



Vuelos

Trenes

Ferries

Coches...

Carolina Marín



Agente de Viajes

ATRAPAVIAJES

617292597

info@atrapaviajes.es

www.atrapaviajes.es



Síguenos en vivir_alcorcon



vivirAlcorcón

30.000 ejemplares - La tirada será auditada por **PPD**

www.viviralcorcon.es

Periódico independiente gratuito - Número 3 - Diciembre 2015

Deporte Integra crea la primera escuela para refugiados de España en Alcorcón

■ La Fundación Deporte Integra ha presentado en Alcorcón su proyecto de escuelas de integración para refugiados cuyo objetivo es conseguir la plena integración de estas personas en la sociedad española una vez que estén alojadas y disfrutando de unos servicios mínimos proporcionados por las comunidades autónomas. El Gobierno municipal se ha sumado a esta iniciativa a través de la cesión de espacios públicos para la organización de los cursos, además de proporcionar las viviendas para los refugiados. **Página 4**



Enrique Álvarez, Presidente de la Fundación Deporte Integra, en una de sus habituales conferencias.

Además...

Nuestro municipio

IV Marcha contra la violencia hacia las mujeres **Página 11**

Deporte

"Creciendo Gol a Gol", la A.D. Alcorcón forma a los más pequeños **Página 26**

vivirAlcorcón
Quiere felicitarnos la navidad con un regalo muy especial **Página 3**

Cómete la vida por los ojos con Varilux



TU 2º PAR DE LENTES PROGRESIVAS

DE REGALO

Consulta las condiciones de la promoción en el interior de la óptica.

VARILUX®

PARA UNA PROTECCIÓN COMPLETA



C/ Porto Cristo, 9
Alcorcón.

Tel.: 91 612 31 20



Detrás de la columna

Síguenos en
vivir_alcorcon**José Luis Cisneros**

■ Mi hermano es de esos “jóvenes” que han dado el salto a un país, a una nueva lengua, a una nueva forma de vida. Los motivos de su salida fueron varios aunque estos dos fueron los más importantes. Se quedó en el dichoso paro y, como en las obras que hacemos en casa cuando aparece el “pues ya que”, aprender un idioma. El elegido, obviamente: el inglés. Dando vueltas al mundo anglosajón el dedo de la fortuna acabó en..., Sídney (o Sydney como por allí la llaman), Australia. Que aun siendo la ciudad más importante y más conocida de ese casi continente, no es la capital. Es Canberra (o Camberra como por aquí escribimos).

“Estudia, estudia. Que llegarás lejos”, propone nuestra sociedad. Y efectivamente, está a dieciséis mil kilómetros de España. No sé por qué, esa frase me recuerda a la que leí en los cómics de Asterix y Obelix: “Alístate en la Legión y verás mundo, decían”. Y veía en el rostro de ese legionario un semblante de melancolía y desgana y en el bocadillo de la frase una buena ración de ironía...

Pues sí. Desde ese momento, y para saber algo más del país afortunado por recibirle, emprendí la tarea de estudiar concienzudamente cómo es aquello, sus costumbres, su historia, su geografía, su clima, su horario, su fauna y su flora. Escuché a INXS, a Kylie Minogue y, por supuestísimo,

a los ya ancianos pero siempre potentes AC-DC; me vi todas las películas de Mel Gibson, Hugh Jackman y Russell Crowe hasta que dejé sin provisión de palomitas al supermercado. Me volví a enamorar de la sonrisa de Elle Macpherson; pretendí parecerme en la piscina municipal a Ian Thorpe con resultados catastróficos ya que no llegué a terminar el primer largo y me tuvo que sacar el socorrista (mil gracias de nuevo, señor). Lo achacué, como no puede ser de otra forma, a lo apretado del gorro, que machaca y estruja los pensamientos. Dudé si imitar a su famoso veterinario televisivo y al final me dediqué a cazar fotografías de las lagartijas, imaginando que eran los cocodrilos que vi en Cocodrilo Dundee con Paul Hogan.

En la carta que mandé a Rupert Murdoch (que aunque ahora es norteamericano, es aussi de nacimiento), en la que además de proponerle de manera subrepticia que me contratará para cualquiera de sus medios por un módico precio y gastos pagados, como corresponsal de guerra en los estadios españoles de fútbol, crítico de restaurantes de polígono industrial, probador de coches eléctricos no contaminantes y soñador empedernido en merecidas siestas, le comentaba que aunque me había empapado de documentales para verlo paisajes de su tierra natal, sus infinitas playas y arrecifes de corales, sus escasas ciudades, sus tremendos desiertos, etcétera, me parecía curioso que lo que hay por estos lares

no es ni tan diferente ni muchísimo menos, peor. Quizá todo lo contrario.

Le seguí contando que todo ese pensar, me venía porque en estas vacaciones pasadas, ya guardadas en la mochila de los recuerdos, me pegué un baño paisajístico maravilloso que para qué contar. Que este país hay que recorreo con mochila a la espalda, maleta con ruedas o bolsa de rafia. Con coche, bicicleta eléctrica o patinete volador (que para eso ya estamos en el futuro). Da igual.

Le invité a que escuchara a Raphael, a Héroes del Silencio y por supuesto, al carabanchelero Rosendo, siempre maravilloso; a que se enamorara del aire que deja a su paso cada mujer de por aquí; le propuse que se pusiera unas cangrejas con calcetines como nuestro Frank y se paseara por nuestros campos en busca de gamusinos o que se viera los vídeos de D. Félix Rodríguez de la Fuente y escuchara sus poéticas descripciones; y también a que imite si la edad se lo permite, porque ya es mayor el hombre, a Rafa, Ferrer, a Garbiñe, a Lorenzo, Marc o Dani, a Carles Pujol, Iker, a los Gasol, a las jugadoras del equipo nacional de petanca, a Javier Fernández, a... Reconocer en este punto que me vine arriba y cuando llevaba medio folio de nombres de deportistas españoles de élite, paré. No fuera a pensar que era un fanático del deporte.

Le dije, como colofón a la carta, que si algún día se pasara por aquí, que me lla-

mara. Que le llevaría a tomar unos chatos de vino en la bodega de un pueblo o de un barrio. Con un platito de olivitas y otro de patatas fritas..., y nos sentaríamos en las sillas que pone fuera el dueño. Y en silencio, ver a la gente que viene del médico, de llevar o traer a los chicos del colegio, de hacer la compra, de dar una vuelta... Que cuando terminara el espectáculo de la vida de la calle, le dejaría volar en su avión privado, de nuevo a su hogar en los USA. Pero relajado.

Eso sí. Que venga en otra época del año. Que ahora hace fresco (aunque hayamos tenido estos días un respiro en nombre del Veranillo de San Martín).

Pues no se lo van a creer. Todavía estoy esperando respuesta...

Pero presuponiendo siempre que los líderes y estrellas extranjeras de cualquier ámbito son seres mucho más cercanos al pueblo que los nuestros..., espero. Y pongo la televisión y veo que lo único que ahora importa en España, es la Carrera. Carrera por ver quién tiene razón y quién no. En los previos, emiten interminables imágenes de los contendientes saludando a sus fans, metiéndose con el contrario porque eso vende, y hablando y hablando y hablando sin parar de sus virtudes porque también vende. Y nos muestran fotografías de los protagonistas del evento cuando eran niños, de cuando se tomaban cañas juntos hace no tanto, del circo que montan cada vez que llegan a una nueva ciudad...

Staff

vivirAlcorcón

Síguenos en vivir_alcorcon



La tirada será auditada por

Dirección
direccion@viviralcorcon.esDpto. Comercial
info@viviralcorcon.es

Depósito legal: M-37095-2015

Respeto la propiedad intelectual de los textos e imágenes. Si piensas reproducir total o parcialmente parte de los contenidos, cita la fuente y avisanos, estaremos encantados de ayudarte. VIVIR ALCORCÓN

VIVIR ALCORCÓN no se responsabiliza de la opinión de sus colaboradores, no influye en sus comentarios ni tiene por qué compartirlas. El papel es reciclado. Si te quieres deshacer del periódico, llévalo a un punto limpio.



vivirAlcorcón

Publica tu negocio o empresa con nosotros
Tenemos un espacio para ti!!!

Anúnciate
Aquí



Tu publicidad desde

30 €

comercial@viviralcorcon.es - telf: 615 46 79 88

Infórmate de Todo lo que ocurre
en nuestro municipio y

¡¡¡ Gana con nosotros hasta 100€
en la lotería de Navidad!!!

En la web



En nuestra edición impresa



En Facebook



vivirAlcorcón

La tirada de 30.000 ejemplares será auditada por **PPD**

*Queremos compartir con todos nuestros lectores estos días de felicidad
deseándoles lo mejor para estas fiestas y el próximo año y por ello queremos que*

¡¡¡ ganes con nosotros hasta 100€!!!

en el sorteo extraordinario de Navidad del 22 de diciembre de 2015.

Cada persona que presente este ejemplar
tiene una participación por valor de
0,005 € con la que podrá obtener un
premio de hasta 100€(*) si el número
del décimo de la imagen coincide con
el número del primer premio de
sorteo extraordinario de Navidad del
próximo día 22 de diciembre de
2015.



* El importe total del premio está sujeto al correspondiente
pago de impuestos, el cual asciende a un 20% del importe
premiado. Si el número resultara premiado contactar con
"Vivir Alcorcón" en el teléfono 615467988 o en el mail
comercial@viviralcorcon.es

Nuestro municipio

Nace en Alcorcón la primera Escuela de Integración de Refugiados de España de la fundación Deporte Integra

El alcalde oficializa, de esta manera, el apoyo al proyecto de la Fundación Deporte Integra para la creación de la Escuela

■ El alcalde de Alcorcón, David Pérez, ha presentado hoy el apoyo institucional del Ayuntamiento de Alcorcón al proyecto Escuelas de Integración, de la Fundación Deporte Integra, que será la primera iniciativa que se desarrolle en España de cara a la acogida de personas refugiadas en los próximos meses en numerosas ciudades del país.

El objetivo es conseguir que los refugiados se integren de la forma más rápida y efectiva en nuestra sociedad

Durante la presentación, el regidor, David Pérez, ha destacado que “somos una ciudad pionera en tomar la iniciativa en esta materia. Nuestro compromiso con esta causa es claro, por ello, vamos a poner todos los medios para que la Escuela de Alcorcón sea la primera en activarse y en entrar en funcionamiento. Lo que queremos es que, en el momento en que los refugiados lleguen a Alcorcón, puedan comenzar a recibir la formación necesaria para que puedan integrarse de la mejor manera posible y puedan manejarse en el día a día”, a lo que ha añadido que la aportación de Alcorcón en el proyecto de la Fundación Deporte Integra pasa por “la cesión de espacios por parte del Ayuntamiento, en colaboración con la Comunidad de Madrid, y en poner a su disposición viviendas o soluciones habitacionales temporales”.

En su intervención, el alcalde ha agradecido a los representantes de Iberdrola, Orange, SIAG Consulting, Fundación SM, a la Fundación Deporte Integra y a AEPA, su asistencia al acto y el gran apoyo



Durante el acto de presentación el regidor destacó que “Alcorcón se convierte en una ciudad pionera tomando la iniciativa en esta materia.”

mostrado para sacar adelante esta Escuela.

El objetivo de este programa es conseguir, en el menor tiempo posible, la plena integración de estas personas en la sociedad española, con programas que van desde la enseñanza de la lengua a legislación, formación laboral, conocimiento de la zona en la que vayan a vivir (desde el uso del transporte público a la actividad comercial), y ocupación del tiempo libre a través de ocio saludable y deporte, estos dos últimos dirigidos especialmente a niños y jóvenes.

El Gobierno municipal de Alcorcón ha sido el primero en sumarse a esta iniciativa, de la que forma parte plenamente y a la que su une con la cesión de espacios públicos para la organización de los cursos y actividades previstos en el programa, cuyos detalles ha presentado el presidente de la Fundación Deporte Integra, Enrique Álvarez, junto al regidor.

De esta forma, el Ayuntamiento de Alcorcón toma la iniciativa en los planes de acogida de refu-



Es posible que puedan llegar entre 2.400 y 3.500 refugiados.

Se tratará de poner todos los medios para que los refugiados se puedan integrar completamente

giados, de la misma forma que ya hiciera el alcalde, David Pérez, desde la Federación de Municipios de Madrid hace unos meses, desde la que puso en marcha la organización del proceso de acogida que se llevará a cabo en las localidades

de la Comunidad. Por su parte, Enrique Álvarez, ha señalado que “van a venir muchos refugiados, no sabemos aún el número, pero creemos que serán entre 2.400 y 3.500 personas. Con esta iniciativa lo que pretendemos es aunar fuerzas entre empresas, universidades, asociaciones y ayuntamientos como el de Alcorcón para poner en marcha estas Escuelas de Integración, que servirán para dar respuesta a una necesidad”. “Espero que entre todos podamos conseguir que los refugiados estén

Alcorcón se convierte en una ciudad pionera en la integración social de los refugiados

realmente integrados en la ciudad de Alcorcón y cuando eso pase, será un orgullo para todos nosotros”, ha concluido el presidente de la Fundación Deporte Integra. A las instalaciones de Alcorcón, la Fundación Deporte Integra prevé sumar en las próximas semanas actuaciones similares en Madrid, Alcobendas, Bilbao y Valencia. Cada una de las escuelas estará organizada, en principio, en cuatro grupos de formación para que los refugiados puedan alcanzar el mayor nivel de integración en el menor tiempo posible. Los ayuntamientos cederán aulas en colegios o centros culturales, y tanto las Corporaciones locales como la Fundación dispondrán de los medios y el personal docente necesario, asistido por voluntarios profesionales.

 **Clínicas Renacer**
belleza y bienestar

Higiene facial más regalo de peeling ultrasónico

Calle Carataya, 2 28938 - Móstoles - Madrid



Intolerancias Alimentarias y Dietas Personalizadas



FoodDetective

Consulta sin compromiso



Síguenos en
vivir_alcorcon

El Pleno aprueba la ayuda a las personas con Rentas Bajas a pesar de la oposición del actual gobierno municipal

■ En el pleno de la Corporación Municipal de Alcorcón, ha aprobado la creación de una ayuda para las personas y familias del municipio con rentas bajas con los votos de Ganar Alcorcón, los del PSOE y los de Ciudadanos a favor, con la abstención del grupo mixto IU-CM-LV y con el Partido Popular en contra. “Con su intervención en el pleno y su postura contraria en la votación el PP ha mostrado su incomprensión de la realidad existente en nuestro municipio y las necesidades de las familias que peor lo están pasando como consecuencia de la crisis económica y la precarización de las condiciones laborales”. Tal y como clarificó la concejala de Ganar Alcorcón, Raquel Rodríguez Tercero, en su exposición: “esta ayuda atiende, preventivamente, las necesidades objetivas de numerosas familias trabajadoras de nuestro mu-

nicipio que se ven privadas de los bienes básicos: la cesta básica semanal o mensual, el enorme lastre de las hipotecas o de los alquileres que consumen una gran parte de sus recursos, el gasto en los suministros fundamentales, etc..” Unas necesidades que el gobierno municipal, con los mecanismos que actualmente tiene establecidos, no alcanza a proporcionar la cobertura que requiere la protección de estas personas y familias. Ganar Alcorcón incrementará la labor de fiscalización y control al gobierno municipal del PP para exigir la puesta en marcha de esta fundamental ayuda mientras no se alcance el pleno empleo y de calidad en nuestro municipio. “Instamos a las familias trabajadoras afectadas a que incrementen la presión al Gobierno Municipal para que esta ayuda sea una realidad”.



Silvia Cruz, cortando la cinta inaugural del nuevo restaurante.

Silvia Cruz inaugura el segundo restaurante “Muerde la Pasta”, en el que un 70% de su plantilla son vecinos de Alcorcón

■ La primera teniente de alcalde y concejal responsable del área de Economía, Hacienda y Empleo, Silvia Cruz, ha asistido hoy a la inauguración del segundo restaurante que la cadena ha abierto en Alcorcón. Este nuevo local, ubicado en el centro comercial Parque Oeste, ha dado empleo a 70 personas, de los cuales un 70 por ciento (49) son vecinos de Alcorcón. Durante la inauguración, la primera teniente de alcalde, Silvia Cruz, que ha estado acompañada por la directora gene-

ral, Marian Roselló, y por el director de operaciones, Xavi Romera, ha cortado la cinta inaugural y ha dado la bienvenida a todo el equipo, deseándoles mucha suerte en su nuevo proyecto empresarial. El local de Alcorcón es el primero en incorporar el concepto de comida Fresh, comida fresca que se come en su punto debido a su proceso de elaboración. Este sistema permite que los productos mantengan todas sus características organolépticas, de frescura, aroma y sabor.

UPyD de Alcorcón denuncia que el Ayuntamiento exige, de forma irregular, la tasa de vados

■ Varios vecinos han denunciado que el Ayuntamiento de Alcorcón está exigiendo el pago de la tasa de vados sin haber solicitado su uso. Incluso les exigen abonar, con carácter retroactivo, la tasa de los últimos cuatro años. También hemos comprobado que esto no se hace en todas las zonas ni a todos los vecinos.

El coordinador, de UPyD, Fernando Castellano, a título personal, planteó un Recurso Contencioso-Administrativo contra la Ordenanza aprobada en 2011 y consiguió que el Tribunal Superior de Justicia declarase nulo el artículo que permitía exigir la tasa sin solicitud previa, en 2013. Al declararse la nulidad de este artículo, la actuación del Ayuntamiento está fuera de lugar. “Se juega con el desconocimiento de muchos vecinos y con la indefensión que sufren ante el Ayuntamiento, más afanado en recaudar y tapar agujeros que en respetar los derechos de sus administrados”, indicó Fernando Castellano.

La sentencia, anulando la Ordenanza aprobada por el ayuntamiento, se publicó en el BOCM nº 156 de 3 de julio de 2013. Quien se vea afectado puede hacer uso de ella.

Ciudadanos (C's) Alcorcón presenta al Pleno la revisión del Plan General de Ordenación Urbana (PGOU) de Alcorcón

■ El portavoz de Ciudadanos (C's) en el Ayuntamiento de Alcorcón, Alfonso Reina, ha presentado en el Pleno municipal “la revisión del Plan General de Ordenación Urbana (PGOU)”.

En este Sentido, Reina ha

criticado “la actitud del actual Equipo de gobierno” que, tras ser informado de la intención de C's Alcorcón de llevar a Pleno el pasado 30 de noviembre la revisión del citado Plan, “ha llevado el inicio de las actuaciones para dicha revisión a la

Junta de Gobierno local en vez de hacer un calendario de trabajo conjunto”.

Por otra parte, Reina ha indicado que “ha llegado el momento de revisar el obsoleto Plan Urbanístico de Alcorcón y crear uno que permita fijar

unas reglas claras que ayuden a captar inversiones y generen riqueza en Alcorcón”. “C's cree firmemente en la necesidad de este cambio tan importante y que ha sido demandado por los distintos agentes sociales de Alcorcón”.



SIENA^{TPC}

REHABILITACIÓN DE EDIFICIOS. ARQUITECTURA E INGENIERÍA

Mantenimiento de Comunidades | Rehabilitación de Edificios
 Impermeabilizaciones | Cubiertas | Fachadas
 I.T.E. | Licencias | Proyectos | Instalaciones eléctricas
 Boletines eléctricos | Trabajos verticales | Accesibilidad
 Saneamiento | Diseño e interiorismo



Tel.: 91 570 54 59

www.sienatpc.es

Píldoras...

El alcalde de Alcorcón, David Pérez, se reúne con de las AMPAS de los centros escolares

■ El alcalde de Alcorcón, David Pérez, ha mantenido una reunión con la mayoría de los padres y madres representantes de las AMPAS de los colegios públicos, privados y concertados de la ciudad. El objetivo de esta reunión ha sido conocer de primera mano las necesidades y problemas de cada centro educativo, a la vez que han podido establecer un contacto más estrecho con los progenitores de los escolares que cursan sus estudios en la ciudad.

.....

Celebrado el I Encuentro de Voluntariado y Solidaridad en Centros Educativos

■ El Ayuntamiento de Alcorcón, a través de la Concejalía de Servicios Sociales, ha celebrado el I Encuentro de Voluntariado y Solidaridad en Centros Educativos, que tuvo lugar en el centro Miguel Ángel Blanco. A este I Encuentro asistieron representantes de Majadahonda y Coslada que explicaron su experiencia en esta materia, además de representantes del IES Jorge Guillén, de Parque Lisboa y del Colegio Alkor, que contaron de primera mano su experiencia en un programa de voluntariado. Además, asistieron otros institutos y colegios de la ciudad y asociaciones y entidades en las que el voluntariado juega un papel fundamental.

El alcalde de Alcorcón firma un acuerdo marco con la Fundación EOI para la mejora del Empleo en la localidad

Se pretende abordar el desarrollo económico del municipio, el perfeccionamiento profesional, el aprendizaje, la innovación, la mejora de la empleabilidad y la competitividad

■ El alcalde de Alcorcón, David Pérez, ha firmado un acuerdo marco de colaboración con el director general de la Fundación Escuela de Organización Industrial (EOI), Fernando Bayón, para la ejecución de iniciativas conjuntas en el ámbito del programa europeo "Europa 2020". El objetivo de este acuerdo es desarrollar medidas de apoyo que contribuyan a la creación y consolidación de empresas con el fin de permitirles afrontar los retos que plantea el mercado único y favorecer su crecimiento, puesto que su desarrollo es la principal fuente de creación de empleo. Con esta firma se han sentado las bases para desarrollar, hasta el próximo año 2017, acciones conjuntas por un valor de 1.266.000 euros, de los cuales la Fundación EOI se



Un momento del acto de presentación del acuerdo alcanzado con EOI.

compromete a aportar 1.116.000, a través de los diferentes convenios específicos que se suscriban. Los principales ejes que se pretenden abordar a través de esta herramienta conjunta serán el desarrollo económico del municipio, el perfec-

cionamiento profesional, el aprendizaje, la innovación, la mejora de la empleabilidad de las personas y la competitividad de las pymes. En concreto, los programas de desarrollo económico que se llevarán a cabo serán:

- **Programas ligados al Programa Operativo de Empleo Juvenil** vinculado al desarrollo de la "Iniciativa de Empleo Juvenil (YEI)" del Fondo Social Europeo 2014-2020.
- **Iniciativas ligadas a los Programas Operativos del Fondo Social Europeo** para España 2014-2020.
- EOI e IMEPE pondrán en marcha un **proyecto de desarrollo y consolidación empresarial en abierto para pymes**, apoyo a emprendedores en la gestión empresarial y plataforma social learn para fomentar la innovación y el aprendizaje unido a un servicio de asesoramiento individualizado a las empresas seleccionadas.
- **Proyectos asociados a la Declaración de Acontecimiento de Excepcional Interés Público** con motivo del 60 Aniversario de la EOI, con participación en el diseño y ejecución de los mismos

Ciudadanos (C's) Alcorcón consigue que se aprueben dos de las tres mociones presentadas en el Pleno

■ El portavoz de Ciudadanos (C's) en el Ayuntamiento de Alcorcón, Alfonso Reina, ha celebrado que "se hayan aprobado dos de las tres mociones que se presentaron en el Pleno" y ha declarado que "gracias a la moción de C's, las ayudas del Fondo Europeo de desarrollo regional (FEDER) serán utilizadas para invertir en el urbanismo participativo".

En este sentido, Reina ha señalado que "los retos urbanísticos de Alcorcón, aunque necesarios, requieren de un capital imposible de aportar por el Ayuntamiento y requieren de ayudas externas

como estas para acometerse".

En relación a la moción aprobada sobre la creación de un nuevo modelo de Relación de Puestos de Trabajo (RPT), el portavoz de C's ha manifestado que "estimaré la carga laboral de los distintos puestos del Ayuntamiento así como la cantidad de trabajo de los diferentes departamentos y concejalías" ha añadido Reina.

Sin embargo, Reina, ha lamentado "la no aprobación de la moción de C's, respecto a la creación de un centro de día para menores en riesgo de exclusión social".

Alcorcón volverá a tener Consejo Escolar Municipal tras aprobarse la moción de Ganar Alcorcón

■ El grupo municipal Ganar Alcorcón presentó en Pleno municipal una moción en la que se solicitaba la constitución del Consejo Municipal Escolar de Alcorcón. Se contó con el apoyo de todos los votos de los grupos de la oposición, con la abstención del Partido Popular.

Gracias a esta iniciativa se va a poder reactivar este importante órgano de participación de personas e instituciones ligadas a la comunidad educativa, ya que dicho Consejo fue apartado de su actividad desde la entrada al gobierno local del Grupo Popu-

lar en 2011 hasta el presente.

Para ello, Enrique Ferres Benedito, portavoz de la formación, dijo, entre otras cosas: "Creemos firmemente que es obligación de un gobierno municipal garantizar y salvaguardar el buen funcionamiento de la educación de su ciudadanía, utilizando todos los recursos, tanto económicos como institucionales, legales y humanos posibles". "Es por eso que llegamos al acuerdo de volver poner al servicio de toda la comunidad escolar del municipio de Alcorcón el Consejo Escolar Municipal", indicó.

SERVICIO A EMPRESAS



VENTA
REPARACIÓN
MANTENIMIENTO

HARDWARE
SOFTWARE
REDES

C/ Porto Colón, 12 - Local 5
28924 - Alcorcón
91 833 24 13
609 44 92 77

joseantonio@docesistemas.es

www.docesistemas.es

Las nuevas paradas de autobús para dar servicio a Campodón estarán totalmente operativas en enero

La línea 1 extenderá su recorrido hasta el barrio de Fuente Cisneros

■ El Gobierno municipal de Alcorcón ha llegado a un acuerdo con el Consorcio Regional de Transportes por el cual este último, dependiente de la Comunidad de Madrid, se compromete a invertir en la ciudad un total de 377.000 euros para mejoras de las actuales paradas de autobuses e instalación de nuevas en los puntos que sean necesarias. Además, el concejal de Transportes, Ignacio González Velayos, ha anunciado que las nuevas paradas de autobús que darán servicio al barrio de Campodón estarán totalmente operativas en el mes enero, mientras que la línea 1 extenderá su recorrido hasta el barrio de Fuente Cisneros durante el primer trimestre del próximo ejercicio.

El Consorcio acometerá, también durante el primer trimestre de 2016, una serie de mejoras



Ignacio González Velayos, concejal de Transportes del consistorio.

y reformas en las paradas de la avenida de Retamas, 4; Mestiza-je, 4; Alfredo Nobel con Víctimas del Terrorismo, Atenas con Milán y Robles con José Saramago. En todas ellas se realizarán actuaciones de cara a mejorar la accesibilidad a las mismas, así como para que presten mejor servicio a los usuarios. Cabe destacar

que Ayuntamiento y Consorcio Regional de Transportes han establecido una serie de criterios de actuación para acometer las mejoras o traslados de paradas que sean necesarios, dando prioridad a las que presenten problemas de accesibilidad y las que no cumplan su función de protección a los usuarios.



Miriam Martínez Jiménez e Isabel Fernández Carrasco cursarán el Grado de Biotecnología de la Universidad Francisco de Vitoria

Dos vecinas de Alcorcón reciben una beca de Excelencia para realizar sus estudios universitarios

■ El alcalde de Alcorcón, David Pérez, ha felicitado a Miriam Martínez Jiménez e Isabel Fernández Carrasco, dos vecinas de la ciudad que han recibido una beca de Excelencia para cursar sus estudios universitarios en el Grado de Biotecnología, en la Universidad Francisco de Vitoria (UFV), y con la que el Consistorio tiene suscrito un convenio de colaboración a través del cual, entre otras actividades, se regula el concurso a las becas a la excelencia académica. El regidor, David Pérez, aseguró

que “este reconocimiento lleva mucho esfuerzo y sacrificio detrás, y supone un orgullo muy grande no sólo para Miriam, Isabel y sus familias, sino también para Alcorcón, porque es una satisfacción contar entre nuestros vecinos con alumnos tan brillantes”.

El alcalde estuvo acompañado durante el acto por la directora de Relaciones Externas y Comunicación de la Universidad, Macarena Botella, y la tercera teniente de alcalde y concejal de Educación, Susana Mozo.

Un vecino de Alcorcón fallece a consecuencia de la caída de una rama de un árbol por las fuertes rachas de viento

■ Un hombre de 51 años, inspector de la Policía Nacional, ha fallecido en Alcorcón al ser golpeado por la rama de un árbol, en concreto, un chopo, cuando caminaba por la calle de los Institutos, cerca del recinto ferial de la localidad. El hombre ha sufrido un traumatismo

creaneoencefálico severo y ha entrado en parada cardiorespiratoria, falleciendo tras treinta minutos de maniobras de reanimación. Desde los diferentes grupos políticos, consideran que es necesario abrir una investigación para esclarecer las causas técnicas y administrati-

vas y las responsabilidades de este accidente. La Corporación Municipal debe clarificar lo sucedido, dar respuestas y aplicar medidas para crear un marco de seguridad para el normal desarrollo de la vida de los vecinos y vecinas del municipio frente a este tipo de riesgos.



BUFETE DE ABOGADOS
L | CÁCERES

www.facebook.com/BufeteLoroCaceres

CANALEJA, 1
Alcorcón
916 19 55 29

Píldoras...**Los jóvenes de Alcorcón celebrarán el Día del Esquiador a un precio de 5 euros**

■ El Ayuntamiento de Alcorcón, a través de la Concejalía de Juventud que dirige la tercera teniente de alcalde, Susana Mozo, ha puesto en marcha una iniciativa por la que los jóvenes de Alcorcón entre 12 y 18 años puedan disfrutar de clases de esquí en Madrid Snow Zone de Xanadú los próximos miércoles a un precio de 5 euros.

.....

Dos centenares de Mayores asisten a la asamblea de la Junta de Polvoranca

■ La sesión estuvo presidida por la primera teniente de alcalde, por representantes de la Junta Directiva de Polvoranca, y por el Defensor del Mayor, José Fadón. Durante la reunión, la Junta Directiva dio cuenta de excursiones y viajes realizados y de la buena acogida que han tenido las actividades organizadas durante el año entre los socios de los cinco centros de Mayores con los que cuenta Alcorcón. Tras finalizar el acto, Silvia Cruz quiso agradecer "la gran labor realizada por la Junta Directiva de Polvoranca, que consigue siempre colgar el cartel de "lleno absoluto" en todas las actividades y excursiones organizadas por estas personas, que dedican su tiempo y sus esfuerzos de forma totalmente desinteresada".

Se presenta la campaña de renovación del arbolado urbano de Alcorcón que dotará a la ciudad de 1.800 árboles

Alcorcón cuenta con 15.000 árboles, a los que se sumarán, de manera paulatina, los 1.800 ejemplares previstos

■ El alcalde de Alcorcón, David Pérez, presentó la campaña de renovación del arbolado de la ciudad. En este acto, el regidor, acompañado por un numeroso vecinos del barrio, han plantado 22 árboles. Esta campaña, que dotará a la ciudad de 1.800 árboles, se realizará por distintos barrios de la ciudad y se seguirán los criterios y directrices marcados en el Plan Director de Arbolado Viario. Al acto ha acudido también la cuarta teniente de alcalde, Laura Pontes, responsable de la concejalía de Parques y Jardines. "Hoy hemos comenzado la plantación de los 1.8000 árboles que van a sumarse a los 15.000 que ya tenemos en Alcorcón, y que sirven para sustituir aquellos que ha habido que cortar porque ya estaban enfermos. Es importante saber que siempre que se corta un árbol es como último recurso, y es porque los expertos dicen que es la única solución, porque está enfermo o hay razones de peso que así lo señalan. Si cortamos unos árboles porque no queda más remedio, plantamos otros nuevos y sanos que irán sustituyendo a los que ha habido que quitar", aseguró el regidor. "De esta forma - continuó David Pérez- conseguimos que Alcorcón siga siendo la ciudad de la Comunidad de Madrid con más superficies verdes, con más arbolado; gracias a eso, también, disfrutamos de unos datos de calidad atmosférica mejores que la media, y es una manera de continuar contribuyendo al medio ambiente". Se acometerán plantaciones en los diferentes barrios, reponiendo arbolado en aquellos alcorques que sea necesario y cumpliendo las distancias y criterios del Plan Director. Hay que tener presente que



Multitud de vecinos colaboraron en el inicio de la campaña plantando sus propios ejemplares.

Aparkam planta 10 nuevos árboles para visibilizar la enfermedad del Párkinson

■ El Ayuntamiento de Alcorcón ha participado, por sexto año consecutivo, en la iniciativa de la Federación Española de Párkinson y la Asociación Párkinson Alcorcón (Aparkam) de plantar un árbol con el objetivo de dar visibilidad a esta enfermedad. A este acto simbólico, también acudieron la cuarta teniente de alcalde y concejal responsable de Medio Ambiente, Laura Pontes, representantes de Aparkam, de la Federación Española de Párkinson, vecinos de Alcorcón, afectados y familiares de enfermos, que también han plantado sus ejemplares. Emilio Rodríguez, representante de la Junta Directiva de Aparkam, hizo lectura de un manifiesto en el que ha señalado que "estas plantaciones, que año tras año, con la ayuda inestimable del Ayuntamiento de Alcorcón, a través de los miembros de su Consistorio, llevamos a buen



Al acto acudieron enfermos y familiares que también plantaron sus ejemplares.

puerto, constituye la semilla que con el tiempo crecerá, se hará fuerte, y cuya fortaleza pretendemos imitar".

conforme a dicho Plan los árboles deben guardar ciertas distancias a farolas, (para evitar en un futuro que con el crecimiento pudieran generarse zonas de penumbra, como sucede en la actualidad con algunos puntos del municipio), con fachadas (para evitar que el creci-

miento del ramaje genere daños en fachadas y ventanas), y con calzadas ya que el crecimiento del árbol podría generar situaciones de riesgo en la circulación.

Según el inventario realizado por la concejalía de Parques y Jardines, Alcorcón cuenta con casi

15.000 árboles, que fueron revisados en 2013 con ocasión de la elaboración del Plan Director de Arbolado Viario. Con este nuevo Plan de renovación, se replantarán los árboles talados, y el total de los que se plantarán supone más de un 10 por ciento de los existentes.



DESCUENTOS DESDE 20% AL 45% DEL PVP RECOMENDADO DEL FABRICANTE

FACTORY Sgcocinas2

910 817 127 - 606 209 956 - 633 400 836

FINANCIACIÓN A TU MEDIDA HASTA 12 MESES SIN INTERÉS

!!!LO QUE ESTABAS ESPERANDO!!!

Vuelve tu pequeña tienda de barrio

Solucionamos tus pequeñas averías de casa

Instalamos tus muebles y estamos pendientes de ti

Todo al mejor precio y de confianza

***!!!TUS COMPRAS TIENEN PREMIO!!!**

*Información en Tienda

OFERTA DE APERTURA: 2450 €

Cocina Completa y Puesta en Casa

229€ Sin Electrodomésticos - *Ven e Infórmate

910 817 127 - 606 209 956 - 633 400 836

C/Plaza del Peñón 8 posterior
(A 2 min. Metro Parque Lisboa)
28922 Alcorcón (Madrid)

HORARIO DE TIENDA
10.00 A 14.00 / 17.00 A 20.30
LUNES A SÁBADO
factory.sgcocinas2@gmail.com
www.sgcocinas2.com



Síguenos en
vivir_alcorcon

La solidaridad con los refugiados llena la jornada por los refugiados organizada por Ganar Alcorcón

Una jornada de ámbito reivindicativo que contó con la asistencia de numerosos vecinos y vecinas

■ Ganar Alcorcón organizó una jornada lúdico-reivindicativa de apoyo a lo/as refugiados/as de diferentes zonas del mundo, que fue respondida de manera muy positiva por la ciudadanía de Alcorcón.

Desde las 12 de la mañana hasta las 22 horas fue continua la asistencia de ciudadanos/as a las diferentes actuaciones musicales, bailes étnicos y monólogos que se desarrollaron en el colegio público Fuente del Palomar.

Más de 350 personas estuvieron presentes en diferentes momentos de la jornada. Esta fue culminada con un potente acto político donde estuvieron representados los colectivos saharauis, palestinos y sirios y



Numerosos artistas gráficos participaron de forma totalmente desinteresada, aportando su arte y creatividad.

que fue cerrado por el portavoz de Ganar Alcorcón Jesús Santos.

El éxito de asistencia quedó eclipsado por el enorme ejemplo de participación y solidaridad demostrado por lo/as vecinos/as de Alcorcón que entregaron 350 Kg. de ropa y 300

kg. de alimentos no perecederos que ya han sido entregados a diferentes colectivos de apoyo a refugiados.

Durante toda la jornada se realizaron aportaciones de obras de arte, esculturas, libros, fotografías,... y una exhibición de graffitis de artistas locales y

de toda la geografía del Estado que donaron sus obras. Por lo que queremos hacer un agradecimiento especial a todos y todas las artistas que aportaron su tiempo y creatividad.

Las obras han sido expuestas en el Centro Cultural Siete Ojos hasta el pasado jueves 19 de noviembre, fecha en la que se llevó a cabo un acto de cierre de la exposición a las 19:00h en el hall del propio centro.

Estas obras fueron donadas por los artistas para ser adquiridas por todas aquellas personas interesadas en su compra, de manera que los fondos recaudados fuesen donados a los refugiados mediante CEAR y la Asociación "Alcorcón con el pueblo Saharaui".



José Antonio López Tinaquero, portavoz de IU-Los Verdes de Alcorcón

Izquierda Unida Los verdes ha propuesto al pleno la puesta en marcha de "los presupuestos participativos"

■ IU-Los Verdes de Alcorcón, presentó una Propuesta al Pleno de la Corporación del mes de noviembre, para implantar en la Ciudad de Alcorcón "Los Presupuestos Participativos".

Según declaraciones de José Antonio López Tinaquero, Portavoz de IU-Los Verdes de Alcorcón "Considera que la participación ciudadana debe ser un principio que rijan la acción de gobierno, en consonancia con lo establecido en la legislación vigente y haciéndonos eco de una amplia demanda social existente en la actualidad.

Una apuesta innovadora que propugna como principio básico la Democracia Directa para la planificación comunitaria de los recursos públicos municipales, cuyo principal objetivo es el de generar un espacio ciudadano de debate y decisión.

"Con esta propuesta se pretende que la Ciudadanía de Alcorcón decida en que se deben gastar sus Impuestos".

Alcorcón consigue una tonelada de alimentos para Banco de Alimentos

■ Coplas y requiebros, Pantomima y danza de El Amor Brujo, de Manuel de Falla; referencias al ballet del siglo XX, pasodobles, temas populares de España y música militar hicieron las delicias de los vecinos de Alcorcón que acudieron al Buero Vallejo para disfrutar del concierto benéfico que el Ayuntamiento, por iniciativa del alcalde, David Pérez, y la Unidad de Música del Regimiento Inmemorial del Rey nº 1, organizaron a favor del Banco de Alimentos, y que resultó ser un éxito absoluto: 1.000 kilos de alimentos recaudados.

El alcalde de Alcorcón, David Pérez, aseguro que "una vez más se vuelve a demostrar la solidaridad de los alcorconeros. Se han recolectado más de 1.000 kilos de alimentos para las personas más desfavorecidas y que serán de gran ayuda para los que más lo necesitan". Asimismo, el regidor agradeció al Regimiento Inmemorial, el más antiguo del mundo, su generosidad por permitir que los vecinos de Alcorcón disfruten de su actuación y por deleitarnos con su gran calidad musical, así como su colaboración en una iniciativa solidaria".

La Escuela Infantil Rodari oferta, plazas para "La Casa de niños"

■ Se podrán beneficiar de dichas plazas los niños nacidos entre el 2013 y el 2014. La Casa de niños perteneciente a la Red Pública de la Comunidad de Madrid, estará integrada en la Escuela Infantil "Rodari" y tendrá una cuota fija de 60 € con horario de 9.00 a 13.00.

La "Casa de Niños" es una propuesta educativa dirigida a los niños de 1 a 3 años creada por la Comunidad de Madrid en el año 1985.

La diferencia con la Escuela Infantil se concreta en el número de horas que los niños pasan en el centro infantil y en la mayor participación de los padres en el proceso educativo. Tanto las Escuelas Infantiles como las Casas de Niños,

aunque diferentes en los servicios que prestan, son homogéneas en lo referido a la actividad y ordenación educativas, así como en la calidad de los espacios, equipamientos y cualificación del personal.

Su trabajo se basa en una metodología activa donde el niño/a es el protagonista de su propio aprendizaje. Parten siempre de los intereses del niño/a respetando sus ritmos y necesidades, las educadoras acompañan al niño en su desarrollo ofreciéndole los recursos necesarios para que experimente, investigue, explore...

El objetivo fundamental es crear un ambiente cálido y de afecto donde los niños/as se sientan queridos y respetados.

ATENCION PERMANENTE 24 HORAS

Teléfono: 91.637.38.70 - 91.637.08.36

TRASLADOS DE ÁMBITO NACIONAL* COMPAÑÍAS Y PARTICULARES* INCINERACIONES Y TANATORIOS

Jornada de formación técnica de protección contra incendios

La jornada se llevó a cabo en el Centro Unificado de Seguridad de Alcorcón contando con un centenar de asistentes

■ El área de salud y prevención de Fundación Mapfre y la Asociación Profesional de Técnicos de Bomberos (APTBB) y los propios servicios de Bomberos se unieron para promover la prevención de incendios.

Bajo el título «Elaboración y análisis de planes de emergencia y autoprotección. Los planes de autoprotección como herramienta en las intervenciones»

Las Jornadas, que se celebraron en el Centro Unificado de Seguridad -CUS- de Alcorcón fueron dirigidas a los colectivos profesionales relacionados con la protección y prevención de incendios y a las personas que de un modo u otro trabajan o deben trabajar con los planes de protección.

Diversos técnicos de las principales empresas del sector de incendios colaboraron para dar a conocer las diferentes técnicas, sistemas y métodos de Protección Contra Incendios Pasiva, Detección y Autoprotección y Extinción, aportando ideas para optimizar la autoprotección y explicando las bases de la normativa de Protección Contra Incendios. Pedro Merodio y Aaron Sanz de la empresa ASIFOR, Carlos Lama, del Colegio de Ingenieros de Madrid, personal del servicio contra incendios de Alcorcón y la propia Policía Municipal ofrecieron entretenidas charlas teórico-prácticas para orientar a los asistentes en la formación y mejora de las acciones a tomar para prevenir y actuar en casos de emergencia.

Más de un centenar de personas asistieron a esta jornada que estaba enmarcada dentro de la semana de prevención de incendios y que concluiría al día siguiente con un simulacro de incendio en una de las empresas más importantes de Alcorcón.



Esta jornada técnica, se enmarcó dentro de la semana de la prevención de incendios



Pedro Merodio, responsable de ASIFOR, durante su conferencia.

Un simulacro de incendio con dos heridos en la empresa Chicco cierra la X Semana de la Prevención en Alcorcón

■ Los bomberos de Alcorcón reciben una llamada informando de un incendio que se ha originado en la zona de almacenaje de la empresa Chicco, que cuenta con 150 trabajadores en su plantilla y que está situada en el polígono Urtinsa. Hay dos heridos por inhalación de humos y hay que actuar rápidamente. Así se inició el simulacro de incendio que puso fin a la X Semana de la Prevención, y en el que ha destacado la perfecta coordinación entre el Cuerpo de Bomberos, Policía Municipal y voluntarios de Protección Civil. Los bomberos de Alcorcón cuando llegan a sofocar un incendio ya cuentan con planos de los edificios y saben dónde están localizadas las salidas de emergencia, dónde pueden colocar una toma de agua, etc. La excelente coordinación de los Cuerpos de Seguridad a la hora de actuar es primordial y el trabajo empieza mucho antes y eso reduce minutos en la intervención; al final, esa reducción de minutos se traduce en salvar vidas. Con este simulacro se han cerrado las actividades de la X Semana de la Prevención de incendios de Alcorcón, una iniciativa pionera del Ayuntamiento de Alcorcón en la Comunidad



El simulacro demostró la perfecta coordinación entre todos los cuerpos implicados en la seguridad.



de Madrid, que ha estado cargada de actos, con atención especial, como cada año, a los más pequeños. Como ya es tradición, la Semana de la Prevención ha vuelto a desarrollarse en el último trimestre del año para hacerla coincidir con el curso escolar, ya que uno de sus objetivos clave es formar a los menores. Organizada por Fundación MAPFRE, la Asociación Profesional de Técnicos de Bomberos (APTBB) y el Ayuntamiento de Alcorcón, una de las principales citas ha sido la jornada de puertas abiertas del Parque de Bomberos de Alcorcón en el que cientos de colegiales han acudido al Centro Unificado de Seguridad (CUS) para recibir cla-

ses de cómo actuar en caso de incendio, qué hacer para que no se produzcan y, por supuesto, para disfrutar de una exhibición-simulacro de los Cuerpos de Emergencias de la ciudad. Además, se han llevado a cabo diferentes actividades, tales como demostraciones y talleres para los niños, colectivos de discapacitados y ciudadanos en general; formación en autoprotección, manejo de extintores y bocas de incendios equipadas para profesores y monitores de los grupos de personas con discapacidad; así como la representación de la obra de teatro infantil "El Niño Bombero", en el teatro Buero Vallejo.



José María
ALFARO



nuevo milenio
ASESORÍA PERSONAL INMOBILIARIA

Nos interesan más las personas que los inmuebles

91 689 0303 - C/ Oslo, 5 Alcorcón - Madrid - www.nuevomilenio-inma.com





Síguenos en
vivir_alcorcon

CONCURSO DE ESCAPARATISMO NAVIDEÑO 2015



INSCRIBE TU COMERCIO Y PARTICIPA

Más información en **IMEPE ALCORCÓN**
C/. Industrias, 73 - 28923 Alcorcón
Tfno. 916648415

www.imepe-alcorcon.com

@imepeAlcorcon

facebook.com/imepealcorcon.es

INSCRIPCIONES HASTA 10 DE DICIEMBRE DE 2015



Ayuntamiento de Alcorcón

Colaboran:



Asador **"EL COQUETADOR"**
C/Electricistas 43 Alcorcón
Tfno. 916431803



Taberna **"LA ABUELITA"**
C/Casbollino 33 Alcorcón
Tfno. 691731944

Bar de Tapas
La Puebla
Restaurante



Bar de Tapas Restaurante
"LA PUEBLA"
C/Mayor 99 Alcorcón
Tfno. 916481340



Alcorcón en la Comunidad

Alcorcón celebra la IV Marcha contra la Violencia hacia las Mujeres con gran afluencia de vecinas y vecinos

■ El Ayuntamiento de Alcorcón, a través de la Concejalía de Mujer, que dirige la tercera teniente de alcalde, Susana Mozo, ha programado un gran número de actividades con motivo de la conmemoración del Día Internacional para la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, que se celebró el pasado 25 de noviembre. Uno de los actos centrales será la IV Marcha Contra la Violencia Hacia las Mujeres, que tuvo lugar el día 22. Esta Marcha, con un recorrido de 755 metros, comenzó a las 11.00 horas y salió del cruce de la calle Mayor con la calle Los Cantos. La meta se fijó en la calle Mayor junto al Ayuntamiento y la recogida de dorsales se hizo en la Casa de la Mujer y la Infancia, ubicada en la avenida Leganés, 27 y, en el mismo punto de salida de carrera, a las 10.30 horas. Además, como complemento a esta actividad, se llevó a cabo, a las 11.30 horas, una



Muy destacable la gran afluencia de vecinas y vecinos de la localidad.

carrera infantil para niños de 4 a 8 años junto al Ayuntamiento y a las 11.45 horas tuvo lugar la entrega de trofeos y diplomas de participación. La inscripción en la carrera fue totalmente gratuita.

Las actividades programadas con motivo del Día Interna-

cional para la Eliminación de la Violencia de Género se prolongaron, desde el día 20 hasta el 26 de noviembre. En esta ocasión, la programación se ha recogido bajo el lema Corta con la Violencia.

La tercera teniente de alcal-



Vecinas y vecinos participantes bajo la pancarta con el lema de la Marcha.

de y concejal responsable del área de Mujer, Susana Mozo, ha afirmado que "hemos programado una gran cantidad de actividades con el objetivo de que la mayor cantidad de vecinos participen de ellas. La Violencia de Género es un problema so-

cial que nos afecta a todos y es nuestro deber y obligación apoyar a las víctimas para que sepan que no están solas y poner a su alcance todos los recursos que puedan ayudarlas. Hay que poner fin a esta lacra social y para ello tenemos que luchar unidos".



La lucha contra la pobreza y la exclusión, prioritarias para el ayuntamiento.

Alcorcón recibirá de la Comunidad 31.000 euros para luchar contra la pobreza infantil y la exclusión social

■ El Ayuntamiento de Alcorcón y la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid han aprobado un convenio de colaboración para luchar contra la exclusión y la pobreza infantil, que tendrá vigencia hasta el próximo mes de diciembre. La Comunidad de Madrid financiará el coste íntegro del proyecto que será de 30.964,24 euros y el Ayuntamiento de Alcorcón adquiere el compromiso de realizar actuaciones de intervención social que contemplarán prestaciones técnicas, económicas, y

en especie, de urgencia social, para la lucha contra la pobreza infantil. Estas ayudas irán destinadas especialmente a cubrir las necesidades de las familias sin recursos o unidades de convivencia con menores de 18 años a su cargo. Con respecto al año anterior, la subvención aportada por la Comunidad de Madrid se ha duplicado, pasando de 14.061,51 euros a los casi 31.000 de 2015, con los que se pretende incrementar la asistencia y prestar el servicio a las familias de Alcorcón que lo necesiten.

Alcorcón prorroga el convenio con la Comunidad y destinará más de 1,5 millones de euros a Servicios Sociales

■ El Ayuntamiento de Alcorcón y la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid han suscrito una adenda para prorrogar el convenio de colaboración para el desarrollo de los Servicios Sociales de Atención Social Primaria, promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de Dependencia para el próximo año, por el cual la Comunidad de Madrid



Servicios Sociales recibirá una financiación de más de 1,5 millones de Euros.

Se incrementa el apoyo a los Servicios de atención primaria, teleasistencia, y ayudas de comedor

aportará una financiación de más de 1,5 millones de euros. A través de este acuerdo, ambas instituciones apoyan el desarrollo de los Servicios Sociales de Atención Social Primaria entre los que se engloban la Ayuda a Domicilio, la teleasistencia domiciliaria, las ayudas de

emergencia, ayudas de comedor, el alojamiento en residencias, las ayudas de habitabilidad y los programas de prevención, inserción y promoción social.

Este convenio recoge que la Comunidad aportará un 70% de la financiación de gastos relativos al personal y mantenimiento, por importe de 825.735,99 euros, mientras que el Ayuntamiento de Alcorcón aportará el 30% de esta cuantía con un importe de 353.886,86 euros. Los gastos relativos a los programas tendrán

un presupuesto de 701.740, 74 euros, que se financiarán al 50% por parte del Ayuntamiento y la Comunidad soportando cada parte 350.870,37 euros.

Por su parte a teleasistencia se destinarán 385.381,92 euros financiados en un 65% por la Comunidad con un presupuesto de 250.498,25 euros y el Consistorio se hará cargo de 134.883,67 euros. De este modo, las aportaciones del Ayuntamiento de Alcorcón serán del 30%, 50% y 35% respectivamente.



Síguenos en
vivir_alcorcon



La ciudad de Alcorcón ha sido elegida por unanimidad con los votos de los 110 municipios que se integran en la red.

Alcorcón asume la Presidencia de la Red Municipal de Salud de la Comunidad

■ La ciudad de Alcorcón ostenta desde el mes de noviembre la Presidencia de la Red Municipal de Salud de la Comunidad de Madrid, tras las últimas elecciones celebradas este jueves y en las que Alcorcón ha sido elegido por unanimidad con los 110 votos de los municipios de la Comunidad de Madrid que se integran en esta Red. La tercera teniente de alcalde y concejal responsable del área de Salud del Ayuntamiento de Alcorcón, Susana Mozo, ejercerá como presidenta de la Red en represen-

tación de la ciudad de Alcorcón. El objetivo de esta Red Municipal de Salud es promover acciones conjuntas entre los municipios que la integran para favorecer la equidad y la solidaridad entre los ciudadanos además de un acceso igualitario a la salud, para poner en marcha programas encaminados a la promoción de la salud y a la disminución de la incidencia y la prevalencia de las enfermedades, así como potenciar la defensa de la Sanidad Pública. La tercera teniente de alcalde del Ayuntamiento de

Alcorcón y nueva presidenta de la Red Municipal de Salud de la Comunidad de Madrid ha agradecido a los representantes de los 110 municipios la "confianza mostrada al respaldar con vuestros votos la candidatura de Alcorcón", al tiempo que ha afirmado que "con este nombramiento nos comprometemos a trabajar de la mano con el resto de localidades para poner en marcha nuevas iniciativas y programas que mejoren las condiciones y la calidad de vida de nuestros vecinos", ha concluido Mozo.



Éxito de la 'Jornada de Instrumentos de Financiación para Pymes y Emprendedores' en Alcorcón

■ El evento, contó con decenas de asistentes que escucharon las soluciones financieras que se ofrecieron en la mesa redonda, en la que el representante de BBVA estuvo presente. Durante la charla, se estudiaron tres casos reales de empresas pertenecientes al sector de la industria y el comercio, y un emprendedor. Además, los asistentes participaron activamente con sus dudas y cuestiones.

El alcalde de Arganda, sustituye a David Pérez como presidente de la Federación de Municipios de Madrid

■ El alcalde de Arganda, el socialista Guillermo Hita, es el nuevo presidente de la Federación de Municipios de Madrid (FMM) en sustitución de David Pérez, que deja el cargo tras cuatro años al frente de la Federación. La alcaldesa de Madrid, Manuela Carmena, ha sido elegida vicepresidenta primera. De esta forma, el PSOE ha relevado al PP al frente de esta federación, que engloba a los 179 ayuntamientos de la Comunidad de Madrid y que han presidido los populares

en los últimos doce años. Hita llega a la Presidencia de la Federación gracias a los votos de los municipios socialistas del cinturón rojo (Getafe, Leganés, Móstoles, Fuenlabrada), así como de otros grandes como Alcalá de Henares y Coslada, pero ha sido aupado a este cargo gracias al apoyo del Ayuntamiento de Madrid, que ha delegado sus 125 votos en el Ayuntamiento de Getafe, gobernando por la secretaria general del PSOE- M, Sara Hernández.

THE SOFA COMPANY



Telas con garantía
aqua clean
TECHNOLOGY

Expertos en medidas especiales de

Rinconeras y Chaiselongues en tela o piel



Avda. de Europa, 16.
PARQUE OESTE ALCORCÓN 28925
entre IKEA y Alcampo
Alcorcón (Madrid). Tel.: 91 710 55 74

www.thesofacompany.es

ABIERTO DOMINGOS



Antonio Novillo, Cabo, jefe de Turno de los Bomberos de Alcorcón

“Llega un momento en el que la vocación y el sentido de servicio público te llaman a desarrollar tu trabajo ayudando a los demás”

Tenemos hoy el placer de conversar con Antonio Novillo, Cabo de la dotación de Bomberos de Alcorcón quienes participan en el canal Crimen e Investigación con la Serie “Bomberos Alcorcón” en la que se puede ver el su día a día de un parque de bomberos

■ Sábado por la tarde a las 18:00, en un breve descanso durante la guardia, Antonio Novillo, cabo y Jefe de turno en el parque de bomberos de Alcorcón, nos recibe en su sede de el Centro Integrado de seguridad, como cabría pensar, dadas las características de su trabajo, de lo que implica como servicio público al ciudadano, no encontramos ante una persona amable y totalmente enfocada al servicio a los ciudadanos.

Desarrollamos una labor importante de divulgación, el año pasado formamos a 5.000 escolares en tareas de prevención

Tras un recorrido por el parque mostrándonos sus instalaciones, la sala de descanso, sala en la pasan los pocos momentos de descanso que el servicio les permite, un gimnasio que, como Antonio nos comenta, “compartimos con todos los cuerpos de seguridad que hay en el Centro”, el patio y la torre en los que llevan a cabo las maniobras de entrenamiento que tienen que realizar a diario, las pantallas de aviso concetadas permanentemente al centro de recepción de llamadas del 112, junto a las que se encuentran toda una colección de detallados planos de las calles de la localidad, que se utilizan en las diferentes salidas, aunque, como nos comenta “en las oposiciones, los conductores tienen que conocer perfectamente el callejero de la ciudad, tenemos todos los planos, para poder llevarlos en las salidas y, en caso de duda, saber exactamente como y por donde tenemos que llegar a las distintas intervenciones”. Tras lo cual nos dirigimos al aula en el que reciben parte de su formación para comenzar, más que una entrevista, una animada e interesante con-



versión acerca de su trabajo. **¿Cuántas personas formáis parte actualmente del equipo de bomberos?** La plantilla somos 72, y diariamente de guardia entramos como 10 o 12, dependiendo del día.

¿Más allá de la propia tarea de apagar fuegos que todos conocemos, ¿Cuáles son las tareas principales que lleváis a cabo y que os gustaría que los vecinos conocieran? Independientemente de la intervención directa en siniestros, incendios, accidentes, etc..., hemos desarrollado de forma importante, las áreas de divulgación e inspección, en el área de divulgación, por ejemplo, el año pasado hemos formado a 5.000 niños de Alcorcón en Prevención de Incendios, emergencias y primeros auxilios, este año vamos encaminados de la misma manera e incluiremos a los centros de mayores, asociaciones de vecinos, AMPAS, etc..., en el área de inspección, hemos desarrollado los Planes Previos al Incendio de diferentes centros importantes del municipio, además, el año pasado se aprobó el Plan de Emergencias Municipales de Alcorcón ‘PEMUALCOR’, y que se integra dentro del plan General de la Comunidad de Madrid para grandes emergencias.

¿Desde el punto de vista personal, ¿Cómo se plantea uno ser bombero y

Técnicamente hablando estamos totalmente al día en las diversas técnicas que se utilizan en el terreno de las emergencias

como lucha para llegar a serlo? Pues mira, yo, personalmente y creo que todos mis compañeros también, hemos sentido “esa llamada”... de la vocación, la verdad es que llega un momento en tu vida en el que te sientes muy bien ayudando a los demás...yo siempre he dicho que si hubiese sido un buen estudiante, habría sido médico o enfermero, lo que pasa es que en mi caso, al terminar el bachillerato, y a través de amigos y conocidos bomberos, empecé a conocer este mundo y decidí opositar para dedicarme a ello. **¿Dices que si hubieses sido buen estudiante, pero en realidad para ser bombero tenéis que estudiar y mucho, no es así?** Sí, Tenemos que estudiar bastante, me refiero a lo de buen estudiante porque no fui a la universidad como mis hermanos, pero si es cierto que la oposición, para mí, fue como una carrera universitaria, yo, en particular tardé cinco años en conseguir aprobar la oposición,

pero si es cierto que conozco amigos que le han dedicado mucho más, y si es cierto que en durante esos años tu vida se centra únicamente en eso.

¿En definitiva, que sacrificáis prácticamente todo para convertirlos en bomberos? Sí, sí, eso no lo dudéis, incluso si tienes pareja en esos momentos llegas a tener verdaderos problemas, porque claro, tienes que estudiar, entrenarte, tienes que trabajar muy duro y prácticamente no te puedes dedicar a ello, es difícil compaginarlo con una vida normal.

¿Para llevar a cabo vuestro trabajo, ¿Cuáles son los medios humanos y técnicos que utilizáis habitualmente?, ¿Cómo os formáis?, sobre todo, ¿Cómo te preparas sobre todo para algunas de las cosas que tenéis que hacer y sobre todo ver? Bueno, lo que es técnicamente, la formación la hacemos dentro del mismo servicio, también en empresas que se dedican a la formación, incluso entre nosotros mismos nos enriquecemos unos a otros, también en colaboración con los otros cuerpos de seguridad, hay mucha colaboración en todo esto, en ese sentido la formación técnica la tenemos bastante al día, pero también porque las empresas de formación de emergencias suelen ir por delante de nosotros, el I+D de

Todas las mañanas comprobamos que tanto vehículos como todo el equipo no tengan ninguna deficiencia

las empresas investiga según van detectando nuestras necesidades, la formación es muy completa, tened en cuenta que nuestra formación cubre muchos aspectos, sanitarios, mecánicos, químicos, en fin un compendio importante de conocimientos y totalmente al día, y en el ámbito psicológico, yo creo que cuando te haces bombero ya sabes que cuando llegas a un siniestro no va a ser agradable, eso lo tenemos muy interiorizado y el equipo, que hace mucho, cuando llegamos a una situación complicada el apoyo de los compañeros es importante, y por supuesto la concentración en el trabajo, es muy importante llegar preparado mentalmente para lo que te puedes encontrar, luego ya sí, cuando llegas al parque es cuando lo notas, pero el equipo ahí es en donde hace piña y nos apoyamos unos a otros.

Y el día a día, como es un turno de trabajo en vuestra dotación. Normalmente nuestro turno de trabajo, salvo las posibles intervenciones que puedan surgir, es bastante ordenado y organizado, al empezar cada mañana después del cambio de relevo y darnos las novedades, comprobamos que todos los vehículos y el equipo esté en perfectas condiciones, que los vehículos tengan los depósitos llenos y preparados para posibles salidas, a media mañana hacemos una maniobra tipo de un par de horas, hasta la hora de la comida, después de comer tenemos un rato de descanso para después, por la tarde, hacer una revisión de una calle de la localidad, cada día revisamos una calle, revisamos los accesos, los hidrantes...y si hubiese algún



defecto informáramos a los servicios municipales correspondientes para que lo subsanen, nosotros por nuestra parte nos hacemos un informe para conocer el estado de todas las calles y estar preparados si tuviésemos que intervenir en alguna de ellas, es importante que conozcamos el estado de los lugares a los que vamos para reaccionar de la mejor manera posible.

No hay muchas mujeres bombero, ¿A que se debe? ¿hay alguna en vuestra dotación? Sí, es cierto, no hay muchas, la verdad, las pruebas físicas son realmente exigentes, es posible que eso "les quite las ganas" a muchas mujeres que quisieran ser bombero, la preparación física es fundamental en nuestro trabajo y las pruebas son realmente duras, con nosotros trabaja Sara Bonilla, que además de ser una gran persona es muy buena profesional, pero tenemos que recordar que Sara, ya de por sí, es una gran atleta y eso es una ventaja importante.

¿Se puede considerar a Alcorcón, una ciudad con alto índice de atenciones de vuestro cuerpo? ¿Cuáles son las más habituales? No mucho más que cualquier otra ciudad, de hecho hablando con otros municipios similares, el número de atenciones es muy parecido de unas a otras, una media normal de intervenciones es de unas 1.500 al año, que es muy similar en casi todas las localidades.

Nuestro periódico, es un medio muy enfocado al ciudadano, y hay algo que nos gustaría conocer, ¿Cómo es el trato con la gente en vuestras salidas? ¿os ven con cariño, cercanía, etc? ¿Os sentís un cuerpo querido? Sí, sí, eso no lo dudéis, incluso si tienes pareja en esos momentos llegas a tener verdaderos problemas, porque claro, tienes que estudiar, entrenarte, tie-

Los bomberos solemos decir: ¡¡¡Más importante que un extintor, es tener detectores de humo, un detector de humo nos puede salvar la vida!!!

nes que trabajar muy duro y prácticamente no te puedes de dicar a ello, es difícil compaginarlo con una vida normal.

¿Qué es lo que os lleva a la idea de participar en el documental sobre vuestro trabajo, ¿Cómo surge una idea de este tipo? Pues fue muy fácil, un día vino el jefe del gabinete de prensa del ayuntamiento que le habían llamado de una productora que estaban pensando mostrar la labor de los bomberos pero desde un punto de vista más humano, más del día a día dentro del parque, nos ofrecieron estar conviviendo con nosotros las 24 horas y la verdad es que estuvo realmente bien, ha habido una relación muy respetuosa, muy cercana, nos mostraron los primeros pilotos y el resultado nos gustó y bueno, nos animamos a hacer los 6 capítulos.

Y las actuaciones, ¿Se hacen preparadas o son casos auténticamente reales? Los siniestros que aparecen en la serie son reales, llevábamos cámaras en los cascos, y los cámaras de la serie nos acompañaban en las salidas, obviamente ellos no entraban en donde, por seguridad, no podían entrar, es cierto que alguna salida del parque si la hemos tenido que simular, porque igual en ese momento no estaban grabando, pero sí, las actuaciones son reales.

¿Qué os aporta a vosotros al propio cuerpo y a la gente en general en este proyecto? Principalmente el que podemos vernos desde fuera, cuando trabajamos no podemos vernos y ha sido muy bueno, incluso

como formación, como autocrítica, lógicamente no es lo mismo hacer las cosas que verte haciéndolas.

Cuéntanos la que para ti sería la mejor anécdota de esta experiencia. Quizá la más simpática fue la retirada de un nido de cotorras un sábado a la hora del Vermut, la expectación que creo aquello, como salieron las cotorras volando...en fin, algo muy entrañable ver a un compañero que se jubila, su última guardia, ver cómo salía, ya jubilado por la puerta,..., verlo después en la tele fue realmente emocionante.

Nunca dejamos que una entrevista termine sin estas dos preguntas, desde vuestro puesto y para los ciudadanos, dinos una frase o una idea que queráis hacer llegar y que cale en la población. Pues que te voy a decir, a veces parece que la gente tiene reparo en llamar a los servicios de emergencia, en muchas ocasiones la gente se pone en riesgo por no llamarnos, quizá por una negligencia propia, por un error, a veces incluso por no molestar, lo que podemos decir es que ¡¡¡Llamen!!!, que no lo duden, que no se pongan en riesgo pensando que lo pueden solucionar ellos, al fin y al cabo, nosotros, los bomberos estamos para eso, por nimio que les pueda parecer, si se ven desbordados, que no lo duden en ningún momento, ¡¡¡Que nos llamen!!!

Ahora una frase para nuestro periódico. Mira, en esta ocasión no va a ser exactamente para vosotros, al contrario, voy a aprovecharme un poco de vosotros, estamos aho-

ra mismo en una campaña para que la gente instale detectores de humos, creemos que hasta debería ser obligatorio por ley tener detectores de humos, los detectores se venden en cualquier centro comercial y son baratos, mira, en muchos países los bomberos ya cuentan con que las viviendas tienen detectores de humos, muchas de las campañas que se hacen, no son para instalar los detectores, son ¡¡¡Para recordar a la gente que cambie las pilas!!!, hay países en los que los detectores son obligatorios; un detector de humos te puede salvar la vida, mira, una frase que los bomberos decimos habitualmente es: ¡¡¡Los bomberos preferimos que tengas antes, un detector de humos en tu casa, antes que el mejor extintor del mundo!!! los incendios más graves se suelen producir por la noche, la gente está durmiendo, no se da cuenta, incluso no es necesario que llegue a ser un gran incendio, muchos de los fallecimientos se dan por inhalación de humos, ni siquiera por las llamas, Así que para finalizar, ¡¡¡Que nadie pase estas navidades sin detector de humos!!!. Queremos destacar la campaña que se está llevando a cabo en twitter bajo el hashtag "#detectoresya" para concienciar a los ciudadanos de su uso.



Marcial Gutiérrez, Presidente de La Milla del Motor

La milla del motor, desde marzo de 2015 un referente nacional en el mundo del motor, está en Alcorcón

En tan solo un espacio de 1 milla, poco más de kilómetro y medio, nos encontramos posiblemente con la mayor oferta de venta de vehículos y servicios relacionados con el motor con 22 marcas diferentes que apuestan por trabajar juntos para dar el mejor servicio al cliente y donde podemos encontrar prácticamente toda la oferta en vehículos del mercado nacional.

■ Tenemos la suerte de poder conversar con su Presidente y promotor de la idea de crear esta Asociación de todos los concesionarios de Alcorcón ubicados en la Avenida de San Martín de Valdeiglesias y Avenida de Leganés.

Marcial Gutiérrez, con más de 40 años de experiencia en el mundo del motor y propietario del concesionario Peugeot Mabusa, uno de los empresarios más importantes de la localidad que ha luchado por poner esta idea en marcha para potenciar la industria del automóvil en Alcorcón.

Para poner una idea como esta en marcha, no solo hace falta ser gran empresario como usted, sino que tiene que pensar también en comunidad y querer crecer todos juntos,

¿Definanos brevemente quien es Marcial Gutiérrez como persona más que como empresario?. Llevamos desde el 68 en Alcorcón en principio con lo que era la marca Barreiros no como Peugeot que aún no existía. Era un trabajador más que empezaba de cero y a base de esfuerzo pudimos ir avanzando y convertirnos posteriormente en concesionario Peugeot y tratar de hacerlo lo mejor posible hasta hoy.

He procurado ser una persona activa, intento ayudar a mi empresa en todo lo que puedo y todavía soy capaz de hacer, he tratado de trabajar como uno más de la empresa y estar al lado de todos los trabajadores colaborando cada día con ellos.

Mi planteamiento siempre ha sido ir mejorando y evolucionando cada día, eso nos hace mejores a todos. Hoy en día hay que aprovechar las posibilidades que existen para crecer todos juntos.

¿Cómo se piensa en una idea de este tipo con la magnitud que supone el ponerla en marcha? Alguien decía "Un estudiante con hambre estudia más que 100 abogados juntos", la crisis afecta notablemente al sector y genera una necesidad de mejora. Con los años vamos



"Todos juntos como uno solo, como hormiguitas podía ser importante para mejorar nuestras empresas."

aprendiendo y en este momento pensamos que uno de los modos para mejorar el entorno y el negocio podía ser la Asociación.

Tiene que ser difícil, teniendo en cuenta que son muchas y muy diferentes marcas que a su vez son competencia directa a la hora de la venta de los vehículos.... Lo principal fue poder ponernos cara todos, hasta el momento por unos motivos u otros no había sido posible, y yo como el mayor de todos, (Risas), propuse una comida para empezar a trabajar en el proyecto, hablamos de 2011. Afortunadamente la respuesta de todos fue de apoyo y colaboración con la idea, cosa que les tengo que agradecer puesto que "aquella comida de todas las concesiones fue la base de lo que hoy en día es una realidad".

Allí exponemos que hay que hacer frente a la adversidad del



momento y nos tenemos que unir con la idea de hacer publicidad del automóvil en Alcorcón, no una marca sino de los vehículos para atraer el mayor número de clientes a la zona.

Una vez hecho este paso, ¿Qué argumentos se ponen encima de la mesa para "convencer" a todos de que es una buena idea y beneficiosa para todos los participantes? Era más fuerte la necesidad de unión que los intereses particulares con lo cual todos estuvieron de acuerdo con la nueva idea y sus puntos positivos.

Las pautas de acción son marcadas por nosotros mismos que conocemos el mercado interior,

en este caso las marcas no participan directamente, sino a través de los propios empresarios que son lo que deciden que gracias a este acuerdo podrán mejorar su actividad.

"Lo más importante es generar la imagen de marca única del automóvil, Tenemos que atraer clientes": Campañas y promociones publicitarias conjuntas, convergencia común entre concesionarios de marcas diferentes, que mejora la productividad individual de cada uno al dar un servicio más rápido y mejor. Conseguir apoyos institucionales de organismos públicos es mucho más factible como

"Lo más importante es generar la imagen de marca única del automóvil, Tenemos que atraer clientes"

Asociación que como empresa independiente.

Facilidades y ayudas del propio ayuntamiento que nos vería como una oportunidad de negocio para todo el municipio.

¿Cuál o cuáles son el mayor escollo que han tenido que resolver entre los asociados para llevar a cabo el proyecto? Ideas diferentes, buscar al presidente, tareas a realizar.... Sin ninguna duda, lo más complicado es el apoyo económico a la idea para poder realizar todas las tareas necesarias de promoción y explotación.

En tiempo de crisis es complicado sacar una partida presupuestaria para cualquier acción, sin embargo gracias al esfuerzo de todos y cada uno finalmente llegamos al acuerdo común de que todos aportaríamos lo que pudiéramos para seguir adelante.

¿Cuál es la mejor idea, bajo su punto de vista, que ha habido en las reuniones que han tenido y que haya servido para mejorar el proyecto inicial? La idea fundamental, precisamente ha sido el nombre, nuestro amigo Manuel de Kia Motor, dio con la tecla de conseguir una nomenclatura que agrupara todos los condicionantes de nuestra Asociación, y con un nombre que suena muy bien (risas). "La mejor idea en nuestras reuniones fue el propio nombre de la Asociación"

Una descripción, en muy pocas palabras de lo que es La Milla del Motor.

Quien quiera comprar un automóvil, en la Milla del Motor, en tan solo 1,5 km de distancia tiene 22 marcas diferentes de automóviles que dan cobertura en torno al 85% del mercado de ventas nacional, con un modelo de venta de la ma-

“Creo que Vivir Alcorcón es el tipo de periódico que la ciudad necesita”

yor calidad, servicio y atención al cliente.

Díganos las dos o tres ventajas más importantes que supone la creación de La Milla del Motor para las marcas y para los usuarios finales? Al fin de al cabo supongo que todo tiene que estar basado en conseguir un incremento en ventas. Para los clientes son muchas, voy a destacar las más importantes: Ahorro de tiempo a la hora de toma de la decisión de compra de VN y VO al tener toda la oferta en muy poco espacio físico.

La competencia de precios asegurada por la cercanía entre concesionarios.

Información de cualquier tipo, novedades, tecnologías, promociones de la Milla en un solo portal web donde están todas nuestras acciones y actividades.

Para las marcas, además de otras muchas ventajas, las dos más importantes es el aumento en el número de vehículos vendidos, al venir muchos más clientes y la promoción conjunta de cualquier marca al formar parte del ente “La Milla del Motor” como símbolo de garantía y calidad en los vehículos. **El usuario final, alguien que busque un coche, sea o no de Alcorcón, ¿Que va a encontrar en La Milla, que le haga decantarse por una visita a nuestra zona y no a otras zonas parecidas? “Toma de decisión de compra de forma rápida y eficaz económicamente”**

Normalmente al hablar de este tipo de acciones, todos pensamos siempre en el vehículo nuevo, para que la gente lo sepa, supongo que en la Milla del motor encontramos tanto vehículo nuevo, como de ocasión como de segunda mano, stokaje, ofertas.... En la Milla el cliente dispone de un stock casi inigualable en España en ningún otro entorno en un espacio físico tan compacto. Siempre se van a encontrar con ofertas representativas de cada una de las marcas.



¿Qué supone la Asociación, más allá de estar todos juntos? ¿Se lanzaran ofertas conjuntas de descuentos? ¿Campañas promocionales independientemente de donde se compre el vehículo? El mejor ejemplo “La semana de la Milla, donde existe una semana con ofertas exclusivas donde los asociados venden a sus mejores precios al cliente”, Son descuentos especiales en vehículos y servicios de cada marca.

Junto a esto creamos la imagen de marca mediante un marketing directo en vallas, monopostes, radio y como no, con la colaboración del Ayuntamiento para que nos ayuden con las señalizaciones directas a nuestra milla.

Aunque seguramente es pronto para valorarlo, ¿Han notado un incremento de actividad o incremento de visitas a los concesionarios en estos últimos meses? Rotundamente si, cuando ha habido este tipo de iniciativas promocionales la respuesta ha sido muy positiva y se ha notado especialmente tanto en visitas como en ventas.

Como una anécdota interesante, los sábados por la mañana a primera hora, normalmente no son días especialmente importantes de cara a la visita de clientes, sin embargo en nuestra semana de la

“La mejor idea en nuestras reuniones fue el propio nombre de la Asociación”

milla el sábado a primera hora al llegar a los concesionarios algunos no teníamos sitio ni para aparcar.

Para que nuestros lectores puedan conocer más en detalle también la Milla, ¿Qué acciones tenéis previstas en los próximos meses? Haremos una semana “especial motor” en Enero y a lo largo del 2016 estamos planificando al menos dos ferias del vehículo de ocasión que dado el stock con el que trabajamos serán un éxito.

Igualmente en la parte de servicios finales estamos coordinándonos para poder hacer ofertas generalizadas a todas las marcas. **En el ámbito institucional, ¿Cómo ha sido la respuesta y la colaboración de un Ayuntamiento tan importante como el de Alcorcón para arrancar esta iniciativa? Solo podemos aplaudir y tener palabras de agradecimiento ya que a nivel estructural el Ayuntamiento está prestándonos todo el apoyo que puede en estos momentos tan difíciles.**

De qué manera pueden participar las

instituciones con esta iniciativa ya que supongo que esto redundara en generación de negocio, industria y empleo para nuestra localidad. Ayudándonos en facilitar el desarrollo de las acciones comerciales que llevemos a cabo y pongamos en marcha y nos ayuden a promocionar esta iniciativa que redunde en el negocio en Alcorcón y tener un referente en cuanto al vehículos en España.

Visto al revés, en qué sentido ayuda este tipo de proyecto a una localidad como Alcorcón, ¿Qué impulso económico puede suponer? ¿Se genera más empleo?, ¿Se generan negocios auxiliares?, ayuda a que más gente venga a Alcorcón y consuma otro tipo de productos? Como digo, es muy importante ya que va a generar un movimiento y afluencia de personas a Alcorcón, generando oportunidades de negocio que sirven para potenciar el comercio local y dar a conocer a Alcorcón como referente nacional.

“Esto genera ventajas empresariales y facilidad de implantación de nuevas empresas, comercio auxiliar y por definición la generación de empleo y riqueza.”

Posiblemente a las personas que lean esta entrevista, más allá de los interesados en comprar un coche, les interesaría conocer las oportunidades de em-

“Creamos una imagen de marca a través del marketing directo y con la colaboración del Ayuntamiento”

pleo que se pueden llegar a generar si la Asociación incrementa notablemente el negocio de los automóviles, ¿Qué les podríamos decir? Si todo sigue en la línea que tenemos prevista, creemos que generará empleo y estabilidad laboral en Alcorcón. Es uno de los puntos primordiales en nuestro proyecto, ya no solo para el comercio de automóvil sino en todos los sectores. Las perspectivas son muy buenas ya que tenemos un buen modelo de actuación.

La evolución del sector del automóvil parece buena a medio plazo, sin prisa pero sin pausa, lograremos un alza en la actividad en nuestro sector que significa mucho en la vida cotidiana de todos los ciudadanos.

“Para que nos hagamos una idea, en Alcorcón no ha cerrado ningún concesionario durante la crisis, mientras en el resto del país han desaparecido en torno al 25% de media de los concesionarios”

Dos frases para animar al esfuerzo de todos los que están participando en la asociación y para apuntarse a aquellos concesionarios que aún no participan de la idea.

Queridos socios de la MILLA DEL MOTOR : Lo que merece la pena siempre muestra un camino

De esfuerzo, constancia y en este caso de confianza en lo que hacemos Pero los frutos nos esperan

¡ LOS RECOGEREMOS SIN DUDA !

Ahora algo para nosotros como nuevo periódico dedicado en exclusiva a la información de Alcorcón. Una frase dedicada a nuestro periódico y su opinión sobre su repercusión en un municipio como este. El periódico que informa veraz e imparcialmente; recoge y cosecha fruto de todos los campos y colores, **VIVIR ALCORCÓN** , es el tipo de periódico que la ciudad necesita



Nunca fue tan fácil elegir

22 concesionarios oficiales

www.milladelmotor.com



Los premiados en la gala de AEPA, junto a su presidente, Jesús Navarro tras la entrega de premios.

Se entregan los V Premios Empresariales AEPA Ciudad de Alcorcón

Esta edición viene a consolidarse como uno de los acontecimientos empresariales más importantes del año en la localidad

■ Los Premios Empresariales AEPA nacieron con la vocación de ser un referente en el reconocimiento a las actividades comerciales, hosteleras y empresariales de Alcorcón.

Para ello se establecen diferentes categorías: **Empresa Tradicional Comercio, Empresa Tradicional Hostelería, Innovación y Excelencia empresarial, Emprendedores, Mención Especial y premio al Merito Profesional.** Por primera vez, y desde esta edición, se establece una nueva categoría: **Premio Popular.** En esta categoría la votación y participación de ciudadanos a través de web y redes sociales es la que determina la empresa merecedora de este distintivo.

El acto, celebrado el pasado lunes 16 de Noviembre, ha contado con la presencia de más de 200 asistentes. Numerosos empresarios, profesionales y personalidades políticas, sociales y culturales de Alcorcón no han querido perderse este importante evento anual. A destacar la presencia del Presidente de CEIM Juan Pablo Lázaro, el Alcalde de Alcorcón David Pérez, concejales de gobierno del Ayuntamiento de Alcorcón, así como los representantes de los diferentes grupos políticos municipales. En la gala, conducida y presentada por Víctor



David Pérez, alcalde de Alcorcón y Juan Pablo Lázaro, presidente de CEIM fueron los encargados de cerrar el acto.



Alfaro (locutor, periodista de Radio Sol) se procedió a la entrega de diplomas de agradecimiento a las empresas patrocinadoras de AEPA recordando igualmente la labor específica de patrocinio de estos premios por parte de MK Value, Sur Empresarial, Alcorcón al día y Adeslas. Jesús Navarro, presidente de AEPA dedicó unas palabras previas a la entrega de premios. En ellas se destacó las dificultades por las que atraviesan los empresarios que empiezan, los que aun resisten y los que por desgracia han tenido que abandonar. Solicito por parte de la sociedad y las autoridades, el reconocimiento público de la figura del empresario, en ocasiones pre-



Jesús Navarro, presidente de AEPA en un momento de su intervención.

sentada como una figura desdibujada, oscura y opaca, muy lejos de la realidad.

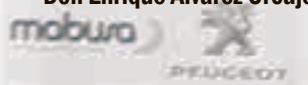
Para cerrar el acto D. Juan Pablo Lázaro (Presidente de CEIM) y D. David Pérez (Alcalde

Alcorcón) ofrecieron unas palabras destacando la importancia de estos premios, el compromiso con el tejido empresarial de la ciudad y la necesidad de construir un futuro juntos y lleno de oportunidades.

Con el emplazamiento a los Próximos Premios Empresariales AEPA 2016, la asociación de empresarios ha querido destacar "la necesidad de seguir aunando esfuerzos, para lograr que las dificultades por las que todos hemos atravesado, puedan quedar definitivamente atrás confiando y apostando por que Alcorcón puede ser una de las ciudades clave para lograr esta ansiada meta" indicó al finalizar su discurso.

Empresas premiadas en los V Premios empresariales AEPA



PREMIO EXTRAORDINARIO MENCIÓN ESPECIAL Fundación Deporte Integra  Don Enrique Álvarez Orcajo	EMPRESA TRADICIONAL COMERCIO Ferretería Gabán  Don Carlos Pérez Gabán	PREMIO EXTRAORDINARIO MÉRITO PROFESIONAL Transportes Chapin SL  Don Diego Rodríguez Gil	INNOVACIÓN, EXCELENCIA EMPRESARIAL Marketing Paradise  Don Jorge García Gómez y Don Javier Molero de Ávila Marcos	PREMIO POPULAR La casita de los animales  Don Rubén Agudo
	TRADICIONAL HOSTELERÍA Museo del Jamón  Don Luis Muñoz Castañar		EMPRENDEDORES Netllar Alcorcón  Don Antonio Manclús	

Impulsamos emprendedores
Punto de Atención al Emprendedor

¡Atención emprendedor!
 Constituimos tu empresa por

0 € (*)

916 210 470 www.jenasa.com

Av. Portugal, 2 - 28921 Alcorcón (Junto Ayuntamiento)
 C/ Telecomunicaciones, 2 Pol. Ind. Urtinsa - 28923 Alcorcón
 C/ Sapporo, 6 - 1ª 28923 Alcorcón

(*) sin coste por honorarios de gestión, sujetos a condiciones de la promoción.



red P A E
 Punto de Atención al Emprendedor

GRUPO JENASA

Cultura

Magia



Jorge Luengo cuenta con numerosos galardones y diferentes premios internacionales.

El mago Jorge Luengo trae su espectáculo "EnSueños" a Alcorcón

■ La magia ha sido protagonista con el espectáculo "EnSueños", del mago Jorge Luengo. Con él, casi todo es posible y es que, como le gusta recordar de Walt Disney, "si se puede soñar... se puede lograr". Entre sus logros, los numerosos premios obtenidos desde que en el año 2006 asistió al Congreso Mágico Nacional Francés y se alzó con el Premio Nacional. A partir de ahí llegarían más re-

conocimientos, como el primer Premio en el Nacional de Magia Español (2008). Además, cuenta, entre otros galardones, con el Premio Mundial de Magia en la categoría de invención (Pekín 2009) y Premio Mundial al Talento (Bruselas 2010). El espectáculo que podremos ver en Alcorcón, "EnSueños", combina la habilidad y el ingenio, para realizar artificialmente efectos en apariencia maravi-

llosos e inexplicables mientras se desconoce la causa que los produce. Se crea una complicidad que Jorge establece con el público desde el primer momento en el que aparece en el escenario. La música, la palabra y las nuevas tecnologías forman parte del espectáculo de una manera muy significativa, dando lugar a un momento único, divertido, sorprendente e inimaginable. Además

Teatro

"El sobrino de Méliès" en el Teatro Buero Vallejo de Alcorcón

■ Cita teatral para público familiar en el Buero Vallejo, con "El Sobrino de Méliès", un espectáculo para disfrutar a partir de cuatro años. La historia está protagonizada por Jean Philippe, un mago surgido de las sombras que con su caña mágica es capaz de pescar Taumatropos y hacer florecer linternas mágicas como prólogo a sus juegos de ilusionista, que sirven de presentación a las imágenes del nacimiento del cinematógrafo.

Un espectáculo único que combina de forma singular teatro, magia, cine, globoflexia y sombras, recreando la poesía y diversión de los comienzos del cinematógrafo y los espectáculos



de magia y variedades del teatro Robert-Houdin.

La escenografía, el espacio escénico y la dirección es colectiva a partir de la idea de Eladio Sánchez, que cuenta con música de Juan Sánchez Molina.

Además, también se ha inaugurado en el centro cultural Fuente Cisneros "Tormento y transformación", un proyecto artístico de Fernando García que ha permanecido abierto hasta el 30 de noviembre.

Fotografía



La obra de Juan Manuel Castro Prieto, Premio Nacional de Fotografía forma parte de la colección municipal

■ Esperando al cargo recoge la estancia en la isla de Tanna de Juan Manuel Castro Prieto en la primavera del año 2005. El Ayuntamiento ha prestado esta colección de fotografías a diversas instituciones, entre ellas, la ciudad de Bratislava para un importante festival de fotografía.

La Sala El Paso acogerá de nuevo la exposición Esperando al cargo a partir de mediados del próximo mes de enero. Juan Manuel Castro Prieto (Madrid, 1958) fue galardonado el jueves de la semana pasada con el Premio

Nacional de Fotografía, tal como recoge el jurado "por su notable aportación a la fotografía española en su contenido y estética". El comunicado del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte explica que Castro Prieto "ha innovado y transformado el lenguaje fotográfico tradicional, desde una perspectiva personal. Logra construir imágenes que exploran las huellas latentes de la memoria. Su obra subraya aspectos oníricos y literarios de la vida cotidiana y escenarios lejanos, creando un universo propio y original".

Concurso de fotografía para celebrar el Día Internacional de las Personas con Discapacidad

■ El Ayuntamiento de Alcorcón organiza, a través de la Concejalía de Servicios Sociales que dirige la tercera teniente de alcalde, Susana Mozo, un concurso de fotografía con motivo del Día Internacional de las Personas con Discapacidad, que se celebra el 3 de diciembre bajo el lema "Sobradamente Capaces: Retratos de Vida y Superación". El fallo y la entrega de

premios se llevarán a cabo el 3 de diciembre, en el Teatro Buero Vallejo, a las 18.00 horas, en el Acto de Conmemoración del Día Internacional de las Personas con Discapacidad. Todos los participantes recibirán un diploma, mientras que al ganador se le hará entrega de una cámara fotográfica donada por KANAU, además de una mención honorífica.

Exposiciones

Alcorcón abrió el mes de noviembre cargado de exposiciones

■ Cerámica, pintura e historia ocuparán las salas de exposiciones de Alcorcón en el Centro Municipal de las Artes y el Espacio Alfarería de reciente creación.

Los ceramistas de la Escuela Oficial de Cerámica de la Moncloa, con el comisario de Joan Llacer ofrecieron su propuesta Segunda Cocción, en el Espacio Alfarería de Alcorcón, y en la Sala Altamira Baja del Centro Municipal de las Artes.

Segunda Cocción es un término utilizado en la producción de cerámica y alfarería y hasta Alcorcón traen sus obras más recientes catorce ceramistas. Sus propuestas son muy variadas, con planteamientos distintos, diversas técnicas y soluciones plásticas diferentes, para conformar una exposición colectiva



'Venus de los rulos' de Irene Gracia Aguado, una de las piezas expuestas.

en la que muestran sus trabajos artistas de los más destacados de la Escuela de la Moncloa. También fue inaugurada la Exposición del III Certamen de Pintura Alcorcón Siglo XXI, con la entrega de los premios de las categorías Infantil, Juvenil y Adulto.

En este mes de inauguraciones la historia ocupa un lugar destacado con la inauguración de la Exposición de Blas de Lezo. Por último la exposición Mujeres españolas, del Instituto de la Mujer ha ofrecido documentos y fotografías sobre mujeres, basándose fundamentalmente en historias de vidas reales y situaciones concretas, efectuado una aproximación a las distintas identidades territoriales, culturales, sociales y profesionales de las mujeres españolas.

Conferencias

El Centro Cultural Viñagrande acogió el III Ciclo de Conferencias Humanistas para tiempos de Crisis

■ El Centro Cultural Viñagrande de Alcorcón ha acogido diversas conferencias dentro del III Ciclo de Conferencias sobre Pensamiento Humanista que viene celebrando, organizado por la Asociación Emmanuel Mounier.

La última de ellas, "EL ALMA DEL SOCIALISMO" llevada a cabo el sábado 24 de noviembre fue impartida por **D. Carlos Díaz**, Doctor en Filosofía y Profesor de la Universidad Complutense de Madrid, además de Doctor Honoris Causa por la Universidad Galileo de Guatemala y fundador del Instituto Emmanuel Mounier en España es autor de más de 250 libros.

Anteriormente, **Fernando López Luengos**, impartió la conferencia "AMAR A UN SER ES DECIRLE TÚ NO MORIRÁS". Organizado por el Instituto Emmanuel Mounier, este ciclo, trata de dar a conocer la corriente filosófica del Personalismo Comunitario, y todo lo que conlleva profundizar en lo más vital del ser humano, de contribuir a través del pensamiento y el diálogo, a que cada persona forme su criterio sin manipulaciones ni utilitarismos, y de mostrar cuantas aportaciones puedan contribuir de manera positiva a humanizar la persona y la sociedad en éstos tiempos de crisis.

Agenda Cultural Diciembre - Teatro Buero Vallejo

Comienza la fiesta Diverplay

Domingo 13 Diciembre 2015
12:00 - 17:00
Todos los públicos.
DOS PASES: 12:00H Y 17:00H
(Segundo pase opcional en función de aforo completo 12:00h)

"Pinocho se despierta" de Sueños de Azúcar

Viernes 18 Diciembre 2015
19:00 - 20:30
Para toda la familia

El libro Mágico

Domingo 27 Diciembre 2015
12:00
Teatro Buero Vallejo
Para público familiar

El cascanueces

Lunes 28 Diciembre 2015
18:00 - 19:30
Para público familiar

Alas de la compañía Sombras

Martes 29 Diciembre 2015
18:00 - 19:30
Para público familiar

Enanos y Gigantes

Miércoles 30 Diciembre 2015
18:00 - 19:30
Para público familiar

Teatro Buero Vallejo
Avda Pablo Iglesias, s/n

Para precios, consultar en la taquilla del teatro, VIVIR ALCORCÓN, no se hace responsable de los posibles cambios de programación que se pudieran dar.

BIO-MER

High Natural Cosmetics

Pza. Tendillas, 3, Toledo
www.biomercosmetics.com

Ana Molina Rojas.
687060405
amolina@sereide.com

SPA
Equilibrio de cuerpo y mente

Motor

Inauguración de las nuevas instalaciones del concesionario Volvo, Tibermotor, en Alcorcón

El pasado viernes día 20 de Noviembre se inauguraron las nuevas instalaciones del concesionario Tibermotor de Volvo en Alcorcón

■ Son las más modernas de España, diseñadas con el nuevo concepto para exposiciones de venta (VRE, Volvo Retail Experience), situando al cliente en el centro todas las actividades y su ubicación física en plena Milla del motor de Alcorcón, en la Calle Ecuador 3.

Contaron con la asistencia de Germán López Madrid, Presidente de Volvo Car España, acompañado por Jose Maria Galofré, Consejero Delegado del grupo, y Oscar Soriano, Gerente de Tibermotor, junto con todo el equipo de Volvo, Director de Marketing para España, y la asistencia de todos los trabajadores del grupo Tibermotor.

La presentación, llena de sorpresas, destacó por un emotivo acto en recuerdo de la historia del concesionario y sus comienzos, haciendo hincapié en el rápido crecimiento de la empresa que fue fundada en 2006 y que actualmente ocupa el número dos en el ranking de ventas de la marca.

Todo gracias a la implicación de los trabajadores de Tibermotor, donde cada uno aporta su granito de arena para ofrecer el mejor servicio al cliente, que para ellos es la pieza fundamental para seguir avanzando cada día.

Servicio, atención y el trato más cercano es lo que hacen diferente a Tibermotor y a Volvo, precisamente en estos parámetros se basan las nuevas instalaciones, modernas, y orientadas a que el cliente final se sienta a gusto, en "su casa".

En palabras del propio presidente, German López, eligen la



La milla del motor es el lugar elegido para las nuevas instalaciones.



Al finalizar el acto, se hizo un emotivo homenaje al fundador de la empresa.

ubicación estratégica de la Milla del Motor para crecer y esforzarse por tener un servicio "Premium" en todos los niveles de atención. Esto ha supuesto que la marca haya aumentado un 70% las ventas de vehículos.

El Consejero Delegado, destacaba que lo que buscan es que la gente disfrute con los vehículos y la marca, con la atención más personalizada haciendo la vida más fácil al cliente, apostando además por la sostenibilidad y el medio ambiente.

Oscar Soriano, destacó la apuesta de la marca por Tibermotor, lo que ha supuesto que actualmente cuenten con cuatro

concesionarios en Madrid esperando seguir creciendo. Finalizaba el acto con el emotivo homenaje al fundador de la empresa con la entrega de una placa conmemorativa por su esfuerzo y sacrificio. Destacó también el video dedicado a todos los trabajadores del concesionario que según palabras del Gerente son la base para que Tibermotor sea lo que es hoy en día.

Posteriormente una espectacular puesta en escena, con música en directo, presentación de vehículos y variadas sorpresas que encandilaron a las más de 400 personas presentes en el acto.

Tecnología



Según afirman desde la marca "los usuarios ya no tendrán que preocuparse por suscribirse a los servicios".

Navegadores TomTom, mapas y alertas de por vida

TomTom ha ampliado su gama de dispositivos de navegación TomTom 'Go', incorporando dos nuevos modelos e incluyendo los mapas del mundo y las alertas de radares de tráfico.

■ TomTom acaba de anunciar la ampliación de su gama de dispositivos de navegación TomTom GO con la incorporación del TomTom GO 51 y el TomTom GO 61. Los nuevos navegadores llevan Mapas del Mundo y Alertas de Radares de Tráfico para toda la vida, lo que significa que todos los navegadores de coche TomTom GO ahora cuentan con servicios para toda la vida, incluyendo TomTom Traffic con conexión a Smartphone. Los Mapas del Mundo y las Alertas de Radares de Tráfico para toda la vida permiten conducir con mapas de todo el mundo sin coste adicional y permiten al conductor conocer la ubicación de todos los radares de tráfico, tanto los fijos como los móviles, durante la vida útil del dispositivo. Los dispositivos TomTom combinan información del tráfico en tiempo real con una avanzada tecnología para proporcionar siempre

a los conductores la ruta más rápida disponible. TomTom Traffic cubre todas las carreteras cartografiadas y combina los datos colectivos procedentes de millones de fuentes de datos de todas partes del mundo, para ofrecer una información sobre el tráfico tan precisa que, con cada nueva actualización, puede señalar dónde empiezan y finalizan los atascos con una precisión de hasta 10 metros.

La gama TomTom GO incluye seis dispositivos. Los nuevos 51 y 61; los 510 y 610 que cuentan con una pantalla totalmente interactiva para ampliar, reducir y deslizar la imagen así como un soporte Click & Go; y los 5100 y 6100 que también tienen una tarjeta SIM integrada con número ilimitado de datos y roaming sin coste adicional. Todos los dispositivos tienen una completa interfaz para el usuario, una interacción de usuario más simplificada y Mapas en 3D.



Vehinter presenta 'Nuevo Movilnorte' el grupo de concesionarios de las marcas BMW y Mini en la zona noroeste de madrid

Vehinter, amplía así, su área de negocio a la zona noroeste de madrid, en un salto importante para el concesionario y las marcas que representa

■ El Grupo Vehinter es una empresa familiar y a la vez altamente profesionalizada que nació para desarrollar las marcas BMW y MINI en Madrid. En 1991 inauguraron las primeras instalaciones de Vehinter Getafe. Un amplio complejo de casi 4.000 m2 de exposición y talleres y más de 12.000 m2 de zona de aparcamiento y carpas de automóviles de ocasión en la Carretera de Toledo km 14,700 y el primer bastión de BMW y MINI en la zona Sur de Madrid, tras ello, con la idea de ampliar la cobertura en servicio técnico y exposición de BMW serie 1 ocasión y BMW MINI, Vehinter decide abrir en el año 2000 el concesionario Vehinter Alcorcón, ubicado en la Carretera de Extremadura salida 11/13. Este pasado mes de noviembre, debido al crecimiento experimentado por la empresa, se ha presenta-



En el acto estuvieron presentes el Alcalde de Majadahonda, Narciso de Foxá, el Presidente de BMW Ibérica, Guenter Seemann, y el Presidente del Consejo de MOMENTUM MOTOR, José Martínez Revuelta.

do NUEVO MOVILNORTE, grupo de concesionarios de las marcas BMW y MINI en la zona noroeste de Madrid con instalaciones

en Majadahonda, Las Rozas y El Carralero. A la presentación asistió el Alcalde de Majadahonda Sr. D. Narciso de Foxá, el Pre-

sidente de BMW Ibérica Sr. D. Guenter Seemann, así como el Presidente del Consejo de MOMENTUM MOTOR, Sr. D. José

Martínez Revuelta, en representación de los nuevos accionistas de la compañía que cuenta con una amplia experiencia en el sector del automóvil dentro del sector Premium.

El acto tuvo lugar en las instalaciones de MOVILNORTE BMW en El Plantío, Majadahonda y en él fueron premiados 12 trabajadores como reconocimiento a su trayectoria en la compañía que este año cumple su 25 aniversario.

En estos primeros meses de andadura del NUEVO MOVILNORTE se han realizado importantes cambios para modernizar las instalaciones adaptándolas a las más altas exigencias tecnológicas y a los últimos estándares de calidad de las marcas BMW y MINI. Como dijo el Sr. Martínez Revuelta: "Para que nada cambie en el placer de conducir un BMW, lo hemos cambiado todo".

Novedad

El Mercedes Clase E 2016 se presentará en Detroit



El Mercedes Clase E 2016 hará su debut en el Salón de Detroit 2016, con lo que veremos a la nueva berlina de la estrella en todo su esplendor tan solo unas horas después de tomar las uvas.

La noticia la ha dado Gorden Wagener, jefe de diseño de Mercedes, quien ha confirmado que el Mercedes Clase E 2016 debutará en el Salón de Detroit. La nueva berlina alemana será por tanto una de las primeras sorpresas del año, nada más estrenarlo. Hasta entonces, salvo algunas imágenes "robadas" no será posible contemplar todas las caracte-

rísticas de la nueva berlina de la estrella, hasta ahora todas las imágenes que habíamos visto del exterior del Clase E 2016 dejaban claro que el nuevo sedán lucirá una estética inspirada en la del Mercedes Clase C y Clase S y parece que lo mismo se puede aplicar al habitáculo. En concreto su salpicadero tendrá un aspecto muy similar al del buque insignia de la marca, con

dos enormes pantallas de alta definición coronando el conjunto. Su diseño exterior, por las imágenes vistas hasta el momento, recuerda al Mercedes Clase S y Mercedes Clase C, aunque el nuevo Clase E presenta unos rasgos más curvados. Los faros delanteros son similares a estos dos modelos y aunque las entradas de aire todavía están camufladas con plásticos

blancos. El Mercedes Clase E 2016 se asentará sobre la plataforma modular de tracción trasera MRA de Mercedes, y aparentemente, la berlina será más ancha y baja y tendrá una distancia entre ejes más larga que el modelo al que sucede. También se sabe que contará con una versión con carrocería más larga pensada especialmente para el mercado chino, aunque por primera vez podríamos verlo también en Europa o EEUU: podría llamarse Mercedes Clase E Maybach y contará con un habitáculo mucho más refinado y lujoso. Bajo el capó, Mercedes podrá ofrecer ahora nuevas versiones plug-in hybrid (híbrida enchufable) junto a los habituales motores de cuatro, seis y ocho cilindros turboalimentados. También se incluirá, como tope de gama, el 4.0 V8 biturbo para el E63 AMG.

Por otro lado, la versión AMG, aunque cubierta de un espeso camuflaje, ya nos muestra algunos de sus rasgos, así como una serie de filtraciones acerca de sus especificaciones y rendimiento. Aunque en términos de diseño poco nos permite ver el camuflaje, sí que resaltan algunos de los detalles que tendrán en común las versiones coupé y cabrio.

Tecnología

Honda lanzará un cambio automático de 10 velocidades

■ La marca japonesa de automóviles tiene planes para un futuro cercano, de hecho, tiene previsto introducir una caja de cambios automática de 10 velocidades que va a reemplazar a la caja de cambios actual de seis velocidades que se encuentra en combinación con el motor V6 de 3,5 litros en varios modelos de Honda y Acura, como el Odissey y el RLX.

La nueva caja automática de 10 velocidades de Honda está desarrollada íntegramente en la fábrica de la marca japonesa, y tiene casi el mismo tamaño que la caja de cambios de seis velocidades, por lo que será compatible con una amplia variedad de modelos. Al mismo tiempo, Honda ha revelado los planes para el nuevo motor de gasolina de tres cilindros de 1 litro turboalimentado que hará su debut a principios de 2017 en el Cívico Euro-spec hatchback de cinco puertas que se fabricará en el Reino Unido.

Tecnología

**CarCentinel,
el dispositivo
antirrobo con
alarma remota**

■ Hoy en día, con la cantidad de tecnologías que existen, los robos de coches son más fáciles de lo que pensamos, por lo que los sistemas de seguridad en los coches están avanzando para evitar los hurtos de los vehículos. Este es el motivo por el que dos jóvenes ingenieros de Granada han creado CarCentinel, un dispositivo antirrobo electrónico del vehículo, protegiéndolo de forma autónoma y cuya localización se puede seguir en tiempo real mediante una aplicación móvil.

Los creadores de este sistema, que se ha comercializado a través de la empresa Proenium Technologies son dos jóvenes ingenieros granadinos, Daniel Calandria y Manuel Reinoso. Han conseguido, además de la función de antirrobo electrónico, aunar en un único dispositivo un localizador GPS para conocer la posición exacta del vehículo en tiempo real y una alarma remota que avisa de cualquier evento sospechoso que ocurra en el mismo.

Además de situarse en el mercado con un producto totalmente nuevo en menos de un año, CarCentinel cuenta en su corta trayectoria con diversos premios que ya han reconocido su innovación, esfuerzo y las expectativas para generar empleo. Al contar con tecnología propia, es totalmente configurable y se adapta a los diferentes segmentos del mercado a los que se dirige, ya sean aseguradoras, empresas de alquiler o grupos de automoción. Actualmente se encuentran en negociaciones para firmar acuerdos con varias aseguradoras.

Para más información visiten la web de sus creadores.

<https://www.protegetuvehiculo.es/>

Destacado

**BMW 330d BBM Motorsport.
Un corazón con tres turbos**

Cuando este BMW 330d Touring salió de la factoría de la firma alemana no era más que otro 330d.

A día de hoy después de pasar por las manos de BBM Motorsport y esconde bajo su capó una sorpresa de 440 CV.

■ BBM Motorsport ha trabajado duro en este nuevo modelo creado sobre la base de un BMW 330d Touring de la generación ya desaparecida y conocida con el código E92. Cuando salió de la factoría que BMW tiene en Múnich contaba con un propulsor diésel de tres litros y seis cilindros en línea capaz de generar una potencia de 245 CV, pero esto no era suficiente para los especialistas de BBM Motorsport, los cuales decidieron sustituir íntegramente su corazón.

De 245 a 440 CV

Bajo su capó delantero nos encontramos un corazón diésel, también

con seis cilindros y tres litros de cilindrada, que cuenta con tres turbos, hablamos del propulsor desarrollado por BMW Motorsport, que equipan deportivos de la talla de los BMW 550d, BMW X6 M50d... Un corazón que de origen ofrece una potencia de 381 CV capaces de convertir a un BMW Serie 3 en todo un deportivo.

Ahora bien, 381 CV para un BMW Serie 3 Touring tampoco parecen suficientes para BBM Motorsport, quien ha trabajado en esta mecánica para extraer un total de 440 CV. Con semejante potencial, este BMW es capaz de acelerar de 0 a 100 km/h en tan sólo 4,9 segundos mientras que su



velocidad máxima se limita a 296 km/h. Prestaciones más que sorprendentes y que han obligado a equipar los ejes que utilizaban los BMW M3 de la generación E92,

Bajo el capó nos encontramos con un motor equipado con tres turbos capaz de desarrollar 440 CV de potencia.

un deportivo con un motor 4.0 V8 de 420 CV de potencia. Por si todo esto fuera poco, el equipo de frenos ha sido reemplazado por un conjunto fabricado por Stoptech, que cuenta con discos de 380 mm y pinzas de seis pistones en el eje delantero y con discos de 355 milímetros y pinzas de cuatro pistones en el eje trasero. También hay una nueva suspensión KW Clubsport y unas llantas Z-Performance de 19 pulgadas equipadas con neumáticos Michelin Pilot Sport.

Moto Clásica

SWM RS 370 GSTF1 1979

El impresionante poderío de su motor era la nota más destacada de la SWM 370 de 1979, considerada como una de las mejores enduros de la época.

■ La filosofía de SWM respondía perfectamente a la imperante a finales de la década de los setenta y que tuvo su máxima expresión en la industria italiana. No era otra que la de no querer «estirar más el brazo que la manga», lo que traducido al mundo empresarial significaba limitarse a diseñar, desarrollar y fabricar motos, dejando la producción de los componentes a los especialistas de cada sector.

Proveedores de motores como Sachs, Villa o Rotax; de sus-



pensiones como Marzocchi, Paioli o Ceriani; de frenos, como Grimeca, Fontana o Brembo, ponían su material a disposición de pequeñas empresas que de esta forma podían aventurarse a convertirse en marcas de motos sin una gran inversión inicial.

La «Speedy Working Motors» (SWM) fue creada con el objetivo de fabricar motos de todo terreno

exclusivas, de la más alta calidad, aunque ello supusiera un elevado precio de venta al público.

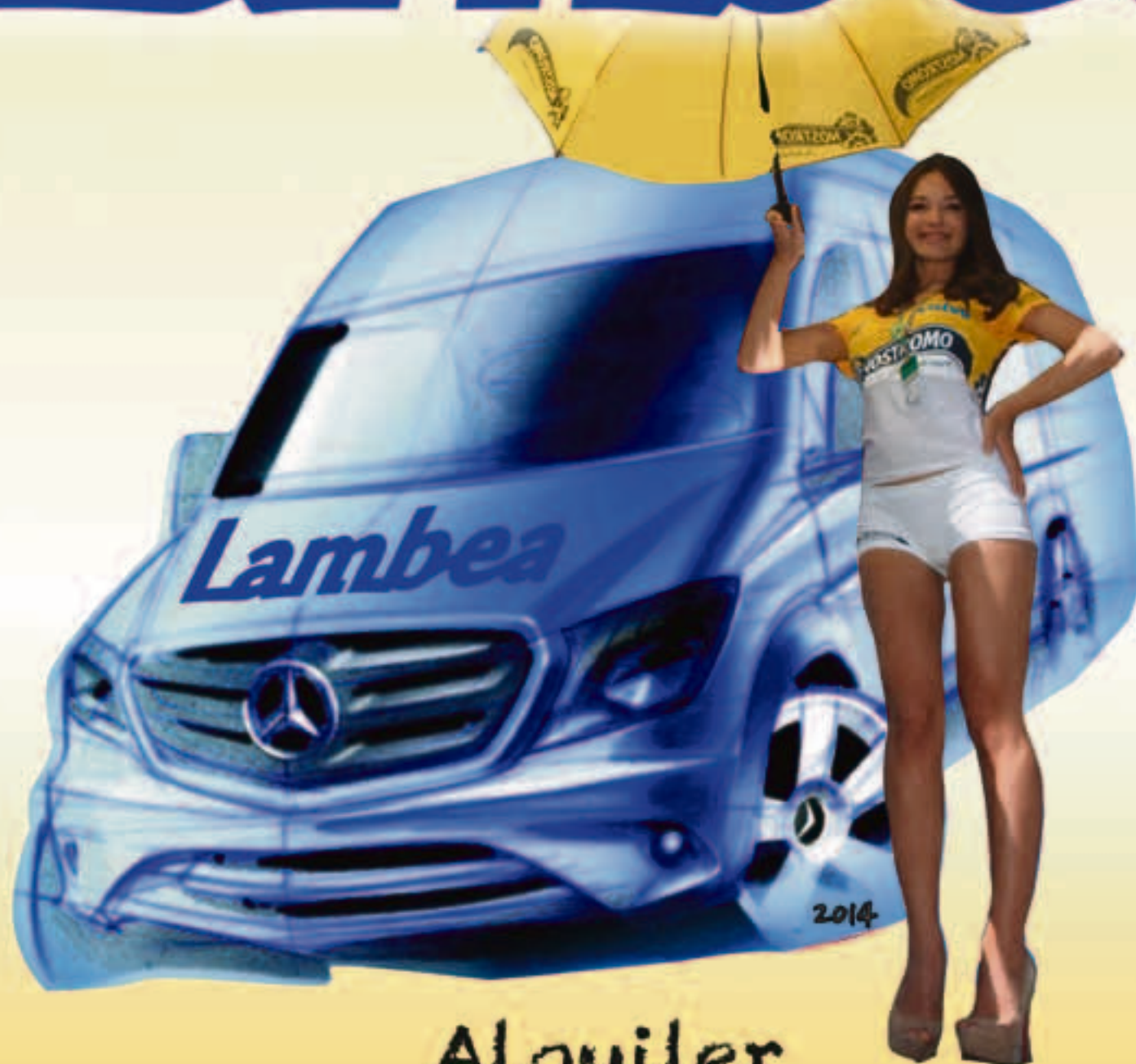
Primera 370

Se trata de la primera fabricada por la marca, e incorporaba una novedad en su motor, al ser el primero sin la válvula rotativa de admisión que había caracterizado hasta entonces a las motos

milanesas, contando ésta con un sistema de admisión doble, por láminas al cárter y directa a la falda del pistón.

Las crónicas de la época hablan de un motor excepcional, dotado de bajos de trialera y estirada de motocross, con un medio régimen que permitía a su vez una utilización más relajada si así se deseaba.

Lambea



Alquiler
de
vehículos sin conductor

Tlno. 902.47.47.48

Síguenos: 
www.lambea.es

Deporte

Fútbol - AD Alcorcón



El Alcorcón mereció más que un empate ante el Almería.



FOTOGRAFÍA: SERGIO REYES

Las dos victorias consecutivas, ante Osasuna, líder de la clasificación y Real Zaragoza, colocan al Alcorcón en los primeros puestos de la tabla

El Alcorcón sumó su segunda victoria consecutiva en casa del líder Osasuna, tras derrotar, en Santo Domingo, al Real Zaragoza

■ Durante el mes de noviembre la Agrupación Deportiva Alcorcón disputó cuatro encuentros de liga cosechando dos victorias, un empate y una derrota. Los dos triunfos, consecutivos, que ponían fin a una racha negativa de resultados, se consiguieron en el Sadar, frente al líder Osasuna y, la semana anterior, en Santo Domingo frente al Real Zaragoza, victorias acompañadas de un gran juego y solidez defensiva. También en casa se firmó el empate ante el Almería por 0-0. Un encuentro raro en el que los almerienses, colistas de la categoría, plantaron cara en todo momento. La nota negativa se produjo en Leganés. El derbi del suroeste de la Comunidad de Madrid, acabó con victoria pepinera por tres goles a cero en un duelo marcado por la efectividad de la delantera local, que transformó en gol sus principales ocasiones de peligro. En definitiva, los de Juan Ramón

López Muñiz siguen sin perderle el pulso a la competición y se quedan muy cerquita de los puestos de cabeza en cuanto a puntos, aunque a mitad de tabla. Aparte de la de-

rrota en Leganés, la mala noticia para los alfareros fue la lesión de Toribio. Pieza fundamental en los esquemas del técnico, el centrocampista catalán estará fuera por

un periodo de aproximadamente entre 6 y 8 semanas. Por suerte la plantilla es amplia y los jugadores están preparados para participar en cualquier momento.

Respecto al área social, destacar la masiva afluencia de aficionados a Butarque una vez que la Federación de Peñas gestionara más de 200 entradas en colaboración con la organización Aficiones Unidas, lo que propició que la afición alfarera, viviera una jornada de hermandad celebrando lo que ellos mismos llamaron "el derbi de Madrid"

"Creciendo Gol a Gol", un plan formativo para transmitir los valores del deporte y el fútbol a los más pequeños

■ Un nuevo programa dirigido a los más pequeños que empieza. "Creciendo, Gol a Gol", un plan formativo desarrollado por la A.D. Alcorcón en colaboración con Selecta (líder europeo en máquinas de vending) que pretende educar a alumnos de centros escolares a través de la transmisión de valores relacionados con el deporte y el fútbol. En charlas impartidas por jugadores de la primera plantilla del fútbol sala femenino y del Alcorcón B, los estudiantes conocerán principios que les ayudarán en su formación. Además, devolverán la visita a sus ídolos para realizar actividades junto a ellos en los campos de entrenamiento de Santo Domingo, y siempre bajo la tutela de los entrenadores de la cantera amarilla. Este programa tiene como eje de comunicación fundamental la publicación de un



FOTOGRAFÍA: SERGIO REYES

cómic que se repartirá en cada uno de los actos. Entendido como vehículo de comunicación fundamental para hacer llegar el mensaje a los niños, con una tirada de 6.000 ejemplares impresos.

Puesta de largo de los chupetines

Otro hito destacable que tiene mucho que ver con hacer afición tuvo lugar en fechas recientes. La puesta de largo de los chupetines supuso un nuevo paso más en el crecimiento de la cantera amarilla. Todo un logro para el departamento de fútbol base del Club que arrancó con goleada por 11-1 un proyecto llamado no sólo a dar sus frutos en lo deportivo, sino también a crear sentimiento de pertenencia.

Anúnciate con nosotros Tenemos un espacio para ti!!!

vivirAlcorcón

comercial@vivirAlcorcon.es - telf: 615 46 79 88

Gimnasia

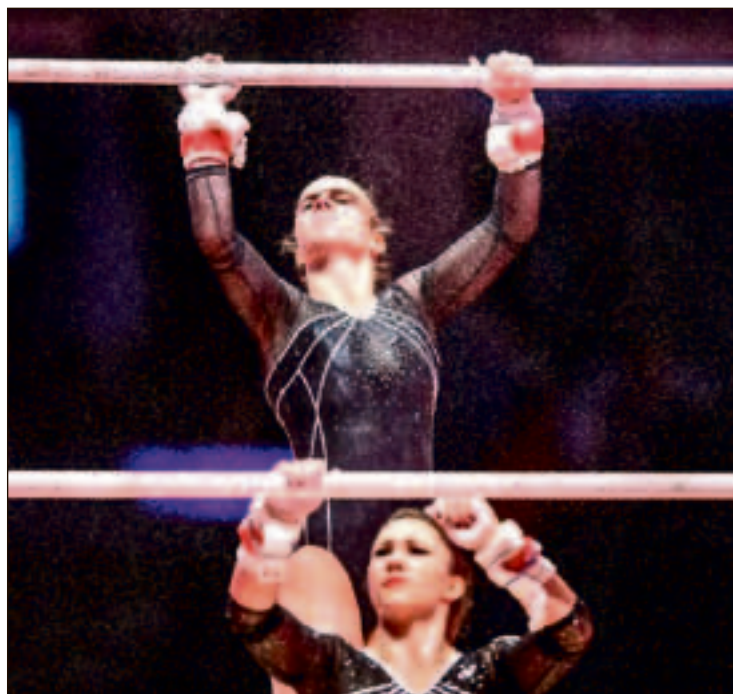
Roxana Popa podría ir a las olimpiadas de Río de Janeiro con una plaza individual

Hasta el último momento mantuvo las esperanzas de acabar en el puesto 16, y ganar plaza para el Preolímpico, pero Suiza le arrebató la plaza con un buen ejercicio

■ El equipo español mantuvo sus expectativas hasta el último momento, pero el equipo suizo acabó dejando fuera a nuestras chicas. Aún así, la selección dirigida por Lucía Guisado dispondrá de una plaza no nominal para una de sus gimnastas. Será la Federación quién decida quien de ellas estará en Río de Janeiro, pero no se descarta que, Roxana, una vez recuperada de su lesión y al cien por cien, pueda ser la elegida para ocupar esa plaza.

Jesús Carballo, presidente de la Federación Española de Gimnasia, resumía el paso de la selección femenina por el Mundial: "Hemos luchado, es un equipo muy joven pero muy unido y trabajador, que ha dado una gran imagen".

"Es un proyecto de futuro",



Roxana Popa Nedelcu y Claudia Martín Colom (arriba), en las barras asimétricas.

continuó. "En dos años tenemos el próximo Mundial y vamos a trabajar para ese objetivo. Mientras, prepararemos una gimnasta, tenemos la plaza olímpica conseguida a nivel individual, y como es una plaza que no es nominal el equipo trabajará para preparar a una de nuestras deportistas en las mejores condiciones posibles".

La gimnasta del Club Los Cantos Alcorcón, superó recientemente una difícil lesión en su rodilla, ya ya está recuperada al cien por cien, Popa, una vez más, es la gran estrella española y, precisamente en ella, están depositadas muchas esperanzas, y aunque la decisión aún no esté tomada es probable que sea Roxi, quien, tras su paso por el Mundial, pueda optar a dicha plaza con total solvencia.

En corto...

Atletismo

Celebrada en Santo Domingo la reunión de inauguración de la temporada

■ El pasado 21 de noviembre se celebró en la pista de atletismo del estadio de Santo Domingo la XIV Reunión de Inauguración de la temporada para las categorías cadete, infantil, alevín y benjamín. El Club Atletismo Alcorcón, organizador del evento junto al Ayuntamiento de la ciudad y con la colaboración de la Federación de Atletismo de Madrid, estuvo presente en una jornada que empezó a las 10:00 de la mañana y terminó sobre las 14:00 horas con la entrega de trofeos. Una fiesta del atletismo para los más pequeños, el futuro de este deporte, y en la que les hemos podido ver en diferentes disciplinas como longitud, peso, jabalina, altura, velocidad, pértiga, y resistencia

Rugby

El URO Rugby Alcorcón se mete en problemas

■ EL URO Rugby Alcorcón continúa sin cogerle el pulso a la competición en su debut en la segunda división madrileña. Un balance de dos derrotas y una victoria, ante el colista de la categoría, CAU Madrid, es el pobre balance de los tigres durante este mes de noviembre. Y es que a los de Galache se les resisten las victorias. Muchas veces por superioridad clara de unos rivales, que en muchos casos atesoran calidad suficiente para jugar en categorías superiores, como en otras, por falta de experiencia y oficio en el desarrollo de los partidos. La división de plata se compacta por la zona baja con cuatro equipos en claro riesgo de descenso.

Noviembre arrancaba con una cómoda victoria ante CAU Madrid. 12-40 en Orcasitas, en un partido donde los alfareros fueron los dueños de principio a fin. Sin un juego especialmente solvente, salvaron el trámite y sumaron el segundo paquete de cinco puntos



URO Rugby Alcorcón A durante su encuentro con el Madrid Barbarians.

de la temporada. El siguiente rival fue en la URJC ante Madrid Barbarians, aspirante claro al ascenso. Condición que quedó clara en la segunda parte donde demostraron notable superioridad ante un buen conjunto local. La derrota, 15-34, no supo tan amarga por la actitud mostrada en el campo. Actitud que faltó de sobremanera, especialmente en la primera parte,

ante el último rival tigre, Getafe RC. Mal partido de los alcorconeros, que aún así con el 32-25 que quedó en el marcador, suman los dos puntos de bonus, que a día de hoy, les deja provisionalmente fuera de los puestos de descenso.

EL B no ha tenido un mes mucho mejor en lo que se refiere a su concurso en la cuarta división madrileña. Tres son las derrotas del

filial tigre que descansa, después de siete jornadas, colista de la clasificación. Jabatos RC, RAC Lobos y el líder, Club Atlético de Rugby, han sido los verdugos tigres, en un penúltimo mes del año para olvidar en cuanto a resultados se refiere.

Las chicas siguen en su progresión. Hablar de resultados, todo derrotas, sería sesgar en exceso el éxito del trabajo cometido. Un equipo muy novel, con un plantilla muy justa, pero con unas ganas enormes de aprendizaje y competitividad. Las Gatetes son últimas en la liga de promoción femenina. Liga que encabezan las Águilas de Toledo.

El mes tampoco ha sido bueno en cuanto a lesiones. A Ufo, apertura del A, no le veremos hasta el 2016 y nuestra gatete Sub-16, Lidia, sufrió una dolorosa rotura de tibia y peroné a la que esperamos una rápida recuperación. **#ánimolidia**

Waterpolo

La Latina-Ciudad de Alcorcón recibió al Sant Feliu

■ La piscina de Santo Domingo fue el escenario de la séptima jornada de la Primera División Nacional de waterpolo femenino. La Latina-Ciudad de Alcorcón se midió a uno de los equipos más complicados de la categoría, el Sant Feliu. Las chicas han querido mostrar su mejor versión y recuperar la confianza tras la goleada encajada en Cuatro Caminos. Las alfareras, séptimas con siete puntos, tendrán enfrente al segundo clasificado, el Sant Feliu. El conjunto catalán suma 12 puntos y sólo ha caído en un partido, eso sí, lejos de su piscina. Las alcorconeras tendrán que poner especial atención en Marta Manchego que con 17 tantos es la máxima goleadora del equipo visitante.

Fútbol Sala Femenino

El Club Femenino de Fútbol Sala de Alcorcón se enfrentará con la selección antes del Mundial

■ El Alcorcón FSF ha sido el sparring de la Selección española, que se encontraba concentrada en Alcalá de Henares preparando el VI Torneo Mundial de Guatemala.

Las chicas de Alicia Morell disputaron dos amistosos antes de viajar a Centroamérica el pasado 20 de noviembre para la disputa del torneo (del 23 al 29). Y el primero de ellos ha sido contra el conjunto alfarero en el pabellón Espartales de Alcalá de

Henares. Eso sí, Ángel Saiz tuvo que reforzar su equipo con la cantera puesto que no podía contar con Belén, Isa García y Ana Luján, las tres convocadas por La Roja. Habitualmente la selección se suele enfrentar al equipo amarillo para preparar grandes torneos y en esta ocasión no iba a ser menos.

Un gran partidazo en el que comprobar el nivel de España y mucha ilusión por parte amarilla al enfrentarse a La Roja...



El equipo amarillo suele enfrentarse a la selección para preparar los grandes torneos.



A&C DENT
VVV

Les desear:
Feliz Navidad!

Clínicas Odontológicas

Martes y Jueves
Empaste+Limpieza
50€*

 **Diagnósticos Digitalizados**
 **Revisión Odontológica GRATIS**

**Financiamos
tu Tratamiento**

Av. Las Retamas, 12 Alcorcón- Madrid
Lunes a Viernes: 10:00 am-1:30pm / 4:00pm-9:00pm
Sábados: Cita Previa
* Consultar condiciones de esta promoción en nuestra clínica

916433450

Discapacitados



Varias caras nuevas reforzarán el FDI Alcorcón para la nueva temporada.

EL FDI Alcorcón se presentó el pasado mes en la Canaleja

■ La Fundación Deporte Integra Alcorcón de baloncesto en silla de ruedas se presentó el pasado mes en La Canaleja en una interactiva mañana en la que los asistentes pudieron disfrutar de exhibiciones de handbikes, balonmano y baloncesto en silla de ruedas.

Unas horas en las que el público pudo comprobar de primera mano la dificultad de hacer deporte adaptado, pues ellos mismos se subieron en las sillas de ruedas para practicar deporte. Tras ello, llegó la hora de la presentación del nuevo proyecto del FDI Alcorcón. Un proyecto con muchas novedades y en el que

se ha rejuvenecido la plantilla. En el banquillo seguirá José Miguel López y ha reforzado el equipo con siete caras nuevas: Alexis Ruiz, Diego Melchor, Yeray Muñoz, Pablo Ubnri, Esther Ramiro, Gonzalo García y Cristina Caldera. La primera piedra de toque para este nuevo FDI Alcorcón fue el sábado 8 de noviembre. Los alcorconeros se enfrentaron al Minusválidos Elche en la primera jornada liguera a domicilio de la Primera División Nacional en su grupo Sur encuentro en el que con un resultado final (39-50) deja a las claras el buen nivel de los chicos de Jose Miguel López.

Ideas para engancharse a la práctica del running en corredores principiantes



■ A lo largo de mis años entrenando a deportistas, he encontrado a muchas personas que comentan su deseo de ser runners pero que a su vez dicen sentirse incapacitadas para su realización. Salvo lesiones, patologías o ciertos factores que lo impidan, todo el mundo está capacitado para la práctica de running, solo hay que realizar el entrenamiento adecuado para cada individuo, es decir, una persona iniciada en la práctica del running, evidentemente, no debería entrenar en los primeros días tiempos largos, ya que tiene que “acostumbrar” a sus articulaciones al impacto continuado y, según el caso, al corazón y a los músculos a este cambio brusco que van a sufrir, por ello es imprescindible comenzar muy poco a poco.

La búsqueda de “excusas” es muy común entre aquellas personas que quieren ser runners pero les resulta costoso dar el primer paso en esta práctica deportiva.

Es necesario romper con esta “pereza”, y uno de los factores que la combaten es la “motivación”, pero ¿cómo encontrar nuestra motivación en esta práctica deportiva? Está claro que las motivaciones son muy personales y cada uno tenemos motivaciones diferentes, pero mi experiencia como entrenadora hace darme cuenta de que todas ellas convergen en unas pocas, y mi trabajo como tal consiste en buscar el camino más eficaz para que el futuro runner alcance su objetivo utilizando sus propias habilidades.

1) Para empezar, debemos combatir la pereza, esa falta de ganas de gastar energía. Este sentimiento es muy común debido a que, justo en el momento de salir a correr, no estamos



en cada entreno para evitar la monotonía.

6) Y si de verdad quieres engancharte a esta práctica fascinante del running, corre acompañado. Correr en grupo libera un sentimiento de bienestar, seguridad y constancia que te incentiva a su práctica continuada. La motivación se convierte en “motivación grupal” y en numerosas ocasiones permite manifestar las destrezas individuales que en solitario no se producen. Por otro lado, aprenderás otras formas de entrenamiento y tu entrenamiento parecerá más corto que si corres solo.

obteniendo ningún beneficio inmediato que nos impulse a su realización. Los beneficios se obtienen justo después de correr, y a lo largo de su práctica continuada. Un “truco” que funciona muy bien es “véstete, ponte las zapatillas y sal a la calle”, los primeros días no importa que tan solo camines, sin fijar el tiempo, pueden valer incluso 5 minutos, pero prueba a hacerlo; poco a poco tus pensamientos pueden convertirse en “ya que estoy aquí, voy a correr algo”, y con este poquito te ayudará a obtener ese refuerzo continuado.

2) Muy importante en los primeros meses del runner iniciado es no sufrir en los entrenamientos. Si después de haber combatido su pereza, sufre en sus primeros entrenamientos, lo único que conseguirá será un refuerzo negativo, y esto producirá una retirada inme-

diata en la práctica del running, por su asociación a una emoción negativa.

3) Si tu jornada laboral es muy larga, o te sientes cansado a lo largo del día porque realizas muchas actividades, busca un pequeño hueco para la práctica del running en el que te encuentres menos cansado, por ejemplo antes de ir a trabajar. Te llevará poco tiempo, sobre todo en tus primeros entrenamientos, y los beneficios obtenidos serán bastante gratificantes.

4) En cuanto a la alimentación, aunque suene tópico, es necesario llevar una dieta variada y más cuando se practica ejercicio físico. La ingesta de alimentos justo antes del running no resulta muy recomendable, ya que puede impedir el proceso normal de digestión. Si aún así resulta inevitable dicha in-

gesta, procura que sea ligera y poco abundante. Recuerda que si tienes un corte de digestión en uno de los primeros días de entrenamiento, asociarás ese día de entrenamiento con una emoción negativa, y se trata de evitar estas asociaciones.

5) Debemos asociar también con emociones positivas tu lugar de entrenamiento. Puedes practicar running en tu gimnasio en una cinta de correr, o bien en la calle. En el gimnasio, busca motivaciones en tu monitor de sala, en la compañía de otros deportistas o incluso puedes acompañar tu carrera con una música estimulante. Si tu lugar de carrera es la calle, procura buscar zonas de naturaleza, como parques, así evitarás el alto impacto del asfalto y podrás disfrutar de las vistas. De la misma manera, se recomienda cambiar la ruta

Si después de estos consejos consigues “engancharte” a este maravilloso deporte, disfrutarás de sus beneficios físicos, como la reducción del riesgo de contraer enfermedades, la mejora del sistema cardiorrespiratorio, la mejora de la calidad de los músculos y los huesos, o la pérdida de peso, y sus beneficios psicológicos, como el aumento de la autoestima, la reducción del estrés y la ansiedad, la mejora en el descanso, y el aumento de la socialización. Estos beneficios se sienten, lo sienten las personas que lo practican, y por ello no es de extrañar que existan numerosos runners, cada vez más, y que a lo largo de los años que he pasado entrenando running, escuche una frase muy común entre ellos, y es: “por qué no habré empezado antes”.

Cristina Pérez Rojo

Entrenadora, Psicóloga,
y Runner. Instructora de Running,
Fitness y Clases colectivas
en Live Sport Center



Siente la diferencia,
tu cuerpo y mente
te lo agradecerán

www.livesportcenter.com
Avda. de Las Retamas, 80 Alcorcón.
Telf: 91 644 33 41
Parking gratuito 

LIVESPORT
CENTER

Válido por 1 día de entrenamiento
gratis
Matrícula por **sólo 1€**

Ocio y tiempo Libre

Propuestas en Alcorcón

■ Iluminación de Navidad

Viernes 11 Diciembre 2015 18:30 - 19:30

Espectáculo de luces y musical, arranca la Navidad en Alcorcón.

Para todos los públicos

Plaza de España

■ Gira 50 Aniversario "Los Sabandeños"

Viernes 11 Diciembre 2015 20:00 - 21:30

Este concierto, recuerda los 50 años de vida de este multitudinario grupo musical con más de 70 trabajos en el mercado. Y uno de los mejores grupos folclóricos y con más proyección internacional.

Precio Butaca: 28€

Anfiteatro: 24€

Paraíso: 21 €

**Teatro Buero Vallejo
Avda. Pablo Iglesias, s/n**

■ Belen Viviente

Desde Sábado 12 Diciembre 2015 - 18:00

Hasta Domingo 13 Diciembre 2015 - 20:00

Un año más la Asoc Santo Domingo Santo Dominguin representarán el Belén Viviente, más de 150 personas en escena, y recreando todas las profesiones artesanales, cita ineludible de la Navidad en Alcorcón.

Plaza Reyes de España

■ Ecos del Rocío: "Mira que noche más buena 2015"

Sábado 19 Diciembre 2015 21:00 - 23:00

El mejor repertorio navideño flamenco de este reconocido grupo musical. Más de 2 horas de los villancicos de siempre.

Precio Butaca: 35€

Anfiteatro y Paraíso: 30€

**Teatro Buero Vallejo
Avda. Pablo Iglesias, s/n**

Propuestas en Madrid

Mis Primeras Cuatro Estaciones

Hasta el 24 de enero de 2016

Teatro Lara

Corredora Baja de San Pablo, 15

Fechas y horarios: 19 de diciembre, 2, 3 y 24 de enero: 12 h.

www.teatrolara.com



Swingstar

Hasta 19 de diciembre de 2015

Teatro Alfíl

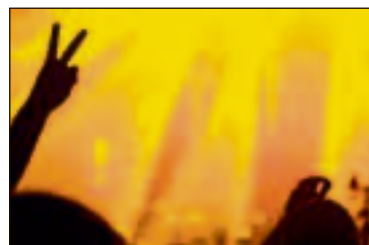
Pez, 10

Sesiones los sábados, excepto 3 de diciembre

Venta anticipada:

El Corte Inglés (www.elcorteingles.es, 902 40 02 22 y tiendas)

www.teatroalfil.es



Cantatoo

El dúo infantil presenta su musical 'Los rescatadores de la música'

con un nuevo espectáculo

Hasta 3 de enero de 2016

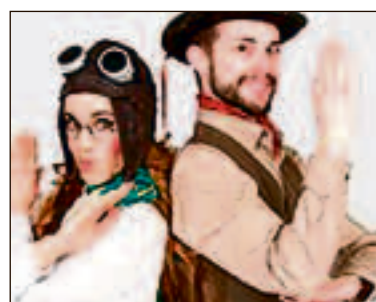
Teatro Galileo

Galileo, 39

Consultar venta anticipada

Precio venta anticipada: 12 euros

Teléfono: 91 448 16 46



Ciclo de Jazz en el Auditorio

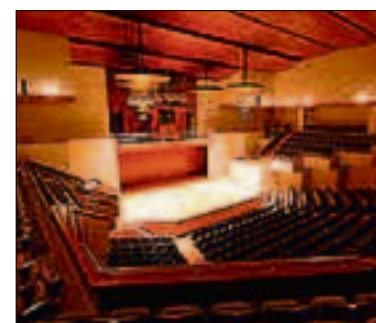
El Auditorio Nacional de Música acoge una nueva cita de Madrid con el mejor jazz del momento

Hasta 20 de mayo de 2016

Auditorio Nacional de Música

Príncipe de Vergara, 146

www.auditorionacional.mcu.es



¡Co-Co-Ua-Ua!

¡'Las tablas de multiplicar!' es el título del primer álbum de este dúo infantil

Hasta 10 de enero de 2016

Teatro La Latina

Plaza de la Cebada, 2

Hora: S y víspera de festivos: 16 h.

D y festivos: 12 h.

www.teatrolalatina.es



Los Grandes del Gospel Madrid 2015

Chicago Mass Choir, The Gospel Times y The Voices of Jubilation ponen los cantos espirituales en Navidad

Desde el 11 de diciembre hasta el 20 de diciembre

Teatro Fernán Gómez

Plaza de Colón, s/n

Horarios: De M a S: 21 h. D: 20 h.

www.teatrofemangomez.esmadrid.com/

* Vivir Alcorcón no se hace responsable de los posibles cambios de programación, recomendamos consultar con las salas, las fechas y horarios correspondientes.

SILVIA LANZA

PELUZERÍA UNISEX

RESERVA TU CITA
TLF. 91 610 76 54
C/ SAPPORO, 2 POSTERIOR

www.silvialanza.es

BLACKHAWK Servicios de Seguridad y vigilancia 24 Horas

OFERTA
Regalo de la instalación de un reloj de rondas o cámaras de seguridad CCTV

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO
91 643 18 83
www.blackhawkseguridad.es

www.blackhawksl.es
CONSERJERÍA · MANTENIMIENTOS
JARDINERÍA · LIMPIEZA DE CRISITALES
PRODUCTOS DE LIMPIEZA
91 640 28 78
Precios especiales a Comunidades

Cine y videojuegos

Cine
Estreno: 11 de Diciembre



The Salvation

Título original: The Salvation .

Duración: 92 min.

Director: Kristian Levring

Guión: Anders Thomas Jensen, Kristian Levring

Música: Kasper Winding

Fotografía: Jens Schlosser

Reparto: Mads Mikkelsen, Eva Green, Jeffrey Dean Morgan, Michael Raymond-James, Sivan Raphaely, Douglas Henshall, Mikael Persbrandt, Jonathan Pryce, Eric Cantona, Alexander Arnold, Nanna Øland Fabricius, Toke Lars Bjarke

Sinopsis

Estados Unidos. 1870. Al matar al hombre que asesinó a toda su familia, John despierta la furia del cabecilla Delarue. El apacible pionero ya no cuenta con el apoyo de los habitantes cobardes y corruptos del pueblo, tendrá que buscar al criminal por su cuenta. ¿Será capaz de devolver al pueblo su alma?

Críticas

“Un sorprendente western, duro como el pan de hace tres días y violento hasta la incomodidad”

E. Rodríguez Marchante: Diario ABC

“Con un fuerte estilo visual que pone en evidencia la pasión por el género (...) el director también aporta un temperamento lóbrego y amenazador - se diría que de un nórdico fundamentalismo”

Todd McCarthy: The Hollywood Reporter

“Kristian Levring ('The King is Alive') ha abandonado todo rastro de su paso por el movimiento Dogma 95, facturando una estilizada película de venganzas en formato panorámico”

Peter Debruge: Variety

Videojuego
Lanzamiento: 5 de Diciembre



Rock Zombie

Desarrollo: Quaternion Studio

Producción: EnjoyUp. **Jugadores:** 1

Formato: Descarga

Textos: Inglés. **Voces:** Inglés

Online: No - **Género:** Acción

También en: WiiU y PC

En Rock Zombie para Xbox One se combina la jugabilidad de los clásicos juegos de lucha arcade con coloridos gráficos en tres dimensiones en 20 niveles llenos de acción donde nos enfrentaremos a toda clase de enemigos, conduciremos vehículos y podremos desbloquear trajes y armas para nuestras tres rockeras protagonistas que han visto su concierto invadido por una horda de zombies. Para acompañar este frenético juego, además contaremos con una banda sonora que combina Hard Rock, Nu metal y Rock Alternativo que nos motivará aún más para la batalla.



Sala Cuore
Fuentelabrada

Avda de Europa N10



Sala Disco Cuore
Mostoles

Avda Alcalde de Mostoles N2

ABIERTO JUEVES, VIERNES Y SABADOS

VISPERAS DE FESTIVO

DESDE LAS 22:00 HASTA LAS 6:00 AM

Presentando este vale. Te invitamos a la 2ª Consumición



nuevo milenio

ASESORÍA PERSONAL INMOBILIARIA

*11 años en Alcorcón ayudando a nuestros
clientes a comprar, vender y alquilar*



José María
ALFARO

Elena
ALFARO



AL MEJOR PRECIO



SIN PROBLEMAS



SIN MOLESTIAS

91 689 0303

C/ Oslo, • 5 Alcorcón • Madrid
www.nuevomilenio-inmo.com