

Nº 99 - MARZO DE 2021

POZUELO

IN



Revista de actualidad, cultura, ocio y tendencias de Pozuelo
100% independiente. www.pozueloin.es @Pozuelo

Carmen Navarro

LA ELEGANCIA DE UNA MUJER EMPRENDEDORA

British Council School **El Colegio Británico**

Once upon a time...

Un buen comienzo siempre marca la diferencia. Y es que, la escolarización bilingüe en edades tempranas ha demostrado tener múltiples beneficios. Por eso, en Early Years de British Council School ofrecemos una atención individualizada para niños de 1 a 5 años. De esta forma, los más pequeños desarrollan más fácilmente sus capacidades cognitivas, socioemocionales y motoras en un ambiente bicultural que les estimula y motiva para dar lo mejor de sí mismos.

britishcouncilschool.es

Where it all begins

British Council School. De 1 a 18 años

C/ Solano, 5 y 7. Pozuelo de Alarcón. 28223 Madrid.

British Council Infant School. De 1 a 5 años

C/ Alfonso Rodríguez Santamaría, 23 y 25. 28002 Madrid.



DAR DE SÍ ANTES DE PENSAR EN SÍ



ROTARY INTERNACIONAL

ES EL PRIMER CLUB A NIVEL MUNIDIAL CON EL ÚNICO FIN DE PRESTAR SERVICIOS HUMANITARIOS EN SUS COMUNIDADES, PROMOVER ELEVADAS NORMAS DE ÉTICA Y FOMENTAR LA PAZ EN EL MUNDO. ACONFESIONAL Y APOLÍTICO, ESTÁ PRESENTE EN MÁS DE 200 PAÍSES.

TELÉFONO DE CONTACTO: 616 64 90 11



ENTREVISTA

14 Carmen Navarro

Cuando hablamos de emprender, hablamos de ella.

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*

Y TAMBIÉN...

26 Educación

Una nueva profesión: Influencer.

38 Food & Drinks

Rafael Rincón y el mundo del CHORIZO.

46 Pozueleros

Este número, el pozuelero del mes son aquellos que sacrifican su tiempo por impulsar y ayudar al comercio local...



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.

REDACTOR JEFE: CARMEN MILLÁN

COLABORADORES: FERNANDO FANEGO, JESÚS CASTELLS, ALMUDENA SOLO DE ZALDÍVAR, ELENA PLACHKOVA.

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

DTO. PUBLICIDAD: ARIANA FRANCÉS, DANIEL MARTÍN.

DEPÓSITO LEGAL: M-11316-2012 IMPRIME: MONTERREINA • www.pozueloin.es • 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

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.



VENDEMOS TU VIVIENDA
A UN MAYOR PRECIO,
COMPENSANDO NUESTROS HONORARIOS

RE/MAX PROPERTIES
Plaza del Gobernador, s/n. Pozuelo Estación
28224 Pozuelo de Alarcón

LLÁMANOS O VISÍTANOS
Y TE LO EXPLICAMOS

91 621 66 89
properties@remax.es
www.remaxproperties.es

ÚLTIMAS PROPIEDADES VENDIDAS

POZUELO DE ALARCÓN



VENDIDO

Piso Avenida Europa, 2



VENDIDO

Chalet independiente c/ Pilar
Pozuelo Estación



VENDIDO

Chalet adosado c/ Mar Mediterráneo
Pozuelo Estación



VENDIDO

Chalet adosado c/ Mistral, 2
La Finca



VENDIDO

Bajo con jardín c/ Volturmo, 9
Prado de Somosaguas



VENDIDO

Chalet adosado c/ José Navarro Reverter
Pozuelo Centro

RE/MAX PROPERTIES
Plaza del Gobernador, s/n. Pozuelo Estación
28224 Pozuelo de Alarcón

¿QUIERES QUE EL PRÓXIMO VENDIDO SEA EL TUYO?

LLÁMANOS O VISÍTANOS

91 621 66 89
properties@remax.es
www.remaxproperties.es



Mujer emprendedora, vale por dos

Por Jesús Castells

SI A LA YA DIFÍCIL TAREA DE SER MUJER, MADRE, HIJA, ESPOSA, AMANTE, TRABAJADORA... LE AÑADIMOS LA PRESIÓN DE SER MUJER EMPRENDEDORA, LA "MACHADA" ES DESCOMUNAL. Y COMO PUEDEN COMPROBAR, HASTA LA EXPRESIÓN COLOQUIAL PARA DEFINIR ESTA VALENTÍA, TIENE TINTES MACHISTAS, PERO NO VOY A ABRIR ESE MELÓN, PREFIERO HABLAR DE LA EXTRAORDINARIA CAPACIDAD DE ENTREGA QUE SÓLO UNA MUJER ES CAPAZ DE DAR.

Lo realmente poderoso y maravilloso de todas y cada una de estas facetas de la mujer es el amor con el que están hechas. Nos dan lo mejor de ellas mismas sin pedir nada a cambio. Sin esperar un reconocimiento superlativo, ni atribuirse mérito alguno y a veces, ni siquiera esperar una recompensa. Dedicarnos su tiempo es su más precioso regalo y pocas veces lo agradecemos, no hablo sólo de los hombres.

Todos estos roles que desempeñan las mujeres, las enriquecen y las llenan de vivencias, experiencias y aprendizajes inolvidables. Nos dan vida y la vida, amor, respeto, gratitud y alegría a todas las personas que convivimos con ellas, independientemente del sexo. Las mujeres son fuertes, inteligentes, generosas, apasionadas, valientes e incontables calificativos más. Tomando en cuenta el valor y el coraje que se necesita para afrontar la vida hoy en día, nada resulta más hermoso que hacerlo como mujer.

En ocasiones y fruto del menosprecio de miserables, junto con el yugo de la indiferencia de retrógrados, las mujeres no ponen en valor su estima. Cumplen con sus responsabilidades y en no pocas ocasiones hasta aceptan taciturnas faltas de respeto.

Por eso las mujeres tienen que ser las primeras en quererse más, en reconocer su valor y hacer que su entorno inmediato aprecie su presencia en sus vidas. Aprender a ser fuertes a las críticas incluso de otras mujeres que en vez de apoyarlas las intentan desanimar. No se trata de ser indispensables, sino por el contrario, se trata de poner en la balanza todo su empeño y dedicación a cada actividad que realizan y al menos pedir respeto y equidad, pero sobre todo lo que se necesita es que la propia mujer crea en lo que hace, y confíe en sus propias capacidades para salir adelante. Hacer su propia guerra interna de miedos e inseguridades para dar el paso a la posibilidad de emprender. No puede sentirse culpable cuando sus hijos reclamen más atención, y entender que todo sueño tiene su sacrificio, y que en vez de abandonarlos les está dando una lección de vida, porque cuando sean mayores, recordarán como su madre trabajaba duro día a día para lograr su sueño y así ellos harán lo mismo para perseguir los suyos. Deberá encajar cada derrota como una oportunidad de aprendizaje y seguir adelante.

No nos engañemos, en España ser mujer y trabajar todavía no está en igualdad de condiciones. Sigue habiendo brecha salarial. Pero la cosa se agrava cuando hablamos de mujeres emprendedoras, y no por ellas, que su actitud es de alabar, sino por el resto de la sociedad, que no estamos a la altura. Una sociedad a la que le cuesta comprender y tiende a juzgar a las mujeres cuando se salen de lo establecido, es una sociedad enferma.

Aunque cada vez son más las mujeres emprendedoras, estas siguen siendo bastantes menos que los hombres. El número de mujeres emprendedoras en España ha crecido más de un 40% en los últimos diez años. Se estima que hay 700.000 mujeres emprendedoras. Son pocas, necesitamos más. Las necesitamos en el entorno emprendedor. Las "startups" lideradas por mujeres fracasan menos, está demostrado.

Y ¿cómo descubre una mujer que tiene madera de emprendedora? Pues hay ciertas características que son comunes a todas las emprendedoras que he conocido. Con la obligación de ser autónomas y tener que salir adelante valiéndose por ellas mismas, no les ha quedado más remedio que aprovechar al máximo sus habilidades, asumiendo múltiples responsabilidades y dar lo mejor de sí para llevarlas a cabo. Me refiero al "multitasking", es decir su capacidad para realizar varias tareas de forma simultánea.

Cuando una mujer quiere conseguir algo y se compromete con el objetivo, nadie puede pararla. Lo consigue porque su orientación al logro es extraordinaria. Son moderadas asumiendo riesgos, son mucho más responsables en la toma de decisiones, no se precipitan y asumen las responsabilidades siendo conscientes de todas las implicaciones que tienen. Todo en favor de conseguir un mejor desempeño. Tienen un espíritu proactivo y positivo. Son innovadoras y capaces de crear productos y servicios nuevos o mejorar los que ya existen fruto de su continua observación y optimización de los procesos.

Tienen que demostrar el doble de valor que si fueran hombres para hacer ver que su idea o plan de negocio es bueno. Y ni siquiera basta con que sea bueno y ella crea en ella misma al cien por cien, además tiene que convencer a un entorno reacio a las nuevas ideas y más si las capitanea una mujer.

Por eso afirmo que una mujer emprendedora, vale por dos... o por tres, porque a las dificultades de ser mujer hay que sumarle las de ser emprendedora, compaginar el duro trabajo de sacar adelante un sueño con el cuidado de los niños y la casa. Y como guinda, casi de forma anónima trascenderán en la historia persiguiendo un único y loable propósito, el de allanar el camino de mayor igualdad y oportunidades a sus hermanas, hijas o nietas.

Ω

Jesús Castells es profesor en **ESIC**, consejero en **EDVE** Escuela de Ventas y autor del libro "**Josdeputaaa!!! Me han "echao"!**" de la Editorial La Esfera de los Libros, de venta en las mejores librerías y en plataformas digitales.

También es el autor del libro "**Emprender a hostias**" de venta exclusiva en Amazon.

Síguelo en sus redes sociales:



jesus.castellsnavarro



@jesuscastells



@jesus_castells



Jesus Castells Navarro



Transparencia y profesionalidad
SIEMPRE CERCA DE TI

Tu oficina de Pozuelo



FRANQUICIADO: ESTUDIO INMOBILIARIO POZUELO, S.L.
C/ Sagunto, 9 - Pozuelo de Alarcón



91 216 39 45

pozuelodealarcon1.tecnocasa.es

RED EN FRANQUICIA
CADA SOCIEDAD FRANQUICIADA TIENE SU PROPIO TITULAR Y ES INDEPENDIENTE DEL FRANQUICIADOR



Volkswagen



TALLERES RISCAL

Servicio Oficial Postventa

Polígono Industrial Ventorro del Cano

C/ Vereda de los barro, 25

91 633 30 40 - www.servicioriscal.es





¿Podremos reclamar a nuestro seguro por el cierre obligado de mi negocio?

*Por Fernando Fanego Castillo
Asesor de Responsabilidad Civil y Seguro del ICAM
Abogado*

¿HA SUFRIDO USTED DAÑOS MATERIALES O PERSONALES EN SU NEGOCIO POR LA PANDEMIA? ¿LOS PUEDE ACREDITAR O JUSTIFICAR?, ...AQUÍ RADICA LA CUESTIÓN CONTROVERTIDA.

¡Ya tenemos el lío montado!

A raíz del fallo de la Sentencia publicada de la Audiencia Provincial de Gerona, en el que se revoca la del Juzgado de primera Instancia, y le da la razón al empresario de una Pizzería para recibir de su aseguradora una indemnización por la pérdida de beneficios fruto de haber tenido cerrado su local durante el Estado de Alarma, abre una brecha entre asegurador y asegurado hasta ahora nunca vista.

Así es, ahora existe la posibilidad más que segura, -entiendo que razonable- que el fallo de la singular Sentencia desencadene numerosas reclamaciones por parte de muchos empresarios que se han visto obligados a tener que cerrar su negocio y, por ende, ver mermados sus ingresos.

Desde la patronal de nuestras compañías aseguradoras, UNESPA, se ha pronunciado en el sentido de que en nuestro territorio no existe la cobertura de seguro alguno que cubra la pérdida de beneficios que provengan del cierre de establecimientos como consecuencia de decretarse el estado de alarma como consecuencia del COVID-19.

El problema subyace en los curiosos razonamientos que se exponen en el fallo de la misma que son, entre otros, el no fijar la cuestión controvertida sobre el propio cierre del establecimiento sino basándose exclusivamente en el aspecto formal, es decir, sobre el texto y clausulado de la póliza en vigor que disponía su dueño.

Es más, a tenor de lo razonado por el Tribunal, se deriva y compara el caso concreto a otras legislaciones extranjeras como la Británica o la Francesa que nada tienen que ver con la nuestra. Se desconocen los motivos que le han llevado a plasmar una comparativa, entiendo que para afianzar el fundamento principal en el que se basa el fallo de la misma. Resulta igualmente sorprendente que la Audiencia Provincial tampoco haga alusión a que el cese de la actividad de la Pizzería, no se centre en los daños materiales que se hayan podido producir, pues de haberlos habido y estén probados,

sí que estarían cubiertos por el seguro del establecimiento. La casuística en este sentido no tiene precedentes que puedan indicarnos la forma de seguir un camino para resarcir los daños producidos por el cierre de nuestro local; ...el de un beneficio perdido cercenado por imperativo legal gubernamental.

Se ha de señalar a nuestros lectores una cuestión básica para que podamos entender el lío generado a raíz de su publicación.

Hasta ahora, para que se pueda activar la cobertura por interrupción de la actividad de un negocio, tiene que haberse producido un daño material o personal a su tomador y éste debe estar siempre debidamente acreditado.

A raíz de esta situación provocada por la pandemia, UNESPA se ha comprometido a estudiar y trasladar a la Jefatura de Gobierno, la hechura necesaria suficientemente amplia para desarrollar un nuevo modelo de cobertura que abarque dicha circunstancia. Esta situación supone en futuro próximo que las aseguradoras estudien a fondo, las cláusulas limitativas y las de exclusión de todos los contratos de aseguramiento sobre establecimientos mercantiles.

Por tanto, respecto a la singular Sentencia de la Audiencia Provincial de Gerona, dictada por el Magistrado, D^o. Fernando Lacaba Sánchez, debemos tomarla cuando menos, con la cautela necesaria antes de iniciar cualquier reclamación en este sentido.

Humildemente entiendo como profesional del derecho que la situación actual que vivimos derivada de la pandemia por COVID-19, y que afecta a millones de negocios, debería estudiarse a fondo y, ¿por qué, no?, incluirla dentro del Reglamento de Riesgos Extraordinarios, porque desde luego, de ordinario tiene muy poco.

Antes de instar nada, habrá que leerse bien el contenido de las cláusulas particulares en este sentido y que hayamos negociado con nuestra aseguradora. Estudiar bien cada caso concreto junto a un profesional que sepa algo de esto puede resultar vital, a fin de que nos indique las particularidades específicas contenidas en nuestra póliza de seguro, y que a la postre, son con las que debemos contar para que prospere la acción.

Ya saben que en la Justicia, el sable afilado de las costas procesales siempre merodea nuestra cabeza. Ω



BISTEC

BAR DE CARNES

¡VISITA NUESTRO NUEVO ESPACIO EN
AV. EUROPA 22
DONDE DEGUSTAR NUESTRAS
MEJORES CARNES Y VINOS!

RESERVAS: 91 113 58 69



MENÚ



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.





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



Mi jubilación.....

Por Almudena Solo de Zaldivar Navarro
FINANCIERA

CON LA QUE ESTA CAYENDO, PENSAR EN JUBILACIÓN CASI ESTA FUERA DE LUGAR, Y, ADEMÁS, ES UNA ETAPA A LA CUAL TODOS SOÑAMOS LLEGAR PARA DISFRUTAR DE LA VIDA, VIAJAR, IR A LA PLAYA O A LA MONTAÑA...PERO, A ESTE PASO, EL TIEMPO DE DISFRUTE EN BUEN ESTADO FÍSICO VA A SER COMPLICADO. ME VEO TRABAJANDO HASTA LOS 100 AÑOS. ¡LO DE JUBILACIÓN ACTIVA SE QUEDA CORTA!

Pero no es solo preocupante el estado físico, ¿tendremos dinero para hacer todo lo que estamos pensando? Cómo sigamos sumando variables, al final nos quedamos en casa “tomando la sopa boba”.

La verdad es que el espíritu de previsión de futuro me lo he encontrado poco, a lo largo de los años, en mi profesión. Nos gusta vivir y gastar, comprar una buena casa, un bonito coche, pero cuando nos enfrentan a ahorrar para la jubilación, solemos contestar, bueno ya tendremos tiempo.

Detrás de esta contestación, esta la tranquilidad que vamos a recibir una buena pensión. “Unos pocos ahorros mas la jubilación” ya tendremos bastante. “Papa Estado nos ayudará hasta que nos muramos”.

Pero “Papa Estado” ya no esta tan bien de salud. Está necesitando cambios para mejorarla, y, esto pasa por ampliar los años que utilizan para calcular lo que vamos a recibir. Ahora estamos en 25 años, pero la idea es llegar a toda tu vida laboral. Cuanto más largo es este periodo, menos cobraremos. También pasa por cambiar el modelo de las pensiones.

Cuando vas al banco, ya no te tratan como antes, ahora ha-

blan de asesorarte; quieren explicarte cuales son tus necesidades financieras, y, claro, también venderte productos. Los modelos de asesoramiento financiero, en la actualidad, tratan cuatro puntos:

- El dinero diario: el que necesitamos para vivir
- El dinero de inversiones: casa, coche, etc.
- El dinero que guardamos por si pasa algo.
- Y el dinero para el futuro.

Este es el dinero que guardaremos para cuando dejemos de trabajar, cuando nos jubilemos.

Pero ¿cuánto dinero necesitaremos?

La idea es mantener el ritmo de vida que tenemos en la actualidad, quitando las deudas que no tendremos cuando lleguemos a esa edad (por ejemplo, la hipoteca).

La respuesta no es fácil porque pocas personas tienen una idea clara de cuanto gastan mensualmente. Saben que llega la nómina, y algo sobra a final de mes.

Invitaría a hacernos nuestra primera planificación financiera, partiendo del gasto, no de cuanto ingresamos.

A esos gastos hay que quitarle las deudas con vencimiento en el tiempo, por ejemplo, el préstamo del coche, la hipoteca, esas segundas hipotecas -como llamo en broma- que son nuestros hijos, etc. Dejando solo lo que si vamos a seguir conservando, sumando los viajes, salidas, cenas románticas, bailes de salón....

El siguiente paso es ver cuanto cobraremos de jubilación. En la pagina web de la seguridad social hay simuladores. (www.sede.seg-social.gob.es -Inicio>ciudadanos>informes y certificados>simulador de jubilación-)

Pero, a ieste punto quería yo llegar!

¿Cuánto cobraremos? Estos días se está escuchando un debate que trata este tema porque así lo exige Europa, pero, coloquialmente hemos oído en numerosas ocasiones que cuando nos jubilemos, no se si cobraremos pensión. Hace años que oímos que no hay dinero para las pensiones futuras.

No quiero ser alarmista, pero el sistema de pensiones español es un **sistema de reparto**. Esto quiere decir que los trabajadores de hoy pagan las pensiones de los jubilados. En este país hemos tenido la costumbre, y lo digo irónicamente, de no tener hijos. Y, no porque no nos gusten, sino porque no es fácil, y, sé de lo que hablo como mujer y profe-

sional. Cada vez hay más jubilados que trabajadores, y esta tendencia aumentará con el tiempo. Además, los españoles tenemos otra mala costumbre, nos gusta vivir mucho tiempo. La esperanza media de vida es de 85 años, y, señores ¡aumentando!. Y, por último, vivimos en un país que paga muy bien las pensiones. Nos cubren entre el 75-78% de los ingresos laborales, mientras que el resto de los europeos están en el 60%. Todo junto es una bomba de relojería.

¿Que podemos hacer? Ahorrar.

Tradicionalmente, para incentivar el ahorro para la jubilación, teníamos los planes de pensiones con una desgravación de 8000€ o el 30% de mis ingresos netos laborales. Pero, en la nueva LPGE, lo han modificado. Y la modificación perjudica al ahorrador individual, siendo una reforma tanto financiera como fiscal. ¿Que significa?, que como persona me limitan los ingresos a los planes de pensiones y, lo que me puedo desgravar de ellos, hasta 2.000€. Quiero decir que no puedo aportar más de esta cantidad ni desgravarme más de ese importe, y, como máximo el 30% de mis ingresos netos laborales.

Nos han cambiado el paso que llevábamos bailando desde hace años. Ahora quieren que las protagonistas sean las empresas, que las empresas aporten a los trabajadores hasta 8.000€. Y tendríamos así la deducción personal y del importe aportado por la empresa donde trabajo.

Pero, yo me hago la siguiente pregunta, ¿cuántas empresas en este país tienen Planes de Empresa? Las grandes casi todas lo tienen (bancos, Telefónica, etc), y, es un acuerdo

de negociación de los trabajadores como concepto laboral, pero, para los trabajadores de micros y pymes, ¿cómo lo hacemos? Estas empresas no tienen en su ámbito laboral ni este producto, ni la cultura para su contratación. Muchas de ellas, a veces, ni recursos sobrantes para hacer aportaciones a sus trabajadores hasta 8.000€.

Estoy de acuerdo que el sistema español de pensiones está quebrado, soy consciente que el modelo paternalista del mismo es muy difícil de sostener en el tiempo, pero, lo que se acaba de aprobar ¿no aumenta la brecha entre diferentes ámbitos sociales? ¿A quien estamos ayudando a ahorrar? ¿A los que tienen mucho?

La cultura financiera aún es un bien escaso, al que yo abogo que se enseñe en las escuelas, para que todos juguemos con las mismas reglas.

Creo en el ahorro para la jubilación y en los planes de pensiones individuales y colectivos. Pero, creo que se debería incentivar a las empresas para que nos ayuden en el sistema de pensiones nacional, no solo las grandes, como tradicionalmente se ha hecho, sino las pequeñas.

Aún no tenemos la cultura de negociar nuestros sueldos incluyendo aportaciones a productos de ahorro de jubilación, ni las micro y pymes en ofrecerlas.

Lo único que veo a corto plazo, es la disminución de las deducciones fiscales de los pocos productos que tenemos con esta vertiente en la actualidad.

Aun así, sigo queriendo jubilarme, e irme de viaje, ¡¡¡y vivir mas a tope de lo que lo hago ahora!!! Ω



Diseño | Profesionalidad | Producto
Calidad | Economía | Innovación | Servicio

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



VENTA ONLINE

BISTEC
BOUTIQUE DE CARNES

CARNES PREMIUM
ARGENTINA · URUGUAY · ESPAÑA · IRLANDA
SALSAS · VINOS · CONDIMENTOS

Big Green Egg
The Ultimate Cooking Experience

MADRID AVDA. EUROPA 22 · POZUELO DE ALARCÓN · 91 041 40 73 www.BISTEC.eu BARCELONA CARRER DELS VERGÓS, 5 · 93 118 64 38



INMIGRACIÓN

Cáritas es la acción social de la Iglesia y por ello creemos en la defensa y los derechos de todas las personas y sobre todo de los más débiles.

Entre ellos están los extranjeros que conviven con nosotros. Algunos de los migrantes que llegan a España lo hacen de forma irregular, arriesgando sus vidas. Unos son devueltos de forma casi clandestina a sus países de origen y otros son internados en los Centros de Internamiento de Extranjeros (CIE), que son lo más parecido a una cárcel.

Los afortunados son los que, tras años de esfuerzo, quedan más o menos integrados en nuestras ciudades.

Si tomamos, como reflexión, el informe 2019 realizado por la Fundación Foessa (Fomento de Estudios Sociales y de Sociología aplicada) y por Cáritas España, en su Resumen (página 6 punto 16), nos dice que:

“La inmigración se rechaza, pero se necesita. Habrá que abrir este candado que cierra las mentes a la empatía y a la comunidad

El rechazo cultural a los extranjeros (a su religión y a sus costumbres) se alimenta del miedo a la diferencia y de la fragilidad en los valores. Lo cierto es, sin embargo, que estos temores beben en la realidad del aumento de la desigualdad económica y de la pérdida de cohesión sociocultural. “

Somos incapaces de reconocer que, como señalaba el Papa Francisco en su encíclica «Laudato Si», el mundo es la casa común de todos y es imposible proteger mediante muros,

alambradas o fronteras nuestro excesivo modo de vida mientras el resto del mundo pasa hambre, miseria y muerte. Si actuamos solidariamente, haciendo nuestro el sufrimiento del hermano que llama a la puerta, conseguiremos una sociedad fraterna, solidaria y pacífica, mucho mejor que la que tenemos ahora.

Cáritas encuentra la razón profunda de su existencia en esta propuesta: “Amamos los unos a los otros como yo os he amado” (Jn 13, 34), siendo la práctica de la Iglesia como “comunidad de amor”, signo y testimonio del amor de Dios en el mundo.

En la Marcha Solidaria “Compartiendo el Viaje” junto a migrantes y refugiados, organizada por la Iglesia Diocesana de Madrid (28-09-2019), el obispo auxiliar de Madrid Monseñor Cobo afirmaba:

“Si pedimos a los migrantes que entren ordenadamente y con regularidad, hemos de organizar la acogida legalmente. **Necesitamos un Plan Integral de Acogida a todos los niveles**, desde el europeo al nacional. Un Plan que desarrolle los pactos globales que impulsa la Iglesia y que como conocéis fluyen en torno a las acciones de acoger, proteger, promover e integrar”.

En su discurso, añadió:

“Veneramos a Cristo rescatado. Él lo fue por unas monedas” “Queremos aprender a reconocerle en tantos que son comprados por unas monedas. Las de los mercados, las de las mafias, las de los que usan sus países como lugares de expropiación de materias primas o como basureros de residuos de nuestras economías. Aún para muchos, las personas y los problemas solo tienen valor si igualan su peso a lo que cuesta o lo que nos cuesta a nosotros pagar. Para muchos solo hay rescate si compensa económicamente”.

La acción de Cáritas debe aplicar y promover los valores evangélicos y las orientaciones que la doctrina social de la Iglesia presenta para el compromiso social de los cristianos. Ω

APROVECHA NUESTROS VEHÍCULOS DE OCASIÓN

Talleres

BOSCH
Service



Bosch Car Service

Arroyo Motor

C.C. MONTEPRINCIPE 91 352 31 51

Mantenimiento de su vehículo

OCA itv

SERVICIO DE CALIDAD AL MEJOR PRECIO

Diésel

39^{,95} €

(Precio tarifa 59,95 €)

Gasolina

29^{,95} €

(Precio tarifa 47,95 €)

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 31/12/2021



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

**Carmen Navarro:
Siempre estoy
en busca de
la excelencia**

POZUELO IN



Digna de admirar, emprendió hace casi cincuenta años, sin necesidad, sin ser educada para ello y en una época en la que no era lo habitual. Su fuerza, su constancia, sus ganas de trabajar y el estar en continua búsqueda de la excelencia la han llevado a ser una de las mejores en su campo.

Si nos acercamos a su centro de Pozuelo, muy probablemente nos encontremos con ella, haciendo algún diagnóstico de piel.

Carmen no para, sigue con la misma ilusión que cuando empezó.

Hoy cuenta con ocho centros, seis en Madrid, Sevilla y Valencia.

Quien la conoce dice que además de ser una mujer valiente, trabajadora e inteligente, es muy generosa. Madre, esposa, empresaria y pionera en su campo. Hablamos con Carmen Navarro para conocer un poco más el éxito de esta gran mujer emprendedora.

Por Carmen Millán

—¿Cómo surge la idea de montar tu propia tu empresa?

Fue todo por casualidad, me habían educado para no trabajar, no tenía necesidad y ni se me pasó por la imaginación. Hice un curso de estética y antes de terminar ya me estaban diciendo que tenía unas maravillosas manos. No había entrado en un centro de belleza en la vida, en aquella época no era lo normal y yo no sabía ni de qué iba.

A través de un primo médico, me apunté al curso. En el curso hacían depilación eléctrica. En ese momento no estaba haciendo nada y mis hijos ya eran relativamente mayores, me propusieron sacarme el título y aquí estoy, ya llevo toda una vida.

—¿Te llamaba la atención esta profesión o querías darte a otra?

No, no me había planteado ninguna profesión. Es verdad que desde pequeña siempre soñaba con ser empresaria, pero sin ningún enfoque, era solo un sueño que al tiempo se hizo realidad.

—¿Con qué edad emprendiste esta aventura?

Con 33, mis tres hijos estaban crecidos, mi hija Almudena había cumplido los 9 años. Tenía poco que hacer, los niños iban al colegio. Siempre he tenido personal en casa y soy una persona muy activa, por lo que me empezaba a aburrir.

—¿Dónde fueron tus comienzos?

En mi casa. Hablé con mi marido para quedarme el despacho y me monté una cabina allí mismo, al poco tiempo se me quedó pequeña y tuve que coger el saloncito de al lado.

—¿Cómo empezaron a conocerte?

Fue muy curioso, unas primas de Paco que eran médicos, que por cierto a día de hoy sigue viniendo, le hablaron de mí y me trajo a muchísima gente, se me llenó rápidamente.

—¿Qué tratamientos realizabas?

Masajes, me encantaban. Empecé a comprar aparatos de facial y corporal pero casi todo eran masajes.

—¿Estabas sola en el centro?

Enseguida cogí a una persona. Me daba vergüenza cobrar, eso era un desastre y contraté a una persona para que lo hiciera. Esta misma persona me empezó a ayudar al tiempo porque también era esteticista.

—¿Dónde montaste tu primer centro?

A los dos o tres años me fui a una casa de monjas y en el rellano lo monté. Era un cuchitril, teníamos dos habitaciones, un cuarto de baño pero muy mono puesto. Mi hermana Paloma es decoradora y lo puso ideal porque además tiene una ventana con una cristalera antigua preciosa.





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



SOMOS TU CENTRO DE BELLEZA EN HUMERA,
PARA MUJERES, HOMBRES Y NIÑOS. ESPECIALIZADOS EN:

- PELUQUERÍA AVEDA
- TRATAMIENTOS FACIALES Y CORPORALES
- MANICURA Y PEDICURA.

Reserva en nuestra página web:
www.monoibeautylounge.com



MONOI BEAUTY LOUNGE

Calle Madrid 2, HUMERA (POZUELO DE ALARCON) 28223
monoiblounge@gmail.com • Tfno. 913300617

¿Y si reciclar fuera muy fácil?

La gestión de los residuos resulta imprescindible para proteger el planeta. En Montegancedo tendrás a tu disposición múltiples contenedores para el reciclaje y un sistema que te ayudará a separar los residuos en origen.

montegancedopozuelo.com



Conectados con lo natural

—¿Por qué te cambias?

Cuando salió Felipe González venía un grupo de señoras, que antes de él eran franquistas, que estaban locas con la mujer de Felipe. A raíz de ahí empezó a venir mucha gente y enseguida se me volvió a quedar pequeño. Nos fuimos a Nicasio Gallego donde estuvimos 16 años, era un piso con tres dormitorios y un salón comedor que lo teníamos dividido en tres con un material de metacrilato.

—¿Cómo te planteaste ampliar?

Estando allí me ofrecieron Buen Suceso, me pedían un traspaso pero dije que no tenía dinero para pagarlo. Al final nos lo dejó y es un centro muy cuco. Casi coincidiendo en el tiempo abrimos el de Ortega. Más tarde abrimos Sagasta, surgió el del Corte Inglés de Castellana y por último el de Pozuelo con el que llevamos ya dos años.

—¿Cómo ha sido y es gestionar tu empresa?

Todo lo que he ido ganando lo he ido invirtiendo. Nosotros no tenemos precios brutales, todo lo contrario son muy asequibles, para cualquier persona. Invertimos en conocimiento y en la última tecnología.

—¿Qué fue para ti lo más difícil del mundo empresarial?

Me he ido adaptando. Al principio lo llevaba todo apuntado en mi cuaderno. No me ha resultado difícil, mi trabajo me encanta y disfruto mucho. Es verdad que al principio asistí a un congreso de una firma y ni me miraron, pero al tiempo fueron ellos los que vinieron a mi. En general todo el mundo bien, no he tenido ningún problema con nadie.

—¿Cuántos años llevas?

Empecé en el año 73, toda una vida que he disfrutado y sigo a día de hoy.

—¿Cómo se consigue estar tanto tiempo en la cima?

Nunca hemos bajado, año tras año hago las comparativas y siempre crecemos, ni en la crisis del 2008 que fue totalmente distinta a esta. Esta crisis es difícil por que jugamos con el miedo de las personas y aunque tengamos todas las medidas necesarias hay que respetar a esas personas, el miedo es libre.

Me he rodeado siempre de profesionales, mucho esfuerzo, trabajo, ilusión y seguir invirtiendo en el negocio. Mi hijo a día de hoy y con esta situación de pandemia me dice que porqué no paro y mi respuesta siempre es la misma, si paro me muero, esta es mi ilusión, que puedo coger el virus por supuesto pero también en casa si viene alguien. El trabajo es mi pasión.

—Para ti la formación continua es primordial ¿Qué curso estas haciendo ahora?

Uno de coaching, es para mi crecimiento personal y también para poder ayudar y ver la vida de distinta manera. Siempre debemos estar aprendiendo. En la estética debemos acompañar a la clienta a conseguir lo que ella quiere.

—¿Cuáles son los cursos que has realizado?

De todo. Realicé un curso de quiropraxia, que aunque en EEUU se conocía mucho en aquella época, en España no se sabía nada. Estuve en una academia que casi todos los profesores eran ciegos. He hecho zofrología, técnicas de salud mental, he viajado para conocer nuevas técnicas y culturas... he hecho de todo. La formación es fundamental.

—¿Qué relación tiene todo esto con la belleza?

Todo, si tú no estas bien por dentro no puedes estar bien por fuera. No puedes transmitir ni comunicar a las personas las cosas buenas si no te sientes bien para que todo funcione, es una rueda.

—¿No hay belleza exterior si no la tenemos en el interior?

Efectivamente, eso está clarísimo. Tenemos que sentirnos bien. Una persona que está todo el día mal humorada se le nota físicamente.

—¿Cómo lleváis a la práctica esta filosofía?

Hay que trabajar los sentimientos y las emociones. En un centro todo es importante, las luces, las velas, el sonido, el tacto al trabajar con las manos... y hay una cosa de la que presumo, aunque dicen que es algo que no se debe hacer, pero hemos sido y somos honestos. A la clienta no se le miente, si algo no le viene bien no se le hace. He regalado tratamientos a gente que no podía

permitírselo. Hay que cobrar el precio adecuado aunque por supuesto habrá personas que no puedan. A mi equipo intento transmitirle paz y armonía.

—¿Cuál es la filosofía Carmen Navarro?

No hagas a los demás lo que no te gustaría que te hicieran a ti, debes darles lo que a ti te gustaría. Por eso en mi caso es tan importante el diagnóstico. Cuando hablas con una clienta te estás fijando en todo, la estás escuchando que es fundamental y así puedes darle lo que necesita y no lo que nosotros queremos.

—¿Qué técnicas de belleza son tu referente?

Siempre me he inspirado en las técnicas orientales. Cuando empecé iba a un centro de yoga y meditación, que volvemos a lo mismo, en aquella época era como hablar en chino. Luego me fui orientando a toda la cultura tibetana. Hemos viajado a Nepal varios años para aprender, hemos viajado mucho a oriente. La medicina tibetana es muy agresiva pero la filosofía es magnífica, la relajación.

—¿Con qué te quedas de ser empresaria?

Con el día a día. La ilusión de levantarte todos los días con ganas, el contacto con las personas, las inquietudes por conseguir cada vez nuevos logros. No me puedo quitar nada. He llegado a ser empresaria a través de la estética, ninguna de las dos me las puedo quitar.

—¿Cómo compaginaste el ser emprendedora con la maternidad?

No fue difícil, mis hijos tenían 9, 8 y 6 años, ya iban al colegio. Cerrábamos sobre las siete de la tarde, no son los horarios de ahora. Tenía buen servicio en casa, por lo que no tenía que ocuparme de las labores del hogar. Lo llevé bien.

—¿Cómo ves la situación para la mujer emprendedora en la actualidad?

Ahora lo veo todo más difícil y tenemos mucha menos estabilidad. Se ha perdido mucho la honestidad y los valores y todo eso influye. Los sueldos no dan muchas veces para tener ayuda en casa y al final nos supone mucho más trabajo, tenemos más cargas.







—¿Tu ritual de belleza?

Mi trabajo es la razón de vivir y eso me da energía y fuerza, sigo trabajando a diario. En casa me cuido mucho, me doy yo misma masajes, me pongo buenas cremas, me cuido la alimentación, soy muy disciplinada, fíjate que me peso todos los días.

—¿Qué le dirías a las mujeres emprendedoras para alcanzar éxito?

Una de las cosas más importantes es la constancia, debemos saber a dónde vamos y repetir las cosas para que se conviertan en una realidad. Rodearse de grandes equipos, que tengan la misma filosofía, prepararlos bien y que sean buenas personas, así lo he hecho yo a lo largo de toda mi carrera.

—¿Cómo te has ido amoldando a los tiempos?

Es fundamental, hemos ido cambiando pero siempre he mezclado las técnicas orientales con la última tecnología, por que a mi clienta tengo que darle lo mejor.

—¿Cómo debemos envejecer?

Dignamente. Todos tenemos que cumplir años. No nos damos cuenta por

que no los sentimos, yo misma no soy consciente muchas veces de mi edad, pero no se puede pretender tener 20 años cuando tienes 50. Sobre todo no perder el saber estar en tu sitio, en tu espacio.

—¿A qué edad nos deberíamos empezar a cuidar?

Te diría que a partir de los 21 en su medida. Creo en la estética preventiva, empezamos a envejecer a partir de los 21, si nos cuidamos la piel, utilizamos una crema adecuada, nos limpiamos el cutis... envejeceremos mejor. Es importante aprender a cómo cuidarnos.

—¿Crees que en España tenemos la cultura de la belleza?

Ahora con internet la gente está muy informada, pero es un arma de doble filo por que también da mucha desinformación. Los foros que existen dicen a veces barbaridades. Las madres deberían aconsejar a sus hijas, decirles que se deben desmaquillar, que el sol es muy dañino...

—A tu centro acuden clientas muy conocidas ¿Cómo las mimaís?

Con mucha discreción, quieren venir de manera anónima y con tranquilidad

y eso lo hemos respetado siempre. Pero se les trata como a todo el mundo, para mí todos son importantes de la misma manera.

—Has sido pionera en gran parte de este mundo

Si, he introducido muchos tratamientos y tecnologías que luego han ido incorporando en otros centros. He querido dar siempre lo mejor, por eso es tan importante la formación, el conocimiento, el ir buscando las últimas tecnologías, el viajar...

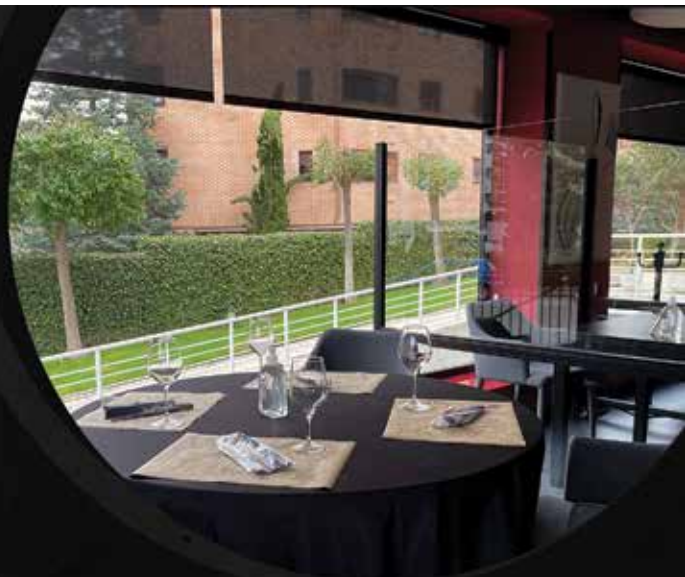
—¿Cómo te defines?

Quiero ser la mejor del mundo, siempre estoy en busca de la excelencia para dárselo a mis clientas.

—¿Cuales son tus hobbies?

El cine, las series, me encanta viajar y juego al golf aunque no me mata si entra la bola, me relaja todo lo que rodea. Llevas dos años con tu centro en Pozuelo pero ¿Desde cuándo vives aquí? Muchos, 36 años. Venía de vivir en Alberto Aguilera a lo que era Pozuelo y fue un trauma al principio, ahora no me iría por nada del mundo, estoy feliz. Ω

La cocina de mercado que
conquista tus sentidos.



Sentido's

TAMBIÉN PARA LLEVAR

C/ Francia,9. Pozuelo de Alarcón

Reservas: 91 016 67 43

Te esperamos



**Creemos
en la estética
preventiva**

Carmen Navarro

Centro de Belleza

Avenida Calvo Sotelo, 42

28224 Pozuelo de Alarcón

913620777

10 AÑOS FORMANDO A LOS PROFESIONALES QUE LA INDUSTRIA NECESITA

El Centro Universitario U-tad, con sede en Las Rozas, es ejemplo de innovación y excelencia académica

Parece que fue ayer y ya han pasado diez años desde que U-tad abriera sus puertas en el año 2011 marcándose como objetivo revolucionar la educación superior en España formando a los profesionales que están llamados a protagonizar el desarrollo y avance de nuestra sociedad.

Este tiempo no ha hecho otra cosa que confirmar lo acertado de su planteamiento acerca de cómo debe ser la universidad, y qué profesionales son los que deben proveer a una sociedad tan cambiante como la actual. **U-tad surgió de la industria en un momento en el que escaseaban en España profesionales formados en competencias digitales (diseño y desarrollo de aplicaciones, expertos en Big Data, diseño y usabilidad web, expertos en ciberseguridad, especialistas en realidades extendidas, diseñadores 360°, expertos en efectos especiales para cine, animadores, diseñadores de videojuegos, programadores, etc.)**

La pandemia sobrevenida de la Covid-19 ha puesto de manifiesto de una manera abrupta pero realista qué profesionales son vitales, tanto para la continuidad de los negocios y por tanto, de la economía, como las áreas que mayor crecimiento están experimentando. **Según un informe de Adecco, 'los puestos de trabajo relacionados con la tecnología lideran la lista de empleos más demandados, y para acceder a dichos puestos se requieren estudios superiores'.** Existe una gran demanda de expertos en ciberseguridad, big data, análisis de datos, inteligencia artificial, matemáticas, física, simulación, realidad virtual, etc.

La epidemia también ha aumentado el consumo de contenidos digitales en los hogares, lo que ha hecho que **industrias como la de los videojuegos y la de la animación no hayan bajado el ritmo acelerando una tendencia que impulsará la contratación de expertos en el desarrollo de estos contenidos.** Asimismo, muchos sectores y negocios han tenido que reconvertir su estrategia empresarial dando un mayor protagonismo a su posicionamiento online **motivo por el cual ha aumentado la demanda de diseñadores y maquetadores web, programadores, expertos en usabilidad, desarrollo de aplicaciones, etc. así como, la de expertos en ciberseguridad ya que la pandemia y el teletrabajo han supuesto la multiplicación de ciberataques a través de las redes domésticas y dispositivos personales que utilizan los trabajadores.**

El método U-tad: una enseñanza 100% práctica

En U-tad los alumnos **'aprenden haciendo'** y es que no hay nada mejor para aprender que 'ponerse manos a la obra' y enfrentarse a los problemas de una forma real, desarrollando proyectos multidisciplinarios de alto nivel contando en todo momento con el asesoramiento del profesorado. **Se**

denomina 'método U-tad' al modelo educativo que ofrece una simulación, lo más parecida posible al trabajo que el alumno va a tener que desarrollar en la empresa, con el objetivo de trasladar a los estudiantes cómo se trabaja en el mundo real. Este modelo permite a los alumnos incorporarse a las empresas en condiciones más ventajosas para ambas partes, ya que evita meses de adaptación a los modos y maneras de cada industria.

Esta metodología, además de ofrecer un aprendizaje basado en proyectos reales, brinda al alumno la posibilidad de generar un portfolio de calidad el cuál será su mejor carta de presentación con ejemplos de lo que es capaz de hacer. Una muestra de estos trabajos reales son **'CicerOn: VR speech coach', una aplicación que a través de técnicas inmersivas de realidad virtual permite a las personas con síndrome de Asperger entrenar su interacción con otros individuos y 'Virtual Transplant Reality (VTR)', una iniciativa pionera a nivel mundial en realidad virtual y aumentada para mejorar la calidad de vida de los pacientes pediátricos que se está llevando a cabo en el Hospital Universitario La Paz.**

A través de un claustro formado tanto por Académicos Doctores en su especialidad como profesionales en activo en la industria que enseñan en las aulas las problemáticas y retos a los que se enfrentan en su día a día, **ofrecen una formación totalmente práctica y cercana a sus más de 1450 alumnos.**

Prueba de esta exitosa combinación de metodología y profesorado es que cuentan con alumnos trabajando en las mejores empresas, tanto en España como en el mundo. Estudiaron en U-tad **alumnos que actualmente están trabajando en empresas líderes del sector de los videojuegos como Rockstar, Ubisoft, Tequila Works, Splash Damage, Black Forest,** que numerosos alumnos del Grado en Animación han participado en el desarrollo de las películas **'Klaus', 'Marte', 'Spiderman into the Spiderverse', 'El Libro de la Selva', 'Wonder Woman', 'Juego de Tronos'** y así una larga lista de superproducciones, **que en las mejores empresas del sector tecnológico como Telefónica, Vodafone, Acciona, BBVA, Indra, Stratio BD, y del diseño como Accenture Digital, Erretres, Ogilvy o SoyOlivia,** trabajan alumnos que pasaron por U-tad.

Titulaciones con alta empleabilidad

En U-tad adaptan su oferta educativa año tras año para ofrecer a los alumnos una formación a la vanguardia de lo que las empresas y la sociedad digital demandan. Actual-





mente imparten un Grado Oficial en ‘**Diseño de Productos Interactivos**’, ‘**Animación**’, (estos dos Grados se pueden cursar en inglés o en español) ‘**Diseño Digital**’, ‘**Ingeniería del Software**’ (único Grado en España que permite elegir al alumno a partir de tercer curso la especialidad en Big Data, Ciberseguridad y Programación Gráfica, Sistemas Inmersivos y Videojuegos) y dos Dobles Grados en ‘**Ingeniería del Software y Matemática Computacional**’ y en ‘**Ingeniería del Software y Física Computacional**’.

U-tad es la única universidad en España que impartirá este nuevo Doble Grado en ‘Ingeniería del Software y Física Computacional’ a partir de este próximo mes de septiembre dirigido a formar a perfiles altamente cualificados en todo tipo de actividades económicas relacionadas con la digitalización. **La revolución que va a suponer la computación cuántica, la simulación de sistemas industriales, el diseño de nuevos fármacos o la investigación, son algunos de los sectores que demandan físicos computacionales.** Sus conocimientos resultan también imprescindibles en otros ámbitos menos conocidos por el público como la generación de imágenes por ordenador, la visión artificial, y las aplicaciones de defensa o financieras.

Por otro lado, para hacer frente a la importancia que en todo tipo de organizaciones y sectores se le confiere actualmente al Big Data, **el Doble Grado en ‘Ingeniería del Software y Matemática Computacional’ especializa al alumno en el ámbito de la Ingeniería de Datos, una de las áreas de mayor proyección laboral en la actualidad,** ya que los datos son la pieza clave en la toma de decisiones empresariales, así como de la innovación y el desarrollo económico. Áreas como la inteligencia artificial, el aprendizaje automático o el Blockchain, necesitan a este tipo de profesionales y las mejores empresas tanto en España como en el exterior no encuentran a perfiles formados en estos ámbitos capaces de incorporarse a sus plantillas.

Asimismo en U-tad también ofrecen un **Ciclo Formativo de Grado Superior en ‘Animación 3D, Juegos y Entornos Interactivos’** y otro en ‘**Desarrollo de Aplicaciones Multiplataforma**’, este último también en versión dual.

Con el objetivo de despertar vocaciones y acercar el apasionante mundo de la industria digital a los más jóvenes, en U-tad organizan asiduamente talleres gratuitos online en las áreas del diseño digital, la programación, las matemáticas, la física, la animación y los videojuegos. Los próximos serán el viernes 12 de marzo a las 16.30h. Para más información sobre estos talleres visita su página web.

Más de 100 premios avalan su calidad educativa

Los premios son el mayor reconocimiento al esfuerzo constante y al trabajo bien hecho, ya sea en equipo o de forma individual. **En los últimos cinco años sus alumnos han ganado más de 100 premios en todos los ámbitos.** En el área de Videojuegos, U-tad es el Centro Universitario español con mayor número de PlayStation Awards obtenidos, nada menos que 11. Y en los premios Titanium del festival Fun&Serious, referencia europea en el sector, por sexto año consecutivo han sido distinguidos con el galardón al **Mejor Proyecto Universitario**. También han triunfado en certámenes tan prestigiosos como Gamelab, Gamingfest, Gamepolis, IndieSummit, Game JamOn o Indie(Mad). Sin duda, es un orgullo y un honor que juegos nacidos en aulas universitarias sean capaces de, tras unos meses, ser comercializados y pasar a formar parte del catálogo de PS4.

En el ámbito de la ciberseguridad, cuatro alumnos de U-tad integrantes del equipo español formado por los diez mejores jóvenes talentos que participaron en la competición ‘**European Cybersecurity Challenge 2016**’ fueron los ganadores del torneo resultando los mejores expertos en ciberseguridad de Europa. En el área del Big Data, sus alumnos se alzaron con el **primer puesto en el ‘Datathon’ organizado por Microsoft en U-tad, así como en el ‘Datathon Ciudad de Madrid’.** En el terreno de la programación, sus alumnos han conseguido el primer premio de la Comunidad de Madrid y la medalla de bronce de España en la competición ‘**ProgramaME**’.

Además del prestigio y reconocimiento que significa recibir este tipo de galardones, el que **GAMEducation, la Global Association for Media Education,** sitúe a U-tad como la **6ª universidad del mundo en formación para videojuegos por la calidad de los alumnos, los proyectos, la empleabilidad y los premios de los alumnos egresados,** refuerza lo acertado de su método. Asimismo, la revista americana ‘**Animation Magazine**’, afirma que U-tad es uno de los mejores Centros del mundo donde estudiar Animación (único Centro Universitario español y uno de los cuatro europeos en el top 25 mundial) y **SEDEA, la Asociación Española de Excelencia Académica,** valora a sus alumnos del área de Ingeniería entre los diez mejor formados de toda España.

Si después de leer todo lo anterior te has quedado con ganas de conocerles, **sus próximas jornadas de puertas abiertas serán los días 13 de marzo (presencial), 20 de marzo (presencial) y 24 de marzo (online).** Además por ser vecino de Pozuelo de Alarcón, podrás beneficiarte de importantes descuentos. Más información en: **www.u-tad.com**.

PABLO SIEGRIST RIDRUEJO

Director del Colegio Nuestra Señora de Schoenstatt

Vecino de Pozuelo y Director del colegio desde hace cuatro años, siendo antes gerente del mismo. Llegó para asesorar y se quedó. Este año celebran su cincuentenario aunque no como colegio, ya que empezó como una escuela infantil alemana, más tarde pasó a ser escuela infantil española y en 2010 se convirtió en colegio, aunque siempre con una misma continuidad. Su paso a colegio se planteó tras pedir las familias de los alumnos permanentemente a las hermanas que continuaran, que no querían sacar a sus hijos del colegio. Educan a través de la vivencia, para que a través de esta descubran el contenido, una vivencia guiada e indagando para a partir de ahí formular, siempre a través del razonamiento del alumno.

—¿Qué es lo que caracteriza al Colegio Nuestra Señora de Schoenstatt?

Si hay algo que lo caracteriza es que pone en el centro al alumno como persona, siempre buscamos motivar a cada niño, nos paramos a conocer muy bien a cada uno de ellos. Toda la estructura educativa está armada para asegurar que hay una mirada muy global sobre el niño, es decir, el tutor y los especialistas están mirando la parte académica pero luego tenemos el departamento de formación donde están las hermanas que miran todo el bienestar del alumno, no solo la parte religiosa. Cada vez se ven más problemas de concentración, de atención, emocionales muchas veces, con lo cual el departamento de orientación es muy necesario. Hacemos una valoración de todos los niños al comienzo de curso para ver dónde se encuentran y qué es lo que le interesa a cada niño para poder tirar de la motivación de cada uno.

—¿Esto lo permite el ser un colegio pequeño?

Somos pequeños porque no queremos ser grandes. Para el número de alumnos que tenemos, contamos con muchos más profesores de lo normal. No queremos masificación para que los profesores puedan conocer bien a cada niño.

—Siendo un colegio mixto ¿Por qué separar a las niñas de los niños en diferentes clases?

Nosotros buscamos tirar de su motivación más profunda. En determinados momentos del desarrollo de los niños y las niñas, tienen intereses muy diferenciados, generalmente los niños trabajan de manera distinta a las niñas en determinadas edades que coincide con la etapa de primaria y secundaria básicamente. Nosotros mantenemos un modelo mixto de vida porque la vida es mixta pero es verdad que en determinados momentos separar ayuda más a trabajar mejor las matemáticas o el comportamiento en aspectos concretos, igual que mezclar, ayuda a mejorar la creatividad y la complementariedad. Nuestro modelo lo llamamos mixto diferenciado, es decir, nos quedamos con lo mejor de cada cosa.

—¿Cómo surge el Barómetro Schoenstatt?

Llevábamos tiempo viendo que la vida del colegio es muy rica y estimuladora, saca lo mejor de cada alumno. Al ad-

mitir un alumno solo le pedimos la apertura de entender nuestra forma de trabajar y confiar en nosotros, que la confianza sea mutua para que el alumno no se rompa. En todo este proceso hay un crecimiento tanto del alumno, de las familias y de los profesores que tira mucho hacia arriba a la persona, a dar la mejor versión de uno mismo. Llevamos tiempo viendo que fuera del colegio, el ambiente está bastante más cargado y vemos un contraste muy alto con nuestro ambiente. Cuando explotó la pandemia, que se veía mucha ansiedad y miedo, cosa que nosotros nunca educamos con el miedo, vimos que de alguna manera somos expertos en humanizar. Tras pensar mucho de qué manera podíamos ayudar a humanizar la sociedad, se nos ocurrió la idea del observatorio.

—¿En qué consiste ese observatorio?

Hacer un observatorio desde donde nosotros podemos proponer al resto de la sociedad iniciativas y hacer un diálogo con otras, que las hay muy buenas en el mundo de la educación. Nuestro principal objetivo es darlo a conocer para que se puedan beneficiar las máximas personas posibles.

—¿Cuál fue vuestro punto de partida?

Necesitábamos saber en qué momento estaba la sociedad, qué buscan los padres cuando van a un colegio. Tenemos la sospecha que algunos colegios se están volviendo muy academicistas, van mucho al logro y nosotros primamos el proceso. Vivimos en una sociedad que nos lleva mucho al logro, la nota de selectividad, de inglés... nosotros fomentamos en esas vivencias procesos que te transforman y te llevan a querer ser el mejor tanto a nivel académico, como afectivo o moral, en todos los planos de la persona. Por este motivo educamos en la libertad, es el alumno el que quiere ser mejor cada día.

—¿Cuál fue el motivo de que os lo hiciera un instituto de investigación estadista?

No queríamos que estuviera sesgado, de ahí que nos lo hiciera este instituto de reconocido prestigio. Lo hicimos con familias de toda España para que fuera de verdad representativo y aportar a la sociedad española. Las conclusiones del estudio nos han dado mucha fuerza, los padres españoles están pidiendo entornos educativos que humanicen y que miren a sus hijos de forma personal, que se eduque en valores.

—¿No crees que en una sociedad tan competitiva, educar así es jugar en desventaja?

La educación es un proceso de largo plazo, no pensamos en corto. No me interesa solo que mis alumnos accedan a una buena universidad, me interesa que mis alumnos hagan procesos educativos que les van a servir para toda la vida y que les van a dar una solidez a la hora de vivir su vida y estar en el mundo con un compromiso personal y hacia fuera. Le damos mucha importancia a los idiomas. Nuestros alumnos quieren humanizar el mundo y nosotros estimulamos mucho eso desde el área de interés del niño,



no porque no le gusten las matemáticas va a ser un fracasado, cada uno tiene su vocación. Queremos que todos puedan despuntar en lo que le corresponda.

—¿Hacia dónde va la educación?

La realidad es que no hay estabilidad desde el momento en que las leyes educativas son tan cambiantes y necesitamos todos esa estabilidad. Hay que respetar a las familias, los padres son los que ejercen el derecho y debe ser así siempre. Las leyes educativas no están primando el interés del alumno.

—¿Qué opinión te sugiere la formación on line?

El futuro es la formación vivencial, cuanto más vivencial, más profundo es el conocimiento que se adquiere y más lleno de significado. Somos seres sociales y necesitamos compartir y por eso vivimos en sociedad. El vínculo profesor/alumno es fundamental.

—¿Cómo definirías al colegio?

Somos un Santuario de colegio, evidentemente somos un colegio católico, pero no solo eso, queremos ser una casa para la Virgen María por que educamos con ella. Tenemos un estilo Mariano, somos muy concretos por eso educamos a través de la vivencia. Tenemos una valoración personal de cada alumno siendo la más alta posible, por que María confía en cada persona, educamos por el clima, un clima de alegría, de exigencia alegre. El año pasado trabajamos la confianza que es muy Mariano, una confianza entre todos. Por todo esto el Santuario es el centro de la vida del colegio, aquí eres acogido tal y como eres y se da una misión de transformar el mundo. Somos un colegio muy transparente y aceptamos a todo el mundo.



Colegio Nuestra Señora de
Schoenstatt

ABIERTO PLAZO DE ADMISIÓN CURSO 2020-2021

- Educación mixta diferenciada
- Español, inglés y alemán
- Modelo pedagógico propio

Una
educación
católica
innovadora

917 159 226

www.colegioschoenstatt.es
colegio@cnsschoenstatt.es





LA FELICIDAD COMO OBJETO DE DESEO

Las redes sociales muestran perfiles repletos de fotos y vídeos personales en busca del mayor número de likes y comentarios posibles. Pero, ¿cómo son las bambalinas de Instagram, la red favorita de los Influencers? Tres expertos nos ayudan a descubrirlo

POR ARIANA FRANCÉS

NO SABEMOS EN QUÉ MOMENTO HAY UN ANTES Y UN AHORA. ANTES ERA CUANDO VEÍAS A UNA PERSONA SACARSE UNA FOTO Y PONER MORRITOS Y TE DABA LA RISA FLOJA Y EL AHORA ES CUANDO TODAS LAS EXPERIENCIAS CONCRETAS QUE VIVIMOS ESTÁN DISEÑADAS PARA SER MOSTRADAS.

Vivimos en una sociedad instagramable. Hoy hay más de 50.000 millones de fotos en esta red social y cuya demografía está clara. El 71% de los usuarios de Instagram tiene menos de 35 años (fuente Statista 2019) aunque el rango de edad más popular es el de los usuarios entre las edades de 25 a 34 años seguido de cerca por los usuarios que acaban de alcanzar la mayoría de edad hasta los 24 años. El usuario pasa una media de 53 minutos al día en esta red así que es evidente que Instagram ha cambiado el guión de nuestras vidas. Aunque el confinamiento parecía destinado a borrar la magia de una red social que se nutre de viajes, restaurantes y fiestas, aprendimos a bañar de filtros el aburrimiento y la cotidianidad. No hace falta irse al Caribe para tener muchos “me gusta”, basta con hacer un contenido sensual desde el salón de tu casa para alcanzar la gloria de los “likes”. Lo curioso es que esa carrera por la fama no para nunca. Kim Kardashian querrá seguir siendo la más seguida en el mundo y cualquier usuario de a pie deseará alcanzar la cantidad de followers de su compañero de trabajo.

Durante la pandemia por ejemplo, hacer pan o los entrenamientos en casa, hicieron que el uso de redes sociales aumentara un 72% en el confinamiento, según Global Web Index. A los psicólogos estos datos no les sorprenden dado que llevan tiempo advirtiendo de la necesidad de aprobación que cada vez parece más acuciante.

La felicidad como objeto de deseo

Todos en Instagram son felices. Los expertos en ciberpsicología advierten: cuantos más detalles y experiencias negativas compartimos (sadfishing se llama este comportamiento), menos simpatía despertamos. Las redes castigan a quien no finge la sonrisa. Las personas tendentes al narcisismo que suben todo lo que hacen, leen y beben,

pero que no suelen contar sus problemas o sus fallos. Que compartan solo lo positivo nos hace creer que viven una vida que, en realidad, no es tan maravillosa.

¿Compruebas a cuánta gente ha gustado la última fotografía que subiste a tus redes? Cuando la elegiste, ¿lo hiciste porque te gustaba o porque creías que gustaría a los demás? La cultura de masas busca audiencias. Afecta a la plataforma con algoritmos, pero también a los usuarios que piensan en si su contenido va a gustar. Nos sumerge en la subjetividad de hacer cosas para buscar audiencia es decir, hacemos contenido esperando gustar al que lo va a recibir. Crear cosas interesantes para nuestro público es parte imprescindible de la relación que creamos en las redes sociales. También lo hacen los influencers que, aunque fieles a sus valores y a su línea editorial, buscan crear contenidos que agraden a quienes van a consumirlos.

Existe cierta obsesión por destacar pero la realidad es que todos copian a quien ha tenido éxito. Para muestra un botón: la cuenta @insta_repeat recoge cientos de imágenes casi idénticas procedentes de usuarios de todo el mundo. Compartimos selfies, hacemos stories (sólo este año 500 millones de stories de los cuales un tercio son de empresas), la tarta por supuesto de queso que vamos a comer y todo esto lo hacemos para provocar reacciones y sentirnos más unidos, pero también para degustar el chute de egolatría que se dispara cuando tu contenido tiene éxito. Las marcas lo saben.

Elas saben que te gusta Instagram. Más del 75% de las marcas norteamericanas tienen presencia en la famosa red. El 50% de los usuarios sigue a alguna marca sino a muchas y por eso apuestan por los influencers. Los hay de todo tipo aunque predomina la moda y la gastronomía así como los viajes.

En realidad, podríamos definirlo como una gran historia de amor entre nuestro ego e Instagram. Lo ideal sería mostrar nuestra verdadera cara pero nadie en su sano juicio es sí mismo en las primeras citas. Intentamos mostrar una versión idealizada y deseable de nosotros mismos a cambio del primer beso o lo que es lo mismo, del primer like.





Smartick lab



Enseña programación con inteligencia artificial

La programación es una herramienta fundamental en el mundo en el que vivimos, su aprendizaje constituye una oportunidad al mejorar el razonamiento lógico formal, desarrollar la capacidad de resolver problemas y mejorar los resultados académicos.

Por ello, la empresa Smartick, consciente de las nuevas necesidades del mercado laboral y las competencias que se requerirán en el futuro, acaba de abrir en Pozuelo Smartick lab, un centro para que los alumnos se inicien en la programación, desarrollen el pensamiento computacional, crítico y racional. Y lo hace con un programa basado en el método Smartick y su inteligencia artificial para adaptar

el contenido al nivel y ritmo de cada alumno. Combina el aprendizaje de la programación con la e-robótica, las matemáticas y los talleres de tecnología. Los niños a partir de los seis años realizan una sesión presencial semanal y sesiones online desde sus casas, con la mentorización de un orientador que realiza un seguimiento individualizado para que los alumnos desarrollen todo su potencial.

Para Javier Arroyo, cofundador de Smartick, "la programación puede ser una actividad muy atractiva y divertida. Smartick lab está diseñado para enseñar a los niños con retos en los que se introducen comandos muy básicos. Su gamificación permite aprender a programar sin que sea preciso saber código.



160 años formando personas para la vida

Soy
SanLuis
EDUCACIÓN TRILINGÜE DE 2 A 18 AÑOS

English is essential, mais le Français fait la différence

www.stlouisfrancais.com
+34 91 352 05 17



PUERTAS ABIERTAS ONLINE

**INSCRÍBETE
AQUÍ**





SANDRA MAJADA

@invitadaperfecta 424.000 seguidores

1 ¿Cómo empezaste?

Pues fue muy casual, realmente abrí un perfil para uso personal como directorio de marcas de fiesta con fotos de vestidos que me gustaban. Recuerdo que lo llamé Invitada Perfecta porque mi armario o algo así ya estaba cogido en ese momento. Por lo que el tema naming como veréis también fue cero meditado. Esto realmente surge porque en las últimas bodas a las que había asistido no fui totalmente convencida de mis estilismos. Me pasaba aquello de que cuando tenía bodas o celebraciones no encontraba nada apropiado, pero cuando no había eventos a la vista, me encantaba todo. Y no quería que volviera a ocurrirme en eventos que tenía a la vista. Y a los dos meses ya contaba con más de 10k seguidores y me llamó el primer diseñador. Me decía que sus clientas iban al atelier con imágenes de modelos que veían en mi Instagram y que él quería estar allí. No tenía imágenes propias así que me propuso prestarme vestidos para que realizara las fotos y luego pudiera subirlas. Y así comenzó prácticamente todo.

2. Cómo es tu día a día relativo a las redes sociales?

Pues prácticamente es un trabajo 24/7 ya que todos los días tienes que subir contenido, además de organizar las sesiones de fotos, búsqueda de proveedores, recibir y devolver paquetes, labores administrativas como facturas o

presentación de modelos, negociación de clientes, preparación de campañas y propuestas, montaje de vídeos o edición de fotos, eventos, reuniones, contestar privados y mensajes y un largo etcétera que te mantiene ocupada y “enganchada” a diario.

3. Cómo vives tu relación con tus followers?

Pues para mí son el motor de mi trabajo por lo que intento cuidarlos mucho. Me encanta hablar con ellos, intento ayudarles con sus dudas, compartir aficiones o gustos afines y sobre todo, ser muy agradecidas con ellos porque son “mis jefes” en cierto modo. En general es muy buena, aunque debido al alto volumen, es cada vez más difícil de sobrellevar ya que al día puedo pasarme 3h/4h contestando mensajes.

4. Lo mejor y lo peor de este mundo.

Lo mejor la gente, te encuentras con detalles tan bonitos y personas que se alegran de tus logros como si te conocieran que es realmente precioso. Y lo peor es la no des conexión, las sesiones en tirantes a 2º grados que son bastante frecuentes y el trabajo psicológico que tienes que realizar ante ciertos comentarios. Pero como en todos los trabajos del mundo, siempre tienen su parte buena, de la que disfrutas y mucho, y su cara mala, de la que solo te queda aprender.





HIGHLANDS SCHOOL LOS FRESNOS

Líderes en acompañamiento personal

CIFRAS 2019/2020


7,8
Nota media
de acceso a la
Universidad


100%
Entorno
natural


344
Alumnos en
proyectos de
Acción Social


100%
Aprobados
en exámenes
de Cambridge


83%
Alumnos en
actividades
extraescolares

DOBLE TITULACIÓN DE BACHILLERATO Y A-LEVELS (CAIE)

PROGRAMAS DE INNOVACIÓN

	Programa TEI	Desarrollo Emocional (Fundación Botín)	Nadar es Vida	Proyecto de Competencia Digital	Programa Desafío	Proyecto Ukelele	Respons. Social y Plan de Virtudes	Highlands Emprende	Oratoria	Mentorías y Orientación Vocacional	Work Experience	Art & Design
INFANTIL	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
PRIMARIA	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
SECUND.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
BACH.	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●

DESDE LOS 4 MESES HASTA LA UNIVERSIDAD

ABIERTO PLAZO DE MATRICULACIÓN:

admisiones@highlandslosfresnos.es // 638 283 309

www.highlandslosfresnos.es





Real Colegio
ESCUELAS PÍAS
De SAN FERNANDO

bilingüe | concertado

Excelencia Académica

1-2 AÑOS | INFANTIL | PRIMARIA | ESO | BACHILLERATO

Tu educación en valor

escolapiospozuelo.org



VANESSA

@somethingnew_ps 44,600 seguidores

1 ¿Cómo empezaste?

Siempre me ha gustado la moda y la elegancia y sencillez en el vestir...

Estudié Magisterio pero a la hora de qué hacer, en un momento de mi vida, decidí, en lugar de opositar a maestra, hacer un máster de moda y asesoría de imagen en la Escuela Idacem de Madrid...

Ahí empezó más mi entusiasmo por este mundo y fueron unos meses geniales, que siempre recordaré en mi vida... Por aquel entonces comencé con las redes sociales, intentando especializarme en asesoría de bodas y cree un blog y mi perfil de IG... De ahí el nombre de SOMETHING-NEW_PS... (pero todo como hobby)...

Pero mi gente y gente cercana, siempre me pedían ayuda para vestir, algún evento... Y decidí compartir eso por las redes sociales... Sin buscar nada más...

Al final empecé a tener seguidores y fue creciendo... Empecé a hacer colaboraciones con marcas y se fue convirtiendo en parte de mi día a día... A publicar todos los días y estar más pendiente de ello...

La pena es que para vivir de ello, con mi perfil, no se puede, porque yo no salgo y no comparto mi vida, solo mis looks... Así que tengo que compaginarlo con mi trabajo en Inditex, de dependienta...

La verdad es que nunca abrí IG para ello pero ahora pienso

que si un día me saliera alguna oportunidad para dedicarme del todo a la moda, la cogería, alguna colaboración de trabajo en alguna agencia, revista, no se...

Pero bueno, esto es una reflexión que te hago cuando me he puesto a pensar en el origen de todo, sin ser la respuesta a la pregunta...

2. Cómo es tu día a día relativo a las redes sociales?

A medida que fue creciendo el número de seguidores y ver los mensajes de mis seguidoras, empecé a subir una publicación cada día...

3. Cómo vives tu relación con tus followers?

No es porque lo diga yo, pero tengo a las mejores seguidoras del mundo y eso te ayuda y te da fuerzas para seguir... Yo soy una persona que me valoro poco y cuando veo las palabras de gente que no me conoce (siempre positivas) y que valoran mi trabajo, me hace recapacitar y pensar que puede ser verdad que haga más o menos bien mi trabajo...

4. Lo mejor y lo peor de este mundo.

En este aspecto me ha ayudado mucho IG y compartir esta parcela con mis seguidoras...

Lo peor de este mundo, creo que es saber hasta dónde uno quiere llegar... Yo lo tengo claro y así, no hay problema...



- Obras
- Proyectos
- Interiorismo

**“MI CASA, MI ESPACIO, MI NEGOCIO
MI SUEÑO...”**



qualityhome.es

910 254 465

Avda. Europa, 18. Pozuelo de Alarcón



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

- Cursos de Certificación Young Learners (Starters, Movers y Flyers)
- Cursos de Certificación de Adultos para Exámenes de Cambridge
- Curso de Certificación IELTS
- Curso de Certificación TOEFL
- Cursos de Certificación Business and Legal Exams (TOEIC, BEC, ILEC)



PABLO

@cenandoconpablo 123.000 seguidores

1 ¿Cómo empezaste?

Lo mío se remonta a que ya seguía algún perfil como el mío, yo no he inventado nada y estaba bastante enganchado a esos perfiles así que dije que ya que me gustaba tanto la comida y además iba a comer fuera de casa muchas veces y por supuesto me encantan las redes sociales pues por qué no aunar todo y por eso cree Cenando con Pablo. Tuvo buen arranque, me vicié, me motivé y aquí andamos que ya son casi tres años. Los hago en una semana.

2. Cómo es tu día a día relativo a las redes sociales?

Mi día a día en redes sociales es constante, estoy muy metido y es una mezcla entre trabajo y pasión. Me paso mi jornada laboral en Instagram (unas nueve horas) contestando a gente y subiendo contenido. Soy feliz viendo el agradecimiento de la gente por mi trabajo y eso me llena mucho. Es un cúmulo de sensaciones que presiona por que la gente tiene hambre de contenido y hay que estar subiendo cosas chulas y estar activos. En Youtube cuelgo dos vídeos a la semana y en Instagram cada dos días debería publicar algo para que la gente vea que me lo tomo en serio.

3. Cómo vives tu relación con tus followers?

Mi relación con ellos es muy cercana y muy sana. Me sugieren y me preguntan y yo les contesto colaborando con ellos y echándoles un cable y muchas veces me cruzo con ellos por la calle y yo encantado por que no son nada intrusivos y son muy educados, cordiales y concisos. Les tengo mucho cariño.

4. Lo mejor y lo peor de este mundo.

Lo mejor diría que es la posibilidad de llegar a tanta gente y notar que ayudas y haces feliz a mucha mucha gente y ver como los lugares a los que voy también les aporta mi trabajo. Eso me hace muy feliz y luego por supuesto lo que me alegra a mi hacer este trabajo y lo que disfruto con ello. Y lo peor diría que es el estrés y saber gestionar todo esto por que a veces puede ser muy tóxica y siempre hay crisis y rachas y a veces fallas y tienes que tener la mente fría y mucha fuerza psicológica por que dan mucha cera. Ω

TEMS

THE ENGLISH
MONTESSORI
SCHOOL 3-18 años



thinkers

BRITISH EDUCATION WITH MONTESSORI PEDAGOGY



Inscríbete en nuestra web para solicitar una visita privada
o para asistir a la próxima jornada de puertas abiertas virtual:
englishmontessorischool.com



COLEGIO INTERNACIONAL ARAVACA

Premio al mejor proyecto educativo internacional 2020



El Colegio Internacional Aravaca, fundado en 2008, es **un colegio bilingüe, privado, mixto y de carácter laico**. Siguiendo el Sistema Educativo Español imparten todos los niveles educativos desde los dos años hasta la Universidad en un entorno abierto con más de 10.000m2. Un espacio inteligente en el que la creatividad, el trabajo en equipo, la responsabilidad y la confianza pueden desarrollarse con total libertad. Se trata de un centro solicitante del Programa de Escuela Primaria y del Programa de Años Intermedios del Bachillerato Internacional. Su objetivo es desarrollar el bienestar académico, social y emocional de los alumnos. Prestan especial atención al fomento de la mentalidad internacional, así como la independencia y colaboración entre los alumnos. Les animan a expresar sus opiniones, realizar elecciones y asumir responsabilidades, entre otras muchas, las de su propio aprendizaje. Un aprendizaje que les asombre constantemente y que les haga crecer en habilidades, conocimiento y confianza.

¿Por qué elegir Internacional Aravaca?

En el **Colegio Internacional Aravaca se eleva al máximo el potencial de cada uno de sus alumnos para que lleguen a ser en el futuro todo lo que deseen**. Conscientes de los retos del S. XXI, forman alumnos plenamente capacitados tanto para la universidad, como para el mundo laboral, **siendo uno de los pocos centros educativos escolares que imparten desde edades muy tempranas los llamados soft skills que se enseñan en los MBA de prestigiosas escuelas de negocio de todo el mundo**.

Es por ello que, el perfil del alumno IA se sustenta en 5 sólidos pilares con los que alcanzan la excelencia educativa, garantizando el éxito de sus estudiantes en la dimensión personal y académica. A través de la educación y experiencia internacional, los idiomas, el aprendizaje personalizado y currículo enriquecido forman a los profesionales del mañana, mientras que, a través de las metodologías activas,

educación emocional y valores responsables, forman a personas íntegras y comprometidas con la sociedad. Es por ello que todos sus alumnos aprueban selectividad, pudiendo así acceder a universidades de todo el mundo gracias al bachillerato dual que se ofrece en el colegio: desde prestigiosas universidades españolas como la Politécnica, Cunef o Comillas, hasta internacionales tan reconocidas como la Universidad de Georgia, Franklin&Marshall o Utrecht. Están a la vanguardia de la innovación en el ámbito educativo con el objetivo de conseguir una metodología educativa más digital, activa y colaborativa. Claro ejemplo es la creación ya en 2012 del Proyecto IPAD. Desde entonces, **todos sus alumnos desde 4º de Primaria trabajan one to one con su propio iPad para que el flujo de trabajo entre alumno-profesor y entre compañeros sea mucho más significativo**. Esto les permite acceder a una gran cantidad de recursos digitales, potenciar destrezas creativas y llevar a cabo proyectos transversales para resolver problemas reales de nuestra sociedad y de nuestro entorno. **Dicho proyecto ha sido clave para garantizar la continuidad de la enseñanza desde casa, por lo que el aprendizaje de sus alumnos no se ha visto afectado en ningún momento entre pandemias y borrascas.**

Pertenece al Grupo Internacional ISP

Son parte de **International Schools Partnership (ISP)**, uno de los mayores grupos educativos del mundo - con 48 colegios y presencia en 13 países- y que ha ganado en 2020 el galardón al **mejor proyecto educativo internacional** otorgado por el periódico La Razón.

Además, gracias a pertenecer a este prestigioso grupo educativo internacional, todos sus alumnos participan en intercambios internacionales con otros colegios del grupo, así como en programas, congresos y concursos organizados también a nivel mundial donde sus estudiantes tienen la oportunidad de formar parte y poder ampliar así su perfil internacional y multicultural.

ESCUELA INFANTIL PEQUEÑECES

Entrevistamos a su directora

1. ¿Cuántos años lleva la Escuela funcionando?

Pequeñeces lleva más de 30 años abierta en Pozuelo. De hecho, somos la Escuela con más años de Pozuelo y desde hace 20 estamos en la C/ Portugalete. Nuestro secreto es la confianza que le damos a los padres y el cariño que transmitimos a los niños. Las educadoras llevan muchos años. De hecho, muchos papás nos piden consejos de cómo afrontar problemas con sus hijos en la vida cotidiana.

3. ¿Por qué os llamáis Escuela y no guardería?

Nosotros somos Escuela infantil porque tenemos una Enseñanza reglada con Programaciones Didácticas que debemos presentar todos los años en el M. de Educación. Estamos homologadas en la C. de Madrid para que nuestros alumnos puedan pedir los cheques guardería cada año.

4. ¿Qué es el cheque guardería?

Una ayuda económica que otorga la C. de Madrid a la mayoría de las familias que estén matriculadas en una Escuela infantil.

5. ¿Cómo es el protocolo anti-covid que lleváis a cabo?

Desarrollamos un Plan de Contingencia que ha sido aprobado por la Inspección educativa. Al entrar en la Escuela se mide la temperatura y se registra en el servicio de

pediatría. De esta forma, si se diera algún caso covid, se va observando las temperaturas de ese niño y de los de su clase los días anteriores a ello. Se les toma la temperatura otras dos veces a lo largo del día. Los alumnos al entrar se cambian los zapatos. Tenemos aulas burbuja para evitar totalmente el contacto de unos alumnos con otros. En esas clases comen, hacen las actividades y se echan la siesta sólo los de la misma clase. Cada cierto tiempo se realiza la ventilación cruzada sin que los niños estén en medio de la corriente. El lavado de manos es constante. Las profesoras llevan mascarilla todo el tiempo y se realiza mucha limpieza continuamente de troncos, mesas, sillas, juguetes...

6. ¿Qué es lo más importante en una Escuela infantil?

Que estén felices y que haya mucho contacto con los familias. Un aspecto muy importante, es que tanto los padres como los niños se sientan tan seguros aquí como si estuvieran en casa. Una frase que llevamos aplicando desde nuestro comienzo de Howard Hendricks, un profesor estadounidense, es "La enseñanza que deja huella no es la que se hace de cabeza a cabeza sino de corazón a corazón". Esto es lo que sucede en Pequeñeces, que enseñamos con el corazón y somos todos una gran familia.



ABRIMOS PROCESO DE MATRÍCULA



info@escuela-pequeneces.es
646 862 579



Calle de Portugalete, 8
Pozuelo de Alarcón

**+ DE 30
AÑOS
NOS AVALAN**

ESCUELA INFANTIL



PEQUEÑECES



Entrevista Javier Morán. **Carnes Morán**

LO DE SIEMPRE COMO NUNCA

Pozuelo de Alarcón va a ser el punto de partida de la expansión hacia la zona noroeste de Madrid

POR ARIANA FRANCÉS

EL GRUPO CARNICO MORÁN TIENE COMO BASE FUNDAMENTAL DE SU ACTIVIDAD, LA CALIDAD A TRAVÉS DE LA TRADICIÓN Y DE LA VANGUARDIA.

1. Cuéntanos la historia familiar; ¿Quién es su fundador? ¿Dónde arranca Morán?

Agapito Morán Morán; fundador del Grupo Carnico Morán, nació en un pequeño pueblo del Bierzo de León y con apenas quince años, en aquella época tan difícil de la postguerra; se trasladó a Madrid.

Sus inicios fueron en una pequeña carnicería donde aprendió el oficio.

Fueron años duros; donde superó el frío, el hambre y las penurias de un Madrid en reconstrucción y crecimiento al mismo tiempo.

Así en 1950, Agapito Morán inició su andadura como empresario con su primera carnicería en el Mercado del Puente de Vallecas; con el esfuerzo, el respeto y el trabajo como principales valores.

A partir de ese momento empieza su progresión y desarrollo a la par que

crecían los barrios, mercados y galerías comerciales del entorno.

Años más tarde, con la incorporación de su hijo Javier Morán, actual CEO de la compañía;

El Grupo adquiere una nueva dimensión, creando una nueva marca ligada a los valores antes mencionados.

El negocio se diversificó incorporando a la red de tiendas, una sala de despiece para dar cobertura al canal Horeca; especializándonos en restauración y colectividades.

En el año 2019, con la incorporación



del actual director general Agustín Ceada; la compañía inicia un proceso de transformación, evolucionando hacia un nuevo modelo de gestión, que nos ha permitido desarrollar una estrategia más ambiciosa.

2. ¿Cómo se selecciona la mejor carne?

El departamento de compras en cualquier compañía es uno de los puntos más importantes y estratégicos, en Carnes Morán; lo es más aún si cabe, aplicamos toda la experiencia adquirida en estos 70 años, además de estar sujetos a los estrictos controles de nuestro departamento de calidad, que vela por asegurar los más exigentes estándares.

No debemos olvidar que nosotros producimos y elaboramos alimentos, tanto a nuestros consumidores, como a nuestros clientes en los distintos restaurantes y comedores.

Esto supone una enorme responsabilidad para la que cada día, todo el equipo que componemos el Grupo Morán; madrugamos y nos esforzamos en conseguir el mejor producto.

Para ello nuestro equipo recibe la formación adecuada de manera continua, tanto por los managers internos, como por consultoras especializadas del sector.

Una de las actuales estrategias, pasa por tener relaciones de valor a largo plazo con los mejores proveedores, convirtiéndolos en partner imprescindible para conseguir nuestro producto final.

Como ejemplo con grupo Beher, Benfumat, Frinsa, huevos de Lucas, etc....

3. ¿Utilizan variadas distintas? ¿Qué otros productos encontramos en sus tiendas?

Como no puede ser de otra forma, intentamos trabajar con la mejor materia prima, razas autóctonas; como la Xata Rosa asturiana, Alto Douro; zona geográfica entre el sur de Galicia y norte de Portugal, cordero y cochinillo nacional, y aves de corral.

En la sección de Charcutería se puede encontrar una alta variedad de quesos nacionales e internacionales, embutidos y jamones de bellota e ibéricos; de Guijuelo y de Jabugo, además de una gran variedad de salsas y complementos europeos y norteamericanos.

4. ¿Por qué Pozuelo?

Dentro de nuestro plan 2020-2025, la zona noroeste de Madrid fue marcada como un claro objetivo de expansión; debido a que nuestro surtido y especialización coincide con las expectativas y exigencias propias del consumidor de esta zona, asimismo se decidió que Pozuelo de Alarcón debía ser el punto de partida de la expansión hacia la zona noroeste de Madrid.

5. ¿Tienen previsto abrir más tiendas?

La expansión de la compañía es ya una realidad.

En el 2019 se decidió la ejecución de dicho plan de expansión, antes de que llegara la actual pandemia que estamos viviendo; teníamos claro que el crecimiento de la compañía pasaba por un aumento de la facturación con nuevas aperturas.

Ya en el 2020 hemos realizado tres nuevos proyectos; con un nuevo puesto en el Mercado de Puente de Vallecas, un segundo puesto en el Mercado

de Pedro Laborde y el tercero y más ilusionante para nosotros; la tienda de la calle Francia en Pozuelo de Alarcón. Este último es un nuevo modelo de tienda, en el que se ofrece la carta de canes más selecta que es posible encontrar, unida a una amplia Charcutería y diversos complementos como; salmón salvaje, caviar, anchoas del cantábrico, foie y un alto etcétera.

En la que además de poder hacer la compra semanal, ofrecemos una solución de valor añadido para atender cualquier necesidad para eventos particulares o colectivos.

6. ¿Qué planes de expansión a cinco años tiene?

Actualmente contamos con diez tiendas y en los próximos tres años tendremos veinte establecimientos.

Un objetivo ambicioso y atrevido, sobre todo en este tiempo; pero al mismo tiempo ilusionante para la familia Morán, ampliando nuestra mancha de marca por toda la geografía madrileña.

7. ¿Un sueño por cumplir?

Tenemos una pasión, que es hacer bien nuestro trabajo; nos gusta la carne y la satisfacción de que nuestros clientes sigan confiando en nosotros.

Por ello nuestro equipo de profesionales está totalmente volcado en que Morán se convierta en la principal cadena especializada en carnes y charcutería de la Comunidad autónoma de Madrid.

Deseamos que la experiencia de compra en nuestros establecimientos sea plenamente satisfactoria.

Una vez cumplido el objetivo 2025, la empresa estará preparada para plantearse su presencia en el territorio nacional. Ω



CHORIZOS, COSAS, HISTORIA, POR QUÉS Y ALGUNOS DE LOS MEJORES



Por Rafael Rincón JM
Crítico gastronómico

LA REAL ACADEMIA ESPAÑOLA NOS DICE QUE CHORIZO EN SU PRIMERA ACEPTACIÓN ES: "PEDAZO CORTO DE TRIPA LLENA DE CARNE REGULARMENTE DE CERDO PICADA Y ADOBADA EL CUAL SE CURA AL HUMO".

El "chorizo" (salchicha embutida), originario, primitivo, comenzaría ya bien entrado el neolítico cuando el hombre en clan, tribu o familia aldea, hace matanza al inicio del invierno, de las reses domésticas que han engordado con la primavera y verano, el buen tiempo. Es sin embargo un producto sedentario creado por aprovechamiento de las carnes, grasas y tripas a reservar y necesarias como nutritivo alimento para los duros meses invernales. Es pues una novedad seguramente creada en las aldeas de montaña donde el clima

y vientos permiten su curación al aire. Otras zonas emplean sal, aceite, manteca, cosas caras y escasas en las alturas.

Aporta la modernidad, eso sí, de poder transportarse cómodamente en los viajes por ello los viajeros compran en mercados tripas embutidas para su sustento, mas su escaso tiempo de aguante, obligaba a su consumo en pocas semanas y los viajes eran muy largos, de meses y a veces de años. El viajero, mercader o guerrero llevaba como sustento proteínico básico tasajos de carne acecinada. Salada, prensada y curada. Menos peso y enorme duración.

Se hacía tasajo de cabra, oveja, camello, caballo, asno, dromedario, vaca, ciervo, jabalí y no de cerdo, quizá por su exceso de grasa y portador de enfermedades en crudo (triquinosis) por lo que muchos pueblos primitivos la prohibieron en su religión. Del cerdo la auténtica fábrica cárnica de las familias, se aprovechaba todo en toda Europa. La costumbre chacinera del embutido y del jamón provienen de él.

Con el tiempo se perfeccionó y especializó su elaboración. Hoy solo en España existen más variedades de chorizos salchicha, que la suma de quesos, jamones, cecinas y otros productos chacineros.

Pero ¿por qué hablamos de chorizo salchicha? Pues porque hasta la llegada del pimentón y aparte de la subdivisión de las morcillas de sangre, casi todos los embuchados cárnicos, curados o cocidos son de color blanco a gris o marrones en tonos diferentes. Así los boudins y saucisons franceses, los salamis y coppas italianos, las longanizas, salchichones catalanas, las andollas y botillos bercianogallegos, los chorizos y chocos asturianos, los morcones murcianos o extremeños y todos los chorizos del mundo occidental derivados de la "salsicia" romana latina las denominamos "chorizos salchicha". A partir del pimentón aparecen los rojos, los que hoy son reconocidos como CHORIZOS. A los que contienen pimentón. El chorizo rojo es considerado internacionalmente como un producto alimenticio genuinamente español.



TODO UN LUJO ...

Para mí, personalmente, y sin ofender, el mejor "chorizo" del mundo

CHORIZO CULAR DE CAMPAÑA DE CERDO IBÉRICO DE GUIJUELO, SALAMANCA

En estas fechas van terminando las montaneras y los cochinos gordos y lustrosos, repletos de hidratos de las bellotas y cosas del campo vuelven a las cochiqueras, donde empiezan a ser sacrificados. Son los mejores del año, los que darán mejor carne, chacina y tocino. Muchos, casi todo el mundo habla de jamón, sin duda la joya de la chacinería española, pero en febrero a partir de San Ardano y San Gregorio, el once, solían las firmas chacineras a elaborar otra de las alhajas del ibérico el soberbio y nunca bien ponderado del todo: **EL CHORIZO CULAR DE CAMPAÑA DE CERDO IBÉRICO**.

Se hacía y hace en casi todas las zonas de matanzas pero es en las alturas hrlmanticas y charras de Guijuelo y Ledrada donde alcanzan su máxima calidad y parangón. Aunque no tiene amparo de la Denominación de Origen del mismo Guijuelo que solo ampara paletas y jamones. Es una variedad de chorizo ibérico elaborada exclusivamente con carnes magras selectas y tocino de cerdo ibérico. Muy típico del sudoeste de la provincia de Salamanca en Castilla y León, especialmente de municipios de la provincia de Salamanca, Guijuelo, Béjar, Ledrada, etc. Por supuesto en Extremadura, Huelva y otras zonas de dehesa ibérica también se hace. Se le denomina de campaña por que proviene de la matanza de febrero marzo, la de mejor montanera (noviembre-marzo), siendo los cerdos de más calidad. Hay muchos que dicen que es el embutido (con la " llonganissa " o salchichón de Vic) de más calidad y categoría. Yo entre ellos. Desde luego es el chorizo más cotizado. Es estupendo para comer en crudo. Muy rico, con aroma penetrante, especiado, graso picante y persistente; de color rojo intenso con tonos negroides, y grisáceos de tocino casi translúcido de calidad: en boca es

suntuoso, potente, carnoso, succulento, sacia y agrada. Mi madre era devota de él. Su almuerzo ideal era un par de rodajas de este chorizo con un vaso de buen vino tinto.

EN LA ACTUALIDAD

Se sigue haciendo en las casas punteras de Guijuelo y Ledrada, pero ya viene envuelto en sistemas inodoros, sin aromas, que, quizás, los mantienen más higiénicos y más tiempo, facilitando su transporte pero para mí no son lo mismo. Casas como Julián Martín, Carrasco, Arturo Sánchez (el año pasado probé uno impresionante de manos del propio Arturo), Ángel Martín, Bernardo Hernández, Simón Martín, Fisan, etc...y sobre todo Joselito, el más célebre, siguen teniéndolo como símbolo máximo de calidad entre sus chorizos. Su costo es algo superior pero merece la pena por su calidad extrema, carne, sabor y aroma.

PROPIEDADES:

Se trata de un alimento de elevado valor calórico, por ser rico en grasa y con cantidades variables de proteína de alto valor biológico. La fracción lipídica, cuya proporción aumenta con el secado, es rica en triglicéridos y entre los ácidos grasos presentes destacan algunos monoinsaturados. El contenido en ácidos grasos poliinsaturados también es notable pudiendo suponer hasta un 15%, mientras que la grasa saturada, que oscila alrededor del 35%, está presente en menor cantidad que en otros embutidos de distinto origen. La cantidad de hidratos de carbono es muy baja, mientras que sí es importante el aporte de elementos minerales, como sodio, potasio, fósforo, calcio, hierro, y vitaminas del grupo B, fundamentalmente niacina, tiamina y riboflavina.

DESCRIPCIÓN Y COMPOSICIÓN

Chorizo que se presenta en tripa gruesa de cerdo de 40-60 mm. de calibre y 50-60 cm. de longitud. Al corte presenta un aspecto marmóreo con predominio de la parte magra, de color rojo y vivo. Se compone de un 80% de magro de cerdo ibérico, un 20% de tocino, sal, pimentón, ajo, orégano, otras especias, vino blanco y aceite de oliva, aunque sus ingredientes pueden variar. Embutido en tripa cular de cerdo o vacuno.

Su secado suele tener una duración de 3 a 4 meses. Su forma de venta más habitual es en piezas enteras de unos 850 gramos.

EL CHORIZO DE LEÓN

En León es el embutido más popular, es un chorizo, de herradura, parecido a los que se hacen en varias regiones del norte de España.

CÓMO ES

Este chorizo cumple varios requisitos que le hacen único. Sabor, ligeramente ácido y picante con algunos matices de amargo a pesar de que es carne magra de cerdo y grasa de tocino, mezcladas en las debidas proporciones, sal, ajo y pimentón agrídulce o/y picante, generalmente de la Vera, las combinaciones de las cantidades apropiadas, con toque fuerte ahumado de finura prolongada en el pos gusto. Textura magra y noble, de exquisita masticación, jugoso, al usar buen magro, por no hacerse jamones ni lomos tradicionalmente, en esta zona, se emplean los magros nobles, lomos y jamones, en el picado. La distribución de las partículas de carne y grasa oscila es bastante uniforme. La tripa se separa con facilidad de la porción comestible. Aroma, conseguido por la curación al aire serrano frío, gélido, de la región, de inviernos rudos, y el ahumado previo típico por el que pasa,





rememorando la curación previa, antes de secaderos, en las cocinas y llares antiguas. De color rojo oscuro característico, más bermellón que los riojanos y castellanos. Trozos de grasa blanca, anaranjados, a veces por el pimentón. Un elevado valor calórico y proteína de alto valor biológico, con unas características organolépticas especiales, propias de gentes labriegas, campesinas, duras, sufridas necesitadas de un buen y nutritivo alimento.

USO POLIVALENTE

El chorizo de León, es un producto que por su conservación y fácil manejo, se adapta muy bien a numerosas formas de consumo, desde entremeses hasta bocadillos, con huevos fritos pasando por diferentes guisos, cocidos y platos de cuchara emblemáticos en la cocina española.

EL CHORIZO MÁS VIAJERO

Como dato curioso, en su primer viaje espacial, en 1998, el astronauta Pedro Duque se llevó en su equipaje un chorizo de León. Es el chorizo que más lejos ha viajado.

CHORIZO DE ORZA

Un chorizo de cerdo blanco en tripa de unos 10/12 centímetros de largo y unos 4 cm. de diámetro, de cerdo blanco. Chorizo típico del sur de Castilla, Ávila, Segovia (Cantimpallo) y Soria, también en las zona limítrofe de Medinaceli y en el turolense y serrano Albarracín. Se conservan en aceite de oliva, neutro, suave, o en manteca, según las zonas, en Castilla más en ésta y en la zona linde con o de Aragón en oliva. Se suelen comer en crudo en formato vela, curado y oreado, para comer crudo en dos meses o fritos, asados al fuego o en guisos, en tripas más pequeñas, que son las que se conservan, guardan, como despensa. Están elaborado tradicionalmente en tripas pequeñas que se guardan para conservarlos para el duro invierno mesetario, con huevos fritos, en bocadillos, con lentejas, garbanzos o judías, su uso es vario, ya que es una reserva nutritiva y deseable del hogar o llar castellano o aragonés. Es un aliño más bien suave de pimentón normalmente dulce, o/y picante si se prefiere, sal, pimienta, y opcionalmente un poco de ajo y/o orégano. De carnes magras y tocinos de cerdos grasos, bien cebado en conciencia con cereales. En boca es muy agradable, intenso, más sa-

broso que aromático, muy carnoso, y si es bueno como en este caso, grasa fina y dulce que armoniza muy bien con el aliño salado. Por supuesto se hacen en otras regiones y autonomías españolas. Bien en manteca, bien en aceite de oliva según las zonas.

BREVE PASEO GASTROGEOGRÁFICO POR EL CHORIZO EN ESPAÑA

España es sin duda un país con una charcutería riquísima, variada y deliciosa.

Su diversidad geográfica, antigüedad y crisol de culturas ha hecho de nuestra nación una de las top en charcutería y a mi criterio sin duda la mejor en embutidos curados. Tenemos la joya de la corona en el jamón ibérico de bellota y montañera, el fabuloso y mejorvemburido curado blanco del mundo, pienso, la llonganissa o salchichón de Vic. Y como no el rey de nuestra chacina el chorizo. Donde el ingenio español supo incorporar sabiamente el recién llegado americano el pimentón, el chorizo en general.

Ya se sabe que donde hay mucho hay lo y no poco malo. De acuerdo pero no cabe duda que también y no poco de excelente calidad como los dos incorporados en esta colección, León y cular de Salamanca de campaña. Pero imaginemos un viaje geográfico en busca de chorizos por toda nuestra nación reseñando tipos de chorizo, algunos comentados en El Trotamanteles. Seguramente faltarán muchos pues cada rincón de España tiene el suyo. Pretendo solo dar una idea de esta entrañable muestra de nuestra riqueza gastronómica que representan nuestros chorizos. Desde el chorizo para cocina (pote y cocido gallego, lacón con grelos), el más fuerte asturiano, ahumado o no (fabada, pote, preñados). El nombrado de León y los recios embutidos con pimentón de esta noroeste español, botillo, botelo, butiello o androga y el chosco asturiano. En Cantabria mucha fama tiene el ahumado de Potes indispensable en el cocido lebaniego y el de Guriezo. En el País Vasco, Euskadi y la vecina Navarra la chistorra (txistorra) fina y en esta última el navarro o de Pamplona, de picado fino y punto de ajo. En la Rioja es conocido el tipo de ristra de Iregua y los Cameros, la marca más recinizada es Palacios (hoy en manos de una multinacional)



en crudo, guiso (patatas) o frito. En el norte de Burgos tiene fama el vela de Villarcayo en las merindades castellanas. En la fría Soria el tipo vela, por cirio, tomó fama nacional el de Olvega, del popular, Emiliano Revilla ('un sabor que maravilla, hoy de Campofrío, también en vela. En la capital me gusta mucho el cular picante o no de Embutidos Moreno Sáez. En Salamanca el cular reina por encima y en Segovia tuvo y tiene celebridad el de Cantimpalos, para crudo fritos, parrilla o guisos y el mejor con huevos fritos. También se hace en la zona longaniza blanca, chorizo blanco sin pimentón. Y reseñar un embutido cocinado con harina, especias, grasa y pimentón el farinato. En Extremadura y Andalucía oeste hay varios y todos ricos, el de ibérico principalmente, vela, jabuguitos para guisos y freír o serrano. O el grueso morcón. En la Campiña sevillana es famoso el ecijano de Martinillo, riquísimo y muy apreciado este tipo en Andalucía en muchas zonas y pueblos. En Canarias es muy reconocido el palmero, de Teror, tripas pequeñas, suave y cremoso con o sin pimentón. En el reino de Aragón, Cataluña, Baleares y Levante el uso de pimentón no era ni es tradicional, salvo en la sobrasada. En el este andaluz y Murcia de gran influencia morisca tampoco era y es popular el pimentón en sus chacinas, más cocidas que oreadas en crudo. Es curioso que Murcia gran fabricante y exportador de pimentón, quizá el primero de España, no se utilice en chacinas y embutidos ni tampoco mucho en su cocina. Pero por supuesto ambas zonas tienen una riquísima charcutería y fiambres, como el morcón murciano. Tanto en los picos de Europa, Asturias, Cantabria, los Montes de Toledo, Toledo y Ciudad Real, Sierras Penibéticas, Cazorla, Jaén y en el Pirineo Aragonés hay una tradición chacinera con salchichones y chorizos de caza mayor, jabalí, corzo o ciervo. Hasta aquí el viaje. De seguro que me he dejado en el tintero muchos, alguno de su zona o patria chica, les ruego me disculpen. Una nota de humor curiosa e interesante.

DE CHORIZOS, CHORIS, CHORIZAR Y SU HISTORIA

Una breve explicación del uso del término 'chorizo' para lla-

mar, insultar, a los ladrones y luego un artículo sobre todo ello y la historia del buen chorizo.

¿POR QUÉ A LOS LADRONES SE LES LLAMA CHORIZO ?

"El origen de llamar popularmente chorizo a un ladrón nada tiene que ver con el rico y sabroso embutido que todos conocemos". La razón de que se use ese término para denominar, de una manera despectiva, a los amigos de lo ajeno proviene directamente del caló, el idioma utilizado por el pueblo gitano y en el que podemos encontrar toda una serie de palabras para referirse a todo lo relacionado con los ladrones y el acto de robar: chori, choraró, choribar, chorar. Con el tiempo, la popularización de estas palabras y su utilización dentro del lenguaje coloquial entre la población paya, acabó transformándolas en chorizo o choricar, tal y como hoy las conocemos.

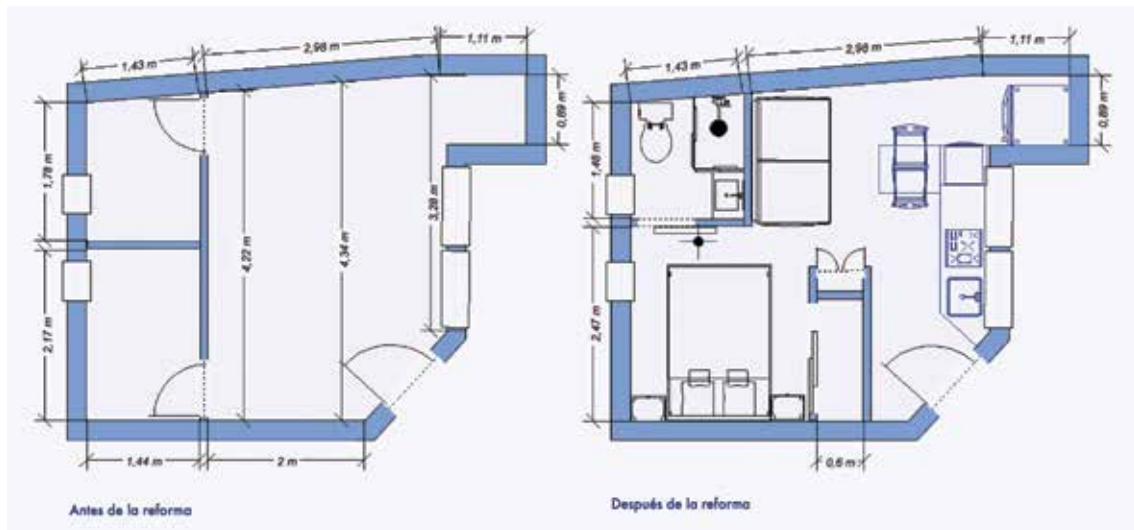
A NADIE SE LE LLAMA JABUGO

Y EN CAMBIO CHORIZO ES UN INSULTO ...

Lo es al extremo de que en nuestros días, tan agitados por una política desastrosa, la frase "no hay pan para tantos chorizos" resulta habitual. Como soy un gran defensor del chorizo, entendido como embutido de tripa, paso a recordar una definición del maestro de periodistas Manuel Ibáñez Escofet. Según este autor la palabra chori proviene del lenguaje gitano, asentado en la jerga marginal y quiere decir ladrón. En el Diccionario del Argot Español, de Luis Besses, consta esta acepción, en la que chori es ladrón.

El salto de chori a chorizo para denominar a un ladrón se realizó durante la guerra civil, en la que las tropas tenían por costumbre chorizar todo lo que encontraban. El siempre fino intelectual que fue Néstor Luján aseguraba que chorizar era jerga posterior a 1929.

Probablemente durante y tras la guerra del 36-39 la gente creyó que chori era el diminutivo de chorizar, y de esta manera se validaron las dos palabras como sinónimos, olvidando que chori es sinónimo de descuidero, de ratero. Con tan mala prensa, oculto tras el prestigio inmenso y bien fundado del jamón ibérico, resulta difícil declararse gran amigo del chorizo. Yo lo soy, como una inmensa mayoría de gastrónomos que saben del sabor increíble de un embutido que tiene infinitas versiones. Ω



Big LITTLE Project

Hola, soy Elena Plachkova, diseñadora interiorista y fundadora de Colorful Madrid. Hoy os cuento sobre un reto que he tenido: un piso de 18,97m². Sorprendente, no?

Por Elena Plachkova, diseñadora interiorista, Colorful Madrid



A parte de que me dedico a interiorismo y reformas, también trabajo en algunos proyectos con inversores en mercado inmobiliario. Cuando trabajo en este tipo de proyectos, los inversores suelen ser muy exigentes, porque buscan un producto de inversión bonito y por supuesto rentable. Aquí la máxima es rentabilizar cada metro cuadrado. Francamente es muy difícil, pero me apasionan los retos y me esfuerzo e implíco en conseguir este objetivo.

En 2018 encontré el inmueble más pequeño con el que me

he tenido que enfrentar. El piso estaba situado en pleno centro de Madrid. El piso tenía 18,97m² útiles, en una finca preciosa de principio del siglo XX.

Antes de empezar este proyecto he tenido que estudiar bien no cada metro, sino cada centímetro de este piso para saber que hacer. A ojo el piso era cuadradito con 4 ventanas (que son muchísimas para estos metros cuadrados), pero en realidad detrás de todos los trastos que tenía el piso, había muchas cosas peculiares. Una pared que iba en diagonal



con una mocheta a lo largo y que tenía tuberías de inodoro, atravesando todo el piso. Otra pared donde estaba situada la puerta de entrada que tampoco estaba recta, y debido a esto la apertura de la puerta quedaba fuera de lugar. Un apéndice donde estaba un armario muy ahogante. En fin, un despropósito y todo muy complicado.

Y aquí ha empezado mi reto. Yo prácticamente vivía en esta obra, ya que a cada movimiento de los obreros tenía que estar revisando una y otra vez, y controlando cada centímetro. Al final este piso ha salido genial. He podido hacer la zona del dormitorio visualmente separado, he podido poner un armario empotrado de 1,55m de ancho. El baño ha quedado muy bien con el inodoro, la ducha amplia y el mueble con lavabo. La cocina americana que incluía todos los electrodomésticos: frigorífico, lavadora, lavavajillas, vitro, campana, horno-microondas. Seguramente parece fácil al leerlo, pero para mi era un reto enorme poner todas las comodidades de cualquier piso de un dormitorio en un espacio de menos de 19m2. Este piso tenía de todo: almacenaje en la cocina, sofá, barra para 2 personas, todos electrométricos, armario empotrado, canapé abatible para tener más almacenaje y por supuesto mucho amor para que todo sea no sólo funcional, sino también precioso.

Mucha salud y mucha felicidad! Ω

De todo corazón, Elena Plachkova,
elena@colorfulmadrid.com

colorful madrid

Diseño de interiores
Reformas Integrales

elena@colorfulmadrid.com

Campaña de higiene bucodental




¡DIENTES SIEMPRE LIMPIOS!

Durante el mes de **marzo** le hacemos a su mascota una revisión dental **gratuita**




y además tiene un **15% de descuento** en limpiezas de boca

Pídanos cita en el tf 913520963

LA IMPORTANCIA DE UNA BUENA HIGIENE BUCAL EN NUESTRAS MASCOTAS

MANTENER UNA BUENA HIGIENE BUCODENTAL EN PERROS Y GATOS ES IMPRESCINDIBLE Y TAN IMPORTANTE COMO EN LAS PERSONAS.

En la boca de nuestras mascotas se van acumulando restos de alimentos que por efecto de los gérmenes se descomponen y forman la placa dental. Esa placa puede mineralizarse con el tiempo y formar el sarro. La capa inicial puede eliminarse con el cepillado de dientes pero una vez que se ha formado dicha placa de sarro, la única solución es una limpieza de boca con ultrasonidos y que deberá realizar un profesional veterinario.

Una de las causas más frecuentes de consulta de los propietarios en la clínica veterinaria es el mal aliento de sus mascotas.

Además de la halitosis y el sarro, tam-

bién podemos tener problemas de gingivitis, rotura parcial de dientes, pérdida de los mismos o destrucción de encías, entre otros.

Las infecciones asociadas al mal estado de la boca y a la formación de sarro puede llegar a afectar a órganos lejanos como son los riñones y el corazón. Hay varios factores que influyen en la enfermedad periodontal:

El tipo de alimentación. Los animales que toman dieta blanda (comida casera o comida enlatada) tienen una mayor predisposición a padecerla ya que los restos de comida se quedan más fácilmente entre los dientes.

La raza. Las razas de pequeño tamaño, como el Yorkshire, Bichón Maltes o el Caniche son más propensos que las de gran tamaño.

Las enfermedades de la boca también son frecuentes en los gatos, en muchos casos secundarias a infecciones

víricas por lo que es de gran importancia la vacunación en ellos.

Algunas recomendaciones que podemos tener en cuenta son:

El cepillado de dientes. Es importante acostumbrarles desde una edad temprana a que se les manipule la boca y siempre usar una pasta específica para perros y gatos, nunca de personas.

Premiarle con hueso de cueroel prensado o algún juguete diseñado para el cuidado de dientes.

En el caso de animales que tomen alimentos blandos intentar pasarlos a alimentación seca.

Es importante por tanto, acudir de manera periódica a nuestro veterinario para que revise la boca de nuestros animales de compañía. Se recomienda al menos una revisión anual aunque en pacientes senior puede ser necesario una revisión semestral. Ω

**+DE
60 AÑOS
A SU
SERVICIO**



Alimentación para animales



ALIMENTACIONANIMALESNEWMOLINO



NEW MOLINO



C/ CIRILO PALOMO N°14, TLN. 91 352 09 63

SERVICIO A DOMICILIO GRATUITO



686 04 56 88



Pozuelero del mes: ACPC

POR SU IMPLICACIÓN EN LA VIDA DEL MUNICIPIO

En esta ocasión, desde Pozuelo IN queremos hacer este reconocimiento a la **Asociación de Comerciantes Pozuelo Calidad (ACPC)**, un reconocimiento muy merecido.

La **ACPC** lleva más de 10 años en Pozuelo. A día de hoy cuentan con más de 100 asociados de nuestro municipio convirtiéndose en la asociación con más representación dentro de nuestros comercios y empresas.

Nació con el fin de activar el comercio tradicional de nuestra ciudad, ofreciendo calidad, multitud de ofertas y un servicio personalizado con una amplia experiencia en su sector.

Desde entonces no han parado, pensando siempre en cómo ayudar, cómo facilitar a sus asociados ventas, cómo facilitar a sus clientes el poder acercar-

se a sus comercios... muchas han sido las actividades que a lo largo de este tiempo han organizado y que seguro habrán asistido en alguna ocasión:

-Fiesta del Comercio y ocio: han llenado la Plaza del Padre Vallet de vida durante años con casetas donde sus asociados podían ofrecerle al vecino lo mejor de sus negocios. Un evento familiar donde padres e hijos pueden disfrutar de las actividades deportivas y lúdicas, un día de diversión. Concentración motera procedentes de toda la Comunidad de Madrid entre otras atracciones.

-Las Navidades las han hecho mágicas con su "Ruta de Belenes, Dioramas y Villancicos", organizando rutas guía-

das donde poder ver los escaparates adornados, escuchar villancicos, degustar un chocolate caliente...

-En su afán de **facilitar las compras** a sus clientes, consiguieron un convenio con el Ayuntamiento donde poder ofrecer una hora de aparcamiento gratis en el garaje de la Plaza del Padre Vallet que le facilitará la persona del establecimiento en el que hayamos realizado nuestras compras.

-Regalos y más regalos, viajes en familia a Disneyland París, campaña del "Rasca y Gana" que sortean los comercios regalando cestas de Navidad y jamones, Cheque de 10.000€ en metálico para comprar en los negocios de la zona, diferentes cheques regalo, un

Asociación de Comerciantes Pozuelo Calidad

Junta Directiva



De izquierda a derecha: Juan (Gala Moda),
Javier (New Molino) y Manuel (Kalzza).

Por Carmen Millán

coche... como ellos dicen, comprar en Pozuelo tiene premio. Y todo esto y mucho más son algunas de las cosas que desde el cariño por su pueblo, el esfuerzo de salir

adelante y un gran trabajo que no está reconocido como se debería, hacen que hoy sean lo que son y hacen que desde nuestras páginas queramos ensalzar una labor grandio-

sa por parte de su Junta Directiva. Y no paran, en estos momentos tan difíciles, siguen pensando en los demás, en cómo ayudarles y para eso están poniendo en marcha la nueva campaña de apoyo al comercio, hostelería y pequeña empresa de Pozuelo **"YO COMPRO EN Pozuelo de Alarcón ¿Y TÚ?"** que consiste en hacer carteles personalizados por sectores para mayor visibilidad. Devolverán a los vecinos todo el apoyo que les han brindado durante estos meses de incertidumbre haciendo que sus compras le salgan más económicas. El 20 de Mayo, realizarán descuentos a todo vecino que se acerque a sus establecimientos a comprar, los comercios sortearán cientos de tarjetas de 100€ para gastar en los comercios, hostelería y pequeña empresa... tendremos un día de lluvia de regalo. Gracias por estar ahí, después de un año desolador, seguís luchando por nosotros, por los comerciantes, por los hosteleros, por los autónomos, por la pequeña empresa... necesitamos más asociaciones como vosotros, más personas como vosotras. Ω

Porque... ¿Qué sería de la vida de un municipio sin su comercio local?

TELELAVO



Estrena camisa todos los días.



7 camisas
limpias y planchadas

2€/ud

TELELAVO POZUELO · Calle Juan Pablo II 27
juanpablo27@telelavo.com · 917 15 63 56 · 646 38 25 36





Mayores en bienestar



El objetivo de las **Residencias ORPEA** es mantener las capacidades físicas y cognitivas de nuestros residentes en un entorno seguro y garantizar la tranquilidad de sus familiares.

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

Y todo con excelentes instalaciones y los recursos más avanzados para garantizar la seguridad, higiene y protección de nuestros mayores con la seguridad de cumplir con la normativa y protocolos ante COVID-19. **Compruébelo.**



ORPEA MADRID ARAVACA

Avda. del Talgo 53

Aravaca

913 878 790

ORPEA MADRID VALDEMARÍN

C/ Blanca de Castilla 8

Aravaca

917 400 566



EN MADRID SIEMPRE HAY UN CENTRO
ORPEA CERCA DE USTED:

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



www.orpea.es