



Los Pirineos franceses inician la temporada con un forfait global

El Grupo Pirineo Francés ofrece los forfaits para empezar la temporada con más ventajas, además de beneficiarse de interesantes descuentos, y gestiones on line para no hacer colas en taquilla y que nos permite llegar directamente al skipass e incluyen compensación a causa del COVID-19. (Nieve 19).



FGC presenta sus novedades de temporada de nieve

Un amplio catalogo de novedades son las que ofrece el grupo FGC, entre las más que cabe destacar los Campeonatos Europeos de Esquí de Montaña en Boí Taüll, su nuevo Teleesquí en Puig Falcó y la nueva pista Ginebrell, o los trabajos de mejora en los sistemas de innivación en La Molina. (Nieve 19)

CAPITAL NOROESTE



DICIEMBRE/ENERO 2022

NÚMERO 83

La Comunidad invierte más de 1,4 millones para la gestión de residuos

La Comunidad de Madrid va a destinar una partida dotada de más de 1.4 euros de los cuales 650.240,89 euros serán para mejorar la gestión de los residuos en las Mancomunidad del Noroeste para que puedan mantener en buen estado sus infraestructuras de separación y reciclaje, cumpliendo con los parámetros y requisitos que exige la Unión Europea.



Esta partida servirá para abonar el gasto del tratamiento durante este año en la planta de Colmenar Viejo y las Estaciones de Transferencia de Collado Villalba, San Sebastián de los Reyes, El Molar y Lozoyuela. (Comunidad 18)



Foto: Comunidad de Madrid
El Consejero de Economía, Hacienda y Empleo, Javier Fernández-Lasquetty, en el centro de la imagen

La Comunidad de Madrid aumenta el PIB casi dos puntos por encima de la media nacional

En función de los datos que ofrece la Contabilidad Regional correspondientes al tercer trimestre de 2021 la región ha experimentado un crecimiento del PIB del un 4,5% en el último año, lo que en números absolutos significa que este aumento la sitúa en 1,8 puntos por encima de la media nacional, que ha sido del 2,7%, tal y como ha avanzado el Instituto Nacional de Estadística. Este importante repunte ha sido generalizado en casi todos los sectores, si bien la hoste-

lería y la distribución son sectores que se han visto más beneficiados. Según señala el consejero de Economía, Hacienda y Empleo del Ejecutivo regional, Javier Fernández-Lasquetty, "este dato demuestra la fortaleza de la economía madrileña y los efectos positivos de las medidas del Gobierno autonómico para impulsar la recuperación." Esta subida, que ha sido generalizada en casi todos los sectores productivos de la Comunidad de Madrid, es un factor clave en la di-

namización de la economía regional, ya que indica que se está normalizando la actividad comercial y productiva. Un claro exponente de ello son el sector servicios, distribución y hostelería, que suponen cerca del 85% del Valor Agregado Bruto (VAB). Gremios que precisamente han sido de los más castigados por la crisis del Covid 19, y que sin embargo ahora se anotan un incremento interanual de un 9,1%, el más elevado de todos. (Comunidad, 14)

Las Rozas

El Ayuntamiento refuerza el PAMINVER, (Plan de Actuación Municipal ante Inclemencias Invernales), con más medios que fijan los protocolos de emergencia ante inclemencias invernales. (Actualidad 4)

Galapagar

Con la llegada de la Navidad Galapagar quiere animar a sus vecinos a que compren en las tiendas, restaurantes y locales del municipio con la campaña de promoción de comercio local "Galapagar eres tú". (Actualidad 6)

Boadilla del M.

El Municipio baja su tasa de paro durante el último mes un 0,34 %. El total de personas desempleadas en Boadilla es de 1.778 lo que supone que en los últimos dos meses han salido de situación de desempleo 68 personas. (Actualidad 7)

Navalagamella

El municipio contará con la Escuela de Tecnificación que el club colchonero ha decidido instalar en Navalagamella. El alcalde Andrés Samperio valoró muy positivamente la oportunidad de fomentar el deporte entre la juventud del municipio (Actualidad 8)

Guadarrama

La Directora General de Deportes de la Comunidad de Madrid, Coral Bistuer clausuró la octava edición de la Semana Internacional de Montaña "Villa de Guadarrama". (Actualidad 9)

C. de Madrid

La Comunidad de Madrid destina 2,5 millones de euros durante 2022 para fomentar la contratación de personas con más dificultades de acceso al mercado laboral. (Comunidad 15)

CON MÁS GANAS
MÁS FUERTES
MÁS UNIDOS
QUE NUNCA

#VUELVELASANSILVESTRE

SAN XLIII
SILVESTRE
GALAPAGAR

31 DE DICIEMBRE
VELÓDROMO MUNICIPAL

10K
6K

www.sansilvestregalapagar.es

**La columna vertebral****“OBESIDAD Y DEPRESION”**

Desde hace años, llevo estudiando, clínicamente, el binomio depresión-obesidad. No es totalmente cierto que la persona tenga que ser obesa según el índice de masa corporal, tan solo basta tener sobrepeso para observar un estado de ánimo bajo.

En un artículo mío que se publicó hace meses, describía la asociación inflamación y depresión, pues bien, un trastorno en el que puede asociarse y, por tanto, comprobarse la inflamación, es el sobrepeso, y aún más, la obesidad. Esta tiene la característica lipoinflamación, que consiste en una inflamación crónica de un nivel bajo, pero no menos importante, que puede pasar desapercibida, porque no se objetivan síntomas y con bajas concentraciones de marcadores de la inflamación.

También encontramos esta coincidencia en lo que se ha denominado síndrome metabólico y en la diabetes tipo II, del adulto o no insulinodependiente.

En proceso inflamatorio asociado a la obesidad y sobrepeso, da pie a una hiperproducción, o simplemente producción sostenida en el tejido adiposo, de citocinas y otros marcadores inflamatorios a concentraciones significativas, no muy altas, que pueden no ser consideradas negativas para nuestra salud, pero que, sin embargo, influyen en el estado de ánimo. Experimentos al que se han sometido, en el estudio, individuos que se consideraban sanos y otros diagnosticados de síndrome metabólico (exceso de peso y aumento en las concentraciones de colesterol e insulina, así como presión arterial alta). Se comprobó que aquellos con síndrome metabólico, presentaban alteración del estado de ánimo mayor que los que se consideraban sanos. (El que utilice la expresión considerarse sano, es porque personalmente, no pienso que alguien pueda serlo, basándonos en la definición que dio la O.M.S sobre salud, como bienestar físico, psíquico y social. En este sentido siempre existe real o virtual algo que acecha y compromete nuestra concepción de encontrarnos sanos).

Esta alteración del estado de ánimo se debía como ya lo explique en otro artículo, y anteriormente, a la inflamación.

Se ha observado la relación entre inflamación, obesidad y depresión, por ejemplo, cuando una persona obesa es intervenida quirúrgicamente, tras la operación, hay una bajada de las concentraciones de

citocinas por la sangre. De una forma distinta, el estudio de estructuras cerebrales como el hipocampo, han demostrado que éste desempeña una función importante en el estado de ánimo, y es sensible a los efectos de la inflamación.

Por otro lado, tengo que señalar que la obesidad (por la lipoinflamación afecta el estado de ánimo) y la depresión, a su vez, aumenta el riesgo de sobrepeso y obesidad, creándose lo que llamamos vulgarmente, un círculo vicioso o pescadilla que se muerde la cola. Una vez observada a través de los síntomas la depresión, nos desvela que la denominemos síndrome o enfermedad, en su evolución destaca la complejidad, con una evolución recidivante o crónica. Por otro lado, hay estadísticas, y aunque a mí, personalmente no me gustan, puesto que como se atribuye a Mark Twain, existen tres tipos de mentiras: “La mentira, la mentira maldita y las estadísticas”, las utilizare para dar una idea de hasta dónde puede alcanzar un número aproximado de personas para no responder al tratamiento depresivo habitual. Pues bien, hasta un 30 y un 50%, manejan algunos estudios, la cifra de resistencia fármaco- psicoterapéutica, la farmacológica es considerada la más importante porque estamos señalando alteraciones químicas, pero sin quitar la importancia al tratamiento psicológico, que en determinados patrones, tareas, ejercicio y confianza en el terapeuta dan un buen resultado, mejorando las concentraciones de endorfinas.

A la hora de observar resultados, previamente ha de tenerse en cuenta: la complejidad, aunque no lo parezca, de los síntomas depresivos, la historia vital y los rasgos de la personalidad (constituida por el temperamento y el carácter) del sujeto que padece dicho trastorno, de forma individual, no intentando extrapolar datos de un colectivo, puesto que a diferencia de otros seres vivos, el ser humano, para bien o para mal, desarrolla unas funciones como la inteligencia, la conciencia y la atención, que pueden curarlo o enfermarlo.

Dados los avances en detección química, y de radiodiagnóstico (diagnóstico por imagen: resonancia magnética y tomografía por emisión de positrones) se conoce algo mejor nuestro complejo sistema nervioso y podemos decir: “La enfermedad ha venido y sabemos porque ha sido”.

*Dr. Mario Saura Viejo
Psiquiatría y psicoterapia médica*

El color de mi cristal*Julián Montuenga***LA VACUNA,
UN NECESARIO MAL MENOR**

A estas alturas ya ha quedado demostrado que nadie está a salvo del contagio, que el hecho de estar vacunado, incluso con dos dosis o tres, no otorga un salvoconducto de absoluta inmunidad a quienes las han recibido, ni elimina tampoco la posibilidad de contagiar a otros.

Pero de lo que a nadie debería caberle la menor duda es que la vacunación generalizada, muy mayoritaria en España, ha contenido en buena medida los efectos devastadores de la pandemia, dejando en evidencia a aquellos países en los que sus ciudadanos han recelado en mayor medida de las bondades del medicamento y haciendo que ahora sigan sufriendo con mayor rigor los contagios y las muertes.

A día de hoy, países que no han alcanzado ni el 40% de vacunación de su población, sufren consecuencias mucho más graves y preocupantes.

El verdadero problema de la pandemia, que va camino de alcanzar los 300 millones de personas contagiadas en el mundo y que ya se ha cobrado más de 5,2 millones de vidas humanas, además del elevado porcentaje de quienes tienen la posibilidad de vacunarse y no quieren hacerlo, es que aún son muy numerosos los países de todos los rincones del planeta, en los que sus ciudadanos NO tienen la posibilidad de acceso a las vacunas.

Desde el principio de esta pandemia que pronto cumplirá dos años, las teorías conspirativas sobre el virus y las vacunas son numerosas y algunas de ellas rozan la ciencia ficción...

Que el virus se puso intencionalmente en “circulación” para reducir el exceso de población, que las vacunas acabarán provocando esterilidad, que modifican el ADN de los receptores, que introducen en el organismo un “microchip”, que contienen tejido pulmonar de fetos humanos abortados...

No falta el “razonamiento” optimista de quienes piensan que si las posibilidades de morir por Covid-19 son tan bajas, resultaría más “seguro” contagiarse voluntariamente de la enfermedad que vacunarse contra ella. Algunos, convertidos en “telepredicadores” de la pandemia

han considerado innecesario el uso de las mascarillas, han puesto en duda la fiabilidad de los test e incluso han considerado que lo más efectivo para prevenir y combatir el COVID-19 era el dióxido de cloro, lejía de uso industrial, tóxico para las personas y que en España está prohibido como medicamento.

No han faltado los personajes famosos que han dado el “cante” en toda esta historia, arrastrado con sus particulares visiones de la realidad a gentes de toda clase y condición y abonando un peligroso escepticismo anti vacunas que ha hecho demasiado daño a demasiada gente; en la estadística de contagios y muertes, lógicamente, no faltan algunos de estos últimos.

Un conocido presentador de radio y televisión de Florida (EEUU), que animaba a no vacunarse, se contagió y falleció en agosto; uno de los negacionistas italianos más mediático se ha mostrado ahora arrepentido tras ser ingresado por el contagio; el líder de los anti vacunas austríaco, que al parecer se aplicaba lavativas de lejía, ha fallecido en noviembre por COVID-19 y sin ir más lejos, un ex piloto de motos valenciano, negacionista, murió en septiembre arrepentido por haber rechazado vacunarse.

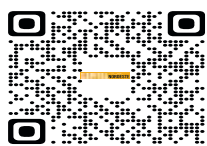
Sus historias y las de miles de personas anónimas que renegaban de la ciencia y resultaron contagiados o muertos, deberían servir a quienes aún siguen desconfiando para animarles a dar el paso a la vacunación.

En el ejercicio de la libre elección sobre si vacunarse o no hacerlo, cada cual puede optar por la decisión personal que considere “mejor”, pero nadie puede negar la evidencia, las vacunas, todas las que están en circulación, con mayor o menor efectividad, han construido trincheras ante un avance del virus que amenazaba con diezmar sin clemencia la población mundial.

En el peor de los casos pueden producirse algunos efectos colaterales, pero sería estúpido negar que en esta “guerra”, hoy mejor que mañana, la vacuna es un necesario mal menor.

**Staff**

Editor:
Chema Bueno
chemabueno@capitalnoroeste.es



Redacción:
redacción@capitalnoroeste.es

Firmas:
Julian Montuenga
Dr. Mario Saura
firmas@capitalnoroeste.es

Dirección de Arte:
arte@capitalnoroeste.es

Fotografía:
Adrián B. Rodrigo
foto@capitalnoroeste.es

Publicidad:
650 70 07 08 / 91 637 53 42
publicidad@capitalnoroeste.es
comercial@capitalnoroeste.es

Toros:
Alberto Madrid
toros@capitalnoroeste.es

Dto. Comercial:
Conchi de Lucas
Cdelucas@capitalnoroeste.es
Sofía R. Mateus
sofiarmateus@capitalnoroeste.es
Web y RR.SS.:
Paola A.
webmaster@capitalnoroeste.es

Depósito Legal:
M-16148-2012
Contacto:
91 637 53 42
info@capitalnoroeste.es



Los lectores pueden enviar sus CARTAS AL DIRECTOR al correo director@capitalnoroeste.es

Soneto que te meto

Si hay algo en lo que coinciden
casi todos los humanos
es de cuando se aperciben
del no estar del todo sanos

Después de un sinfín de pruebas
analíticas, cultivos
y radiografías nuevas...
seremos resolutivos

Sacaremos conclusiones
y medidas a adoptar
tomamos las decisiones...
hay que dejar de fumar.

Aunque ahí no queda todo
el doctor nos puso a dieta
que de uno u otro modo
nos ha de entrar la chaqueta

Ahora debemos pensar
una fórmula certera
de poder adelgazar
sin vaciar la cartera

Entre dejar de fumar
y los potingues tomados
me tengo que cabrear
4 kilos he engordado!!

Después de tamaño esfuerzo
y más carreras que un gamo
de la rabia me retuerzo...
no he perdido un solo gramo!!

Me rindo yo no lo aguanto
esto acabará conmigo
la báscula me da espanto
decidido, yo no sigo

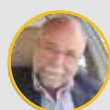
Que disgusto, que berrinche
he de tomar un brebaje
que es un asco, sabe a chinche!!
yo prefiero un buen masaje

Me han hablado de un buen centro
aquí cerca en Galapagar
una vez que estas ya dentro
solo te has de relajar

Te evitan el sufrimiento
no hay gimnasia de castigo
disfrutas de un gran momento
del relax serás testigo

Zen Mi Yu se llama el sitio
su lema es la relajación
cargas pilas como el litio
y querrás otra sesión

Chema Bueno
Editor

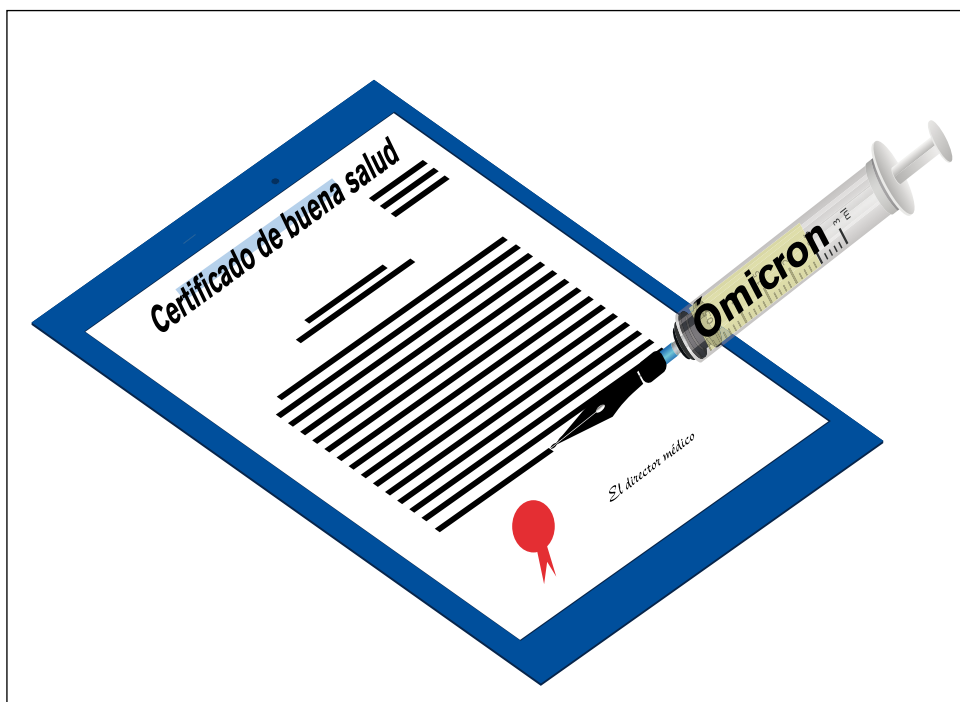
**Editorial****Prudencia, paciencia y vacuna**

Justo cuando llegan las vacaciones de Navidad, los viajes, los puentes, las cenas de empresa, la reunión en familia, los días de asueto y todos esos motivos de acercamiento entre las personas aparece otra variante del Covid para dar al traste con los planes, y destrozarnos las vacaciones de invierno. Y es que ha aparecido como de la nada esta nueva variante, bautizada como Ómicron que hace referencia al nombre de una letra griega, que es de suponer que será para facilitar la búsqueda a los científicos, los muy sesudos pensantes de la Organización Mundial de la Salud (OMS) como lo hicieron con la variante descubierta en Reino Unido a la que bautizaron Alfa, en Brasil la renombraron Gamma, Delta en la India y ahora Ómicron a la variante sudafricana del dichoso bicho que más parece nombre de una empresa de alta tecnología que la de un virus. Todo ello supone otro giro de tuerca a esta pandemia que ya pensábamos que empezaba a remitir al menos en el mundo occidental, y se revela como todo lo contrario ya que simultánea a una nueva expansión de la pandemia en todo el mundo y vuelve a sembrar de miedo e incertidumbre nuestra seguridad ya que ahora nos asalta la duda sobre las carencias de las anteriores vacunas y nos hace pensar si tan efectivas han sido. Parece evidente que las advertencias hechas hasta hoy por todas las organizaciones internacionales sobre la imperiosa necesidad de universalizar la administración de las vacunas se han demostrado acertadas, beneficiosas y tranquilizadoras pero también han dejado al descubierto los riesgos vaticinados si quedaban excluidas de la inmunización global algunas zonas con frágiles sistemas de salud, paupérrimos servicios sanitarios y recursos anticovid bajo mínimos lo que genera un excelente caldo de cultivo de nuevas variantes y mutaciones. Claro ejemplo de ello es el continente africano que con cerca de 1.200 millones de habitantes el índice de vacunación apenas sobrepasa el 7% de su población y lo mismo sucede con algunas regiones de Asia en la que el ratio de vacunaciones oscila entre el 10% y el 30%, de esta forma es muy difícil que los esfuerzos que se realizan en el primer mundo sean capaces de erradicar la enfermedad. Es obvio que ante esta nueva crisis sanitaria global, el planeta se intente acorazar para mantener un blindaje efectivo contra la variante ómicron, pero no por ello resulta algo frívolo que mientras en Europa y Estados Unidos se haya comenzado a administrar una tercera dosis de refuerzo por franjas de edad y profesiones con alto riesgo de contagio sanitario, al mismo tiempo, en los países subdesarrollados, en vías de desarrollo o pobres y con poblaciones altamente sensibles al contagio, carezcan de las dosis y medios necesarios para poder extender la vacunación.

Es evidente que nadie ha puesto en duda lo pertinente que han sido las normas establecidas por todas las autoridades sanitarias respecto a la inoculación de una tercera dosis pero lo que resulta de todo punto inaceptable es que programas como el Covax, alianza que forman más de 190 países con el objetivo de garantizar el acceso equitativo a las vacunas que se desarrollen contra la Covid 19, sean claramente insuficientes para remediar las desigualdades en la lucha contra la enfermedad en países sin recursos, porque lo que es evidente es que la única salida del laberinto de la pandemia es que la inmensa mayoría de la población mundial esté vacunada y se mantengan las medidas sanitarias y profilácticas adecuadas a cada grado de circulación del virus entre la población. A raíz de la rápida propagación de la cepa ómicron desde Sudáfrica, que sin duda obedecen a la falta de vacunas en este país, los laboratorios

Mientras que la vacunación no sea mayoritaria en todo el mundo, es posible que se den las condiciones para la aparición de nuevas variantes

farmacéuticos trabajan sin freno para encontrar una rápida respuesta en la investigación de sus vacunas ante esta nueva variante, pero ningún experto de la comunidad científica pone en duda que el surgimiento de más variantes sea posible ante la existencia del virus, pero opinan que la rapidez en la propagación de la cepa ómicron sudafricana ha sido posible por las escasas barreras que existen en África para evitar la transmisión de la enfermedad. Ahora el cerrar las fronteras o limitar los accesos al continente es una medida que llega tarde y es ineficaz ya que seguramente no sirva ni como tibia bálsamo reparador y no sea eficaz si no se corrigen los errores cometidos. Quizá ahora sea un buen momento para liberar los precios de las patentes de las vacunas de manera que se facilite su distribución o fabricación a precios asumibles por los países con menos recursos. También es prioritario desenmascarar a los negacionistas que pretenden extender un falso criterio con extravagantes fundamentos contra las vacunaciones.





■ Las Rozas

El Ayuntamiento se adhiere a la plataforma 'El Futuro de la Movilidad'

Bajo el título "Papel de empresas y administraciones en la movilidad multimodal: presente y futuro", el ecosistema de innovación en nuevas soluciones de movilidad referente en el Sur de Europa, Connected Mobility Hub, organizó una interesante jornada que sirvió de cierre del Programa "Un Viaje Multimodal" en el que han estado implicadas una quincena de empresas y ayuntamientos, entre los que se encontraba el de Las Rozas, y que ha servido para generar una visión compartida en torno a las principales palancas que se deben activar para acelerar la adopción de una movilidad multimodal en las ciudades.

Con su participación en el programa "Un Viaje Multimodal", estas organizaciones muestran su voluntad de adhesión a la plataforma de colaboración público-privada El Futuro de la Movilidad, puesta en marcha por

Connected Mobility Hub para facilitar que todos los actores del ecosistema trabajen juntos – desde la colaboración y la innovación – para poner en marcha proyectos que den respuesta a los principales retos de movilidad que tienen las ciudades.

Durante la jornada se celebró un workshop de innovación para intercambiar soluciones innovadoras, confrontar experiencias y terminar de actualizar el Manifiesto de la Movilidad Multimodal, que recoge precisamente la visión compartida en torno a la adopción de una movilidad multimodal. En la posterior mesa de ciudades en la que participó Jaime Santamarta, concejal de Medio Ambiente y Administración Electrónica del Ayuntamiento de Las Rozas se intercambiaron experiencias y casos de éxito, se llevó a cabo el acto formal de firma y adhesión a la plataforma de colaboración público-privada "El Futuro de la Movilidad".



■ Las Rozas

Se establece un Plan Especial de Navidad para garantizar la seguridad en las fiestas

Hasta el 9 de enero la Policía Local del Ayuntamiento de Las Rozas establece un dispositivo especial de Navidad en los que pone en marcha, un Plan Especial de cara a las próximas Navidades que tiene como objetivos principales garantizar la seguridad ciudadana y la organización del tráfico. Entre ellos, llevará a cabo controles de seguridad y tráfico en zonas comerciales, de alcoholemia y drogas en la conducción, también se revisarán e inspeccionarán establecimientos destinados al ocio nocturno y a la venta de productos navideños. Este dispositivo especial también contará con más efectivos para evitar los robos en domicilios, control de botellón y vigilancia del cumplimiento de los protocolos sanitarios de Covid 19. Según apuntó el alcalde, José de la Uz,

"Como saben todos los vecinos, en Las Rozas le damos mucho valor a la celebración de las fiestas de la Navidad. Y por eso, que todos estos días podamos disfrutar tranquilos y con seguridad de las actividades que se han programado, es uno de nuestros principales objetivos.

Este programa especial de Navidad quiere priorizar la protección y preservación de la seguridad ciudadana en los espacios públicos o de uso público; actuaciones para prevención de los robos en domicilios y locales comerciales, mediante cierre, controles y puntos de verificación policial; control e inspección de las zonas de ocio, y especialmente aquellas actividades de los establecimientos dedicados al ocio nocturno; control y vigilancia de los entornos de las zonas de ocio, con el objetivo de hacer compatible el des-

canso de los vecinos con los asistentes a estos establecimientos; mantenimiento de la Seguridad Vial, incidiendo especialmente en la prevención de accidentes así como en los delitos de riesgo contra la seguridad del tráfico, propiciando controles de alcoholemia y drogas en la conducción; protección de los consumidores y usuarios, sobre todo en estas fechas donde se da una tipología especial de comercio; dedicación especial en la mejora de la fluidez del tráfico y circulación, controlando los accesos a las zonas comerciales a los efectos de aminorar las molestias a vecinos y visitantes; control en la utilización y venta de productos relacionados con estas celebraciones, etc. En lo que respecta a la protección de los comercios y establecimientos, la Policía Local reforzará especialmente los controles en este servicio.

■ Las Rozas

Se refuerza el PAMINVER con más medios, más personal y la implicación de varias concejalías

El Ayuntamiento de Las Rozas refuerza su Plan Invernal con más medios, más recursos y más efectivos. De este modo ha dado a conocer el PAMINVER (Plan de Actuación Municipal ante Inclemencias Invernales) para este año que se trata de un plan integral en el que se definen los medios y protocolos de actuación ante cualquier tipo de in-

tema más amplio que fija protocolos de emergencia ante un mayor número de potenciales necesidades derivadas de las inclemencias invernales.

En palabras de José de la Uz, alcalde de las Rozas, "Hemos tratado de ser ambiciosos en el diseño de este Plan y, basándonos en la experiencia acumulada, cubrir de alguna forma todas las necesidades que puedan surgir de la



clemencia invernal y en relación a los diferentes niveles de alerta (Blanco, Amarillo, Naranja y Rojo) definidos por la Agencia Española de Meteorología. Este nuevo plan deriva del Plan de Vialidad Invernal puesto en marcha en años anteriores. Éste queda incluido ahora en el PAMINVER, un documen-

to mejor manera posible. En este sentido, hay que agradecer el enorme trabajo e implicación de todas las concejalías que han aportado sus propuestas en el diseño del PAMINVER, un documento que estoy convencido que sin duda redundará en un mejor servicio a todos los vecinos



■ Las Rozas

Iniciadas las obras del nuevo centro deportivo y cultural en La Marazuela

Con el vallado perimetral de la parcela entre las calles Jacinto, Mirto y Acanto ya se han iniciado los trabajos para la construcción de un nuevo centro cultural y deportivo que se levantará en la zona de La Marazuela. Ya se están realizando los movimientos de tierras para acondicionar la parcela que requiere el proyecto.

Según las estimaciones realizadas, la construcción de los edificios y el acondicionamiento de las diferentes zonas del complejo se podrán realizar en un plazo de algo más de un año. Tras ello, se deberán acometer los trabajos relativos a su acondicionamiento y equipamiento interior.

En declaraciones del alcalde de Las Rozas, José de la Uz, “Estamos muy satisfechos de que este proyecto, que nos comprometimos a desarrollar en La Marazuela y que ha supuesto un gran trabajo admi-

nistrativo previo, ya se esté convirtiendo en una realidad que todos los vecinos verán crecer día a día. Se trata de una nueva gran infraestructura deportiva muy importante para un municipio como el nuestro, muy vinculado al deporte, y para dotar a esta zona de los servicios necesarios”.

Una vez finalizadas las obras, el complejo tendrá un protagonista esencial que será el nuevo campo de hockey hierba que contará con gradas, vestuarios y el resto de equipamientos necesarios. Junto a él se levantarán cuatro edificios de tres alturas que albergarán, el primero de ellos las tres piscinas – natación, aprendizaje y spa- junto a sus equipamientos de servicio; el segundo estará comunicado con éste internamente y estará dedicado al fitness, con sala de cardio y musculación, además de diferentes salas para clases dirigidas; un tercer edificio albergará un gran pabellón

deportivo para la práctica y el desarrollo de competiciones de diversas modalidades, como baloncesto, fútbol sala o volleyball; por último, y anexo a este, habrá un edificio, también en tres alturas, dedicado al desarrollo de diferentes actividades del área de Cultura, fundamentalmente formativas.

Este nuevo centro cultural y deportivo contempla un 54,7% de espacios abiertos, de los cuales un 25% estarán ocupados por superficies vegetales. En ellos se elegirán especies vegetales de bajo consumo hídrico y mantenimiento, con un sistema de recuperación de agua y riego por goteo. Además, todo el conjunto, así como los edificios que lo integran, serán plenamente accesibles para personas con discapacidad. Parte de la zona disponible se destinará a aparcamiento, con 209 plazas en superficie y 10 de ellas habilitadas además con cargadores para vehículos eléctricos.

■ Las Rozas

Activada la 4ª edición del Programa Explorer para fomentar los proyectos de jóvenes emprendedores

Las Rozas Space fue reconocido como uno de los mejores centros de emprendimiento en la primera edición de Explorer 2021 por eso, el Ayuntamiento de Las Rozas vuelve a formar parte del programa Explorer, con una nueva edición en el municipio que dará comienzo en enero y finalizará en abril de 2022. Este programa tiene como objetivo básico impulsar y fomentar el talento joven y el espíritu emprendedor de jóvenes de entre 18 y 31 años y que tiene ya el plazo de inscripción abierto hasta el próximo 9 de diciembre.

El Programa Explorer facilita las herramientas necesarias para que los participantes puedan adquirir, de primera mano, la experiencia y conocimientos necesarios para desarrollar una idea de negocio sólida, viable y sostenible, de base tecnológica y enfocada a resolver los problemas relacionados con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) 2030. “Nuestro municipio destaca por el talento –en el ámbito educativo,



entre los jóvenes, en el tejido empresarial- y nuestra misión es conectarlo y generar oportunidades para que el ecosistema crezca y se fortalezca; el programa Explorer es una iniciativa fundamental en esa dirección” señaló el alcalde de Las Rozas, José de la Uz. Impulsado por Santander Universidades a nivel global –que cuenta con una red internacional de más de 50 centros dentro de España y en otros países

como Argentina, Chile, México, Brasil y Portugal-, el programa Explorer se desarrolla en el municipio a través de la concejalía de Innovación, Educación, Economía y Empleo. Hasta la fecha, han pasado por el programa municipal cerca de 150 jóvenes emprendedores, parte de los cuales han consolidado luego sus empresas, como Hoop Car-Pool, especializada en carsharing y soluciones de movilidad.

■ Las Rozas

El Ayuntamiento inicia la campaña de recogida de grandes podas

Ya es posible solicitar a través del Portal del Ciudadano de la web del Ayuntamiento de Las Rozas el servicio gratuito de recogida de grandes podas para todos los vecinos del municipio. Según señaló el alcalde roceño José de la Uz, “Este es uno de los nuevos servicios que el nuevo contrato de recogida de basuras, limpieza y mantenimiento de zonas verdes que hemos puesto en marcha ofrece a los vecinos de Las Rozas”.

Este servicio está especialmente diseñado para los meses de mayor actividad de poda y conservación de zonas verdes privadas,

de solicitud previa, siempre y cuando los residuos se encuentren debidamente presentados (en bolsas, sacos, o en haces de ramas troceadas de un máximo de 1,0 m. de longitud) y se depositen en las áreas de aportación, junto a los contenedores de residuos, en la vía pública.

Entre los servicios que se han incorporado al catálogo a disposición de los vecinos, destacan las recogidas “puerta a puerta”, que permiten a los roceños solicitar gratuitamente a los servicios municipales la recogida de aceite usado directamente en su domicilio, la recogida de papel y cartón para los comer-



que incluye la recogida gratuita y el transporte al gestor autorizado de residuos correspondiente. Para ello, es necesaria su presentación de forma adecuada para facilitar su recogida (debidamente amontonados, aunque no estén atadas en haces, siempre y cuando las ramas estén cortadas debidamente, y su longitud no impida su recogida por el camión recolector), así como solicitar el servicio en el apartado correspondiente del Portal Ciudadano de la web municipal.

Este servicio es complementario a la recogida de los residuos vegetales como consecuencia de labores habituales de jardinería y conservación en zonas verdes privadas (siega de praderas, podas menores de árboles, recorte de setos, restos de hojas, etc.). En estos casos no será necesaria la tramitación

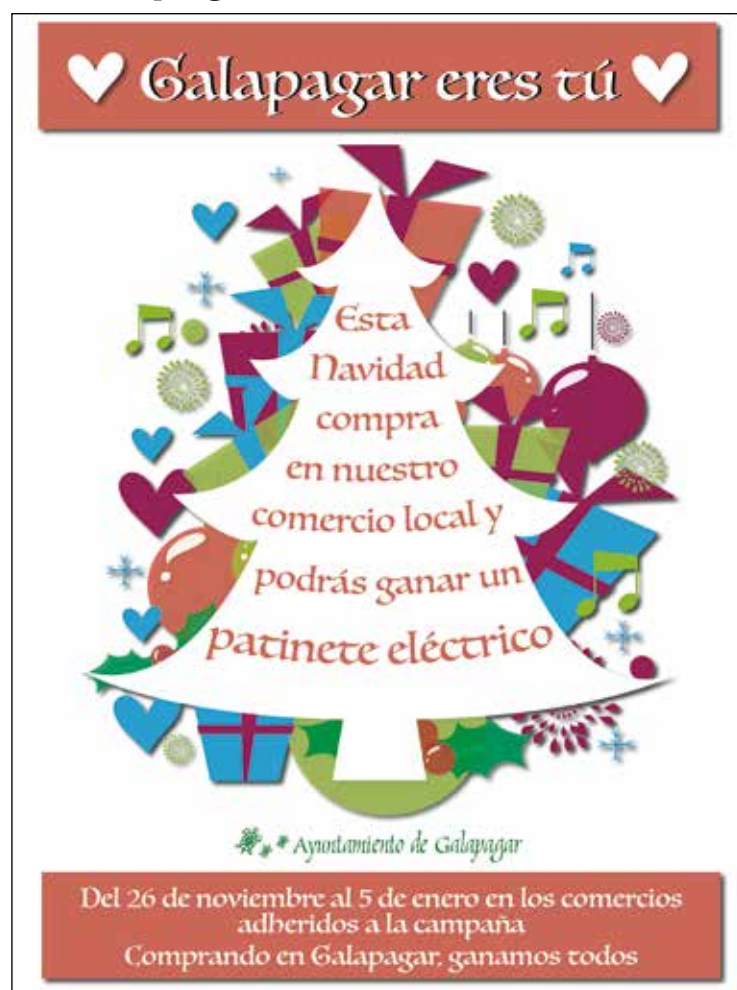
de solicitud previa, siempre y cuando los residuos se encuentren debidamente presentados (en bolsas, sacos, o en haces de ramas troceadas de un máximo de 1,0 m. de longitud) y se depositen en las áreas de aportación, junto a los contenedores de residuos, en la vía pública.

“Hemos querido aumentar y mejorar los servicios puerta a puerta porque es una forma de fomentar al reciclaje o la limpieza del municipio a la vez que facilitamos a nuestros vecinos su forma de colaborar con el Ayuntamiento”, apuntó De la Uz.

Otra de las novedades del nuevo contrato es la solicitud de limpieza de fachadas cuando se producen pintadas u otros actos de vandalismo, siempre que la zona afectada linde con un espacio público. También cabe destacar la entrega de sal para garantizar la óptima conservación de accesos en las jornadas de más frío, o la solicitud de contenedor individual de Residuos Sólidos Urbanos (RSU).



Galapagar



Nueva campaña promocional del comercio local "Galapagar eres tú"

Con la llegada del periodo navideño, el comercio local de Galapagar quiere animar a sus vecinos a que compren en las tiendas, restaurantes y locales comerciales del municipio y para ello anima a los galapagueños y visitantes a participar en la campaña de promoción del comercio local, "Galapagar eres tú".

La participación es sencilla, por cada compra que realice un ciudadano, recibirá una papeleta de participación que rellenar con sus datos personales y depositarlo en la urna habilitada por cada establecimiento, el concurso estará activo hasta el 5 de enero.

Solo por comprar en los comercios y establecimientos de hostelería del municipio adheridos a esta

campaña, de esta forma, los vecinos de Galapagar podrán ganar uno de los 4 premios que se sortearán entre los participantes y que este año consiste en 4 patinetes eléctricos.

El sorteo de las papeletas tendrá lugar el viernes 14 de enero de 2021 a las 20:30 h. en "La Posada", donde se elegirán al azar 4 papeletas para conocer los ganadores de los 4 patinetes eléctricos.

El sistema de sorteo también será muy fácil, ya que el titular de la papeleta elegida al azar será contactado telefónicamente, por lo que, si en el momento del sorteo el elegido no contestara al teléfono tras 3 intentos, se procederá a elegir otra papeleta ganadora y así sucesivamente hasta resolver los 4 ganadores.

Galapagar

Entregados los premios de la XI edición del certamen literario Ricardo León de Galapagar

El Consistorio de Galapagar ha celebrado la entrega de premios de la XI Edición del Certamen Literario Ricardo León, un evento que el año pasado no se pudo celebrar de forma presencial, debido a la crisis sanitaria motivada por el Covid 19.

Al acto asistió un gran número de participantes en el que también estuvo presente el nieto del autor y benefactor de este certamen, Ricardo León; la concejala de Cultura, Rosa María Encuentra; y el presidente de la Asociación de Escritores de Madrid en representación de los miembros del Jurado, Luis María Compés.

En esta edición del certamen se ha contado con la participación de un total de 100 personas de diversas nacionalidades, ya que no solamente se recibieron trabajos de varias ciudades españolas, sino también de países como: Chile, Argentina, Cuba, Uru-



guay, Ecuador, Colombia o México. Al igual que se hizo en la anterior edición, los trabajos finalistas y ganadores de este año han sido recopilados en un libro que se puede adquirir en la web de la editorial

maLuma, que ha sido colaboradora una vez en la corrección, maquetación y edición del libro recopilatorio, y que también ha pasado a formar parte del fondo de la Biblioteca.

Galapagar

En marcha el VIII concurso de microrrelatos "100 palabras para sensibilizar contra la Violencia de Género"

Las Concejalías de Cultura y Servicios Sociales, Mayor, Familia, Igualdad y Salud Pública del Ayuntamiento de Galapagar junto a la Consejería de Políticas Sociales, Familias, Igualdad y Natalidad de la Comunidad de Madrid, organizan una nueva edición del concurso de microrrelatos "100 Palabras para sensibilizar contra la Violencia de Género". El plazo de presentación que comenzó el 25 de noviembre estará abierto hasta el 17 de diciembre. En esta octava edición del concurso puede participar cualquier persona a partir de los 10 años presentando un microrrelato original que no exceda las 100 palabras, sin incluir el título, y de temática relacionada con la violencia contra las mujeres. En todos los microrrelatos que se presenten y quieran optar a los premios que otorga la organización, deberá figura en su texto la frase: "soy una superviviente". En el concurso hay dos categorías, juvenil para edades comprendidas entre 10 y 18 años y



categoría adultos para mayores de 18 años. El Plazo de presentación de los trabajos comenzará el jueves 25 de noviembre y finalizará a las 24:00 h. del viernes 17 de diciembre.

Los trabajos se deben presentar sin firma ni pseudónimo de ningún tipo y deberán ir acompañadas de los datos personales: Nombre y apellidos, dirección postal y un teléfono de contacto. Cada participante podrá enviar un único trabajo y el documento deberá presentarse en letra tipo Arial, y a un tamaño 12.

Las obras se podrán presentar, por correo certificado y deberán ir en sobre cerrado con los datos personales y la categoría a la que se presenta. También por correo electrónico a la dirección biblioteca@galapagar.es, y deberán aportar un archivo bajo el nombre "Plica" los datos del autor anteriormente especificados y, en un archivo diferente, el trabajo que se presenta al concurso. En el asunto del mensaje se debe de indicar la categoría en la que participa, seguida del texto "VIII CONCURSO DE MICRORRELATO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO".



Actuaciones Programadas Diciembre 2021

18 Diciembre 23:00hr
MRB (Los Molinos Rock Band)

24 Diciembre 24:00hr-Fiesta de Nochebuena

31 Diciembre 24:00hr-Fiesta de Fin de Año


[Siguenos en Facebook.com/galapabar](https://www.facebook.com/galapabar)


[Siguenos en Instagram@galapabar](https://www.instagram.com/galapabar)

Calle Concejo 7 - 28260 Galapagar - Madrid/Entrada por Calle del Caño 19 (Junto al Parking Plaza del Caño)/20% Dto en el Parking a nuestros clientes

Teléfonos: 91 842 91 19 y 91 897 78 19/Email: informacion@galapabar.es



■ Boadilla del Monte Nueva bajada de tasa de paro que se sitúa en el 4,8 %

El Municipio ha bajado nuevamente su tasa de desempleo que ha descendido durante el último mes un 0,34 %, lo que sitúa la tasa estimada de paro en el 4,8 %. El total de personas desempleadas en Boadilla del Monte es de 1.778 lo que supone que en los últimos dos meses han salido de situación de paro 68 desempleados.

Tanto en la Comunidad de Madrid como en el conjunto de España el paro también ha disminuido. En la región hay 11.477 personas menos desempleadas, para un total de 390.087. En España el paro ha bajado en 74.381 personas respecto al mes de octubre situándose la cifra total de desempleados en 3.182.687.

■ Boadilla del Monte Inaugurados los campos de Fútbol del Condesa de Chinchón



Lo Complejo Deportivo Condesa de Chinchón inicia su andadura con la apertura de los campos de fútbol, tras la finalización de la primera fase de recuperación de la infraestructura.

El acto de apertura de los campos, se celebró con un torneo oficial de fútbol

entre los clubes del municipio: CD Nuevo Boadilla, EFMO Boadilla y Aupa-Mentema Boadilla, en las categorías de prebenjamín, benjamín, alevín F7 y F11 y cadete femenino. Un total de 250 participantes de los que 140 fueron jugadores de fútbol 7 y 110 de fútbol 11.

Ubicado en una parcela de casi 50.000 metros cuadrados, se trata de uno de los mayores centros deportivos de la Comunidad de Madrid. Hasta el momento se ha construido la zona de fútbol, con dos campos de fútbol 11 y otro más de fútbol 7, ambos con graderío cubierto y una zona de vestuarios —con un total de 12 para equipos y árbitros, una sala de ciclo; otras de actividades dirigidas y fitness; el rocódromo; un edificio de aparcamiento cubierto para 155 vehículos; y un edificio principal con recepción, oficinas, cafetería y medicina deportiva. El resto del Complejo estará previsiblemente finalizado en la próxima legislatura. Esta apertura se produce tras un largo periplo judicial y administrativo después de que en 2012 el Ayuntamiento recuperara la titularidad de una obra que llevaba dos años parada.

■ Boadilla del Monte En marcha los trabajos de mejora en las rotondas de Valdecabañas y Los Fresnos

El Ayuntamiento está llevando a cabo las obras que mejoraran el aspecto de las rotondas de las urbanizaciones de Los Fresnos y Valdecabañas. En el caso de la primera, ocupada actualmente por una playa de áridos, se ha realizado la conexión a la red general de agua y se están ejecutando seis grandes macizos irregulares, de 600 m², delimitados por bordura de acero, que albergarán un total de 5.200 arbustos y 10 madroños.

En la rotonda de Valdecabañas, se ha realizado una nueva conexión de agua para evitar interferencias con otras redes de servicios existentes en la zona y está previsto reducir significativamente la superficie de pradera, combinando la plantación de arbustivas con playas de áridos, respetando el arbolado y las plantaciones existentes.

Todo el sistema de riego a instalar contará con los automatismos



necesarios y será telegestionado para conseguir un uso eficiente del agua.

El coste de ejecución de las conexiones de agua de las dos rotondas supondrá una inversión de 70.200 euros, en la que se incluyen los

cruces de carreteras, la restitución de las superficies pavimentadas y asfaltadas y el ajardinamiento de la rotonda de los Fresnos; en la de Valdecabañas se trabajará en la red de riego, playas de áridos, plantaciones y zona de pradera.

■ Boadilla del Monte Abierto el plazo de solicitud de subsanación de errores en las solicitudes de ayuda por nacimiento

Hasta el 21 de diciembre estará abierto el plazo para subsanar las solicitudes incompletas o defectuosas relativas a la convocatoria de las ayudas por nacimiento y manutención de niños menores de tres años, cuyo plazo de presentación finalizó el pasado 18 de octubre.

De las 1001 solicitudes presentadas, 231 no se han podido resolver por no presentar la documentación exigida en las bases de la convocatoria, publicadas en el BOCM nº 227, de 23 de septiembre del 2021.

La reclamación puede presentarse hasta el próximo día 21, aportando la documentación requerida o que se estime oportuna. Puede hacerse de forma telemática - en la sede electrónica, mediante instancia general- o presencial, en el Registro del Ayuntamiento, con cita previa,



que puede obtenerse en la página web del Ayuntamiento o telefónicamente.

En la instancia deberá especificarse, en el apartado SOLICITA: Revisión Expte- Ayuda de Familia periodo subvencionable 2021; y en el apartado EXPONE: número de expediente, nombre del solicitante y documentación que se adjunta.

*Esta
Navidad
vive
Boadilla*

**Boadilla
del Monte**
AYUNTAMIENTO

www.aytoboadilla.org



■ Navalagamella

Abierto el plazo de inscripción para la Escuela de Tecnificación del Atlético de Madrid en Navalagamella

El viernes 26 de noviembre se realizó la presentación oficial de la nueva Escuela de Tecnificación del Atlético de Madrid en Navalagamella, con la presencia del alcalde, Andrés Samperio, el concejal de deportes Javier Casado y el director de la Escuela de Tecnificación del Atlético de Madrid en Navalagamella, Juan Manuel Martínez-Murga.

El alcalde Andrés Samperio valoró muy positivamente la oportunidad de fomentar el deporte entre la juventud del municipio dentro de un ambiente saludable de diversión, respeto y

de valores a través de la práctica del fútbol.

Las clases comenzarán el próximo 10 de enero de 2022

El concejal de deportes, Javier Casado, comunicó que su concejalía estudiará la concesión de becas a alumnos que carezcan de medios económicos para acceder a esta actividad.

Navalagamella será el único municipio de la sierra oeste que cuente con esta Escuela de Tecnificación que ofrece una gran oportunidad a niñas y niños aficionados al fútbol, no sólo del municipio sino de las localidades vecinas que deseen participar.

■ Navalagamella

Ya está abierto el plazo de inscripción de talleres de decoración navideña y el Concurso de relatos de Navidad

El Ayuntamiento de Navalagamella ha abierto el plazo de inscripción para realizar los talleres de decoración navideña y el concurso de relatos de la Navidad.

Los talleres de decoración navideña se realizarán la primera quincena del mes de diciembre en el Centro Cultural en horario de 17:30 a 19:30 h. la distribución y estructura de estos talleres está confeccionada según edad y dificultad que serán divididos para los niños de 5 a 8 años, y otro para los chavales de 9 años en adelante. Las inscripciones estarán abiertas en el Centro Cultural Anabel Ochoa.

Por otro lado el concurso de relatos de Navidad que convoca la sala de lectura de Navalagamella se realizará de acuerdo con las siguientes bases: La participación es libre y se establece una edad entre 7



y 99 años en las que habrá tres categorías, Infantil: de 7 a 12 años, Juvenil: de 12 a 17 años y Adulto a partir de 18 años. Los requisitos para poder par-

ticipar son de tema único, La Navidad,. La extensión será un máximo de 2 folios a una sola cara y se podrán presentar exclusivamente los escritos a máquina. Se deberán entregar en sobre cerrado los datos del autor (nombre y apellidos, teléfono, e-mail y dirección) y el relato en otro sobre aparte, es

El fallo y la entrega de premios se realizarán el 20 de diciembre en el Salón de Actos a las 19 horas

muy importante que no tengan errores ortográficos ya que estos serán eliminados. Todos los trabajos deberán ser entregados antes el 15 de diciembre de 2021 en la sala de lectura en horario de 10 a 14 y de 17 a 20 horas de lunes a viernes.



Ilmo. Ayuntamiento de
Navalagamella

Les desea
Feliz Navidad
y próspero año nuevo





■ Guadarrama

Clausurada la VIII edición de la Semana Internacional de Montaña "Villa de Guadarrama"

Con gran éxito de afluencia de público ha sido clausurada la octava edición de la Semana Internacional de Montaña "Villa de Guadarrama". El cierre de esta edición corrió a cargo de la Directora General de Deportes de la Comunidad de Madrid, Coral Bistuer, tras finalizar la última de las conferencias, por parte la afamada escaladora Silvia Vidal premiada hace recientemente con el prestigioso premio Piolets d'Or 2021.

La aventura "Sincronía mágica" que desarrolla la ascensión de la cara oeste del Cerro Chileno Grande en Patagonia por Silvia Vidal, cautivó al público que llenaba el Centro Cultural La Torre, por el gran talento que caracteriza a esta extraordinaria escaladora catalana, porque la escalada de Silvia Vidal recoge los valores que propone esta organización, alpinismo puro que consigue hacer más con menos.

Un reto conseguido a base de tesón y superación que se convirtió en hazaña, según destacó la Directora General, Coral Bistuer, y que hace evidente el espíritu y el compromiso en cuerpo y alma que toman estos deportistas de elite. Superación, valentía y con-



fianza, característica en Silva Vidal, son los meritos que quiso destacar en ella la Directora General de Deportes. La VIII Semana Internacional de Montaña de Guadarrama también pudo contar con la participación de la gran alpinista italiana Tamara Lunger, que ofreció una emocionante conferencia que conmovió a los asistentes ya que en ella relató la ascensión invernal al K2 en la que perdió a cinco compañeros de expedición y que pone de manifiesto el carácter extremo y los

riegos que conlleva la conquista de un "ochomil". En este caso el K2, la segunda montaña mas alta de la tierra después del Everest y seguramente la mas extrema y difícil de escalar.

Y, por su parte, Montañeros sin Barreras, organización dirigida por Miguel Ángel Gavilán, organizador de la Semana Internacional de Montaña "Villa de Guadarrama" junto con el Ayuntamiento de Guadarrama, mostró que "existen más límites en el miedo que en la dificultad".

Esta octava edición de la Semana Internacional de Montaña "Villa de Guadarrama" arrancó con la interesante conferencia ofrecida por Sebastián Álvaro sobre la de investigación, destinada a desvelar el enigma de Andrew Irvine y George Mallory en su ascensión al Everest en 1924, y si fueron ellos los primeros en pisar la cima del monte mas alto del Mundo o por el contrario nunca llegaron a hacer cumbre. Aun quedan muchas dudas sobre ello según las hipótesis que se pudieron aportar al encontrar el cuerpo de Mallory y alguno de sus efectos personales en la cara norte a 8.155 m en la expedición de 1.999. El cuerpo de Irvine aun sigue desaparecido.

■ Guadarrama

Regresan las propuestas de turismo activo en MTB con las rutas "Guadarrama. Río, pueblo y sierra"

Con el objetivo de animar a descubrir La Pradera de los Guindos esta iniciativa de turismo activo, que ya lleva en marcha desde noviembre, está concebida para toda la familia y con un nivel bajo se puede concluir. Un paraje espectacular que se alcanza a través de una ruta circular que parte y finaliza desde el aparcamiento del Centro de Interpretación de la Naturaleza "El

nado. En este recorrido hay un total de 5 hitos explicativos, cuya numeración puede verse junto al título y que pueden servir de orientación. La ruta tiene un desnivel de 190 metros, una dificultad técnica baja y una dificultad física media.

En el caso de la ruta de nivel medio, los interesados discurrirán por un recorrido de forma circular por la zona de La Gamonosa. 25 kilómetros, que parten desde la zona de El Gurugú, en dirección al embalse de La Jarosa, pasando por la ermita para continuar por un terreno en ascenso con un tramo técnico y estrecho en subida hasta volver a una pista asfaltada. Vistas espectaculares que llevarán a los participantes hasta la zona de Álamos Blancos y a partir de ahí, comenzar el descenso. Una ruta con un desnivel de 700 metros, una dificultad técnica media y una dificultad física media.

La tercera de las rutas está reservada a deportistas, con un desnivel de 800 metros y una dificultad técnica y física media-alta, propone un recorrido circular que sale y llega a El Gurugú, se eleva hasta la zona de Álamos Blancos y sigue subiendo hasta Cabeza Lijar, descubriendo la fuente de La Pinosilla.



Gurugú" a través de vías pecuarias y a lo largo de unos 8,6 kilómetros. Una propuesta con poco desnivel, trazado ancho y buen firme, que transcurre por zonas en las que puede verse ga-

Ven y disfruta de la

Navidad

en

Juegos, magia, conciertos, villancicos, pista de hielo, teatro, música, concursos, pascuete, mercado navideño, feria de artesanía, talleres... y mucho más, desde el 3 de diciembre de 2021 al 5 de enero de 2022

www.guadarrama.es

Guadarrama

2021-2022

Ayuntamiento de Guadarrama

Descarga el programa y ¡no te pierdes nada!!



■ Robledo de Chavela

El Consistorio abre el periodo de propuestas vecinales para sus presupuestos participativos

El Ayuntamiento de Robledo de Chavela ha puesto en marcha un año más sus presupuestos participativos en los que quiere acercar la colaboración directa de los ciudadanos y vecino a la política local y para ello les ofrece hasta el próximo 16 de diciembre la posibilidad de proponer todas aquellas ideas, proyectos o actividades que crean de interés general para ser incluido en el presupuesto de 2022.

Estos presupuestos participativos son una herramienta de participación y gestión del municipio a través de la cual los vecinos pueden proponer y decidir sobre el destino de parte



de los recursos municipales, en este caso hasta un máximo de 100.000€. y sirve de este modo para establecer las principales demandas y preocupaciones de los ciudadanos en materia generalmente de gastos (actividades, inversiones públicas...) e incluirlos en el presupuesto anual, priorizando los más importantes y realizando un seguimiento de los compromisos alcanzados.

El principal aporte es la idea de una ciudadanía activa, haciendo partícipe al vecino. Entender, en definitiva, la gestión pública como algo que tiene que ver con la vida real diaria de las personas, pudiendo no solo participar sino también decidir sobre estos asuntos públicos.

■ Robledo de Chavela

Gran éxito del debate 'Viaje tripulado a Marte'

El Ayuntamiento de Robledo de Chavela ha obtenido una extraordinaria acogida sobre en el debate que bajo el título 'Viaje tripulado a Marte: una historia de superación' se celebró en el Centro de visitantes y entrenamiento que INTA-NASA posee en la localidad serrana y que también se pudo ver on line ya que fue emitido por el canal

Una tertulia – debate que resulto sin duda muy interesante y absolutamente didáctica para los asistentes ya que se llevó a cabo entre profesionales expertos en la materia como técnicos especializados en las diferentes materias, médicos, astrobiólogos ingenieros. Entre ellos formaron parte de este elenco de “sabios”, Carlos Velasco, coronel médico especializado en



de YouTube. La organización de esta jornada es una actividad más que se realiza gracias al fruto del convenio de colaboración entre el Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) y el Consistorio de Robledo de Chavela para el fomento la promoción de la ciencia y la astronomía.

medicina aeroespacial; Felipe Gómez, científico y astrobiólogo del CSIC; y Carlos González, ingeniero de NASA. Todos ellos moderados por Carmen García, ADL del Ayuntamiento de Robledo de Chavela. Sin duda una tertulia que no será la última dado el interés científico y su alto nivel de conocimiento.

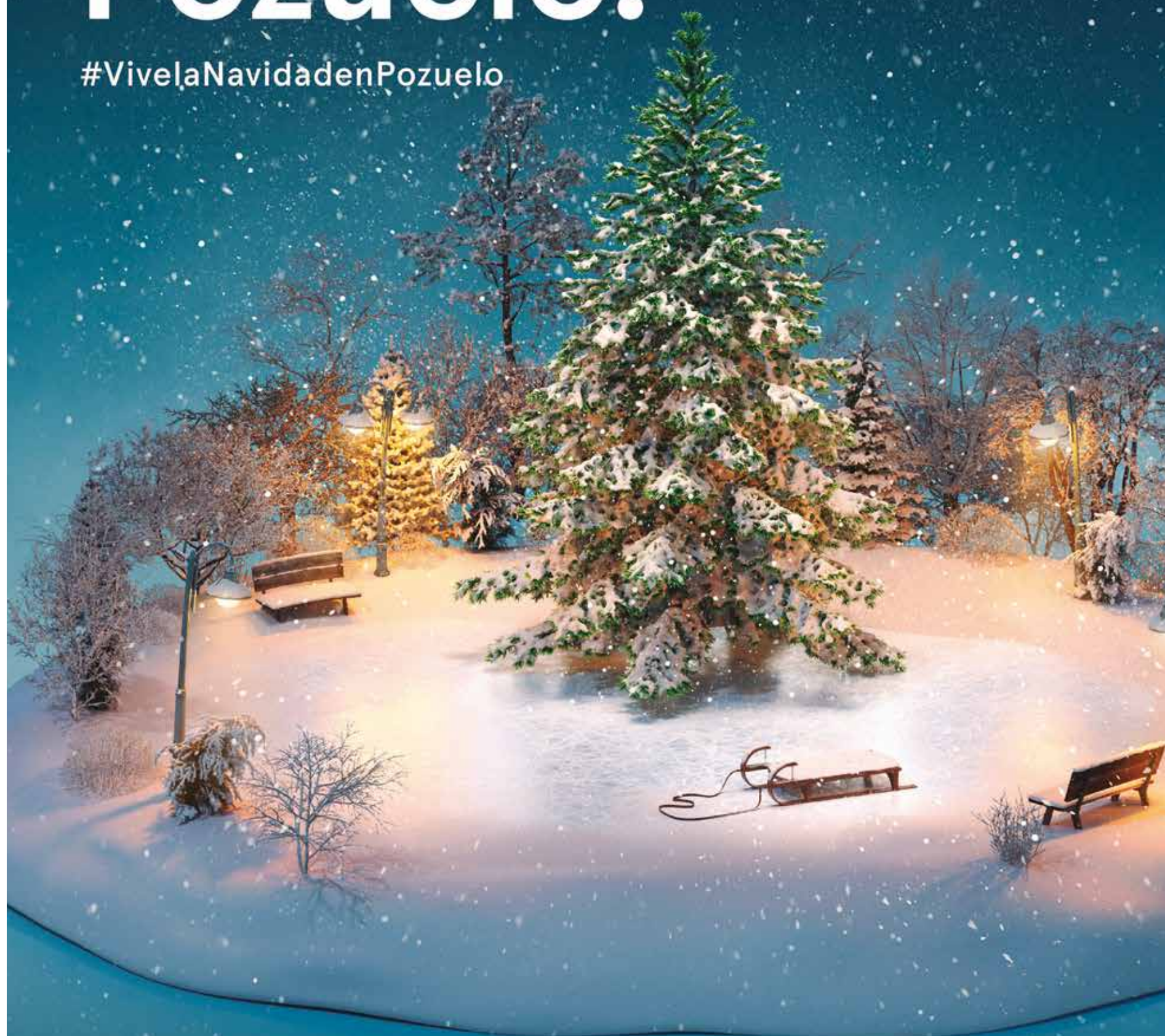
Programación navideña 2021
Robledo de Chavela

10 diciembre 18:00h Inauguración alumbrado navideño.	24 diciembre 12:00h Tradicional reparto de aguinaldo. <i>Pza. de España</i>
11 diciembre 12:00h Concentración solidaria Land Rover España. <i>Pza. de España</i>	30 diciembre 18:00h Cine infantil (Consultar programación aparte). <i>Centro Cultural y Deportivo El Lisadero</i>
16 diciembre 19:00h Audiciones de Navidad Escuela de Música y Danza. <i>Centro Cultural y Deportivo El Lisadero.</i>	31 diciembre Medianoche Tradicional Hoguera de los Quinto <i>Pza. Piedita</i>
18 diciembre 19:00h I Certamen benéfico villancicos Aires Serranos. <i>Centro Cultural y Deportivo El Lisadero</i>	2 Enero 13:00h Concierto de Año Nuevo de Gospel. <i>Iglesia de la Asunción de Nuestra Señora</i>
19 diciembre 13:00h III Concierto Villancicos bajo Los Dragones. <i>Iglesia de la Asunción de Nuestra Señora.</i>	4 Enero 18:00h Cine infantil (Consultar programación aparte). <i>Centro Cultural y Deportivo El Lisadero.</i>
21 diciembre 18:00h Exhibición de Gimnasia Rítmica de Navidad. <i>Centro cultural y Deportivo El Lisadero (Pista)</i>	5 Enero 17:00h Tradicional Cabalgata de Reyes Magos. <i>Salida del Parque</i>
21 diciembre 19:00h Audiciones de Navidad Escuela de Música y Danza. <i>Centro Cultural y Deportivo El Lisadero</i>	8 Enero 20:00h III Concierto de Año Nuevo. <i>Centro Cultural y Deportivo El Lisadero.</i>
23 diciembre 17:45h X Bajada del bosque con antorchas. Ruta nocturna popular. <i>Salida de la Ermita de San Antonio</i>	

Mantén las normas de seguridad COVID-19

Vive la Navidad en Pozuelo.

#Vive la Navidad en Pozuelo



Pozuelo

La ciudad donde quieres llegar

pozuelodealarcon.org



■ Pozuelo de Alarcón

Un mercado, un tren, espectáculos infantiles y belenes protagonizan la Navidad de Pozuelo

Pozuelo de Alarcón recibe la Navidad con un amplio programa de actividades para que los pozueleros y, especialmente los más pequeños, disfruten de esta época tan bonita del año. El Gobierno municipal ha organizado una programación con todo tipo de actividades, en la que tienen cabida desde espectáculos infantiles, exposiciones y talleres, hasta los reconocidos belenes y el mercadillo navideño.

El Tren de la Navidad volverá a recorrer las principales calles de la ciudad durante estas fechas, concretamente, del 22 de diciembre al 6 de enero, y tendrá salida y llegada en la Avenida de Europa con la Carretera de Húmera, junto al ESIC.

La alcaldesa de la ciudad, Susana Pérez Quisilant, ha destacado que “esta época del año es de las más especiales y, por eso, hemos querido organizar una programación con propuestas para todos, con el fin de que todos los vecinos disfruten, con todas las medidas de seguridad, de una Navidad de ilusión y esperanza”.

En estas fechas es también un plan especial visitar las exposiciones de belenes de la ciudad. Así, el Gran Belén y Dioramas en la Casa Consistorial, realizado por el grupo Scout Eslabón y la Asociación de Belenistas, estarán expuestos del 10 de diciembre al 5 de enero.

La programación navideña pone especial atención en los más pequeños de la casa para los que se han organizado diferentes espectáculos y representaciones. Así, el MIRA Teatro será el punto de encuentro de los pequeños y sus familias para disfrutar de espectáculos como “Mágica Navidad. Una suite Navideña”, con la Asociación Recreativa La Inseparable (22 de diciembre a las 18 horas), “El Circo del payaso Tallarín” (23 de diciembre a las 18 horas, y 26 de diciembre a las 12:30

y 18 horas), la “Gran Gala Tchaikovsky familiar” (27 diciembre a las 12:30 y 18 horas) y otras muchas mas hasta el 2 de enero.

El Bulevar de la Avenida de Europa se

convertirá en un mercado navideño los dos fines de semana se ofrecerán conciertos de música con las actuaciones de la Agrupación de Coro de las Escuela Municipal de Música y Danza y la Coral Kantorei, la Agrupa-

nes de entre 12 y 30 años también podrán participar en diferentes actividades programadas y relacionadas con el voluntariado como son “Duen-

des de la Navidad: Ayuda con la re-

el 15 de diciembre, la campaña solidaria de recogida de juguetes. También los seniors de Pozuelo tendrán varias citas de su interés. Por una parte, las visitas culturales a los belenes de San Lorenzo del Escorial y de Boadilla del Monte, así como el Festival de Navidad de los centros municipales de mayores o el encuentro de Navidad en Segovia.

Sus Majestades los Reyes Magos de Oriente llegarán a Pozuelo el 4 de enero para recoger los deseos de los pozueleros. Ese día estarán en el aparcamiento de la calle Almansa, de 12 a 14 horas y el día 5, de 11:30 a 14:30 en el parque Carlos Sainz y de 12:15 a 14:30 horas, en el Bulevar de la Avenida de Europa con rotonda de Víctimas del Terrorismo.

El día 5, y antes de la esperada Cabalgata de Reyes, los pozueleros podrán degustar el tradicional Roscón de Reyes con chocolate, en el parque Carlos Sainz, a partir de las 11:30 horas, y en el Bulevar de la Avenida de Europa, a partir de las 12:15 horas. Y por la tarde, la Cabalgata de Reyes que llenará de nuevo de ilusión las calles de Pozuelo. A las 18 horas, Gaspar, Melchor y Baltasar iniciarán el recorrido desde la Avenida de Europa (rotonda de Víctimas del Terrorismo) y recorrerán las principales calles de la ciudad hasta llegar a la Plaza Mayor. Al finalizar la cabalgata habrá un espectáculo navideño en la Plaza Mayor. (Fuente Ayto. de Pozuelo de Alarcón)



ción de Música actual de la Escuela Municipal de Música y Danza y la Banda de la Asociación Recreativa La Inseparable. En el Cubo Espacio Joven, los jóve-

convertirá en un mercado navideño del 10 al 19 de diciembre con cerca de 20 puestos de comercios de la ciudad. Durante todos los días habrá actividades infantiles y además los

cogida de Juguetes”, el “Parking Day Navideño: jardín efímero navideño” o en el de “Nadie solo en Navidad: Tarjetas navideñas”. También en este espacio se está llevando a cabo, hasta

■ Pozuelo de Alarcón

El pleno aprueba los presupuestos para 2022 con más inversiones y bajada de impuestos



Pozuelo de Alarcón ha aprobado sus Presupuestos Generales para 2022 que alcanza los 114.006.000 de euros. En las cuentas municipales habrá una especial reducción de impuestos, la inversión en nuevos

servicios e infraestructuras, y el apoyo a las familias, la educación y fomento del deporte, marcaran la hoja de ruta de este presupuesto. Los presupuestos municipales del próximo año incrementan un 11,4% el gasto corriente

destinado a las familias y especialmente a los programas de infancia, mayores y promoción de la igualdad. Asimismo, se mantendrán las ayudas a la natalidad y también se incrementa el gasto para el servicio de teleasistencia.

El Ejecutivo local también dedicará una atención muy importante a la educación, y aumentará un 13% el presupuesto de esta partida para seguir ofreciendo y facilitando las ayudas para material escolar, comedor y las extraescolares. El deporte es otra de las grandes apuestas del Consistorio ya que se incrementa más de un 12% y servirá para ofrecer más medios a los clubes deportivos de la ciudad.

■ Valdemorillo

El Consistorio organiza juegos en el Campamento Urbano de Navidad

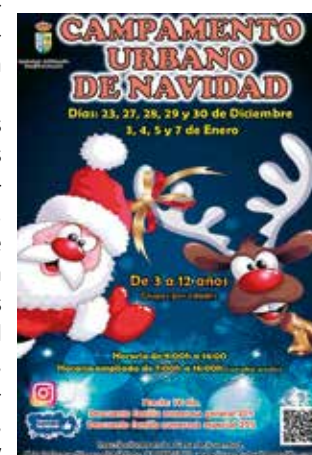
Durante los días los no lectivos y no festivos de diciembre y enero los escolares de Valdemorillo podrán disfrutar de sus vacaciones de Navidad, en total nueve jornadas, si van a encontrar abiertas las aulas del Juan Falcó, ya que durante estos días se dejarán a un lado las lecciones para disfrutar de una agenda repleta de sorpresas. Po-

que la concejalía de Juventud amplía su oferta de ocio y retoma una de sus propuestas más esperada por muchos pequeños, el Campamento Urbano de Navidad, activando así el doble objetivo de garantizar a los menores con edades desde los 3 a los 12 “el mejor entretenimiento, de la forma más segura”, entre gymkhanas, manualidades, juegos y

demás dinámicas relacionadas con estas entrañables celebraciones, al tiempo que se facilita la conciliación en muchos hogares.

Los días 23, 27, 28, 29 y 30 de diciembre, así como el 3, 4, 5 y 7 de enero.

Según explica Miguel Partida, como responsable del área, “de volver a marcar la diferencia una vez más, para que, al fin, los más pequeños vivan nuevamente con ilusión y alegría estas fechas”. En ese sentido, cabe señalar que cada actividad a realizar estará dirigida por monitores especializados y titulados por la Comunidad de Madrid, y supervisada por el personal de la propia concejalía.



Las Rozas: Una Navidad de Cuento.



Este año, vive una Navidad de Cuento en Las Rozas. La luz y la magia navideñas recorren nuestras calles llenándolas de actividades para toda la familia y en todos los rincones de nuestro municipio. No te pierdas los diferentes espacios temáticos, mercadillos, pistas de hielo... y la Gran Cabalgata.



#UnaNavidadDeCuento

www.unanavidaddecuento.esAyuntamiento de
Las Rozas



El consejero de Economía, Hacienda y Empleo, Javier Fernández-Lasquetty

La Comunidad de Madrid registra un crecimiento del PIB del 4,5% en el último año, casi dos puntos por encima de la media nacional

Según los datos que arroja la Contabilidad Regional de la Comunidad de Madrid correspondientes al tercer trimestre de 2021 se ha registrado un crecimiento del PIB regional del 4,5% en los últimos 12 meses, lo que supone que este aumento se sitúa 1,8 puntos por encima de la media nacional, que ha sido del 2,7%, tal y como ha avanzado el Instituto Nacional de Estadística. Este importante repunte ha sido generalizado en casi todos los sectores, pero se han visto más beneficiados, sobre todo, en la hostelería y la distribución.

El repunte ha sido generalizado en todos los sectores productivos en el último ejercicio, y es un factor clave en la dinamización de la economía de la región, ya que indica que se está normalizando la actividad. Así, el de servicios de distribución y hostelería, que supone un 85% del Valor Agregado Bruto (VAB) madrileño y fue uno de los gremios más castigados por la crisis, es el que anota el incremento interanual más elevado de todos, con un 9,1%. Como señala el consejero de Economía, Hacienda y Empleo del Ejecutivo regional, Javier Fernández-Lasquetty, "este dato demuestra la

fortaleza de la economía madrileña y los efectos positivos de las medidas del Gobierno autonómico para impulsar la recuperación". Tan es así que dos de cada cinco empresas que se constituyen en España lo hacen en la región. Este crecimiento, según Fernández-Lasquetty, "es un cambio de tendencia que muestra que se está trabajando en la buena dirección", y esto ha motivado que el PIB regional haya crecido un 0,9% en el tercer trimestre, después de que en el segundo se incrementara un 0,3% y en el primero decreciera un 1,2%,

La gestión contable del trimestre en la región Contabilidad también incluye los datos relativos a la creación de nuevas empresas, como indicador del repunte de la economía. Durante los primeros nueve meses de 2021 se han creado más de 18.000 en la región, el 23,5% del total nacional. De cada cinco compañías que se constituyen en España, dos lo hacen en la Comunidad de Madrid. Esa pujanza empresarial se combina con el notable incremento de la inversión extranjera, en la que Madrid es líder con el 66% del total nacional en el primer semestre del año.

El consejero Fernández-Lasquetty ha recordado a este respecto que, también son buenos los datos en el mercado laboral, ya que desde el mes de septiembre, la Comunidad de Madrid está a la cabeza de la creación de empleo respecto al resto del país, y consigue 3.368.881 de cotizantes en la Seguridad Social, la mayor de la serie histórica. Así como el incremento de afiliación con 39.000 personas, cifra esta que supone el 63% de los puestos de trabajo creados en este periodo a nivel nacional.

Se destinan 25 millones a formación para obtener certificados de profesionalidad

La Comunidad de Madrid ha continuado ofreciendo las ayudas para un itinerario específico de formación en la obtención de certificados de profesio-

nalidad, con prácticas no laborales asociadas, con un crédito de 25 millones de euros. Esta iniciativa cuenta con financiación del 100% por el Fondo Social Europeo

dentro del Eje REACT-UE y con ella se prevé atender a 2.385 participantes en 159 actividades formativas desarrolladas durante 2021 y 2022. La medida va dirigida prioritaria-

mente a desempleados de 16 a 30 años o mayores de 45, residentes en la Comunidad de Madrid e inscritos en la red de Oficinas de Empleo. También habrá ayudas

directas para los participantes en las acciones formativas y para las empresas que acojan a las personas para sus prácticas profesionales no laborales.



El Ejecutivo regional fomenta la contratación de trabajadores con mayor dificultad de inserción laboral

La Comunidad de Madrid va a destinar 2,5 millones de euros durante el próximo año 2022 con el objetivo de fomentar la contratación de personas con más dificultades para acceder al mercado laboral. De este modo, el Consejo de Gobierno ha autorizado la concesión directa de dos líneas de subvenciones. Una de ellas irá destinada a personas con discapacidad en el mercado ordinario de trabajo y la otra para la inserción laboral de víctimas de violencia contra la mujer y del terrorismo y personas en situación o en riesgo de exclusión social. De este modo, el Ejecutivo autonómico pondrá a disposición de autónomos, empresas y entidades privadas sin ánimo de lucro un total de 2 millones de euros para promover aquella oferta de empleo que beneficie a personas con discapacidad. Estas subvenciones van a tener distintas valoraciones que irán cuantificadas en función de la edad, el grado de discapacidad de quien se contrate o el tipo de empleador. De modo que las que vayan destinadas a jóvenes van desde 5.500 hasta los 6.500 euros por cada contrato



inicial indefinido que presente especiales dificultades para el acceso al mercado ordinario de trabajo del empleado.

Será incentivado también con una aportación de 3.907 euros el cambio de tipo de contrato es decir de uno temporal a tipo indefinido y si el trabajador presenta una discapacidad severa y proviene ya de un enclave laboral, la cantidad asciende a 7.814 euros.

En cuanto a la segunda línea, que tiene una dotación presupuestaria de 500.000 euros, esta va enfocada básicamente a la inserción laboral de mujeres víctimas de violencia de

género, personas afectadas como víctimas de terrorismo y aquellas que se hallen en riesgo de exclusión social. Esta prevé ayudas para la contratación temporal que van desde los 1.750 euros para entre 3 y 6 meses, hasta los 3.500 si llegan al año de duración. En el caso de que los empleos sean indefinidos, 7.500 euros será la cantidad que se aporte. Estas dos líneas de subvención incluyen, aparte un incremento de 2.000 euros adicionales en el caso de los autónomos que contraten a su primer empleado, y podrían llegar a alcanzar hasta 10.000 euros de financiación.

Aprobado un millón de euros en ayudas a víctimas de violencia contra la mujer y exclusión social

La Comunidad de Madrid ha autorizado un contrato para la gestión del Centro de Día nº 2 para víctimas de violencia contra la mujer y en riesgo de exclusión social por un importe de 982.905 euros y por un periodo de dos años de ejecución y que se realiza con cargo a los fondos del Pacto de Estado. Esto supone un importante incremento de más del 50% al que está en vigor actualmente. Este centro de atención diurna está destinado a mujeres mayores de edad que estén en situación de clara vulnerabilidad por haber sufrido casos de violencia. Este servicio incluyen la orientación y asesoría jurídica, apoyo psicosocial, talleres educativos, capacitación sociolaboral y mediación cultural, y con ellos se pretende mejorar las habilidades sociales, autonomía y empleabilidad de las usuarias. En el centro se les ofrecen apoyo, asesoramiento y la formación necesaria para que vuelvan a tomar el control de sus vidas y reinserirse plenamente en la sociedad de nuevo. Entre las novedades que se van a incorporar destaca la aplicación de un



programa específico para mujeres iberoamericanas

El Centro de Día nº 2, forma parte de la Red de Atención Integral para la Violencia contra la mujer, y en él se reúne un conjunto de recursos y servicios residenciales y no residenciales con los que la Comunidad de Madrid proporciona atención especializada a las mujeres que sufren esta violencia y se coordina con las administraciones implicadas. En definitiva el objetivo de este Centro es ofrecer soluciones rápidas y eficaces para que estas mujeres recuperen cuanto antes el control de su vida y se integren nuevamente en la sociedad.

Si te
controla
el
móvil



ABRE
LOS OJOS
PORQUE ESO TAMBIÉN
ES UN TIPO DE VIOLENCIA

Las relaciones sanas se basan
en la confianza y en el respeto mutuo.
Infórmate en el 012 o escaneando el QR.





La Comunidad de Madrid presenta la guía Siete experiencias de Turismo Accesible

Esta nueva iniciativa inclusiva del Gobierno regional que se edita en formato digital adaptado a lectoescritura, es un proyecto realizado por la Consejería de Cultura, Turismo y Deporte, a través de la Dirección General de Turismo, en la que colabora la Plataforma Representativa Estatal de Personas con Discapacidad Física -PREDIF- y cuyo objetivo es hacer de la Comunidad de Madrid una región más abierta y accesible para todos. Esta última entidad ha sido la encargada de evaluar el nivel de accesibilidad, desglosado en las tres vertientes, física, sensorial auditiva y visual, e intelectual, en los recorridos y establecimientos turísticos de los quince municipios incluidos en las rutas.

Los itinerarios temáticos han sido seleccionados atendiendo a la diversidad de experiencias y destinos turísticos que ofrece la



región, con las Villas de Madrid y las localidades que cuentan con enclaves Patrimonio Mundial como protagonistas. Se propone una duración de dos

días para cada experiencia con el objetivo de que el viajero tenga tiempo de profundizar en la cultura y vida cotidiana de cada destino.

Una de las excursiones interesantes que ofrece esta iniciativa conduce a San Lorenzo de El Escorial, El Escorial y Rascafría. En busca de los rincones de retiro

para la realeza, evocando los lugares de descanso de los monarcas españoles en el pasado. En la comarca de Las Vegas, son Aranjuez y Chinchón las que ofrecen una nueva visión turística experimentando el palpito revolucionario de la historia. Y parte importante de esa misma historia de Madrid es su gastronomía que se puede disfrutar en las ilustres 'plazas' gastronómicas y enoturísticas de Colmenar de Oreja y Villarejo de Salvanés. Navalcarnero y San Martín de Valdeiglesias son los dos escenarios dedicados a los amantes del vino, en la ruta Paisajes enológicos para paladares exquisitos. La naturaleza también tiene su lugar con la Sierra Norte en estado puro, que invita a conocer Torrelaguna y Patones y los hermosos parajes que los rodean. Muy cerca se encuentran Manzanares el Real y Buitrago del Lozoya, que inspiran un viaje al mundo medieval.



La Comunidad concede 1.976 bonos turísticos por medio millón de euros en sus dos primeras semanas

El Gobierno regional ya ha concedido en las dos primeras semanas 1.976 bonos turísticos por un valor de medio millón de euros desde la puesta en marcha de esta iniciativa, según lo ha detallado la consejera de Cultura, Turismo y Deporte, Marta Rivera de la Cruz, quien opina que, "En poco más de 15 días se ha concedido un 10% del presupuesto total de 5 millones previstos, y se han atendido solicitudes de usuarios de este programa del que forman parte 221 empresas, entre agencias de viaje y alojamientos de la región".

Con unas previsiones más que positivas por parte del sector de cara a estos días festivos en toda España, y datos que apuntan a una tendencia de consolidación de la recuperación del turismo tanto en la región como a nivel nacional y de reactivación del internacional, uno de los incentivos para la reanimación del sector es este programa, que ofrece descuentos del 50% en los servicios contratados, hasta un máximo de 600 euros al mes.

Según los datos actuales, la Asociación Empre-

sarial Hotelera de Madrid (AEHM) estimaba una ocupación media superior al 72%; mientras las encuestas realizadas por el Instituto Nacional de Estadística, correspondientes al mes de octubre, reflejan que el número de visitantes internacionales ya alcanza la mitad de los registrados el mismo mes de 2019, con un aumento del gasto medio diario, que se sitúa en 257 euros, el más elevado de España.

Un impulso importantísimo para el turismo de la región, es la reciente incorporación de la Comunidad de Madrid en la Organización Mundial del Turismo (OMT). Esta adhesión supone un importante paso adelante para la competitividad de la región, al tiempo que va a permitir al Ejecutivo autonómico desarrollar proyectos conjuntos con la OMT vinculados a su actividad. Además, se trata también de un movimiento estratégico con el que el Gobierno regional quiere sellar su compromiso con la OMT, facilitar la permanencia en Madrid de esta organización internacional y asegurar el futuro de una industria que moviliza el 7% del PIB regional.

El Gobierno regional destina más de 6 millones al Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama

En línea con la partida del ejercicio actual, tal y como consta en el presupuesto anual, La Comunidad de Madrid tiene previsto destinar al Parque Nacional de la

Sierra de Guadarrama en 2022 la cantidad de 6.300.517 euros, según se desprende del acuerdo al que han llegado la consejera de Medio Ambiente, Vivienda y Agricultura, Paloma Martín con las otras entidades participadas.

De este modo El Gobierno regional aportará un tercio de la cantidad final que asciende a 18.964.758 euros previstos para la gestión de este entorno natural para el próximo año. Fondos Europeos por la pandemia. El objetivo de este Plan de Actuaciones en la Sierra de Guadarrama es modernizar la actual flota de vehículos, adecuar las infraestructuras



Foto: Comunidad de Madrid.

Sierra de Guadarrama en 2022 la cantidad de 6.300.517 euros, según se desprende del acuerdo al que han llegado la consejera de Medio Ambiente, Vivienda y Agricultura, Paloma Martín con las otras entidades participadas.

Las otras cantidades restantes procederán del Gobierno de La Junta de Castilla y León, la Comisión Provincial de Montes y el Organismo Autónomo de Parques Nacionales, otra parte la aportará la caja de los

piscícolas, la conservación del patrimonio cultural, selvicultura en las vertientes segoviana y madrileña, y todas aquellas acciones de sensibilización, educación e interpretación con el medio ambiente.



Foto: Comunidad de Madrid
El Consejero de Sanidad Enrique Ruiz Escudero, recibió la medalla de Plata de AL CER Madrid

Los enfermos renales premian la labor de la Consejería de Sanidad y del SUMMA 112

La Asociación de Enfermos Renales (ALCER) de Madrid ha reconocido el trabajo de la Consejería de Sanidad y del SUMMA 112, el Servicio de Urgencias y Emergencias Sanitarias de la Comunidad de Madrid, en la celebración del 45 aniversario de su creación. La entidad otorgó su medalla de plata y la placa conmemorativa de su 45 aniversario al consejero de Sanidad, Enrique Ruiz Escudero, así como dos premios al

SUMMA 112. En el transcurso del acto, el consejero de Sanidad destacó la "inestimable labor" que realiza esta asociación y el "gran cariño y profesionalidad" que demuestran todos sus integrantes. La UME, la Comandancia de la Guardia Civil, la Jefatura Superior de Policía, la Oficina Regional de Trasplantes y la Sociedad de Nefrología, entre otros, también fueron distinguidos por ALCER Madrid. Por su parte ALCER Madrid ha des-

tacado la labor del SUMMA 112 con dos premios; su gerente, Pablo Busca, recogió el primero de ellos, destinado a reconocer la labor del servicio que dirige al frente del Transporte Sanitario en la Comunidad de Madrid, y Juan Antonio Pingarrón, coordinador de Transporte Sanitario no Programado, recogió el segundo premio, destinado a él en reconocimiento a todo el trabajo realizado durante estos años en este área.

La C. de Madrid rehabilitará 700 viviendas más otras diez nuevas en tres zonas rurales de la región



El Gobierno regional ha firmado varios acuerdos para la renovación urbana en los municipios de Los Molinos, San Lorenzo de El Escorial y la Mancomunidad de Servicios de los Olmos, que incluyen la rehabilitación de 700 viviendas y la construcción de otras 10 nuevas, con un coste total de 16,3 millones de euros, aportados por diferentes administraciones y propietarios de los inmuebles.

Las actuaciones del Programa de Fomento de la Regeneración y Renovación Urbana y Rural se realizan dentro

de un espacio delimitado denominado Área de Regeneración y Renovación Urbana y Rural (ARRUR). La financiación de estas obras permite la mejora de pisos y edificios, urbanización o reurbanización de espacios públicos y, en caso de que sea necesario, la construcción de nuevos inmuebles en sustitución de algunos demolidos.

En la ARRUR de San Lorenzo de El Escorial se rehabilitarán más de 300 hogares, con un coste de 5.460.000 euros; en el caso de Los Molinos se adecuarán 200 pisos, con una partida total de 3.994.332 euros.



Descubre en canaldeisabelsegunda.es cómo proteger tu instalación de agua contra las heladas para evitar incidencias graves.

Canal
de Isabel II



La Comunidad invierte más de 1,4 millones para la gestión de residuos en el Noroeste y el Este



La Comunidad de Madrid va a destinar una partida dotada de más de 1.4 euros de los cuales 650.240,89 euros serán para mejorar la gestión de los residuos en las Mancomunidad del Noroeste para que puedan mantener en buen estado sus infraestructuras de separación y reciclaje, cumpliendo con los parámetros y requisitos que exige la Unión Europea. Esta partida servirá abonar el

gasto del tratamiento durante este año en la planta de Colmenar Viejo y las Estaciones de Transferencia de Collado Villalba, San Sebastián de los Reyes, El Molar y Lozoyuela. El segundo montante aprobado es para la Mancomunidad del Este que recibirá 753.888,66 euros. Actualmente, la Administración autonómica asume el 100% de la tasa por toneladas recogidas en los municipios pequeños y financia el 50% de las

nuevas plantas de tratamiento que se están diseñando con la tecnología más moderna.

Junto a la dotación económica, el Gobierno regional también ofrece a estas agrupaciones de municipios mancomunados la asesoría técnica y jurídica que necesiten durante el proceso de mejora de estas infraestructuras para hacerlas más sostenibles con el medio ambiente.



Incrementado en un 61,1% el presupuesto destinado a implantar el modelo economía circular

La consejera de Medio Ambiente Vivienda y Agricultura, Paloma Martín de La Comunidad de Madrid, ha señalado que “el objetivo del Gobierno regional es financiar las acciones necesarias para avanzar hacia un desarrollo sostenible y cero emisiones”. “Por ello, apoyamos una movilidad innovadora y limpia, fomentamos la eficiencia energética, las energías renovables y la reducción de la huella de carbono”. Por ello el presupuesto se verá incrementado en más de un 60% , para implantar el mejor modelo de economía circular, pasando de los 52 millones de euros destinados este

ejercicio a los casi 84 para el próximo año 2022.

Siguiendo esta hoja de ruta, también se ha aumentado un 65,5% la partida destinada a impulsar las medidas orientadas a la descarbonización y la transición energética, dedicando a ella un total de 23 millones de euros.

La iniciativa pretende incidir en las 7R relacionadas con la economía circular: renovar, reciclar, recuperar, rediseñar, reducir, reutilizar y reparar; para disminuir los residuos domésticos que llegan a los vertederos, así como sensibilizar a empresas, administraciones públicas y organizaciones sociales en su propia gestión residual.





LE DAS UNA SEGUNDA VIDA O LO ENTIERRAS EN EL VERTEDERO

YA ES HORA DE RECICLAR.

Participa desde ya en la Economía Circular e impulsa un nuevo modelo sostenible que mejora la vida de las personas, las empresas y el medio ambiente antes de que sea tarde. Si puedes ayudar, ¿por qué no hacerlo?

COLOCA CADA RESIDUO EN SU CONTENEDOR O LLÉVALO AL PUNTO LIMPIO.

Infórmate en [madrid7R.es](https://madrid7r.es)





FGC presenta sus novedades para esta temporada

Chema Bueno/ CN

Ferrocarrils de la Generalitat de Catalunya (FGC), mediante su división de Turismo, es la máxima responsable de gestionar y estructurar la explotación de las seis estaciones de montaña distribuidas en el Pirineo de Cataluña manteniendo el firme compromiso de ser un socio estratégico del territorio en la promoción y desarrollo económico y turístico de las comarcas y los destinos de montaña donde se ubican estas explotaciones de nieve, desde la zona oriental del Pirineo, con las estaciones de montaña que conforman su división de nieve y esquí como son La Molina, Vall de Núria y Vallter; pasando por el Pallars, con Espot y Port Ainé; y hasta el extremo más occidental, en la Alta Ribagorça, con la estación mas alta del Pirineo como es Boí Taüll con sus 2.571 m. en Puig Falcó que alcanzan su cota esquiable, y una ubicación de privilegio al estar situada junto al Parque Natural de Aigüestortes y Estany de Sant Maurici, y declarado Patrimonio de la



Humanidad por la Unesco en el año 2.000.

Los dominios esquiables de montaña de FGC son el escenario perfecto para vivir experiencias durante todo

el año gracias a la amplia oferta de propuestas para todos los públicos.

Este invierno, FGC invita a salir a la montaña, a disfrutar de la nieve y los deportes de invierno en sus esta-

ciones, con una variada y completa propuesta de actividades aptas tanto para el público esquiador como para el no esquiador, donde todo el mundo pueda estar en contacto con la naturaleza y para ello ha invertido en importantes mejoras en sus estaciones.

Las principales novedades para esta temporada que presenta FGC son muchas y variadas pero entre las más importantes cabe destacar el fuerte compromiso que muestra FGC con el deporte de competición y muestra de ello es la organización para celebración de los Campeonatos Europeos de Esquí de Montaña en la estación de Boí Taüll entre el 8 y el 13 de febrero de 2022, en los que se disputarán cuatro pruebas distintas, sprint, vertical, individual y relevos y que las convierte en las más importantes del calendario internacional de esquí de montaña de la temporada y a la que asistirán los mejores deportistas a nivel internacional con la asistencia confirmada de más de 20 países y 200 especialistas. También en Boí Taüll se ha instalado un nuevo Telesquí en Puig Falcó y se ha creado

la nueva pista Ginebrell. Por otro lado Port Ainé contará con un nuevo aparcamiento en la cota 2000 de La Rabasa para casi 300 vehículos que permitirá descongestionar los accesos. Por su parte en La Molina se han realizado trabajos de mejora y optimización en sus sistemas de innivación, con 522 cañones dispuestos en los 71 km con los que cuenta el dominio que junto a su estación hermana La Masella suman un total de 1.100 y casi 150 km de pistas. También se han instalado nuevos elementos de protección en pistas y estadios de competición así nuevas placas solares y luces led para el esquí nocturno. Vall de Núria se hace accesible a mas publico ya que junto con el viaje del Teleférico de Coma del Clot se ha incluido la compra del billete en su Tren Cremallera, (único acceso posible a la estación), ya que no admite vehículos, ofreciendo una mayor capacidad llegando a transportar a 1800 personas / día y que hará posible que el visitante admire las increíbles vistas que ofrece el nuevo mirador del Trampolín de Salts de Vall de Núria.

El Pirineo francés inicia la nueva temporada de nieve con nuevos y atractivos forfaits

Chema Bueno / Shixing Comunicación en España de Confédération Pyrénéenne du Tourisme

Los Pirineos Franceses, declarados Patrimonio Mundial por la Unesco constituyen el destino invernal en mayúsculas, con sus 45.707 hectáreas de superficie en el que encuentran cimas tan emblemáticas como Pic du Midi, el Midi d'Ossai, Grand Tourmalet y el circo glaciar de Gavarnie; en donde se engloban más de 1.000 pistas de esquí que se distribuyen en 38 estaciones de nieve. Este hecho convierte a los Pirineos franceses como destino de nieve de referencia en Europa. Su dominio esquiable se extiende desde el Atlántico hasta el Mediterráneo, y cuenta con pistas de esquí alpino y de fondo; grandes y pequeñas, familiares, y más exigentes. También las hay de con recorridos de skimo en resumen todas ellas suman más de 500 actividades en la nieve. La tecnología ha permitido algo realmente importante para los esquiadores y es la posibilidad de obtener un los forfait que permite esquiar en múltiples estaciones, con descuentos, más seguridad y ahorrándose las colas. El Grupo Pirineo Francés ofrece los forfaits para empezar la temporada con más ventajas, además de beneficiarse de interesantes descuentos, todos ellos incluyen compensación a causa del COVID-19. El proceso es muy sencillo, solo basta con adquirir el forfait, asociarle a una tarjeta de crédito, y ya está, el esquiador va directamente al remonte sin hacer co-



las en taquilla y al pasar por el skipass se cobra el forfait de día o las opciones que se hayan adquirido.

SKIZAM!, 340 Km de pistas: Es una de las grandes novedades de la temporada y se trata del forfait que permitirá esquiar en 7 estaciones diferentes del Pirineo francés y en un total de 340 Km de pistas. Gracias a la asociación entre Altiservice y Savasam nace SKIZAM!. Esta tarjeta permite esquiar en Saint Lary, Font Romeu, Cambre d'Aze, Ax-3-Domaines, Guzet, Ascou y Mont d'Olmes.

PYRÉNÉES 2 VALLÉES: 250 Km de pistas, Son 4 estaciones la que integran este tarjeta, Piau Engaly, Peyragudes, Saint Lary y Val Louron y su oferta es válida para esquiar 6 días seguidos en estas estaciones, también permite utilizar gratis el transporte que enlaza una estación con la otra. Peyragudes permite esquiar a lo James Bond con pista homenaje al famoso agente secreto y helipuerto donde se grabó "El Mañana nunca muere". Piau Engaly es una estación espectacular con buenas

pistas y un gran snowpark. Saint Lary es la estación mítica con sello de calidad familiar y Val Louron una coqueta estación muy familiar y muy accesible para esquiar con los niños

PASSGRANDE SKI PYRÉNÉES: 269 Km de pistas. Este es el pase especial para esquiar en los Vallées de Gavarnie, cerca del majestuoso Círculo Glaciar de Gavarnie y patrimonio mundial por la UNESCO. La tarjeta te permitirá esquiar en 5 zonas de esquí alpino y 3 de fondo

hasta 6 días consecutivos para que disfrutar al máximo de los Pirineos en mayúsculas en Grand Tourmalet – Pic du Midi, Cauterets, Luz Ardiden, Gavarnie-Gèdre y Hautacam, Val d'Auzon, Hautacam y Pont d'Espagne, en Cauterets.

NP'Y NO'SOUCI: 400 Km de pistas. NP'Y Nuevos Pirineos, aglutina las estaciones de Peyragudes, Piau Engaly, Grand Tourmalet, Pic du Midi, Luz Ardiden, Cauterets, Gourette y La Pierre de Saint Martin. Es la que ofrece el mayor dominio esquiable (400 km) También incluye el 30% de descuento para todos los días a partir del 20 de marzo e incluye forfait gratis para el último día de temporada.

LES NEIGES CATALANES: 200 Km pistas, 450 Km de nórdico y 265 Km para raquetas. Las 7 estaciones que integran las Neiges Catalanes son Cambre d'Aze, Font Romeu Pyrénées 2000, Formiguères, La Quillane, Les Angles, Porté Puymorens y la Station Nordique du Capcir, y la estación del campeón olímpico y del mundo, Martín Fourcade. Este dominio ofrece un forfait para esquiar 6 o 7 días consecutivos y también forfait anual. El área esquiable total incluye 200 Km de esquí alpino, 450 Km de nórdico y 265 Km de recorrido marcado para raquetas de nieve.



VIVE

Vive la cara bonita del Pirineo.
39 estaciones respetuosas con el entorno.
1.000 pistas y 500 actividades en la nieve,
más cerca de lo que te imaginas.
Vive mucho más en el Pirineo francés.

LES PYRÉNÉES
en mayúsculas

Foto: Pierre Brunet / Kudeta / adf09





Aramón invierte 20 millones esta temporada

Aramón apuesta este año más fuerte que nunca y ofrece novedades e inversiones que superan los 20 millones de euros con un objetivo muy claro; quiere mejorar la experiencia del esquiador en los destinos de nieve en una temporada de esquí que está generando grandes expectativas con nuevos proyectos avalados con la sostenibilidad económica y social que darán vida a las zonas más deprimidas proporcionando aun más atractivo a las Montañas de Aramón y su comarca.

Chema Bueno/ CN

El grupo Aramón es el mayor dominio esquiable de España con casi 300 kilómetros esquiables formados por las estaciones de Cerler, Formigal-Panticosa, Javalambre y Valdelinares, le posiciona como líder en el mercado nacional con una cota de mercado cercana al 25%, y uno de los más importantes de Europa, es por ello que el Holding aragonés ha apostado muy fuerte en esta temporada de esquí que arranca ya, en la que ha realizado la mayor aportación económica de los últimos 15 años con más de 20 millones de euros en importantes inversiones, ya que esto era un compromiso del grupo Aramón que ha sido financiado por un crédito sindicado obtenido gracias a la sostenibilidad del holding que, en los últimos años operativos, ha demostrado obtener la confianza del cliente y la consecución de beneficios.

Entre las inversiones más importantes caben destacar la instalación de tres telesillas nuevos, el primero de ellos en Castanesa en el sector de Cerler,



que este año además conmemora medio siglo de historia, y que ha hecho posible abrir cuatro nuevas pistas de esquí en un nuevo valle, que a su vez permitirá viajar a los esquiadores más allá y disfrutar de nuevos y atractivos parajes y otros dos en Formigal-Panticosa, el de Lanuza, se

trata de un telesilla tipo D-Line de Doppelmayr que circula a una velocidad de 6m/s, siendo el primero de estas características que se ha instalado en España y que moderniza el Valle de Izas, posiblemente uno de los más apreciados por los esquiadores junto con el de Anayet. El otro es el nuevo

telesilla del Pico Royo que se acabó de instalar este verano y que permite abrir una nueva zona esquiable para esquiadores con experiencia desde el Collado de Lazapuso ya que cuenta con pistas rojas y negras.

Otras novedades importantes del Grupo Aramón respecto a las mejoras, se encuentran en el capítulo de tecnología y sostenibilidad lo que contribuye a la optimización del servicio al cliente mejorando e innovando, como es el caso de la opción Cashless o forfait monedero en Cerler, las mejoras en los sistemas de innivación de nueva generación, o la entrega del material de alquiler en el mismo hotel en el que se aloja el esquiador, lo que supone una gran comodidad antes de salir a pistas.

Otra máxima importante del Holding aragonés de nieve es su compromiso con la reducción de la huella de carbono. Aramón fue el primero en implantar la recogida selectiva de residuos y en apostar por la eliminación del plástico; pero también invierte en innovación para

la producción de nieve para una mayor eficiencia con menor consumo energético. También se preocupan del medioambiente con el cuidado de los 5000 árboles plantados en Formigal o el apoyo a los ganaderos que pastan en estas montañas como parte del ciclo natural. Prueba de ello es que el grupo ha utilizado 10,5 toneladas de semilla autóctona en su proceso de hidrosiembra para regenerar el manto vegetal.

Además del cuidado del medioambiente y el entorno natural, Aramón quiere cuidar a sus clientes y para ello ofrece un paquete de experiencias únicas como son la experiencia de dormir bajo las estrellas a más de 1800 metros de altitud en Las Mugas, disfrutar de los extraordinarios atardeceres que ofrece el Skyline de Cerler rodeados de picos de más de 3.000 m, deslizarse en trineo por una pista iluminada en el Tobogganing de Formigal y por supuesto degustar su magnífica restauración y cerrar la jornada de nieve con el mejor après-ski y buena música.

**ESQUÍ & RELAX
PANTICOSA**

Hoteles con encanto, gastronomía, aguas termales, relax, paisajes idílicos, esquí nórdico, esquí alpino en ARAMÓN Formigal - Panticosa y mucho más...

Un mundo de sensaciones únicas a 1.630m. de altitud.

**balneario
de
panticosa**
desde 1834

**safe tourism
certified**

ALOJAMIENTO SEGURO

RESTAURANTE SEGURO



Ciudad Rodrigo programa un Carnaval del Toro por todo lo alto

Alberto Madrid

La localidad salmantina de Ciudad Rodrigo acogerá este próximo año un Carnaval del Toro de máximo relumbrón. Así al menos lo está diseñando el ayuntamiento de Ciudad Rodrigo tal y como informa Javier Lorenzo en La Gaceta acogerá este próximo año un Carnaval del Toro de máximo nivel. Para el próximo febrero el carnaval del Toro contará con figurones del torero junto a toreros de la tierra y la presencia de un novillero junto con la plaza asegurada para el triunfador del traidicional Bolsín Taurino Mirobrigense. 3 festivales de máximo interés para dar comienzo a la temporada 2022 taurina en España. Los carteles en un principio esta-



rían compuestos por: Sábado 26 de febrero: Domingo López Chaves que actuará junto a José María Manzanares y Cayetano Rivera, que hará su presentación en

Ciudad Rodrigo. Se lidiará un encierro de Domingo Hernández en el primero de los tres festivales del Carnaval del Toro. Las dos jornadas siguientes acogerán las novilladas

previstas, una de ellas compuesta por los triunfadores del Bolsín.

El martes de carnaval 1 de marzo será Julián López "El Juli", junto a Miguel Ángel Perera y Pedro Gutiérrez "El Capea". Los novillos pertenecerán a Pedro Gutiérrez Moya "El Niño de la Capea", que también debutará como ganadero en este escenario.

Por último, se celebrará un tercer festival el miércoles 2 de marzo que contará con el debut de Pablo Aguado junto a Alejandro Marcos y Ginés Marín.

Además, si la pandemia lo permite, el Carnaval del Toro 2022 recuperará los "cenizos", con una completa programación taurina en la calle y en la plaza durante todo el día.



Fallece el gran icono de la plaza de Las Ventas y pintor taurino César Palacios

El pasado Domingo día 28 de noviembre nos dejó el famoso pintor taurino y maravillosa persona César Palacios a sus 84 años tras una larga enfermedad. Una figura de la pintura taurina, con una extensísima trayectoria totalmente ligada a la Plaza de Toros de Las Ventas. Acomodador, portero, arenero, y sobre todo apasionado al



mundo de los toros. César tenía un orgullo y esa era hacer cada tarde el paseíllo de la primera plaza del mundo "Las Ventas de Madrid", sintiéndose torero con su rastrillo al hombro.

El pasado día 2 de mayo en la fiesta de la Comunidad de Madrid, se le rindió merecido homenaje en vida descubriendo un azulejo en el Patio de Caballos en reconocimiento a su figura en la Monumental de Las Ventas en las últimas décadas, lugar al que dedicó toda su vida. El propio César indicaba: "mi paleta ha sido la plaza de toros de Las Ventas". "He salido por la puerta grande. Me siento muy feliz. Es una maravilla y el honor más grande que he podido recibir en vida. Vamos, que me ofrecen a cambio un 'mercedes' y no lo quiero". Palabras de agradecimiento del gran César al recibir el homenaje y reconocimiento en su plaza. Descanse en paz esta gran figura para la posteridad del mundo de los toros.

A. M.

Curro Romero "Maestro del Tiempo"

El maestro Curro Romero estrenó el pasado 1 de diciembre en La Cartuja Center Cite de Sevilla con la máxima expectación y con un lleno absoluto su película documental "Maestro del Tiempo" coincidiendo con sus 88 años.

El acto tuvo diferentes intervenciones de artistas como Los del Río o Marina Heredia, así como las propias declaraciones de los productores de la película que pusieron el acento en la genialidad del maestro Curro en todos los aspectos de su vida dentro y fuera de la plaza. El acto se convirtió en una explosión de emoción y de genialidad. El entusiasmo entre los asistentes fue el denominador común y el mastro Curro volvió a encandilar con su genialidad.

Al término de la emisión de la película el público recompensó con un largo aplauso que se extendió durante más de cinco minutos, mientras se sucedían los olés al maestro con todo el público en pie. La gran ovación acompañó a Curro Romero al escenario, a donde subió acompañado de los productores de la película Alberto García Reyes y Pedro Chicote, que animaron a subirse con ellos al nutrido grupo de toreros y artistas flamencos que asistió a la proyección. Todos ellos le cantaron cumpleaños feliz al diestro de Camas. Y, como no podía ser de otra manera, se entonó ese «Curro Romero tú eres la esencia de los toreros».

En el acto se aglutinaron

personajes políticos y empresarios, profesionales relevantes de otros sectores y gente del mundo del arte y, por su puesto, toreros, todo un ejemplo de que la Fiesta sigue aglutinando a todas las capas de la sociedad y no entiende de política. La

proyección de 'Curro Romero. Maestro del Tiempo' se convirtió en una celebración del torero y de la tauromaquia como una de las bellas artes.

El diestro de Camas, como se narra en este documental coproducido por Womack

Studios y Canal Sur, tenía el arte supremo de la fiesta, «el poder de parar el tiempo», lo que demostró muchas tardes pero especialmente el 19 de mayo de 1966 en la famosa corrida de Urquijo, de la que se ofrecen imágenes inéditas en el documental.

Como señala en la narración del documental Juan Echanove, el Faraón cortó ocho orejas en la Real Maestranza de Sevilla, un hito nunca igualado y que «fundó una religión: el currismo». «Eso pasa con todos los genios: coge un camino que es totalmente nuevo y que suyo», sentencia en el film el adjunto al director de ABC de Sevilla, Alberto García Reyes. Por el carácter de mito de la tauromaquia, por «esa magia y misterio del buen torero», como señala Joaquín Sabina en la película, el Cartuja Center Cite colgó el cartel de no hay billetes acompañando al maestro Curro que fue acompañado de su mujer y como buen caballero dejó unos detalles llenos de emoción y amor hacia su familia y mujer Carmen Tello.

Como indicó en el acto el periodista José María García evocando al mítico cantaor Manuel Torre, se pueden tener conocimientos en cualquier disciplina, pero si no se tiene duende, es decir, arte, difícilmente se puede triunfar. «Curro además de Faraón es el monarca del duende como en sus tiempos dorados lo fueron Belmonte o Cagancho», añadió. Hablar de arte en el toreo es hablar de Curro Romero.



El Faraón de Camas, a sus 88 años, ha estrenado su película documental "Maestro del Tiempo" acompañado de un nutrido grupo de toreros y artistas flamencos que asistieron a la proyección.





La misma duda de todos los años, ¿Cómo acertar con el regalo?

Que sea original, útil, único, que lo recuerde, que le haga ilusión y si puede encajar en el presupuesto, mucho mejor.

Las fiestas se acercan rápidamente y probablemente ya estés pensando en los distintos preparativos. La Navidad es una celebración muy entrañable que a veces, se prepara con semanas, incluso meses de antelación. Durante estas fiestas quieres complacer a tus seres queridos pero cada vez es más difícil encontrar el regalo perfecto, porque claro ¡no vale repetir!

¿Una corbata?, Ya tiene muchas y ahora que teletrabaja ya no las necesita. ¿Un bolso?, ya tiene dos para cada semana del año, ¿quizá una suscripción al gimnasio?, nunca irá siempre tiene alguna excusa y así un largo etcétera.

Sin lugar a dudas, con lo ajetreadas que son nuestras vidas, un paréntesis en forma de bienestar y relajación puede dar en la diana. En el mercado encontrarás infinidad de ofertas, pero sin lugar a duda el plan que te propone Zen Mi Yu te hará quedar con un auténtico Rey Mago.

Una sesión de masaje como regalo



de Navidad es ideal, no solo porque es un regalo original y distinto sino porque lo que lo que está regalando es un momento de desconexión, un momento personal donde el afortunado solo tendrá que preocuparse de sentirse bien y dejarse mimar. Es una bonita forma de mostrar un agradecimiento especial a esas personas que, durante todo el año pero sobretodo en la temporada festiva,

han trabajado duro para que todo salga bien. Esas personas que hicieron malabares con su agenda, cocinaron y decoraron la casa alternando su día a día con las compras extra, las actividades de los niños, el trabajo. Sean hombres o mujeres, agradecerán infinitamente unos minutos de paz, mejor aún mientras unas manos realizan una profunda coreografía de pulgares sobre la planta de sus pies.

¿Qué puede haber mejor que un masaje realizado por un equipo de profesionales que se encargue especialmente de relajarte, de acogerle, de disipar sus tensiones y preocupaciones? Además, apoyas una economía local, porque los masajistas suelen ser independientes y viven duramente de su trabajo, sobre todo en esta época concreta.

Beneficios del masaje

Son multitud de beneficios lo que nos aporta un masaje entre ellos cabe destacar, la reducción del estrés, un gran aumento de nuestra relajación, un alivio casi inmediato de afecciones dolorosas, la necesaria reducción de la tensión muscular, una gran mejora de la circulación del riego sanguíneo y la frecuencia cardíaca, optimización de la función inmunológica y sobre todo, muchísimo bienestar.

Además, para el planeta también es un bonito gesto al ofrecer un regalo de casi “cero residuos” porque hoy, cualquier gesto cuenta.

Como última recomendación, como te decíamos al inicio del artículo, también es importante mirar por nuestra economía por eso en Zen Mi Yu han pensado en tu bolsillo proponiendo fantásticos planes disponibles a la venta hasta el 5 de enero, convirtiendo los bonos en experiencias individuales, presentadas cada una en una cajita monísima no nominativa perfecta para regalar. Si tienes varias personas a las que hacer felices (incluido tú mism@), ¡es la oportunidad ideal!

Regala una experiencia única

Ofertas de Navidad

Sweet Christmas: Experiencia 120 min Incluye masaje Balinés 90 minutos 70€	Happy Christmas: Experiencia 90 min Incluye masaje Fusión 60 minutos 55€	Zen Christmas: Experiencia 60 min Incluye masaje Zen 30 minutos 35€
--	--	---

Información y reservas:
www.ZenMiYu.com · 722 246 113

ESTE ES EL TÍTULO QUE TU TRABAJO SE MERECE



Inscríbete en el Procedimiento de Reconocimiento de las Competencias Profesionales adquiridas por experiencia laboral.



Si cumples los requisitos, un asesor te preparará para el proceso de evaluación.



Un equipo de expertos evaluará tus competencias profesionales.



Recibirás tu acreditación profesional si superas el proceso de evaluación.

INFÓRMATE



012

Escanea el código QR o llama al 012 y consulta toda la información.
EVALUACIÓN Y ACREDITACIÓN DE LAS COMPETENCIAS PROFESIONALES



**Comunidad
de Madrid**