

# La revista de **valdemoro**.com



NÚMERO 21

ABRIL 2017

EJEMPLAR GRATUITO



## Miguel de los Santos

ENTREVISTA



BicideValde, club de bicicleta de montaña • Asociación Española Contra el Cáncer en Valdemoro  
Reportaje: Consejo para la salud dental de los más pequeños • Además: Comercio, moda, noticias, eventos...

# Phone House

CHEQUE REGALO

Canjéalo en tu tienda al comprar un teléfono libre, renove, contrato o portabilidad con un accesorio o al activar un ADSL o fibra

\* Válido solo para teléfonos libres de importe superior a 99 € y accesorio del propio teléfono.

# Entrada de Cine

1 entrada de cine GRATIS  
en RESTÓN CINEMA VALDEMORO  
CC. EL RESTÓN



Promoción exclusiva Phone House Valdemoro  
Calle de la Estrella de Elola, 2 - 28341 - Valdemoro- T 912 481 829  
Consulta condiciones en tienda.

**Phone House**  
VALDEMORO



**Phone House Valdemoro** te invita al cine  
Nuevo Franquiado con nuevo personal para un mejor trato y servicio a nuestros clientes

# Phone House

CHEQUE REGALO

Canjéalo en tu tienda solo por realizar un renove, una portabilidad, un ADSL o fibra.

# BonoHotel

2 noches hotel gratis  
en España, Andorra y Portugal



Promoción exclusiva Phone House Valdemoro  
Calle de la Estrella de Elola, 2 - 28341 - Valdemoro- T 912 481 829  
Consulta condiciones en tienda. Caduca el 31 de Diciembre de 2017

**Phone House**  
VALDEMORO

# Reserva **TU CIRCUITO EXPRESS** a un precio único!!!

*Recupera tu línea  
en una semana*

- 2 Cápsulas adelgazantes
- 2 Cavitaciones
- 2 Presoterapia
- 2 Láser Lipolítico
- 2 Masajes con envoltura

**CIRCUITO DE 10 SESIONES**

**95€**



**Galenas**  
HEALTH & BEAUTY

**RESERVA TU CITA**  
☎ 91 228 40 51 / 619 245 976  
✉ toreroruiz@gmail.com



## NOVEDAD

Tratamiento

## S.O.S Skin

Desde la primera sesión

- Rellena arrugas
- Elimina manchas
- Eleva el pómulos

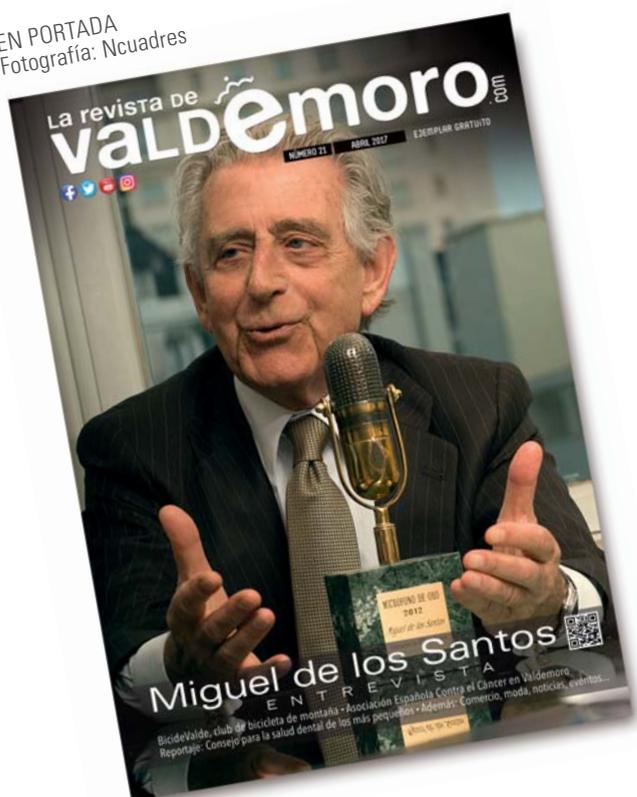
## KRONOX SKIN

CASOS REALES



📍 calle Apolo 20 Local 7 El Restón • 28341 Valdemoro  
Horario: De lunes a viernes de 12.00 a 23.00h y sábados  
(cita previa)

EN PORTADA  
Fotografía: Ncuadres



## Editorial

→ Por José Manuel López, Director

Acabamos de disfrutar de unos días de descanso de las fiestas de Semana Santa y volvemos con el número de abril que, esperamos, os guste.

En cuanto a los contenidos, en estas páginas hemos entrevistado al periodista, locutor y presentador en radio y televisión Miguel de los Santos, nacido en Valdemoro y con una dilatada carrera profesional. También hemos podido contar con BiciveValde, un club local deportivo con gran número de socios que disfrutan por nuestros caminos de su pasión, la bicicleta de montaña. Igualmente hemos conocido a la delegación de la Asociación Española Contra el Cáncer en Valdemoro. Una asociación que puede presumir de ser la más antigua de nuestro municipio. A lo largo del reportaje conoceremos la actividad que desarrollan durante todo el año para informar sobre la prevención de esta enfermedad.

Por otra parte, desde *La revista de Valdemoro* queremos contribuir al apoyo del comercio local valdemoreño por varias razones:

Yo compro en las tiendas de Valdemoro porque gracias a nuestro comercio podemos vivir en una población donde la vida es más agradable, el ambiente más feliz, las calles más seguras y donde la gente se saluda al pasar. El pequeño comercio de toda la vida está regentado por los propios vecinos, gente a la que le importa el lugar donde vive, que conoce a sus clientes, que se preocupa por lo que sucede a su alrededor. También contribuye a humanizar las ciudades y dinamizar la economía local, permitiendo a muchos vecinos ganarse la vida dignamente a la vez que proporcionan un necesario servicio a la comunidad. Cuando gastamos dinero en un comercio local, el beneficio permanece en nuestro entorno, generando más riqueza y bienestar. Podemos encontrar productos de gran calidad a precios razonables, además de contar con el sabio consejo del tendero que acumula años de valiosa experiencia en su sector.

Por todos estos motivos siempre que puedo compro en las tiendas de Valdemoro. Ese es mi hábito diario. ¿Y el vuestro?

## Características técnicas

**Tirada inicial:** 15 000 ejemplares

**Formato:** A4 (210 x 297 mm)  
Impresa a todo color  
en papel estucado brillo

**Revista mensual:** Once números al año

**Cierre de publicidad:** A finales del mes anterior  
a la salida de la publicación

*Distribución gratuita en Valdemoro.* Reparto en el buzón particular de cada domicilio, comercios y Organismos públicos



Consultores, auditores y formadores en la normativa de Protección de Datos de Carácter Personal. Red de ámbito nacional con más de 14 años de experiencia y más de 40.000 clientes.

Adecuación integral y personalizada a la normativa.

**Auditoría previa gratuita y sin compromiso.**

TLF: 91 895 40 52  
C/ LAS VACAS 6, OFICINA 12  
28343 VALDEMORO (MADRID)  
www.audidat.com • delegacion.madridsur@audidat.com  
www.facebook.com/AudidatMadridSur

Empresa, autónomo, profesional, asociación, comunidad de propietarios, club deportivo... Tienes la obligación de cumplir la normativa o puedes ser sancionado.

**Adáptate ya a la nueva normativa Europea de aplicación directa en 2018.**

Somos especialistas, contacta con nosotros.

# Acristalamientos **AVILA** Enmarcaciones

- Carpintería de Aluminio y Pvc
- Cerrajería (rejas, barandillas, puertas...)
- Mosquiteras
- Cristalería (todo tipo de vidrio)
- Herrajes, Complementos y Accesorios para Carpintería
- Mamparas de baño y ducha (cambiamos y reformamos su baño)
- Cuadros y Molduras

Pide presupuesto sin compromiso / Altas prestaciones **91 808 16 81**



Avda. de Andalucía, 32 • 28340 Valdemoro, Madrid

## **MARGA** Costura 15 años en Valdemoro

Arreglos 24 horas

Arreglos de ropa/tintorería/bordados

Limpieza de  
Alfombras y pieles

**servicio a domicilio**

Llama al **609 382 238**



# La revista de Valdemoro

## staff número 21

|                      |   |
|----------------------|---|
| Director             | José Manuel López de Benito   |
| Redacción            | Sergio García Otero   |
| Diseño y maquetación | <i>aboli</i> , diseño gráfico®, S.L.  |
| Fotografía           | Asociación NcuadreS   |
| Colaboradores        | Fernando Martín Pescador  |
| Corrección           | Francisco Vera Baltanás   |
| Imprime              | Grupo Impresa   |
| Depósito Legal       | M-16581-2015  |
| Tirada               | 15 000 ejemplares gratuitos   |
| Diseño web           | Guadalweb   |
| www                  | <a href="http://larevistadevaldemoro.com">larevistadevaldemoro.com</a>  |
| correo               | <a href="mailto:comunicacion@larevistadevaldemoro.com">comunicacion@larevistadevaldemoro.com</a>  |
|                      |  <a href="https://www.facebook.com/larevistadevaldemoro">Facebook.com/larevistadevaldemoro</a> |
|                      |  <a href="https://twitter.com/lrdvaldemoro">Twitter: @lrdvaldemoro</a>                         |
| Publicidad           | <a href="mailto:publicidad@larevistadevaldemoro.com">publicidad@larevistadevaldemoro.com</a>  |
| Distribución         | <a href="mailto:distribucion@larevistadevaldemoro.com">distribucion@larevistadevaldemoro.com</a>  |
| Contacto             | 687 714 422   |

La revista de Valdemoro *no se responsabiliza, necesariamente, de las informaciones y opiniones expresadas por sus colaboradores.*

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

NO ESPERES  
A QUE TE LO CUENTEN...

Llama ahora y contrata: **687 714 422**  
[publicidad@larevistadevaldemoro.com](mailto:publicidad@larevistadevaldemoro.com)

Próximo número en **mayo**:  
cierre publicidad 28 de abril

## sumario

|   |  |    |
|---|--|----|
|    | NOTICIAS   | 07 |
|    | ENTREVISTA PORTADA<br>Miguel de los Santos                     | 14 |
|    | EDUCACIÓN<br>Colegio Nobelis                                   | 22 |
|   | REPORTAJE<br>BicideValde, club de bicicleta de montaña         | 24 |
|  | COMERCIO<br>Instalaciones Mongas                               | 30 |
|  | REPORTAJE<br>Asociación Española Contra el Cáncer en Valdemoro | 32 |
|  | EDUCACIÓN<br>Colegio Hélicon                                   | 36 |
|  | REPORTAJE<br>Consejos para la salud dental de los más pequeños | 38 |
|  | MODA VALDEMORO   | 40 |
|  | TELÉFONOS DE INTERÉS   | 44 |
|  | EVENTOS  | 45 |
|  | DIRECTORIO   | 49 |
|   | ÍNDICE DE ANUNCIANTES  | 50 |

# Celebradas la XXXIII Carrera Popular y la XIII Media Maratón Jesús España

El evento contó, por primera vez, con la participación de deportistas con diversidad funcional

Cerca de un millar de atletas tomaron las calles de Valdemoro el pasado domingo 26 de marzo para disputar la XXXIII Carrera Popular y la XIII Media Maratón Jesús España. Esta nueva edición del evento anual tuvo como novedad la participación de deportistas con diversidad funcional. Las cifras reflejan el éxito del que gozan ambas convocatorias, en las que participaron 330 corredores adultos, 650 infantiles y 11 deportistas con diversidad funcional que demostraron, a pie o sobre *handbikes*, que la discapacidad no es una barrera para practicar deporte. Tres atletas locales y una corredora de origen alemán y residente en Getafe se repartieron los cuatro puestos más altos del podio en las categorías masculina y femenina de la Carrera Popular y Media Maratón Jesús España. De los 330 adultos inscritos en ambas pruebas llegaron a meta en el tiempo establecido un total de 298, de los que 112 terminaron la media y 186 la carrera popular.

El evento también contó con un especial mensaje de apoyo para el pequeño Lucas y su familia, quienes continúan en busca del héroe que se transforme en el donante de médula que el pequeño necesita para superar la leucemia que padece. Tanto las diferentes autoridades presentes como los deportistas se sumaron a la iniciativa de esta familia para concienciar acerca de la importancia de ser solidario con esta causa que es de todos. ✕





Venga a **Clínica Dental Valdemoro** encontrará profesionales encantados de poder dedicar nuestro tiempo a que usted disfrute de una boca sana y mejore su calidad de vida.

**Clínica Dental Valdemoro** Ruíz de Alda, 11 - 1ºA

**918 954 853**

*En Valdemoro desde 1988*

- Ortodoncia • Implantes • Endodoncia
- Estética dental • Blanqueamiento
- Odontología restauradora • Cirugía oral • Prótesis

**Dra. Ana Borrero Pachón**  
Colegiado Nº: 28007780

**máxima**  
motos

[www.maximamotos.com](http://www.maximamotos.com)  
[maximamotos.sc@gmail.com](mailto:maximamotos.sc@gmail.com)

Juan de la Cierva, 4 - nave 5  
Polígono Industrial Rompecubas  
28341 Valdemoro, Madrid  
Salida 29 A4  
t.91 875 38 00 · m.636 365 884

## TALLER DE REPARACIÓN MULTIMARCA

**Revisiones:**

- Suspensiones
- Filtros
- Aceite
- Luces
- Transmisión (correa, cadena, cardan...)
- Frenos, Niveles...



Revisión de tu moto **SCOOTER** desde **53** euros.



Revisión de tu moto **CUSTOM** desde **72** euros.



Revisión de tu moto de **CAMPO** desde **53** euros.



Revisión de tu moto **DEPORTIVA** desde **72** euros.



Revisión de tu **QUAD** desde **69** euros.



# Pilates consciente: equilibrio y consciencia en cuerpo y mente

La exclusiva técnica trabaja los conceptos de pilates suelo, incorporando técnicas de respiración diafragmática y relajación y terapia corporal

De la mano del centro de salud y bienestar Vidasana llega hasta nosotros la innovadora técnica de pilates consciente, basada en años de experiencia de incorporar diferentes técnicas corporales al tradicional sistema de entrenamiento físico y mental del método pilates.

Pilates consciente dota de especial importancia a la respiración. Durante toda la clase se procura que, además de la respiración asociada al método de pilates, las personas aprendan a respirar correctamente con su diafragma, aliviando tensiones, estrés y sensaciones de cansancio y fatiga, consecuencias del bloqueo del mismo.

Con la terapia corporal, ayudamos al cuerpo a liberar sensaciones, relajando sus cadenas musculares, trabajando estiramientos y practicando técnicas de relajación. Los ejercicios se adaptan al estado físico de cada persona, eliminando los sobreesfuerzos que, a menudo, provocan que la persona abandone la práctica del pilates.



Por todo ello, esta técnica es muy recomendable para quienes, además de practicar pilates, quieren darle a su cuerpo y a su mente las armas necesarias para alcanzar un equilibrio y tomar consciencia de su cuerpo, escuchándolo y prestándole la atención debida.

Recuerda que esta técnica la encontrarás de forma exclusiva en el centro de salud y bienestar Vidasana, ubicado en la calle Cristo de la Salud 10. Para más información puedes ponerte en contacto en el teléfono 918 080 362, el correo [vidasanasaludybienestar@gmail.com](mailto:vidasanasaludybienestar@gmail.com) o la página web [www.vidasanasaludybienestar.com](http://www.vidasanasaludybienestar.com).



**VIDASANA**  
CENTRO DE SALUD Y BIENESTAR

Se realizan  
**Estudios Nutricionales**  
y Talleres de  
**Limpieza Facial gratuita,**  
llámanos y te informaremos

RESERVA TU PLAZA  
**918 080 362**

SEGUNDA ACTIVIDAD 10% DE DESCUENTO

## No esperes más para cuidarte

★ Pilates suelo

★ Pilates consciente

★ Pilates máquina

★ Pilates niño

☾ Yoga

☾ Yoga embarazada

★ Hipopresivos

✿ Nutrición

★ Micropigmentación

## Una nueva forma de aprender

"Ven a nuestras jornadas de puertas abiertas los días: 1 y 22 de abril"  
Visitas a las 11:00, 12:00 y 13:00 h.

Atención personalizada al alumno

### BACHILLERATO

Ofrecemos una educación de gran calidad apoyada por grandes descuentos

### IDIOMAS

Proyecto propio de inglés desde los 2 años. Apostamos también por el alemán

### NUEVAS @ TECNOLOGÍAS

Trabajamos con tablets, pizarras digitales e IPAD's

### DEPORTE Y SALUD

Creemos en los valores que aportan y apostamos por la natación, pádel, ...

### PROGRAMA NOBELÍZATE

Busca el desarrollo del alumno desde el conocimiento de varias áreas

### EDUCACIÓN

Desde 0 a 18 años

Ciclos Formativos:

- TAFAD
- Cocina y Gastronomía
- E.S.O. a distancia

Educación de 0 a 18 años

### CREATIVIDAD

Le damos especial importancia a la creatividad y al desarrollo emocional del alumno

### EXTRAESCOLARES

Amplia oferta de actividades extraescolares al mediodía y por la tarde

# Jornada Lúdica de ExpoEducativa en el Complejo Deportivo Río Manzanares



flautas de pan, organizado por la Escuela Municipal de Música y Danza (EMMD); de sales aromáticas, cortesía de la EI Los Brezos; y pintacaras, con el AMPA del CEIP Pedro López de Lerena. Las iniciativas de la asociación Las Secuoyas incluyeron paracaídas y juego con pelotas; fútbol sala bajo la supervisión de la Asociación Deportiva Ívero y, por último, las cuidadoras auxiliares del Ayuntamiento propondrán un taller de

Como cada año, ExpoEducativa se complementó con una jornada de ocio y diversión en la que colaboraron ampas y asociaciones. Este año se celebró el 25 de marzo, en el Complejo Deportivo Río Manzanares. Se trató de una muestra de propuestas extraescolares interactivas en las que hubo juegos, talleres, actuaciones, bailes... y que estuvieron amenizadas con música.

Hubo talleres de robótica, inglés, guitarra y marionetas con goma EVA, a cargo del AMPA del CEIP Fuente de la Villa; de chapas, con el AMPA del CEIP Nuestra Señora del Rosario; de estampación de pañuelos, promovido por el AMPA del CEIP Fray Pedro de Aguado; de

manualidades donde elaboraron sujetanotas, dragón-pinza, dibujos con botella o la mismísima puerta del Ratoncito Pérez. Entretanto, en el escenario, se sucedió la animación con los juegos musicales de las cuidadoras, la actuación del coro del CEIP Vicente Aleixandre y la clase abierta de zumba que impartió la EMMD.

ExpoEducativa es una iniciativa anual que ofrece a los centros escolares una ventana de exhibición a padres e hijos. Su objetivo principal es el de brindar la oportunidad de analizar con detenimiento, antes del proceso de escolarización, la oferta educativa local para poder elegir la que resulte más adecuada para cada niño y niña, en función de sus intereses y necesidades. X



*Nuestro reto, tu bienestar*  
**OrthoSports**

## TU ORTOPEDIA EN VALDEMORO

SERVIMOS SIN RECARGO A DOMICILIO

*Ven a conocernos*

**PRODUCTOS ORTOPÉDICOS • AYUDAS TÉCNICAS**  
**PLANTILLAS A MEDIDA • OZONIZADOR DOMICILIARIO**  
**PARAFINA • REHABILITACIÓN**

**PRESUPUESTO SIN COMPROMISO**





**VENTA Y ALQUILER: CAMA ARTICULADA • ANDADORES • SILLA DE RUEDAS • GRÚAS • MULETAS**

Atendido por **PERSONAL ESPECIALIZADO**

C/General Dabán, 3 • Valdemoro

Telf. **91 808 49 82**  
**Atención 24h**

# FILTROS

DISTRIBUCIÓN DE FILTROS

# ANCORA

## LA TIENDA DE RECAMBIOS PARA TU VEHÍCULO

aceites | filtros | baterías | frenos | amortiguadores | accesorios | mecánica | electricidad | inyección | recambios originales



Avda. de Madrid, 18-20 Nave 7 • Polígono Industrial Albresa-Ctra. A4 Km.24 • 28340 Valdemoro, Madrid • telf.: 918 019 515 • filtrosancora@yahoo.es  
 Horario: De lunes a viernes de 9.00 a 14.00h y de 16.00 a 20.00h / Sábados de 9.00 a 13.00h

## Destacable participación valdemoreña en el Campeonato de España Juvenil



Más que destacable fue la participación de los atletas pertenecientes al Club Amigos del Atletismo Go Fit! de Valdemoro en el Campeonato de España Juvenil celebrado los días 10, 11 y 12 de marzo.

Esther Navero Cerezo consiguió pasar a semifinales del 200 con una marca de 25"66, gran registro en unas eliminatorias de un nivel muy elevado. Por su parte, Alejandro Berbel se proclamó subcampeón de España juvenil de salto con pértiga, mejorando en tres ocasiones su mejor marca personal (4,46 - 4,52 - 4,57 y 4,62). Este logro es algo inédito para el club valdemoreño y nuestra localidad ya que, por primera vez, un atleta ajeno al medio fondo o al fondo ha conseguido una medalla.

Alejandro, un chaval inquieto que hace cuatro años se incorporó a la escuela porque quería aprender a lanzar jabalina y posteriormente

se adentraría en las pruebas combinadas, ha terminado por cosechar una segunda plaza en todo un Campeonato de España.

### Campeonato de España de Veteranos en pista cubierta

Sensacional fin de semana para nuestros atletas más longevos, que se dieron cita en la pista madrileña de Gallur, para participar en el campeonato de su categoría. Cabe destacar la actuación del doble medallista de plata, Jose Antonio Martínez Cobos, que consiguió el segundo lugar en las pruebas de 800 y 1500 metros en categoría M50. En la de 800 metros M50, le acompañó Manuel de la Peña Pámpanas, que alcanzó el cuarto puesto.

Valdemoro también tuvo representación femenina de la mano de tres velocistas. Los siete atletas locales que participaron en el campeonato nacional lucieron con orgullo los colores del club y el nombre de Valdemoro. Enhorabuena a todos ellos. ✕

**TU ALIADO EN EL JARDÍN**

**OFERTAS DE PRIMAVERA.** La gama más amplia de batería al mejor precio.

**STIHL**

**FERRETERIA GUTIERREZ**  
**todo para su hogar**

ferr**O**key

# Centro Médico Integral

## Beatriz Ayllón

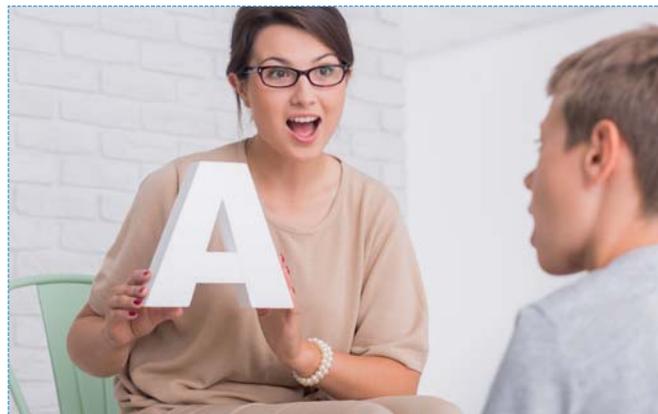
### ¿Qué es y para qué sirve la logopedia?

La logopedia consiste en un conjunto de métodos que se ocupan de la prevención, evaluación, diagnóstico y tratamiento de los trastornos del habla y la comunicación. Las dificultades más comunes se presentan en errores de articulación de las palabras, ritmo y voz. El logopeda es el encargado de realizar una exploración diagnóstica para dar respuesta a los trastornos detectados utilizando el mejor método para poder rehabilitarlos.

### ¿Cuándo es el mejor momento para recurrir a los servicios de un logopeda?

Desde el momento en el que se detecte en el ámbito familiar un signo de alerta, como hablar poco, la manera de pronunciar las palabras, un habla nula a la edad de 2 años, no comprender órdenes sencillas, poca fluidez verbal a los 3 años, cuando a partir de los 5 años se usan aún frases muy sencillas... Si se constatan estas manifestaciones, es conveniente acudir al logopeda para que mediante una evaluación se pueda ofrecer a la familia un diagnóstico claro y en ese momento iniciar las sesiones de intervención, si procede.

En el Centro Beatriz Ayllón varios profesionales trabajan de manera interdisciplinar (médicos, psicólogos, pedagogos y logopedas).



Esto conlleva una gran ventaja, ya que acoge todas las dimensiones educativas del menor; por lo que puedes encontrar estos y muchos más servicios para su salud y bienestar.

Si consideras que tu hijo necesita ayuda, no dudes en consultar a un logopeda. Casi siempre los problemas tienen solución si se detectan a una edad temprana. ✕

Para más información, puedes contactar con el Centro Médico Integral Beatriz Ayllón en los teléfonos 911 261 024 y 637 857 384.

CENTRO MÉDICO INTEGRAL  
BEATRIZ AYLLÓN

Paseo de los Hoteles nº 2. Junto a la  
Pza de la Piña. 28341 Valdemoro (Madrid)

911 261 024 - 637 857 384

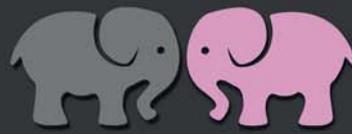
cmedicointegral.com

Neurofeedback  
para niños TDAH

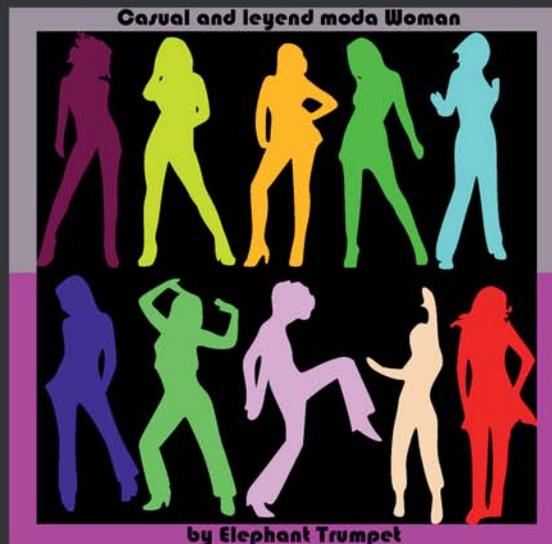
Tratamiento para el  
dolor con  
Medicina China

Fisioterapia desde 16 €

# Descubre la nueva marca de moda casual



## By Elephant Trumpet



Entra ahora y descubre toda la moda  
que tenemos para tí en nuestra web.

Aprovecha ahora **20%** de descuento  
Secciones Casual, Premium, Legend y Sport



Más info en nuestro blog  
[holasoybet.wordpress.com](http://holasoybet.wordpress.com)



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



ENTREVISTA

# Miguel de los Santos

Texto\_Fernando Martín Pescador · Fotografía\_Ncudres

## PARTE 1. CINEMA PARADISO

En 1988, el director de cine italiano Giuseppe Tornatore nos regaló la película *Cinema Paradiso*. El largometraje contaba la historia de Salvatore, un prestigioso director de cine que se había criado en un pueblecito de Sicilia. Allí, había desarrollado su amor por el cine gracias a Alfredo, el proyccionista de películas del pueblo. Al inicio de la película, el protagonista recibe la noticia de que Alfredo ha muerto y, después de muchos años, decide volver a su pueblo para el funeral. Desde ese momento, toda la vida de Salvatore aparece ante nuestros ojos como en una serie de *flashbacks*.

En 1987, el mismo año en el que comienza la acción de *Cinema Paradiso* tras la muerte de Alfredo, el alcalde de Valdemoro José Huete invitó a Miguel de los Santos a leer el pregón de las fiestas patronales. En ese momento, Salvatore y Miguel tendrían más o menos la misma edad y habrían tenido una infancia muy similar: un pueblo pequeño de posguerra con niños llevando los mismos pantalones cortos y persiguiendo un balón de fútbol por las calles. Me pregunto si, al volver a pisar las calles de Valdemoro, Miguel de los Santos vio pasar su infancia ante sus ojos como lo hizo Salvatore al retornar a su pueblo en Sicilia.

Han pasado otras tres décadas. Miguel de los Santos tiene hoy ochenta años. Nació en Valdemoro en 1936. Me recibe en su amplio despacho de Gran Vía, en Madrid. No cabe duda de que es un hombre ocupado, pero me dedica su tiempo con generosidad. Viste y habla con una elegancia natural hipnótica. Afable. Sus gestos fa-

ciales reflejan una expresividad que me transportan a tiempos que, subconscientemente, asocio con tiempos mejores. A tiempos en los que Víctor Mature o el mismísimo Robert Mitchum lo decían todo con tan solo levantar ligeramente una ceja.

Hasta que inauguraron el hospital Infanta Elena en el año 2008, había muy pocos valdemoreños que pudieran decir que habían nacido en Valdemoro.

Nací en plena Guerra Civil. Valdemoro era entonces un pueblecito muy acogedor. Muy íntimo. Tendría alrededor de tres mil habitantes. Era como una gran familia donde nos conocíamos todos y guardo recuerdos muy agradables de mi infancia. Mi padre era de Valdemoro. El padre de mi padre era canario, pero mi abuela paterna, que se quedó viuda muy joven, era también de Valdemoro.

Tengo entendido que a tu padre le gustaba mucho el cine.

A mi padre siempre le gustó mucho el tema del cine. Fue un pionero. Él empezó a organizar proyecciones cuando el cine era todavía mudo. Se asoció con Julián Humanes y pusieron en Valdemoro el primer cine, digamos, sonoro, con dos sesiones los fines de semana, sábado y domingo. Venían a las distribuidoras de Madrid y alquilaban películas en paquetes, en lotes, que decían ellos. Para conseguir una película que acababa de estrenarse, tenías que llevarte otras cinco de dos o tres años de antigüedad. Luego mi padre se independizó y montó por su cuenta el cine Alarcón. Se



hizo con un local donde está ahora el centro cultural Juan Prado y montó el primer cine. Al mismo tiempo, mi padre se hizo con algunos cines más por la comarca. Tenía el cine en Dosbarrios, en La Guardia, en Parla, me parece... en tres o cuatro pueblos. Creo que incluso el cine de Ciempozuelos. Pero, con la Guerra Civil, todo se complicó y se quedó solo con el de Valdemoro.

Al mismo tiempo, mi padre, antes de terminar la guerra, había ganado las oposiciones como secretario de administración local en un ayuntamiento de segunda. Los ayuntamientos, entonces, me explicaba mi padre, estaban clasificados en primera, segunda y tercera. Los de primera, eran las capitales de provincia. Los de segunda eran pueblos importantes y los de tercera, pueblos como Valdemoro. Mi padre ganó las oposiciones a un ayuntamiento de segunda y le dieron como destino Pozuelo de Alarcón. Pero, como mi abuela paterna estaba tan arraigada a su madre, se había quedado viuda y tenía dos niños mucho más jóvenes que mi padre, le convenció, estando ya casado y con tres hijos –mi hermana pequeña aún no había nacido–, de solicitar un ayuntamiento de tercera categoría para quedarse en Valdemoro y ayudarle, así, con sus hermanos pequeños.

Eso cambió mucho la vida de mi padre. Por aquel entonces, la familia de los Reyzábal, que tenían el cine de la Prensa, el Windsor, el Roxy A y el Roxy B, le ofreció a mi padre asociarse con ellos para ampliar esa cadena de espectáculos. Desde Pozuelo, esa asociación habría sido posible pero, en esos años, Valdemoro estaba lejísimos de Madrid. Recuerdo que mi tío Pepe tenía un coche particular y, en Valdemoro, posiblemente, entonces habría tres o cuatro

coches particulares. La gente iba en bicicleta o, si venía a Madrid, venía en coche de línea.

¿Cuáles son tus primeros recuerdos de tu infancia en Valdemoro?

Me acuerdo de que vivíamos en la casa de mis abuelos, una casa de campo, de pueblo, con mulas y caballos. Tenía una bodega que no se utilizaba para nada, con unas tinajas gigantescas. Había un patio de piedra con una fuente y con salida a dos calles. A la calle Luis Miralles, y la puerta principal daba a donde estaba el convento de las Clarisas. Creo que esa casa facilitó que yo tuviera más amigos. Porque era un buen punto de encuentro para que los críos jugáramos. Recuerdo a algunos de mis amigos: Alfredo Humanes, Juan Rey, Pedro del Olmo, Juan Prado y Quique Macías, que era el hijo del practicante de Valdemoro. Todos venían a mi casa a jugar con frecuencia porque tenía patios, tenía cuadras, un corral gigantesco, una cueva donde se criaban champiñones y había mucho espacio para jugar.

También fuiste al colegio en Valdemoro.

La mayor parte de mi generación aprendimos a leer en el convento de las hermanas de la Caridad. Era una especie de parvulario donde comenzaban sus estudios los críos que nacían en el pueblo. De ahí, los que íbamos a estudiar bachillerato nos poníamos en manos de don Primitivo Moreno para estudiar, normalmente, hasta quinto curso. Comencé el bachillerato a los diez años aproximadamente y estuve allí hasta los catorce o quince. A partir de sexto,



**VALDESALUD**  
SALUD BELLEZA BIENESTAR

**Clases colectivas**

- Yoga
- Pilates
- Triple Body

**Otros servicios**

- Coaching
- ElectroMioestimulación
- Laserpuntura
- Logopedia
- Masajista
- Nutrición y dietética
- Osteopatía
- Quiromasajista
- Podología

**CLASES desde 18 euros/mes**

**PRUEBA UNA CLASE SIN COMPROMISO**

Grupos reducidos  
Atención personalizada

calle San Isidro, 7 • Valdemoro  
tel.: 91 248 34 33 679 213 407

[info@centrovaldesalud.com](mailto:info@centrovaldesalud.com) • [www.centrovaldesalud.com](http://www.centrovaldesalud.com)



era más complicado porque a don Primitivo ya se le iban de las manos determinadas materias y yo me vine a Madrid, a casa de mi abuela Carmen, y allí completé mi bachillerato. Vivía por la calle Sainz de Baranda, al lado del cine Sainz de Baranda. Muy cerquita, en la calle Ibiza, vivía Plácido Domingo y en la calle Narváez, muy cerquita de nosotros, en lo que se llamaba la casa grande, donde estuvo situado muchos años el diario Pueblo, que era el diario de la tarde, vivía José Luis Garcí. Había también una academia muy cerca, donde estudiaba mi hermana Conchita, la mayor. Tuvo de compañera a Blanca Álvarez, una pionera de los medios, la primera locutora que tuvo Televisión Española.

**En Madrid, empezaste una nueva vida. ¿Mantuviste tus contactos en Valdemoro?**

A partir de los quince años me desvinculé parcialmente de Valdemoro. Durante la semana, vivía en Madrid pero todavía bajaba a pasar los fines de semana en Valdemoro con mis padres. Pero, de mi primera etapa, siempre he mantenido algunos vínculos. El último que se nos ha ido es Juan Torrejón, que fue el aparejador oficial del Ayuntamiento de Valdemoro durante muchos años. Juan Torrejón hacía la línea media del equipo de fútbol conmigo. En aquella época, los equipos de fútbol eran tres defensas, dos medios, uno de ataque y uno defensivo, y cinco delanteros. Yo era el medio de ataque. Juan, el defensivo. Los números marcaban específicamente la posición en la que jugabas. Yo era el número 4 y él, el número 6. Teníamos dos porteros, Quique Macías y Paco Granados. Paco Granados, el padre de Francisco Granados, era muy sobrio y sabía colocarse muy bien bajo los palos. Quique Macías era más informal, menos convencional, pero, en mi opinión, mejor portero.

También conocía bien a la madre de Francisco Granados, Maisi, que todavía vive, y que, en las obras de teatro de aficionados que

representábamos, era normalmente mi pareja. Hacía de pareja con ella o con Encarnita Alguacil. Nos dirigía Encarnación Pimentel, una señora mayor que había sido actriz y que, cada equis tiempo, nos enseñaba obras de teatro, generalmente de los hermanos Quintero, de Manuel Paso y de autores de aquella época.

Cuando me eché novia, la mujer con la que sigo casado, fui con ella algún año a las fiestas patronales de mayo y a las de septiembre. Mi mujer era muy de Madrid, muy de ciudad, no conocía las fiestas de los pueblos y le encantaba ir a ver aquello. Antes de conocerla, íbamos a las fiestas de Valdemoro en pandilla con algunos amigos de Madrid, como José Luis Uribarri, Mariano de la Banda...

**Poco después de llegar a Madrid, tuviste un accidente un tanto aparatoso, que te tuvo mucho tiempo en reposo.**

Recuerdo que, en aquellos años, creó cierta conmoción entre la gente del pueblo. Los chicos hacíamos mucho deporte. Jugábamos al fútbol. Hacíamos carreras. Mucha bicicleta. Yo recuerdo hacer hasta salto de pértiga. A mí todo eso se me cortó porque estuve nueve meses escayolado en cama. Como digo, causó conmoción en el pueblo, pues yo era un chico joven muy deportista.

Estando en Madrid, como a mí me gustaba mucho jugar al fútbol, hice las pruebas para un equipo que había en el barrio de Salamanca. Jugamos una especie de liguilla que había entonces por barrios. Jugamos la final contra el equipo de los muchachos del Calasancio, que tenían fama de ser los mejores. Ganamos la final. La ganamos milagrosamente 3-2. Yo apenas marcaba goles porque jugaba de medio centro pero, aquel día, marqué el gol de la victoria. Salimos eufóricos y nos fuimos a ver un programa doble al cine Alcalá. Ponían *Pandora y el holandés errante* y, después, *Mujercitas*. A la salida, tenía que coger un tranvía que bajaba por las calles Torrijos (creo que ahora es Príncipe de Vergara) y Narváez hasta

#HeliconMola  
#SomosHelicon

# colegio hélicon

## ENTUSIASMAR

# 22

## ABRIL

### JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS

Pases a las 11:00h. y 12:30 h



De 0 a 18 años

COLEGIO CONCERTADO  
Comunidad de Madrid



**AHORA MÁS PLAZAS EN LA ESO**

**100 plazas** en 3 años

Inglés Cambridge, Natación

Un iPad por alumno en la ESO

Bachillerato de Artes

Antes de elegir cole, mira como somos

## colegio hélicon

ESCUELA INFANTIL · INFANTIL · PRIMARIA · SECUNDARIA · BACHILLERATOS · BACHILLERATO DE ARTES  
TRES EDIFICIOS DOCENTES · GRANDES AULAS · LABORATORIOS Y TALLERES · CENTRO DEPORTIVO · PISCINA SEMIOLÍMPICA · SALA DE TEATRO  
CANCHAS EXTERIORES · PATIOS CUBIERTOS · JARDINES · HUERTO · TRES COMEDORES · COCINA PROPIA · ENFERMERÍA · GALERÍA DE ARTE



91 875 22 32  
www.colegiohelicon.org

Somos hélicon | la casita | hélicon | BES | EON  
MARÍA CURIE, 19. 28342 VALDEMORO (MADRID)



Y ahora,  
elige cole...

# h



Sainz de Baranda. Eran aquellos tranvías de jardinera que no llevaban puertas. Yo tenía fama de ser muy veloz corriendo. Los tranvías bajaban esa calle a toda velocidad y yo era el único esperando en la parada. Dos amigos, que habían ido hasta allí tan solo para acompañarme, me dijeron: «Espera, no cojas el tranvía». Dejé que arrancara el tranvía y me retaron a que corriera hasta alcanzarlo y me subiera en marcha. «Dos pesetas si lo pillas», me dijeron. Salí corriendo a toda velocidad, me enganché a las barras, resbalé, me quedé colgando con una mano y el tranvía me llevó arrastrando durante unos cien metros. Según parece, la culpa la tuvieron unas herraduritas metálicas pequeñas que nuestros padres nos ponían por entonces en los zapatos, tanto en la puntera como en el tacón, para que nos duraran más. La gente gritó. Paró el tranvía. Me querían llevar a un hospital porque el accidente había sido, efectivamente, bastante aparatoso. Les dije que estaba bien. Conforme me fui enfriando, aquello empezó a doler y acabó siendo una fractura múltiple del fémur de la pierna derecha. Me escayolaron, me estuvieron poniendo penicilina y nueve meses en cama.

#### Ese accidente cambió, de alguna forma, tu vida.

Aquello me llevó a pensar en mi futuro. En mi casa, tenían el empeño de que hiciera Arquitectura porque un tío mío, Miguel –me llamo como él porque era mi padrino–, insistía en que yo debía ser arquitecto. Como curiosidad, te diré que mi tío estuvo involucrado en el proyecto del edificio de Telefónica, aquí en Gran Vía. También fue el arquitecto de algunos de los edificios de las facultades del Paraninfo. Sin embargo, yo llegué a la conclusión de que quería ser periodista. Cuando lo comenté en casa, la reacción fue: «¿Y de qué vas a vivir?». En aquellos años, los estudios de Periodismo eran una carrera secundaria de cuatro años. Se estudiaba en la Escuela Oficial de Periodismo. Me empeñé, me presenté a ingreso y lo aprobé.

Precisamente, el día del examen de ingreso, a la salida, coincidí en el metro con un amigo de Valdemoro, hijo de un teniente de la

Guardia Civil. Eduardo Jiménez, se llamaba. Eran dos hermanos, Eduardo y Manolo Jiménez. Era gente muy querida en Valdemoro. Coincidí en el metro con el mayor, que había estudiado conmigo bachillerato. Cuando nos encontramos allí en el metro, me dijo que estaba estudiando Telecomunicaciones. Y yo le conté que acababa de hacer el examen para estudiar periodismo y que ahora me tocaba esperar los resultados. «Hay ahora algo muy interesante», me dijo. Me contó que había unas estaciones escuela de radio donde uno podía aprender y especializarse en radio, que era el medio que estaba pujando con más fuerza. Yo no sabía nada del tema pero él me mandó la convocatoria que había salido de estas escuelas y me presenté a esas oposiciones para hacer los cursos de radio. Sin comerlo ni beberlo, conseguí pasar y realizar los cursos a la vez que estudiaba Periodismo.

#### PARTE 2. DÍAS DE RADIO

Volvemos a 1987. También en ese año, el director de cine Woody Allen estrenaba la película *Días de radio*. La película estaba ambientada en los tiempos de los pioneros de la radio y reflejaba la fama e influencia que estos tenían socialmente. Siempre me gusta recordar la anécdota de Hot Springs, un pueblecito al sur de Nuevo México. Después de la Segunda Guerra Mundial, había un programa radiofónico de entretenimiento muy popular que se llamaba *Truth or Consequences* (la verdad o las consecuencias). En un momento dado, el programa lanzó una propuesta a las ondas de todo Estados Unidos. Aquella localidad que cambiara su nombre por el del programa sería el lugar de emisión del mismo durante unas temporadas. Lo crean o no, hubo un buen número de aspirantes. Hot Springs, Nuevo México, se llevó el gato al agua y, desde entonces, la población neomexicana se llama Truth or Consequences. Salvando las distancias, Miguel de los Santos vivió esos años dorados de la radio en España.



Háblanos de tus años en la radio.

Como te decía, ingresé en las emisoras del SEU (Sindicato Español Universitario). El SEU tenía una red de emisoras por toda España. Eran estaciones escuela. Se accedía a ellas, como hice yo, pasando un examen de oposiciones. Una vez pasabas, estabas allí tres años. El primer año era pura teoría. Estudiabas la terminología de la radio, historia de la humanidad, historia de las comunicaciones... El segundo año, un setenta por ciento seguía siendo teoría: lectura, declamación, redacción, confección de guiones... y ya hacías prácticas, al micrófono, con alumnos del tercer año. Eran emisoras como cualquier otra y tenían mucha audiencia entre la gente joven. Como todos los que trabajaban allí eran jóvenes, había una complicidad generacional entre los profesionales de la radio y su audiencia.

Cada año, a final de curso, hacían exámenes y eran eliminatorios. De manera que cada año desaparecían de allí compañeros que no pasaban esos exámenes. Creo recordar que, en mi promoción, hubo unos trescientos sesenta candidatos de los que pasamos el examen de ingreso unos sesenta. Y cuando terminé el tercer curso, quedábamos seis. El tercer curso, ya eran todo prácticas. Era como una emisora profesional. Presentabas concursos, entonces había muchos concursos radiofónicos porque la tele no existía, hacías entrevistas, reportajes, magazines, programas de entretenimiento...

Las emisoras profesionales estaban muy pendientes de nuestra emisora, porque, cuando necesitaban a alguien, tiraban de allí. Y estando en ese tercer curso, con apenas veinte años, yo recibí una llamada de Radio Intercontinental. Jesús Álvarez, el padre del Jesús Álvarez que sigue hoy en activo, se iba de allí para trabajar en Televisión Española, que comenzaba a hacer emisiones en pruebas. A mí no me llamaban para cubrir su vacante, claro está. Se corría un puesto en todo el escalafón y a mí me llamaban para cubrir la última plaza que se quedaba vacía. La de corretornos. Era un puesto bastante interesante. Me ocuparía de sustituir a cada locutor en su día libre. Así que, a lo largo de la semana, hacía todos los programas. Y, de esta forma, estuve todo un año. Enseguida me ofrecieron mi propio programa. Mi primera compañera —entonces los programas tenían una voz masculina y una femenina— fue Mari Carmen Goñi, la que luego fuera la Valentina de *Los chiripitifláuticos*. Allí estuve siete años. En esa época, entrevisté a Alain Delon, entrevisté a Sofía Loren en el aeropuerto cuando vino a presentar *La caída del Imperio romano*...

En 1963 me casé, el 1 de abril del año siguiente nació mi primera hija y, a finales de julio de ese año, recibí una llamada de la Cadena Ser. Tuve que pensarme mucho este paso. Nos fuimos de vacaciones en agosto y estuve dándole vueltas todo el verano. Tuve que negociar las condiciones del contrato. Acabábamos de ser padres. Teníamos una hipoteca que pagar. Afortunadamente, conseguí llegar a un acuerdo y pronto comencé a trabajar para la Ser. Allí estuve durante muchos años, alternando temporadas de radio con las temporadas de programas que realicé para Televisión Española.

### PARTE 3. VOCES DE ORO

Miguel de los Santos fue el comentarista para Televisión Española en el festival de Eurovisión entre 1977 y 1982. Fue el encargado de animar a Micky, con su *Enséñame a cantar*, a José



¡¡NO MÁS FRÍO  
EN TU HOGAR!!!

YA  
ESTAMOS  
AQUÍ

# Factoring chimeneas

EL MEJOR CALOR ECOLÓGICO

más de  
20 años  
de experiencia



Ven a visitarnos a **FACTORING CHIMENEAS** y podrás ver la más amplia gama en estufas y calderas de pellets, cassetes, hornos y chimeneas de leña. Todo tipo de acabados en madera, pladur, mármol, piedra...

¡¡¡INSTALACIÓN CASI SIN OBRAS!!!

Visite Nuestra exposición, escoja la chimenea que más le guste y disfrute del mejor calor ecológico

Para ayudarle a elegir hemos preparado para usted nuestras mejores ofertas



Avda. Andalucía, 123 · Valdemoro, Madrid  
t. 91 808 33 68 / 647 365 983

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

Abierto de lunes a viernes de 10.00 a 19.30h y sábados de 10.00 a 14.00h

Vélez, con su *Bailemos un vals*; a Betty Misiego, que quedó segunda, con *Su canción*; a Trigo Limpio, con su *Quédate esta noche*; a Bacchelli, con su *Y solo tú*; y a Lucía, con su *Él*. La elección de Miguel de los Santos para este trabajo parecía muy natural, pues llevaba muchos años cubriendo festivales de música internacionales para la radio. La cobertura de uno de esos festivales en Chile le ayudó a descubrir un mundo, el iberoamericano, que marcaría su vida desde entonces.

¿Cómo acabaste retransmitiendo el Festival Internacional de la Canción de Viña del Mar?



En 1964 entro en la Ser y en 1965, el periodista chileno Raúl Matas se acerca a mí, yo estaba buscando música para un reportaje que acababa de terminar, y me dice: «Miguel, ¿a ti te gustaría conocer mi país?». Yo le dije que por supuesto. Me explicó que le habían invitado como miembro del jurado para el Festival de Viña del Mar y él no podía ir. Había pensado que yo podría sustituirle. A partir de entonces, fui al festival en varias ocasiones. En 1968, justo antes de coger el avión para Valparaíso, fui a recoger credenciales y materiales de grabación y me encontré en el estudio a Manolo Martín Ferrand. Hablando como se habla con un amigo, le dije: «¿Quieres que te traiga algo de Chile?». Él ni se lo pensó: «Tráeme una entrevista con Pablo Neruda». Por suerte, cuando fui, Neruda estaba dando un mitin en Valparaíso y allí conseguí una entrevista con él.

Más tarde, en 1975, me ofrecieron trabajar tres años en Latinoamérica con el programa *Con otro acento* y este programa cambió el sentido de mi vida. Mi concepción de la vida. Descubrí lo avanzados que estamos en Europa con respecto al resto del mundo y lo retrasados que estamos con respecto a Latinoamérica, por todos los valores que hemos perdido. Allí podía disfrutar lo que es no tener que mirar el reloj cuando estás a gusto conversando con alguien. Allí pude contemplar paisajes espectaculares. Allí pude conocer a gente inteligentísima que está allí en una especie de embudo del que no pueden salir. Fueron experiencias únicas. Mi emoción era continuada. Conocí a gente como Mario Benedetti, Fidel Castro, Salvador Allende, Jaime Dávalos...

#### PARTE 4. 300 MILLONES

El 26 de junio de 1977, se emitió el primer programa de *300 millones*. Este año se cumplirán cuarenta años de esa emisión. Aunque a mí me pilló muy joven, recuerdo muchos de los contenidos perfectamente. Pero lo que más marcó mi vida fue el título del programa. Para desengaño de algunos, los trescientos millones no eran dinero, sino gente. El número de habitantes del planeta que, en ese momento, hablaba español (ahora superamos los cuatrocientos millones). Una misma lengua unía a las poblaciones de muchos países distintos repartidos por varios continentes. Miguel de los Santos llegó a presentar alguno de los especiales de *300 millones* y muchos de sus contenidos provenían de su trabajo para el programa *Con otro acento*.

¿Cómo comenzaste a trabajar en la televisión?

Estando en la Intercontinental, yo ya había vivido una experiencia en televisión. Todavía en el Paseo de la Habana, fue una experiencia demencial. Con veintiún años, me llamaron para presentar un programa que se llamaba *Dos en uno* (1959). Todos los programas eran en directo. Todavía no había vídeo para grabar los programas. Técnicamente fue un desastre. Yo pensé que ese invento no iba a funcionar.

Pero, la tele ya empezaba a tener cuerpo, ya habían inaugurado Prado del Rey, y desembarca en España Valerio Lazarov. Le contrataron para dirigir un especial que titularon *El irreal Madrid* (1969). Con ese programa, Televisión Española ganó la Ninfa de Oro, el premio más importante que se daba en Europa, compitiendo con la BBC inglesa o la RAI italiana. Hay que entender que entonces España era un país cerrado, con Franco, no había salidas por ninguna parte. Por eso tenía tanta trascendencia el festival de Eurovisión. Eurovisión y el Real Madrid eran las únicas muestras de que España estaba en Europa y en el mundo. Yendo a retransmitir el festival de San Siro o la Rose d'Or en Suiza, recuerdo que todos me preguntaban por Puskas, por Amancio...

En cuanto Valerio ganó el premio, Juan José Rosón, que luego fue ministro con Suárez, le fichó para hacer una serie de programas, bajo el título de *Especial Pop* (1969). El hermano de Adolfo Suárez, Ricardo, que era entonces el director de programas musicales, pensó en mí para introducir el programa y presentar a los espectadores lo que iban a ver. Por cierto, hubo ciertas suspicacias, pero Ricardo Suárez había llegado a director de programas musicales antes de que Adolfo, su hermano, fuera director general de Radiodifusión y Televisión. A partir de ese momento, pasé a ser un buen amigo de Adolfo Suárez y luego le ayudé en su campaña a la presidencia de 1977.

#### PARTE 5. TODOS LOS HOMBRES DEL PRESIDENTE

En 1976, Alan J. Pakula dirigió a Robert Redford y a Dustin Hoffman en *Todos los hombres del presidente*. Un año más tarde, en 1977, Miguel de los Santos fue uno de los hombres del presidente Suárez.

¿En qué consistió tu trabajo durante la campaña de Adolfo Suárez en las elecciones de 1977?

Siendo ya presidente del Gobierno por designación real, Adolfo quiso que el pueblo le diera también su confianza en las urnas. Por eso, convocó las famosas elecciones de 1977. En esas fechas, recibí una llamada a mi despacho desde Moncloa. Se trataba de Alberto Recarte. Me dijo que el presidente quería hablar conmigo. Me pasó con él brevemente y, antes de devolverme a Recarte, me dijo que habían pensado en mí para un trabajo. Adolfo Suárez había participado en un primer mitin preelectoral en Vigo y, por lo visto, había sido un desastre. No desde el punto de vista del mitin, sino de la organización. Había sido un caos por el gran número de personas que se habían amontonado allí para escuchar a Adolfo Suárez. Decidieron, pues, que había que buscar lo que los americanos llaman un MC, un maestro de ceremonias, para que le abriera paso en los mítines, para que iniciara el acto. Pensaron en mí para desempeñar esa función. Adolfo había pensado en mí por la confianza y el afecto que nos teníamos. Le presenté los tres mítines más espectaculares, en mi opinión, de esa campaña: Barcelona, Palma de Mallorca y Las Palmas de Gran Canaria.

Yo dejé muy claro desde el principio que, en ningún caso, yo, como periodista, iba a presentar los mítines de la UCD ni de ningún partido. Mi labor consistiría en hacer un retrato de la imagen, de la figura que representaba Adolfo Suárez como persona y como político. Y así fue.

## PARTE 6. SANTOS CREATIVOS

Aunque enseguida fue elegido como presentador de programas, tanto en la radio como en la televisión, desde su ingreso a las radios escuela del SEU, Miguel de los Santos mostró siempre

un gran interés por los contenidos de los programas. Se sentía más atraído por la escritura de guiones que por la presentación de programas. Por eso, los proyectos radiofónicos y televisivos que ha propuesto a lo largo de su vida se han preocupado de que fueran ricos en contenidos, bien a través de entrevistas o por medio de los documentales. No es casual que su empresa privada, que recientemente ha pasado a llamarse Santos Creativos, pero que tiene ya un bagaje de más de treinta años, se especialice en contenidos televisivos y radiofónicos.

### ¿Cuál es la misión de Santos Creativos?

Esta empresa se ocupa de gestionar campañas publicitarias de radio donde los contenidos de la creatividad se confunden con el mensaje publicitario, se imbrican y forman un todo. Algo muy normal hoy en las redes sociales. Llevamos treinta años realizando campañas para grandes empresas. Y para televisión, ya no por negocio, de vez en cuando y por capricho, hacemos algún documental que coyunturalmente es oportuno. Suelen ser las fundaciones de las grandes empresas las que financian estos programas. Uno de los últimos fue en conmemoración del centenario de El Greco, de siete programas, grabado en 4K. Y ahora estamos rodando un especial sobre Felipe II, donde intentamos lavar la imagen de la leyenda negra de este monarca. Como proyecto próximo, estamos trabajando, poniendo de acuerdo al ente público (RTVE), al Ministerio de Cultura y a las universidades, en la realización de un documental conmemorativo sobre el quinto centenario de la primera vuelta al mundo, la expedición Magallanes-El Cano (2019-2022). ✕

# Clínica Puerta del Moro

Avda. de Andalucía, 32 · 1C - 28343 Valdemoro, Madrid  
teléfono 91 895 17 32  620 528 843 [www.clinicapuertadelmoro.com](http://www.clinicapuertadelmoro.com)

## RECONOCIMIENTOS MÉDICOS-PSICOTÉCNICOS DE LUNES A SÁBADO

- CONDUCTORES
- ARMAS
- PATRÓN DE BARCO
- TIP...
- ECOGRAFIAS, MAMOGRAFÍAS Y RX CONVENCIONAL
- ESPECIALIDADES MÉDICAS

## FISIOTERAPIA DAVID YAÑEZ

670 387 021/91 146 96 74  
PEDIR CITA

Promoción especial: **Bono de Primavera**  
10 sesiones de Tecarterapia para remodelar tu figura:

**300€**

Precio sin promoción 425€

FISIOTERAPIA • TECARTERAPIA • MASAJES RELAJANTES • REIKI • REFLEXOLOGÍA PODAL • CHAKRA STONES

Calle Hércules, 21 (esquina calle Júpiter) • 28341 Valdemoro, Madrid

Horario: De lunes a viernes de 10.30 a 14.00h y de 17.00 a 21.00h / Sábado de 10.30 a 14.00h con cita previa



## Colegio Nobelis: Programa de Inteligencia Emocional



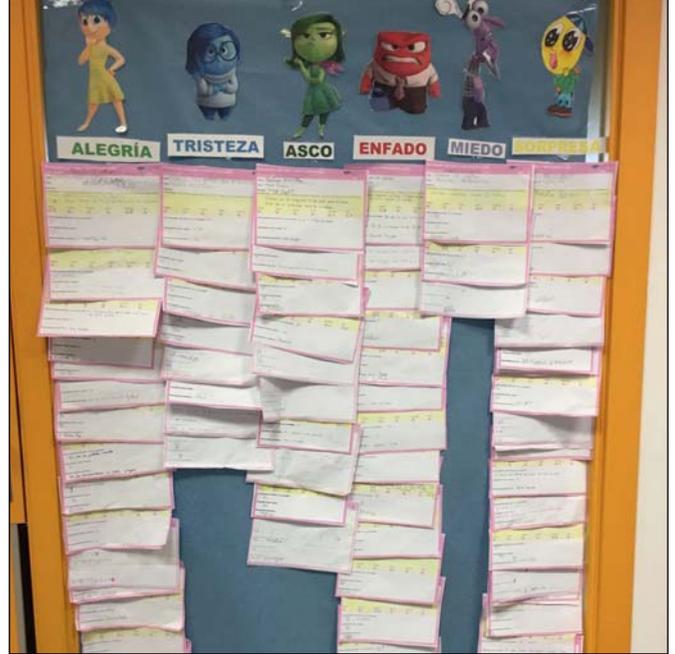
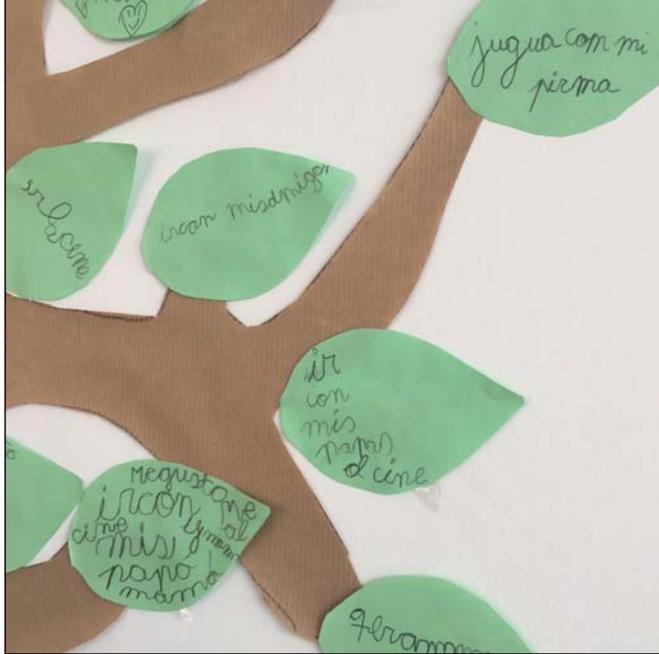
En nuestro centro educativo Nobelis buscamos el desarrollo integral y armónico de nuestros alumnos, en todas las etapas (infantil, primaria y ESO). Para ello, junto con la Fundación Botín, hemos puesto en marcha un programa para fomentar la inteligencia emocional.



Este programa favorece el **crecimiento físico, emocional, intelectual y social** de las personas, promueve la comunicación y mejora la convivencia en los centros escolares a partir del trabajo con los docentes, el alumnado y las familias. Por ello forma parte de nuestro Plan de Convivencia, se trabaja desde la acción tutorial y desde otros espacios comunes educativos, donde todos los niveles participan de alguno de los recursos que conforman esta educación responsable desde lo emocional.

El programa ayuda a nuestros alumnos en las siguientes destrezas:

- Conocerse y confiar en sí mismos.
- Comprender a los demás.
- Reconocer y expresar emociones e ideas.
- Desarrollar el autocontrol.
- Aprender a tomar decisiones responsables.
- Valorar y cuidar su salud.
- Mejorar sus habilidades sociales.



Para favorecer el desarrollo socio-afectivo, fomentando una serie de características y cualidades en la formación del alumno, destacamos como objetivos tres áreas fundamentales:

- El desarrollo personal, donde se trabajan el autoconocimiento, la autoestima y la autonomía para autorregular el comportamiento.
- El desarrollo social como capacidad para relacionarse e interactuar con los demás de forma eficaz.
- El desarrollo moral, mediante el fomento de la capacidad para regular las relaciones interpersonales, siendo sensible a las necesidades de los demás y basándose en criterios de justicia.

Por otra parte, además, se plantea la necesidad de una perspectiva sistémica en la intervención, desde donde se insiste en la necesidad de trabajar no solo con las personas, sino también con los contextos en los que la persona vive.

Las competencias socio-emocionales forman un sistema, con base cognitiva, en el que las habilidades están interrelacionadas entre sí; por tanto, el funcionamiento en una de ellas afecta a la ejecución del resto. Para una mayor comprensión y facilidad didáctica, las hemos agrupado en función del área de desarrollo al que están vinculadas:

- **Desarrollo de componentes afectivos:**
  - Mejora de la autoestima.
  - Aumento de la capacidad empática.
  - Desarrollo de la expresión emocional.
- **Desarrollo de componentes cognitivos:**
  - Aumento de la capacidad de autocontrol.
  - Toma responsable de decisiones.
  - Consolidación de valores saludables y prosociales.
- **Desarrollo de componentes sociales:**
  - Mejora de las habilidades de interacción grupal.
  - Ampliación del repertorio de habilidades de autoafirmación.
  - Desarrollo de las capacidades de oposición asertiva.

Para conseguir estos objetivos trabajamos con varios recursos:

**Banco de herramientas.** Ideas y propuestas para la promoción del bienestar y el desarrollo integral del alumnado de 3 a 16 años; actividades y soportes audiovisuales que por su cercanía, interés y atractivo son una magnífica herramienta pedagógica, y técnicas de trabajo en grupo que fomentan y facilitan su participación activa.

**Lectura y emociones.** Libros, actividades y estrategias que promueven el desarrollo emocional desde la etapa prelectora.

**El Coro de las emociones.** El canto coral constituye una poderosa herramienta lúdica y al alcance de cualquiera, independientemente de su talento musical, para fomentar el desarrollo emocional, social y la creatividad.

**ReflejoArte.** El arte y las exposiciones como vehículo para potenciar la autoestima, empatía y creatividad de nuestros alumnos.

**Literatura, Emociones y Creatividad.** Un recurso para trabajar el desarrollo emocional, cognitivo y social en primaria y secundaria con libros y actividades que se realizan antes, durante y después de la lectura.

El enorme interés y atractivo que despiertan los medios audiovisuales hacen de ellos una herramienta pedagógica extraordinariamente eficaz en los ámbitos de la educación formal y no formal. Los audiovisuales, como instrumento didáctico, pueden utilizarse con plena idoneidad para fomentar la participación activa del grupo clase o constituirse, en función del contenido seleccionado, como una actividad en sí misma.

Esta versatilidad los convierte en una herramienta educativa con enorme potencialidad que se intensifica en tanto que recibe una excelente acogida tanto por parte de los profesores como de nuestros alumnos.

Con actividades en grupo y dinámicas, el alumnado va aprendiendo, practicando e interiorizando unas actitudes y habilidades que le permiten seguir creciendo en bienestar, autonomía, responsabilidad, criterio propio, solidaridad y felicidad.

Para más información del Colegio Nobelis, puedes consultar su página web ([www.colegionobelis.com](http://www.colegionobelis.com)) o contactar en el teléfono 918 658 125, o visitarlos en la calle Carmen Gaité 3, en Valdemoro.



ENTREVISTA

# BicideValde

## Pasión por la bicicleta de montaña

Texto\_Sergio García Otero · Fotografía\_Ncuadres

Aunque tímidamente, el buen tiempo se aproxima y con él también llegan las ganas de realizar actividades al aire libre. La bicicleta de montaña es una de las más practicadas en nuestro municipio, pues se trata de la mejor alternativa para adentrarse en el mundo del

ciclismo. Al circular por entornos controlados y sin tráfico, se evitan los principales riesgos que se asumen en el ciclismo de carretera.

Aunque la red de carreteras que rodea nuestro municipio no es, *a priori*, un entorno muy complicado, la carretera siempre se





presenta como un medio hostil y totalmente desaconsejado para quienes se inician en este deporte. Los ciclistas de carretera suelen ser deportistas experimentados en las dos ruedas.

La bicicleta de montaña también es una alternativa más económica para los principiantes. Tan solo se necesita una bicicleta y un casco para comenzar a dar pedales. De igual manera, una buena condición física tampoco es un requisito imprescindible. Al transcurrir por entornos controlados, cada cicloturista tiene la posibilidad de establecer el ritmo que se desee.

BicideValde, club local deportivo de cicloturismo de montaña, es una de las propuestas institucionales de nuestro municipio. A través de este reportaje nos acercaremos a su historia y a la actividad que vienen desarrollando desde su creación hace doce años.

### Afición por las dos ruedas

Como las decenas de personas que utilizan cada fin de semana los caminos para disfrutar del campo mientras practican deporte, Nicolás y Félix, vecinos de Valdemoro, salían con la bicicleta de

montaña con bastante frecuencia. Durante las salidas, era muy habitual que se cruzaran con varias personas que, como ellos, practicaban este deporte.

Motivados por la afición que veían que compartían con muchos vecinos, decidieron tomar cartas en el asunto. Corría el año 2005 cuando Félix y Nicolás se lanzaron a empapelar Valdemoro con carteles que hacían un llamamiento a todos aquellos vecinos que quisieran realizar una salida conjunta por los caminos del municipio.

Ajenos a lo que pasaría, el día llegó. Félix y Nicolás se presentaron en el punto de encuentro que se había marcado, llevándose la grata sorpresa de que casi medio centenar de personas estaba esperándolos. Exhaustos por el éxito de su convocatoria, realizaron la primera salida grupal junto con un crisol de cicloturistas de lo más variopinto. La ruta concluyó y muchos de los asistentes quedaron muy satisfechos, tanto que continuaron saliendo juntos hasta terminar en la fundación de BicideValde.

A finales del mismo 2005, el grupo de amigos que ya se había consolidado decide crear un club de ciclismo federado. Ello supuso la consolidación de la práctica formal de este deporte en nuestro municipio, así como un reclamo para nuevos cicloturistas que querían practicar ciclismo de montaña de manera federada y necesitaban un club de referencia. BicideValde nace de la necesidad de formalizar e institucionalizar esa afición compartida por tantos vecinos del municipio.

### BicideValde

Aproximadamente una veintena de socios asistieron a los comienzos, nada sencillos, del club. Durante los primeros años su número fue creciendo tímidamente. No fue hasta la llegada del *boom* mediático que experimentó el ciclismo de montaña cuando el club despegó. En tan solo un año consiguieron duplicar el número de socios. En la actualidad la tendencia de crecimiento se ha normalizado y la agrupación cuenta con ochenta socios.



**25 AÑOS** CON LA MEJOR IMPRESIÓN EN VALDEMORO  
Envía tus archivos por mail y pásate a recogerlos

FOTOCOPIAS • PLANOS • IMPRENTA • ENCUADERNACIÓN • PLASTIFICADOS • SELLOS DE CAUCHO • SERVICIO DE FAX  
CARTELERÍA • LONAS • ROTULACIÓN • VINILOS • PEGATINAS...



*Mes del alumno / Hacer fotocopias para grupos sale más rentable*

Plaza de la Constitución, 17 • 28341 Valdemoro, Madrid • t.91 895 26 66 / m.691 479 811 / [acherepro@telefonica.net](mailto:acherepro@telefonica.net)



El perfil de socio de BicideValde se enmarca desde los 35 años en adelante. Responde al de alguien que no suele haber practicado deporte antes y que, motivado por mejorar su salud, decide hacerlo los fines de semana. La razón de su filiación al club descansa en dos motivos principales: el desconocimiento de las rutas del entorno y la voluntad de practicar deporte para conocer gente y socializar.

El club quiere hacer un especial llamamiento a todas aquellas vecinas que practican alguna variedad de ciclismo, ya sea bicicleta de montaña, ya sea *spinning*, para que se animen a subir a la bicicleta de la mano de BicideValde. Ya son dos las mujeres que representan al colectivo femenino y esperan que, de cara a al futuro, sean más las que formen parte de club.

Este se estructura en tres grupos según el nivel de dificultad de la práctica. El primero es el denominado grupo C. Este nivel está pensado tanto para aquellas personas que desean iniciarse en la práctica de este deporte como para las que ya lo practican y quieren realizar salidas con enfoque lúdico. Está compuesto por la gente más veterana del club, entrenan habitualmente dos días por semana, martes y jueves, y realizan una salida todos los domingos de aproximadamente 40-50 kilómetros. Por su flexibilidad y adaptación a los nuevos integrantes, este grupo es ideal para aquellas personas que comienzan. El siguiente nivel corresponde al nivel intermedio o grupo B. Este grupo sale en

marchas de entre 40 y 60 kilómetros, con un ritmo y un desnivel del terreno mayor. Por último se encuentra el grupo A, que tiene nivel más avanzado, donde la complejidad reside en una mayor distancia de la ruta, en un incremento del desnivel acumulado, el ritmo de marcha y la complejidad técnica.

### Promoción del ciclismo en Valdemoro

La temporada oficial comienza el segundo fin de semana de enero y concluye a finales del mes de diciembre. La cuota de inscripción es de 60 euros para nuevos socios, con el que se aporta un maillot del club, y 20 euros anuales para todos los socios que lleven más de un año en el club.

Con el objetivo de fomentar la práctica del ciclismo de montaña y, a su vez, promover la participación de los socios, se ha diseñado un calendario de competición oficial. Consiste en salidas todos los domingos de la temporada y un sistema de puntuación que tiene como objetivo fomentar la participación. El sistema premia la constancia mediante la puntuación tanto por la asistencia como por la finalización completa de prueba. Además, se premia con dos puntos extra a todos los asistentes que porten la equipación oficial. El socio ganador a final de temporada obtiene como premio simbólico la cuota gratuita de la próxima temporada.

Al comienzo de cada temporada se dispone el calendario completo de todas las salidas que se van a realizar a lo largo del año.





# OVERALL

CENTRO DEPORTIVO

## JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS: SÁBADO, 22 DE ABRIL.

VEN A CONOCERNOS Y PRUEBA GRATIS NUESTRAS CLASES  
COLECTIVAS Y SALA DE MUSCULACIÓN DE 10 A 12 H.

---

### CLASES COLECTIVAS:

GAP  
TNT 30 (TONIFICACIÓN)  
ZUMBA  
TRX Y FUNCIONAL  
CICLO INDOOR  
YOGA, ETC

ASESORAMIENTO  
NUTRICIONAL Y  
ENTRENAMIENTOS  
PERSONALES

### ARTES MARCIALES:

M. M. A.  
BOXEO  
MUAY THAI

### ENTRENAMIENTOS OUTDOOR:

Entrena con nuestros  
monitores al aire libre.  
Salidas programadas para  
hacer running, senderismo,  
escalada, etc.

C/ París, naves 7 y 8, 28342 Valdemoro (Madrid)

911 99 05 39 | [www.cdoverall.com](http://www.cdoverall.com)



Cada una de las salidas se publica en la página web y se adjunta toda la información necesaria para que los socios puedan entrenar las rutas con anterioridad o, incluso, las realicen por cuenta propia. Dentro de la información de cada ruta se adjunta un *track* descargable para GPS de campo.

La planificación de rutas de los grupos A y B se establece al comienzo de temporada. Por el contrario, el grupo C cuenta con una planificación más abierta con el objetivo de poder adaptarse a los nuevos socios que se animen a probar este deporte. A pesar de ello, forman parte de la clasificación oficial y puntúan de igual manera que los grupos A y B.

Cada domingo a las nueve de la mañana los ciclistas se concentran en la explanada del Polideportivo Río Manzanares. Diez minutos después y tras haber tomado la foto oficial de salida, cada uno de los grupos emprende su ruta planificada para el día. La ruta está guiada por un jefe de ruta, encargado de supervisar su desarrollo y, en caso de circunstancias excepcionales, de establecer una ruta alternativa.

También es el encargado de garantizar que todas las personas consigan completar la ruta y nadie se quede atrás. Una de las principales máximas de todos los grupos es que todas las personas que comienzan la marcha del día puedan finalizarla. Es por ello que los ciclistas están concienciados en el espíritu de solidaridad con los compañeros que se quedan rezagados.

Las rutas suelen durar aproximadamente entre tres y cuatro horas. El punto de reunión final se establece en un bar, donde los

asistentes tienen la posibilidad de compartir las diferentes impresiones de lo que ha sido la jornada. Este es, sin duda, el momento perfecto de socialización en el que se consolida la agrupación.

A lo largo de la semana los socios tienen libertad en los entrenamientos. Dentro del grupo de WhatsApp del club cada uno de los socios tiene la posibilidad de proponer salidas de entrenamiento a las que se pueden sumar el resto de ciclistas. Los integrantes del grupo C son los únicos que tienen como norma dos días de entrenamiento a la semana, los martes y los jueves.

*A lo largo de la semana los socios tienen libertad en los entrenamientos. Dentro del grupo de WhatsApp del club cada uno de los socios tiene la posibilidad de proponer salidas de entrenamiento a las que se pueden sumar el resto de ciclistas.*

Aunque no forma parte del objetivo fundacional, dentro del club hay un grupo reducido de deportistas cuya preparación durante todo el año está orientada a la participación en marchas. Algunas de las marchas a las que acuden son la popular marcha de «El Soplao» en Santander, con una distancia de 140 kilómetros y un desnivel de más de 4600 metros, o «Los 101 de Ronda», organizada por

la Legión. Como novedad para esta temporada, algunos de los socios se presentarán a la marcha por el bajo Tiétar.

Otro sector de los socios también organiza participaciones colectivas en marchas con un enfoque más lúdico como pueden ser la marcha celebrada en la localidad de Valdemorillo o «La vereda del Fraile» en Toledo. Se trata de marchas no competitivas que rondan los 70 kilómetros de distancia y cuyo objetivo es el de disfrutar de una jornada de ciclismo deportivo por entornos naturales que están fuera de lo habitual. Estas marchas son libres y se distribuyen a lo largo del calendario.



También una vez al mes se organiza una salida fuera del entorno de Valdemoro. Atendiendo a las condiciones meteorológicas, se establece una salida mensual a la sierra de Madrid. Los lugares más habituales son La Pedriza, Colmenar o, en la capital, la ruta por El Pardo. En definitiva, son salidas que buscan romper con la monotonía del paisaje de nuestra zona. Como alternativa, los socios siempre disponen de la programación habitual de la competición en el municipio.

### Family Bike

Una de las iniciativas para la promoción de este deporte entre los más jóvenes es el programa Family Bike. Un sábado de cada mes se realiza una quedada, habitualmente en el parque Las Bolitas, en la que los socios y sus hijos e, incluso amigos de los socios, se reúnen para practicar ciclismo con los más pequeños.

Durante la jornada se corre en un circuito lúdico de entre cinco y diez kilómetros, en el que se toma contacto con la bicicleta de montaña y se aprenden habilidades técnicas básicas como, por ejemplo, subir y bajar pendientes. La jornada concluye con una merienda en grupo y diferentes juegos.

Como proyecto de futuro queda en el aire la celebración de una marcha cicloturista local. La dificultad de organizar este evento está en la limitación de la extensión de la ruta si esta se celebra

exclusivamente en el término municipal de Valdemoro. Existen antecedentes de marchas en nuestra localidad, como es el caso de la marcha «Siete Estrellas», una competición que consta de siete marchas distribuidas por diferentes municipios de la Comunidad de Madrid.

Durante dos años, una de las marchas de este evento discurrió por Valdemoro, concretamente en la zona de El Espartal. Las limitaciones de la red de caminos municipales obligó a dar dos vueltas al mismo recorrido, dejando una sensación agri-dulce en los corredores. Por este motivo, el objetivo del club es el de crear una marcha que implique a otros municipios vecinos como Pinto. La colaboración entre localidades enriquecería el recorrido.

Hasta entonces la actividad del club no se detiene. En el mes de mayo varios socios lo representarán en la carrera «Los 10000 del Soplao», punto de partida del resto de competiciones que se van a disputar a lo largo del año. Muy próxima también se encuentra la marcha del bajo Tiétar, en la que es seguro que habrá representación local. A todo ello hay que sumarle la programación habitual de la competición con salidas todos los domingos.

Para más información no dudes en visitar su página web ([www.bicidevalde.es](http://www.bicidevalde.es)) o ponerte en contacto a través de su grupo de Facebook: Bicidevalde. X

*Un sábado de cada mes se realiza una quedada, habitualmente en el parque Las Bolitas, en la que los socios y sus hijos e, incluso amigos de los socios, se reúnen para practicar ciclismo con los más pequeños.*



# "Nobelízate"

## Una nueva forma de aprender



- 

**EDUCACIÓN**  
De 0 a 18 años
- 

**ESCUELA INFANTIL**  
El primer paso para crecer juntos
- 

**CICLOS FORMATIVOS**  
TAFAD  
Cocina y Gastronomía
- 

**BACHILLERATO**  
Itinerarios de Ciencias y Humanidades y CC.SS  
Sistema de becas desde los 3 años
- 

**OTRAS FORMACIONES**  
E.S.O. a distancia  
Entrenador de fútbol

"Ven a nuestras jornadas de puertas abiertas los días: 1 y 22 de abril"  
Visitas a las 11:00, 12:00 y 13:00 h.

**www.colegionobelis.com**  
91 865 81 25 | [info@colegionobelis.com](mailto:info@colegionobelis.com)

Carmen Martín Gaité, 3. Valdemoro, Madrid.

 [facebook.com/ColegioNobelis](https://facebook.com/ColegioNobelis)  [@cnobelis](https://twitter.com/cnobelis)



# Instalaciones MONGAS

*Seguridad y confort en la climatización de tu hogar*

Aunque su labor se remonta años más atrás, Instalaciones MONGAS es una empresa con gran experiencia que comienza su andadura en el año 2004. Su compromiso es firme: la seguridad del cliente unida al confort familiar, la protección del medio ambiente y la optimización del tiempo.

Su trabajo consiste en la realización de instalaciones de gas, tanto individuales como colectivas, e incluye descentralizaciones y transformaciones de salas de calderas de carbón y gasoil a gas natural. Para ello están adheridos a la oferta pública de Madrileña Red de Gas, distribuidora de Valdemoro, y a la oferta pública de Gas Natural. De este modo pueden ofrecer a sus clientes las campañas de promoción que ambas publican trimestral y semestralmente. Sus instaladores disponen de la categoría A.

También instalan calderas en toda la Comunidad de Madrid. El pasado 2016 alcanzaron los más de 1000 aparatos a gas instalados, y en lo que llevamos de año sus números ya sobrepasan los 350. Instalaciones MONGAS colabora de manera directa con la marca líder Saunier Duval, todos sus clientes pueden beneficiarse de las campañas de descuento que esta publicita.

Las calderas de condensación, más seguras y más eficientes en el consumo de energía, ahorran hasta un 30 % en el consumo de gas y reducen el número de emisiones contaminantes respecto a las calderas tradicionales. La tecnología de estas nuevas calderas garantiza el cumplimiento de los requerimientos de eficiencia energética y normas de emisión que exige la nueva norma ErP.

Cabe mencionar también la alternativa que suponen las energías renovables, como la energía solar térmica, solución ecológica y perfecta para la producción de ACS gracias al aprovechamiento de la energía del sol. Esta tecnología permite ahorrar hasta un 70 % en el consumo de agua caliente en viviendas unifamiliares y colectivas.

Instalaciones MONGAS te asesoran durante el proceso de instalación del sistema de frío que más se adecúe a las necesidades

de tu hogar: Split Pared, Split Conductos o Split Cassette. También puedes optar por enfriar tu hogar con el sistema de suelo radiante refrescante, compuesto por una climatización más ecológica y con menor consumo de energía, hasta un 20 % menos, frente a otros sistemas tradicionales de climatización.

Instalaciones MONGAS es una empresa dinámica que poco a poco ha ido cambiando la perspectiva de enfoque de línea de negocio en función de las necesidades de sus clientes y del grupo Gas Natural, empresa con la que colaboradora desde sus comienzos. Es por ello que desde hace unos años han incluido un nuevo departamento energético en el cual se llevan a cabo los estudios para la mejora de las condiciones de facturación respecto a su actual compañía tanto en residencial como en pymes. El estudio brinda la posibilidad de ofrecer un mejor precio y, por tanto, un ahorro en sus facturas de consumo.

Toda esta labor la lleva a cabo un equipo de más de cuarenta profesionales en plantilla entre agentes de venta, personal técnico, administrativo y de operaciones. Cada cliente es atendido por una misma persona, responsable de garantizarle la mejor solución, calidad y precio a la demanda solicitada.



Más información a través del teléfono 918 657 322, el correo [administracion@instalacionesmongas.es](mailto:administracion@instalacionesmongas.es) o la página web [www.instalacionesmongas.es](http://www.instalacionesmongas.es). También puedes visitar su local ubicado en la calle Mercurio, local 1 (frente a los lagos) de Valdemoro.





**Saunier Duval**  
Siempre a tu lado



## Calderas eficientes

Calderas eficientes con las últimas tecnologías en calefacción y ACS.

Cambie su caldera desde 25 euros al mes.

Financiación a su medida. (2 años 0% intereses).

## El aire acondicionado que lo tiene todo... Silencioso, elegante y eficiente



Serie 17 Saunier Duval

No pase calor este verano!!!

Instale su equipo de aire desde 14 euros al mes.

Financiación a su medida.  
(2 años 0% intereses).

Instalaciones  
**mon**  
**gas** S.L.

*El confort de tu hogar en buenas manos*



Calle Mercurio, Local 1 (Frente a los lagos) • 28341 Valdemoro

Telf: 918 657 322 • [administracion@instalacionesmongas.es](mailto:administracion@instalacionesmongas.es) • [www.instalacionesmongas.es](http://www.instalacionesmongas.es)



R E P O R T A J E

# AECC Valdemoro

40 años trabajando en la lucha contra el cáncer

*Texto\_ Sergio García Otero · Fotografía\_ Laura Collada*

Según la Organización Mundial de la Salud, el cáncer de pulmón se encuentra entre las cinco primeras causas mortales por enfermedad a nivel mundial. En España, esta enfermedad ha ascendido en las últimas décadas hasta posicionarse también entre los primeros motivos de defunción.

A pesar del desconocimiento de cuáles son todos los factores que provocan esta enfermedad, los expertos en oncología defienden que las mutaciones responsables del cáncer en humanos proceden de dos fuentes principales: la herencia y el medio ambiente. Aunque hablamos de una enfermedad muy ligada al envejeci-



miento, lo cierto es que el número de detecciones en personas cada vez más jóvenes aumenta. El estilo de vida, los hábitos alimenticios o la contaminación de las grandes ciudades son factores de riesgo probados que debemos tener en cuenta a la hora de prevenir esta enfermedad.

Para conocer más sobre el cáncer y su prevención, visitamos a la delegación de la Asociación Española Contra el Cáncer en Valdemoro. La delegación de AECC en la Comunidad de Madrid cuenta con 147 sedes repartidas por las localidades madrileñas, de las cuales 27 son juntas locales como la que se asienta en Valdemoro. En total, la delegación provincial cuenta con 4800 voluntarios, algunos de los cuales se reparten en 32 hospitales.

La delegación de la Asociación Española Contra el Cáncer en Valdemoro puede presumir de ser la asociación más antigua de nuestro municipio, con más de cuarenta años de actividad. En sus comienzos la asociación fue muy necesaria para las personas enfermas de cáncer. Al no haber servicios sociales, en muchos casos la subdelegación local mediaba entre el enfermo y la asociación nacional para que esta lo ayudara con el coste de la medicación o la facilitación de alguna cama articulada.

**¿Qué es el cáncer para las personas que lo viven desde dentro de una asociación?**

El cáncer es una enfermedad que afecta a cualquier persona, da igual edad, género o estatus social, y es una enfermedad que hasta hace pocos años causaba un tremendo miedo en la sociedad porque se relacionaba directamente con la muerte. Ahora es una

enfermedad que se ve desde otro prisma. La visión es menos dramática, pero es cierto que la conmoción continúa siendo grande. La AECC tiene un programa de primer impacto para atender a las personas que reciben la noticia de que padecen un cáncer.

Dentro de la asociación el tratamiento es diferente. Las personas que formamos parte de ella hemos tenido una relación muy directa con la enfermedad, ya sea porque lo hemos padecido, como es el caso de algunas voluntarias, o porque lo hemos sufrido en familiares muy próximos. Los resultados y los avances que se están consiguiendo hacen que veamos la enfermedad con menos miedo y, sobre todo, porque en la propia asociación tenemos varios ejemplos que demuestran que el cáncer se supera.

**¿Qué recursos tiene la persona afectada cuando recibe la noticia?**

Evidentemente, el primer recurso es ponerse en mano de los médicos. Ya en la parte que atañe a la asociación, los apoyos de que puede disponer esa persona son los diferentes programas, como «ayuda en el primer impacto», y apoyo psicológico, donde un grupo de psicólogos facilitan la asimilación de ese primer *shock* que producen la noticia y las primeras sesiones.

El voluntariado es también una parte muy importante en la ayuda a los enfermos. La asociación dispone de voluntariado tanto en los hospitales como en la calle. Dentro de la Comunidad de Madrid, todos los hospitales, a excepción de dos, disponen de una unidad de voluntarios de la AECC. Su función es la de visitar a los enfermos que están en tratamiento o acaban de pasar por una cirugía,

GEMA GARZÓN, Ncuadras



**Vianda NATURAL**  
CARNES DE CONFIANZA

**Carnicería con trato amable y cercano.**

Elaboración propia de todos nuestros productos de forma tradicional.

Especialistas en preparados cárnicos.

Tenemos una gran variedad de hamburguesas.

Hacemos reparto a domicilio.

**Tienda online. WWW.CARNICERIAVIANDANATURAL.COM**

Más de 20 años en el sector cárnico como mayoristas nos dan la experiencia necesaria para que la elección de nuestras carnes sea de una altísima calidad a un precio muy ajustado.

Avda. Mar Mediterráneo, 13 (local) · 28341 Valdemoro, Madrid · t.91 081 96 66 · [tiendavaldemoro@viandanatural.com](mailto:tiendavaldemoro@viandanatural.com)



**TODOS LOS MIERCOLES**

**15%**

**DE DESCUENTO EN LA COMPRA**

CARNICERIA VIANDA NATURAL. AVDA MAR MEDITERRANEO, 13 (LOCAL) VALDEMORO. 910819666

DESCUENTO NO ACUMULABLE CON LOTES



**Servicio a domicilio para Bares y Restaurantes**



por ejemplo, y ofrecerles acompañamiento y asesoramiento sobre las diferentes necesidades que van surgiendo a lo largo del proceso de curación.

### Toda la delegación de Valdemoro está compuesta por voluntarios, ¿qué tipos de voluntariado existen?

La delegación se articula en torno a una junta directiva, compuesta por personas voluntarias y que se encarga del mantenimiento y las gestiones que surgen diariamente, y una gran lista de personal voluntario ocasional. El personal voluntario ocasional es uno de los motores que hace posible cada una de las campañas que la asociación propone. Además, esta gran masa de personas voluntarias supone el nexo de unión entre los vecinos del pueblo y la asociación. Su presencia en la calle, en contacto directo con la gente, crea lazos humanos y fomenta la donación.

La asociación también forma a los voluntarios para realizar un voluntariado testimonial. Este ofrece la posibilidad de compartir experiencias, problemas y sensaciones con personas que ya han pasado por ese proceso.

La AECC Valdemoro nos resalta el destacable carácter social de los valdemoreños y valdemoreñas. El éxito y el buen recibimiento con el que se acogen cada una de las campañas de la asociación es digno de elogiar. Sirva como dato que la AECC Valdemoro es, en toda la Comunidad de Madrid, una de las delegaciones que más dinero recauda en la Marcha Contra el Cáncer, dato que, sin duda, honra a todos los vecinos, comercios y empresas que año tras año contribuyen en este evento solidario.

### ¿Cuáles creéis que son los factores que han influido en una mayor conciencia social?

La concienciación social ha venido gracias a la difusión y la información sobre esta enfermedad. Tanto en los grandes medios de comunicación como en las redes sociales se ha realizado una labor muy intensa de información sobre lo que es y lo que supone esta enfermedad.

La visibilidad y accesibilidad de la que goza ahora mismo ha hecho que en estos años se produjera una muy notable aceptación

y concienciación de la sociedad acerca de este tema. Cualquier persona que sale a la calle puede toparse con puestos informativos o campañas publicitarias de prevención de riesgos.

Desafortunadamente, otro de los motivos de esta mayor concienciación es el incremento más que considerable del número de cánceres que se detectan al cabo del año. El aumento de casos lleva consigo un aumento de las posibilidades de que directa o indirectamente se tenga un contacto con la enfermedad.

En este sentido la asociación ha hecho una apuesta muy firme a través de sus campañas de información y prevención. Sus campañas puntuales sobre diferentes aspectos para la prevención tienen un importante im-

pacto sobre la población.

### ¿Qué campañas realizáis a lo largo del año?

Las campañas de información y prevención las organiza la delegación provincial madrileña de la Asociación Española Contra el Cáncer. Además de las campañas a nivel autonómico, cada subdelegación puede organizar diferentes eventos para la recaudación de fondos.

Los eventos están institucionalizados en un calendario común y comienzan en el mes de febrero, el día 4, con motivo del Día del Cáncer, con una campaña de información global sobre qué es el cáncer, sus tipos y su prevención... Esta campaña tiene mucha difusión dentro de los medios de comunicación.

En el mes de marzo, el día 31, se celebra el Día del Cáncer de Colon. Este tipo de cáncer es uno de los más incidentes, tanto en hombres como en mujeres, y se puede prevenir. El día 31 de mayo se celebra el Día Sin Tabaco con una campaña de prevención del cáncer de pulmón, la primera causa de muerte en hombres y que cada vez afecta a más mujeres.

Con la llegada del verano se realiza la campaña del sol, enfocada a la prevención del cáncer de piel o melanoma. En esta campaña se hace especial hincapié en aspectos muy concretos, como son las medidas de protección contra la radiación solar. Ya el 19 de octubre se celebra el Día del Cáncer de Mama, con una campaña que pretende fomentar la realización de pruebas como mamografías y revisiones ginecológicas.

Además de las campañas de difusión, la asociación organiza otros eventos para la recaudación de fondos que se destinan a la investigación. El más importante es la cuestación, se celebra a comienzos del mes de junio y supone la mayor fuente de ingresos para la asociación. El evento es popularmente conocido por las huchas de recaudación que portan los voluntarios.

Además de este evento nacional, cada asociación local lleva a cabo otros propios para recaudar fondos. Durante muchos años AECC Valdemoro celebraba una cena benéfica; en la actualidad, y desde hace seis años, la asociación ha decidido apostar por una idea innovadora en su momento, como es la organización de una





*fitness*, impartida por cuatro monitores especializados de distintos centros deportivos del municipio, que de forma voluntaria clausuraron la marcha.

Esta sexta edición ha contado con el patrocinio de la empresa Total y con la colaboración de más de cincuenta empresas y entidades del municipio. Se ha obtenido una recaudación que ha sobrepasado 16 500 €, gracias a la numerosa participación e implicación de los valdemoreños y al incansable empeño de las voluntarias.

Todo el dinero que recaudan las diferentes delegaciones de AECC, como es el caso de la sede de Valdemoro, se destina a proyectos de prevención e investigación así como a campañas de información.

marcha social. La Marcha Contra el Cáncer cuenta con la participación de aproximadamente 3000 personas. El pasado 2 de abril se celebró la sexta edición, que discurrió por el centro del municipio. La salida tuvo lugar en la plaza de la Piña para recorrer las calles Estrella de Elola, Libertad, Illescas, la avenida de España y la calle Río Manzanares.

Dicho recorrido contó con la máxima difusión para dar a conocer el objetivo que se pretende, así como conseguir el mayor número de participación. Finalizó en el Pabellón de Deportes Río Manzanares, donde se impartió una *masterclass* de baile enfocado al

En el año 2015, AECC donó a la investigación 1,5 millones de euros. Gracias a estas contribuciones, la medicina ha conseguido conquistar grandes avances, como son unos tratamientos menos agresivos, una mayor eficacia y rapidez en la detección y diagnóstico o técnicas de intervención quirúrgica menos invasivas. ✕

Para más información sobre voluntariado o consultas puedes ponerte en contacto con la asociación a través del teléfono 918 083 701 o visitando su despacho ubicado en el Centro de Asociaciones (calle Río Manzanares 4) los martes en horario de tarde.



MATERIAL DE CONSTRUCCIÓN · GRANITOS, DIRECTO DE FÁBRICA · PAVIMENTOS Y REVESTIMIENTOS  
SANEAMIENTO Y MOBILIARIO DE BAÑO Y COCINA



Avda. Morcilleras, 18 – Polig. Ind. La Postura – 28343 Valdemoro, Madrid  
Telf: 91 895 02 72 – 91 895 57 28 (Exposición) - [www.gabinicolas.com](http://www.gabinicolas.com)

# Colegio Hélicon: ENTUSIASMAR

La elección de centro educativo es una de las decisiones más difíciles que tienen que acometer las familias. Los padres evalúan todas las opciones y se decantan por el colegio que creen que encaja mejor con sus expectativas formativas, educativas y en valores. Depositán su «tesoro más preciado», sus hijos, en manos de maestros y profesores del centro que les inspira más confianza.

Con apenas tres años, los niños comienzan su vida escolar en un centro en el que pasarán más tiempo que con su propia familia y que marcará su futuro educativo y personal.

Uno de los más demandados en Valdemoro es el Colegio Hélicon. Creado hace más de doce años, se ha convertido en un centro de referencia en la zona sur de Madrid. Un colegio a la vanguardia

de la innovación metodológica y la educación de calidad que ofrece un perfil de alumno preparado para afrontar todos los retos de futuro: fomenta sus fortalezas, destrezas y capacidades que le permiten desarrollarse y le sitúan como protagonista de su proceso de aprendizaje.

## **Bilingüismo, innovación metodológica y formación de calidad**

Uno de los principales activos del colegio son sus maestros y profesores, un claustro docente volcado en el cuidado de los más pequeños, en la formación y aprendizaje continuo en todas las etapas así como en la identificación de las necesidades educativas de cada alumno.





Las claves de su proyecto educativo son el desarrollo personal del alumno, el fomento de la creatividad y la sensibilidad, el desarrollo emocional, el entorno bicultural español-inglés —una verdadera inmersión lingüística más allá del aprendizaje del idioma—, la utilización de la tecnología como lenguaje para la organización y la abstracción, la potenciación de la sensibilidad y la preparación cultural y en valores de los alumnos para un mundo global. Es un centro inclusivo que atiende la diversidad en el aula.

Para conseguirlo, el equipo de docentes del colegio utiliza la herramienta INNOVA HÉLICON. Ellos lo definen como su fuerza motriz, la herramienta para conseguir el perfil de los alumnos. INNOVA HÉLICON incluye transformación metodológica y pedagógica, tecnologías y nuevas tecnologías, planes de mejora, formación del profesorado, procesos de calidad y espacios de aprendizaje singulares, lo que supone otorgar un papel aún más protagonista al alumno, ofreciéndole herramientas y estrategias para ir tomando las riendas de su proceso de aprendizaje.

El resultado es ENTUSIASMAR. Ellos lo definen como una «maravillosa revolución en su tarea de hacer escuela», «un carácter de cole», un conjunto de planes, programas, actividades y proyectos que disfrutan sus alumnos, los profes y las familias, que contribuyen a mejorar la motivación, el rendimiento, las capacidades y competencias de los alumnos, y a mejorar la calidad de la educación que se imparte en el centro, el aprendizaje y los resultados académicos. ENTUSIASMAR también da nombre a la hora complementaria diaria, una actividad que mejora las áreas o materias del currículo y estimula al alumno desde el deporte, el arte, la literatura o la ciencia mediante actividades que despiertan la curiosidad y el afán de conocimiento.

El colegio propone un modelo de aprendizaje de inglés, que se aleja del proyecto bilingüe propuesto por otros centros públicos y concertados. El programa bicultural Hélicon garantiza el aprendizaje de la lengua inglesa en su contexto, para conseguir que los alumnos se expresen con fluidez y naturalidad en inglés. Se alcanza

el bilingüismo sin dejar de impartir contenidos en castellano y sin condicionar ni obligar a seguir un modelo consistente en impartir materias en lengua inglesa para ganar a toda costa horas de este idioma. Está adscrito al Bilingual Excellent School (BES), un programa impulsado por la Asociación Escuela Excelente —de la que forma parte Hélicon— y certificado por Eduqatía y la Universidad de San Diego.

Otro de los elementos que diferencia la propuesta del colegio es el proyecto Vida de Centro, un área de diseño propio, aprobada por la Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid, que impulsa nuevos espacios de aprendizaje en horario curricular y permite a los alumnos desarrollar sus capacidades en función de sus intereses, fomentar su espíritu emprendedor, evaluar sus competencias, promover el intercambio de experiencias entre alumnos de distintos niveles e integrar el lema del centro: «Educar para la vida».

También es un centro concienciado con la sostenibilidad. Forma parte del programa internacional Ecoescuelas, cuyo objetivo es concienciar a la comunidad educativa y proponer acciones que promuevan el cuidado y la sensibilización medioambiental. Para ello, se trabaja en la gestión de residuos, el ahorro energético y el uso racional del agua. En tres años se confía obtener la Bandera Verde.

Colegio Hélicon fomenta el deporte y los hábitos saludables. Considera fundamental promover la correcta alimentación de sus alumnos, por lo que cuenta con cocina propia y menús equilibrados diseñados y supervisados por nutricionistas, con dietas especiales para celíacos y alérgicos.

Hélicon se ofrece como centro privado en las etapas de Educación Infantil primer ciclo (0 a 3 años) y Bachillerato, y en régimen de concierto educativo en Educación Infantil segundo ciclo, Primaria y Educación Secundaria Obligatoria. ✗

Para más información no dudes en visitar sus instalaciones en la calle María Curie 19 o ponerte en contacto en el teléfono 918 752 232 o en su página web [www.colegiohelicon.org](http://www.colegiohelicon.org).

# Crea Odontología

## Consejos para la salud dental de los más pequeños

La atención temprana es fundamental para la prevención de enfermedades como la caries

La clínica dental Crea Odontología nos hace llegar una recomendación de la Sociedad Española de Odontopediatría que tiene como objetivo prevenir las enfermedades bucodentales de los más pequeños. Estas forman parte de la **cartilla pediátrica de la Comunidad Valenciana** y son fruto del trabajo en equipo de pediatras y odontopediatras.

Crea Odontología quiere dar la mayor difusión a esta información, ya que puede ser de especial interés para papás y mamás, matronas, pediatras, personal educativo y cuidadoras.

### Bebés de 0 a 12 meses

Aproximadamente a los seis meses empiezan a aparecer los dientes de leche. En estos la caries se desarrolla con facilidad y puede destruir el diente rápidamente.

La caries es una enfermedad infecciosa producida por bacterias que pueden llegar a la boca del bebé desde la boca de los adultos que los cuidan, incluso antes de que aparezca el primer diente, y que pueden permanecer en zonas como la lengua o los pliegues de la mucosa de la boca, entre otras.

La caries en los dientes de leche es el principal factor de riesgo de caries para los dientes definitivos. Para poder prevenir esta enfermedad en los bebés debemos tener en cuenta los siguientes consejos:

- **Evitar hábitos que favorecen** la transmisión de bacterias desde la boca del adulto a la del bebé tales como compartir con el bebé cucharas, vasos, etc.; limpiar la tetina o el chupete del bebé con la boca; o soplar sobre la comida del bebé.
- **Limpiar las encías y la lengua** con una gasa humedecida con agua o un dedal de silicona después de cada toma. En cuanto aparezcan, los dientes deben limpiarse con un cepillo dental infantil, poniendo un barrillo de pasta dental fluorada de 500 ppm de flúor en el cepillado de la noche.
- No untar sustancias azucaradas en el chupete o la tetina del biberón.
- No dejar dormir al bebé succionando el biberón o el pecho, y limpiarle la boca y los dientes antes de dormir (durante el descanso nocturno hay menos cantidad de saliva que protege los dientes de las caries).
- Ofrecerle **solo agua** como bebida **entre las comidas**, utilizando un vasito a partir de los 6-9 meses.
- Seguir las pautas de alimentación indicadas en la consulta de pediatría, teniendo en cuenta que algunos alimentos sólidos favorecen el desarrollo muscular y el crecimiento de los huesos.
- Cepillarle los dientes después de las comidas, después de tomar bebidas azucaradas y tras la toma de jarabes o aerosoles. A partir de los 3 años de edad aumentar la cantidad de pasta y pasar al tamaño de un guisante. En niños con bajo riesgo de caries la cantidad de flúor será de 500 ppm.
- Abandonar el chupete y el biberón alrededor de los dos años.



### Niños de 1 a 5 años

A partir de esta edad es importante reducir la cantidad de comida triturada, ya que la masticación ayuda al correcto desarrollo de los maxilares. Para prevenir las enfermedades orales en los niños es conveniente **evitar** los alimentos con «**azúcares ocultos**»: golosinas, bollería, pan de molde, zumos envasados, refrescos, etcétera.

También es importante que acostumbremos al niño a calmar la sed con agua. Si le gustan los zumos de fruta, debemos ofrecerle como máximo uno al día, preferiblemente natural, y solamente durante las comidas.



### Niños de 6 a 14 años

En este periodo van apareciendo los dientes definitivos, se alcanza mayor autonomía en la alimentación (comidas fuera de casa, toma de decisiones, etc.) y va mejorando la destreza en el cepillado dental. Para prevenir las enfermedades orales en este rango de edad es conveniente:

- Una alimentación variada y equilibrada, limitando los alimentos dulces, líquidos o sólidos, entre las comidas (refrescos, batidos, zumos preparados, lácteos azucarados, helados, aperitivos, etc.).
- Limitar los almuerzos y meriendas con **alimentos pastosos y dulces** (bollería industrial, cremas de chocolate, mermelada, etc.) o con aperitivos salados. Estos pueden sustituirse, por ejemplo, por bocadillos de queso o fruta.
- Supervisar el cepillado dental del niño, y ayudarle hasta que tenga la suficiente destreza (8-9 años). Es recomendable utilizar pasta dental con más de 1000 ppm de flúor. Es fundamental el cepillado después de la última comida sólida o líquida antes de acostarse.
- Acudir a las revisiones cada 6 meses de la consulta de odontología.



Para cualquier duda o consulta puedes acudir al equipo de profesionales de la Clínica Crea Odontología en sus redes sociales @creavaldemoro o mediante su teléfono de consultas: 911 744 720. También puedes visitar su centro en la calle Anna Frank 9.



Sección patrocinada por Crea Odontología  
Calle Anna Frank, 9 • Valdemoro, Madrid  
teléfono 911 744 720

**MODA.**  
by Julián Villar, Ncuadres







Fotografía: Julián Villar  
Modelos: Sara López, Ana María Kaloyanova y Paula García  
Estilista: Elena García  
Ropa y complementos: Nów boutique. C/ Infantas, 6



¿Conoces todas las ventajas  
de la ortodoncia temprana?  
...te sorprenderán

Síguenos en  creavaldemoro

**CREA**<sup>®</sup>  
Odontología

Si tu hij@ tiene 7 años ha llegado el momento  
de su primera revisión de ortodoncia

**Plan familiar**

APROVECHA  
AHORA

**20%**  
de descuento

Consulta la promoción

**ORTODONCIA INFANTIL**

FINANCIACIÓN SIN INTERESES

Dr. A. Delgado N° Colg. 28005499 · Dra. P. Inarejos N° Colg. 28005496 | CENTRO SANITARIO AUTORIZADO N° CS10621

Primera  
visita  
gratuita

**CENTRO ODONTOLÓGICO PARA TODA LA FAMILIA**

SOMOS ESPECIALISTAS EN ODONTOLÓGIA PEDIÁTRICA

DISEÑO DE SONRISA · ODONTOLÓGIA ESTÉTICA · SÍNDROME DOLOR-DISFUNCIÓN · REHABILITACIÓN ORAL · PERIODONCIA E IMPLANTES  
ODONTOLÓGIA MATERNO-INFANTIL · ODONTOLÓGIA MÍNIMAMENTE INVASIVA · ODONTOPEDIATRÍA · ORTODONCIA · IMPLANTOLÓGIA



facebook.com/creavaldemoro  
@creacolegiata

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



**CREA**<sup>®</sup>  
Odontología

CITA PREVIA

**91 174 47 20**

ANA FRANK, 9. VALDEMORO

# Teléfonos de interés

|  |             |   |             |   |                           |
|--|-------------|---|-------------|---|---------------------------|
| Área Económica .....                                 | 918 099 661 | Centro de Servicios Sociales (El Restón) .... | 918 099 665 | Parroquia Santiago Apóstol .....                            | 686 527 529               |
| Área de Discapacidad .....                           | 918 657 301 | Centro Social Vicente Ferrer .....            | 918 099 671 | Parroquia San Vicente de Paúl .....                         | 918 762 523               |
| Área de Medio Ambiente .....                         | 918 099 684 | Colegio Hélicon .....                         | 918 752 232 | Perrera Municipal .....                                     | 918 099 684               |
| Área de Mujer .....                                  | 918 099 666 | Colegio Lagomar .....                         | 918 083 643 | Piscina Climatizada Valdesanchuela .....                    | 918 099 605               |
| Aulas Infantiles y Casa de Niños .....               | 918 956 575 | Colegio Marqués de Vallejo .....              | 918 950 059 | Registro de la Propiedad .....                              | 918 018 830               |
| Biblioteca Municipal Juan Prado .....                | 918 099 648 | Colegio de Nuestra Señora .....               | 918 080 375 | Renfe (Información) .....                                   | 902 320 320               |
| Biblioteca Municipal Ana M <sup>ª</sup> Matute ..... | 918 099 629 | Colegio Sámer Calasanz .....                  | 918 951 130 | Residencia Municipal de Mayores .....                       | 918 762 658               |
| Bolsa de empleo .....                                | 918 099 681 | Colegio San José .....                        | 918 950 922 | SAD Serv. Ayuda Domicilio .....                             | 918 099 657               |
| C.E.I.P. Cristo de la Salud .....                    | 918 954 140 | Colegio Valle del Miro .....                  | 918 658 070 | SER (Serv. de Estacionamiento Regulado) ..                  | 918 019 251               |
| C.E.I.P. Diego Muñoz Torrero .....                   | 911 744 348 | Colegio Nobelis .....                         | 918 658 125 | SIE, Policía Local y Prot. Civil .. 092 / 918 092 213 / 112 |                           |
| C.E.I.P. Doña Leonor del Álamo .....                 | 918 762 311 | Correos .....                                 | 918 951 207 | Serv. De Orientación Psicopedagógica .....                  | 918 018 233               |
| C.E.I.P. Pedro Antonio de Alarcón .....              | 918 094 732 | Emergencias .....                             | 112         | Tanatorio Municipal .....                                   | 918 954 256               |
| C.E.I.P. Doña Fray Pedro de Aguado .....             | 918 955 956 | Escuela Comarcal Arzobispo Morcillo .....     | 918 950 116 | Tanatorio Municipal (guardia) .....                         | 639 618 601               |
| C.E.I.P. Fuente de la Villa .....                    | 918 091 946 | Escuela Infantil Ailantos .....               | 918 955 900 | Taxis .....   | 918 951 594 / 918 080 411 |
| C.E.I.P. Maestro Román Baíllo .....                  | 918 950 838 | Escuela Infantil Jacaranda .....              | 918 014 607 | Unidad de Sanciones .....                                   | 918 099 679               |
| C.E.I.P. Nuestra Señora del Rosario .....            | 918 953 309 | Escuela Infantil Los Olivos .....             | 918 018 271 | Universidad Popular de Valdemoro (UPV) ..                   | 918 099 677               |
| C.E.I.P. Pedro López de Lerena .....                 | 918 953 941 | Escuela Infantil Los Paraísos .....           | 918 084 808 | UNED .....  | 918 657 310               |
| C.E.I.P. Vicente Aleixandre .....                    | 918 095 481 | Escuela Infantil Los Sauces .....             | 918 083 102 | Voluntariado .....  | 918 018 243               |
| Casa de Acogida .....                                | 918 955 883 | Escuela M. de Música y Danza .....            | 918 018 234 | <b>Áreas municipales</b>                                    |                           |
| Casa de la Juventud .....                            | 918 099 664 | Escuela Oficial de Idiomas .....              | 918 017 296 | Ayuntamiento .....  | 918 099 890               |
| Casa Parroquial .....                                | 918 950 220 | Gesvival .....                                | 918 083 528 | Cultura .....   | 918 099 620               |
| Centro Actividades Educativas .....                  | 918 099 607 | Guardia Civil (Puesto) .....                  | 918 099 405 | Deportes .....  | 918 099 605               |
| Centro de Asociaciones .....                         | 918 099 677 | Guardia Civil de Tráfico .....                | 918 950 073 | Empleo y Comercio .....                                     | 918 099 680               |
| Centro de Barrio El Restón .....                     | 918 099 670 | Hospital Universitario Infanta Elena .....    | 918 948 410 | Urbanismo, Servicios y Deportes .....                       | 918 099 636               |
| Centro de Barrio La Estación .....                   | 918 099 672 | I.E.S. Avalón .....                           | 918 953 211 | Educación .....   | 918 099 637               |
| Centro Cultural Juan Prado .....                     | 918 099 620 | I.E.S. Maestro Matías Bravo .....             | 918 018 044 | Hacienda .....  | 918 099 661               |
| Centro de Día (Residencia de Mayores) ..             | 918 762 658 | I.E.S. Neil Armstrong .....                   | 918 019 061 | Juventud .....  | 918 099 664               |
| Centro de Día San Luis Gonzaga .....                 | 625 175 722 | I.E.S. Villa de Valdemoro .....               | 918 954 211 | Mayores .....   | 918 099 682               |
| Centro de Día Juan Pablo II .....                    | 918 019 975 | Juzgado n.º 1 .....                           | 918 955 050 | Medio Ambiente y Servic. de la Ciudad .....                 | 918 099 683               |
| Centro de Educación de Adultos .....                 | 918 018 215 | Juzgado n.º 2 .....                           | 918 018 412 | Participación Ciudadana y Voluntariado ..                   | 918 099 677               |
| Centro de Empresas .....                             | 918 095 966 | Juzgado n.º 3 .....                           | 918 018 413 | Recursos Humanos .....                                      | 918 099 890               |
| Centro Municipal de Mayores .....                    | 918 099 682 | Juzgado n.º 4 .....                           | 918 351 904 | Régimen Interior .....                                      | 918 099 890               |
| Centro Ocupacional Estrella de Elola .....           | 918 099 659 | Juzgado n.º 5 .....                           | 918 351 908 | Seguridad Ciudadana, Tráfico, Protección                    |                           |
| Centro Ramón Areces .....                            | 918 099 680 | Juzgado n.º 6 .....                           | 918 351 913 | Civil y Emergencias .....                                   | 918 092 213               |
| Centro de Salud calle Parla .....                    | 918 955 000 | Juzgado n.º 7 .....                           | 918 955 050 | Servicios Sociales .....                                    | 918 099 639               |
| Centro de Salud El Restón .....                      | 918 018 400 | OMIC .....                                    | 918 099 678 | Sanidad .....   | 918 018 242               |
| Centro de Salud El Restón (urgencias) .....          | 918 085 940 | Parroquia Nuestra Señora del Pilar .....      | 918 094 979 | Consumo .....   | 918 099 678               |
| Centro de Servicios Sociales .....                   | 918 099 639 | Parroquia Ortodoxa Rumana .....               | 642 603 855 | Turismo .....   | 918 018 245               |

¿ BUSCAS



ADMINISTRADOR?

¿ QUIERES PAGAR MENOS IMPUESTOS?

Te confeccionamos y presentamos tú declaración de IRPF.

Renta  2016

Sin cita previa  
(10% de descuento presentando este cupón).

Avda. Mar Mediterráneo, 172 Local 2 • 28341 Valdemoro, MADRID  
info@gescibeles.com • [www.gescibeles.com](http://www.gescibeles.com)

**gil & Berrocal**

Experiencia, Calidad y Excelencia

PREMIO EXCELENCIA PROFESIONAL 2015 ★

Despacho de Abogados y Correduría de Seguros

Estrella de Elola, 11C - piso 1ºF • 28341 Valdemoro, Madrid • teléfono: **91 808 18 38** • [www.gilberrocal.com](http://www.gilberrocal.com)

# Dos valdemoreños disputarán una de las competiciones más extremas por el Sáhara

Ignacio Ruiz y Jorge Narváez participarán en la Marathon des Sables 2017

Dos vecinos valdemoreños, Ignacio Ruiz Manzanero y Jorge Narváez Vega, deportistas populares, participarán en el que será, sin duda, el reto deportivo de sus vidas: competir en la Marathon des Sables. Se trata de una de las carreras por etapas más dura,

despiadada y prestigiosa del mundo, y se celebrará del 7 al 17 de abril del 2017. Son personas normales, trabajadores, padres de familia y con poco tiempo libre para entrenar, pero que con su afán de superación, ilusión, esfuerzo, tesón y disciplina pretenden vivir su lema: «Lo único imposible es aquello que no intentas».

Marathon des Sables es una carrera extraordinaria, más de 250 kilómetros (cuatro maratones, entre estos una ultra de al menos 80 kilómetros) que discurren por el mismo centro del desierto del Sáhara en Marruecos. Cada corredor debe llevar su propio alimento, saco de dormir y otros utensilios, cargando una mochila que ronda los 11 kilogramos de peso, durante los siete días de competición. Los organizadores solo les proporcionarán agua (racionada) y una jaima para dormir.

Deberán correr por lechos de ríos secos, dunas de varios metros de desnivel, terrenos de roca, y planicies desérticas. La temperatura alcanzará, durante el día, los 40 °C, pasando a temperaturas totalmente gélidas durante la noche.

A su vuelta, desde *La revista de Valdemoro* tendremos la oportunidad de conocer de primera mano esta gran aventura por el desierto. Hasta entonces solo nos queda desearles mucha suerte a nuestros dos aventureros valdemoreños. ✕



✿ Feliz ✿  
dia  
de la madre  
Best MOM Ever

tlf.91.808.27.68

fotoRegalos

tu mejor regalo para el día de la madre

Chancas

Puzzles    Cojines    Alfombras de ratón    Tazas

**Centro Ortopédico Cuadrado**

MEJORA  
TU CALIDAD DE VIDA

www.ortopedia-cuadrado.es

Ortopedia técnica a medida

- Plantillas, corsés, fajas, rodilleras, aparatos...
- Ortopedia Pediátrica.
- Estudio de la pisada.

Ayudas Técnicas

- Sillas de ruedas, andadores, camas, grúas...
- Ayudas para el WC.
- Productos antiescaras.

Nueva dirección: Plaza de la Constitución esquina Doctor La Calle, Valdemoro · t.91 808 30 63

## II Pedaleo Solidario Valdemoro

El equipo Top Ciclo organiza la segunda edición de Pedaleo Solidario Valdemoro, que se celebrará el próximo 6 de mayo a partir de las 17:00 horas en la Plaza de Toros de Valdemoro. Ciento cincuenta bicicletas solidarias no pararán durante los tres turnos de pedaleo, que estarán guiados por instructores de tres equipos: Spirit Cycling, Top Ciclo y Cycling Róom.

Como colofón a la tarde, a las 21:00 horas habrá una sorpresa que ponga broche al evento solidario. Las reservas se harán mediante una aportación solidaria de 30 euros, que irán destinados íntegramente a la asociación Con Otra Mirada, a la que va dirigida el evento. Este tiene como objetivo fomentar la participación de los vecinos en las causas solidarias, integrar a las personas con discapacidad en la sociedad y, por último,

promocionar la práctica del ciclismo *indoor* en el municipio.

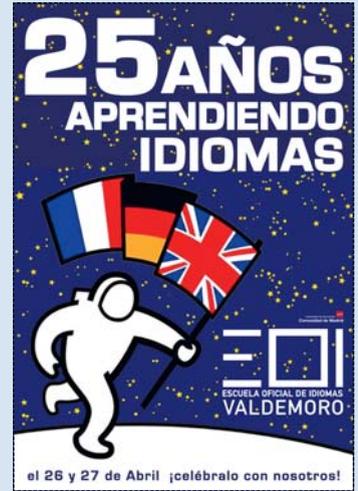
Para más información puedes contactar con la asociación Con Otra Mirada y en la siguiente web: <http://eventocycling.es/>. X



## Escuela Oficial de Idiomas de Valdemoro: XXV Aniversario

La Escuela Oficial de Idiomas de Valdemoro celebra su primer cuarto de siglo. Los días 26 y 27 de abril llevará a cabo diferentes actividades que girarán en torno a los tres idiomas que se imparten: alemán, inglés y francés. Desde las 16:00 hasta las 21:00 horas, en el Centro de Actividades Educativas de Valdemoro (calle Cuba, s/n), los asistentes podrán disfrutar de gincana, cortos, baile y canto, caza del tesoro o pasapalabra, en otros. Al acto acudirán las autoridades municipales y se desarrollará un taller de lenguaje de signos, un *photocall* y una exposición de regiones y paisajes alemanes. El Coro de Idiomas de la EOI de Villaverde cantará canciones en diversas lenguas y, por tercer año consecutivo, tendrá lugar la Actividad de Música organizada conjuntamente con la Escuela Municipal de Música y Danza de Valdemoro. También se entregarán los premios de los concursos de relatos y fotografía, y se proyectará una presentación sobre la escuela.

Para más información puedes visitar el programa completo en su página web: [www.eoivaldemoro.es](http://www.eoivaldemoro.es). X



## Nuevo tratamiento con INDIBA<sup>®</sup> activ para la aceleración del proceso antiinflamatorio en Clínica Reyes Medina

INDIBA<sup>®</sup> activ  
TERAPIA CELULAR ACTIVA  
vuelve a tu actividad  
diaria rápidamente

INDIBA<sup>®</sup> activ  
TERAPIA CELULAR ACTIVA

Solución EFICAZ para:

- Acelerar la recuperación
- Aliviar el dolor
- Facilitar la movilización
- Tratar dolores recurrentes
- Reducir la inflamación

- ARTROSIS, PERIARTRITIS
- LUMBALGIA, DORSALGIA, CERVICALGIA
- ESGUINCES, FRACTURAS, LESIONES MUSCULARES
- TENDINITIS Y BURSITIS, DOLORES INGUINALES
- PROBLEMAS DEL SUELO PÉLVICO
- TRATAMIENTOS DE FISISOESTÉTICA

Promoción especial  
NUEVO LANZAMIENTO

## acelera el proceso natural de recuperación de tu cuerpo

Gracias al Sistema Proionic<sup>®</sup> permite activar el metabolismo celular restableciendo su equilibrio, aumentando la vasculación y la temperatura interna en los tejidos tratados.

El resultado es una rápida **aceleración de los procesos naturales de recuperación** del cuerpo humano, **aliviando el dolor** desde la primera sesión.

INDIBA<sup>®</sup> activ restablece la recuperación de los movimientos, normaliza el tono muscular e incrementa la elasticidad. Al mismo tiempo, el drenaje producido por INDIBA<sup>®</sup> ayuda a **disminuir la inflamación**.



REYES GABINETE MEDINA FISIOTERAPIA

RESERVA TU PLAZA  
918 955 721



# Nuevo Hyundai i30. Move on.



## Evolución. Superación. Emoción.

¿Conformarse? No es tu estilo, ni el nuestro. ¿Evolucionar? Siempre. De esta filosofía surge el Nuevo Hyundai i30. Con él nos volvemos a superar y superamos al resto. Porque el Nuevo i30, además de sorprender con su diseño y sistemas de conectividad, es el único que viene con Hyundai Active Safety Pack. Un sistema total de seguridad activa que le hace único en su categoría: frenada autónoma en ciudad y carretera, sistema de aviso de pre-colisión, control de cruce y limitador de velocidad, sistema activo de cambio involuntario de carril, detector de fatiga del conductor y sensor de encendido automático de luces de carretera.

Y para que además, te sientas también tranquilo fuera del coche, como siempre tienes:

- 5 años de garantía sin límite de km.
- 5 años de asistencia en carretera.
- Y financiándolo, 5 años de mantenimiento.

Acércate a tu concesionario Hyundai y encuentra la financiación a tu medida. ¿A qué esperas? Move on.

Nuevo Hyundai i30 desde 14.900€.

Nombre del concesionario.

ZONAUTO SUR, S.L. Antigua Ctra. Andalucía, km 43,500 28300 Aranjuez, Madrid Tel.: 91 809 02 25



Gama Nuevo Hyundai i30: Emisiones CO<sub>2</sub> (gr/km): 99-125. Consumo mixto (l/100km): 3,8-5,5.

PVP recomendado en Península y Baleares para i30 PD 1.0 TDDi 88,3 kW 120cv KLASA (14.900€) Incl. IVA, transporte, imppto. Matriculación, descuento promocional, aportación de concesionario, oferta de mantenimiento y Descuento Renueva tu Hyundai aplicable a la entrega de un vehículo Hyundai en la compra del nuevo. Oferta aplicable para clientes particulares que financien con el producto Cinking Solución Flexible a través de Santander Consumer EFC S.A un importe mínimo de 11.000€ a un plazo mínimo de 36 meses y una permanencia mínima de 36 meses. Financiación sujeta a estudio y aprobación de la entidad financiera. Oferta válida hasta 31/03/2017. Modelo visualizado: nuevo i30 Style. Mantenimiento vinculado a la financiación del vehículo. \*La garantía comercial Hyundai de 5 años sin límite de km será sólo aplicable a vehículos adquiridos en la Red Oficial de Concesionarios Hyundai. Consulta las condiciones de oferta, mantenimiento y garantía en la red de concesionarios Hyundai o en [www.hyundai.es](http://www.hyundai.es)

# WE LOVE VICTORY!

## VICTORIA EN DAKAR, CONSAGRACIÓN EN GINEBRA.



## NUEVO SUV PEUGEOT 3008 CAR OF THE YEAR



PSA FINANCE

Gama Nuevo Peugeot 3008: Consumo mixto (L/100 km): desde 3,5 hasta 7,6. Emisiones de CO<sub>2</sub> (g/km) desde 92 hasta 174.

## NUEVO SUV PEUGEOT 3008

MOTION & EMOTION



PEUGEOT

ATRANSA. Ctra. de Andalucía, km. 44. 28300 ARANJUEZ. Telf.: 91 891 86 40. [www.atransa.es](http://www.atransa.es)



## Encuentro con el fotógrafo Carmelo Redondo

La Asociación Fotográfica Locos por la Réflex organiza su tercera charla sobre fotografía. Esta vez correrá a cargo del fotógrafo de moda Carmelo Redondo, director y fundador de la revista *Intimely Magazine*. Carmelo realizará en directo un retoque fotográfico especial para moda y explicará cómo se lleva a cabo.

El evento se celebrará el próximo día 28 de abril a las 19:00 horas en el Centro de Asociaciones Pedro Zerolo (calle Río Manzanares 4). Existe un aforo limitado a 150 personas. ✕

## Fiesta infantil IV Aniversario Asociación Las Secuoyas

La Asociación Juvenil Las Secuoyas celebra el próximo domingo 23 de abril de 2017 la Fiesta del IV aniversario de esta agrupación de jóvenes de Valdemoro y alrededores en el Pabellón Río Manzanares de la localidad madrileña. La fiesta, a la que podrán acudir todas las familias de Valdemoro y de otros pueblos cercanos, contará con diversos juegos tradicionales y cooperativos, talleres de manualidades, divertidos hinchables, actuaciones y actividades para todas las edades. Este año, gracias a la colaboración de asociaciones de-

dicadas a la atención a las personas con diversidad funcional, las actividades serán totalmente accesibles, y será la temática principal del evento «Por la inclusión en el deporte». Los niños, niñas y familias podrán disfrutar de esta actividad a partir de las 10:00 de la mañana, y hasta las 14:00 horas. La entrada es libre y gratuita. La asociación anima a las familias a colaborar con AVALSO, que venderá bocadillos y bebidas durante todo el evento y destinará la recaudación obtenida de forma íntegra a sus proyectos sociales en Valdemoro. ✕



Desde 1970

# La Buha

Tabernas - Vinotecas - Restaurantes

## Un local diferente

Desayunos variados  
Menús del día, y fin de semana  
Eventos familiares  
Exquisitas raciones variadas  
Sulcuenta barra de tapas  
Tanques de cerveza natural  
Vinoteca, más de cien reseñas  
carta de cocteles  
El apreciado Gin Tonic

**GRUPO EL BUO, MADRID**

EL BUO CHUECA: Gravina, 4 · t.91 521 74 98  
 EL BUO LA LATINA: Humilladero, 4 · t.91 354 69 03  
 EL BUO VALDEMORO: Camilo José Cela, 12 · t.91 808 46 96  
 LA BUHA LA LATINA: Pza. de la Cebada, 10 · t.91 366 11 60  
 LA BUHA VALDEMORO: Dr. Fleming, 26 · t.91 808 16 76

**NEW LA BUHA CHUECA\*: Gravina, 6 · t.91 795 99 77**

Visítanos en:

www.tabernaselbuo.es

**S.C.I. Madrid, s.l.**  
**VENTA, INSTALACION Y MANTENIMIENTO DE SISTEMAS CONTRA INCENDIOS**



Oficinas y talleres:  
 Narciso Monturiol, 22 - Nave 1 - Edificio 1  
 Valdemoro, Madrid

Telf. 91 865 84 63 - Móvil: 675 83 34 85  
 mail: info@sistemascontraincendiosmadrid.com  
 web: www.sistemascontraincendiosmadrid.com

AUTORIZADO MINISTERIO DE INDUSTRIA REGISTRO INDUSTRIAL 201202



**Taller Mecánico *multimarca***  
**VEHÍCULOS DE OCASIÓN**  
 nombelautoautomocionsl@outlook.com

Frente a la **itv** de Valdemoro

Polígono Industrial Las Canteras · calle de La Granjilla, 9 · nave 26  
 28340 Valdemoro, Madrid · m.: 657 983 083 · f.: 91 199 08 30



Calle de las Vacas, 17  
 28341 Valdemoro  
 t.910 256 268  
 m.635 850 584

www.dentalvaldemoro.es  
 ClínicaDentalDyDValdemoro

**1.ª VISITA GRATUITA Y FINANCIACIÓN SIN INTERESES HASTA 24 MESES**



**CISCO PELUQUEROS**

**CISCO Peluqueros te ofrece:**

- Últimas tendencias.
- Asesoramiento para tu imagen.
- Tratamientos de keratina.
- Cambios de imagen.
- Peinados de novias y niñas comunión.
- Información de posticera.
- Extensiones.
- Tarjetas de regalo adaptadas para ti.

**[ Llámarnos e infórmate!!! ]**

Osa Menor, 1 • Esquina Duque de Lerma  
 28341 Valdemoro, Madrid • t.91 895 63 05

Repolarización natural para el cabello

Nail art  
 Pedicura  
 Depilación con hilo



Acrílico  
 Gel  
 Parafina  
 Manicura  
 Depilación con cera

**Llama e infórmate de las ofertas de apertura.**

Móvil: 675 54 14 34 steffnailsj@gmail.com  
 Calle Apóstol Santiago - esquina San Vicente de Paúl N22 28342 Valdemoro  
 SteffNailsAndJuices SteffNailsAndJuices

**Ainlimp Servicios**  
**SERVICIOS INTEGRALES DE LIMPIEZA**

- Primeras Limpiezas de Obras en general.
- Mantenimientos Diarios (Naves Industriales, Colegios, Centros Comerciales...)
- Limpieza de Comunidades, Oficinas y Grandes Superficies.
- Limpieza de Cristales y Escaparates, tiendas, bares...
- Abrillantados, encerados y pulidos de suelos (tratamientos posteriores).
- Limpieza de Alfombras y Moquetas (mediante máquina Champuneadora).
- Desinfección, desinsectación y desratización (Control de Plagas).

*Presupuestos sin compromiso*

C/ Virgen de las Nieves, 2 - 28300 Aranjuez, Madrid  
 Tel. 91 892 06 60 - 648 651 446 - comercial@ainlimp.com

**AUTO CRISTAL**  
**RALARSA®**

**REPARACIÓN Y SUSTITUCIÓN DE LUNAS DE AUTOMÓVIL**

**OFERTA!! TINTADO DE LUNAS 70€**  
 TODOS LOS COCHES 3, 4 Y 5 PUERTAS

**91 113 86 01**  
 www.ralarsa.com  
 valdemoro@ralarsa.com



C/ Antonio Van De Pere, 9  
 28342 Valdemoro, Madrid



**CERVEZA & PLACER**  
 Tienda Gourmet

- Gran variedad de cervezas artesanas y de importación.
- Quesos artesanos, vinos, licores gallegos y dulces de Tarancón.
- Selectos aperitivos.

Calle del Carmen, 5 • 28341 Valdemoro  
 Pedidos a domicilio: 91 082 76 33  
 www.cervezayplacer.com



**EL RINCÓN DE LUIS**  
 RESTAURANTE  
**EL RINCÓN DE LUIS**  
 cocina artesanal

Calle Grande, 31 • 28359 Titulcia, Madrid • t. 91 801 01 75 / 91 801 00 82  
 info@elrincondeluis.com • www.elrincondeluis.com

RESTAURANTE  
**MERRY CITY**  
美 丽 城

**COMIDA CHINA A DOMICILIO**  
**☎ 91 801 71 57 / 91 801 70 78**

Horario: De 12.00 a 16.30h y de 20.00 a 24.00h. **Abierto todos los días**  
Lunes por la tarde cerrado por descanso, excepto festivos.  
**PEDIDO MÍNIMO 12.00 EUROS**

Avda. Andalucía, 11 • 28340 Valdemoro, Madrid

**ELECTRODOMÉSTICOS - TV COLOR**  
**SONIDO - ORDENADORES**  
**AIRE ACONDICIONADO**  
**MUEBLES DE COCINA**

*Electrodomésticos*  
**VALDEMORO**



**TIEN 21**

**C/. Libertad, 37**  
Tfnos. 91 808 16 18 - 91 808 26 42  
28340 Valdemoro (Madrid)

Su publicidad **AQUÍ**  
desde **75 euros/mes**  
La revista de valdemoro  
**687 714 422**

Su publicidad **AQUÍ**  
desde **40 euros/mes**  
La revista de valdemoro  
**687 714 422**

**A.C.H.E.**  
REPROGRAFIA

**25 AÑOS** CON LA MEJOR IMPRESIÓN EN VALDEMORO  
Envía tus archivos por mail y pásate a recogerlos

FOTOCOPIAS • PLANOS • IMPRENTA • ENCUADERNACIÓN • PLASTIFICADOS  
SELLOS DE CAUCHO • SERVICIO DE FAX • CARTELERÍA • LONAS  
ROTULACIÓN • VINILOS • PEGATINAS...

Plaza de la Constitución, 17 • 28341 Valdemoro, Madrid  
t.91 895 26 66 / m.691 479 811 / [acherepro@telefonica.net](mailto:acherepro@telefonica.net)

## índice de anunciantes

|                              | página |
|------------------------------|--------|
| Phone House                  | 2      |
| Galenas Health & Beauty      | 3      |
| Audidat Protección de Datos  | 4      |
| Acristalamientos Avila       | 5      |
| Marga Costura                | 5      |
| Clínica Dental Valdemoro     | 7      |
| Máxima Motos                 | 7      |
| Vidasana                     | 8      |
| Colegio Nobelis              | 9      |
| OrthoSports                  | 10     |
| Filtros Ancora               | 10     |
| Ferretería Gutierrez         | 11     |
| Centro Médico Beatriz Ayllón | 12     |
| Elephant Troumpet            | 13     |
| Valdesalud                   | 15     |
| Colegio Hélicon              | 17     |
| Factoring Chimeneas          | 19     |

|                                   | página |
|-----------------------------------|--------|
| Clínica Puerta del Moro           | 21     |
| Fisioterapia David Yañez          | 21     |
| Ache Repografía                   | 25     |
| Centro Deportivo Overall          | 27     |
| Colegio Nobelis                   | 29     |
| Instalaciones Mongas              | 31     |
| Vianda Natural                    | 33     |
| Gabino Nicolás e hijos            | 35     |
| Crea Odontología                  | 43     |
| Gil & Berrocal                    | 44     |
| Gescibeles Administradores Fincas | 44     |
| Fotoprix                          | 45     |
| Centro Ortopédico Cuadrado        | 45     |
| Reyes Medina Fisioterapia         | 46     |
| Grupo Rasche                      | 47     |
| La Buha                           | 48     |
| Dismatyre                         | 52     |

# CURSOS D FOTOGRAFÍA

Cursos y talleres de fotografía

## Curso básico de fotografía

- Dos meses, mayo y junio / 3 horas un día a la semana

Jueves de 9.30 a 12.30h / Lunes de 16.00 a 19.00h / Miércoles de 19.00 a 22.00h.  
Tenemos distintos horarios para distintos niveles, pide información.

Si quieres estar informado sobre los cursos que vamos programando mándanos un mail y te iremos mandando la programación.

Amplia la información en  
[www.ncuadres.com](http://www.ncuadres.com)



Asociación Fotográfica   
**Ncuadres**  
Talleres y Clases Magistrales

Si quieres más información ponte en contacto con la Asociación Ncuadres a través del correo [ncuadres@gmail.com](mailto:ncuadres@gmail.com) o por teléfono al 912 849 494 o móvil 601 371 013.

También puedes seguirnos en Facebook: [ncuadresformacion](https://www.facebook.com/ncuadresformacion),  
Instagram: [@ncuadres](https://www.instagram.com/ncuadres) o en Twitter: [@ncuadres](https://twitter.com/ncuadres).

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

Avenida de Andalucía, 28 (a la espalda, entrada por la calle Matadero).



Tu taller de confianza



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

- Maquinaria de última generación de CORGHI
  - Taller de 500 m<sup>2</sup>
  - Equipo de profesionales con amplia experiencia en el sector
  - Arreglo de pinchazos, equilibrados, paralelo de turismos, furgonetas y camiones pequeños hasta 3.500 kg
  - Montaje de ruedas nuevas, de todas las marcas
  - Inflado con nitrógeno
- Mecánica general de mantenimiento:
    - Amortiguación
    - Rodamientos
    - Luces
    - Transmisiones
    - Rótulas
    - Cambios de aceite
    - Distribución
    - Escapes
    - Frenos
    - Dirección
    - Embragues
    - Filtros
  - Servicios de autodiagnóstico, recambios, montaje de cubiertas y servicio a domicilio tanto de recogida como de entrega de vehículos



**TRATO PERSONALIZADO  
PRECIOS COMPETITIVOS**

Puedes visitarnos en la Avenida de Andalucía 127 (Polígono Industrial Albresa), Valdemoro (Madrid) en horario de 9 a 14 h y de 16 a 20 h de lunes a viernes y los sábados de 9 a 13 h o a través de los teléfonos 640 226 002 – 91 801 95 36 y la dirección de correo electrónico: [contacto@dismatyre.com](mailto:contacto@dismatyre.com)

