

# Sietedías

Revista municipal de Alcobendas

[www.alcobendas.org](http://www.alcobendas.org) |



## ¡La magia de la Navidad llega a Alcobendas!



Precios especiales para familias y mayores en los servicios deportivos



Disfruta este sábado de una fiesta familiar en la Plaza del Pueblo



La Avenida de la Ermita estrena su nuevo aspecto

## Oficina Municipal de Información al Consumidor (OMIC)

### HORARIO DE NAVIDAD

La Oficina Municipal de Información al Consumidor (OMIC) informa que, desde el 22 de diciembre hasta el 8 de enero de 2024, el horario de atención presencial al público será de 9 a 13:30 h, los lunes, miércoles y viernes.

Para las consultas telefónicas, el horario es, de lunes a viernes, de 9 a 13:30 h, en el número 91 663 70 01 (extensiones 4054 y 4055).

Y para consultas electrónicas, pueden dirigirse al correo electrónico [consultasconsumo@aytoalcobendas.org](mailto:consultasconsumo@aytoalcobendas.org).

### Mercadillo Municipal

Los lunes 25 de diciembre y 1 de enero, al ser días festivos, no habrá mercadillo municipal. Este volverá el lunes 8 de enero.



## Universidad Popular Miguel Delibes (UPMD)

### NUEVOS CURSOS PARA 2024

#### MAYORES DE 16 AÑOS

**Informática fácil:** del 8 de enero al 20 de marzo, lunes y miércoles, de 9:30 a 11:30 h. **Precio: 74,50 euros.**

**Aprende a realizar trámites por internet:** del 9 de enero al 21 de marzo, martes y jueves, de 17:30 a 19:30 h. **Precio: 74,50 euros.**

**Fotos con el móvil:** del 19 de febrero al 19 de junio, lunes y miércoles, de 12:30 a 14:30 h, o del 20 de febrero al 20 de junio, martes y jueves, de 17:30 a 19:30 h. **Precio: 137,50 euros.**

**Vídeo rápido y fácil con tu móvil:** del 19 de febrero al 19 de junio, lunes y miércoles, de 10:30 a 12:30 h. **Precio: 137,50 euros.**

#### CURSOS MENSUALES

**Escuela de poesía:** del 5 al 26 de febrero, lunes, de 18 a 20 h. **Precio: 27 euros.**

**Escritura creativa: cómo escribir una novela:** del 23 de febrero al 15 de marzo, viernes, 18 a 20 h. **Precio: 27 euros.**

**Plazos de matrícula:** abierto el plazo para todo el público.

### 'English Cubed'

Grupo abierto y gratuito de conversación en inglés. **Requisitos:** ser mayor de 16 años y tener buenos conocimientos de inglés.

**Fecha:** viernes 15 de diciembre, de 19 a 20 h, en la Universidad Popular Miguel Delibes.

**Plazo de inscripción:** desde el lunes 11 de diciembre.

**Información e inscripciones:** en la Universidad Popular Miguel Delibes, de forma presencial, de 9 a 14 y de 16 a 20 h, de lunes a viernes, y en el **Servicio de Atención Ciudadana (SAC)**, solo por teléfono, en los números 010 o 91 296 90 88.



## COMIENZO DE LA NAVIDAD

Parece que cada año la Navidad llega antes y con ella el consumo y la imposición del espíritu navideño ya en el mes de noviembre. Es por eso que quiero dar las gracias al Ayuntamiento de Alcobendas por no encender las luces navideñas hasta el día 15 de diciembre y lograr con ello que estas fiestas mantengan su significado. Que sigan siendo fechas especiales y que sigamos disfrutando de ellas sin llegar a cansarnos de ellas.

Además, creo que en estos tiempos, más que nunca, debemos tener presente que limitar el consumo de bienes y recursos, como es el energético, significa respetar los límites del planeta.

¡Felices fiestas! ¡Que las disfrutemos con responsabilidad!

**Celia Pulgar**

## BANCOS EN INSTALACIÓN DEPORTIVA

En la planta 1ª de la Ciudad Deportiva Valde las Fuentes todas las semanas somos muchos los padres que dejamos a nuestros hijos en la Escuela de Ajedrez. En esta planta en concreto no hay un simple banco para poder esperar a nuestros hijos, cuando por todo el polideportivo hay muchos bancos de descanso. A ver si fuera posible que en esa planta nos pusieran unos bancos.

**Una ciudadana**

## ¡HOLA, EQUIPO!

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento a todos los técnicos de la sala fitness y a las personas de la limpieza de la Ciudad Deportiva Valde las Fuentes. Vuestro dedicación y profesionalidad han hecho una gran diferencia en

mi experiencia en el gimnasio. Los técnicos deportivos han sido increíblemente amables y serviciales, siempre dispuestos a responder a mis preguntas y brindarme asesoramiento sobre cómo mejorar mi rutina de ejercicios. Vuestra pasión por el fitness es contagiosa y me ha motivado a seguir adelante incluso en los días más difíciles.

Y no puedo olvidar al personal de limpieza, quienes mantienen nuestras instalaciones impecables. Siempre encuentro el gimnasio limpio y ordenado, lo cual es fundamental para mi comodidad y seguridad mientras entreno. Vuestra dedicación y esfuerzo no pasan desapercibidos. Quiero agradecerlos por vuestro arduo trabajo y por hacer del gimnasio un lugar acogedor y agradable para los usuarios.

¡Gracias de corazón por todo lo que hacéis! Continúa con el excelente trabajo y sabed que sois apreciados.

**Lorenzo Encina**

## LIBROS QUE VUELVEN

Me dicen que estas pequeñas cabinas que había por la ciudad para dejar y recoger libros gratis se han retirado por el mal uso (se dejaban latas vacías y otros desperdicios). Pues no lo entiendo, no se retiran paredes por los grafiteros, siempre habrá gente incívica, pero no por la conducta de unos pocos tenemos que pagar los demás. Esta era una muy buena iniciativa y espero que los responsables se lo replanteen y den marcha atrás. Lo que hay que hacer es ser un poco más duros con los que se portan de manera incívica.

**Francisco Olalla**



Edita:  
Ayuntamiento de  
ALCOBENDAS

ALCALDESA  
**ROCÍO GARCÍA ALCÁNTARA**

Redacción y publicidad:  
Plaza Mayor, 1-3ª planta.  
28100 Alcobendas (Madrid).  
mc.comunicacion@aytoalcobendas.  
org. Teléfono: 91 659 76 00.

Directora:  
**Marta Carvajal**  
Subdirectora:  
**Carmen Rodríguez**  
Responsable de Publicaciones:  
**Marisa Martínez**  
Redacción:  
**Juan Carlos Herráiz**  
**Susana Longarela**  
**Pilar P. Bruna**  
Responsable de Administración:  
**Maribel Cifuentes**

Diseño:  
**Ricardo Calonge**  
**Marta Sanz**  
Fotografía:  
**Carmen Martínez**  
Corrección de textos:  
**Pedro Ignacio Gómez**

Apoyo a Redacción:  
**María Montilla**  
**Raquel Robledano**  
**Isabel Guadalix**  
Colaboración en Fotografía:  
**Javier Arcenillas**  
**Cipri Pastrano**  
Preimpresión digital:  
**Departamento de Comunicación**  
Imprime: **Rotocobri**.  
Distribuye: **Ofinotrib-Gupost**.  
Depósito Legal: M. 3.520-1986  
Tirada: **38.800 ejemplares**.  
Distribución gratuita.  
Suscríbese a **Sietedíasdigital** en  
[www.alcobendas.org](http://www.alcobendas.org)

Impreso en papel ecológico  
certificado PEFC



Ya podemos visitar belenes, deslizarnos por la pista de hielo o recorrer el Paseo de la Navidad

## Alcobendas comienza a vivir la Navidad



Deslizarnos por la pista de hielo; dar un paseo por las calles comerciales y disfrutar de las actividades de animación; celebrar por primera vez en Alcobendas las *preúvas*; recorrer la ciudad en el *Tren de la Navidad*; dar una vuelta por el nuevo *Paseo de la Navidad*; escuchar villancicos; visitar los belenes... Este año, las fiestas de Alcobendas llegan llenas de propuestas para todos los gustos y para todas las edades.

“Estas son mis primeras

Navidades como alcaldesa y estoy muy feliz de haber podido trabajar, junto a todo mi equipo, para que los vecinos de Alcobendas tengan unas fiestas navideñas sorprendentes, llenas de emoción y más especiales que nunca”, destaca la alcaldesa Rocío García Alcántara (PP).

### Las primeras actividades

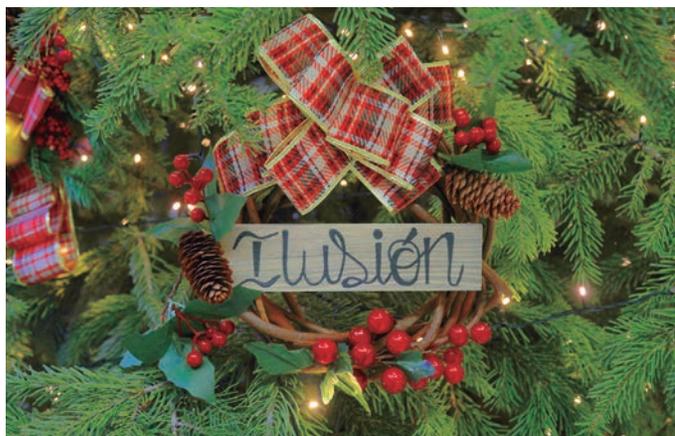
Ya se puede visitar el *Gran Belén Municipal* del Ayuntamiento, dedicado al arcángel San Gabriel y reali-

zado por la Asociación de Belenistas de Madrid.

Sin duda, una de las propuestas más divertidas de la Navidad de 2023 es la pista de hielo que se ha instalado en la explanada de acceso a la Ciudad Deportiva Valde las Fuentes. Sobre sus 450 metros cuadrados, aptos para acoger hasta a un centenar y medio de personas, se pueden deslizar patinadores con edades desde cinco años en adelante, contando la instalación con 300 pares de patines de todos los tamaños. El precio de la entrada a la pista es de seis euros y en los comercios locales adheridos a la campaña navideña se pueden recoger bonos descuento de dos euros.

Este año, se estrena en Alcobendas el *Paseo de la Navidad*. El Paseo de Valde las Fuentes y la alledaña explanada de la estación de Renfe se llenan de luces, música y color. Hay atracciones para los más pequeños, puestos con todo tipo de productos navideños, *casita de Papá Noel*, animación, visita del *cartero real* y muchas más sorpresas.

**Toda la información sobre actividades y horarios se encuentra en el espacio *Navidad en Alcobendas* de la web municipal [alcobendas.org](http://alcobendas.org).**





## TALLERES PUNTO ATENCIÓN AL EMPRENDEDOR

### Conoce como desarrollar un plan de empresa: Parte 2

14 diciembre de 2023

10:00h - 12:00h

Online



ALCOBENDAS EMPRENDE

puntopae@aytoalcobendas.org

### EVENTO

### ENCUENTRO CON CIUDADANOS



Ven y conoce el talento de los proyectos emprendedores de Alcobende

13

DICIEMBRE

11:00 - 12:30 HRS



14 de diciembre | 16:00h | presencial

### TALLER FORMATIVO

PLAN DE COMUNICACIÓN CON PERSPECTIVA DE GÉNERO

Btvr. de Salvador Allende, 27, Alcobendas

Ayuntamiento de Alcobendas

Cámara de Comercio



# ¡¡ el mercado más navideño!!



## Mercado Productores

## EN ALCOBENDAS



Alimentos frescos, ecológicos y de cercanía



PASEO DE VALDELASFUENTES (ESQUINA C/ JOSÉ DEL HIERRO)

Domingo **10** de diciembre. De 10 a 16 h



**ACTUALIDAD** | La ejecución de las obras ha sido sufragada por el promotor de la nueva edificación

## La nueva Avenida de la Ermita tiene amplias aceras y 45 plazas de aparcamiento



Desde la pasada semana, la Avenida de la Ermita luce nuevo aspecto tras una remodelación que ha eliminado la barrera que existía entre ambos carriles y ha ampliado las aceras, los viales de circulación y las plazas de aparcamiento, al ampliar el espacio público urbano. Esta remodelación se ha producido al reordenar, de acuerdo con el Plan General de Ordenación Urbana, los usos residencial y terciario de un terreno en gran parte ocupado por el antiguo vivero en una única parcela más integrada en el contexto urbano que mejora el espacio público y la movilidad de los distritos Centro y Urbanizaciones.

### Una avenida de 32 metros

Con esta obra, se ha conseguido mejorar la sección del tramo viario de la Avenida de la Ermita –que ha pa-

sado de 15 a 32 metros de anchura– y, al mismo tiempo, eliminar la barrera derivada de la diferencia de nivel existente entre los carriles de circulación en ambos sentidos.

La ejecución de las obras ha sido sufragada íntegramente por el titular de los terrenos de la parcela edificada y su coste ha ascendido a, aproximadamente, un millón de euros. Tras estos trabajos, la red viaria pública se ha ampliado en casi 2.000 metros cuadrados.

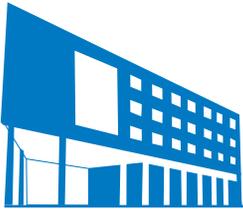
### 45 plazas de aparcamiento

En la nueva sección viaria se han dispuesto tres carriles para el tráfico de ambos sentidos, de modo que los conductores llegan a las glorietas de la Menina y de Juan Antonio Samaranch con dos carriles de circulación, para facilitar la incor-

poración a las mismas.

Tras las obras, se han triplicado las plazas de aparcamiento en la avenida. Se ha pasado de las 16 plazas que había en línea a 45 en batería, y también varias para motos en cada una de las aceras.

Asimismo, se ha ampliado el ancho de las aceras. En los pares se pasa de dos a tres metros y en los impares, junto a la nueva edificación, se ha construido una gran acera de ocho metros, en la que se han plantado 14 árboles de alineación y se ha creado un parterre ajardinado junto a la glorieta de la Menina con otros ocho árboles y tapizado con arbustos. El alumbrado existente se ha sustituido por nuevas luminarias led de alta eficiencia energética, que pueden gestionarse de manera telemática.



# CRÓNICA DEL PLENO

## Sesión ordinaria del 30 de noviembre de 2023



En su última sesión ordinaria, celebrada el 30 de noviembre, el Pleno de la Corporación ha modificado los precios públicos por utilización del Servicio de Deportes con efectos para el año 2024.

### Bono acuático familiar

Desde el 1 de enero de 2024, se podrá disfrutar del bono acuático familiar de fin de semana para fomentar una alternativa de ocio familiar saludable en las instalaciones acuáticas de la Ciudad Deportiva de Valdelasfuentes. Permite el acceso a la zona acuática, excepto a la zona de *spa*, durante los sábados, domingos y festivos. Dirigido a miembros de un mismo grupo familiar (padres e hijos hasta 17 años, inclusive), con un mínimo de

tres miembros y uno de los titulares debe estar empadronado en Alcobendas. Su precio: 30 euros/mes.

### 'Pickleball'

Otro nuevo servicio es la reserva de pista de *pickleball* en el Polideportivo Municipal José Caballero. Se trata de un deporte de raqueta de gran aceptación que combina elementos del tenis, el pádel, el bádminton y el tenis de mesa. El precio de alquiler de la pista será de 4,70 euros para abonados y de 8,40 euros para empadronados, igualando la tarifa de otros alquileres de raqueta.

### Bono mensual en la residencial

Otra novedad importante es la creación de un bono mensual en la residencia del

polideportivo, que pretende incrementar su uso y facilitar a deportistas, clubes y federaciones la posibilidad de programar concentraciones deportivas de larga duración a un precio muy competitivo: 380 euros mensuales.

### Mayores, a la piscina

Los mayores de 65 años empadronados ya no abonarán la tarifa de adultos cuando acceden a la piscina de verano del Polideportivo Municipal José Caballero para facilitar el uso a este colectivo. La modificación aprobada rebaja este precio al de la entrada de público infantil, es decir, pasa de 4,30 euros a 2,80.

### Personas con discapacidad

El acompañante de las personas con discapacidad reconocida superior al 64% podrá acceder a las instalaciones junto con el discapacitado y acompañarle en todo momento de forma gratuita. Anteriormente, abonaba por esa tarjeta de acompañante 5,30 euros.

### Tres mociones y un acto declarativo

El Pleno de la Corporación ha aprobado por unanimidad las tres mociones presentadas por la oposición:

dos ellas relativas al Distrito Centro y la tercera sobre La Carrascosa.

El grupo Más Madrid ha presentado una moción que pide la ampliación de aceras en la calle Constitución, desde la Avenida de España hasta la calle Jarama, utilizando el carril de circulación que ya no es necesario desde hace casi un año. También ha sido aprobada una moción del grupo socialista que insta al Gobierno municipal a continuar con la actuación de remodelación de la calle Marqués de la Valdavia, entre Libertad y la Avenida de España.

Vox ha presentado una moción que insta al equipo de gobierno a dotar de nuevos y eficientes accesos a los vecinos de La Carrascosa. La concejal del Distrito Urbanizaciones, Cristina Capdevila, ha asegurado que la conexión con La Solana de Valdebebas ya se estudia a nivel técnico y que será su principal salida “a medio plazo”.



En paralelo, el Ayuntamiento ha pedido al consejero de Transportes nuevas conexiones de transporte público en esta zona.

### Acto declarativo

La Corporación ha aprobado con el apoyo de todos los grupos, salvo Vox, que se ha abstenido, un acto declarativo de Futuro Alcobendas que insta al equipo de gobierno a reunirse con la Comunidad de Madrid para buscar un edificio adecuado para el futuro Centro de Salud Mental y pide continuidad con

*Los vecinos podrán disfrutar desde enero de 2024 de un bono acuático familiar de fin de semana por vez primera en la Ciudad Deportiva Valde las Fuentes*

la Asesoría Psicológica de Imagina, servicio que se ha reiniciado, y sin cita previa, desde el 1 de diciembre. La concejal de Familia y Bienestar Social, Concha Villalón, explicó que, tras las reuniones con la Consejería de Sanidad, ya se ha entregado un listado de parcelas que podrían acoger ese centro, de acuerdo con los requisitos técnicos necesarios.

## Columna **PORTAVOZ** del **GOBIERNO**



### **PARTIDO POPULAR** **Marta Martín**

Noviembre ha sido un gran mes. La buena gestión del Partido Popular nos ha permitido reducir la deuda un 40% en los primeros seis meses de alcaldía y presentar el Proyecto de Presupuestos para 2024. ¿Qué supone eso? Ahorramos 1.500.000 euros en intereses bancarios que se destinarán a bajar impuestos en 2024, a mejorar la limpieza y seguridad en la ciudad, y a mo-

derar los precios públicos del deporte para favorecer la vida saludable de las familias de Alcobendas. Mientras en La Moncloa hay un presidente que divide, miente y traiciona la igualdad de los españoles, en Alcobendas cotiza al alza la certidumbre y la buena gestión. La alcaldesa negoció acuerdos unánimes con toda la oposición para impulsar la salud mental de los ciudadanos, ampliar las aceras del Distrito Centro y mejorar las conexiones con Madrid. Mi deseo para 2024: salud y pleno empleo.



**PSOE** **PARTIDO SOCIALISTA**  
**Ángel Sánchez Sanguino**

Alcobendas se queda sin 10 millones para modernizar la ciudad. Es lo que sucede cuando gobierna el PP: mucha tijera, excepto para el álbum de fotos de la alcaldesa en SietedíaS, y poco de gobernar para la amplia mayoría de vecinos. En cambio, cuando el PSOE está al frente del Ayuntamiento la ciudad avanza. Pongo algunos ejemplos: destinamos más 6 millones para transformar la calle Marqués de la Valdavia (tal y como hicimos con Constitución) y destinamos más de 3 millones para rehabilitar pisos del barrio centro. ¿Y qué pasa ahora con estas inversiones? Pues que como reina la improvisación e inexperience de la señora García... los vecinos de Alcobendas nos quedamos sin ellas. Y es que el nuevo gobierno del PP mucho presume de dinamismo... pero se ha estancado en las concesiones a unos pocos y lamentablemente en el retroceso para todos.



**VOX**  
**Fernando Montenegro**

Apoyamos, en esta ocasión, a nuestros vecinos de La Moraleja, reflejando la necesidad urgente de habilitar accesos al desarrollo de La Carrascosa. Seis años ya sin que PP y PSOE hayan hecho nada – incluido este último gobierno PP– y era necesario tratar esta dejadez para ponerlo en marcha. Nuestra propuesta ha sido aceptada por unanimidad. Esperemos que suponga ofrecer alternativas de accesos en esa zona. Desde Vox seguiremos trabajando. El gobierno del Partido Popular en minoría, con apoyo de PSOE, Futuro Alcobendas y Más Madrid, –todos menos Vox que votó en contra–, han decidido aplicar subida de sueldo a los políticos, del Ayuntamiento. Cuando muchas familias lo pasan mal para llegar a fin de mes y en sus negocios, deberíamos reducir gasto político para bajar impuestos y aumentar renta disponible de familias y empresas. Una vez más, sólo Vox lo vio así.



**MÁS MADRID**  
**Mariano Cañas**

En el último Pleno, Más Madrid consiguió ampliar la acera de la calle Constitución entre Avda. España y Jarama. También que no penalicen con 12 euros cuando un vecino se da de baja de una actividad deportiva por motivos ajenos a él. Pedimos que se utilice la Energía Geotérmica gratuita y ecológica de nuestro subsuelo. Demandamos reparar el firme y limpiar el aparcamiento de Merca 2. Protestamos por la limpieza de la ciudad y la plaga de ratas de la calle Miraflores, por el abandono del Cementerio y para que reformen el Parque de Extremadura. En el pleno del día 15 el PP canceló un préstamo de 8 millones (con portada del SietedíaS diciendo que baja la deuda un 40%). El siguiente día 16 nos informan que pedirán 12 millones (aumento deuda al 200%). ¿Por qué no pedir 4 millones y ahorrar en intereses? Era un caro engaño para tener portada que pagan los vecinos.



**FUTURO ALCOBENDAS**  
**Aitor Retolaza**

Este pleno, sin mucha novedad. ‘Lo bueno’ lo han hecho ellos y ‘lo malo’ lo han heredado. Echamos en falta una declaración institucional con motivo del 25N, muestra del escaso interés que tiene el equipo de gobierno por los temas sociales. Futuro Alcobendas presentó un acto declarativo instando a que se trabaje en pro de la salud mental. El acto fue aprobado por mayoría, con la abstención de Vox, por lo que hemos conseguido su compromiso para reactivar la tan necesaria asesoría psicológica de Imagina, ahora, más necesaria que nunca. Y puestos a pedir, también sería importante que el pleno recuperara su esencia: ser el lugar donde se debatan las políticas del municipio. La realidad es que se ha convertido en una sucesión de intervenciones leídas en las que no se tiene en cuenta la réplica que se hace desde la oposición. Una pena.

Será este sábado, 9 de diciembre, y, además, los comercios premiarán a los clientes con una menina en forma de adorno navideño por compras superiores a 10 euros

## Fiesta familiar con el musical 'El patio de mi casa', en la Plaza del Pueblo

**En Navidad,  
tus compras y regalos  
en el comercio local  
tienen premio**



El Ayuntamiento de Alcobendas ha organizado este sábado, 9 de diciembre, a las 12 h, en la Plaza del Pueblo, una actividad festiva, dirigida al público familiar, que apoya la jornada de dinamización comercial en el Distrito Centro, cofinanciada por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (Feder).

### 'El patio de mi casa'

Se trata de un musical en formato de *cantajuegos*. Una gran fiesta organizada en el patio de una casa hará reír y cantar a pequeños y grandes, mientras descubren un mundo de fantasía con canciones infantiles, de *pop-rock* y otras de creación propia. Es una diver-

tida función en la que los niños aprenderán, a través del juego, la música y la imaginación, los valores de la amistad.

Junto a la Plaza del Pueblo, se instalará una *food truck* en la que se podrán degustar ricos y sabrosos perritos calientes y patatas fritas a precios asequibles.

### Las compras, con regalo

Durante este sábado 9 de diciembre, los clientes del pequeño comercio del Distrito Centro inscritos en la campaña municipal navideña tendrán un premio muy especial por las compras que superen los 10 euros: una menina en forma de adorno navideño.

Esta promoción, sujeta a

fin de existencias, apoyará la dinamización del comercio en este distrito en plena campaña navideña, operación subvencionada con el Feder y ejecutada recientemente en la calle Constitución.

En este importante eje comercial del Distrito Centro se ha instalado una red wifi municipal en todo su entorno, que facilitará la implantación de un portal electrónico de comercio para difundir campañas de *marketing*, promociones y otros recursos que pueden definir los propios comerciantes. Esta actuación ha supuesto una inversión de 579.582 euros, cofinanciados al 50% por el Feder.

### Prioridad: Distrito Centro

El equipo de gobierno está priorizando inversiones y actuaciones en el Distrito Centro desde diferentes servicios municipales. Ha reforzado la limpieza y la retirada de residuos; se calmará el tráfico en el tramo remodelado de Constitución; se instalarán cámaras de videovigilancia para aumentar la seguridad, y se va a impulsar una consulta entre ciudadanos y comerciantes sobre la peatonalización durante los fines de semana.

TU ALCALDESA TE ESCUCHA

# Alcobendas, una ciudad accesible y con peñas deportivas de todos los colores



Hablar sobre lo que pasa en nuestra ciudad, proponer mejoras, ideas, proyectos... o, simplemente, saludar a la alcaldesa, Rocío García Alcántara (PP). Es lo que hacen ya muchos vecinos, emprendedores, asociaciones, entidades... que, cada semana, se acercan hasta el Ayuntamiento.

## Alcobendas, accesible

Esta semana, por ejemplo, ha venido a saludar a la alcaldesa Asunción, una vecina de 83 años.

Han charlado sobre la accesibilidad en el municipio, ya que Asunción tiene una discapacidad física y ha insistido en la importancia de que las calles, las aceras, los bordillos y los accesos a edificios estén adaptados para poder circular con una silla de ruedas. La alcaldesa le ha asegurado que desde el

Ayuntamiento se trabaja para conseguir que Alcobendas sea una ciudad cada vez más accesible para todos, y que los técnicos municipales de Bienestar Social la podrán orientar, siempre que quiera, en cualquier tipo de consulta o de ayuda que necesite por su situación.

## Peña Madridista

Y aunque la alcaldesa es una reconocida seguidora

del Atlético de Madrid, esta semana también ha recibido con mucho cariño a Gabriel y a Luis, presidente y vicepresidente, respectivamente, de la Peña Madridista de Alcobendas, que han venido acompañados de Francisco, el anterior presidente. La peña cuenta actualmente con 60 socios en nuestra ciudad y están buscando un local donde instalar su sede. Rocío García ha podido charlar con ellos sobre una de sus grandes pasiones, el fútbol, y de la eterna rivalidad entre los dos clubes madrileños. La alcaldesa está segura de que, en este caso, la relación será siempre muy cordial y colaborativa.

**Si quiere participar en un encuentro con la alcaldesa, solo tiene que escribir un correo a [alcaldia@aytoalcobendas.org](mailto:alcaldia@aytoalcobendas.org).**



## ALCOBENDENSES CON TALENTO

## Julián Caballero Aguado, el gran 'cronista' de Alcobendas

Podemos asegurar, sin ninguna duda, que Julián Caballero Aguado, procurador de profesión e investigador, estudioso y escritor por afición, es la persona que más conoce de la historia de nuestra ciudad. De familia alcobendense y ligado siempre a nuestra ciudad, en 1999 publicaba su primer libro, *Historias del Antiguo Alcobendas*, gracias al cual descubrimos a grandes personajes históricos del municipio, como un decano del colegio de abogados en el Trienio Liberal o un general héroe en la guerra de Cuba.

### Escritor incansable

Conocido también por los artículos que publicaba en las revistas *Alcobendas* y *Todo Alcobendas*, Julián siempre nos ha guiado con maestría por el pasado del municipio. Desde la historia de la aparición milagrosa de la Virgen de la Paz en el siglo XII, a anécdotas muy curiosas, como que en Alcobendas se puso en marcha el primer cine estable de la Comunidad de Madrid. “La curiosidad se convirtió en afición y, sacándole tiempo al tiempo, publiqué mi primer libro de historia de Alcobendas”, nos contaba hace tiempo.

Siguió escribiendo *Historia de la villa de Alcobendas* y *Alcobendas Taurina*, donde



da un repaso a la evolución de esta afición, que varios documentos del Archivo de Simancas datados en 1516 y 1627 situaban ya en Alcobendas en aquella época.

### Su último libro

Y como su curiosidad por nuestra ciudad no se agota, Julián acaba de publicar su última obra, *Milagro en Alcobendas*, una novela histórica donde unos amigos coinciden en un viaje por Tierra Santa y, a propósito del milagro de las bodas de Caná, uno de ellos narra el que,

también con el vino como protagonista, tuvo lugar en Alcobendas en el siglo XVII. La alcaldesa, Rocío García Alcántara (PP), ha felicitado en persona a este gran *cronista* por su interés por Alcobendas y su nuevo libro. “Quiero agradecer su muestra de cariño y afecto por regalarme un ejemplar –ha señalado–. La cultura es fundamental para una ciudad culta, libre, próspera y llena de ideas”. Deseamos que su curiosidad continúe y nos siga descubriendo secretos y anécdotas de nuestra ciudad.

**SALUD** | Consejos para una dieta saludable durante las fiestas navideñas

## También en Navidad, cuida tu alimentación, cuida tu salud

El Servicio Municipal de Salud nos ofrece unas sencillas recomendaciones para disfrutar de estas Navidades de manera saludable:

- Fuera de los días señalados, no cambies tus hábitos de alimentación. No debes hacer ni una dieta estricta ni hartarte de sobras. El ayuno antes de una comida copiosa, lejos de compensar el atracón, lo fomenta.

- Aumenta el ejercicio habitual con treinta minutos más diarios para compensar las calorías extras.

- Planifica la compra y piensa en un menú que sea equilibrado. Si el plato principal es muy graso, prepara entrantes y acompañamientos vegetales. Ten en cuenta a los familiares diabéticos, hipertensos, celíacos, alérgicos...

- No dejes de tomar fruta.



Los postres dulces, mejor que sean caseros; así reducimos el contenido de azúcar y grasas.

- Sustituye las salsas industriales por otras caseras a base de hortalizas, hierbas aromáticas, limón, yogur desnatado y vinagretas.

- La mejor bebida es el agua. El alcohol sólo aporta calorías vacías y ningún beneficio para la salud.

- Mientras cocinas, evita los picoteos: todo suma.

- Come despacio y evita grandes cantidades. No es necesario probarlo todo.

- Intenta mantener horarios de descanso saludables; controla el estrés en estos días tan intensos.

Convierte estos consejos de Navidad en propósitos para el nuevo año y tu salud te lo agradecerá.

## En Navidad, el alcohol, con responsabilidad

Desde el Centro de Tratamiento de Adicciones (CTA) del Servicio Municipal de Salud nos ofrecen algunas recomendaciones para hacer un consumo responsable del alcohol y ser mejor ejemplo para nuestros menores:

- Reducir el consumo de alcohol durante la comida o cena, ponernos un límite. Además, así aprenderán nuestros hijos que hay que saber controlar.

- Podemos incorporar otro tipo de bebidas que no sean alcohólicas en las celebraciones; no solo se celebra con alcohol.

- Rechazar beber si no nos apetece. Los menores aprenderán así a decir que no.

- Evitar ofrecer alcohol a los menores y no justificarnos con expresiones como: “por una vez al año que bebes, no pasa nada”, “es un día especial”, “es mejor que beba con nosotros, así le enseñamos a hacerlo”. Estas frases solo confundirán a nuestros hijos y comenzaran a asociar el alcohol a los momentos de diversión.

- No conducir nunca después de haber bebido. Así aprenderán de los adultos conductas responsables.

**BIENESTAR SOCIAL** | Un espacio de escucha, apoyo y orientación

## Nuevo servicio de asesoramiento psicológico para personas mayores



El Ayuntamiento de Alcobendas pone en marcha un servicio de asesoramiento psicológico gratuito para las personas mayores a partir de los 65 años. Consistirá en un espacio de

escucha, apoyo y orientación, en el que se facilitará un sostén para el afrontamiento de situaciones vitales difíciles, cambios en el estado de ánimo, pérdidas de salud, pérdidas perso-

nales, resolución de conflictos, detección y prevención de la soledad no deseada o acompañamiento a las personas cuidadoras

En esta misma línea, a partir de enero, se contará con otro tipo de espacios –con formato grupal– en los que incidir sobre la salud psicológica de las personas mayores.

### Con cita previa

El nuevo servicio de asesoramiento psicológico funcionará con cita previa. Debe solicitarse por teléfono o de manera presencial en los centros de mayores de Alcobendas.

## ‘Cuidando al cuidador’, un taller preventivo

Acompañar y apoyar a las personas cuidadoras ofreciéndoles pautas y herramientas para enfrentarse a la tarea de cuidado; ayudarles a mejorar su bienestar emocional y a reducir las emociones negativas que les acompañan (tristeza, ira, soledad, culpa, frustración). Esos son los objetivos principales del nuevo taller que pone en marcha el Ayuntamiento: *Cuidando al cuidador*.

Otro de los fines de esta iniciativa de carácter preventivo es ofrecer a los cuidadores un espacio de encuentro donde sentirse comprendidos, escuchados y apoyados y en que puedan compartir sentimientos con otras personas con situaciones, preocupaciones y miedos similares a los suyos.

El taller se impartirá de enero a mayo de 2024, los miércoles, de 10 a 11 h, en el Cen-



tro Municipal de Mayores Pedro González Guerra. Las inscripciones se pueden realizar del 11 al 22 de diciembre, de forma presencial, en los centros municipales de mayores, o a través del teléfono 607 651 107.

**INFANCIA** | El viernes 15 y el sábado 16 de diciembre, en el Centro Cultural Pablo Iglesias

## ‘Alcobendas en Pañales’ muestra a los pequeños de la casa ‘Los colores del abejaruco’

Los días 15 y 16 de diciembre, *Alcobendas en Pañales* nos ofrecerá *Los colores del abejaruco*. Se trata de una narración oral animada con elementos visuales, a cargo del colectivo Creativiteka, en la que los más pequeños disfrutarán con la musicalidad y la armonía.

Se realizará en el Centro Cultural Pablo Iglesias: el viernes 15 de diciembre, a las 17 h, para bebés de 18 a 36 meses, y a las 18:10, para bebés de 10 a 18. El sábado 16 se realizará un pase a las 17 h para bebés



de 18 a 36 meses y otro, a las 18:10, para los de 10 a 18 meses.

### Plazas limitadas

Cada pase cuenta con plazas limitadas, que se cubrirán por orden de inscripción. Los interesados deben realizar la inscripción a partir del martes 12 de diciembre en el Servicio de Atención Ciudadana (teléfonos 010 y 91 296 90 88).

Por motivos de aforo, cada menor podrá acceder a la sala acompañado únicamente de un adulto.

## ‘Cuentacuentos’ infantil

El sábado 16 de diciembre, a las 12 h, se presenta en Espacio Miguel Delibes *El viaje de Uyay*, una actividad de narración oral para público familiar dirigida niños de tres a siete años acompañados de un adulto. Las

inscripciones, de carácter gratuito y con un máximo de dos niños por persona –excepto las familias numerosas–, se realizarán el viernes 15 de diciembre, de 9 a 21 h, en el teléfono de la mediateca 607 653 459.



## A ti poesía y el fracaso del diablo

Jesús Pedro Hontoria Caballo



## Presentación literaria

El escritor y vecino de Alcobendas Jesús Pedro Hontoria presenta *A ti poesía y el fracaso del diablo*, un libro compuesto por poemas dedicados a la poesía. Incluye algunos dedicados a objetos, animales y profesiones y una obra de teatro con motivos navideños. La presentación de esta obra tendrá lugar el miércoles 13 de diciembre, a las 19 h, en el Centro Cultural Pablo Iglesias. La entrada es libre, hasta completar aforo.

# El colegio público Valdepalitos abrirá los días no lectivos de los meses de diciembre y enero



El Ayuntamiento abrirá el colegio público Valdepalitos los días 26, 27, 28 y 29 de diciembre y 2, 3, 4 y 5 de enero, días laborales no lectivos, para que las familias con niños en Infantil y

Primaria puedan conciliar. El centro abrirá desde las 7:30 hasta las 18:30 h, con horario flexible de entrada – hasta las 9:30 – y de salida – de 14 a 14:30, de 16 a 16:30 y de 18 a 18:30 h–. Ofrecerá

servicio de comida y tentempiés a media mañana y a media tarde, y actividades lúdicas y educativas.

El precio es de 11,15 euros por día para escolarizados o para empadronados en Alcobendas o con tutores trabajando en empresas con *Convenio por el Fomento del Empleo*.

Las inscripciones, obligatorias para participar en el programa, se realizan hasta el martes 19 de diciembre – exclusivamente en la *Sede Electrónica* del Ayuntamiento de Alcobendas– especificando los días en que van a participar.

**BREVES. TALLER DE ARTE EN FAMILIA.** El sábado 16 de diciembre tendrá lugar una nueva actividad para disfrutar en familia: *Encajarte*. Los asistentes podrán realizar instalaciones artísticas con un material sencillo: cientos de cajas de cartón, como piezas *Lego* gigantes, al más estilo *arte povera*.

Siguiendo la estela del artista plástico Pablo Curutchet, habrá dos pases: el primero de ellos, a las 11, h para niños de cuatro a nueve años, y el segundo, a las 12:30, para los de ocho a 12. En ambos casos, tienen que ir acompañados por un adulto. La actividad se llevará a cabo en el Centro de Arte Alcobendas, es gratuita y las inscripciones, que serán telefónicas (Servicio de Atención Ciudadana: números 010 y 91 296 90 88), comenzarán el martes 12 de diciembre para los empadronados y el jueves 14 para los no empadronados, hasta cubrir las 13 plazas infantiles por turno.

**‘MIÉRCOLES EN ABIERTO’.** ¿Es arte la moda? ¿Hay artistas que hacen arte y moda al mismo tiempo? ¿Cómo han contribuido al proceso de ligar moda y arte? Estas preguntas las resolverá Pedro J. Jiménez en la charla titulada *Esto no es una conferencia de moda*, dentro de *Miércoles en Abierto*, el 13 de diciembre, a las 18 h, en la sala *El Cubo* de Espacio Miguel Delibes. Pedro J. Jiménez es licenciado en Historia del Arte y experto en arte contemporáneo y diseño de exposiciones. La entrada a la charla es libre, hasta completar aforo.



**IMAGINA** | Pueden participar en un campamento de 'e-sports' y videojuegos y en un 'cluedo'

## Planes divertidos para que los jóvenes celebren la Navidad en Alcobendas



Imagina ha organizado para estas Navidades varias actividades muy divertidas para que los jóvenes puedan disfrutar con sus amigos y conocer a gente nueva.

Para jóvenes de 14 a 20 años, propone en las instalaciones de Case Esports (Camino Viejo, 13) *Imagina E-Sport Bootocamp*, un campamento inmersivo para practicar *e-sports* (ciberdeportes o deportes

electrónicos) y videojuegos. Habrá dos turnos: **del 26 al 29 de diciembre**, de 10 a 14 h, para jóvenes de 14 a 17 años, y de 16 a 20 h, para los de 18 a 30 años; **y del 2 al 5 de enero**, de 10 a 14 h, para jóvenes de 14 a 17 años, y de 16 a 20 h, para los de 18 a 30 años.

El precio es de 45 euros para empadronados, de 54 euros para personas que estén trabajando o estudiando

en Alcobendas y de 90 euros para el público general. Las inscripciones se pueden hacer en el Servicio de Atención Ciudadana (SAC) desde el lunes 11 de diciembre (para los no empadronados, desde el miércoles 13).

### 'Cluedo' navideño

Los mayores de 16 años podrán participar en el *cluedo The Grinch among us* el miércoles 27 y el jueves 28 de diciembre, de 17 a 21 h (un pase cada hora), en Imagina. Hay que encontrar al *grinch* para evitar que acabe con la Navidad. El precio es de 15 euros por persona y la entrada se puede comprar en la web de Experiencity-Tu agencia de experiencias (experiencity.es).

**Más información:** en [imaginalcobendas.org](http://imaginalcobendas.org).

## Nuevo taller de radio de los niños de 'La Pecera'

Los niños del proyecto municipal de atención socioeducativa *La Pecera* han comenzado una nueva actividad. Se trata de un taller de radio donde, mensualmente, realizarán entrevistas y debatirán sobre temas de interés general. Posteriormente, se publicará en un canal propio de la plataforma YouTube.

*La Pecera* es un espacio de encuentro para más de 70 niños de seis a 12 años que, por circunstancias personales, familiares o derivadas de su entorno social, requieren un apoyo personalizado y socializador.



**MUJER** | Homenaje a una mujer pionera e impulsora del movimiento asociativo femenino

## La huerta de la Casa de la Mujer se llama ‘María Cañizares Garrido’



Desde esta semana, el espacio al aire libre de la Casa de la Mujer ‘Clara Campoamor’ dedicado a tareas hortícolas se llama *Huerta de María Cañizares Garrido*, en homenaje a esta vecina pionera de nuestra ciudad. La alcaldesa de Alcoben-

das, Rocío García Alcántara (PP), ha descubierto la placa conmemorativa de esta denominación junto al esposo, hijas y hermana de María Cañizares. María, fallecida en mayo de 2022, fue una mujer pionera, reivindicativa e

impulsora del movimiento asociativo de Alcobendas en sus inicios. Tesorera de la Asociación Mujer y Cultura, una de las primeras asociaciones de mujeres de Alcobendas, trabajó para que ellas ocuparan puestos que antes la sociedad les negaba. Además, fundó la Asociación de Mujeres para la Democracia, otro colectivo encaminado a lograr la igualdad entre mujeres y hombres.

Asimismo, fue impulsora de la actividad de *Huerta* en la Casa de la Mujer, coordinando durante años a todas las que asistían a unas tareas que siempre entendió como terapéuticas y de trabajo colaborativo para todas sus participantes.

## Homenaje a los maestros que se jubilan

La alcaldesa de Alcobendas, Rocío García Alcántara (PP), y el concejal de Educación, Fernando Martínez, han homenajeado a 19 maestros y maestras de los centros de Educación Infantil y Primaria y de los institutos de Enseñanza Secundaria que se jubilan este año 2023. La alcaldesa se ha dirigido a ellos poniendo de relieve la impronta que dejan en sus alumnos –de varias generaciones de alcobendenses– y les ha invitado a seguir participando en la vida de Alcobendas y a compartir con la ciudad toda su experiencia y sabiduría.





## ‘Concierto de villancicos tradicionales’

El jueves 14 de diciembre, a las 19:45 h, la Coral de Alcobendas ofrece en la iglesia de San Agustín (c/ Constitución, 106) su clásico *Concierto de villancicos tradicionales*, en el que interpretará un repertorio navideño español e internacional (*La marimorena, El tamborilero, Campana sobre campana, Hacia Belén va, Jingle bells...*).

### FAMILIARES DE ENFERMOS DE ALZHEIMER.

Organiza un *festival de danza de Navidad benéfico* el viernes 15 de diciembre, a las 19 h, en La Esfera. Entrada: 5 euros (venta: en taquilla, una hora antes del comienzo). La recaudación se destina a la prestación de servicios a familias que viven esta realidad.

### CULTURAL DE ALCOHÓLICOS.

Realiza un *rastrillo solidario* el sábado 9 y el domingo 10 de diciembre, de 9 a 14 h, en su sede (c/ Imaginación, esquina a Avenida de la Magia). La recaudación se destinará a la rehabilitación de sus enfermos.

### ALCOBENDAS WORDPRESS.

Organiza el martes 19 de diciembre, a las 18 h, en la sede del Distrito Centro, un *encuentro* para abordar temas de *marketing, ventas y tecnología* para la captación de nuevos clientes.

**ARTISTAS DEL PUEBLO.** Organiza el *Paseo del Arte y la Artesanía* el domingo 10 de diciembre, de 11 a 14 h, en la Plaza del Pueblo.

**TEATRO LA ALEGRÍA.** Necesita *personas de 11 a 90 años* a las que les guste el teatro. Más información: en el Centro Mu-

nicipal de Personas Mayores de la calle Orense, 7 y en el teléfono 622 212 424.

**AEMA.** Representa la zarzuela *El Café de la Rima Ondulante* el sábado 9 de diciembre, a las 19 h, en el Auditorio Paco de Lucía. Entrada: 5 euros (reservas: en [aemalcobendas@yahoo.es](mailto:aemalcobendas@yahoo.es); recogida: una hora antes del comienzo).

**LAMIADANSSA.** Realiza el jueves 14 de diciembre, a las 19:30 h, en La Esfera, la gala *Antología de la danza española*, con fragmentos de obras de danza española, música clásica, zarzuela, pasodoble y ópera, entre otras interpretaciones. Entradas: 5 euros (venta: a través de los *whatsapp*s 635 492 881 y 615 294 542 y del correo electrónico [multiespacio@lamiadanssa.com](mailto:multiespacio@lamiadanssa.com)).

**ALCOLAR.** Celebra un *mercadillo benéfico* el miércoles 13 de diciembre, de 16 a 19 h, en la Casa de las Asociaciones. La recaudación de fondos se destina al viaje de fin de curso del colegio Menéndez Pidal.

**ACOM.** Organiza el *mercadillo El Desván* el sábado 9 de diciembre, de 10 a 14 h, en Plaza

de Felipe Álvarez Gadea (iglesia de San Pedro), con artículos de segunda mano (ropa, libros, juguetes, zapatos...).

**CLUB 65.** Realiza un *recital de poesía* el jueves 21 de diciembre, a las 17:30 h, en el Centro Municipal de Personas Mayores de la calle Orense, 7.

**ARTE 4.** Ofrece el miércoles 13 de diciembre, a las 10 h, la charla *El origen de la democracia*, a cargo de Jesús Palomar, en la Casa de las Asociaciones.

**AMIA.** Organiza *Arteterapia Mandalas* los martes 12 y 19 de diciembre, a las 19 h (precio: 5 euros; inscripciones: en el teléfono 639 333 141); *Meditación en grupo* (gratuito), los lunes 11 y 18 de diciembre, a las 19:30 h; y la charla *Somos lo que comemos*, el jueves 14 de diciembre, a las 19 h (entrada libre). Todas las actividades se realizan en la Casa de las Asociaciones.

**ARTISTAS DEL PUEBLO Y ACONTRALUZ.** Exponen del 13 de diciembre al 13 de enero, en el Centro Cultural Anabel Segura, las fotos de los ganadores y seleccionados del *XIII Concurso de Fotografía Ciudad de Alcobendas*.

## Ya se puede recoger la ‘Guía de juegos y juguetes AIJU’ en la Ludoteca del Polideportivo Municipal

Un año más, la Ludoteca Municipal del Polideportivo Municipal José Caballero pone a disposición de los vecinos la *Guía de juegos y juguetes AIJU* en su 33ª edición. Se puede recoger de manera presencial o solicitar un ejemplar –digital o en papel– a través del correo electrónico [ludoteca.pjc@aytoalcobendas.org](mailto:ludoteca.pjc@aytoalcobendas.org).

Desde hace 33 años, el Área Pedagógica de AIJU edita esta guía con el fin de ofrecer a los consumidores información detallada y útil sobre juegos y juguetes de

calidad que resulten adecuados a las necesidades psicopedagógicas y lúdicas de sus destinatarios.

Los contenidos están realizados por un equipo de doctores y licenciados en Pedagogía, Psicología y Sociología; especialistas en investigación de mercados; profesores, educadoras infantiles...

La *Guía AIJU* –única en el contexto nacional y avalada por instituciones de consumo– incluye un estudio realizado a 2.800 familias con hijos de cero a 12 años.



En ella, además de la información sobre juguetes, se pueden encontrar artículos sobre los efectos de la falta de juego en la infancia.

## El jueves 14 de diciembre, conducida por Jesús Álvarez y con la actuación de Dani Delacámara Alcobendas celebra su ‘Gala del Deporte’



El jueves 14 de diciembre, a partir de las 19 h, tendrá lugar en el Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas la *Gala del Deporte 2023*, un acto que supone un merecido reconocimiento a los mejores deportistas, a los valores del deporte y a aquellos que apoyan de distintas formas la práctica deportiva.

Conducida por el legendario presentador deportivo Jesús Álvarez, el acto contará también con la divertida presencia del

*monologuista* Dani Delacámara, que intervendrá varias veces durante el mismo. Y, entretanto, pasarán por el escenario a recoger sus galardones personas como los futbolistas Mario Suárez (destacado por su trayectoria deportiva) y Lucas Vázquez (mejor deportista internacional) o leyendas y *embajadores del deporte* de Alcobendas como Javier Beirán (campeón del mundo de baloncesto), Jaime Nava (excapitán de la selección española de rugby) y Jesús Tortosa Cabrera (campeón del mundo y de Europa de taekwondo). También habrá reconocimientos para el deporte de base, para los medallistas, para medios de comunicación que promueven el deporte, para entrenadores, para los equipos más destacados... para todos aquellos que, en definitiva, han llevado y siguen llevando el nombre de Alcobendas por todo el mundo.

## TRABAJO OFERTA

### BOLSA DE EMPLEO

AGENCIA DE COLOCACIÓN MUNICIPAL

**Instalador/mantenedor eléctrico** para sistemas de protección contra incendios. Oficial de 1ª. FP de instalaciones electromecánicas. Carné de conducir. Movilidad geográfica. [info@pacisa.es](mailto:info@pacisa.es).

**Enfermero/a generalista** para centro médico. Diplomatura o grado en Enfermería. Turno de tarde, de 15 a 21 h, de lunes a viernes, y sábados alternos, de 9:30 a 14 h. Alcobendas. [cristinafisis@centroclinicolachopera.com](mailto:cristinafisis@centroclinicolachopera.com).

**Encargado de fabricación.** Experiencia mínima de 5 años en fabricación por mecanizado en diferentes materiales, especialmente piezas de *decoletaje*. Jornada completa. Alcobendas. [info@speedrill.com](mailto:info@speedrill.com).

**Mecánico/a de automoción.** Oficial de 1ª o 2ª. Experiencia mínima de un año. FP Grado medio. Carné de conducir. Jornada completa. Alcobendas. [rrhh@esbartolome.es](mailto:rrhh@esbartolome.es).

**Contable fiscal** con experiencia. Conocimiento de programa contable SAGE. Jornada completa. Alcobendas. [organizacion@sanabresa.net](mailto:organizacion@sanabresa.net).

**Estudiante avanzado o profesor/a de Corrección de textos, Filología o Lengua.** 689 996 218.

Estas son algunas de las ofertas que se han gestionado en la Bolsa de Empleo y que no han

sido cubiertas con las personas inscritas y dadas de alta.

Puede consultar más ofertas en [alcobendas.org](http://alcobendas.org), dentro de la sección *Empresas, Empleo y Comercio*, en *Bolsa de Empleo*, <https://alcobendas.portalemp.com/>.

### DEMANDA

**Limpio** escaleras y cuidado a personas mayores. 632 212 818.

**Limpio** y plancho, fines de semana inclusive. 638 049 101.

**Limpio** y cuidado a personas mayores por horas. Fines de semana y festivos inclusive. 642 565 049.

**Cuido** a personas mayores, experiencia en alzhéimer. 636 625 994.

**Limpio** y cuidado a personas mayores. Interna o externa por horas. Inclusive fines de semana y festivos. 624 875 433.

**Limpio** y cuidado a personas mayores. Externa por horas, inclusive festivos y fines de semana. 624 435 047.

**Cuido** a personas mayores y limpio. Externa por horas, inclusive fines de semana. 642 533 157.

**Plancho** y limpio. Por horas, inclusive fines de semana. 699 800 575.

**Limpio.** Por horas, solo mañanas de lunes a viernes. 633 662 309.

**Limpio** o en hostelería *office*. Externa por horas. 661 967 806.

**Cuido** a personas mayores, con título sociosanitario y manejo de grúa. 638 710 122.

**Limpio**, cuidado a niños o a personas mayores; camarrera. 692 719 722.

**Cuido** a personas mayores, con movilidad reducida. Externa, fines de semana y por las noches. 603 136 416

**Podólogo** a domicilio. Corte y fresado de uñas, elimina-

ción de durezas, uñas encarnadas, papilomas, hongos, estudio de la pisada, fabricación de plantillas y separadores de silicona. 616 138 253.

**Fisioterapeuta** a domicilio. Rehabilitación, terapia manual, ejercicio terapéutico. 660 779 027.

**Limpio** por zona de Fuente Lucha por las mañanas. 610 248 070.

**Telefonista** o recepcionista, teleoperadora, dependienta, auxiliar de clínica o de farmacia y llevar niños al colegio. 679 690 287.

**Limpio** escaleras, cuidado a niños y a personas mayores. 632 212 818.

### VIVIENDAS VENTAS

Vendo **pisos**, entreplanta, 2 habitaciones, salón, cocina y patio trasero. 616 906 491.

### ALQUILER

Busco **habitación**, c/ Salamanca de Alcobendas o alrededores. 622 937 203.

Alquilo **habitación**, en Alcobendas. 699 800 575.

Alquilo **apartamento** en Arcones (Segovia), meses de verano: junio, agosto y septiembre. 2 habitaciones, con ducha, salón comedor y cocina americana. 650 €. 699 859 503.

Alquilo **habitación**, en piso compartido, c/ Marqués de la Valdavia, 98. Derecho a todos los servicios. 669 591 872.

### TERRENOS Y LOCALES

Alquilo **plaza de garaje**, c/ La Paz. 696 319 315.

Vendo **plaza de garaje** grande, c/ Jarama. 609 216 304.

Vendo **plaza de garaje**, Paseo de la Chopera, 110. 10.000 €. 699 327 778.

Cesión/venta de **plaza de garaje**, Plaza de Pablo Picasso. Precio marcado por el Ayuntamiento. 678 800 960.

Alquilo **plaza de garaje**, c/ Fayón, junto a la comisaría. 50 €. 649 275 112.

Alquilo **plaza de garaje**, zona Arroyo de la Vega. 633 524 903.

Alquilo **local**, San Sebastián de los Reyes, 110 m<sup>2</sup>, toldos y cierres eléctricos, reformado, luminoso, adaptado para personas con movilidad reducida y con escaparate. 616 138 253.

Alquilo **plaza de garaje**, para motos grandes, zona bingo de Alcobendas, puerta automática, solo una planta, recién asfaltado. 40 €. 641 108 329.

Alquilo **plaza de garaje** doble, Paseo de la Chopera, 98. 690 843 792.

Alquilo **trastero**, zona centro de Alcobendas. 627 711 614.

Alquilo **plaza de garaje**, zona La Menina. 606 568 088.

Vendo **plaza de garaje**, c/Jarama. 630 863 553.

Vendo **plaza de garaje**, para coche y moto, c/ Marqués de la Valdavia, 48. 677 648 891.

Alquilo **plaza de garaje**, Junto a Renfe Valde las Fuentes. 40 €. 644 260 715.

Vendo **trastero**, San Sebastián de los Reyes. Alto 1,72 m y 16 m<sup>2</sup>. 16.000 €. 653 610 878.

Vendo **local**, galería comercial de c/ Constitución, puesto 44. Preparada como zapatería, con maquinaria. 6.000 €. 699 700 396.

### VARIOS

Vendo **dos estanterías**, unidas por parte superior, formando 2 arcos. 168 cm de ancho, 220 cm de alto y 22 cm de profundidad. Estilo clásico. 300 €. 650 748 489.

Vendo **iPhone 12** de 64 gb nuevo, sin usar, en caja original. 628 263 013.

Vendo **objetos varios**, batidora, plancha, freidora, platos, vasos, copas... 626 117 775.

Vendo **silla de ruedas**, desmontable. 500 €. 673 582 833.

**SÁBADO 9****10 H. PLAZA DE LA IGLESIA  
EL DESVÁN**

Mercadillo organizado por la Asociación Cultura y Ocio de la Comunidad de Madrid (ACOM).

**19 H. CENTRO DE ARTE  
ALCOBENDAS  
ZARZUELA INÉDITA**

Representación del estreno de la zarzuela *El Café de la Rima Ondulante*. Organiza: AEMA. Entrada: 5 euros.

**12 H. PLAZA DEL PUEBLO  
FIESTA FAMILIAR**

Espectáculo infantil *El patio de mi casa* y fiesta para toda la familia con animación, juegos, *food trucks*...

**SÁBADO 9 Y  
DOMINGO 10****10 H. CALLE IMAGINACIÓN  
RASTRILLO SOLIDARIO**

Organizado por ACAA.

**17 H. CENTRO DE MAYORES DE  
LA CALLE ORENSE****BAILE DE MAYORES**

Entrada libre.

**DOMINGO 10****10 H. PASEO DE  
VALDELASFUENTES  
MERCADO DE PRODUCTORES  
ESPECIAL NAVIDAD**

Mercado sostenible de productores locales. Con música en vivo y animación para los más pequeños.

**11 H. PLAZA DEL PUEBLO  
PASEO DEL ARTE Y  
LA ARTESANÍA**

Obras de artistas locales y piezas de artesanía. Organiza: Artistas del Pueblo.

**MIÉRCOLES 13****18 H. ESPACIO MIGUEL DELIBES  
MIÉRCOLES EN ABIERTO**

Pedro Jesús Jiménez, licenciado en Historia del Arte y experto en Museología del Arte Contemporáneo, hablará de *Esto no es una conferencia de moda*. Entrada libre.

**19:30 H. CENTRO CULTURAL  
ANABEL SEGURA**

**EXPOSICIÓN DE FOTOGRAFÍA**  
Inauguración de la exposición del *Concurso de Fotografía Ciudad de Alcobendas* que organizan Artistas del Pueblo y Acontraluz. La alcobendense Irene Lenes ha obtenido el primer premio con la serie *Desastres*. Entrada libre.

**JUEVES 14****19:30 H. LA ESFERA  
GALA DE DANZA**

Lamiadanssa escénica

*Antología de la danza española*, un paseo por la música clásica española, la zarzuela, el pasodoble, la ópera... Entrada: 5 euros.

**VIERNES 15****18:30 H. PLAZA DEL PUEBLO  
INAUGURACIÓN DEL  
ALUMBRADO NAVIDEÑO**

Actuación de la Coral de Alcobendas y reparto de chocolate y churros entre los vecinos.

**19:30 H. AUDITORIO  
PACO DE LUCÍA****CONCIERTO DE VILLANCICOS**

Con la participación de los coros de la Xuntanza de Galegos, la Casa de Extremadura y la Parroquia de Nuestra Señora de La Moraleja. Entrada libre.

**DOS GENIOS SOBRE LAS TABLAS**

El sábado 16 de diciembre, a las 20 h, las compañías Teatro Español y Bravo Teatro ponen en escena en el Teatro Auditorio Ciudad de Alcobendas la obra *Don Ramón del Valle Inclán. A través de Ramón Gómez de la Serna*, un viaje por la vida, la obra y el alma de Valle Inclán desde la visión de Gómez de la Serna, con el actor Pedro Casablanc. Entradas: 13 y 19 euros.

# NAVIDAD EN ALCOBENDAS 2023



#NavidadEnAlcobendas

 Ayuntamiento de  
ALCOBENDAS

Todas las actividades:  
en [alcobendas.org](https://www.alcobendas.org)

