3 mujeres Ayanta encuentra más

parecido. Y la respuesta es casi imposible, porque se siente “muy Elvira” cuando transcribe el relato de Elvira, y se siente “muy Ángela” cuando se centra en su historia, y, por supuesto, “muy Caterina” cuando conversa con su madre. “La conclusión es que hay una única mujer”, completa, siendo Ayanta, en cierta forma, una suma de todas ellas.

“Tenemos muy poco tiempo, y hay que valorar lo que realmente importa”, podría ser la principal misión de ‘Un mar violeta y oscuro’.

Las “mujeressilenciadas” desupasado

Su historia, su biografía, y tal como la recoge en estas 400 páginas, muestra el empoderamiento de la mujer, limitado por el imaginario social colectivo de la época que le corresponde a cada una. Lejos de caer en el feminismo (con esa connotación peyorativa que se le puede asignar), cuando se dispone a escribir este libro aún no existían los movimientos como el #MeToo. Ayanta nunca tuvo la intención de escribir una novela que refleja un claro componente feminista, pero no hay otra forma de narrar ese pasado, protagonizado por mujeres con carácter, decididas y llenas de vida.

Ayanta, de alguna forma, da voz a esas “mujeres silenciadas”, como ella misma indica. Sin caer en la defensa de la mujer a través del ataque al hombre, este sería un mero reflejo de cómo la época de cada mujer condiciona el rol de la misma, y como tales mujeres se rebelan ante ciertas injusticias.



Ven, que no te lo cuenten

Acuario
Nickelodeon Adventure
Pista de ski
Cines Cinesa Luxe
Moda
Y mucho más...

intuxanadu.com

Autovía A5, salida 22
Autobuses 528, 534, 539,
541, 545, 546, 547 y 548



Ayanta Barilli, finalista del Premio Planeta.

“Caterina fue una mujer que tuvo el privilegio de tener una educación muy buena, y además una educación absolutamente feminista, consciente de todo lo que había, se desarrolló en su juventud en una Italia de los 60 y 70, donde la mujer vivía de una forma absolutamente libre”, desvela. “Ella misma vuelve a caer en unos errores que ya había tenido las dos mujeres anteriores que la precedieron; y sí me interesaba analizar hasta qué punto la educación y los patrones familiares se repiten independientemente del paso del tiempo”, añade. Ayanta, en suma, se ha limitado a contar una historia desde el punto de vista de cuatro generaciones.

¿Qué opinas del Feminismo? Le pregunto. “Del feminismo no hay nada que opinar. Creo que nadie está en contra (en esta sociedad nuestra) de la libertad de la mujer y de la igualdad. En este sentido, entiendo que todo el mundo (o casi todo el mundo) es feminista. Creo que si estas historias las relatará un hombre, también sería una

novela feminista. Hay una serie de hecho que, independientemente de ser mujer, antaño se consideraban normales y que ahora se consideran un delito, y esto no es discutible.

Reviviendo a su madre, Caterina Barilli: otra manera de conocerse

Ayanta pierde a su madre con apenas 9 años: “sobre todo lo que me obsesionó fue la pérdida de la memoria”, refiriéndose a la memoria que tenía hacia ella. Cuenta que, cuando fallece, se mudaron: “antes de abandonar aquella casa, hice un mapa de cómo era para recordarlo siempre. Es terrible el olvido”.

En ‘Un mar violeta y oscuro’, una de sus tareas principales (en sus palabras, por “necesidad” y “curiosidad”) era revivir a su madre: “cuando eres niño y se muere un familiar cercano, es terrible no poder conocer a esa persona como ‘adulto’”.

“Ese rato que no he tenido con mi madre, lo he reconstruido con ella en esta novela”, confiesa, gracias a contar con su diario, con cartas y otras fuentes de

información. “Casi como un ejercicio de exorcismo, he reconstruido su vida, y me he podido tomar ese café largo, consiguiendo preguntarle y ella responderme. He estado acompañada por ella durante muchos años, pasando todo el tiempo que he querido a través de sus letras”.

—¿Todo, todo? ¿No has llegado a un límite en donde, a partir de ahí, nos has obtenido respuesta?

Hay algo incomprensible en el ser humano. Hay preguntas sin respuestas, aún estando vivo. Pero la gran pregunta que me hago y cuya respuesta no obtengo es ‘por qué se dañó a ella misma de esa manera.’

—¿A qué olía tu madre?

A pastel, a dulce.

—¿Cuál es el recuerdo que con más cariño guardas de ella?

Yo era una niña que tenía muchísimos problemas de asma. Y pasaba larguísimas temporadas en hospitales. De hecho, he desarrollado una fobia a los hospitales. Recuerdo que una vez llegó la hora de la siesta y nos escapamos.



SEGURIDAD
SERVICIOS AUXILIARES

GRUPO SERCON

Seguridad y servicios auxiliares

ESPECIALISTAS EN COMUNIDADES DE PROPIETARIOS:

SEGURIDAD - VIGILANCIA
SERVICIOS DE CONSERJERIA
SERVICIOS DE LIMPIEZA
SERVICIOS DE JARDINERIA
MANTENIMIENTO DE PISCINAS



20 AÑOS VELANDO POR SU SEGURIDAD

91 528 68 22 (Atención 24 horas) WWW.GRUPOSERCON.COM



Discurso 20 aniversario

Nos escapamos sin zapatos. Me cogió en brazos y me sacó de ahí. Yo le preguntaba por los zapatos. Y ella me contestó: 'cuando uno se escapa de un hospital, se escapa sin zapatos.'

—Siendo por la línea materna italiana, ¿te sientes más italiana que española?
Me he criado en Italia. He vivido en Italia hasta los 12. Y esa es mi infancia. Luego me mudé a Madrid. Y de los 17 hasta los 21, otra vez en Italia. Todos los años voy varias veces, y paso todas las vacaciones en Italia. A mis hijos les hablo en italiano. En mi familia dicen que soy dos mitades, incluso cuando hablo en italiano dicen que me expreso de otra forma. No sabría quedarme con una de las dos, no sabría ni que-rría, me gusta esa 'doble'.

Como escudo un libro y como espada una pluma: la influencia de su padre **F. S. Dragó**

El libro apenas trata la línea paterna (indirectamente sí). Me cuenta que, antes de mandar la novela a Planeta, primero le mandó un manuscrito a su padre. Confiesa que tenía cierta preocupación de si le iba a gustar o no. Y finalmente le pareció muy acertado. Cuando recibe la notificación de que es una de las 10 finalistas al Premio Planeta, asiste con su padre y su marido a la Gala sin contarles nada, siendo para ellos todos una sorpresa.

En diferentes entrevistas Ayanta declara que, cuando se dispuso a escribir esta novela, decía que estaba “escribiendo el Premio Planeta”. En esta línea, aun con dosis de broma lo anterior, asegura creer en la famosa Ley de Atracción: “cuando uno pide ‘bien’ los deseos, las estrellas confluyen”.

“Tener como escudo un libro, y una espada de pluma” ha sido una de las grandes aportaciones de su padre. Teniendo padres que se dedican a las palabras, y a codificar y decodificar la realidad a través de aquellas, raro habría sido que Ayanta no hubiera seguido por este camino.

Con su padre hace ya algunos años han escrito el libro ‘Pacto de sangre’, un auténtico éxito. ‘Un mar violeta y oscuro’ sería su primera novela como tal.

A mi pregunta de qué parecidos encuentra con su padre a la hora de escribir, responde que “todos y ninguno”: “soy su hija y me he criado con él. Somos dos escritores muy diferentes”.

De danza, teatro y radio

Más allá de esta célebre novela, que casi podría responder a un Baúl de Katy sin la presencia de la autora, la

historia de esta romana-madrileña está llena de arte y grandes sorpresas. Ha estudiado ballet clásico con Víctor Ullate quien, en palabras de la comunicadora, “es uno de los grandes maestros”. El ballet fue su primera pasión cuando era pequeña. La danza te aporta, tal como explica, un aprendizaje sobre la creatividad y te enseña la disciplina. Sin estos valores y lecciones de vida, no habría podido acabar esta novela, por ejemplo.

Ayanta ha vivido una evolución pasando de la exposición física como actriz a figurar “en ningún lado” y a “ocuparse del teatro entre las cajas”, confiesa, en relación a su etapa en el mundo del teatro y la dramaturgia.

Con esta última tendencia vital, la del anonimato, se empezó a encontrar muy cómoda en la radio (al menos en la que se hacía antes del boom de las redes sociales y el streaming): en donde es la voz y el oyente. Nadie ve pero sí siente. Y eso a Ayanta le encanta.

Por eso, en estos momentos, su dedicación también a la escritura le permite continuar con esa intimidad soñada (y alcanzada).

Su proceso creativo con la escritura funcionada a menudo “rodeada de gente pero en soledad”.

Del silencio; de la física y la metafísica; del sexo y amor; de la felicidad y los miedos

—¿Qué has aprendido del silencio?

Que es muy necesario. Estamos constantemente interrumpidos por el ruido. Mi móvil, de hecho, siempre lo tengo en silencio.

—¿Tienes fantasmas que te rodeen?

Me gustan los fantasmas. Son una fuente creadora extraordinaria.

—¿Y el miedo?

Sí no te paraliza, sí.

—¿Cuál es tu mayor miedo?

Que les pase algo a mis hijos. (Ayanta tiene 2 hijos, Caterina y Mario)

—Durante años has presentado ‘Es amor’ en esRadio. ¿Qué es el amor y qué tipos de amor has descubierto?

El amor familiar; el amor hacia un hombre (como en caso), el amor hacia uno mismo, el amor hacia una vocación. Todo esto me alimenta. El amor es un arte. Por eso hice aquel programa durante tantos años, porque me interesaba muchísimo escuchar a la gente sobre este tema. Por amor uno acaba siendo la persona menos amable y menos amada del mundo, al mismo tiempo. Y escuchar todas esas voces que llamaban al programa fue muy aleccionador: me hizo reflexionar so-

bre mí misma. Las personas que han conocido el amor de pareja, cuando les preguntas cuál es el truco (esa pregunta tan tonta) nunca te saben contestar, porque lo tiene. Todo lo que sigue siendo esa parte tan misteriosa y tan mágica me sigue interesando.

—Desde un punto de vista científico, hay muchas teorías que apunta a cómo se genera ese vínculo afectivo (el amor) a través, por ejemplo, de la segregación de la oxitocina durante la cópula...

Me interesan muy poco. Todo lo que es computable, sobre todo en el amor o en el sexo, me parece que hace que se pierda inmediatamente el interés. Me hablan de oxitocina o de números de orgasmos... y digo “vale, no me interesa”. Se me pasa el deseo de cualquier cosa. Creo que discurrimos por otros lugares mucho más interesantes que esos.

—Pero, con mucha frecuencia, se confunde sexo con amor, y amor con sexo.

Yo, particularmente, pienso que el amor sin sexo es doloroso (en el caso de una pareja), y el sexo sin amor es menos interesante.

—No sé si podemos hablar de religión y si puedo preguntarte si eres creyente...

No he recibido una educación religiosa. En la rama de mi familia italiana eran complementan ateos. En la parte de mi familia española, tenía una abuela muy creyente, pero realmente el espacio de educación sobre la religión no discurría por esos lares. Y el concepto de la espiritualidad era algo mucho más libre, en el que se mezclaban tradiciones occidentales con las orientales. Por lo tanto sí tengo un sentido místico de la existencia, pero no me considero católica, ni budista...

—¿Tampoco atea?

(Duda). Atea tampoco. No tengo ninguna agresividad hacia personas que son creyentes, como les pasa a muchos ateos.

—Transmites felicidad. No puedo clausurar este Baúl sin preguntarte por tu concepto de la felicidad...

Hay dos tipos de personas: las que no hacen lo que dicen que van a hacer, y las que hacen lo que dicen que van a hacer. Creo que las personas que consiguen hacer lo que dicen, tener esa disciplina y voluntad (no hablo de éxito), es para mí la definición de la felicidad. Cuando tengo la sensación del “deber cumplido”, pero un deber autoimpuesto (algo que yo he deseado hacer y lo he hecho, en todos los ámbitos vitales), soy feliz. Ω



“Doy fe, ¡la casa está de lujo! No existe libro de registro capaz de enumerar todos sus detalles. Las habitaciones se avalan por sí solas... ¿no ves qué color y qué poder notarial tienen? Si yo fuese tú, firmaba ya el certificado de últimas voluntades y me la quedaba de por vida.”

Carmen. Notaria

TRANQUILA, NO SE PUEDE SABER DE TODO.

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



35 AÑOS DE EXPERIENCIA



LÍDERES DEL MERCADO



RED INTERNACIONAL

DESCUBRE MÁS EN
WWW.NOSEPUDESABERDETOD.COM

Propósitos para el 2019



Por qué estudiar un Arte

1. La creatividad. Esto puede parecer una obviedad, pero las artes permiten que los niños y mayores se expresen mejor que las matemáticas o la ciencia. Si los niños practican la creatividad, les llegará de forma natural ahora y en su futura carrera.

2. Mejora el rendimiento académico. Está demostrado que los jóvenes que practican artes, tienen cuatro veces más probabilidades de ser reconocidos por sus logros académicos.

3. Las habilidades motoras. Esto se aplica principalmente a los niños más pequeños que hacen arte o tocan un instrumento.

4. Confianza. Si bien dominar una materia ciertamente aumenta la confianza de un estudiante, hay algo especial en participar en las artes. Levantarse en un escenario y cantar les da a los niños la oportunidad de salir de su zona de confort. A medida que mejoren y vean su propio progreso, su confianza en sí mismo seguirá creciendo.

5. Toma de decisiones. Las artes fortalecen la resolución de problemas y las habilidades de pensamiento crítico. ¿Cómo expreso este sentimiento a través de mi baile? ¿Cómo debo interpretar este personaje?

6. La perseverancia. Las artes pueden ser desafiantes. Después de practicar mucho, aprendes que el trabajo duro y la perseverancia valen la pena. Esta mentalidad sin duda es importante.

7. La colaboración. Muchas de las artes, como la banda, el coro y el teatro, requieren un trabajo en equipo. Debemos compartir la responsabilidad y el compromiso para lograr un objetivo común.

8. Responsabilidad. Al igual que la colaboración, en las artes aprendemos que somos responsables de nuestras contribuciones al grupo. Los errores son parte de la vida, aprender a aceptarlos, solucionarlos y seguir adelante.



PERCEBES DE CEDEIRA MARISCOS DE LA RIA

Aperitivos gallegos

VEN A PROBARLOS!!

El Capricho de Galicia
c/ Atenas 2 Int.
Pozuelo de Alarcón
Reservas: 911 996 951

www.galicia.privateweb.es

 @caprichogallego
 elcaprichodegalicia

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
pozuelo@brooklynfitboxing.com

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



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 31/01/2019.*



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



Beneficios de la Haloterapia para la Alergia

Empezamos nuevo año:

Durante los meses de enero, febrero y marzo, los cipreses y las plantas arizónicas son las culpables del picor de ojos y nariz. Las arizónicas ya afectan a un 50 % de los alérgicos en el invierno. Esto puede llevar a la confusión con los típicos catarros o gripes. Su alta presencia ha multiplicado de forma exponencial las concentraciones de pólenes. De la misma manera, se ha incrementado la prevalencia y severidad de la alergia "invernal", según la Sociedad Española de Alergología e Inmunología Clínica.

Nuestras salas o Cuevas de Sal están diseñadas para ayudar a los niños y adultos que sufren de alergias a aliviar sus síntomas de forma natural. Además, conseguirán encontrarse mejor en un ambiente seguro, relajado y divertido. En ellos se combinan los efectos de un Spa con los de un centro de tratamiento. En nuestro centro, adaptado para personas con movilidad reducida, disponemos de tres salas independientes. Para hacer vuestra estancia lo más cómoda posible. La HALOTERAPIA, es una terapia natural complementaria, que consiste en respirar un ambiente saturado por micro partículas de SAL 100% de origen mineral. Está reconocida como terapia clínica en Estados Unidos, Canadá, Italia e Inglaterra. En Rusia forma parte del sistema de salud como terapia oficial.

Os esperamos,



Para solicitar información:
Tfno. 91 2214367
saltroompozuelo@gmail.com
@saltroompozuelo
www.Saltroomspain.com
Calle Segundo Mata, 1
28224 Pozuelo de Alarcón



Beneficios f.a.s.t.

- **Salud**, mejora general de la salud.
- **Tiempo**, importante ahorro de tiempo.
- **Estrés**, reducción de estrés y ansiedad.
- **Hipertensión**, reducción de la hipertensión y de patologías asociadas.
- **Grasa y Celulitis**, reducción de los niveles de grasa y celulitis.
- **Espalda**, reducción del dolor de espalda.
- **Metabolismo**, incremento del metabolismo basal.
- **Lesiones**, ecuperación de lesiones musculares y osteoarticulares.

**20 minutos a la semana
que cambiarán
tu Cuerpo y Vida**



C/ Sevilla, 3
28223 Pozuelo de Alarcón
Telf: 91 352 14 70
pozuelo@fastfitness.es



FISIOTERAPIA CEMTRO

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

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 enero de 2018.

Vístete

esta Navidad

con

AD
Algo Diferente

**moda mujer
joven
tallas grandes**

Plaza del Gobernador 3
Pozuelo Estación



Algo diferente

REBAJAS

**50%
DESCUENTO**

DRA. BEGOÑA FERNÁNDEZ DE ATECA

Médico – Estomatólogo

Estomatología General e implantes osteointegrados
Periodoncia – Ortodoncia

Avda. Juan Pablo II, 25 – 1ªA 28224 Pozuelo de Alarcón (Madrid) Teléfono 91 715 65 02

Horario L – V 9:30 – 20:00 h

LCH

CHARCU
TAPAS & LOUNGE

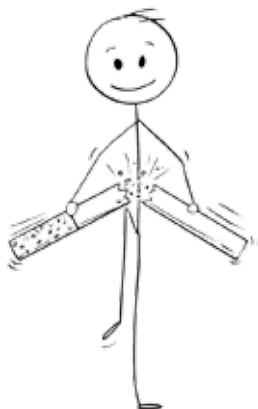
TU NUEVO
ESPACIO
EN POZUELO



Avenida de Europa, 1
28224 Pozuelo de Alarcón
Madrid / Tel. 910123699
www.lchcharcu.com
info@lchcharcu.com
[@lchcharcu](https://www.instagram.com/lchcharcu)



Quedar más a menudo con amigos



Dejar de fumar



Sonreír más y quejarme menos



Beber menos alcohol



Hacer más deporte



No envidiar lo que tiene mi vecino



Ser menos egoísta



No buscar excusas



Tener el valor de fracasar



Salir de mi zona de confort

www.pozueloin.es



Volkswagen



Audi
Service

TALLERES RISCAL

Servicio Oficial Postventa

Polígono Industrial Ventorro del Cano

C/ Vereda de los barros, 25

91 633 30 40 - www.servicioriscal.es



BODY FACTORY

*CONSULTAR CONDICIONES DE LA PROMOCIÓN EN RECEPCIÓN

¿YA CONOCES
NUESTRO...



ANTI EXCUSAS

2019
SYSTEM?

desde **35'33** + matrícula
€ + IVA **GRATIS**
(42,75 €, IVA INCL.)



¡HIJOS GRATIS!

¡VUELVE AL GIMNASIO!



C/ SOLANO, 3. PRADO DE SOMOSAGUAS. TEL.: 91 518 04 06



bodyfactory.es



Tiempo de pantalla en tablet y smartphone: ¿bueno o malo para los niños?

LAS TABLETAS Y LOS TELÉFONOS INTELIGENTES SON EXCELENTE APARATOS PARA MANTENER A LOS NIÑOS OCUPADOS Y TRANQUILOS, especialmente para los padres ocupados que tienen cosas más urgentes que hacer que atender a sus hijos. También pueden ser una gran herramienta de soborno. Los padres lo usan para hacer que los niños se comporten, sentarse tranquilamente en un viaje en coche, subirse a un cochecito o incluso ir al baño. Pero hay algunos expertos en educación de los hijos que aseguran que usar el tiempo frente a la pantalla como soborno o incentivos puede tener consecuencias.

Los gurús de la crianza de los hijos, los psicólogos e incluso los columnistas de consejos desconfían de los efectos de los iPads, iPhones, Android y otros dispositivos con pantalla táctil en los

niños menores de 3 años que los usan. Creen que el tiempo de pantalla puede tener un efecto negativo en el desarrollo del cerebro de los niños.

Pero la tendencia a ser alarmista usualmente ocurre cuando una nueva forma de medios se vuelve popular entre los niños. Cuando salieron los videojuegos, los expertos temían que esto pudiera hacer que los niños se vuelvan violentos, y una vez se culpó a la televisión por dañar las visiones de los niños. ¿Pero están justificadas las preocupaciones sobre las pantallas táctiles? ¿Cuáles podrían ser los efectos negativos de que los niños pequeños jueguen con tabletas y teléfonos inteligentes? ¿O realmente tiene beneficios, contrariamente a la sabiduría convencional de los expertos?

Debido a que las tabletas y los teléfonos inteligentes son todavía nuevos, la

investigación pediátrica aún no cuenta con muchos datos para poder tomar una posición clara y consistente sobre el tema.

Sin embargo, tenga en cuenta que los resultados preliminares del estudio del Instituto Nacional de la Salud de 2018 mostraron que el tiempo de exposición podría estar afectando la estructura del cerebro de los niños y encontró un patrón de adelgazamiento de la corteza cerebral, típicamente asociado con el envejecimiento, aunque no estaba claro si esto fue causado realmente por el tiempo de pantalla.

También tenga en cuenta que algunos expertos combinan ver la televisión con un teléfono inteligente interactivo y una tableta para jugar en la pantalla. Son diferentes, ya que mirar televisión es una actividad mucho más pasiva que jugar con pantallas táctiles.



DE LA TIERRA AL VINO

RESERVAS EN
NUESTRO LOCAL:

Avda. Navacerrada, 1
28224 Pozuelo de Alarcón (Madrid)
Tel. 91 176 36 78

Disfruta tu
entrenamiento
personal
desde **19,70€***

www.fastfitness.es
*Consulta condiciones.

C/ Sevilla 3, Pozuelo de Alarcón
91 352 14 70 - pozuelo@fastfitness.es

Colegio San José de Cluny

Invitación

ven a conocernos

Jornada de Puertas Abiertas

queremos conocerte

18 de enero, viernes	15,30 h (aula 1 y 2 años)
4 de febrero, lunes	15,30 h
22 de febrero, viernes	18,00 h
16 de marzo, sábado	11,00 h (jornada deportiva)
1 de abril, lunes	15,30 h

Avda. Juan XXIII, 7
28224 Pozuelo de Alarcón
Tel.: 91 352 06 48

Inscripción on line:
www.clunypozuelo.es



Malos efectos de las tabletas y teléfonos inteligentes en los niños

- Durante los primeros años del niño, su cerebro se desarrolla rápidamente y los niños muy pequeños aprenden mejor interactuando con personas, no con pantallas. Estar cabeza abajo y no tener contacto visual con las personas puede ser perjudicial para el desarrollo de su cerebro.

- Las pantallas distraen a los niños de uno o dos años de interactuar con los padres, hermanos y otros niños. Dan Siegel, del Mindful Awareness Research Center, piensa que esto puede impedir el desarrollo del lenguaje, social y emocional. Puede afectar el desarrollo de ideas, empatía, formas de conocerse a sí mismos y de conectarse con las relaciones de los niños.

- Además, los niños pequeños necesitan estar activos físicamente. Deben explorar activamente su entorno y no ser sedentarios, obtener casi todos los estímulos de la pantalla y no construir su cuerpo a través del juego físico. Esta es la razón por la que la Academia Americana de Pediatría (AAP) no recomienda el tiempo de pantalla para niños menores de 2 años.

- El panel de expertos de la American Heart Association sugiere que el tiempo de pantalla podría contribuir a la futura enfermedad cardíaca de un niño. Pasar demasiado tiempo con las pantallas hace que un niño sea sedentario, lo que se asocia con sobrepeso y obesidad. La obesidad tiende a continuar hasta la edad adulta, y es un factor de riesgo para el colesterol alto, la presión arterial alta y una variedad de enfermedades graves.

- Los bebés y niños pequeños aprenden mejor con los materiales que pueden tocar, en comparación con lo que ven en una pantalla. Explorar conceptos en tres dimensiones es mejor que dos dimensiones para el desarrollo cognitivo.

- Los estudios sugieren que los niños de 3 a 5 años cuyos padres les leen libros electrónicos tienen una menor comprensión de lectura en comparación con los libros físicos. Parte de la razón se debe a que las campanas y silbidos de los libros en dispositivos electrónicos distraen a los niños y padres para que no se centren en la historia. Por otro lado, otro estudio muestra que los niños de 2 años aprendieron palabras más rápido con una aplicación interactiva que con una pasiva.

- A los médicos les preocupa que la exposición excesiva a la pantalla tenga un impacto en la capacidad de atención y la concentración, así como en el control del apetito.

- Las tabletas y los teléfonos inteligentes quitan tiempo a otras actividades. Los niños mayores deben tener más tiempo para jugar al aire libre, leer, participar en pasatiempos o usar su imaginación con el juego libre.

- Un estudio realizado en 2014 por el Centro de Medios Digitales para Niños de UCLA sugiere que cuando el tiempo de pantalla limita la interacción cara a cara, las habilidades sociales de los niños pueden verse afectadas negativamente, y esto puede impedir que comprendan las emociones de otras personas. La inteligencia social y emocional es fundamental para el éxito en la vida.

- Según Catherine Steiner-Adair, una psicóloga clínica afiliada a Harvard, los niños "necesitan tiempo para soñar despiertos, lidiar con las ansiedades, procesar sus pensamientos y compartirlos con los padres, quienes pueden brindar tranquilidad". Esto no es lo que sucede cuando los niños prefieren jugar con tabletas y teléfonos inteligentes en un viaje en auto.

- De acuerdo con un estudio de la Universidad de Texas que evalúa a los estudiantes que aprueban un examen obligatorio de fin de curso, los niños de escuelas con bajos logros y bajos ingresos son más vulnerables a las distracciones de la pantalla. Por otro lado, los estudiantes de alta capacidad todavía pueden concentrarse con la presencia de teléfonos inteligentes.

- Los niños que duermen cerca de una "pantalla pequeña" (generalmente un teléfono inteligente) tienen un promedio de 20.6 minutos menos de sueño cada noche. Esto puede deberse a los altos niveles de luz azul emitidos por las pantallas que agotan la melatonina, una hormona relacionada con el ritmo circadiano. El tiempo extra de la pantalla en la noche está reiniciando los relojes de sus cuerpos de una manera que les dificulta dormir, especialmente si recién están ingresando o están en las primeras etapas de la pubertad. Esto resulta en falta de sueño y descanso insuficiente. Aunque la Academia Americana de Oftalmología dice que la luz azul del teléfono inteligente no ciega a los usuarios a pesar de una cantidad de titulares aterradores que sugieren que podría dañar la retina del ojo, la luz azul puede hacer que sea más difícil conciliar el sueño y causar sequedad en los ojos.

- De acuerdo con un estudio de 2018 publicado en Lancet Child & Adolescent Health, los niños que usan teléfonos inteligentes y otros dispositivos en su tiempo libre durante menos de dos horas al día obtuvieron mejores resultados en las pruebas cognitivas que evalúan su pensamiento, lenguaje y memoria. Los niños de entre 8 y 11 años que realizan al menos una hora de actividad física y no más de dos horas de tiempo de pantalla recreativa al día y de nueve a 11 horas de sueño cada noche se desempeñan mejor en las pruebas de pensamiento, lenguaje y memoria.



ESCUELA DE JÓVENES ACTORES

TEATRO - CINE



MAKING ACTORS

www.makingactors.com

+INFO 687 63 72 57 makingactors@gmail.com



ESCUELA INGLESA



POZUELO
Calle Benigno Granizo, 7
28224 Pozuelo de Alarcón
91 017 6239



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

TE AYUDAMOS A ACREDITAR OFICIALMENTE TU NIVEL DE INGLÉS

web@escuelainglesa.es - www.escuelainglesa.es



colegio bilingüe
ESCUELAS PÍAS
de SAN FERNANDO
POZUELO

Tu educación en valor

1 AÑO | BACHILLERATO | BILINGÜE

inscripción 1 y 2 años a partir de enero

 EN TUS MANOS

escolapiospozuelo.org



Buenos efectos de tabletas y teléfonos inteligentes

ALGUNOS ESTUDIOS Y EXPERTOS YA ESTÁN CUESTIONANDO LA CREENCIA POPULAR DE QUE A LOS NIÑOS PEQUEÑOS NO SE LES DEBE PERMITIR USAR NINGUNA PANTALLA TÁCTIL DEBIDO A SUS BENEFICIOS:

- Los niños desarrollan una aptitud para la tecnología, que es una habilidad importante ahora y más en el futuro. La tecnología será parte de su aprendizaje escolar. Es razonable que su hijo explore este mundo a una edad temprana. Su hijo puede incluso sentir curiosidad por lo que está detrás de la tecnología y estar interesado en aprender a codificar, lo que tiene muchos beneficios.
- Las tabletas y los teléfonos inteligentes ofrecen una oportunidad para que su hijo aprenda y estimule su mente de una manera divertida. La aplicación ABC del Dr. Seuss, por ejemplo, se ve muy bien en el iPad y también suena genial.
- Las pantallas, que se utilizan de manera cualitativa, pueden usarse para promover el desarrollo cognitivo y social de

los bebés. Calidad significa estar involucrado en el uso de la pantalla de su hijo, ver y hablar sobre lo que está viendo o haciendo.

- Las tabletas y los teléfonos inteligentes también son herramientas para que su hijo se comunique. Skyping o Facetiming con amigos o familiares es un gran uso de las pantallas. De hecho, el chat por video tiene beneficios para los niños, incluso para los menores de 2 años, ya que ayuda a forjar relaciones emocionales y comunicación con los miembros de la familia que viven lejos. Para los adolescentes, la comunicación a través de la pantalla para formar relaciones en línea es una parte importante del desarrollo como adolescente.

Somos un **centro privado**, no concertado, ubicado en Pozuelo de Alarcón con alumnos desde los 2 años hasta Bachillerato. Aspiramos a formar **personas seguras de sí mismas**, capaces de elegir libre y responsablemente su propio camino y preparadas para recorrerlo.

En nuestra **Escuela Infantil** vemos por el bienestar y la felicidad de nuestros alumnos de 2 a 5 años mientras progresan en su maduración física y cognitiva.

Utilizamos **metodologías innovadoras** para proporcionar a nuestros alumnos un sólido bagaje intelectual, centrado en las **Ciencias** y el dominio de **Idiomas**, a la vez que les inculcamos unos **hábitos de conducta** acordes con los **principios y valores** que deben regir la convivencia en una sociedad civilizada y en armonía.

El aprendizaje del **inglés** es prioritario y obligatorio y somos centro oficial preparador y examinador de los títulos de la Universidad de Cambridge y del Trinity University of London. Como segun-

do idioma y materia optativa, también enseñamos **alemán** y preparamos a nuestros alumnos para los exámenes oficiales del Instituto Goethe.

Apoyamos a las familias mediante una gestión eficiente para que el **coste de**

subvencionados y bonificaciones según el número de hijos escolarizados.

Damos a nuestros alumnos una **atención individualizada** gracias a nuestras clases reducidas, lo que nos permite conocer bien a cada uno de ellos y mantener un contacto permanente con sus familias.

Contamos con una **escuela Escuela Oficial de Música** dentro de nuestras instalaciones, cuyos medios están también a disposición del aprendizaje musical de nuestros alumnos.

Completamos nuestro esfuerzo educativo con **actividades complementarias, programas educativos especiales** y actividades deportivas impulsadas por nuestra **Escuela de Deportes**.

A lo largo de todo este itinerario, nuestro Departamento de Psicología y Orientación Escolar presta un apoyo esencial a alumnos, docentes y familias realizando tareas específicas de **orientación educativa**.

C/ San Jorge, 25. 28224

Pozuelo de Alarcón (Madrid)

www.escuelademusicaalarcon.com

www.colegioalar.com Tel.: 913527250

Escuela de Música Alarcón



nuestros servicios no sea un obstáculo. Además, contamos con servicios



COLEGIO
SAN LUIS
DE LOS FRANCESES

09 FEBRERO
30 MARZO

JORNADAS DE PUERTAS ABIERTAS

BACHILLERATO
DE ARTES



BACHILLERATO
AMERICANO
(DUAL)



BACHILLERATO
FRANCÉS
(BACHIBAC)



DESDE 1856 | DE 2 A 18 AÑOS | TRILINGÜE

91 352 05 17

www.stlouisfrancais.com  





Pautas para niños que usan tabletas y teléfonos

PARA MINIMIZAR LOS EFECTOS DAÑINOS Y MAXIMIZAR LOS BENEFICIOS, AQUÍ HAY ALGUNAS PAUTAS PARA QUE SU HIJO USE EL TIEMPO DE PANTALLA INTERACTIVA. ES IMPORTANTE QUE LOS PADRES ESTABLEZCAN PAUTAS DE TIEMPO DE PANTALLA AL PRINCIPIO DE LA VIDA DE SU HIJO PARA QUE ESTABLEZCA UNA BASE PARA EL COMPORTAMIENTO POSTERIOR:

- Haga que la hora de la pantalla sea una interacción entre usted y su niño pequeño. Haga que sea una experiencia tridimensional compartida. El desarrollo cerebral y el desarrollo del lenguaje ocurren cuando usted habla sobre lo que está sucediendo en la pantalla, de manera similar a leerle un libro a su hijo. Conviértalo en un diálogo, discuta conceptos importantes, intercambie ideas y relacione lo que su hijo está aprendiendo con la vida real. "Los humanos aprenden me-

jor cuando están activamente involucrados con el material".

- Use los controles parentales incorporados en el dispositivo, si están presentes. Es una buena idea establecer un nivel alto y dejar que su hijo acuda a usted para ajustar la restricción. Esta será una oportunidad para que hable con él sobre lo que está haciendo en línea.

- Nunca deje que su niño esté ocupado con pantallas cuando estén al aire libre.

Nosotros los preparamos, el mundo los gana

**Abierto
el plazo
de
matrícula**



- ✓ *Inmersión en inglés*
- ✓ *Inteligencia emocional*
- ✓ *Centro Autorizado de Música*
- ✓ *Desarrollo creativo*
- ✓ *Comprometidos con la salud y el deporte*



www.colegiomirabal.com



CIUDAD INFANTIL MIRABAL

C/ Monte Romanillos, s/n

Urbanización El Olivar de Mirabal

28660 Boadilla del Monte - Madrid

Tfno.: 91 632 49 20 - Fax: 91 632 49 21



MIRABAL INTERNATIONAL SCHOOL

C/ Monte Almenara, s/n

Urbanización El Olivar de Mirabal

28660 Boadilla del Monte - Madrid

Tfno.: 91 633 17 11 - Fax: 91 633 11 94

mirabal@colegiomirabal.com

info-infantil@colegiomirabal.com



UNIVERSITY of CAMBRIDGE
ESOL Examinations



CICAE





- No utilice pantallas como silenciador o chupete.
- Los libros electrónicos que leen a su hijo no deben darle un pase sobre su responsabilidad educativa hacia él.
- Elija medios que estén orientados a los niños.
- Demasiado tiempo en pantalla significa menos tiempo para otras actividades como jugar activamente con otros niños o leer. Como en la mayoría de las cosas, la moderación y el equilibrio es la clave.
- Si es posible, limite el tiempo de pantalla de su hijo a material educativo que aún pueda ser divertido (aquí hay algunas sugerencias para aplicaciones educativas para bebés y niños pequeños). Un estudio del Cohen Children's Medical Center de Nueva York realizado en 2014 examinó a bebés de 0 a 3 años de edad que utilizaban dispositivos de pantalla táctil para determinar si su uso era algún beneficio educativo para bebés y niños pequeños. El estudio mostró que los niños que jugaban juegos no educativos con dispositivos de pantalla táctil tenían puntuaciones verbales más bajas en las pruebas.
- Para los niños mayores, haga que jueguen a aplicaciones que sean educativas pero divertidas e incluso que ganes un juego como Duolingo (para aprender un idioma extranjero), Khan Academy (videos para aprender casi cualquier cosa) o King of Math (aprender matemáticas).
- Los medios interactivos atraen al cerebro más que los medios pasivos como la televisión. Entonces, si el uso alternativo del tiempo de pantalla interactiva es mirar televisión, anime a su hijo a elegir jugar con el teléfono inteligente o la tableta.
- La Academia Estadounidense de Pediatría (American Academy of Pediatrics) prescribe que el tiempo de la pantalla de entretenimiento se limite a 2 horas al día para niños de 3 a 18 años. Para niños de 2 años o menos, nada. Sin embargo, lo más importante que se debe controlar que el tiempo es el tipo y la calidad del contenido y su participación con su hijo.
- Los padres y los niños deben trabajar juntos para decidir

cuánto tiempo es el tiempo de pantalla ideal, y tomar buenas decisiones sobre qué medios consumir.

- Cree reglas para usar teléfonos inteligentes y tabletas, incluso si son generosas, y asegúrese de que su hijo las siga. Por ejemplo, una hora de leer o practicar deportes a cambio de una hora de pantalla, solo una hora en días escolares o tres horas los fines de semana, etc.
- Establezca reglas para los momentos en que no se permite el uso de teléfonos inteligentes y tabletas, como la cena y las conversaciones familiares, la conducción o un horario fijo cuando a los niños solo se les permite leer libros o hacer tareas.
- Cree un plan de uso personalizado de medios familiares para crear objetivos y reglas de uso de pantalla coherentes con los valores de su familia
- Considere establecer como regla que los niños no tengan ningún tipo de pantalla en el dormitorio para evitar la interrupción de la cantidad y la calidad del sueño y el efecto negativo de la luz azul en el ojo.
- Su hijo modela su comportamiento. Si le ve usando su iPhone o tableta demasiado, probablemente hará lo mismo. Además, demuestre que su hijo es su prioridad sobre las pantallas pasando más tiempo con él o hablando con él cuando llega después de la escuela.
- Considere el uso de aplicaciones de control parental que ayuden a administrar el uso de la pantalla de su hijo, limite el tiempo dedicado al dispositivo y bloquee sitios y aplicaciones inapropiados. Algunos ejemplos son Ourpack.com, ESet control parental y Norton Family Premiere.
- Para adolescentes, enséñeles o deles reglas sobre el comportamiento en línea apropiado.
- Anime a su hijo a interactuar socialmente con otros, no solo digitalmente, sino también fuera de la pantalla.
- Cree formas de mantener a toda la familia activa, programe una actividad física cada día para mitigar el efecto de que los niños sean sedentarios cuando se involucran en demasiado tiempo en la pantalla. Ω



Colegio

**MONTE TABOR
SCHOENSTATT**

"Educar es aceptar, suscitar y dar vida"

Etapas Concertadas: Ed. Infantil
Ed. Primaria
Ed. Secundaria



Bachillerato: Artes
Humanidades y Ciencias Sociales
Ciencias de la salud e ingeniería

Jornadas de Puertas Abiertas: 27 de febrero
20 de marzo

Excelencia académica
Proyección Internacional
Plan de acción tutorial.
Atención personalizada
Jornadas de Orientación
Certificación de Idiomas
(First, C.A.E..)
Posibilidad de cursar
Bachillerato Dual



www.colegiomontetabor.org

PASEN Y VEAN...

LOS GABYTOS Y TWISTER CIRCUS



La ilusión de volver a ser un niño, de recordar la infancia vivida al son de canciones como "La gallina Turuleta" "Mi barba tiene tres pelos" u "Hola don Pepito hola don Jose" es como el Circo Twister junto a los Gabytos me hicieron sentir. Un circo familiar, como los de antaño, con malabaristas, acróbatas, la patrulla canina y el recuerdo de aquellos que nos llenaron de risas e ilusión nuestra infancia "Los payasos de la tele" traídos al presente de la mano de Lara y Gaby hijos del mítico payaso Gaby. Un mundo lleno de luz y de color para los más pequeños y los que ya no lo somos pero que, al entrar por la puerta de la clásica carpa roja y blanca nos volvemos a convertir, consiguiendo que se nos dibuje en nuestra cara una gran sonrisa, que la mirada se nos ilumine con una mezcla entre alegría y melancolía y que nos salga casi sin darnos cuenta el cantar aquellas melodías con las que crecimos sin importarnos cómo lo hacemos o quién nos ve.

!!!Un espectáculo que no se pueden perder!!!
Situado en la Ciudad de la Imagen, Pozuelo de Alarcón, estará hasta el día 13 de enero.

Todos los días a las 18.30h y los sábados a las 12.00h.

Venta de entradas en la taquilla o para más seguridad por aforo en www.ticketsnet.es Ω





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:

ARA VACA COLLADO VILLALBA EL ESCORIAL LAS ROZAS TORRELODONES VILLANUEVA DE LA CAÑADA

SÍGUENOS
EN FACEBOOK



www.orpea.es

VdePOZUELO 2018
ARTES MARCIALES MIXTAS

***Las Veladas de Pozuelo
te ofrecen...***

MMA (ARTES MARCIALES MIXTAS)

GRAN VELADA MMA

INFÓRMATE A TRAVÉS DE:

VdePozuelo.com



VdePozuelo

#VdePozuelo

