

La revista de **Valdemoro**.com



NÚMERO 11

MAYO 2016

EJEMPLAR GRATUITO



Escuela Municipal de **Música y Danza** R E P O R T A J E

Ángel Utrillas, escritor • Asociación de Familiares de Enfermos Mentales de Valdemoro • Asociación de Investigación Histórica Las Fuentes de la Villa • Emprendedores, la apertura de actividades económicas
Además: comercio, moda, noticias, eventos...



ASSISSER

Asesoría integral

Asesoría Jurídica • Penal • Civil • Matrimonial • Mercantil • Concursos Acreedores • Asesoría Fiscal • Contable • Asesoría Laboral • Transferencias de Tráfico • Herencias • Asesoría Financiera
Servicios Generales

1ª CONSULTA GRATUITA. VEN Y CONOCENOS EN:

C/ Ramón Areces, 2 · 28342 Valdemoro, Madrid

Telf.: 91 801 83 52 · info@assisser.com · www.assisser.com

Planificación Fiscal 2016

**INICIO
CAMPAÑA
SOCIEDADES**

Campaña de Renta ejercicio 2015

Empleados, Profesionales y Empresarios. Estudiamos, valoramos y aconsejamos la mejor opción para la confección de su declaración de Renta 2015 y planificamos su declaración de 2016.



MAPFRE

Descubre qué si cuentas con nosotros tendrás muchas ventajas:

- Desde donde quieras: www.mapfrevaldemoro.com
- En nuestra oficina: C/ Ramón Areces, 2 (Junto al Parque del Cristo)
28342 Valdemoro, Madrid
Telf.: 91 808 41 60 Fax 91 895 22 57
Horario L-V: 9:30-14:00 / 17:00-20:30h



BONIFICACIONES DE HASTA **55%**

Queremos

Ser tu oficina

¿Quieres alquilar o vender tu inmueble?



Buscas alquilar o comprar?

Podemos ayudaros
con todo este trámite

18 años
nos avalan en el
sector inmobiliario

ICM

INMOBILIARIA

C/ Ramón Areces, 2
28342 Valdemoro, Madrid
t. 91 808 5077
m. 620 952 515
www.inmoicm.com
www.icminmobiliaria.com

■ EN PORTADA
Fotografía realizada por Ncuadres



Editorial

→ Por José Manuel López, director

Es un gusto saludarlos y darles una cordial bienvenida al número de mayo de La Revista de Valdemoro. Estamos muy contentos y honrados por la gran aceptación que ha tenido la revista en nuestro municipio; somos un equipo de vecinos de Valdemoro pertenecientes al mundo de la información sin ninguna vinculación a organismos o instituciones, con una línea editorial marcada por la ausencia de contenido de índole político; y este mes no será la excepción.

Una vez más hemos constatado que en nuestro pueblo vivimos entre personas con grandes valores humanos que, individual o colectivamente, hacen de Valdemoro un buen sitio para vivir. Un ejemplo de ello es el escritor Ángel Utrillas, contador de historias cuyos relatos parten de la realidad para llevarnos a un mundo de imaginación.

En portada nos acompaña la Escuela Municipal de Danza, que cuenta con un gran equipo de profesoras que hacen que esta disciplina artística, con un importante componente de ejercicio físico, aporte numerosos beneficios psicológicos y físicos tanto a pequeños como a adultos.

Otra labor ejemplar es la que diariamente desarrolla la Asociación de Familiares de Enfermos Mentales de Valdemoro, al constituirse como una forma de dar respuesta a las necesidades del enfermo y de sus familias, con el objetivo principal de mejorar su calidad de vida.

Y finalmente, gracias a la Asociación Fuentes de la Villa, la memoria histórica de Valdemoro sigue presente en un municipio que, a pesar del crecimiento exponencial que ha experimentado en las últimas décadas, no nos hace olvidar el modesto pero importante patrimonio histórico que tenemos.

Les deseamos un mes lleno de felicidad y logros y los esperamos en nuestra próxima edición, con la que cumpliremos un año y que ya hemos empezado a preparar.

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



ALQUILER DE FURGONETAS Y TURISMOS



Horario de lunes a domingo
Lunes a viernes de 8 a 14h y de 16 a 20h
Sábados a domingos de 9 a 13h y de 17 a 20h

P.I. ALBRESA • AVDA. DE MADRID, 11 • NAVE 5 (SALIDA 24) • VALDEMORO, MADRID • t. 91 808 18 78 • info@alquimobil.com • www.alquimobil.com

La revista de Valdemoro

staff número 11

Director	José Manuel López de Benito
Redacción	Sergio García Otero
Diseño y maquetación	aybcreativos®
Fotografía	Asociación NcuadReS
Colaboradores	Fernando Martín Pescador Reyes Medina Ruiz
Corrección	Francisco Vera Baltanás
Imprime	Grupo Impresa
Depósito Legal	M-16581-2015
Tirada	15 000 ejemplares gratuitos
Diseño web	Guadalweb
www	larevistadevaldemoro.com
mail	comunicacion@larevistadevaldemoro.com
	Facebook.com/larevistadevaldemoro
	Twitter: @Irdvaldemoro
Publicidad	publicidad@larevistadevaldemoro.com
Distribución	distribucion@larevistadevaldemoro.com
Contacto	687 714 422

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

www.larevistadevaldemoro.com



NO ESPERES
A QUE TE LO CUENTEN...

Llama ahora y contrata: **687 714 422**
publicidad@larevistadevaldemoro.com

Cierre publicidad número de **junio:**
31 de mayo



sumario

	NOTICIAS	06
	REPORTAJE PORTADA Escuela Municipal de Música y Danza	12
	ENTREVISTA Ángel Utrillas, escritor y contador de historias	20
	COMERCIó Vianda Natural, carnes de confianza	26
	REPORTAJE Asociación de Familiares de Enfermos Mentales de Valdemoro	28
	REPORTAJE Asociación de Investigación Histórica Las Fuentes de la Villa	32
	REPORTAJE Emprendedores. La apertura de actividades económicas	36
	COMERCIó Hokkaido Japonés, auténtica comida japonesa en Valdemoro	40
	MODA VALDEMORO	42
	COMERCIó Tu motocicleta en perfecto estado con Máxima Motos	46
	NOTICIAS Y EVENTOS	47
	COMERCIó Emde, consejos fundamentales para elegir tu aire acondicionado Split	50



TÚ DISFRUTA DE LA PRIMAVERA
QUE NOSOTROS CUIDAMOS DE TU SEAT



TECNOLOGÍA PARA DISFRUTAR

CAMBIO DE NEUMÁTICOS AL MEJOR PRECIO

 POR **59 €**

185/60 R14 82H BARUM TODO INCLUIDO**

MODELO	BARUM	FIRESTONE	PIRELLI	CONTINENTAL	BRIDGESTONE
185/60 R14 82H	59 €	60 €	74 €	73 €	68 €
195/55 R15 85V	77 €	86 €	96 €	110 €	102 €
205/55 R16 91V	75 €	79 €	85 €	93 €	86 €
225/45 R17 91Y	90 €	103 €	107 €	115 €	116 €

INCLUYE MANO DE OBRA, RECAMBIOS + IVA

**SEGURO
DE NEUMÁTICOS*
¡GRATIS!**

Dibujo
por debajo
1,6 mm



Multa de
200 €
por neumático

200 €

**¡POSIBILIDAD
DE INMOVILIZACIÓN DEL VEHÍCULO!**

Consulta al Asesor de Servicio la necesidad de sustitución para tu vehículo SEAT. Se recomienda realizar alineado cuando se realice el cambio de neumáticos.

* 36 meses de cobertura según condiciones establecidas, pregunta en el Servicio Autorizado.

** Coste por neumático, incluyendo montaje, válvula, equilibrado, tasa gestión de residuos, mano de obra e impuestos. Ofertas válidas hasta el 30/06/2016.

CAMBIO DE ACEITE DE MOTOR Y FILTRO

POR **69*** €

INCLUYE MANO DE OBRA, RECAMBIOS + IVA

Precio válido para todos los modelos



Consulta al Asesor de Servicio la necesidad de sustitución para tu vehículo SEAT.

* Más 30 € en caso de utilizar aceite Long Life. Oferta aplicable según motorizaciones.

Oferta válida hasta el 30/06/2016.

SEAT **SERVICE**. EN NINGÚN LUGAR COMO EN CASA

SEAT recomienda  **EDGE PROFESSIONAL**

HERMANOS PATÓN

C/ Sestao, 4 28320, Pinto Madrid – Tel. 916 911 177

III aniversario de la Asociación Juvenil Las Secuoyas



Ocio y diversión con una actitud ética y responsable

El pasado 24 de abril tuvo lugar la celebración del III aniversario de la Asociación Juvenil Las Secuoyas. El evento, celebrado en el parque Tierno Galván, reunió a más de cuatro mil personas que disfrutaron de una jornada llena de hinchables, actividades, talleres, pintacaras y juegos promovidos con el trabajo de los más de treinta voluntarios de la Asociación.

Los asistentes también pudieron disfrutar de las actuaciones de Cazadores de Sueños y Sandra con su Baile Activo. Además, pudieron deleitarse con la actuación de una cuentacuentos, educadora y voluntaria de la Asociación, de Eduteka Secuoyas.

La Asociación Juvenil Las Secuoyas nace en el año 2013 con el objetivo de aportar a los niños y niñas valores que les hagan tomar conciencia. Por ello, trabajan desde la educación en valores, la prevención y el ocio con un fondo siempre educativo.

Su actividad se formaliza a través de la realización de actividades de ocio tales como *gymkhanas*, eventos, colaboraciones con otras asociaciones, animaciones en parques, participación en fechas señaladas en Valdemoro, talleres y actividades socioeducativas dirigidas a todas las edades.

Para más información puedes contactar con ellos y formar parte de su equipo de voluntarios en: asociacion.secuoyas@gmail.com o en Facebook: [Asociación Secuoyas Valdemoro](https://www.facebook.com/Asociación-Secuoyas-Valdemoro). ✕





Q-DENTAL

Cuida tu sonrisa

ESPECIALIDADES ODONTOLÓGICAS

- Endodoncia
- Estética dental
- Odontopediatria
- Periodoncia
- Prótesis

ORTODONCIA

- Infantil y adultos
- Ortodoncia invisible

URGENCIAS 24 Hrs.

Ruiz de Alda Nº21, 28340 VALDEMORO Teléfono: 91 827 10 31 Móvil: 687 134 545

Citas Online: citas@gdental.es | www.gdental.es






IBERDROLA

Queremos ser tu energía

Punto de Atención al Cliente

Tu oficina de Iberdrola en Valdemoro

Avda. Mar Mediterráneo, 172 · Local 2

28341 Valdemoro, Madrid

t.91 827 00 40 · iberdrolavaldemoro@gesluz.es

Elige tu plan con nosotros y llévate tu REGALO

Valdemoro

festeja su tradicional fiesta de

San Marcos

La jornada estuvo repleta de diferentes eventos culturales



El pasado 25 de abril, como viene sucediendo desde el siglo XVII, tuvo lugar en nuestro municipio la tradicional fiesta de San Marcos. A lo largo de toda la tarde, diferentes asociaciones y colectivos, junto con el Ayuntamiento, desarrollaron un amplio programa de actividades para todas las edades.

Concursos de pintura, propuestas lúdicas, talleres, exposiciones, actuaciones musicales o la visita al Centro de Protección de Animales fueron algunas de las que pudieron disfrutar los asistentes al festejo celebrado en el parque Bolitas del Airón. Siguiendo con la costumbre, tampoco faltó la tradicional cucaña a la que los jóvenes se agarraron para obtener el preciado jamón.

Esta típica fiesta campestre que se lleva celebrando durante siglos en nuestro municipio tiene como origen una antigua romería del santo, en la que los vecinos realizaban una parada en la antigua Dehesa Boyal para merendar tortilla de patata y hornazo.

Fiel testigo de esta tradición fue la exposición «San Marcos en el tiempo» celebrada el mismo día. Formada por imágenes del Archivo Municipal cedidas por los vecinos, los documentos datan desde los años treinta del pasado siglo hasta nuestros días.

Un año más, el 25 de abril cubre nuestro municipio de actividades lúdicas y culturales con el fin de conservar más viva que nunca una de las más longevas tradiciones de Valdemoro. ✕



RESTAURANTE EL RINCÓN DE LUIS

Reserva tu comida de empresa
de martes a viernes

Varios comedores

Horno de Leña

Cocina tradicional

chicharrones, mollejas, foie, tortilla... y verduras

Guisos con sabor, asados y caza

Postres de tradición hogareña

Aromas castellanos

Bodega



Calle Grande, 31 • 28359 TITULCIA (Madrid)
Telfs: (+34) 91 801 01 75 / (+34) 91 801 00 82
info@elrincondeluis.com • www.elrincondeluis.com





Poesía local de la mano de Félix Escribano

Este mes llega a nuestras páginas Félix Escribano Ronda, vecino de adopción de Valdemoro, que lleva entre nosotros cuarenta y nueve años. Llegó, como lo han hecho muchas personas a lo largo de los años, buscando una forma de vivir cuando los tiempos no acompañaban.

Vallisoletano de nacimiento, concretamente de Medina del Campo, los avatares de la vida le trajeron allá por el año 1967 hasta las puertas de Valdemoro, a una recordada fábrica de muebles de aquellos años, Anguita

Hermanos. Le acompañó en el proyecto su familia, mujer y tres hijas, y juntos se asentaron entre los muros del pueblo que les cobijó y les dio trabajo.

El devenir de los tiempos, la crisis de los años setenta, el cierre de muchas empresas lo obligaron a dar un giro a su vida y plantearse abrir su propio negocio, ser su propio jefe. Se unió a un gran amigo que se convirtió en socio y juntos fundaron la recordada tienda de muebles Comercial Estado,

negocio que ha amueblado la vida de muchos valdemoreños en los casi treinta años que estuvo asentada en el pueblo.

Hoy llega a nuestras páginas mostrándonos una pasión y afición que lleva dentro de él desde hace muchos años: sus poesías, relatos y escritos, que compone desde el amor que siente por muchas cosas de la vida. Poesías dedicadas a nuestro pueblo, a sus gentes, a su familia y, hoy en concreto, a nuestro querido y venerado Cristo de la Salud. Desde aquí quiere mostrarnos el amor que él y todos los vecinos de Valdemoro tenemos a nuestro santo patrón. ✕

¡O! CRISTO DE LA SALUD
Valdemoro te venera
¡O! Cristo de la Salud
por ser hijo del padre
de la vida y de la luz.

Padeciste por nosotros,
te clavaron en la cruz,
en el monte del calvario
¡O! Cristo de la Salud

Diste tu vida y tu sangre,
por predicar la verdad
y apartarnos del pecado
del odio y de la maldad.

Jesús, hijo de María
y del Padre Celestial,
eres amor, eres vida,
eres vino y eres pan.

Valdemoro que te ama
por padecer en la cruz
te pide que le perdones
¡O! Cristo de la Salud

FOTOGRAFÍA, Ncuadras

GEMA GARZON, Ncuadras



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





Eliminar tus fobias es posible gracias a la realidad virtual

El Instituto Europeo de Psicología Positiva (IEPP) es el encargado de aplicar esta novedosa tecnología al tratamiento de fobias específicas

A partir del 9 de mayo, el Instituto Europeo de Psicología Positiva (iepp.es) dispondrá en Valdemoro de los primeros equipos de realidad virtual concretos para el tratamiento de fobias específicas. Se trata de una iniciativa que el IEPP pronto «exportará» a otros puntos de España.

Sentir un miedo intenso, irracional e incontrolable hacia algún estímulo puede convertir la vida de una persona normal en una pesadilla, y eso puede ocurrirle a uno de cada diez españoles a lo largo de su vida. Ese temor persistente al estímulo fóbico crea una limitación e incapacidad que puede afectar gravemente su calidad de vida.

La buena noticia es que este tipo de trastornos tiene remedio, pero para ello hay que identificarlos y tratarlos lo antes posible. Las terapias psicológicas, como la exposición en vivo y la desensibilización sistemática, pueden ser muy útiles, pero en muchas ocasiones resultan costosas o difíciles de implementar.

La realidad virtual permite salvar estas dificultades, generando entornos tridimensionales de alta resolución con los que el paciente podrá afrontar dichos estímulos fóbicos directamente en el despacho del terapeuta, con lo que se puede mantener la confidencialidad del paciente.

Las personas interesadas en conocer este sistema y tener una evaluación de su caso pueden solicitar una **sesión de orientación gratuita** en el **91 801 92 20** o directamente en el Centro Ágora de Valdemoro (calle Ruiz de Alda, 16).

El Centro Ágora abrió sus puertas en Valdemoro en enero de este año y, desde el primer momento, se ha caracterizado por su **oferta de servicios de alta calidad** para el bienestar de las personas: yoga, pilates, *mindfulness* y terapia positiva son algunos de los servicios ofrecidos en la actualidad. ✕

CERRAJERIA

PUERTAS AUTOMATICAS

MANTENIMIENTOS

ACERO INOXIDABLE

ALUMINIO - MAMPARAS DE BAÑO

TLF. 91 692 31 66

2022

WWW.CERRAJERIA2022.COM

VISITA NUESTRA WEB Y ENCONTRARÁS OFERTAS MUY INTERESANTES



130 estudiantes del Instituto **Neil Armstrong** de Valdemoro pueden acabar en barracones

Si la Audiencia Nacional no se pronuncia en los próximos días, los adolescentes comenzarán previsiblemente el próximo curso estudiando en barracones

La Comunidad de Madrid presupuestó 600 000 euros para ampliar el instituto público Neil Armstrong. Al comenzar el proceso para iniciar el concurso público, el Ayuntamiento y el Gobierno regional se llevaron una sorpresa al ver que el terreno no era de titularidad municipal, sino que estaba a nombre de una empresa privada.

Según explican desde el AMPA del centro, la cesión del suelo se realizó mediante un documento privado, pero no se inscribió en el Registro de la Propiedad. Por lo tanto, oficialmente parte del terreno pertenece a la sociedad Obras y Vías, que actualmente tiene sus propiedades inmovilizadas por su presunta vinculación con la Operación Púnica.

El próximo curso, por primera vez este centro impartirá bachillerato y por eso los padres de los alumnos llevaban meses insistiendo en la necesidad de aumentar la capacidad del instituto. Actualmente la alternativa más viable y que menos disgusta al AMPA es la colocación de barracones prefabricados en sus instalaciones.

Los padres de los estudiantes han iniciado una campaña de recogida de firmas en Change.org para solicitar a la Audiencia Nacional el levantamiento de la prohibición de disponer de los terrenos del instituto. Por su parte, la Federación de la Comunidad de Madrid de Asociaciones de Padres y Madres del Alumnado ha presentado un escrito ante la Fiscalía Anticorrupción para que se autorice el cambio de titularidad en el Registro y se investiguen las presuntas irregularidades cometidas. ✕

Elevador de muebles hasta 23 metros de altura y 300 kg de peso

TRANSPORTES - MUDANZAS R. BARDERA
TODO TIPO DE MERCANCÍA
☎ 639 835 583

SUBE TODO TIPO DE MERCANCÍAS ALQUILER POR HORAS

San Francisco de Asís, 21 Local
28320 Pinto, Madrid
teléfonos: **91 692 48 58 / 91 698 74 66 / 639 835 583**

TRANSPORTES Y MUDANZAS R. BARDERA
GUARDAMUEBLES

Estamos especializados en:

- Montaje y desmontaje de mobiliario
- Mudanzas completas y muebles sueltos
- Todo tipo de mercancías
- Seguro de Mercancías 25 años de experiencia
- Les atendemos **todos los días** de la semana

Servicios de oficina:

- Mantenimientos
- Movimientos de interior
- Destrucción de archivos y documentos con certificado

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

TRANSPORTES NACIONALES • VEHÍCULOS DESDE 10M³ HASTA 40M³



PILATES MÁQUINA

- Fortalece y tonifica tu cuerpo
- Mejora tu alineación postural
- Aumenta la flexibilidad
- Elimina el estrés
- Previene y recupera lesiones

Mucho más que un conjunto de Ejercicios

PILATES SUELO

- Aporta gran vitalidad y fuerza
- Mejora la alineación postural y corrige los hábitos posturales
- Aumenta la flexibilidad y agilidad
- Alivio de dolores de espalda
- Mejora tu estado de ánimo

PILATES EMBARAZADA

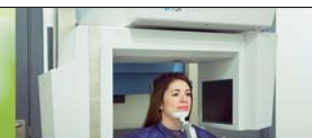
- Beneficios para ti y tú bebé
- Ejercicios de Tonificación para la futura mamá
- Durante el embarazo y el post-parto

YOGA

- Bienestar físico y mental
- Ejercicio adecuado
- Respiración Consciente
- Pensamiento positivo
- Relajación y profunda paz interior

**ABIERTO
PLAZO DE MATRÍCULA**
Infórmese en el
teléfono **91 808 03 62**

Cristo de la Salud, 10 · 28340 Valdemoro, Madrid · www.amanizenter.com / valdemorocsyb2013@hotmail.es



→ [TAC DENTAL]



→ [RESONANCIA
MAGNÉTICA ABIERTA]



→ [ECOGRAFÍA]



→ [DENSITOMETRÍA]



→ [RESONANCIA
MAGNÉTICA ABIERTA]



**CENTRO DE RADIOLOGÍA Y RESONANCIA
MAGNÉTICA ABIERTA VALDEMORO**

Técnicas de diagnóstico radiológico para la mujer

- Mamografía
- Ecografía de mama
- Densitometría

TAC Dental

- Estudios tridimensionales para implantología, ortodoncia y cirugía maxilofacial
- TAC Dental Simple
- TAC Dental Seriado
- TAC Cirugía Guiada

Resonancia Magnética Abierta

**Infórmese en el teléfono
91 248 11 05**

CRISTO DE LA SALUD, 7 · 28342 VALDEMORO, MADRID

www.resonanciavaldemoro.com / resonanciavaldemoro@yahoo.es





R E P O R T A J E

Escuela Municipal de **Música y Danza**

Aproximadamente 170 alumnos practican danza todas las semanas

Texto_ Sergio García Otero · Fotografía_ Mari Cruz de la Guía, Ncudres

No todas las actividades extraescolares de nuestros hijos tienen que ser deportivas. En esta ocasión hablaremos de la danza, disciplina artística que contiene un importante matiz de ejercicio físico y que, además, aporta tanto a pequeños como a adultos numerosos beneficios psicológicos y físicos.

Son muchos los estigmas y prejuicios que existen sobre el mundo de la danza. Y es que, si bien es cierto que se trata de una actividad extremadamente exigente y sacrificada en el ámbito profesional, no es menos cierto que es una forma de expresión muy popular y que todo aquel que lo desee puede practicar. Dentro de las ideas preconcebidas, uno de los aspectos más estigmatizados es la estética.





Sus movimientos se caracterizan por una sutileza y belleza extrema, lo que ha supuesto que tanto su práctica como su indumentaria alejasen erróneamente, en primer lugar, a los varones y, en segundo, al público adulto en general. Todo ello no son más que prejuicios, pues, cuando nos aproximamos y conocemos más de cerca la danza, observamos que no es necesario portar un tutú para practicarla y que existe una figura masculina totalmente definida.

En esta ocasión acudimos hasta la Escuela Municipal de Música y Danza de Valdemoro para conocer más de cerca al departamento de danza. Por su carácter social, su objetivo principal es acercar la danza a cualquier persona, con independencia de su edad, sexo o nivel. Dentro del municipio contamos con una rica oferta, tanto pública, donde junto con la Escuela se encuentran los cursos de la Universidad Popular de Valdemoro, como privada, con varios centros en nuestra localidad.



DISMA TYRES

SEA CUAL SEA LA MARCA

Trabajamos todas
las marcas de neumáticos



TALLER MÓVIL

m 640 226 002

t 91 801 95 36

contacto@dismatyre.com

CAMIÓN

- Neumáticos
- Montaje y desmontaje
- Rayados
- Equilibrados
- Servicio a domicilio
- Servicio Taller Móvil 24h

CAMIONETA

- Neumáticos
- Paralelos
- Equilibrados
- Mecánicas
- Servicio a domicilio

TURISMO

- Neumáticos
- Paralelos
- Equilibrados
- Servicio a domicilio
- Inflado de nitrógeno
- Distribuciones
- Embragues
- Pastillas de freno
- Baterías
- Tubos de escape

www.dismatyre.com

VENTA ON-LINE



VENGA A VISITARNOS Y CONOZCA NUESTRAS INSTALACIONES



**Avda. Andalucía, 127
Pol. Ind. ALBRESA
28343 Valdemoro
Madrid**

TRATO PERSONALIZADO · PRECIOS COMPETITIVOS



La Escuela Municipal de Música y Danza de Valdemoro nace a comienzos de este siglo (2003) como una pequeña actividad promovida por el consistorio, que tiene como fin ofrecer estas dos disciplinas artísticas a los más pequeños. Sus comienzos se gestaron en el CEIP Vicente Aleixandre, cuya labor se centraba en las clases de música. No es hasta la inauguración del nuevo Centro de Actividades Educativas de Valdemoro cuando se inicia la danza, con tan solo dos grupos de *ballet* a la semana.

El departamento de danza cuenta con ciento setenta alumnos aproximadamente, en un rango de edades muy amplio, que comprende desde los tres años hasta adultos, donde no existe límite de edad

A partir de este momento empezó a germinar una actividad que en la actualidad cuenta con una importante presencia en nuestro municipio.

Fruto de la buena aceptación de las clases de danza, se fueron creando poco a poco nuevos grupos por edades. El departamento de danza cuenta con ciento setenta alumnos aproximadamente, en un rango de edades muy amplio, que comprende desde los tres años hasta adultos, donde no existe límite de edad.



Tchin Tchin
(((Audio)))

TU 2º AUDÍFONO POR 1€ MÁS*



y llévate, unas **GAFAS**
GRADUADAS DE REGALO**

DEL 4 DE ABRIL AL 31 DE MAYO DE 2016

* La oferta Tchin Tchin Audio está reservada para una misma y única persona, el día de la compra del primer audífono. Se aplica únicamente en adaptación binaural y en la compra de audífonos de la marca INTERTON o DANAVOX. El 2º audífono será de la misma gama y modelo que el primero. Válido hasta el 31/12/2016 en todos los centros ALAIN AFFLELOU Audiólogo de España. Pide las condiciones detalladas a tu audiólogo.

** Si compras tus audífonos con Tchin Tchin Audio desde el 4/04/2016 al 31/05/2016, llévate de regalo, el día de la compra, una gafa monofocal (una montura de la colección Tchin Tchin equipada con cristales CR 39 1,5 blancos sin tratamiento) o una gafa progresiva (una montura de la colección Tchin Tchin Cien Cien Joven sin tratamiento) con tu graduación. Válido en todos los centros ALAIN AFFLELOU AUDIÓLOGO de España.

VALDEMORO:

C/ Estrella de Elola, 16 - 91 895 10 57

ALAIN AFFLELOU
Óptico y Audiólogo



Gracias a la incorporación de nuevas profesoras la Escuela ha podido aumentar su oferta formativa y, además, especializarse en diferentes ámbitos. Se articula en torno a dos asignaturas troncales: la danza clásica y la danza española, a las que se suman diferentes talleres y actividades que vienen a completar la formación de sus alumnos.

Las tres profesoras encargadas de impartir ambas asignaturas y sus respectivos talleres son bailarinas profesionales con titulación superior expedida por el Conservatorio Superior María de Ávila de Madrid. A diferencia de lo que sucede en la escuela privada, todas las docentes encargadas de las clases de danza deben contar con una titulación superior. Esta asegura que todos los alumnos de la Escuela se beneficiarán no solo de los conocimientos de danza que las profesoras poseen, sino de una formación basada en el conocimiento anatómico y fisiológico del cuerpo.

Precisamente por sus conocimientos de anatomía aplicados a esta disciplina, la Escuela de Música y Danza decidió suprimir los grupos comprendidos entre 3 y 7 años. A estas edades los niños no han desarrollado su postura corporal lo suficiente y, en el caso de las niñas, no es hasta los 7 años cuando modifican su postura

de bebé (con la cadera hacia atrás y la panza hacia delante) y obtienen una colocación y desarrollo corporal idóneo para comenzar a trabajar.

Esto no significa que los más pequeños queden excluidos de la Escuela. Para los alumnos de entre 3 y 5 años se ha diseñado el programa «Música y movimiento», donde se aproximan a ambas disciplinas. El programa se divide, al igual que la educación infantil, en tres grupos de 3, 4 y 5 años en los que se trabajan los conceptos más básicos en psicomotricidad y ritmo. A través de unidades didácticas basadas en cuentos y canciones, aprenden a diferenciar entre ritmos lentos y rápidos, sonidos graves y agudos, izquierda y derecha y a moverse de manera autónoma en espacios delimitados. A los 6 años se inician en la música para elegir al año siguiente entre danza o instrumento.

A la edad de 7 años comienzan a dar sus primeros pasos de aproximación. En el curso Iniciación a la Danza se realiza un acercamiento más concreto a la danza clásica y española y se enseñan a los alumnos los conceptos fundamentales de comportamiento en una clase. Durante este año se trabaja con el alumno la preparación del cuerpo, el trabajo de los diferentes compases y ritmos, así como la colocación, movimientos y ritmos con el cuerpo. Esta primera aproximación a la danza es la etapa idónea para preparar el

Al finalizar el curso Iniciación a la Danza, los alumnos deciden en qué disciplina quieren desarrollarse, danza clásica o danza española. Para quienes lo deseen, hay también la posibilidad de cursar ambas simultáneamente



cuerpo para los trabajos que vendrán en el futuro, ya que, debido a su juventud, los alumnos adquieren los conocimientos más rápido y la elasticidad de su cuerpo permite un mejor trabajo de las posturas.

Al finalizar el curso Iniciación a la Danza, los alumnos deciden en qué disciplina quieren desarrollarse, danza clásica o danza española. Para quienes lo deseen, hay también la posibilidad de cursar ambas simultáneamente. Una vez hecha la elección, cada bailarín tiene por delante seis años de formación.

La danza clásica se caracteriza por un especial cuidado en la colocación, la flexibilidad y la elegancia de los movimientos. El trabajo de la técnica es una parte muy importante, ya que permite la construcción de movimientos y coreografías. Dentro del desarrollo corporal se realiza un trabajo integral del cuerpo mediante ejercicios de barra, en la cual se incide de forma armónica en toda la musculatura. En la danza clásica se im-

pone un claro contraste entre la parte inferior del cuerpo (piernas), en el que destaca el trabajo de fuerza y potencia, frente a la parte superior (torso, brazos y cabezas), donde el trabajo artístico toma el mayor sentido. La danza clásica es la fuente y base técnica de cualquier modalidad artística y artístico-deportiva (danza española, danza contemporánea, patinaje artístico, gimnasia rítmica, etc.).

Por su parte, la danza española es la disciplina dancística propia de nuestro país, que forma parte de patrimonio cultural inmaterial del mismo y cuenta con cuatro vertientes diferentes: la danza estilizada, el folclore, el flamenco y la escuela bolera. Por lo tanto, contrariamente a la creencia popular, la danza española no son sevillanas, ya que estas se encuentran dentro del folclore andaluz. Cada una de estas formas que engloba la danza española no solo aporta a los alumnos las características estilísticas y técnicas propias de cada estilo (valores intrínsecos), sino que también trabaja y fomenta el desarrollo de sus capacidades actitudinales, psicosociales, motrices y cognitivas.

Por último, se encuentran las clases para adultos. Actualmente cuentan con dos grupos, con una media que gira en torno a los 40 años. El perfil de alumno es el de una persona aficionada a la que le gusta bailar y quiere obtener todos los beneficios de practicar la danza. Las sesiones están enfocadas al disfrute y la expresión de emociones más que a la propia técnica. A diferencia de los grupos de niños, las clases de adultos cuentan con más variedad de hombres y mujeres y su regularidad es mayor.







GABINO NICOLAS E HIJOS, S.L.
MATERIAL DE CONSTRUCCIÓN



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




Avda. Morcillas, 18 – Polig. Ind. La Postura – 28343 Valdemoro, Madrid
Telf: 91 895 02 72 – 91 895 57 28 (Exposición) - www.gabinonicolas.com



El proceso de selección para acceder a la Escuela se realiza mediante un sorteo en el mes de junio, teniendo en cuenta las vacantes libres del año. Aunque se intenta agrupar a los niños por edades, el nivel del alumno también es un factor importante a la hora de decidir en qué grupo ubicarlo. Tanto pequeños como adultos realizan dos sesiones a la semana por grupo.

Los talleres surgen como una oferta formativa complementaria a las asignaturas. Cuentan con una profesora específica y se dividen en cuatro tipos: taller de *funky*, taller de danza creativa, teatro musical y bailes de salón. En el *funky* se mezclan pasos de *jazz*, *break dance*, ritmos afro o danza contemporánea. La danza creativa tiene como objetivo que los niños desarrollen la musicalidad, el ritmo y la coordinación, así como la creatividad y conciencia del cuerpo. Todo ello para potenciar la seguridad emocional y crear un ambiente agradable en el que se sientan motivados.

El teatro musical es una forma de teatro que combina música, canción, diálogo y baile. Entre sus beneficios se encuentra el trabajo de las tareas académicas (leer, escribir, concentración y atención) y el aumento de la sociabilización. Por último, las clases de pilates, una disciplina de ejercicio que controla el cuerpo haciendo hincapié en el trabajo de todos los músculos de manera equilibrada mientras se realiza una importante conexión entre mente y cuerpo.

Todo el trabajo del año se materializa en dos representaciones anuales: festival de navidad y festival de fin de curso. Estos eventos se convierten en algo muy beneficioso para los bailarines porque ven hecho realidad el trabajo de todo un año. Además, supone

un reto para poder superar obstáculos como el miedo escénico. A lo largo del año, la Escuela también organiza diferentes salidas y actuaciones, representaciones en residencias de ancianos o encuentros con otras escuelas municipales como las de Alcobendas o Navalcarnero con las que se organizan coreografías conjuntas.

En definitiva, la labor del departamento de danza de la Escuela de Música y Danza de Valdemoro es la de promover y potenciar la práctica de la danza en todos los niveles. Con ello se pretende dispensar los numerosos beneficios que conlleva. En el caso de los niños, se mejora la psicomotricidad y elasticidad que, por culpa de los nuevos estilos de vida y entretenimiento, se están perdiendo. Tanto en adultos como en niños los beneficios psicológicos son muy importantes, pues ofrecen una plataforma con la cual desarrollarse tanto en el ámbito personal como social, además de suponer una vía de relajación y disfrute.

Por todo ello debemos dejar de lado los prejuicios que mencionábamos al principio de este reportaje, pues no dejan de ser vagas valoraciones que pueden impedirnos desarrollar una actividad tan enriquecedora y accesible gracias a la labor de la Escuela de Música y Danza de Valdemoro. ✕

Para más información:

No dudes en ponerte en contacto a través de la página web del Ayuntamiento de Valdemoro (www.valdemoro.es), visitando sus instalaciones en el Centro de Actividades Educativas (CAE) de Valdemoro, llamando al teléfono **91 801 82 34** o en la dirección de correo escuela.musica@ayto-valdemoro.com.

Cardinal

RESTAURANTE

Restaurante con un ambiente atractivo

Interesante **carta** llena de variedad y calidad
(productos frescos)

Bodega de Calidad

Parrilladas de Marisco variadas

Mariscadas

Acuario propio:

Bueyes de mar, bogavantes, centollas y nécoras

Amplio Salón

para comidas y cenas de empresa

Local

adaptado a minusválidos 

Amplia Terraza

Presentando

este cupón de lunes a jueves
10% de descuento en mariscadas o
parrilladas de marisco para 2 personas.

No válido en fiestas o visperas de fiestas.
No acumulable a otras promociones u ofertas.

Nuestra calidad se refleja en todos nuestros platos,
no solo a la carta, si no también en nuestro menú diario de 11 euros
(de lunes a viernes, excepto festivos), donde la calidad no esta reñida con el precio.





Ángel Utrillas

Texto_Fernando Martín Pescador · Fotografía_Ncuadres

El próximo 14 de mayo, a las doce del mediodía, en la biblioteca pública Ana María Matute, Ángel Utrillas presentará su última entrega literaria, *Y otros cuentos*. Si los vientos soplan a favor, estará acompañado por la ilustradora del libro, Sonia Navas.

El escritor Ángel Utrillas es, sobre todo, un contador de historias. Abres cada uno de sus libros para leer una historia y te ofrece, de regalo, al menos diez más. Sus relatos parten de la realidad para llevarnos a un mundo de imaginación y, si queremos, a un mundo de compromiso personal y social. Ángel es un defensor de la palabra como herramienta de construcción y como arma de defensa. Interesado en agitar la vida cultural de Valdemoro, durante varios años fue uno de los precursores protagonistas de la celebración del *Día internacional de la palabra como vínculo de la humanidad*, en la que se consiguió reunir a muchos de los autores locales de la villa.

Aunque nació en Teruel —y da fe de que, contra todo pronóstico, la ciudad aragonesa existe— lleva viviendo en Valdemoro desde 1991. Lo conocí hace ya cuatro años. No hemos dejado de vernos desde entonces. A veces en un café. Otras, quedando para caminar por Valdemoro como si fuéramos caballeros del siglo XIX que salen a andar todos los días, cuando «baja la calor», y repasan las noticias destacadas del día. Definitivamente, pasear con Ángel por Valdemoro me hace sentir como un caballero de otros tiempos. Si hubiera sido posible, esta entrevista la habríamos hecho caminando.

En 2007, publicas tu primera novela, *Silbando en la oscuridad*. Me gustaría que comenzaras esta entrevista hablándonos del Ángel Utrillas escritor antes de este libro.

En realidad antes de este libro el escritor no existía. Dudo, incluso de que hoy exista, pero, entonces, está claro que no. A mí me gustaba la historia, me gustaba leer y escribía relatos cortos, breves cuentos de terror, letras de canciones... escribía por puro placer.

Amaneció un día en el cual decidí contar una serie de situaciones que ocurrían en mi trabajo, en el convento de las Arrecogidas. Por eso, siempre digo, medio en broma medio en serio, que escribo por motivos laborales. Entonces hubo personas que me animaron y me guiaron. El resultado fue *Silbando en la oscuridad*, mi primera novela, que terminé de escribir en 1999 y se publicó en 2007. En todo ese intervalo de tiempo, me recorrí muchas editoriales y me fui decepcionando porque yo creía que mi novela era muy buena y nadie tenía interés en publicármela. Entre tanto, también escribí mi segunda novela, *Tiempo de cerezas*, pensando que nunca llegaría a publicar ninguna de ellas.

Una respuesta así me obliga a preguntarte qué significa, para ti, ser escritor.

Ser escritor es muy importante. Por eso, prefiero ser solo contador de historias, un juglar, un novelista. Ser escritor conlleva una gran responsabilidad. Hay personas que leerán lo que has escrito y



**Problemas con tu
AIRE ACONDICIONADO ó CLIMATIZADOR?**

FRIoval LO SOLUCIONA

Durante el mes de mayo ven a reparar o cargar el aire y te regalamos el filtro antipolen.

TIENES QUE PASAR LA ITV Y NO TIENES TIEMPO?

Presentando este CUPÓN, te realizamos la revisión PRE-ITV* sin cargo!!! Y además, te lleva el coche a la ITV, sin coste de desplazamiento.

*PRE-ITV incluye: Comprobación de niveles, presiones y luces.

**MECÁNICA RÁPIDA, CAMBIOS DE ACEITE, FILTROS, DISTRIBUCIÓN, PASTILLAS DE FRENOS...
PONEMOS TU COCHE A PUNTO. HAZ DE NOSOTROS TU TALLER DE CONFIANZA. VEN A CONOCERNOS!!!**

Polígono Industrial Albresa · Avda. de Madrid, 17 · 28342 Valdemoro, Madrid · teléfonos: **91 895 05 95 / 91 174 76 82** **655 931 724**
www.friovalfriovaldemoro.es · frioval@telefonica.net · **frioval.es**



serán influidos por tus palabras. Puedes causarles alegría o tristeza. Cuando iba a publicar *El castillo del Águila*, puse en una red social un fragmento del libro. Era duro, un texto contundente sobre una persona que debe decir a unos padres que su hija ha muerto. Alguien me escribió y me dijo que había estado en esa situación. Me dijo que a ella se lo habían dicho. Por un momento, pensé en no publicar el libro. Podría causar daño a quien hubiera pasado por esa situación y yo no quería hacer daño a nadie. Al final lo cambié, «lo suavicé».

También creo que un escritor debe ser una persona comprometida con los sucesos de su tiempo. No me vale que un poeta escriba lo bonita que es la primavera. Debe añadir lo jodida que la hacen los políticos de este país a algunas personas. Un escritor debe gritar contra las injusticias que contempla, alzar su voz contra el paro, contra el terrorismo, contra la corrupción, contra la violencia; y defender, por encima de todo, como única arma, LA PALABRA. Así, con mayúsculas. LA PALABRA.

Hace unos años, me pidieron que ayudara a una causa. Iban a cerrar la fábrica de Huesitos de Ateca. Les dije que contaran conmigo para lo que modestamente pudiera hacer. Se me ocurrió llevar su camiseta de protesta en la feria del libro de Madrid el día que firmaba libros, regalar Huesitos y recoger firmas contra aquel atropello. Y lo hice. Allí estuve con mi camiseta amarilla (el escritor, diputado y amigo Chesús Yuste la lució en el congreso). El mismo día que yo, firmaban otros tres escritores importantes a los cuales conocía y con los que tenía cierta confianza. Les envié un correo y les pedí que hicieran lo mismo. Solo ponerse la camiseta. No lo hicieron. Dos ni me contestaron. El tercero, un premio Planeta, por cierto, me dijo que, cuando recibió el correo, ya había pasado y que vaya pena. Sí, pensé

yo, qué pena. Buena forma de quedar bien sin hacer nada. No he vuelto a comprar un libro de esos «escritores» que ostentan un título que no les pertenece.

Y, por cierto, incluso sin ellos, la fábrica de Huesitos de Ateca se salvó.

A los lectores que hayan llegado hasta aquí no les cabrá ninguna duda de que te importa la realidad. En tu ficción, la realidad también es muy importante. Como dices, tu primer libro fue inspirado por algo que te pasaba a ti personalmente; tu segundo libro, *Tiempo de cerezas*, también está basado en hechos reales; otro de tus libros, *El último secreto del Titanic*, está ambientado en un acontecimiento histórico. Sin embargo, al mismo tiempo, no tienes ningún reparo en alterar esa realidad en tus novelas. **¿Vive la realidad de Ángel Utrillas al servicio de su ficción? ¿Vive su ficción al servicio de su realidad?**

Yo sueño la ficción y vivo la realidad. Siempre digo que mis novelas no son históricas. Me documento mucho sobre el tema que escribo pero, luego, tergiverso a mi antojo. Siempre pongo como ejemplo que puedo poner a Bisbal cantando en el Titanic. Lo que pretendo con mis novelas es conducir a mis lectores a temas en los que no habían reparado, que les interesen, y que ellos busquen su propia información. Mis novelas tienen dos lecturas: una fácil, que pretende sacar de la realidad a la gente por un momento, que se olviden de las facturas, la situación política, y que se diviertan; y otra lectura más didáctica, que demanda más esfuerzo y que induce a pensar y a crearte opinión. El 95 % de mis lectores optan por la primera posibilidad y el otro 5 % se aferran a las dos.



El pasado 20 de abril salió a la luz tu libro, *La canción del pirata y su verdugo y otros cuentos*. ¿Quieres hablarnos un poco de esta última entrega literaria?

Mi nueva obra son dos libros en uno. El título general es *Y otros cuentos*. Se trata de un libro de relatos ilustrados con dos portadas porque quiero que sea una obra que no tiene fin. Lo pongas como lo pongas, siempre empieza. No tiene final, solo principio. De un lado, está *La canción del pirata y su verdugo*, que es un alegato contra la pena de muerte, y otros cuentos, trece relatos en total; del otro lado, pero siempre en el mismo libro, *El cuerpo 227*, la verdadera historia de J. Dawson, el protagonista de la película *Titanic*, que está basado en un personaje real, junto a otros cuentos «titánicos», cinco en total. Es un libro un poco contradictorio. Al no tener final, quiero comunicar y deseo a mis lectores que la palabra nunca les falte, que nunca nos debe faltar, que debe ser un arma, la única, para conseguir nuestros objetivos. Especialmente erradicar la violencia. Y se contradice porque las palabras dejan espacio a las imágenes, ceden protagonismo tanto a la portada como a las veintidós ilustraciones, que ha hecho mi gran amiga y genial artista Sonia Navas. Solo por ver los dibujos de Sonia merece la pena comprar el libro.

También para mí, la palabra, el uso adecuado de la palabra, es muy importante. Me consta que eres un autor muy prolijo y sé también, lo he podido disfrutar, que eres un buen conversador. ¿Crees, sin embargo, que hay momentos en los que el silencio es más importante que la palabra?

No. A mí el silencio me mata. El silencio solo es bueno para pensar, estudiar, leer o escribir. Para mí, el silencio implica soledad. Incluso para esas situaciones que te he comentado, para escribir, leer y pensar, me pongo música. Puedo aceptar que una imagen sustituya a la palabra o la complementa, pero el silencio nunca. Dicen que el que calla otorga. Yo digo que el que calla es que no tiene nada importante que decir. Dicen que si tus palabras no son más bonitas que el silencio, no lo rompas. Bueno, pues, las palabras siempre son más bonitas que el silencio y el que no lo crea que lea mi último libro.

Empezamos la entrevista hablando de las características del buen escritor. Parece que en el siglo XXI, el escritor tiene que hacer, además, las tareas de editor, distribuidor y vendedor. En un mundo en el que la distribución y venta de libros ha sido revolucionado por internet, ¿crees que todavía hay espacio para el editor? ¿Qué función tendría el editor de nuestros tiempos?

Yo no prescindiría de ningún eslabón de la cadena y, por tanto, creo que hay espacio para todos. Un escritor con un buen libro precisa de un buen editor y de otros muchos profesionales. No nos olvidemos de los correctores. La corrección y maquetación, el diseño de la portada me parecen muy importantes. También lo son una buena distribución y una buena librería que conozca el producto y sepa a quién ofrecerlo y esto sí que se está extinguiendo, la figura del buen librero. ¿No te ha pasado que vas a una librería, preguntas por un título y te dicen: «No lo sé, mira en el escaparate»? Es algo que no puedo soportar. A mí me acusan de que no me sé vender. ¡Pues claro que no! Me gusta escribir, no vender, ni distribuir. Para eso tengo a un editor que se juega su dinero en la inversión y se preocupa de esas circunstancias, aunque yo ayude en todo lo posible.



Vivaldi

RESTAURANTE OPERA VIVALDI
El auténtico Italiano

Celebramos
bautizos y comuniones

Menús especiales
para Graduaciones de colegios e
institutos desde

13.99
euros

a

22.99
euros

Consultar menús en el Restaurante

**Ven a disfrutar de nuestra
terrazza de verano**
viernes, sábado y domingo



BERNADETTE MOYA, Nuevades



La función del editor en esta época es cuidar al escritor y mimar al libro.

Como hemos dicho, acabas de publicar un libro. ¿Qué otros proyectos literarios tienes entre manos?

Tengo varios proyectos, pero, en realidad, ninguno merece el título de proyecto. Actualmente estoy escribiendo tres novelas diferentes. Trabajo en una o en otra según me apetece, sin ninguna prisa por terminirlas y sin ningún objetivo que no sea disfrutar de la escritura. Una de ellas es una continuación de mi séptima obra, *El castillo del Águila*; otra es una historia rara, con trama policiaca en torno a un cuadro de El Greco; y la última, una historia de mis-

terio con tres personajes protagonistas que narran los acontecimientos, cada uno de ellos en primera persona, y que nace de un suceso poco importante que me ocurrió hace poco, pero que, a mí, me llamó mucho la atención. Una historia callejera, se podría decir. En esta tercera aventura literaria es donde más entusiasmo estoy poniendo. Supongo que porque es la última que ha entrado en mi cabeza.

Y tengo un libro terminado, una obra digna de un lunático como yo. No tengo claro ni el título. Podría titularse *Morí en buena luna* o, quizá, *Luna de mazapán*, pero no sé cuándo verá la luz, si es que llega a verla. En todo caso, si la ve, será la luz de la luna. ✕

Fun Weeks

LET'S EXPLORE SUMMER!

CAMPAMENTOS URBANOS EN INGLÉS

Apúntate ya a nuestros campamentos de verano


Kids&Us®
school of english

Inglés a partir de 1 año

¡ABIERTO EL PLAZO DE MATRICULACIÓN PARA EL NUEVO CURSO 2016/17!


Kids&Us®
school of english

 **SPEAK IN COLOURS** 

Kids&Us Valdemoro · Antonio Van de Pere, 41 (Lateral)
T. 91 839 04 36 / 628 500 011 · valdemoro@kidsandus.es



VIANDA NATURAL

carnes de confianza



Debido al cambio de estilo de vida que hemos experimentado respecto a generaciones anteriores, la carnicería tradicional también ha tenido que adaptarse. Sin embargo, la falta de tiempo para cocinar los ricos asados o estupendos guisos que nos hacían nuestras abuelas no tiene por qué hacernos renunciar a seguir comiendo igual de bien.

En Vianda Natural se lo damos en bandeja, nunca mejor dicho, para que solo tenga que dar el último paso en la preparación de diferentes platos elaborados que le fascinarán tanto a usted como a sus invitados. En nuestra tienda puede encontrar preparados como pollos rellenos, *escargot*, aletas de ternera rellena, *tournedó* de ternera, cinta de lomo con jamón y queso para asar o *nuggets* de estilo



casero, entre otros. Todo ello servido con una receta recomendada para que solo tenga que seguir unos sencillos pasos y crear un plato de auténtica alta cocina.

No nos olvidamos del auge que está conociendo la hamburguesa, no solo como producto de comida rápida, sino también como plato de cocina. Por ello, en su elaboración aunamos la forma tradicional de hacer hamburguesas con ingredientes muy variados, que hacen que este óvalo de carne adquiera un valor culinario extra. Como muestra tiene nuestras hamburguesas 100 % de ternera mezcladas con tomate natural, cuyo aroma suaviza la carne, elemento protagonista.

Nuestros veinte años en el sector cárnico como distribuidores al por mayor y un conocimiento amplio sobre alimentación animal hacen que los animales que seleccionamos proporcionen una carne de altísima calidad para el disfrute de nuestros clientes.

Como mayoristas de carne que somos, es nuestra labor seleccionar en el campo animales con unas características concretas que proporcionen una carne con sabor y jugosidad excepcionales. Esto se consigue solo con razas específicas y una alimentación muy cuidada con productos naturales.

Gracias a nuestro nuevo personal, tratamos de dar el mejor trato y servicio a nuestros clientes, pues solo mediante una atención cercana y amable se puede ofrecer un servicio de calidad. Día a día intentamos mejorar en todos los aspectos, para ello la opinión de nuestros clientes es primordial, ya que es a ellos a quienes va dirigido nuestro quehacer diario.

Para que el precio no sea un inconveniente y pueda disfrutar en su casa de una carne de primera, desde el mes de mayo empezamos una campaña promocional. Aparte de nuestros lotes de carne, que le facilitan la compra diaria, **todos los viernes ponemos a su disposición un 15 % de descuento** sobre su compra en nuestro establecimiento (los lotes de carne no son acumulables con esta promoción). ✕



Para más información puede visitar nuestra página web www.viandanatural.com, ponerse en contacto en el teléfono 91 081 96 66, en www.facebook.com/viandanaturalvaldemoro o mediante el correo electrónico tiendavaldemoro@viandanatural.com.

Le esperamos en avenida Mar Mediterráneo n.º 13 (junto a la rotonda del Astronauta de El Restón).



GEMA GARZON, Ncuadres



Texto_Sergio García Otero · Fotografía_Louderdes Granell, Ncuadres



AFEMV

Trabajando con el poder de la mente

La integración en la sociedad de las personas con enfermedad mental es posible gracias a su labor de rehabilitación

Este año se cumple el trigésimo aniversario del cierre de las instituciones psiquiátricas residenciales, comúnmente conocidas como psiquiátricos. Dichas instituciones, donde se las mantenía aisladas y se les suministraba la medicación necesaria, albergaban a las personas diagnosticadas con algún tipo de enfermedad mental. Su función no era otra que la de alejar a los pacientes de la sociedad para que esta no tuviera que encontrarse con una realidad muy presente pero que nadie quería aceptar.

Gracias a una reforma del sistema, las instituciones psiquiátricas desaparecieron para dar paso a nuevas formas de abordar un problema social tan importante. Como consecuencia de dicho proceso, las personas con enfermedad mental recuperan los derechos de los que habían sido privados hasta entonces.

Este hecho supuso un avance muy importante en la protección de los derechos de los enfermos mentales y un gran paso como sociedad al trabajar por la integración de estas personas. Pero la realidad es que no todo son buenas consecuencias, pues la nueva situación en la que se encuentran las personas enfermas hace que todo el peso de su atención recaiga sobre las familias.

Estas deben asumir toda la responsabilidad en el cuidado del enfermo, lo que supone en la mayoría de los casos un gran choque para los familiares. El motivo principal de este conflicto no es otro que la desinformación y la falta de preparación para afrontar enfermedades tan importantes como la esquizofrenia, los trastornos de personalidad o el trastorno bipolar.

Conscientes de las cargas que asumen las familias, comienzan a surgir las agrupaciones y asociaciones de familiares. Se trata de un espacio de encuentro en el que compartir experiencias y consejos para afrontar los diferentes retos que se les plantean cada día. De esta manera, en el año 2000, nace en Valdemoro la Asociación de Familiares de Enfermos Mentales de Valdemoro.

AFEMV cuenta en la actualidad con más de 150 socios en Valdemoro y es la única asociación de enfermedades mentales de la zona, por lo que presta servicio a municipios como Pinto, Aranjuez, Ciempozuelos o San Martín de la Vega

Lo que comenzó como una pequeña asociación en la que los familiares afectados compartían sus inquietudes y vivencias, hoy



se ha convertido en una plataforma que ofrece ayuda tanto a familiares como a enfermos. Su objetivo no es otro sino el de ofrecer atención tanto a la persona con enfermedad como a sus familiares, poniendo a su disposición toda la información y prestaciones necesarias para cubrir sus necesidades. Aunque en la actualidad contamos con una buena red de servicios para el tratamiento de estas personas, lo cierto es que esta es muy limitada y no alcanza a ofrecer cobertura a todos los afectados. Sumado a ello, debemos saber que el sistema sanitario actual solo cubre uno de los pilares fundamentales de la rehabilitación, la parte psiquiátrica o de suministro de fármacos.

Como decimos, esta es solo una de las facetas de la recuperación, ya que es imprescindible desarrollar una labor muy importante en el trabajo del paciente desde el punto de vista psicológico y social. Es aquí donde las asociaciones juegan un papel fundamental, complementando el tratamiento que proporcionan los recursos públicos. Trabajar con la persona con enfermedad mental para construir una buena base psicológica permite desarrollar en el enfermo toda una serie de herramientas que le permitan gestionar sus emociones y enfrentarse a los problemas.

Cada día, una realidad más presente

El nuevo contexto socioeconómico en el que nos hemos visto envueltos en los últimos años ha fomentado el aumento de casos de enfermedades mentales. Al tratarse de una enfermedad multicausal, las situaciones de estrés, pobreza y conflicto hacen que, en las per-

sonas propensas a ello, se desarrollen este tipo de conductas que desembocan en enfermedades como la depresión o la ansiedad.

En nuestra localidad, aproximadamente cerca de 400 personas sufren algún tipo de discapacidad motivada por enfermedad mental

Uno de los factores que aceleran la aparición de estas enfermedades es el consumo de drogas como el alcohol, el cannabis o la cocaína que, además, sumergen al enfermo en una adicción. Aproximadamente el 40 % de los casos de enfermedad mental detectados muestran una patología dual, es decir, la combinación de una enfermedad de tipo mental con una dependencia de algún tipo de droga.

La herencia recibida de las instituciones psiquiátricas sumada a un contexto de estigmatización de estas enfermedades, fomentado por los medios de comunicación en muchas ocasiones, ha creado una sociedad que rechaza a las personas con enfermedad mental. Lamentablemente, la frecuente aparición de estas patologías en nuestra sociedad ha hecho que cada vez sean más las personas que directa o indirectamente se vean afectadas, lo que repercute en una mayor concienciación.

Es labor de todos llevar a cabo una mayor tarea de concienciación, que sin duda arranca desde la educación en la infancia. Hacer partícipes a los más pequeños de la labor de prevención, ofreciéndoles una formación que les permita desarrollar su inteli-



OFERTAS PRIMAVERA 2016

¿TIENES LO QUE HAY QUE TENER?

STIHL **VIKING**

SÓLO EN TU TIENDA ESPECIALISTA

FERRETERIA GUTIERREZ, S.L.
 Avda. Andalucía, 27 - 28343 Valdemoro (Madrid)
 Tel.: 91 895 02 65
 ventas@fgutierrez.es



gencia emocional y una mayor concienciación respecto al consumo de drogas, sienta las bases de lo que será nuestra sociedad en un futuro.

Mientras tanto, asociaciones como AFEMV trabajan por la rehabilitación de los enfermos con el fin de ofrecerles una mayor calidad de vida. Para ello, ha desarrollado dentro de su actividad tres servicios principales dados de alta en la Comunidad de Madrid. El primero de ellos es el de Información y Orientación; el segundo el de Convivencia Familiar y Social; y el tercer y último es el Servicio de Atención a Domicilio.

A través del Servicio de Información y Orientación, las familias obtienen la información necesaria e imprescindible para conocer el nuevo entorno en el que se encuentran. Esta es de gran importancia, puesto que pone en conocimiento de los cuidadores los diferentes recursos sociosanitarios de los que pueden hacer uso, así como arroja más luz sobre los diversas variantes de enfermedades mentales.

Dentro del apartado de Convivencia Familiar y Social, AFEMV pone a disposición de sus socios una amplia oferta de servicios tanto de iniciativa propia de la Asociación como relacionados con otros que se encuentran en el municipio. Dentro de la oferta propia, los socios tendrán acceso a atención domiciliaria, talleres ocupacionales o grupos de autoayuda a familiares, entre otros. Gracias a su coordinación con las instituciones, dentro de los recursos municipales tienen acceso al Centro de Salud Mental, al Plan de Salud Mental o asistencia a través de Servicios Sociales.

En este apartado cabe destacar la importancia de la Escuela de Familias, donde se ofrece a los familiares toda la cobertura necesaria tanto a nivel de psicoeducación, con la formación en en-

fermedades mentales de los familiares y la prevención de recaídas mediante aprendizaje de las herramientas necesarias para manejar la situación, como a nivel de autoayuda, gracias a la relación con personas con similares experiencias y el trabajo con el familiar para el desarrollo de sus facetas e inquietudes personales que prevengan la aparición del síndrome del cuidador.

Se trata de una actividad de acercamiento a la enfermedad muy enriquecedora para los asistentes. La Asociación invita a conocer este grupo a todas aquellas personas que tengan algún familiar o allegado con problemas de salud mental y quieran compartir sus experiencias y sentir el apoyo de otras personas que están pasando por su misma situación.

Los enfermos tienen un papel activo dentro de AFEMV, ejemplo de ello es que toda la directiva de la Asociación está compuesta por personas con enfermedad mental

Para combatir uno de los grandes problemas de los enfermos, el aislamiento en el hogar, la Asociación pone a disposición de los socios un Servicio de Atención a Domicilio en el que se ofrecen los recursos necesarios para que tanto enfermos que están recluidos como los que no pueden salir de su hogar tengan acceso a la rehabilitación que AFEMV ofrece.

En acción conjunta con diferentes organismos como la Confederación Salud Mental España (FEAFES) o la Unión Madrileña Pro Salud Mental (UMASAM), AFEMV desarrolla acciones de implicación de la sociedad en programas de información y orientación, así como de participación y colaboración. Estas están enfocadas a promover la sensibilización de la sociedad con el fomento de la tolerancia, comprensión y empatía hacia las personas con enfermedad mental y sus allegados.



Su presencia en nuestro municipio también es activa. A lo largo del año encabezan diferentes actividades que tienen como objetivo poner en conocimiento de los valdemoreños y valdemoreñas la acción que llevan a cabo y los diferentes recursos de los que disponen.

Algunas de las iniciativas son la ubicación mensual de mesas informativas en diferentes puntos de la localidad o la venta de libros usados en la plaza de la Piña. Además de su acción mensual, a lo largo del año realizan talleres y seminarios sobre enfermedades, charlas en institutos o la organización del festival anual Mentes Soñadoras, que tuvo lugar el pasado 23 de abril en el Teatro Juan Prado.

Aunque su labor para recaudar fondos es constante, lo cierto es que AFEMV necesita de una mayor colaboración tanto de sus socios como de las instituciones. Dentro de sus necesidades más importantes se encuentra la de instalarse en un local más amplio que les permita poder desarrollar los talleres y terapias de forma más efectiva. Otro de los grandes retos que tiene por delante es el de poder dar una mayor cobertura a sus socios con la ampliación del horario del equipo de psicólogos con el que cuentan.

Es tarea de nuestra sociedad trabajar por la integración y rehabilitación de estas personas. Suprimir los estigmas que hacen que muchos de los enfermos se queden encerrados en sus hogares es fundamental, pues, aunque en muchos casos la enfermedad es para toda la vida, lo cierto es que los enfermos mentales poseen las mismas capacidades que cualquier ciudadano para desarrollar

actividades de la vida cotidiana como el trabajo. Como hemos visto a lo largo del reportaje, la aparición de enfermedades mentales es cada vez más común en nuestra sociedad y en ella intervienen numerosos factores como la situación socioeconómica, el estrés o el consumo de drogas.

Hoy celebramos el treinta aniversario del cierre de las instituciones psiquiátricas, un gran avance que nos permite adoptar nuevas formas de abordar este problema social, pero por delante queda mucho trabajo por realizar. La labor de concienciación social es fundamental para la supresión de los estigmas que todavía hoy están muy presentes. Además, debemos trabajar por la prevención, fomentando en los centros educativos las asignaturas que trabajen la inteligencia emocional, herramienta que servirá para gestionar sus emociones y afrontar los problemas con mayor éxito.

En toda esta labor juegan un papel muy importante las asociaciones como AFEMV, pues vienen a complementar el otro gran pilar sobre el que se asienta la rehabilitación del enfermo, el trabajo psicosocial. Gracias a su labor, muchos enfermos tienen hoy la posibilidad de recuperar su vida y mejorar día a día para su integración en la sociedad. ✕

Para más información puedes visitarlos en el **Centro de Asociaciones** ubicado en la calle Río Manzanares n.º 4 o ponerte en contacto a través del teléfono **91 809 57 59** o escribiendo a afemv@hotmail.com.



Residencial
Narváez
Valdemoro

FINANCIA:





ASPRIMA
ASOCIACIÓN DE PROMOTORES
INMOBILIARIOS DE MADRID

PROMUEVE:



ACTIVITAS
INVERSIÓN INMOBILIARIA

La mejor oportunidad en Valdemoro



4 DORMITORIOS
desde
173.900€
+ IVA

Viviendas de 2, 3 y 4 dormitorios
con garaje y trastero incluido
junto al Hospital Infanta Elena

- ✓ Grandes Terrazas
- ✓ Cocinas amuebladas
- ✓ Urbanización privada
- ✓ Opciones de personalización



91 405 85 37 www.residencialnarvaez.es



Texto_ Sergio García Otero · Fotografía_ Inmaculada Gamero, Ncuadres

Manteniendo la memoria viva

Asociación Las Fuentes de la Villa

Valdemoro es un municipio con historia que no debe caer en el olvido

Los lectores que siguen La Revista de Valdemoro saben de nuestra labor por mostrar el patrimonio histórico y legado de nuestro municipio. A lo largo de diferentes números hemos podido conocer más de cerca los comienzos de esta villa tras su adquisición por parte del Luque de Lerma, la construcción del Convento de la Encarnación o la realización de la Feria Barroca y lo que ésta supuso para los valdemoreños de la época.

Valdemoro cuenta con un modesto pero importante patrimonio histórico que se ve reflejado principalmente en sus construcciones y en menor medida de manera pictórica. La Plaza de la Constitución, la Casa de la Inquisición, la Fuente de la Villa o la Iglesia Parroquial son algunas de las edificaciones históricas más importantes de la localidad.

En el año 2000 surge la Asociación de Investigación Histórica Las Fuentes de la Villa, una agrupación cuyo fin es promover el conocimiento histórico de nuestro municipio. Su nacimiento se remonta a la celebración del curso Historia de Valdemoro, organizado por María Jesús López, la archivera municipal del Ayuntamiento.

Los asistentes, todos ciudadanos de la villa, mostraron un gran interés por el legado de Valdemoro, lo que hizo que se agruparan; aproximadamente veinte personas conformaron la Asociación de Investigación Histórica Fuentes de la Villa. La primera exposición, en diciembre de 2002, contó con la colaboración de la Parroquia de la Asunción. La muestra giró en torno a textiles litúrgicos. A través de la exposición de ejemplares de diferentes épocas los asistentes pudieron comprender la utilidad de cada prenda en la vida de los valdemoreños y valdemoreñas de época.

Los inicios de la asociación se vieron marcados por la celebración de unos encuentros anuales denominados ateneos. Estos constaban de la intervención de un experto que trataba temas de cierta relevancia para los vecinos de Valdemoro, tales como la figura del Duque de Lerma o el mismo Diego de Pantoja, la historia del edificio de la estación o la vida del párroco don Lorenzo. En la asociación, están trabajando ya en el próximo ateneo.

Desde la agrupación también se llevan a cabo otro tipo de actividades que gozan de una gran aceptación entre los visitantes: las exposiciones fotográficas. Ediciones como «Y fueron felices», destinada a la muestra de fotografías de bodas antiguas, «Pandi-





llas», en torno a la vida social del municipio, o «Y fuimos a la escuela», en la que abundaban, sobre todo, fotografías sobre el periodo escolar de los más pequeños, son solo algunas de las muestras que tuvieron una mayor repercusión e interés. Debido al éxito conseguido por la segunda exposición citada, «Pandillas», se prevé la realización de una segunda edición. Parte del material fotográfico expuesto en algunas de ellas ha quedado recogido en un volumen

titulado *Valdemoro en el recuerdo, el patrimonio fotográfico de un pueblo*.

La variedad del material del que dispone la agrupación es fruto de su labor de recopilación llevada a cabo desde sus orígenes. Gracias a ello, cuentan con un archivo fotográfico propio del que pueden ser partícipes todos los vecinos que deseen colaborar. La



**VENTA DE ORDENADORES, COMPONENTES Y PERIFÉRICOS
SERVICIO TÉCNICO PROPIO**

Informática y formación

En **Ocio Soluciones Informáticas** nos dedicamos a ofrecer todo tipo de servicios del sector de la informática, desde cursos de informática hasta asesoramiento y optimización de sistemas para empresas, reinstalación de sistemas operativos en distintos dispositivos como pc's, portátiles, tablets..., diseño y mantenimiento de redes, conexión a internet, y un largo etcétera.

Contamos con titulación y gran experiencia en realizar trabajos informáticos, ofreciendo asesoramiento a nuestros clientes de manera personal.



Oferta válida hasta el 30 de junio.



**Nuevo curso de
Wordpress, Infórmate**

teléfono 91 808 34 13 • ocio@ocioinformatica.com • www.ocioinformatica.com • www.facebook.com/ocioinformatica • General Dabán, 13 - 28340 Valdemoro, Madrid

LAURA COLLADA, Ncuadres

siguiente exposición fotográfica tendrá lugar en relación a las fiestas de mayo en la sala de exposiciones Juan Prado. La intención de esta actividad es mostrar la vida que se genera durante estas festividades. Desde la agrupación quieren hacer un llamamiento para que cualquier persona que posea material de interés sobre esta temática colabore.

La asociación cuenta con otro tipo de actividades que intentan promover el conocimiento del legado histórico de Valdemoro, sobre todo entre los jóvenes. Al comienzo de cada curso

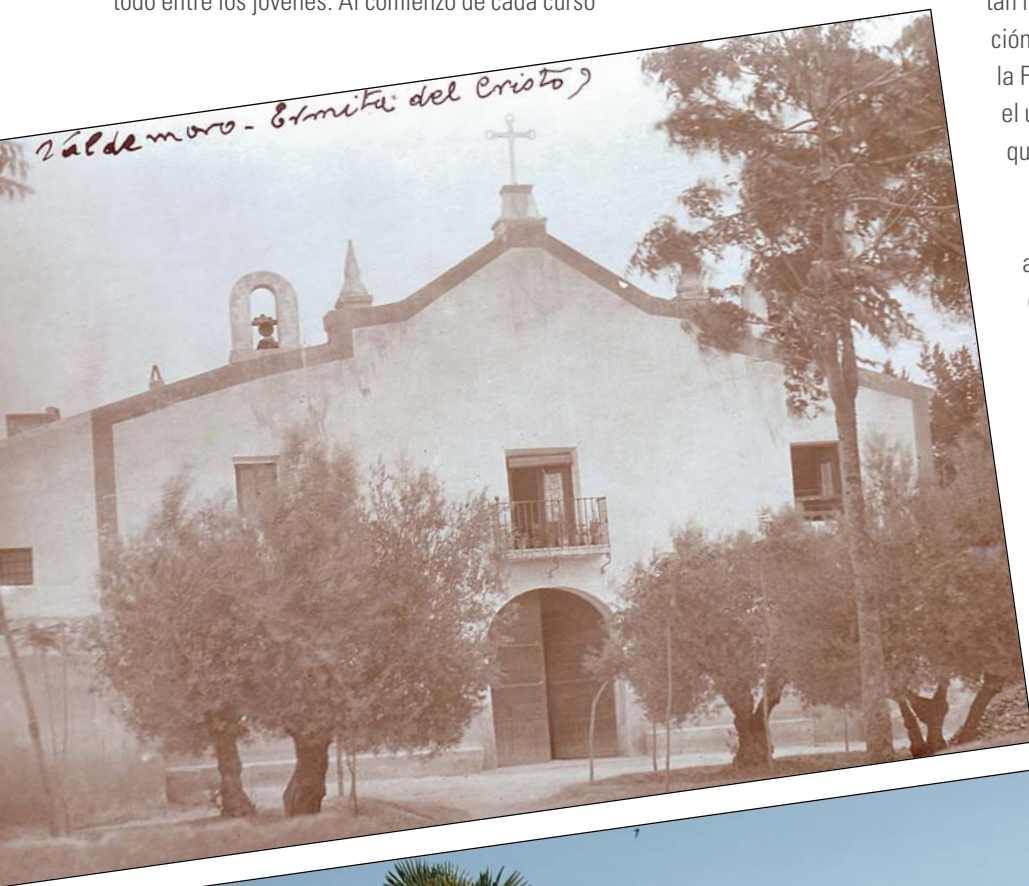
escolar la asociación se suele poner en contacto con los centros educativos para ofrecer visitas guiadas a los alumnos, principalmente enfocadas para los niños y niñas a partir de seis años. La actividad, realizada en horario escolar, comienza en la Plaza de la Constitución, transcurre por la Plaza del Esparto, la Iglesia Parroquial, la Fuente de la Villa, y finaliza en el Convento de la Encarnación, también conocido como Las Clarisas.

Esta iniciativa permite a los niños conocer datos tan interesantes como la repercusión de la celebración de la feria en el siglo XVI, la funcionalidad de la Fuente de la Villa como bebedero y lavadero, o el uso de la Torre del Reloj como depósito de trigo que abastecía a los campesinos.

A nivel interno, la asociación consta de aproximadamente veinte socios que se reúnen cada semana con el fin de proponer ideas con vistas a la organización de futuros eventos o actividades. Su agenda cultural de este año 2016 cuenta con la visita al Museo Arqueológico de Madrid, a las excavaciones del pueblo de Carranque, así como a la Biblioteca Nacional de España.

Gracias a la Asociación Fuentes de la Villa la memoria histórica de Valdemoro sigue presente en un municipio que, en las últimas décadas, ha experimentado un crecimiento exponencial. A través de sus exposiciones fotográficas podemos conocer cómo era nuestra localidad en los últimos años y recordar así que Valdemoro no es una ciudad dormitorio que crece alrededor de Madrid, sino que se trata de una villa cuya historia se remonta siglos atrás. ✕

Para más información sobre la asociación y su actividad, puedes ponerte en contacto a través del correo aih.fuentesdelavilla@gmail.com.



MÁS SIMPLY, IMPOSSIBLY.



CITROËN SIMPLY DRIVE

EL RENTING
PARA PARTICULARES
DE CITROËN.

CITROËN C4 CACTUS
PureTech 82 Gasolina LIVE

POR:
199 €/MES*
SIN ENTRADA

- INCLUYE:
- 3 AÑOS DE MANTENIMIENTO
 - 3 AÑOS DE GARANTÍA
 - CAMBIA DE VEHÍCULO A LOS 3 AÑOS

Desde hoy, tener coche es de lo más simply-happy-topping del mundo: con una simply cuota al mes, con todo el mantenimiento incluido para que no te preocupes de nada, sin entrada y con la posibilidad de cambiarlo a los tres años. Más simply impossibly.

CRÉATIVE TECHNOLOGIE

CITROËN prefiere TOTAL *Cuota mensual con IVA para alquilar a 36 meses y 30.000 km para C4 Cactus PureTech 82 Live gasolina para clientes particulares. Incluye mantenimiento, asistencia en carretera 24h, gestión de multas e impuestos de circulación según contrato Citroën Renting. El Seguro del vehículo no está incluido en la cuota comunicada. Oferta de PSA Financial Services Spain, EFC, S.A., condicionada a aceptación financiera. Consulte en su concesionario. Oferta válida hasta el 31/05/2016. Modelo visualizado igual al presentado. Condiciones en www.citroen.es Automóviles Citroën España, S.A. c/ Dr. Esquerdo, 62 - 28007 Madrid. CIF: A-82844473

CONSUMO MIXTO (L/100 KM) / EMISIÓN CO₂ (G/KM): CITROËN C4 CACTUS: 3,1 - 4,7/82 - 107

[f](https://www.facebook.com/citroen.es) [t](https://www.twitter.com/citroen.es) [y](https://www.youtube.com/citroen.es) [i](https://www.instagram.com/citroen.es) citroen.es

GARAJE INFANTAS, S.A. Antigua Ctra. Andalucía, km 43,800 28300 Aranjuez, Madrid Tel.: 91 891 32 36
Paseo de las Artes, s/n 28320 Pinto, Madrid Tel.: 91 691 37 02



www.conisa.es

Nuevo Kia Sportage.

Diseñado para sorprenderte.



SPORTAGE



The Power to Surprise

El nuevo Kia Sportage no pretende estar a la altura de tus expectativas. Pretende superarlas. Por eso presume de un diseño vanguardista y rompedor. Te seduce con la tecnología más innovadora. Y, encima, preserva su calidad intacta gracias a sus 7 años de garantía. Es como si cada detalle hubiera sido diseñado para sorprenderte. ¡Condúcelo desde 17.600€!

CONISA • Paseo de las Artes s/n. 28320 Pinto | Tel.: 91 691 52 80
• Ctra. Andalucía, Km 44. 28300 Aranjuez | Tel.: 91 891 63 13



Consumo (l/100km): 4,6-7,6. Emisiones de CO₂ (g/km): 119-177.

PVPR Kia Sportage 1.6 GDI 132 CV Basic 4x2 (incluido impuestos, transporte, acciones promocionales y aportación del gobierno al Plan PIVE). No incluye gastos de gestión y matriculación. Consultar condiciones y requisitos del Plan PIVE. Oferta aplicable para clientes particulares que financien con Santander Consumer EFC S.A., un importe mínimo de 10.000€ a través de la campaña Flexible Range Finance, a un plazo mínimo de 48 meses. Financiación incompatible con otras ofertas financieras, sujeta a estudio y aprobación por parte de la entidad de crédito. Oferta válida hasta el 31/05/2016 en concesionarios de Península y Baleares. Modelo visualizado no se corresponde con el ofertado. *Consultar manual de garantía Kia.

R E P O R T A J E

Emprendedores

La apertura de actividades económicas

Comenzar con nuestra nueva empresa exige diferentes obligaciones con la administración que deberemos conocer



Guillermo Caro: Ingeniero T. Industrial, Euroingeniero y Máster en Instalaciones de la Edificación por la UCM. Lleva trabajando en Valdemoro, ejerciendo la profesión libre, desde 2003. También es el Ingeniero Municipal de Perales de Tajuña (Madrid) desde 2004. Este mayo de 2016 su estudio de ingeniería, **ESINEINCA INGENIERÍA**, cumple su decimotercer aniversario.

Cuando un emprendedor o una emprendedora decide comenzar una actividad económica que requiera de un establecimiento para ejercer la misma, ya sea una oficina, un local o un edificio industrial, deberá tener en cuenta ciertos aspectos importantes a la hora de iniciar su desarrollo.

Dado que no todos los locales son aptos para ejercer ciertas actividades, es recomendable asesorarse por técnicos especialistas en licencias o bien consultar a los Servicios Técnicos del Ayuntamiento de Valdemoro, cuyo horario de atención al público es martes y jueves de 9:00 a 13:00 en la Sede de Urbanismo del Ayuntamiento, sita en la Plaza de la Constitución.

Tanto unos como otros nos indicarán qué requisitos son necesarios para el ejercicio de la actividad en el local que hayamos seleccionado, como por ejemplo, alturas mínimas, accesibilidad, dotación de aseos o resto de dependencias obligatorias, entre otros.

Declaración responsable o licencia de actividad

Todo emprendedor debe saber que para la apertura de un nuevo negocio deberá tramitar una licencia de actividad o licencia de apertura del establecimiento en el que pretende desarrollar su actividad económica. En Valdemoro existen diferentes procedimientos administrativos que se han de satisfacer para poder dar comienzo al ejercicio de una actividad económica.





Declaración responsable

Una declaración responsable no es más que un documento suscrito por el titular de la actividad o por su representante, en el que manifiesta, bajo su responsabilidad, que cumple con los requisitos técnicos, urbanísticos y sectoriales exigidos por la normativa vigente para implantar, modificar o ejercer la actividad, que dispone de la documentación que así lo acredita y que se compromete a mantener su cumplimiento durante el tiempo en que ejerce su ac-

tividad. En definitiva, es el titular el responsable de que su local y su actividad cumplan la normativa.

Hay que tener en cuenta que desde que entró en vigor la Ley 2/2012, para el inicio y desarrollo de las actividades comerciales y determinados servicios, no se podrá exigir licencia previa de instalaciones si la actividad que pretendemos desarrollar es comercial o de servicios, como por ejemplo **peluquerías, comercios en ge-**



Especialistas en Licencias de Apertura,
Certificados Energéticos, Peritaciones
e Informes Técnicos



www.esineinca.com

Cantabria, 6 Local · 28340 Valdemoro, Madrid · 91 801 83 35





neral, pastelerías, oficinas, agencias inmobiliarias, etc. La tramitación se realizará por el **procedimiento de control posterior**, mediante la simple presentación de una **comunicación previa** o **declaración responsable**, acompañada de la documentación requerida.

Una vez registrada la declaración responsable, tendremos la libertad de comenzar las obras y abrir nuestro negocio de forma inmediata, los Servicios Técnicos del Ayuntamiento realizarán la inspección con posterioridad a la apertura del establecimiento. Todo esto supone un importante ahorro de tiempo a la hora de empezar con la actividad.

Licencia de actividad

Si por el contrario la actividad que vamos a ejercer no se encuentra dentro del mencionado anexo, como por ejemplo **talleres me-**

cánicos, industrias, cerrajerías, almacenes, bares, restaurantes, etc., así como actividades que tengan impacto en el patrimonio histórico-artístico o en el uso privativo, la tramitación se realizará mediante el **procedimiento de control previo o licencia**.

En este caso, una vez entregada la documentación, tendremos que esperar a que la licencia de actividad sea concedida para poder dar comienzo a las obras o para abrir nuestro negocio legalmente. Los plazos variarán en función del tipo de actividad, pero como media suelen rondar los tres meses, dado que se requiere de información pública, publicación en el BOCM, informes técnicos, etcétera.

¿Cuánto cuesta una licencia de apertura en Valdemoro?

El coste de la licencia de apertura en Valdemoro dependerá del tipo de actividad que se vaya a ejercer, de la superficie del local, de en qué calle esté ubicado, de si es una actividad calificada (ac-

tividades molestas, nocivas, etc.) y del presupuesto de maquinaria, mobiliario e instalaciones. A estos precios que se deberán pagar al Ayuntamiento habrá que sumar los honorarios correspondientes a la documentación técnica que haya que aportar.

Otros aspectos importantes a la hora de abrir un negocio

Puesto que para cualquier tipo de procedimiento de tramitación de licencia hay inspecciones obligatorias, será preceptiva la adaptación del local a la normativa de aplicación, por lo que os aconsejamos que tanto la documentación como el asesoramiento lo tramitéis con un arquitecto o un ingeniero especializado en licencias.

Algunos ejemplos de Licencias de Actividad en Valdemoro

Proyecto para licencia de actividad, instalaciones generales y registro industrial de taller mecánico en Valdemoro.

En este caso nos encargaron la elaboración de la documentación técnica necesaria para la legalización de la apertura en el Ayuntamiento y el Registro Industrial (DGIEM de la Comunidad de Madrid) de este establecimiento industrial de 300 m², dedicado a taller mecánico, en el polígono industrial Valmor de Valdemoro.

Nuestro trabajo consistió en una primera visita para la toma de datos y consultar a los técnicos municipales del Ayuntamiento de Valdemoro, y a los técnicos de Industria en la DGIEM. A continuación, realizamos la visita para la toma de datos, medición del establecimiento y elaboración de reportaje fotográfico. Por último,

ya en nuestro estudio, procedimos a la elaboración de las memorias técnicas, cálculos, pliegos de condiciones, mediciones y presupuestos, así como a la realización de los planos de los que consta el proyecto. Acabamos con la entrega de la documentación en los registros de las diferentes administraciones, local y autonómica.

Proyecto para licencia de actividad y obra de restaurante en Valdemoro.

En este caso nos encargaron la elaboración de la documentación técnica necesaria para la legalización en el Ayuntamiento de las obras y la apertura de este establecimiento de 600 m², dedicado a restaurante latino, en el polígono industrial Valmor de Valdemoro.

Nuestro trabajo consistió en una primera visita para toma de datos y consulta a los técnicos municipales del Ayuntamiento de Valdemoro. A continuación, realizamos la visita para la toma de datos, medición del establecimiento y elaboración de reportaje fotográfico. Por último, ya en nuestro estudio, procedimos a la elaboración de las memorias técnicas, cálculos, pliegos de condiciones, mediciones y presupuestos, así como de los planos de los que consta el proyecto. ✕

Para más información puedes ponerte en contacto con **ESINEINCA INGENIERÍA** a través de su página web www.esineinca.com, visitando sus oficinas en la calle Cantabria n.º 6 o llamando al teléfono 91 801 83 35.

CHATARRERÍA

RECUPERACIONES BAJAN / P.I. LAS CANTERAS / CALLE VEREDA DE LA SOLANA, 25 (junto a la ITV de Valdemoro)
Teléfonos: 91 174 70 91 – 647 045 602

COMPRAMOS:

- ALUMINIO
- COBRE
- ACERO
- PLOMO
- CALDERAS
- LATÓN
- CABLES ELÉCTRICOS
- CPU-ORDENADORES

DISPONEMOS DE BÁSCULAS PESA CAMIONES Y BÁSCULA PEQUEÑA



codere apuestas

Avenida del Mar Mediterráneo, 140
(entrada por calle Febo junto al BBVA)
28341 Valdemoro, Madrid

 codere apuestas el reston-valdemoro



Apuestas El Restón C.B.

- Apuestas deportivas
- Slots
- Ruleta
- Dardos
- Bar deportivo
- Partidos de Liga y Champions

Abierto desde el 1 de Diciembre
HORARIO: 10.00 A 23.00H



HOKKAIDO JAPONÉS

Auténtica comida japonesa en Valdemoro

Se trata del primer restaurante exclusivo de comida nipona en nuestro municipio

La cocina japonesa es una de las artes culinarias más complejas. Reflejo de los más de dos mil años de tradición de su civilización, se caracteriza por su sencillez, naturalismo y refinamiento. Occidente siempre se ha sentido atraído por esta cultura oriental y su gastronomía, la cual goza de una gran aceptación entre el público occidental.

Por la necesaria experiencia del chef y la calidad de sus productos, la cocina nipona no ha llegado a nuestro país como una de las opciones más económicas. Aunque los precios comienzan a ser más asequibles, lo cierto es que todavía resulta complicado encontrar buenos restaurantes que tengan precios módicos.

En esta ocasión os hablaremos de Hokkaido Japonés, el nuevo restaurante de cocina japonesa que ha llegado a nuestro municipio y que promete romper con el estigma de que la comida japonesa de calidad es cara. Su cocina está en manos del chef Jiance Ni, quien cuenta con más de veinte años de experiencia en este arte culinario y que ha trabajado en restaurantes de alta cocina de Hong Kong, Taiwán o, en España, en el conocido Restaurante Osaka de Marbella.

Tanto Jiance Ni como su socio Lei Lin Wang han encontrado en Valdemoro una buena opción para asentar su primer negocio en Madrid, pues su objetivo es ofrecer la auténtica cocina japonesa a precios muy asequibles. Por ello, han elaborado un menú de bufet libre desde 11,95 euros, en el que podrás degustar más de

cincuenta platos diferentes y disfrutar de barra libre de bebida. Este bufet es ampliable hasta los 29,95 euros, donde podrás disfrutar de los mejores pescados como el atún rojo o el salmón.

Además de sus menús de bufet, servidos de lunes a viernes en horario de comida y cenas, durante toda la semana cuentan con una carta compuesta por más de setenta platos diferentes entre los que destacan el tartar, *sashimi*, *maki* o *sushi*, entre otros.

Hokkaido Japonés llega a Valdemoro como una interesante y económica alternativa para poder saborear la comida japonesa sin tener que salir de nuestro municipio. Además, próximamente podrás disfrutar de toda su cocina en tu casa con la incorporación del servicio a domicilio. ✕



Para más información no dudes en visitarlos en la calle Febo, 8 (El Restón). Teléfono: **91 862 95 93**. El horario de apertura es de martes a domingo de 13:00 a 16:30 y de 20:30 a 00:00.

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

Síguenos en  creavaldemoro



**ORTODONCIA
INFANTIL Y ADULTOS**
FINANCIACIÓN SIN INTERESES
HASTA EN 30 MESES

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



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



CITA PREVIA

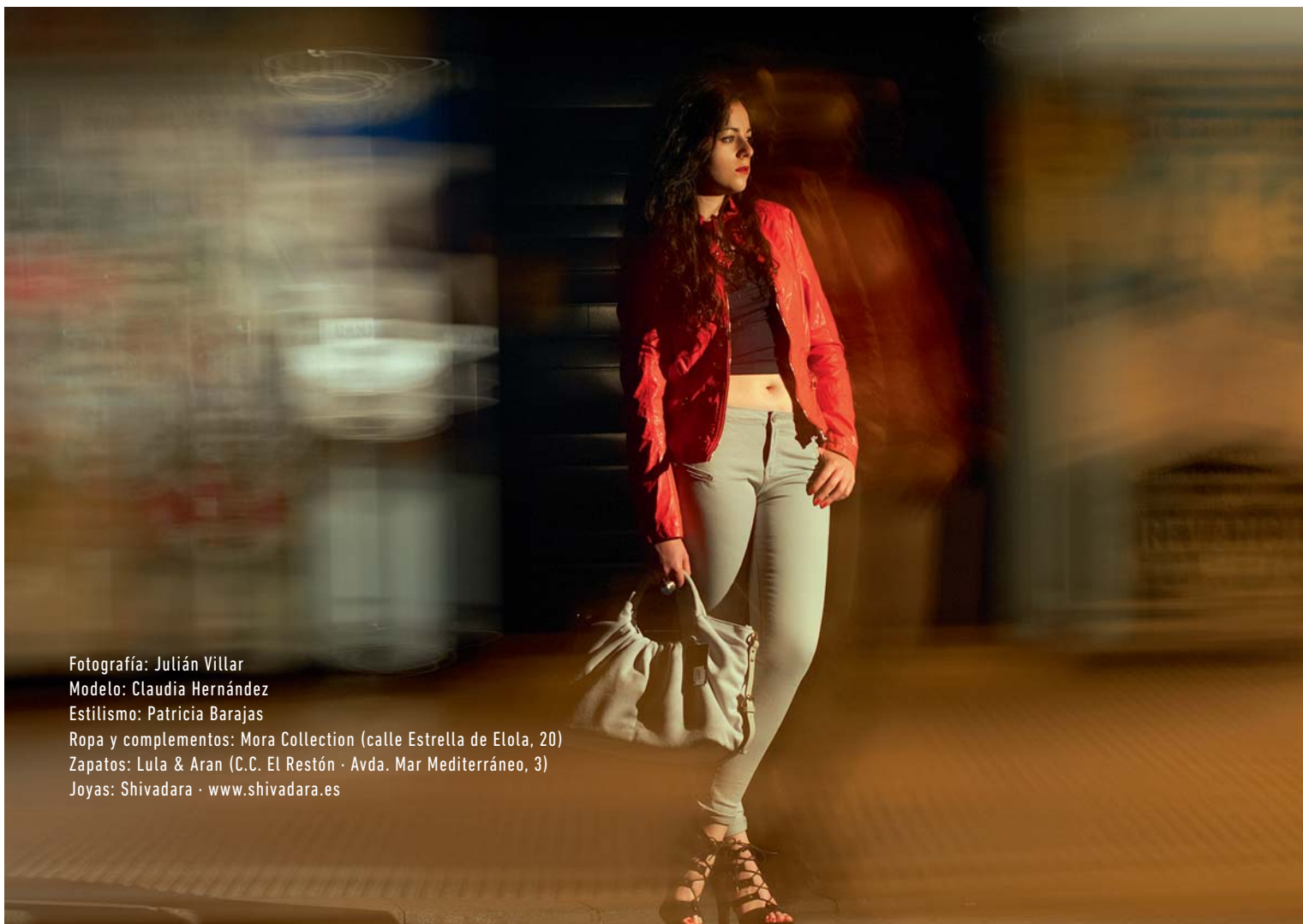
91 174 47 20
ANA FRANK, 9. VALDEMORO



MODA.

by Julián Villar, Ncuadres





Fotografía: Julián Villar
Modelo: Claudia Hernández
Estilismo: Patricia Barajas
Ropa y complementos: Mora Collection (calle Estrella de Elola, 20)
Zapatos: Lula & Aran (C.C. El Restón · Avda. Mar Mediterráneo, 3)
Joyas: Shivadara · www.shivadara.es



Galenas



HEALTH & BEAUTY

El Tratamiento facial que estabas esperando



GARANTIZADO

rejuvenece
sin agujas

Desde la primera sesión

- Rellena arrugas
- Elimina manchas
- Eleva el pómulos

KRONOX SKIN



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

RESERVA TU CITA
☎ 91 323 96 86 / 619 245 976
✉ toreroruiz@gmail.com



CASOS REALES



antes



después



Tu motocicleta en perfecto estado con **Máxima Motos**

Cobertura mecánica total con recogida y entrega a domicilio gratuita

Con la llegada del buen tiempo no hay nada mejor para un motero que poder sacar su motocicleta del garaje para disfrutar de la carretera. Pero antes que nada debemos poner nuestro vehículo a punto, pues, tanto si ha pasado grandes periodos estacionada como si se ha usado con frecuencia durante el invierno, todos los componentes deben ser revisados para la seguridad del conductor.

Máxima Motos es un taller especializado en el amplio mundo de las dos ruedas. Han pasado ya dos años desde que un equipo joven y dinámico, y con varios años de experiencia, decidieran asentar en Valdemoro lo que hoy es su negocio. Siempre apostando por los nuevos proyectos y por las mejores marcas, ofrecen a sus clientes seguridad, calidad y buen trato.

Cuentan con unas instalaciones de más de doscientos metros cuadrados entre la zona de taller y tienda. En el taller, realizan todo tipo de servicios y reparación para las motocicletas tales como revisiones, neumáticos, tubos de escape, reparación de pinchazos, mantenimiento o incluso preparación de motos para circuito.

En su tienda podrás encontrar todo tipo de recambios, artículos para tu moto y equipación para ti. Además, al tratarse de un taller multimarca, trabajan con los principales fabricantes para ofrecerte tanto motos nuevas como de ocasión.

El equipo de Máxima Motos buscará una solución para cualquiera de los problemas, pues su principal objetivo es el de satisfacer las necesidades de sus clientes. Por este motivo, ofrecen servicio de cita previa y servicio gratuito de recogida y entrega de la moto en tu domicilio. ✕



Para más información:

Puedes visitar sus instalaciones en calle Juan de la Cierva n.º 4 o ponerte en contacto a través de los teléfonos 91 875 38 00 y 636 365 884 o en el correo maximamotos.sc@gmail.com. También puedes visitar su página web www.maximamotos.com.

El Festival de Teatro Villa de Valdemoro levanta el telón

Una veintena de grupos presentarán sus obras en el Teatro Municipal Juan Prado del 4 al 30 de mayo

Programa	
4 de mayo. 18.00 h. CEIP Pedro López de Lerena Los piratas de Oz	19 de mayo. 18.00 h. CEIP Maestro Román Baillo Mary Poppins
5 de mayo. 18.00 h. CEIP Fuente de la Villa Cómo cambia el cuento	20 de mayo. 18.00 h. Colegio Sámer Calasanz (grupo juvenil) Un cadáver a los postres
6 de mayo. 19.30 h. Grupo de teatro Al-Mudena Casa de Andalucía Los pobrecitos	21 de mayo. 19.30 h. Grupo de teatro ASAE (adultos) Balas sobre Broadway
11 de mayo. 18.00 h. Colegio Marqués de Vallejo / Internado Infanta M ^a Teresa El vago y los otros pleitos	22 de mayo. 18.00 h. Grupo de teatro ASAE (infantil-juvenil) Grease
12 de mayo. 18.00 h. Colegio Sámer Calasanz (grupo infantil) Pulgarcito	23 de mayo. 18.00 h. Centro Ocupacional (Afucova). Hook, el capitán Garlito
13 de mayo. 19.30 h. Grupo de teatro Teatrarte Una rubia muy legal. El musical	24 de mayo. 18.00 h. Colegio Lagomar El hospital loco, rimando voy rimando vengo
14 de mayo. 19.30 h. Grupo de teatro Casa del maestro Papel couché	25 de mayo. 18.00 h. Colegio Hélicon Maléfica
15 de mayo. 18.00 h. Grupo de teatro Tinta mágica (Padres del CEIP Maestro Román Baillo) ¿Pero... qué me cuentas?	26 de mayo. 18.00 h. CEIP Doña Leonor del Álamo La pirata Ofelia
16 de mayo. 18.00 h. AMPA del CEIP Pedro López de Lerena Cats)	27 de mayo. 18.00 h. Colegio Valle del Miro Lost. El musical
17 de mayo. 18.00 h. Colegio San José Peter Pan	28 de mayo. 19.30 h. Grupo de teatro Hágase Jirones de historia
18 de mayo. 18.00 h. CEIP Fray Pedro de Aguado Agencia de detectives Cervantes & Cia	29 de mayo. 18.00 h. Grupo de teatro UPV (juveniles). Cuentos en verso para niños perversos y la zapatera prodigiosa
	30 de mayo. 18.00 h. IES Villa de Valdemoro . Las confesiones de San Pedro y La Casa de Bernarda Alba

Festival de Teatro Del 4 al 30 de mayo. Teatro Municipal Juan Prado. C/ Estrella de Elola, 27. Recogida de invitaciones Una hora antes de cada función en la taquilla del teatro.

El pasado miércoles 4 de mayo los alumnos del CEIP Pedro López de Lerena representaron en el Teatro Municipal Juan Prado *Los piratas de Oz*, obra que inauguró la XXXII edición del Festival de Teatro Villa de Valdemoro.

Hasta el 30 de mayo, en el marco de este festival de teatro aficionado, el más antiguo de la Comunidad de Madrid, más de una veintena de grupos no profesionales representarán veintitrés obras de lo más variado, mayoritariamente dirigidas a todos los públicos, aunque hay cuatro aptas solo para adultos.

Gran parte de la programación la ocupan las obras interpretadas por escolares de todas las edades de once colegios públicos, concertados y privados de la localidad, algunos con dos representaciones diferentes. También las asociaciones de padres se van involucrando en esta propuesta de teatro aficionado, algunas AMPA presentan obra y otros padres han formado su propio grupo, como es el caso de Tinta Mágica.

Los usuarios del Centro Ocupacional Estrella de Elola volverán a demostrar que el arte de interpretar traspasa las barreras de cualquier limitación mientras que grupos como Teatrarte, Casa del Maestro, Asociación de Artes Escénicas de Valdemoro (ASAE), Hágase o el grupo juvenil de teatro de la Universidad Popular de Valdemoro (UPV) seguirán en el marco de este festival creando afición por el arte escénico entre vecinos y familiares que llenen un año más las butacas del Juan Prado. ✕



HOKKAIDO JAPONES
日本料理 ほっかいどう

Cocina Japonesa

- Menú Buffet Libre, desde 11,95 euros
- Más de 50 platos a elegir, repite las veces que quieras
- Bebida, postres y café incluidos
- Menú infantil 8,90 euros

Febo, 8 (El Restón) • 28341 Valdemoro • ENCARGA TU PEDIDO. Te lo llevamos a casa **91 862 95 93**



Bilinguals
IDIOMAS Y ENSEÑANZA

Este verano no paramos
(julio y agosto 2016)

ABIERTO PLAZO DE MATRÍCULA 2016/17 50% DTO.

- Campamento de verano 100% en inglés (3 a 12 años)
- Clases de recuperación para todas las asignaturas
- Cursos intensivos de inglés para todos los niveles
- Cursos intensivos de música (violín o piano)

Mercurio, 10 (Frente a los Lagos del Restón) • Afrodita, 9
91 081 92 84 / 646 068 981 / educa@bilinguals.es / www.bilinguals.es



GESCIBELES
Administradores Fincas

☎ CAMPAÑA DE RENTA 2015
TE PREPARAMOS Y ASESORAMOS EN TU DECLARACIÓN DE LA RENTA

Avda. Mar Mediterráneo, 172 / Local 2
Valdemoro • tel. 91 894 24 71 • www.gescibeles.com



Conoce El Espartal, bien de interés común en Valdemoro

El grupo Colectivo El Espartal realizará una visita a esta zona para conocer más de cerca su historia y riqueza

Se cumple un año de la sentencia del Tribunal Supremo a favor de la protección de la zona de El Espartal. Gracias a una ejemplar acción vecinal y a la denuncia interpuesta por Ecologistas en Acción, se consiguió frenar el plan urbanístico que el Ayuntamiento de Valdemoro y la Comunidad de Madrid tenían previsto para esta zona.

Este conjunto de cerros posee un gran valor ecológico. La presencia de matorrales gipsícolas, comunidades de aves y restos arqueológicos le han valido la catalogación de BIC (bien de interés cultural).

Para su conservación fue necesaria una respuesta contundente y continua de los vecinos, desde la formación del Colectivo Vecinal por

la Protección del Espartal hasta las manifestaciones, charlas, exposiciones y la denuncia ante los tribunales. El futuro de este valioso paraje sigue en manos de los vecinos, ya que queda camino por recorrer para lograr su total protección. La mañana del 21 de mayo el grupo Colectivo El Espartal llevará a cabo en el parque Bolitas del Airón una sesión donde podrás conocer los valores que albergan El Espartal y el arroyo de La Cañada, la historia de la lucha para su protección, la situación actual y los pasos a seguir. La celebración incluye una visita a El Espartal, una exposición de imágenes y charlas explicativas entre otros actos.

Para más información no dudes en visitar su página web:

www.colectivoespartal.org. ✕



Factoring chimeneas

EL MEJOR CALOR ECOLÓGICO

Exposición de cassettes, estufas de pellets, chimeneas francesas y barbacoas

Precios especiales al portador de este anuncio



P.I. Albres / Chamberí, 19 - 28342 Valdemoro, Madrid / t. **91 808 33 68** / venticon@hotmail.com / www.factoringchimeneas.com
Abierto todos los días, incluso sábados hasta las 14 horas

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





Llega la Spartan Race Madrid

*Durante los días 28 y 29 de mayo
tendrá lugar en San Martín de Guadalix*

Llega a nuestra comunidad la Spartan Race, el evento deportivo que va más allá de una carrera de obstáculos y que se ha convertido ya en un fenómeno social. Durante los días 28 y 29 de mayo podrás disfrutar de la práctica de sus tres modalidades: sprint, súper o beast.

A diferencia de una carrera normal, las carreras de obstáculos requieren un trabajo completo de potencia, resistencia, agilidad y coordinación en las que debes utilizar todo tu cuerpo y mente para completar los retos.

Las carreras de obstáculos se extienden por toda España a la velocidad de la luz. Existen carreras de producción nacional e importadas, como es el caso de la Spartan Race. Todas tienen en común un carácter lúdico-competitivo y, aunque algunos participantes se preparan para ganar, la mayoría se cuelga el dorsal para disfrutar del deporte de una manera diferente.

En Valdemoro contamos con el grupo SPARTANSX GROUP, donde de la mano

de Nilton Monteiro, entrenador personal con certificación oficial Spartan Race GSX, podrás prepararte física y psicológicamente para realizar estas pruebas. La condición física es importante, los entrenamientos son muy específicos y están alejados de la clásica rutina del gimnasio. Con estos podrás recuperar la movilidad natural del cuerpo y estar preparado para todo lo que te puedas encontrar en tu vida diaria en cuanto a condiciones físicas y mentales se refiere.

Para más información no dudes en visitar su página de Facebook: facebook.com/NILTRAINING. ✕



Espectacular terrazza de verano

Desayunos variados
Exquisitas raciones variadas
Suculenta barra de tapas
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

Visítanos en:



www.tabernaselbuo.es



Consejos fundamentales para elegir tu aire acondicionado Split

Elegir el aparato que mejor se adapta a nuestras necesidades nos permitirá ahorrar dinero y energía

Son tantas las opciones disponibles en el mercado que decidir qué aire acondicionado Split es mejor puede convertirse en un auténtico quebradero de cabeza. Así que para no errar en la compra de tu aparato de aire acondicionado te ofrecemos una serie de consejos para la elección del mejor aire acondicionado Split.

A la hora de elegir el mejor aparato Split de aire acondicionado debes buscar una buena clasificación energética, tipo A+, indicador del nivel de eficiencia energética. También debes prestar atención al SEER, el indicativo de eficiencia energética en modo refrigeración en los aparatos de frío y bombas de calor de tipo reversible. La clasificación energética A++ puede suponer ahorros de energía de hasta un 30 %.

La potencia también es muy importante. Los equipos domésticos Split abarcan potencias de entre 2,5 y 3,5 kW. Es importante que tengas en cuenta cuánta potencia vas a necesitar, pues usar más de la necesaria puede suponer un derroche de energía. Lo contrario, implicará que no se cubran las necesidades de climatización.

Es recomendable que el aparato disponga de tecnología como sensores inteligentes de presencia o la **tecnología inverter**, que enfrían el ambiente de forma progresiva. No olvides comprobar que el equipo incorpore modos eco y nocturno. Una característica del equipo que hay que tener en cuenta es que sea lo más silencioso posible. Opta por un equipo que no supere los 40 dB de ruido. Los últimos modelos en el mercado son los equipos que incorporan termostato digital wifi que permite controlar el funcionamiento del equipo. ✕

Si estás interesado en instalar un equipo de aire acondicionado tipo Split en tu casa o local, en **emdeslu.com** somos profesionales especializados en aire acondicionado y climatización. No esperes más y ponte en contacto con nosotros, bien para pedir un presupuesto gratis (en el correo electrónico instalaciones.emdeslu@gmail.com) o a través del teléfono **91 174 70 78**. Susana y M.^a Cruz te atenderemos personalmente.

		AIRE ACONDICIONADO			
SERVICIO TÉCNICO INSTALACIÓN		EMPRESAS Y PARTICULARES ORGANISMOS OFICIALES		VENTA FINANCIACIÓN RECIBIMOS TODAS TARJETAS DE CREDITO	
Empresa Instaladora - Mantenedora Autorizada por la DGIEM					
N°45 Instaladora Frigoríficas · N°3929 Instalaciones Climatización · N°2454 Mantenimiento Climatización · N°5903 Instalaciones Baja Tensión Especialista					
P.I. ALBRESA • CALLE PARÍS, 4 • NAVE 8 (SALIDA 24 N-IV) • VALDEMORO, MADRID • TELF. 91 174 70 78 • instalaciones.emdeslu@gmail.com • www.emdeslu.com					

CURSO D FOTOGRAFÍA



curso fotografía básica y edición

Curso bimestral de fotografía básica. Desde el 9 de mayo hasta el 30 de junio (27 horas) 3 horas semanales. Lunes de 18 a 21 horas. Precio 90€

Si tu tiempo es limitado pero te gusta la fotografía te proponemos un curso básico para aprender fotografía.

Veremos el manejo de la cámara fotográfica y todas sus funciones, así como los secretos de la composición para llamar la atención cuando mostremos nuestras fotografías a amigos o familiares, no olvidaremos el importante retoque fotográfico, para realzar si cabe, la belleza de nuestras fotos.

Curso bimestral de edición. Desde el 9 de mayo hasta el 30 de junio (27 horas) 3 horas semanales. Precio 90€

Si lo que te gusta es editar la foto después de haberla tomado, te proponemos un curso de retoque fotográfico en el que compaginaremos Photoshop y Lightroom ahora mismo las dos herramientas mas potentes para este fin. Este curso esta destinado a gente que esta comenzando con la edición, es decir desde cero (es imprescindible disponer de un ordenador portátil para poderlo cursar). Ponte en contacto con nosotros para informarte de precios y horarios, a través de cualquiera de las opciones que te ofrecemos.

Recuerda que si ya tienes conocimientos fotográficos y lo que quieres es perfeccionar la técnica fotográfica, tenemos a tu disposición cursos anuales con infinidad de horarios, tanto de mañana como de tarde, incluso si tu trabajo es a turnos, los tenemos programados para que puedas compaginarlo.



Asociación Fotográfica

Ncuadres
Talleres y Clases Magistrales

Si quieres ponerte en contacto con la Asociación Ncuadres puedes contactar a través del correo en ncuadres@gmail.com o llamar por teléfono al 91 284 94 94 móvil 601 371 013

Puedes seguir todo su trabajo en redes sociales
Facebook [ncuadresformacion](https://www.facebook.com/ncuadresformacion) o en [ncuadres](https://www.ncuadres.com) / www.ncuadres.com
Avda. de Andalucía, 28 (a la espalda, entrada por la calle Matadero)

TIEN 21

Especialistas en Electrodomésticos

www.tien21.es

Libertad, 37 - Valdemoro - teléfonos 91 808 16 18 / 91 808 26 42

AHÓRRATE EL **21%**

IVA*

Selección 21 productos

Y PAGA EN
21 MESES
SIN INTERÉS
TAE 2,23% COMISIONES 2%

Descuento equivalente al importe del IVA aplicable a cada producto. Todos los productos incluyen IVA. Válido sólo para los productos de este anuncio. Ejemplo para un producto de PVP: 100 €, el IVA aplicable a dicho producto es de 17,35 €. Oferta válida hasta el 31 de mayo de 2016.

189€

ANTES 229€

3 ZONAS DE COCCIÓN

BISELADA

FAGOR VITROCERÁMICA 2V33TS

189€

ANTES 229€

MULTIFUNCIÓN

FAGOR HORNO 6H-114AX

388€⁴⁶

ANTES 470€

305 LITROS

NO FROST CONGELADOR

189 x 60 x 63 cm

EFICIENCIA ENERGÉTICA **A++**
AHORRO EN CONSUMO **20%**

Indesit COMBI LI8 FF2I W

686€

ANTES 830€

355 LITROS

NO FROST

201 x 60 x 65 cm

PUERTA DE ACERO ANTIHUELLAS

EFICIENCIA ENERGÉTICA **A++**
AHORRO EN CONSUMO **20%**

BOSCH COMBI KGN39XI35

12 SERVICIOS

4 PROGRAMAS

396€⁷²

ANTES 480€

EFICIENCIA ENERGÉTICA **A+++**
AHORRO EN CONSUMO **10%**

BOSCH LAVAVAJILLAS SMS41 D02EU

289€²⁸

ANTES 350€

Regalo de Maleta*

EFICIENCIA ENERGÉTICA **A+++**
AHORRO EN CONSUMO **20%**

6KG

1.000 R.P.M.

Balay LAVADORA 3TS60107

Consultar condiciones de la promoción en www.balay.es/promocion-tien21-lavado.html