

Nº 88 - MARZO 2020

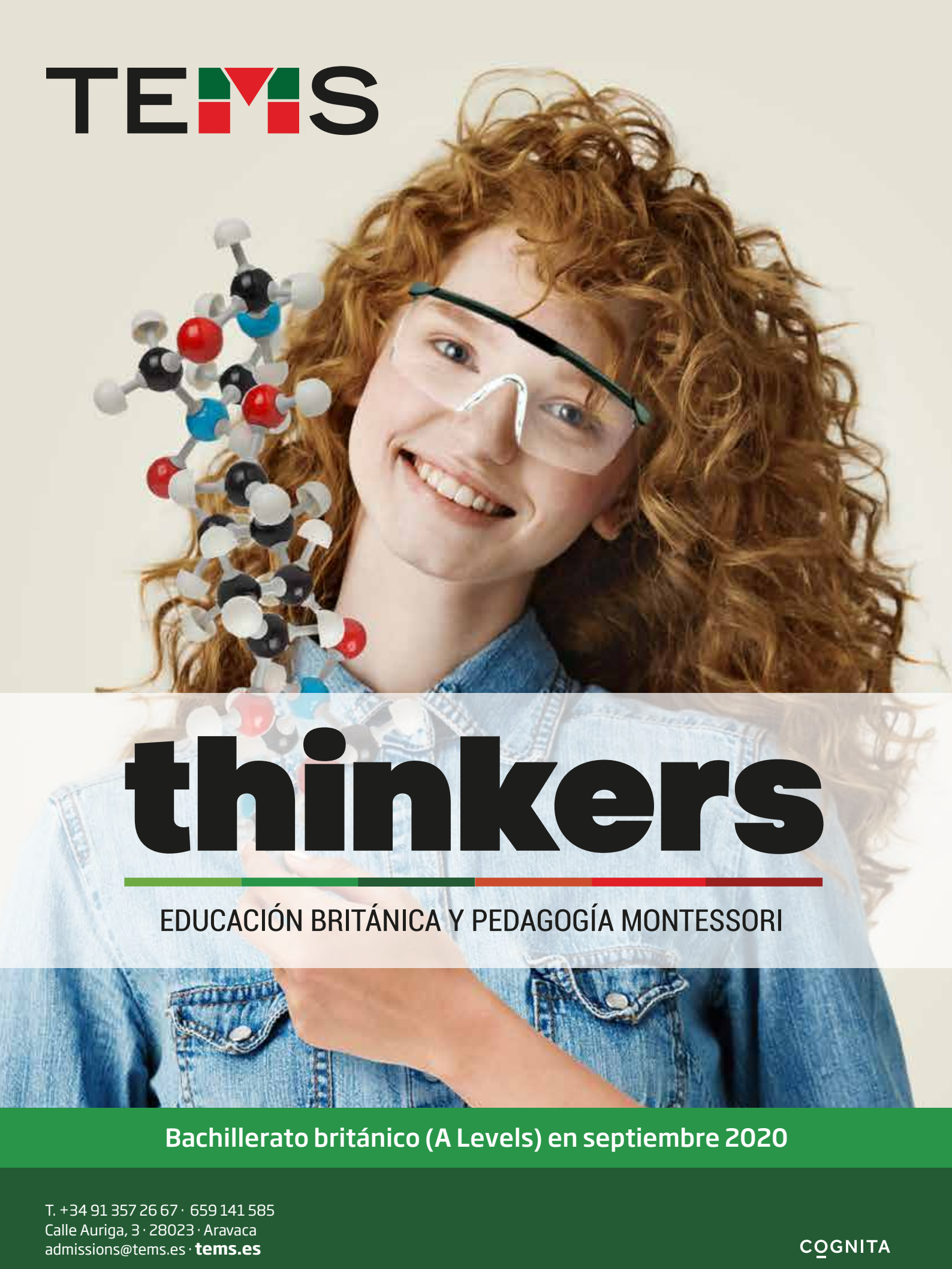
**POZUELO  
IN**

Revista de actualidad, cultura, ocio y tendencias de Pozuelo de Alarcón,  
100% independiente. [www.pozueloin.es](http://www.pozueloin.es) @PozueloIN



**BEATRIZ CORTÁZAR**  
**"Vivir en Pozuelo  
es el sueño  
de mucha gente"**





# TEMS

# thinkers

EDUCACIÓN BRITÁNICA Y PEDAGOGÍA MONTESSORI

Bachillerato británico (A Levels) en septiembre 2020

T. +34 91 357 26 67 · 659 141 585  
Calle Auriga, 3 · 28023 · Aravaca  
admissions@tems.es · **tems.es**

COGNITA





# PROPERTIES

## Pozuelo Estación

**¡PREMIO AGENCIA RE/MAX Nº6 DE ESPAÑA!**



Nos **ELIGEN** por nuestra **PROFESIONALIDAD**  
Nos **RECOMIENDAN** por nuestros **RESULTADOS**

## ULTIMAS VIVIENDAS EXCLUSIVAS



PISO CON TERRAZA EN AV. EUROPA

2 DORMITORIOS  
SOLEADA TERRAZA  
URB. CON PISCINA Y  
PARQUE INFANTIL  
PLAZA DE GARAJE  
UBICACIÓN PRIVILEGIADA

385.000 €



CHALET ADOSADO ESQUINA POZUELO CENTRO

346 M<sup>2</sup> CONSTRUIDOS  
5 DORMITORIOS  
4 BAÑOS  
2 PLAZAS DE GARAJE  
JARDIN PRIVADO  
URBANIZACIÓN CON PISCINA Y  
ARBOLEDA CONSOLIDADA

635.000 €



PARCELA POZUELO ESTACIÓN

¡OPORTUNIDAD UNICA PROMOTORES!  
752 M<sup>2</sup> DE PARCELA  
CONSTRUCCIÓN 3 CHALETS ADOSADOS  
250 M<sup>2</sup> PARCELA/CHALET  
¡A SOLO 1.050 € M<sup>2</sup>!

790.000 €

**¡Llámenos!**



**91 621 66 89**

Plaza del Gobernador s/n  
28224 . Pozuelo de Alarcón. MADRID





## ESPECIALES

26 **Salud y Belleza**

32 **Educación**

*Más de 65.000 lectores  
auditados por la OJD*



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

## DEFINIMOS...

06 **A mi manera**

Alisares Hurtado nos trae una nueva sección donde se analiza la actualidad de Pozuelo de Alarcón.

14 **Pozuelo, Ciudad del Agua**

**Pozuelo Prestigio** nos acerca a las fuentes de la Villa: La Escorzonera, La Fuentecilla, la de Somosaguas, La Poza, El Abrevadero, La de la Salud y la de Húmera.



## ENTREVISTAS

18 **BEATRIZ CORTÁZAR**

“La prensa del corazón es tan digna como cualquier otra porque necesita lo mismo: buenas fuentes, comprobar que las noticias son reales, acceso a las personas que te interesen y labor periodística”

## 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 buzoneada directamente en hogares, comercios e instituciones de Pozuelo de Alarcón y alrededores, obteniendo un impacto estimado de 60.000 lectores.

### Pozuelo IN

EDITA: MEIGA MEDIA S.L.

REDACTORA JEFA: CARMEN MILLÁN

COLABORADORES: ALISARES HURTADO, JUAN CARLOS DE LAIGLESIA, EDUARDO LÓPEZ GARCÍA DE JAIME, M<sup>a</sup> CRISTINA MORANTE.

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

DTO. PUBLICIDAD: GEMMA PÍA, PATRICIA GARCÍA SANCHO, ARIANA FRANCÉS, RAÚL GONZÁLEZ.

DEPÓSITO LEGAL: M-11316-2012 IMPRIME: MONTERREINA • [www.pozueloin.es](http://www.pozueloin.es) • [redaccion@pozueloin.es](mailto:redaccion@pozueloin.es) — 91 016 08 91

DIRECCIÓN: Plaza Mayor, 4, local 6, 28223 Pozuelo de Alarcón — 91 016 08 91 — 91 057 68 24 • PUBLICIDAD: [publicidad@pozueloin.es](mailto:publicidad@pozueloin.es)

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.



# Restaurante Casa Tere

Calle Juan Pablo II, 64, 28223 Pozuelo de Alarcón



VEN A CELEBRAR  
EN NUESTRA CASA  
TU EVENTO

Un clásico de Pozuelo de Alarcón.  
La mejor cocina con diferencia calidad precio.  
No dude consultar con nosotros  
el presupuesto para su evento.  
913 52 19 98 / 917 15 76 22







## RESUMEN POLÍTICO-POZUELEIRO DEL MES DE FEBRERO 20

⇒ Por Alisares Hurtado

El mes de febrero empezó con una gran noticia para Pozuelo de Alarcón. Desde los tiempos de Esperanza Aguirre, el Consejo de Gobierno de la Comunidad de Madrid no se celebraba en esta villa.

Y para esta villa ese gesto político era muy importante ya que, con la presencia del Gobierno de la Región y de su presidenta, se podría dar una visibilidad distinta a la que, desgraciadamente, nos proporcionan algunos medios interesados en esa falacia de ser la ciudad más rica de España.

Aunque, también es verdad, esa visibilidad tuviese el peligro de mostrar la realidad de un Gobierno de Pozuelo que solo se mueve en la búsqueda de proyección político-personal de su lideresa y una opacidad que nos retrae al siglo pasado. La transparencia en Pozuelo brilla por su ausencia desde hace tiempo.

También se corría el peligro de que se viese que ni el Gobierno ni el PP tienen proyecto de ciudad. El Pozuelo, que fue referencia en tantas

cosas, ya no es nada.

Pero lo que, realmente, el Consejo de Gobierno de la Comunidad de Madrid nos trajo fue la decepción con una media verdad: Autorizó “declarar como Área de Regeneración y Renovación Urbana los cascos históricos de Pozuelo de Alarcón, con el objetivo de llevar a cabo una completa rehabilitación, edificación y reurbanización de la zona”.

Incluso, se asegura, que se van a invertir 8.598.585 euros en el ámbito de actuación denominado “Pozuelo Casco Histórico y Casco Estación”.

Y todo es una media verdad porque esta decisión no es más que una patada hacia adelante. Porque, después de 10 años (ocho de Gobierno de la alcaldesa Quislang) proyectada esta rehabilitación varias veces, tuvo que venir el Gobierno de la Comunidad a presumir de lo que se va a hacer pero que la pague el Estado...

Porque la rehabilitación de los cascos viejos de Pozuelo la va a llevar a cabo el Gobierno de España. Con lo que hay que echarle hilo a la cometa.

El Ayuntamiento de Pozuelo tiene (que se sepa, aunque

será mucho más a causa de los abusivos suplementos de crédito) 70 millones de euros guardados en los bancos pero, al parecer, necesita que la Comunidad le ayude para pedirle al Estado que pague parte de dicho proyecto... Poco más de dos millones.

Lógicamente, tras saberse que el tema va para largo, cundió el pánico entre los comerciantes de la Zona Centro de Pozuelo. Su situación es desesperada. El Centro de Pozuelo, ese que espera que Pedro Sánchez lo rehabilite, decidió buscar el apoyo de los partidos de Pozuelo para buscar alguna solución. De todos los partidos del Arco Parlamentario pozuelero. PP, incluido...

Pero el PP no fue, mostrando su absoluta falta de sensibilidad y de respeto a las únicas personas que están manteniendo vivo ese desvaído Centro de la villa.

Sin embargo, ante la sorpresa de todos, la representación del PP la asumió Vox. Y Fernández, su portavoz (que es más simple que el mecanismo de un sonajero y más insensible que un serón de esparto), se puso en el papel del decimo segundo concejal del PP que tanto le gusta

y no solo negó las reivindicaciones de los comerciantes si no que los humilló... Y es que “Ni pidas a quien pidió, ni sirvas a quien sirvió”. Total, que la cosa quedó en nada... Y en nada seguirá mientras no haya voluntad política en Pozuelo... Y el Gobierno de Pozuelo, no la tiene.

Y si la rehabilitación de los viejos centros va para largo, para largo va el anuncio de la Presidenta Ayuso de construir el 4º Centro de Salud de Pozuelo en El Cerro de los Gamos...

Curiosamente, lo anunció en las Reses Sociales. Se ve que no lo pudo anunciar tras el Consejo de Gobierno de la Comunidad que se celebró en Pozuelo... Cosas de esta permanente política de la improvisación...

Un 4º Centro de Salud, dicho sea de paso, proyectado también en el año catapumchinpum y que el Gobierno Quislang, incluso, aprobó su construcción en un Pleno de 2017 pero que todo quedó en nada... Lo normal en Pozuelo. Todo es humo.

Ya veremos también cuando se construye...

En definitiva, y como resumen, un mes de Febrero 2020 de decepción. Ω

# El valor de la diferencia

## LÍDERES EN INNOVACIÓN



EDUCACIÓN  
EMOCIONAL



COMPETENCIAS  
STEAM



AUTONOMÍA



PSICOMOTRICIDAD



PLURILINGÜISMO  
Y VISIÓN  
INTERNACIONAL



DESARROLLO  
DE TÉCNICAS DE  
ORATORIA



APRENDIZAJE BASADO  
EN EL PENSAMIENTO  
CRÍTICO Y CREATIVO



PROGRAMA BACHILLERATO  
INTERNACIONAL (BI) Y SOLICITANTE  
ESCUELA PRIMARIA (PEP)



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

# LA QUERIDA



C/ Cerezo 1, Húmera (Pozuelo de Alarcón) • [laqueridadehumera@gmail.com](mailto:laqueridadehumera@gmail.com)  
Telefono de reservas: 91 174 73 14 • 647 702 947



# El Mirador



## “PADRE, NO HAY MÁS QUE DOS”

Por Juan Carlos de Laiglesia  
jc.laiglesia@gmail.com

LO DECÍA LEÓN FELIPE Y LO SUSCRIBO: “YO NO SÉ MUCHAS COSAS, ES VERDAD / DIGO TAN SÓLO LO QUE HE VISTO”. POR ESO, Y AÚN A RIESGO DE RECAER EN AQUELLO QUE ADVERTÍA ANTONIO GALA (¿DÓNDE ESTARÁ!) EN AQUELLAS MEMORIAS SUYAS QUE TITULÓ “AHORA HABLARÉ DE MÍ”, cuando la animosa Carmen Millán me sugirió como tema de marzo lo del día del padre, supe que hablaría del mío. Dudé si trufar mi artículo de llamativos nombres propios, anécdotas históricas o moralejas más universales. Me dije “No, hombre, no hables más de ti que te la juegas, mira que ya has dado la murga con lo de por qué eres periodista, mira que no eres ninguna celebridad. A quién le va a importar tu vida. Vas a cansar a los benditos de Pozuelo IN”. Pero es que se me ve mucho el plumero cuando escribo de lo que no sé. Y me gusta escribir. Y me gusta escribir sobre mi padre. Me parece el enfoque más honesto porque además tal vez refleje (por connivencia o contraste) la historia de otros padres y otros hijos.

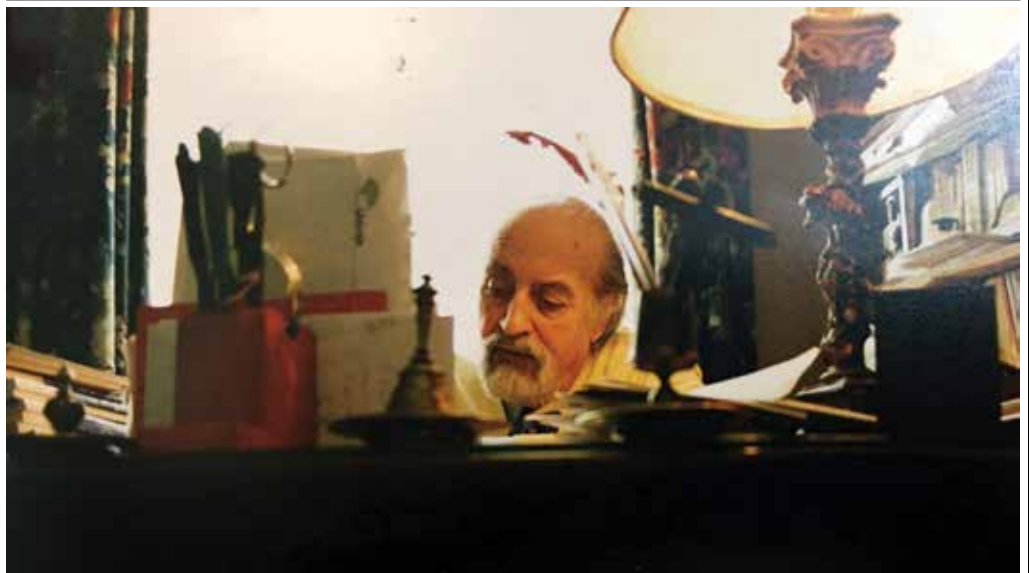
Yo adoro a Marcel Proust y se han vuelto a poner de moda los novelistas que hablan de su familia, de sus padres. Manuel Vilas, el noruego Karl Ove Knausgård y Fernando Aramburu diseccionan en público los recovecos de esa relación tan decisiva en nuestra construcción personal. También autores menores en calidad y en indulgencia para con sus ancestros. Yo invoco a mi padre cada vez que me siento incapaz, cada vez que me doy excusas. Y vuelvo a ver las pilas de folios que fabricaba sin descanso, robándole tiempo al sueño tras su trabajo oficial y alimenticio.

Juan Antonio de Laiglesia nació en Madrid el año de la Revolución Soviética y pasó de la adolescencia a la juventud sin asomarse a la calle por si las bom-

bas, aunque no pudo evitar que una de ellas hiciera blanco en el salón del consulado donde se refugiaba. La infancia regalada entre mimos de ‘nurses’ y ‘fräuleins’ quedaba muy atrás cuando se casó en los años cuarenta y se encontró en los cincuenta con cinco bocas que alimentar, cin-

férrea voluntad del escritor.

Entre otras muchas cosas, mi padre no le hizo ascos a escribir novelitas por encargo bajo seudónimo donde las estrellas infantiles de los sesenta eran protagonistas y les inventó aventuras a Rocío Dúrcal y a Marisol, que posaban en la por-



co cuerpecitos que vestir y cinco colegitos que pagar. Incapaz de renunciar a su vocación literaria, publicó muchos cuentos, comics, novelas y obras de teatro con las que obtuvo premios. Producía febrilmente miles de hojas en una máquina de escribir portátil Hermes Baby prodigiosamente fértil cuya apariencia de juguete acentuaba el contraste entre la fragilidad de la herramienta y la

tada. Aún se ven en algunos puestos del Rastro, colgaditas con pinzas de la ropa, como reliquias íntimas que mis ojos de niño vieron en su despacho y ahora se exponen a la vista de cualquiera. Me hacen llorar de agradecimiento hasta un extremo que ya nunca conocerá el autor de esas novelitas y de mis días.







# QuiroEstética Pozuelo

Belleza y Bienestar

**Medicina Estética  
Estética Avanzada**

Valoración sin coste  
y sin compromiso

9% de descuento en bonos Faciales y Corporales.  
5% de descuento en bonos Láser.

\*Consulta condiciones.



AV. EUROPA 7, POZUELO DE ALARCÓN

☎ 913 51 38 74 📞 622 83 64 88 📧 @quiroesteticapozuelo

📍 QuiroEstética Pozuelo - Clínica Médico Estética

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



**Escuela Infantil  
de Pádel(7-16 años)  
Mini Pádel(4-6 años)  
Celebraciones familiares  
Campamentos de Verano**

91 488 22 10 • [www.mad4padel.es](http://www.mad4padel.es)

C/Pedriz 6 Pozuelo de Alarcón



*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

¿Y eso de que “padre no hay más que dos”? Pues claro, es muy fácil. Igual que “madre no hay más que una”, todo hombre lleva encima dos padres, el que le tocó y ése que él mismo llega a ser cuando comete la valentía de tener hijos. Y sobre el padre en que se convierte planean además el que cree que debería ser y el que le gustaría haber sido porque no se termina de ser padre mientras haya un hijo. Es un oficio sin máster ni entrega de diplomas.

Si resulta difícil ser hombre en el siglo XXI, ya padre ni te digo. Para ser hombre hoy nos toca pedir perdón por las tropelías históricas de nuestro género y para ser padre hay que estar directamente loco. Pero quien no lo sea se habrá perdido una vivencia esencial y la respuesta animal a todas las preguntas.

Lo siento, sigo hablando de mí, pero es que no recuerdo una felicidad más auténtica que la de esa mañana en que mi mujer, con una emoción teñida de zozobra por cómo recibiría yo la noticia, me dijo que esperaba nuestro primer hijo. Ni encuentro un instante que dé significado a la palabra ‘plenitud’ como el de acoger en mis brazos a aquel ser diminuto entre pañales. Inmediatamente sentí que no solo se me parecía sino que me ‘resumía’. Como un yo concentrado, era una cápsula de vida nueva que sin embargo parecía ligada ya a mí desde siempre y para siempre por un amor incondicional. Ese día comprendí el universo. Su explicación no estaba en las estrellas sino entre mis manos. Nos conviene recordar estas cosas que olvidamos viviendo entre un afán y otro porque nos explican más del mundo y de nosotros que los tratados de sabios y las últimas noticias. Después la rutina, el tiempo, los problemas, nos van enfriando el carácter y nos dibujan un perfil metálico de supervivientes. Y llegan las discusiones, las dudas. ¿Qué debería estudiar?, ¿le tratarán bien sus compañeros?, ¿tiene amigos?, ¿destacará?, debería ser más sociable, o no tanto. Y



las riñas porque llega tarde o demasiado pronto, las dudas sobre sus compañías, las comparaciones, sus traspiés. Y nos va creciendo una armadura de padre contradictorio, improvisado: Hoy autoritario, mañana blando, hoy firme, mañana divertido para compensar. Ellos observan lo que hacemos y cómo reaccionamos en cada nueva situación, somos el centro de su universo. Y el padre se devana los sesos: ¿cómo hacerme interesante para él?, ¿cómo lograr que me siga queriendo siempre, pase lo que pase?... Añadimos capas y más capas a esa armadura construida con nuestras inseguridades hasta que perdemos de vista el corazón caliente que nos latía la mañana en que su cabecita florecía entre pañales, y se nos parecía tanto y dependía totalmente de nuestra protección. Entonces no había nada que pensar.

Con el tiempo uno empieza a dar importancia a lo que de verdad la tiene. Y está bien progresar en los negocios, crecer en la profesión, aficionarse al paddle o al surf y preferir el mar a la montaña, pero seas amarillo, rojo, blanco o negro, si algo nos permite reconocernos es el rostro de un hijo. Dicen que uno reflexiona sobre estos asuntos al avanzar la madurez y es verdad que hay una sabiduría biológica en los ciclos vitales y apenas sé de padres que no hayan obtenido la absolución de sus hijos con el paso del tiempo por muy equivocados que estuvieran. No hay nada más cobarde ni más inútil que ajustar cuentas a posteriori por “el daño que me hicieron”, “lo que me limitaron” o “cómo me reprimieron”. Claro que nadie es perfecto, el hecho de procrear no te convierte en santo y hay padres que son ogros, pero me niego a pensar que incluso esos ogros no hayan vivido un instante de amor perfecto porque las verdades escasean y ser padre es una de las incontestables. Así que bienvenida sea la iniciativa de celebrarlo, la hayan inventado unos grandes almacenes o el vecino del quinto. Ω



# Asesoría Támega

Economistas & Abogados

ASESORÍA CONTABLE, LABORAL Y FISCAL

DIEZ AÑOS AL SERVICIO DE  
Empresas, pymes, autónomos y particulares

## SOCIEDADES

Por **100 €/mes**

- Contabilidad
- Sus obligaciones tributarias
- Gestiones laborales

## AUTÓNOMOS

**50 €/mes\***

\*Autónomos sin empleados

## CONOZCANOS.

NOTARÁ  
LA DIFERENCIA.

Entrega y recogida de documentación en su sede o domicilio. Sin gastos adicionales, excepto costes administrativos.

También puede enviarnos la documentación vía Internet.



**TÁMEGA**  
ASESORÍA

Tel. 91 816 28 44  
Móvil: 627 934 027  
info@asesoriatamega.es  
www.asesoriatamega.es

Domicilio Social C/ Petunias, 11 - BRUNETE (Madrid)  
**ATENDEMOS EN TODA LA COMUNIDAD DE MADRID**

**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**  
pozuelodealcarcon@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.ocaity.com](http://www.ocaity.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 31/12/2020



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

# Hablemos de...

Por Eduardo López García de Jaime @edulop007



Eduardo López y Yahya Alzamanan Executive Manager de EMAR ALJANOUB en Arabia Saudi



**¡Abrete, sésamo! NEOM, la puerta a la libertad económica y social esperada desde hace 40 años**

Son las empresas constructoras locales saudíes de gran prestigio, como EMAR ALJANOUB CONSTRUCTION & BUILDING CO (<http://ejc.com.sa>), las que están interesadas en trabajar con empresas españolas en Arabia Saudí. Y este ámbito, nuestras empresas de obra civil son un referente a nivel mundial.

Gracias a los acuerdos bilaterales entre estos dos reinos, iniciados en 2010, el comercio y los contratos obtenidos por las empresas españolas superan ya los **17.000 millones de euros**, siendo los mega proyectos del **AVE entre La Meca y Medina, y el metro de Riad** -el primero por valor de **6.736 millones de euros** y el segundo, por **6.500**- , los que representan más del **75% del negocio**.

## Al servicio de Su Majestad



Felipe VI y el príncipe heredero de Arabia Saudí, Mohamed bin Salmán en el palacio de la Zarzuela

Estos proyectos han sido en gran parte conseguidos gracias a la labor de la diplomacia española, que ha contribuido a mantener las buenas relaciones que siempre han existido entre nuestra Casa Real y la de los Al- Saud.

S.M. el Rey Don Felipe VI, y anteriormente su padre, han jugado un papel relevante, ya que la cordialidad y el respeto mutuo han dado lugar a que nazcan nuevas oportunidades de negocio en un país que busca liderar el futuro en Oriente Medio.

## NEO del latín nuevo y M del arabe (Mostaqbal) futuro



**NEOM Saudi Vision 2030**, es una iniciativa de mega ciudad futurista y ZEE (zona económica especial), que cuenta con sus propias leyes, y que ha sido propuesta por el príncipe heredero MBS (Monhamed bin Salman), con la intención de reducir la dependencia del petróleo y diversificar la economía. La primera fase del proyecto está programada para el 2025 y contará con una inversión de unos **500.000 millones de euros**, provenientes del Fondo de Inversión Pública de Arabia Saudita e inversores internacionales. La mega ciudad abarcará unos **26.500 km2** en la región fronteriza entre el Reino de Arabia Saudita y el Reino de Jordania, uniendo a Egipto y el continente africano a través de un puente en el Golfo de Aqaba. La intención es que sea uno de los centros globales de negocios y tránsito más importantes del mundo, debido a que por el Canal de Suez fluye una



décima parte del comercio mundial. El consultor Ghanem Nuseibeh, declaró que la intención de Arabia Saudita era «pasar del petróleo a la alta tecnología y poner el país a la vanguardia de los avances tecnológicos. Klaus Kleinfeld, expresidente y CEO de Alcoa Inc., y expresidente y CEO de Siemens AG, dirigirá el desarrollo de la ciudad. El objetivo es la robotización de funciones de seguridad, logística, cuidado de personas, y que la ciudad sea abastecida únicamente con energía eólica y solar. Actualmente, el país tiene una dependencia económica del **90% de petróleo**, mientras que el **40% del PIB procede del sector privado**. Su papel de liderazgo en la **OPEP**, contabilizando un **20% de la reserva mundial** (justo por detrás de **Venezuela, con el 28%**). Es, además, el tercer mayor exportador de petróleo del mundo, por detrás de Rusia y de los Estados Unidos, (en cabeza gracias al **fracking**, una técnica de extracción de petróleo basada en la inyección de gas y agua en roca).



Representación del nivel Exportaciones en %



Fuente:

The Observatory of Economic Complexity

El Reino de Arabia Saudí existe como tal desde el 23 de septiembre de 1932, cuando Abdulaziz bin Abderrahmán Al Saud se declaró rey de Arabia Saudí después de 25 años de la campaña militar. Sin embargo, el rey tuvo que hacer frente a quienes no estaban de acuerdo con su forma de gobernar y pretendían expandir el wahabismo por todo el territorio. Fue el oro negro lo que hizo pasar al país de ser el más pobre del mundo, en 1919, a crecer económicamente por encima de cualquiera de Oriente Medio. La ignorancia, que siempre es atrevida, nos lleva a criticar con descaro la cultura y tradiciones de un pueblo, que, nos guste o no, la historia y sus consecuencias han definido el país que es hoy en día. A finales de la década de 1970, el país

estuvo inmerso en un proyecto de modernización, financiado principalmente por el beneficio del crudo. Gracias al Rey Faisal (1964-1975) se produjo un periodo de modernización y desarrollo, lo que provocó un incremento de la calidad de vida y una expansión de los servicios públicos, destacando una atención médica gratuita y universal para los saudíes, subsidios al agua, alimentos y rentas. La idea en sí era proteger al estado contra la oposición interna que buscaba derrocar a la familia real a través del islamismo radical, conocido como wahabismo (corriente político-religiosa musulmana). Faisal y el Gran Mufti, Muhammad ibn Ibrahim Al- al Shaykh, se unieron para proveer una justificación religiosa al progreso del reino. Ésta serviría para mantener en calma a los islamistas radicales. A pesar de los esfuerzos del gobierno para impedir rebeliones dentro de las instituciones a través de la mejora de los servicios públicos, grandes sectores de la población veían que los ingresos del petróleo beneficiaban principalmente a una oligarquía. Otros no eran partidarios de una repartición económica equitativa, ni de la estrecha relación entre la élite gobernante y los norteamericanos. Por esta razón, en **1975 surgió el Partido Comunista Saudí**, que aglutinó algunos de los sectores más desfavorecidos de la clase trabajadora, campesinos, estudiantes y a algunas poblaciones nómadas.

El **20 de noviembre de 1979** fue un punto de inflexión los países del Golfo Pérsico. Esto supuso grandes desafíos para los Al Saud, tanto políticos, como económicos y sociales estaban entrecruzados en este nuevo reto interno para el régimen. Irónicamente, una gran cantidad de los nuevos opositores surgieron de sectores de la sociedad que anteriormente tuvieron un fuerte apoyo del Estado Saudí. El régimen estaba siendo también amenazado por militantes religiosos educados por las nuevas estructuras de educación islámica que se crearon en los años anteriores. **La Gran Mezquita de Meca** fue tomada por un grupo armado el en este día, tomando 130 personas como rehenes. El salafismo de dicho grupo, a su vez, hacía un llamado a retomar la doctrina más dura del islam.

La toma de La Meca duró dos semanas, hasta que el **4 de diciembre de 1979**, el gobierno retomó el control de la mezquita y los rebeldes fueron capturados, juzgados y sentenciados a muerte.

#### Las grandes perdedoras y las repercusiones sociales y políticas

El gobierno decidió entonces implan-

tar un plan de desarrollo integral que involucró la reinserción de políticas islámicas en su agenda para aplacar las crecientes protestas de los grupos más radicales. Algunas de estas medidas fueron la construcción de nuevas mezquitas, la revitalización de una educación islámica estricta, la aplicación renovada de códigos morales islámicos de austeridad y el aumento de la restricción del rol de la mujer en el sector laboral.

**Los derechos de las mujeres saudíes se vieron gravemente afectados tras 1979**, pues se promulgaron leyes para prevenir que viajaran o iniciaran un negocio sin un representante masculino de su familia, también se suspendieron las becas escolares para las éstas. Muchas de ellas fueron despedidas, mujeres periodistas dejaron de aparecer en televisión y, en algunos lugares, los salones de belleza fueron clausurados.

#### La llegada del NEO del Arabia Saudi

Con la llegada del rey Salman en 2015 y con la ayuda de su hijo MBS se está devolviendo al país a aquel 1979, en el que no se pudo llevar a cabo tan esperada apertura. Ahora la sociedad saudí está mucho mejor preparada y es más abierta al cambio. Se han eliminado obstáculos para la integración de la mujer al mercado laboral sin necesidad de un permiso del hombre (padre, marido, hijo o hermano), o para acceder a la justicia. Pero de entre todas las medidas, la más llamativa fue la habilitación del permiso de conducir para las mujeres, pues éste es un símbolo de autosuficiencia e independencia, y de avance con la mujer como eje principal. MBS es representante de una nueva generación que ve la necesidad de un nuevo rumbo económico derivado del declive de los precios del petróleo. Su manera de atraer capital es mostrando un país distinto al mundo mediante el entretenimiento, y para ello no ha escatimado en pagar lo que haga falta por la Supercopa de fútbol italiana y española durante los próximos 3 años, junto con la Formula E, el Rally Dakar y la próxima reunión del G-20 en el 2020.

En definitiva, es el momento para visitar este país, que en octubre abrió la E-VISA turista y de la que hasta final de año ya han disfrutado más de 100.000 españoles. El momento es ahora, si se quiere descubrir un país distinto, a caballo entre lo antiguo y lo moderno. Para ello es importante no hacer (pre) juicios de valor, si no dejarse abrazar por la apertura y la libertad que este país busca.  $\Omega$

## Pozuelo, Ciudad del Agua. Las fuentes de la Villa: La Escorzonera, La Fuentecilla, la de Somosaguas, La Poza, El Abrevadero, La de la Salud y la de Húmera

Por Carlos H. Fernández del Valle  
(DEP), cronista de la Villa

POZUELO PRESTIGIO TAMBIÉN ESTÁ EMPEÑADO EN REIVINDICAR A LA VILLA DE POZUELO DE ALARCÓN COMO LA CIUDAD DEL AGUA.

Y para empezar hablando del agua, recurrimos Carlos H. Fernández del Valle, el gran Cronista de la villa recientemente fallecido, para que nos cuente de sus fuentes.

**Estas son:**

### FUENTE DE LA ESCORZONERA

Atribuida al arquitecto Ventura Rodríguez (1717-85), consistía de un alto pedestal de granito a modo de obelisco rodeado por un gran tazón de piedra. Estaba enclavada a la entrada del monte del Sr. Moret (en la actualidad, la urbanización "Las Encinas" sita la norte de Pozuelo), y la bordeaba una glorieta con asientos de piedra y una pradera.

Era uno de los lugares típicos de paseo, ya que el paraje había sido excluido de la venta del monte de Pozuelo, en la época de la Desamortización. Sin embargo, lo que no hizo el gobierno de la Nación lo hicieron nuestros ediles, ya que en abril de 1924, siendo alcalde D. Antonio Benítez Guerrero, (fundador de una de nuestras colonias de hoteles), el Ayuntamiento vendió la fuente y el terreno circundante a D. Alfonso Martos Arizcun, conde de Heredia Spínola, que había adquirido la finca de Moret en el año 1909.

Su construcción se debe al patronazgo del Conde de Campomanes, bajo cuyo impulso se construyó también la Fuentecilla (1723-1802) y se realizaron importantes mejoras en el pueblo.

Sebastián López Arrojo, nuestro más destacado poeta del pasado siglo, le dedicó una pequeña composición en la que relata cómo, tras una excursión campestre por el paraje, cayó en brazos de Morfeo, soñando que abrazaba a su amada, cuando al despertar observó que en realidad lo que estaba acariciando era su propio can.

Propiedades del agua: aumentan de un modo marcado la secreción renal, entonan la digestión y son sumamente

pasa por el casco de la población, ahora canalizado. Muy próxima por tanto a la antigua calle del Hospital, que debe su nombre a la fundación que con tal fin estableciera el clérigo Pero López, según se relata en la relación de 1576.

La obra de la fuente es del mismo año que la de la Escorzonera, y también se debe al patrocinio de Campomanes (1723-1802), personaje a quien está dedicada la calle adyacente.

En la actualidad se han ajardinado los alrededores, embelleciendo el conjunto.

### LA FUENTE DE SOMOSAGUAS

No existe ya. Estaba cerca del emplazamiento de la Cruz de la Atalaya, en el antiguo camino de Pozuelo a Húmera. Daba un agua ferruginosa y con algo de mineral de cobre. Se levantaba sobre la antigua posesión mobiliaria de Somosaguas, propiedad hasta 1787 de los Condes de Clavijo, señores de la Villa de Húmera, de quienes pasó por venta al marqués de Valdecorzana.

Con posterioridad fue propiedad del general O'Donnell entre otros, y finalmente del Marqués de Larios, a quien sucedió Urbanizadora Somosaguas, quien urbanizaría la zona.

Fueron muy celebradas las cualidades medicinales de sus aguas, considerándose muy beneficiosas "en las debilidades ocasionadas por las evacuaciones excesivas, reumatismos crónicos y en los efectos escrofulosos".

### FUENTE DE LA POZA

Es quizás la más popular de Pozuelo. Fue construida en el siglo pasado y se le dotó de dos surtidores. Sita al lado de las fábricas de curtidos su agua se utilizaba para el lavado

de ropa de los hacendados madrileños que se lo encargaban a las lugareñas que con su afluencia al lugar acabaron convirtiéndose como decía Sebastián López Ariojó, en el "mentidero municipal del siglo XIX". Junto con este empleo, se la utilizaba también para las tareas fabriles y el riego de las huertas. Entre las propiedades de su agua destacaban las siguientes: "disuelve el ja-



Fuente de la Poza

aperitivas, siendo buenas para las anabarcas, las ictericias y las dispepsias. D. Pedro Castelló (famoso médico del siglo pasado al que la capital dedicó una de sus principales calles), la recomendaba a sus pacientes y era numerosa la gente de Madrid que se la llevaba para su consumo habitual.

### LA FUENTECILLA

Sita junto al arroyo de Pozuelo, que





La Fuentecilla

bón y cuece admirablemente las legumbres”.

#### EL ABREVADERO

Estaba muy próximo a la Poza y tenía sólo un caño. Fue construida en el año 1880.

#### FUENTE DE LA SALUD

Sita en el parque que lleva su nombre, ostenta la siguiente leyenda:

TENGO MI SER EN DIOS, CON MI ELEMENTO AL  
AFAN DE POZUELO SATISFICE NECTAR DIVINO SOY,  
LLEGA SEDIENTO APAGA EN MI TU SED Y A DIOS  
BENDICE.

CONSTRUIDA POR SUSCRIPCION POPULAR SIENDO  
ALCALDE DON VICENTE BRAVO AÑO 1905

Cuando se urbanizó la hoy Fuente de la Salud, se construyeron unas mesas de madera y unos asientos de ladrillo que se colocaron en las inmediaciones de la Fuente. A la entrada se instaló un arco de madera con un rótulo que decía: “PARQUE DE SAN IGNACIO” (Agradezco a D. Francisco Martín Granizo la información sobre este punto).

En las inmediaciones hay otra fuente que se construyó en la posguerra, bajo el mandato del alcalde D. Juan Muñoz Mateos.

#### FUENTE DE HUMERA

De sencilla fábrica, tiene su origen en el arroyo que pasa por esta antigua villa y muere en Aravaca. Fue construida en el siglo XIX.

Cómo noticia curiosa, queremos comentar el hecho de que nuestra querida farola de la plaza de toros, ahora tristemente relegada a un segundo plano, fue fuente también durante la posguerra. Todavía mantiene la señal de los grifos).

Efectivamente, se hizo por aquel entonces una conducción de agua desde la Poza a la denominada “Fuente del Cura”. (Un simple grifo llamada así porque se encuentra en el emplazamiento de la antigua casa Parroquial en la confluencia de la calle San Roque con la carretera de Carabanchel.

Falta actualmente en los jardincillos de la parte posterior de la Casa Consistorial la fuentecilla que desde que se construyó el edificio (1952) las había servido de ornato.

Muchos nombres de la topografía de Pozuelo hacen alusión a las fuentes o alumbramientos de agua: así la fuente de Medel, en las inmediaciones de la Colonia de Benitez; la fuente de D. Pedro, casi en el límite con Majadahonda; la Fontarrona, camino de Boadilla; la Mina del niño, cerca de La Cabaña; la Mina de Portugués, en la linde con Aravaca; y la fuente de Juan Tomé, en la ladera del Camino de Alcorcón. Ω

# MÁS DE 60.000 REFERENCIAS PARA TODO LO QUE NECESITA



## TODO PARA TUS CELEBRACIONES



**Chensi**<sup>®</sup>  
Hiperhopar



C/. Los Mártires, 18 -posterior  
28660 Boadilla del Monte  
(frente al c.c. el palacio)  
Tel. 918 70 96 06

**Vale 3 € por cada 30€ de compra**



# XIX SEMANA CULTURAL



Veinte años cumple en abril La Casa de Extremadura de Pozuelo de Alarcón. veinte años desde que un grupo de extremeños vecinos de Pozuelo, con más entusiasmo que experiencia, decidieran poner en marcha una asociación que permitiese compartir y dar testimonio de sus raíces, cultura y tradiciones.

**Del 21 al 29 de marzo**, celebrarán un año más su XIX Semana Cultural Extremeña. En esta ocasión han preparado una agenda a la que animan a participar a todos los vecinos de Pozuelo y de esta manera disfrutar de su cultura rodeados de amigos y familiares.

## Sábado 21 de marzo

**11:30** Asamblea general, lugar: sede, C/ Fernando Coca de la Piñera s/n edif. "El Foro", Al finalizar se servirá un vino español.

**18:00** Celebración de la Fiesta de las Comadres. Lugar: sede.



## 10%

### DESCUENTO

en tu primera compra online

## WWW.molinasecaonline.com



**CARNE DE PRIMERA CALIDAD**

C/ Valtravieso nº 10  
ARAVACA  
**913 574 460**



**GASTOS DE ENVÍO GRATIS**

C/ Francia nº 8  
POZUELO DE ALARCÓN  
**913 514 553**



# EXTREMEÑA

## **Domingo 22 de marzo**

**18:30** Lugar: Mira Teatro

—Apertura de la XIX Semana Cultural Extremeña a cargo de D. Miguel del Barco Gallego, autor de la música del himno oficial de la Comunidad Autónoma Extremeña.

—Entrega de la Insignia de Oro a D. Manuel Ramírez Tejada.

—Entrega de la Encina de Plata a la Asociación músico-cultural La Lira de Pozuelo.

—Entrega de la Encina de Plata a la Peña Taurina Seis y Medio.

—Presentación de la pareja del año 2020, D<sup>a</sup> Antonia Gómez Rodríguez y D. Diego Díaz Rosa.

—Actuación del Grupo de Coros y Danzas La Encina de la Casa de Extremadura.

## **Del 23 al 27 de marzo**

**18:00** Campeonato de Cuatrola, Lugar: sede

## **Sábado 28 de marzo**

**12:00**, Tradicional concurso de platos típicos extremeños, donde podrán participar los socios. Lugar: Sede

**18:00** Lugar: Sala EducArte

—Actuación del Grupo de Coros y Danzas Trébede, grupo tradicional de Burgos. Entre sus fines están los de llevar a cabo la difusión de cantos, danzas y tradiciones burgalesas.

—Actuación de Grupo de Coros y Danzas La Fuentona de Madroñera, Cáceres. Montarán a través de sus danzas y canciones el folklore extremeño que han ido recopilando desde 1.984.

## **Domingo 29 de marzo**

**13:00**, Misa extremeña cantada por el Grupo de Coros y Danzas La Encina. Lugar: Parroquia Asunción de Ntra Sra, ofrecida a los fallecidos de la Casa de Extremadura. A continuación se servirá un vino extremeño en la Asociación Ntra. Sra. de la Consolación.

**18:30**, Sala EducArte

—El Grupo de Teatro de la Casa de Extremadura de Leganés, presenta la obra "verdad de la pura" de Antonio Salas Tejada, dirigida por D<sup>a</sup> Concha Gómez.

—Clausura de la XIX Semana Cultural Extremeña a cargo de D<sup>a</sup> Susana Pérez Quisilant y D. Emilio García Labrador, Presidente de la Casa de Extremadura en Pozuelo de Alarcón.

Entrada libre a todas las actividades

### **Más información en:**

Casa de Extremadura en Pozuelo de Alarcón  
C/ Fernando Coca de la Piñera, s/n Edif. El Foro  
tel. 91 714 14 40

[www.casaextremadurapozuelo.org](http://www.casaextremadurapozuelo.org)  
[casaextremadurapozuelo@hotmail.com](mailto:casaextremadurapozuelo@hotmail.com)  
Facebook- [@laencinapozuelo](https://www.facebook.com/laencinapozuelo) @hotmail.com Ω



C/Segundo Mata, 1 (Junto estación cercanías)  
**INFORMACIÓN: Tel.: 91 221 43 67**  
Pozuelo de Alarcón - 28224 MADRID  
[pozuelo@saltroomspain.com](mailto:pozuelo@saltroomspain.com)  
[@saltroompozuelo](https://www.saltroomspain.com)  
[www.saltroomspain.com](http://www.saltroomspain.com)

Indicado para problemas respiratorios y dermatológicos comunes en niños y adultos.  
A partir de los 3 meses de edad.

Espacio de Salud y Bienestar

Cuevas de Sal- Haloterapia



## **POZUELO ROCKING GUITARS**



✓ INSTRUMENTOS MUSICALES Y ACCESORIOS  
✓ CLASES DE MÚSICA  
✓ LUTHERÍA



Benigno Granizo, 12 - Pozuelo Estación - 91 351 41 95 / 672 488 070  
[pozuelorockingguitars@gmail.com](mailto:pozuelorockingguitars@gmail.com)



[WWW.POZUELOROCKING.000WEBHOSTAPP.COM](http://WWW.POZUELOROCKING.000WEBHOSTAPP.COM)



POZUELO IN



Por Juan Carlos de Laiglesia  
Fotografía: Ricardo Rubio





**BEATRIZ  
CORTÁZAR  
LA VOZ  
SENSATA  
DE LA  
PRENSA  
ROSA**

# N

os habla en exclusiva de su carrera, sus maestros, las bondades de Pozuelo y el nuevo perfil del 'famoso' español. Beatriz es vecina de Pozuelo desde hace más de dos décadas y cualquier tarde se la puede ver paseando a su perrita (una preciosa Cavalier King Charles llamada Betty), entrando en el centro estético de Carmen Navarro o tomando algo en Baralia. Es una de las más prestigiosas cronistas sociales de nuestro país porque considera la prensa del 'cuore' un género periodístico como cualquier otro y lo trata con idéntico rigor.

**—¿Que te llevó al periodismo?**

*Había estudiado Farmacia por deseo de mi madre, pero no podía seguir porque no me interesaba nada ni se me daba bien. Entonces un amigo me dijo que tenía que meterme en periodismo porque yo tenía alma de periodista, y aunque en ese momento me interesaba más la publicidad, me decidí por el periodismo. Pero no fue algo vocacional sino, como muchas cosas en la vida, fruto del azar.*

**—Y después, ¿cómo derivaste hacia la prensa de sociedad o del corazón?**

*Entré en la sección de cultura y colaboraciones del periódico ABC. Me encargaba de llamar a académicos de la lengua y revisar con ellos los artículos que publicaban. Tenía que hablar con Julián Marías, con Pere Gimferrer, Lázaro Carreter... nada que ver con el mundo del corazón. Pero unos compañeros del periódico entre los que estaban Ignacio Ruiz Quintano, Jorge Berlanga y Oti Rodríguez Marchante decidieron hacer una página alternativa que se llamaban Gente y Aparte, y como yo en esa época vivía Madrid muy intensamente, me animaron a escribir columnas pero sin famosos ni nada, sino sobre lo que yo hacía por la noche, y empecé a escribir esa columna en Gente y Aparte que se llamaba 'Ricas y Famosas' o 'La Vía Láctea' sobre cosas más alternativas, no tan de corazón.*

*Después, otra vez el azar quiso que un día Amilibia, que era el cronista oficial de ABC de los famosos y de las negritas, tuviera aquel incidente tan grave que dio con él en prisión. Luis María Ansón empezó a buscar un cronista diario para la columna de las 'negritas' y fue Federico Jiménez Losantos quien le dijo, en su despacho: "No, hombre, no busques fuera, si tienes a Beatriz en la redacción". Federico ya me conocía por Gente y Aparte donde él colaboraba, y una vez más la vida me presentó esa oportunidad.*

**—¿Al periodismo rosa se le exige menos rigor que a otros?**

*La prensa del corazón siempre ha estado muy vilipendiada cuestionada porque quizás la televisión ha dado la imagen de que es espectáculo puro y duro, pero es tan digna como la prensa de Economía, y yo creo que los periodistas podemos hacer cualquier especialidad. Necesitas lo mismo: buenas fuentes, comprobar que las noticias son reales, tener acceso a las personas que te interesen y hacer una labor periodística. Eso sirve igual para Economía que para Política o para Deportes, y en los periódicos escritos las secciones están más igualadas. En la televisión, lo que hacemos forma parte más bien del 'show' televisivo, pero en el periodismo puro y duro de agencia, de periódico, de radio, una querella te puede caer igual por un famoso que por un políti-*

*co, así que te exige el mismo rigor.*

**—¿Qué diferencias hay entre tu trabajo en radio, televisión y prensa?**

*La diferencia entre prensa y televisión es que la prensa es papel, o digital, pero periodismo purista, y la televisión no considero que sea periodismo sino 'show' y entretenimiento. Es otra cosa que exige que en una misma mesa tenga que haber un periodista, un artista, un showman, un cura o un deportista. No hablo de los informativos, donde solo hay periodistas, sino de los programas donde yo estoy, que lo que buscan es entretener. Los magazines son programas de entretenimiento donde los periodistas coincidimos con gente que simplemente da bien en pantalla, comunica, es divertida o tiene un interés televisivo.*

**—Con tantos años de profesión, ¿has tenido algún caso raro o curioso, algún fan o enemigo enloquecido?**

*En mi agenda de teléfonos tengo varios números que pone "Loco 1", "Loco 2", "Loco 3"... porque hay gente que te llama con unas cosas... y como los memorizo para no coger el teléfono ya debo de tener siete u ocho locos. Eso lo da la tele sobre todo, porque a ABC me mandaban cartas pero eran mucho más tiernas y parece que lo escrito es más de seguidores o fans que te leen. Salir en la tele se presta a comentarios más sangrientos, pero los pongo en la lista de los locos y ya está.*





# Residencial **La Campiña**



Acabados Interiores **PORCELANOSA** Grupo

## **Amplios unifamiliares de 4 y 5 dormitorios en Boadilla del Monte**

Urbanización privada con piscinas,  
pista de pádel y gimnasio

desde

# **467.000€<sub>+IVA</sub>**

**FASE 2 A LA VENTA**

**OBRAS INICIADAS**

**900 053 612**  
[www.inmoglaciarc.com](http://www.inmoglaciarc.com)

Promueve:

 **inmoglaciarc**  
Construyendo Confianza



**—Es que hay gente de la tele que pone toda la carne en el asador y ya se hacen como personajes. ¿A ti no te afecta tener tanta exposición para tu vida personal?**

*No escondo mi vida privada, en mis redes sociales no saco a mis hijos porque son mayores y pasan, pero saco a mi perra y si voy al campo saco una foto de que estoy en el campo... No creo que mi vida privada tenga mucho interés para el espectador o el seguidor porque no lo haya fomentado o porque a mí tampoco me interese, pero no tengo ninguna paranoia con eso. Si voy por la calle y la gente me saluda, normalmente todo el mundo es educado y nunca he tenido una situación desagradable ni me molesta. Hay gente que mata porque le reconozcan o les saluden, pero no es algo que yo anhele ni me va la vida en eso. El ego lo tengo muy cubierto en muchas cosas, me da bastante igual, lo llevo con mucha naturalidad y creo que por eso no he tenido nunca situaciones incómodas ni me ha pasado nada desagradable. Al revés, normalmente la gente es muy educada y te dice que les gustas y que te siguen.*

**—Me gustaría que explicaras tus experiencias con cuatro figuras de la comunicación con las que trabajas o has trabajado. Empecemos con Luis María Ansón.**

*Ansón fue mi maestro en el periódico, me cogió totalmente de principiante y los que llevamos la escuela de Ansón tenemos un aprendizaje especial que no tiene todo el mundo. Una escuela de trabajar todos los días del año, a todas horas, sin fines de semana, a*

*destajo. Hoy mucha gente lo primero que te pregunta es “¿qué horario tengo?”. Cuando me preguntaban eso los becarios en ABC me moría de risa y les decía “¿Pero tú dónde te has metido?”. A lo mejor ahora las cosas son de otra manera, pero a mí me ha tocado vivir la época en la que no había horarios ni libranzas ni festivos y sólo trabajo y trabajo. Eso es Ansón, una máquina de trabajar y un maestro en ese estilo de trabajo que he ejercido en el periodismo. Creo que los que hemos trabajado con él somos muy resolutivos.*

**—Federico Jiménez Losantos.**

*A Federico Jiménez lo conozco de toda la vida. Era amigo mío en mis años mozos de ABC, y luego llevo muchos años trabajando con él en la radio con una relación maravillosa. No creo que haya un jefe igual. Delante del micrófono podrá ser tal fiera que la gente hasta se puede sorprender, pero el Federico que yo conozco no tiene nada que ver. En los muchísimos años que llevo con él no le he visto pegar un grito jamás a nadie del equipo, ni enfadarse ni levantar la voz. Mira que he tenido jefes, y no conozco a nadie más cómodo en ese sentido ni más fácil y con el que trabajar más a gusto. Y, por supuesto, libertad cien por cien en todo. Aunque suene a peloteo, sólo puedo decir cosas buenas de Federico. Hace poco me pidieron que dijera algo malo, y les dije que es que tendría que mentir. Ansón tenía mucho genio, le he visto montar ‘shows’ tremendos y cuando se enfadaba daba miedo, pero Federico nunca y me encanta trabajar con él. Es un número uno, como lo fue Ansón también.*

**—María Teresa Campos.**

*Aunque empecé en televisión con Nieves Herrero en Antena 3, enseguida estuve muchos años con Teresa, tanto en la 1 como en Telecinco y en Antena 3. Es un animal televisivo, y de trabajar a su lado algo te queda porque te impregna. Seguramente mi formación televisiva ha sido mucho de la mano de Teresa, con la que prácticamente me inicié.*

**—Ana Rosa Quintana.**

*De todos, yo creo que es a la que me puedo parecer más por su forma de ser. Ana es una mujer muy sensata, que sabe pensar las cosas dos veces antes de decirlas, que no es el temperamento y la fiereza de otros sino justamente el equilibrio, y esa es su mejor baza y su éxito. Trabajar con Ana es una delicia porque con ella todo es fácil. Es la normalidad, la sensatez, una comunicación serena, tranquila. Trabaja muchísimo, madruga todos los días y no la he visto quejarse jamás. Yo le digo: “Pero ¿qué pastillas tomas?”, porque tiene hijos, tiene marido, tiene una empresa, negocios, y siempre está como una rosa.*

**—Publicaste “Un año de Amor” en 2005, el libro donde recogías la relación de los actuales Reyes desde que se conocieron. ¿Tienes en mente escribir algún otro libro?**

*Lo pasé bien haciendo aquél pero también fue un libro por encargo, no un sueño que yo tuviera. Era el momento periodístico de publicar el primer año de los que hoy son Reyes de España. Me entrevisté con mucha gente, incluso con familia de la Reina Letizia, lo*







### **Aldamar ITB**

En ALDAMAR ofrecemos a nuestros clientes soluciones integradas en los ámbitos de inspección reglamentaria, asistencia técnica, control de procesos, comisariado de averías, informes técnicos, peritación de siniestros, consultoría y formación.

Teléfono de contacto: 900494530



trabajé bastante, me tiré muchísimas tardes y noches pegada al ordenador, y me di cuenta de que la próxima vez que escribiera un libro tenía que tener mucho tiempo libre. Como a día de hoy todavía no lo tengo, todas las veces que me han llamado para escribir, y tengo que agradecer que muchas editoriales me hayan llamado y hayan insistido, siempre la respuesta ha sido la misma. Lo hice aquella vez sin saber lo que realmente suponía escribir un libro que quieres hacer bien y ahora materialmente no tengo tiempo.

**—¿Qué personajes suscitan más interés ahora? ¿Ha cambiado la 'fauna' del corazón desde tus inicios?**

Los personajes van cambiando pero hay clásicos que no fallan como las casas reales, sobre todo los Windsor y los Mónaco.

El perfil del 'fameo' en España ha cambiado mucho. Manda la actualidad, y la televisión y los 'realities' han generado un nuevo perfil de famoso, tanto que ahora Belén Esteban es mucho más famosa que una Koplowitz. Algunos clanes clásicos como Pantoja, Jurado o Iglesias siguen muy vivos y los nuevos personajes son más de corto recorrido. Como el corazón es un negocio que da mucho dinero con las webs, la masificación y todo, eso ha hecho que a mucha gente no le interese salir y también hay algunos que en televisión no funcionan, porque Isabel Preysler funciona muy bien en el papel couché pero no en televisión. Hay personajes diferentes, más histriónicos o llamativos, que a lo mejor ya no destacan por su trabajo sino por otras cosas. Ahora es un arte efímero donde todo dura poco. Como noticias, estamos viviendo lo de María Teresa Campos y Bigote Arrocet, que es como un revival de los años setenta, con una ruptura que sería de adolescentes y son dos señores que peinan canas...

**—¿Te emociona más una entrevista que aún no hayas conseguido o una exclusiva?**

Es que una entrevista buena es una exclusiva, ya sea por actualidad inmediata o porque esa persona nunca hable. Si yo consigo entrevistar a un personaje que no habla nunca como la Reina

Letizia, por referirme a mi libro, pues eso es una entrevista y a la vez una exclusiva. A mí me encanta dar noticias. Vengo del mundo de la información donde todos los días tenía que levantar una o dos noticias, pero en los últimos años estoy haciendo más entrevistas y es un género que me gusta, porque sacarle a un personaje algo que no haya contado nunca implica psicología, una carrera que me habría gustado estudiar.

**—Hablemos de Pozuelo. ¿Por qué elegiste vivir aquí?**

Vine a vivir a Pozuelo en el momento en que tuve dos hijos, uno de ellos recién nacido, y quería un entorno lo más confortable posible para mi familia. Siempre he trabajado mucho y no

pero en Pozuelo es donde me he sentido muy bien y tengo los recuerdos de la infancia de mis hijos. Nunca he tenido un problema, creo que hay un ambiente estupendísimo y todo lo que diga de Pozuelo es bueno. Por eso yo creo que mucha gente quiere vivir aquí.

**—Y hay vecinos interesantes para tu profesión...**

Sí, tenemos la zona muy animada últimamente entre el padre de la Reina, el Presidente del Gobierno, Albert Rivera, muchos fiscales y magistrados. Como decía, el sueño y la meta de mucha gente es poder llegar a vivir en Pozuelo algún día.

**—¿De qué manera lo disfrutas tú?**

Me encanta pasear por Pozuelo. Hago todos los días una ruta de hora y media

paseando con mi perra y es una delicia porque no tenemos coches ni contaminación y eso me encanta. Luego, muchas cosas de estética y de compras las hago por Pozuelo. Bajo a Baralia, que está al lado de casa y se ha convertido en uno de mis sitios fijos, voy a restaurantes del Zie-lo como el Tony Roma's y el Urrechu...

**—¿Trabajar en la tele supone cuidar tu imagen?**

Tengo que cuidarla porque trabajo en televisión pero a mí me gusta, así que no es ningún esfuerzo. Los diseñadores a los que más recurro últimamente son Cocoa, dos chicos andaluces que hacen una ropa muy alegre con la que me identifico mucho, y también mi gran amiga Teria Yabar, que

me tiene muy cogido el estilo. Es una ropa muy accesible, muy alegre, muy ponible y con una relación calidad / precio estupenda.

También me gusta cuidarme con tratamientos de estética, para lo que tengo mis aliados. Uno es mi doctor Antonio Licitra, de MED-Estetic, al que suelo ir un par de veces al año. Y por supuesto mi gran amiga Carmen Navarro, que además ahora ha abierto un centro en Pozuelo que me viene comodísimo, o Maribel Yébenes, y también me gusta conocer sitios nuevos, claro.

Esos son mis trucos. La gente me pregunta a veces por el pelo, porque la verdad es que tengo un pelo de muy buena calidad, y la única que lo toca es mi peluquera Vicky García. Ω



podía estar en el parque por las tardes ni llevándoles a clases extraescolares. Necesitaba un lugar donde no corrieran riesgos, no tuvieran que cruzar calles, donde se pudieran criar en libertad pero con control. Y cuando vine a Pozuelo y vi esta urbanización (Prado de Somosaguas) me encantó porque dentro de casa tenían los amigos, el tenis, la natación, todo, y ha sido la mejor elección. Mis hijos son de Pozuelo, se han criado aquí, han ido a colegios de la zona, y todas las cosas del día a día las hago aquí. El trabajo no, aunque tengo cerca Telemadrid y la 1. La Ciudad de la Imagen me ha venido muy bien en muchas cosas. Me paso en el coche todo el día porque tengo que hacer muchas cosas fuera de aquí,



# 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](http://www.galicia.privateweb.es)

 @caprichogallego

 elcaprichodegalicia



Volkswagen



Audi  
Service

## TALLERES RISCAL Servicio Oficial Postventa

Polígono Industrial Ventorro del Cano  
C/ Vereda de los barro, 25  
91 633 30 40 - [www.servicioriscal.es](http://www.servicioriscal.es)



Colegio Bernadette  
**mucho más**

**Trilingüismo**



**Innovación**



**Deporte**



**Disciplina  
positiva**



**Aula 2 años**



**Solidaridad**



**Robótica**



**Bachillerato**

**Dual**



**Ecoescuela**



**Curso 2020-2021**

Calle Sta. Bernardita, 1, Aravaca, Madrid  
[www.colegiobernadette.com](http://www.colegiobernadette.com)

Información

Secretaría Admisión 91 307 11 46  
[secretaria@colegiobernadette.com](mailto:secretaria@colegiobernadette.com)





**Creemos  
en la estética  
preventiva**

**Carmen Navarro**  
Centro de Belleza  
Avenida Calvo Sotelo, 42  
28224 Pozuelo de Alarcón  
913620777



# ¿Lista para el bikini?

## Súmate al reto Carmen Navarro

Si eres de los que piensan que todo está perdido, que ya no estás a tiempo de prepararte para presumir de “tipazo” en cuanto asomen los primeros rayos de sol, te equivocas. Carmen Navarro, la esteticista de cabecera de celebrities y clientela fiel desde hace casi cinco décadas, es rotunda: “los avances en esta profesión han sido inmensos. Contamos con la tecnología más vanguardista a nuestro alcance y, si la combinamos con los masajes más profesionales, conseguimos la suma perfecta para lograr acabar con grasa localizada, definir silueta, combatir celulitis y, en definitiva, lograr los objetivos buscados en poco tiempo”.

La propuesta que Carmen Navarro nos hace desde su centro de Pozuelo es muy atractiva. Nos plantea empezar con el masaje más deseado del mundo, creado por la brasileña Renata França. Se trata de una técnica que trabaja con masajes diferenciados y su fin es el de estimular los canales linfáticos, eliminar pesadez, toxinas e hinchazón, consiguiendo remodelar y producir una sensación de ligereza inmediata. “Consiste en “empujar” de manera gradual la piel hasta el límite de su elasticidad, activando la circulación sanguínea y llevándonos a grandes resultados”, afirma Carmen Navarro.

**“Definimos la silueta, igual que se confecciona un traje a medida, y en pocas sesiones”**

### Resultados en pocas semanas

El siguiente escalón en el Método Carmen Navarro es trabajar, de manera localizada, abdomen, cartucheras, flancos, incluso los temidos bra rolls, esos “rollitos de grasa” que se acumulan en la espalda, en la zona del sujetador y también en la

zona inferior de la espalda. “Con Adipologie nuestros clientes ven el resultado nada más acabar la sesión y al salir solo quieren pedir nueva cita”. Es su experiencia con uno de los últimos equipos que acaba de incorporar. “Conseguimos reducir y remodelar, además de eliminar celulitis. Aportamos firmeza desde el interior compactando el tejido y definiendo de manera eficaz, como si estuviéramos haciendo un traje a medida”, nos recuerda la directora de 8 centros en España.



**“Nuestros clientes ven el resultado nada más acabar la sesión y al salir solo quieren pedir nueva cita”**



### ¿Cómo es posible reducir en tan poco tiempo?

Emplean tecnología basada en ultrasonidos de alta intensidad y baja frecuencia. O lo que es lo mismo, se dirige a la grasa acumulada hasta en las zonas más profundas y difíciles. El resultado: ultra firmeza y una nueva silueta. Redibuja la zona deseada seleccionando únicamente los tejidos diana y controlando con total precisión la profundidad de acción. Se encarga de eliminar las células grasas localizadas, remodelando la silueta allí donde es más necesario. Es rápido, indoloro y con efecto duradero. Tras una sola sesión se obtiene una reducción de hasta 2.5 cm en la zona tratada.

Y como consejo final nos recuerda: “una piel bien exfoliada y nutrida con un cosmético específico anti-flacidez es un gesto sencillo que ilumina la epidermis de todo el cuerpo. Exfoliar, hidratar y nutrir es la fase final para conseguir mirarte delante del espejo y sonreír al

ver los resultados”. Finaliza nuestra entrevista animándonos a pedir cita sin perder ni un minuto para un diagnóstico gratuito, “yo estoy aquí todos los martes”, sonríe.

Salud  
y

# BELLEZA

## La batalla contra el envejecimiento. El uso del Vino

*Dra. M<sup>a</sup> Cristina Morante*  
*Medicina y Cirugía estética capilar*  
*Dirección Médica Aravaca Medicina Estética*



Desde los primeros tiempos de la medicina moderna el objetivo científico ha ido enfocado a retrasar el envejecimiento y prolongar la vida con calidad.

Nuestras células diariamente a la misma vez que producen energía y queman los nutrientes y el oxígeno que respiramos, generan desechos y radicales libres. Podríamos decir que los radicales libres son la verdadera causa del enveje-

cimiento celular. Nuestro organismo es capaz de controlar y neutralizar los radicales libres que se producen a nivel de la respiración de las células, usando los llamados antiradicales.





Domina el inglés más rápido de lo que piensas  
99% de nuestros alumnos aprobaron sus exámenes oficiales

We prepare for



English Qualifications



Clases de  
conversación



Son antirradicales libres la melatonina, el resveratrol y otras sustancias que consiguen mantener bajo control la cantidad de radicales libres y minimizar así el daño que estos producen a nivel celular.

Por lo tanto, podríamos considerar que la producción de radicales libres produce una toxicidad a nivel celular, que por reacciones químicas normales logramos mantener a niveles óptimos.

Pero, ¿qué ocurre cuando producimos más radicales libres de los que podemos neutralizar? ¿qué ocurre cuando los mecanismos de control que tenemos dentro de las células se gastan o saturan?

Es entonces cuando la concentración de los radicales libres se eleva y produce un daño celular irreversible, esto es, comienza la muerte de la célula.

Sabemos que, aunque la eterna juventud es efímera y por el momento inalcanzable, podemos ayudar a controlar y minimizar el daño de estas sustancias tóxicas para la célula y retrasar el envejecimiento de las células y del organismo. Una de esas sustancias es el resveratrol, presente en el vino. La vinoterapia es un tratamiento que ya en tiempo de los romanos se utilizaba, no solo como bebida en sus succulentas fiestas, los romanos se bañaban en tinajas sin saber, quizá todos los beneficios positivos que el vino les aportaba.

Su contenido en **resveratrol** tiene una potente acción antioxidante y antienvjecimiento celular, así como propiedades de protección cardiovascular. El resveratrol es anticancerígeno, inhibe la formación de trombos o coágulos sanguíneos, incluso algunos estudios avalan beneficios en enfermedades degenerativas cerebrales como el Alzheimer o en la diabetes.

El resveratrol actúa como agente fotoprotector, previene además alteraciones del sistema inmunológico y lo más importante en cuanto al tema que nos ocupa, activa proteínas que retrasan el envejecimiento celular, de ahí que sea una terapia Antiaging.

El uso de resveratrol puede incrementarse en nuestra dieta gracias a un aporte concentrado del mismo. Sabemos que la cantidad de resveratrol que contiene un vaso de vino haría necesaria la ingesta de varios litros de vino

al día para poder llegar a consumir las dosis antienvjecimiento, por lo que es recomendable tomarlo como suplemento junto con otros activos antienvjecimiento.

Pero existe otra forma de poder disfrutar de las propiedades antienvjecimiento del vino: La vinoterapia.

La vinoterapia, un tratamiento wellness del que disfrutaban los romanos. Proporciona firmeza a la piel y acción detoxificante con un mejor control de los radicales libres celulares.

Para hacer penetrar los principios activos de la vinoterapia será necesario preparar la piel mediante una exfoliación o peeling a base de pieles de las uvas. Se elimina así la capa más superficial de la piel y permite el paso de los principios activos que contiene en vino: el resveratrol y los taninos.

El aceite a base de uva contiene taninos, un principio activo muy importante para detener y retrasar el envejecimiento prematuro de nuestras células y en consecuencia de nuestra piel. Con un suave masaje activaremos la circulación de la piel y permitiremos la absorción del aceite de uva.

La aplicación de envolturas calientes de vino durante 20 minutos permitirá que los principios activos penetren actúen a nivel de nuestra piel y organismo.

Una ducha tibia para retirar la envoltura de vino y un relajante masaje con aceite de uva finalizará un tratamiento que nos rejuvenecerá la piel por dentro y por fuera. Ω







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)



PROMOCIÓN VÁLIDA DURANTE EL MES DE MARZO  
No acumulable con otras ofertas.

**PELUQUERÍA  
MONTEPRÍNCIPE**  
ASESORES DE IMAGEN

**¡PROMOCIÓN ANIVERSARIO!**

- Corte + Color + Peinado ... **REGALO VALE 5€**
- Pedicura + Manicura ... **REGALO PARAFINA**

**SERVICIO A DOMICILIO**

**C.C. MONTEPRINCIPE, Local 13 -Reservas: 917 156 451**



Medicina Estética Avanzada

¿Balón  
intragástrico  
o dieta?

¡Resolvemos  
todas tus  
dudas!



**Líderes en Balón Intragástrico**

sin Cirugía **3.800€**

12 meses **5.999€**

**Unidad de Cirugía Capilar**

*Personal experto con amplia experiencia  
desde 2.000€*

Muchos más tratamientos personalizados  
[www.aravacamedicinaestetica.es](http://www.aravacamedicinaestetica.es)

91 357 05 60

673 77 63 09

**PRIMERA CONSULTA MEDICA SIN COSTE**

Avda. del Talgo 204 frente a RENFE ARAVACA

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



Medicina Estética Avanzada

# Educación El futuro en sus manos



## **Alejandro García Martínez de Guinea.**

Alejandro García Martínez de Guinea es un alumno brillante académicamente. Año tras año ha obtenido la Beca de Excelencia que Mirabal otorga a los cinco mejores expedientes de cada nivel. Está cursando el primer año del Programa Diploma de Bachillerato Internacional. Muestra una gran inquietud intelectual, destacando en el área de Matemáticas. Ha participado en numerosas competiciones externas de Matemáticas o STEM alcanzando primeros puestos o reconocimientos por los resultados obtenidos entre ellos el Concurso de Primavera de Matemáticas de la Universidad Complutense. Tiene un nivel B2 oficial en Francés. En deporte destaca por sus habilidades en Karate, habiendo logrado el cinturón negro. Socialmente muestra un gran compromiso participando en múltiples actividades de voluntariado como la recogida de alimentos.



## **Colegio Nuestra Señora de Schoenstatt**

## **Nevena Ortiz Kiryazova**

Cada día nos presenta el reto de sacar lo mejor de nosotros mismos: hacer aquello que debemos hacer, potenciando nuestras capacidades personales y desde la propia originalidad. Este reto lo afronta con alegría y fuerza Nevena Ortiz, alumna de 6º de Primaria del Colegio Nuestra Señora de Schoenstatt. Allí, han fomentado su talento creativo a la vez que va adquiriendo altas habilidades académicas y en idiomas, creciendo de forma integral como persona.

Además, Nevena ha recibido un reconocimiento público excepcional: el curso pasado, ganó el Segundo Premio de Pintura del Concurso de Patrimonio Nacional para Centros Escolares. Su cuadro, realizado en las clases de pintura del Colegio, recogía una perspectiva muy original del Salón del Trono del Palacio Real. Así expresó su personalidad, sin que nadie le impusiera un molde preestablecido. Ése es el estilo educativo de este Colegio, que otorga un gran equilibrio personal a sus alumnos.





# PUERTAS ABIERTAS



¡¡ te esperamos!!



Paseo de la Casa de Campo, 2. 28223  
Pozuelo de Alarcón. 91 51 22 138



Colegio Nuestra Señora de  
**Schoenstatt**

## Campamentos de verano 2020

**Pozuelo Multiaventura:** 22 de junio al 17 de julio. De 1º año hasta 2º de Primaria (contratación por semanas).

**Aveiro (Portugal):** 29 de junio al 10 de julio. De 3º de Primaria hasta 2º ESO.

**Dublín (Irlanda):** 12 de julio al 26 de julio. De 5ª de Primaria a 2º ESO.

Un modelo  
propio y  
personalizado  
para tus hijos

**917 159 226**

[www.colegioschoenstatt.es](http://www.colegioschoenstatt.es)  
[colegio@cnsschoenstatt.es](mailto:colegio@cnsschoenstatt.es)



[ Plazas limitadas ]



**COLEGIO  
SAN LUIS  
DE LOS FRANCESSES**

"Todo docente recuerda las clases de alguien particular que hizo prender en su interior la llama de esta curiosa vocación. Y así le enseñó que más allá de los garabatos en una pizarra, el verdadero maestro puede llegar a tocar el alma de cada uno de sus alumnos. No faltan sin embargo tardes toledanas en que te vuelves a casa buscando como Abraham "diez justos" por los que preparar las clases del día siguiente. Pues, aunque los frutos más preciados del trabajo son a menudo secretos, ver es una necesidad de limitado humano.

Juana es para mí una luz (sin duda no la única, pero sí especial). Estoy convencido que lo será para muchos. Sí... tiene resultados académicos brillantes, toca varios instrumentos, vale la pena oírla cantar o hablar francés o inglés... pero no es eso. Será defecto de formación: no me importa el qué, sino el por qué. Es la pureza y humildad con que busca ayudar y servir, discretamente, con la que me quedo y en no pocos momentos me ha guiado. ¡Gracias Juana, nunca cambies!"

**J.D.M. Profesor de física 4º E.S.O.**



**CEU**  
*Colegio San Pablo*  
*Montepríncipe*

**Pablo de Dios**

Una de las MEJORES CALIFICACIONES EvaU con un 13,55 junto con la MEJOR NOTA DE LA EvaU de Jaime Martín Lobo con un 13,92





# Soy SanLuis

EDUCACIÓN TRILINGÜE DE 2 A 18 AÑOS

*English is essential, mais le Français fait la différence*

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

+34 91 352 05 17



## Jornada de Puertas Abiertas

14 marzo  
De 11:00 a 13:30

## OPEN DAY

6 / 3 / 2020 • 14:30h.

**Inscripción:**

[comunicacion@everestschool.es](mailto:comunicacion@everestschool.es)  
91 799 49 40

**BRITISH AND CATHOLIC  
EDUCATION**

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





## 3 Equipos de Mirabal finalistas en Diamond Challenge Program de la Universidad de Delaware

**Mirabal International School**, ha participado por primera vez en el **Diamond Challenge**, una competencia internacional creada por la **Universidad de Delaware U.S.A.**

En el concurso de este año, tres equipos de alumnos de primer curso del Programa Diploma de Bachillerato Internacional han llegado a la final y uno de ellos ha quedado en tercera posición. La final, desarrollada íntegramente en inglés, se celebró el domingo 9 de febrero de 2020.

**Diamond Challenge** es una iniciativa de emprendimiento juvenil. La Iniciativa Internacional de Innovación (3I) tiene como objetivo ayudar a los jóvenes emprendedores a obtener acceso a las oportunidades y habilidades necesarias para tener éxito en un mercado global. Impulsa a los estudiantes de Educación Secundaria al desarrollo de ideas innovadoras, iniciativas relevantes en el ámbito empresarial. El proyecto **"Friends Planet"** propone el diseño de una aplicación móvil con el fin de ayudar a estudiantes universita-

rios para crear planes y salidas con personas de sus mismos intereses que no estén cerca físicamente.

La gestión del tiempo y de las actividades diarias es un aspecto clave en la vida de las estudiantes. Por ello, el proyecto **"TOP"** plantea el diseño de una aplicación especializada en formular horarios y agendas para organizar las asignaturas de los alumnos. De esta forma, se logra incrementar la su confianza del estudiante, mejorar y autoestima y optimizar su tiempo y rendimiento.

El tercer proyecto **"Addmirable"** propone una iniciativa de intervención específica dirigida a los alumnos con Déficit de Atención con o sin Hiperactividad. A través de la formación de los profesores y padres en este ámbito, junto con la intervención de profesionales del ámbito de la pedagogía y psicología educativa se pretende dar respuesta específica a las necesidades de aprendizaje de estos estudiantes, logrando a su vez la mejora del clima en el aula. Este último proyecto se ha alzado con el tercer premio de la competición.



"28 de marzo  
Mirabal Infantil  
Jornada Puertas Abiertas  
Ven a conocernos"

"Open Day  
14 de marzo  
¡Ven a conocernos!"



✓  
Inmersión  
en inglés

✓  
Inteligencia  
emocional

✓  
Centro Autorizado  
de Música

✓  
Programación STEM y robótica

✓  
Comprometidos  
con la salud  
y el deporte

✓  
Bachillerato  
Internacional (IB)

✓  
Programa  
de Años Intermedios (PAI)



**De 0 a 18 años  
ABIERTO PLAZO  
DE MATRÍCULA**

**[www.colegiomirabal.com](http://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

[info-infantil@colegiomirabal.com](mailto:info-infantil@colegiomirabal.com)



**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](mailto:mirabal@colegiomirabal.com)





"Animo a todas las personas a que hagan lo que les pida el cuerpo"

LUISA MORALES GÓMEZ TEJEDOR, NOS DEMUESTRA QUE LA EDAD NO IMPORTA, QUE HAY QUE PERSEGUIR LOS SUEÑOS Y QUE TODO EN LA VIDA SE PUEDE CONSEGUIR CON ESFUERZO Y SUPERACIÓN. A LOS 60 AÑOS DE EDAD ACABA DE APROBAR EL EXAMEN DE BALLET POR LA ROYAL ACADEMY OF DANCE, UNA DE LAS ESCUELAS DE BALLET MÁS RECONOCIDAS DEL MUNDO.

# Un modelo de superación

Por Carmen Millán  
Imagen: Ricardo Rubio



**—¿Por qué te inicias en el ballet a los 50 años?**

Me ha gustado desde pequeña. Hasta los 18 años viví en Cáceres y no teníamos escuelas de ballet, yo miraba cómo bailaban y me dejaba enamorada. Ya viviendo en Pozuelo vi una publicidad de ballet para adultos y llamé inmediatamente. Lo primero que pregunté era la edad de esos adultos porque justo iba a cumplir los 50 años, me dijeron que había alguna chica de 40 y eso me sirvió para animarme, necesitaba pocas excusas.

**—¿Cómo eran las clases?**

Empecé con clases básicas, de media punta, con zapatillas normales de tela pero mi sueño era hacerlo como las bailarinas de verdad.

**—¿Y fuiste un paso más?**

Un día le comenté a mi profesora que quería hacer puntas a lo que mi profesora me contestó que tendría que ir los viernes con unas niñas de quince años que estaba preparando. Tenía que hacer unos ejercicios especiales, de flexibilidad, de fuerza, abdominales... Al siguiente año comencé las clases con niñas jóvenes y al final de la clase hacíamos puntas. Me dijeron que a final de año hacían un festival, fui a verlas al teatro. Recuerdo estar sentada en mi butaca del Teatro Mira y pensar... la próxima vez estaré yo en el escenario.

**—¿Lo cumplistes?**

Dos años después se repitió el festival y sí que bailé con mis compañeras. Nuestra variación era "La Bruja de los Colores". Recuerdo mi primera salida al escenario, todo oscuro, en medio una bruja esperándome y yo salir desde bambalinas corriendo hasta mi puesto...fue como si me tirara al vacío, entonces dejas de pensar que te están mirando y empiezas a hacer lo que sabes. A partir de ahí siempre he salido en las obras y en el último "El Cascanueces" tuve un papel muy bonito, fui la madre de la protagonista y el tener unos minutos en el escenario donde

solo bailo yo fue apasionante.

**—Digno de admirar ¿Siempre has sido así de persistente?**

Sí, en todo. Aunque este es mi sueño, creo que a partir de una edad le damos más importancia a poder cumplir sueños. Para mí es muy importante que todo el mundo sepa que no existe la edad, que nunca es tarde para empezar una nueva actividad. Si yo digo que con 50 años voy a empezar ballet, me preguntarían que dónde está mi flexibilidad, mi elasticidad, pues todo con esfuerzo se consigue.

**—¿Qué era lo que te llamaba tanto la atención del ballet?**

La belleza del cuerpo en movimiento, es una belleza indescriptible. Son movimientos lentos, acompañados normalmente de música clásica que personalmente me encanta, de niña la he escuchado mucho. La fusión de la música y el cuerpo me parece extraordinario y quería imitarlo, conseguir esa belleza con mi cuerpo.

**—¿Por qué decides examinarte?**

Cuando me di cuenta llevaba ya tres años haciendo ballet, aunque no me presentara ya había preparado con ellas algún examen, viví la experiencia de hacer los ensayos con un pianista de verdad, cuando se tapa en clase con papel todos los espejos para que no puedas copiar, fue muy bonito. Cuando preparas un examen, el tener que repetir los ejercicios una y otra vez hace que los aprendas tan bien que es cuando empiezas de verdad a expresarte y para mí fue maravilloso.

Le comenté a mi profesora que llevaba mucho tiempo preparando exámenes con mis compañeras y quería pasar por la experiencia de presentarme.

**—¿De qué edad hablamos?**

Con 57 años. Me presenté al Exam Intermediate Formesion y lo aprobé, lo celebré con mucha alegría. Como mis compañeras seguían, un día me preguntó Miriam si quería presentarme para el siguiente examen y empecé a

preparar el nivel intermedio. Fue muy duro, muchas horas, trabajar con varias profesoras pero al final también lo conseguí, me examiné en La Royal Academy of Dance, una de las escuelas de ballet más importantes del mundo.

**—¿Cómo fue la experiencia?**

Para no viajar a Londres, esta escuela envía examinadoras a España y en un corto espacio de tiempo recorren todas las escuelas que presentan a sus alumnas. Solo se pueden presentar a la vez 3 o 4 niñas de cada centro. Cada una lleva su número, no puede entrar nadie, te llaman con una campanita y es cuando empieza la función. No suelen hablar español y son un poco distantes.

**—¿Cómo te preparaste ese día?**

Con mucha tranquilidad. Me levanté muy temprano, desayuné pasta con huevo para poder tener energía el resto de la mañana. Dediqué tiempo a maquillarme, peinarme y vestirme y una vez lista me fui con tiempo a la academia para poder estar en el contexto y calentar. El examen fue de once a una y media. Consistía en ejercicios de barra de mayor a menor exigencia y muchos ejercicios en el centro, después puedes elegir entre una variación clásica o moderna y elegí la clásica.

**—¿Has notado cambios tanto físicos como mentalmente?**

Desde prácticamente el principio dejó de dolerme la espalda, gané muchísimo equilibrio y se me acentuó muchísimo la memoria a corto plazo y todo esto lo puedo llevar a mi día a día. Mentalmente además de potenciar la memoria, me sirve casi como si fuera una sala de yoga, es pasar por la puerta y el mundo exterior se queda al otro lado de la puerta, los problemas, el día a día, para centrarme solo en mi cuerpo, en la música y en lo que estoy haciendo.

**—¿Qué te has supuesto a nivel personal?**

La autoestima por los aires, mucha confianza y el medirme conmigo misma, valoro lo que soy capaz de hacer. Ω

# ESCUELA DE BALLET MIRIAM SICILIA

DEDICADOS A LA DANZA

C/ Roberto Martín Holgado, 4. Pozuelo de Alarcón  
T. 91 352 63 59 • [secretaria@escuelamiriamsicilia.com](mailto:secretaria@escuelamiriamsicilia.com)

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





## MAYORES EN BIENESTAR

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

El objetivo de las **Residencias ORPEA** 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 VALDEMARÍN**  
C/ Blanca de Castilla, 8  
28023 - Aravaca - Madrid  
917 400 566

**RESIDENCIA Y APARTAMENTOS CON SERVICIOS  
ORPEA MADRID ARAVACA**  
Avda. del Talgo, 53  
28023 - Aravaca - Madrid  
913 878 790

EN MADRID SIEMPRE HAY UN CENTRO ORPEA CERCA DE USTED:

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

SÍGUENOS  
EN FACEBOOK



**www.orpea.es**