

ciudad lineal®

www.ciudadlineal.net

EJEMPLAR GRATUITO

Mayo 2023

N.º 358 - AÑO 34

JUNTOS SALIMOS

 **ODEON MULTICINES**

C.C. ALCALÁ NORTE · C/ ALCALÁ, 414



Primavera, más de un centenar de Propuestas Culturales

SUSHIWAKKA

Express



VALE **50€**

DE REGALO AL
DESCARGAR Y REGISTRARTE



www.sushiwakkaexpress.com
Envío gratuito por pedidos superiores a 15€

TEL: 910 018 461 / 652 012 670
C/ ALCALÁ, 337, 28027 MADRID

Misterios

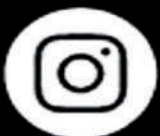
Drinks & Fun

TU LUGAR DE ...



Reservas
de
eventos
celebraciones....
624673880

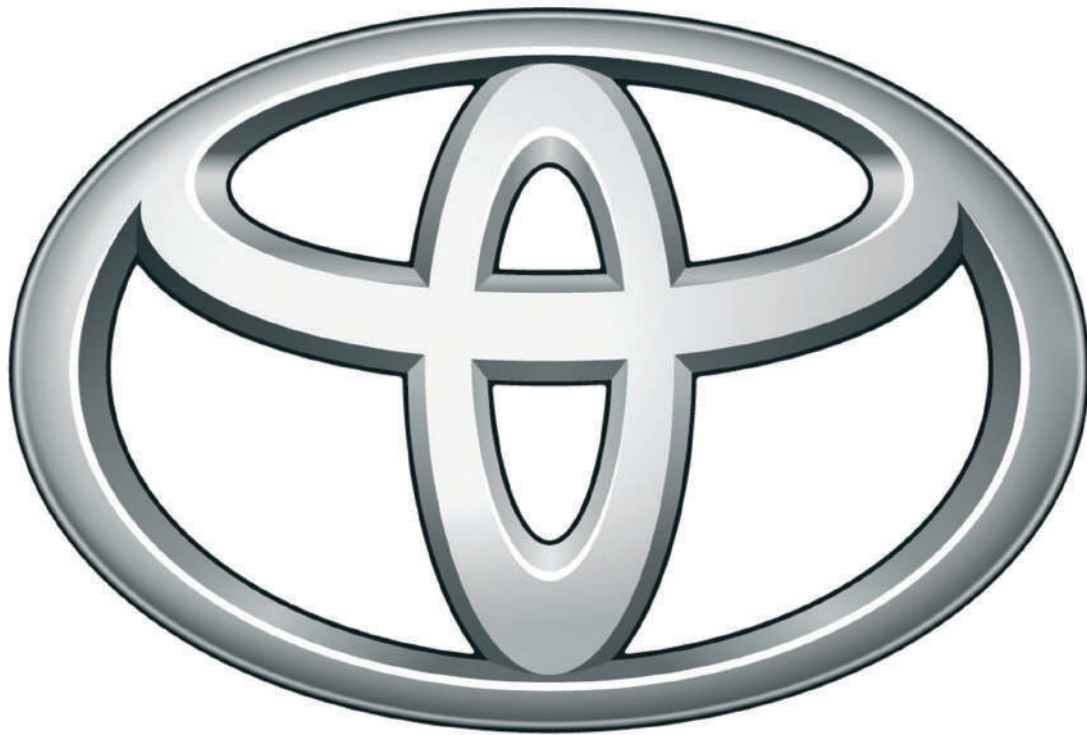
C/ Marqués Pico de Velasco 45
28027 Madrid



MISTERIOS DRINKS FUN



MADRID CARS



TOYOTA

MADRID CARS www.madridcars.toyota.es

TOYOTA C-HR ELECTRIC HYBRID

CUANDO LO DIFERENTE
ES EXTRAORDINARIO

INCLUYE:
4 AÑOS DE MANTENIMIENTO Y GARANTÍA



TOYOTA MADRID CARS
www.madridcars.toyota.es

Avda. San Pablo, 33.
28820 Coslada.
Tel.: 916 732 900

Hnos. García Noblejas, 45.
28037 Madrid.
Tel.: 913 677 022

Julio Camba, 3.
28028 Madrid.
Tel.: 917 240 298



Ciudad Lineal

Mayo 2023

ciudad lineal[®] EJEMPLAR GRATUITO
Mayo 2023
N.º 358 - AÑO 34
www.ciudadlineal.net JUNTOS SALIMOS



Primavera, más de un centenar de Propuestas Culturales
SUSHIWAHKA
Express
VALE 50€
DE REGALO AL
DESCARGAR Y REGISTRARTE
www.sushiwahkaexpress.com TEL. 910 018 451 / 952 012 670
Envío gratuito por pedidos superiores a 15€ C/ ALCALA, 337, 28027 MADRID

PRIMAVERA
ACTIVIDADES CULTURALES
EN EL DISTRITO

N.º 358. Año 34

Publicación Gratuita
Divulgación Cultural

ciudadlineal.net

@ciudadlineal



Redacción
Publicidad

648 983 782

ghediciones@hotmail.com

Director: Gabriel Hdez.

Depósito legal: M-37565-1990

marca registrada oeppm
M 2992353

Reservados todos los derechos. No se permite reproducir, almacenar en sistemas de recuperación de la información ni transmitir parte alguna de esta publicación, cualquiera que sea el medio empleado —electrónico, mecánico, fotocopia, grabación, etc.—, sin el permiso previo y por escrito de los titulares de los derechos de la propiedad intelectual.

ZONAS DE DISTRIBUCIÓN

Manuel Becerra, Ventas, El Carmen, Quintana, Pueblo Nuevo, Ascao, Bilbao, San Juan Bautista, Concepción, José del Hierro, Barrio Blanco, Conde de Orgaz, Costillares, Atalaya, Pinar de Chamartín, Las Rosas, Quinta de los Molinos, Parque de las Avenidas, Prosperidad

Elecciones Municipales y Autonómicas en Madrid 2023



Candidaturas del 28 de mayo a la Comunidad de Madrid



Candidaturas del 28 de mayo al Ayuntamiento de Madrid

Comunidad de Madrid: PP. Isabel Díaz Ayuso. Más Madrid. Mónica García. PSOE. Juan Lobato. Vox. Rocío Monasterio. Podemos. Alejandra Jacinto. Ciudadanos. Aruca Gómez.

Ayuntamiento de Madrid: Más Madrid. Rita Maestre. PP. José Luis Rodríguez Almeida. Ciudadanos (CS). Begoña Villacís. PSOE. Reyes Maroto. Vox. Javier Ortega Smith. Podemos. Roberto Sotomayor. Recupera Madrid. Luis Cueto.

2023 se presenta como un año en la que la mayoría de los españoles tendrán que votar hasta en tres ocasiones. Y es que se celebrarán **elecciones municipales, autonómicas y generales en España**. Las dos primeras llegarán de la mano en la primera mitad del año, mientras que las que elegirán el Gobierno tenderán más hacia final de año.

A continuación, desgranamos las **fechas en las que tendrán lugar las elecciones**.

CUÁNDO SON LAS ELECCIONES AUTONÓMICAS Y MUNICIPALES Y EN QUÉ COMUNIDADES

Los primeros **comicios** del año tienen lugar en **12 comunidades**, además de Ceuta y Melilla, así como en **todos los ayuntamientos españoles**. Las **elecciones autonómicas y municipales** tendrán lugar el **domingo 28 de mayo**, cuatro años después de las anteriores (2019). La campaña electoral del **28-M** empezará oficialmente el 12 de mayo.

Aragón, Asturias, Baleares, Canarias, Cantabria, Castilla-La Mancha, Comunidad Valenciana, Extremadura, Madrid, Murcia, Navarra y La Rioja son las comunidades que tienen una cita el **28-M**, al igual que las ciudades autónomas de Ceuta y Melilla. Es decir, hay **elecciones autonómicas** en todos los territorios salvo en Galicia y País Vasco, Cataluña, Andalucía y Castilla y León.

Para los expertos es una suerte de referéndum para el Gobierno de Pedro Sánchez y la oposición de cara a las **generales**. En este sentido, el foco se sitúa en las plazas donde gobierna el **PSOE**: Comunidad Valenciana, Aragón, Asturias, Baleares, Rioja, Castilla-La Mancha, Navarra, Extremadura y Canarias. La continuidad o el cambio de poder en esos parlamentos se leerá como la antesala de lo que ocurrirá unos meses más tarde.

FECHA DE LAS ELECCIONES GENERALES EN ESPAÑA

Y es que los españoles volverán a acudir a las urnas a **finales de año** para las **elecciones generales 2023**. Aunque la hipótesis de un **adelanto electoral** ha sido una constante en los últimos tiempos, **Pedro Sánchez** agotará la **XIV Legislatura** al frente del primer Gobierno de coalición de izquierdas de la democracia, salvo sorpresa mayúscula de última hora.

Cabe recordar que **Sánchez** fue investido presidente el 7 de enero de 2020, por lo que la **fecha máxima** para celebrar la **selecciones** es el **10 de diciembre de 2023**, esto es, cuatro años y un mes después de los anteriores comicios (10 de noviembre de 2019). Esto será a así siempre y cuando el presidente del Gobierno no haga uso de su facultad de disolución anticipada. Si las **elecciones generales** se celebran el **10-D**, las Cortes tendrían que disolverse el 16 de octubre. ●

Por un 2023 Fraternal y Esperanzado

COLEGIO DIOCESANO MARÍA INMACULADA

Adscritos
a 5 colegios
concertados
de la zona
donde nuestros
alumnos continuarán
sus estudios
de Ed. Primaria

Centro concertado
Educación Infantil
2º Ciclo
de 3 a 6 años

Clases
de **Inglés**
desde los
3 años
con **profesor
especialista**

Escuela de padres
y madres con
talleres de:
Nutrición Infantil,
Valores, Gestión de
emociones...

Comedor
educativo
con una alimentación
sana y una
dieta equilibrada



C/ Luis Ruiz, 26 - 28017 Madrid
Tel: 91 3675838 666673822
colegioluisruiz@fmariainmaculada.org
www.mariainmaculadaluisruiz.es



Excelente comunicación
Línea EMT
28



Línea 7 Metro
ASCAO

vivantadental

- IMPLANTOLOGÍA
- PRÓTESIS
- ORTODONCIA
- DISEÑO DE SONRISA
- ESTÉTICA DENTAL
- ODONTOLOGÍA
CONSERVADORA



¡GRATIS!

REVISIÓN + LIMPIEZA DENTAL (*)

Registro Sanitario: CS-7444 - DHARMADENT S.L.N.E. - B85738854

Dra. Adriana Travieso
C/ Virgen del Val, 24

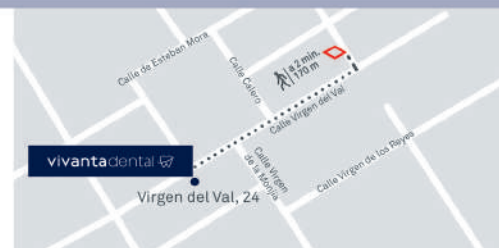
Telf. 91 404 90 09



616 630 054

www.vivantadental.es

*Limpieza bucal sujeta a prescripción facultativa.



Más de cien propuestas para disfrutar de una Primavera Cultural



Teatro para bebés, un ciclo de cine musical, La Noche de los Libros, actividades infantiles y el gran colofón de este trimestre cultural: el Festival de Clásicos a la Fresca. Durante los meses de primavera, los centros culturales **Príncipe de Asturias**, **San Juan Bautista**, **La Elipa** y el **Auditorio Carmen Laforet** se llenan de actividad con más de un centenar de propuestas para llenar nuestras agendas durante los meses de abril, mayo y junio. ¿Quieres conocer las novedades?

El distrito de **Ciudad Lineal** se unió a la celebración de **La Noche de los Libros**, el 21 de abril, con dos interesantes actividades en el Centro Cultural Príncipe de Asturias: la lectura de *La bibliotecaria en apuros* (17:30 h), un cuento sobre la importancia de los libros y la fuerza transformadora de sus historias; y una charla con **Pedro Ortega** donde presentó su libro *Cae la noche en el Madrid Secreto* (19:00 h).

Los amantes del **cine musical** están de suerte, porque dentro de este ciclo de cine español podrán cantar las pegadizas canciones de las películas *Las cosas del querer* (5 de mayo), *El otro lado de la cama* (13 de mayo), *Explota, explota* (23 de mayo), *La Ila-*

mada (26 de mayo), *El amor brujo* (2 de junio) y *El Cover* (16 de junio).

Además, el público adulto pudo disfrutar de **actuaciones musicales** como *JagJazz*, una divertida y enérgica simbiosis en un espectáculo lleno de complicidad y elegancia (14 abril); un viaje íntimo y moderno a través de grandes temas iberoamericanos con *Tropicalios* (28 abril); el *Madrid, Madrid, Madrid*, de **Marta Toba** y **Juan Sánchez Molina** el próximo (12 mayo); el proyecto inclusivo *Morpho Bleu Band*, de la Fundación Psicoballet Maite León que promueve la profesionalización de los músicos con diversidad (10 de junio); *La canción del agua*, música y poesía que recogió los versos de **Federico García Lorca** (22 de abril), y así hasta una treintena de propuestas.

En el apartado teatral destaca el Festival **Clásicos a la Fresca**, que en su décima edición volverá a reunir en el Auditorio Parque Calero originales adaptaciones de los clásicos por excelencia. Además, en los centros culturales se representarán otros títulos como *Reiniciando*, cuyos protagonistas se tendrán que enfrentar a sus miedos y a su día a día tras la declaración del estado de alarma (5 de mayo); *Manual de*

la perfecta viajera, un viaje lleno de cómicas sorpresas que pondrá de manifiesto lo difícil que es encontrar la mujer que anhelan los viajeros (17 de junio); *El chalet de Madame Renard*, una de las pocas incursiones en alta comedia de **Miguel Mihura** (21 de abril) o el humor del televisivo *Félix El Gato*, que garantiza carcajadas a todos los asistentes (23 de mayo). Por otro lado, se han programado dos interesantes **talleres**, *¿Quieres aprender a hacer un vídeo?*, dirigido a jóvenes de 15 a 35 años, donde se pudo presentar al Humus Film Festival en la categoría Food Wave (19 de abril); y el taller de dibujo *Domingo habla sola*, que plantea la posibilidad de conseguir nuevas formas de comunicarse con el mundo (19 de mayo).

Programación infantil

A la programación infantil se incorpora un ciclo de **teatro para bebés**, a partir de seis meses, con dos estimulantes propuestas que les permitirán conocer y reconocer las cosas que ven a su alrededor. *¿Quién soy?*, el próximo 6 de mayo, y el espectáculo de movimiento, música y objetos, *Nanas* (3 de junio), ambas con doble sesión en el CC Príncipe de Asturias.

Representación de la obra 'Nanas' de Lapotínguele Producciones S.L. Asimismo, se han programado más de una veintena de **propuestas infantiles** como el homenaje a los hermanos Grimm *1, 2, 3, ¡Eureka!* (17 de junio); el mago de la risa **Álvaro Molero** (14 de abril); o el espectáculo de narración, títeres y objetos, basado en cuentos populares, entremeses y fábulas del Siglo de Oro, *Abelardo y los Ays* (24 de junio). ¡Los más pequeños se lo van a pasar en grande!

La agenda de **Ciudad Lineal** se completa con varias exposiciones y las muestras de los trabajos realizados por los alumnos de los talleres de los centros culturales. Recuerda que todos los espectáculos son gratuitos y el reparto de entradas se realizará en los respectivos centros culturales, a partir de las 10:00 h del día anterior a la celebración del espectáculo.

¡Descárgate la **programación cultural** y llévala siempre contigo. ●



Ruta de la Tapa

De 12 a 22 hs.

Caña, refresco
o vino + Tapa

3'50€

5, 6 y 7 de mayo 2023

Costillares

1. Holy Poke

Caleruega, 18

2. Lino's

Arte, 1

✓ Domingo a partir de las 13 h

3. Nachos & Tacos

Caleruega
esquina Conde de Treviño

4. Taberna la Escarcha

Avda. San Luis, 158

San Pascual

1. Churrería San Pascual

Esteban Mora, 53

✓ De 8 a 17 h.

2. Pimar

Esteban Mora, 43

✓ Domingo cerrado

3. Ponce

Derechos Humanos, 12

✓ Domingo cerrado

4. Bar La Asociación

Derechos Humanos, 12

5. Cervecería Bar Mati

Torrelaguna, 7

Colina



1. Vicen's

López de Hoyos, 368

2. De Modestia Na

Plaza Ciudad de Salta, 1

GRAN FINAL Ruta de la Tapa

15 de Mayo • San Isidro

Auditorio del Calero

José del Hierro, 1, 28027 Madrid

De 12 a 15 hs y de 18 a 21 hs

Espectáculo y diversión con
ORQUESTA PLENITUD
A partir de las 12 hs, hasta el cierre

MARIO BUENO
Danza y Flamenco
13 hs

Photocoll Castizo • Castillo Hinchable

Celebra la fiesta gastronómica de Ciudad Lineal'23

Ven a degustar en un solo día todas las tapas finalistas 2023, acompañadas del mejor ambiente, con música en directo, danza, entretenimiento...

La entrada al recinto tendrá un precio de 2€ para quien sólo quiera echar un vistazo con consumición incluida o Atracción Castillo Hinchable y 18 € para quien no quiera perderse ni una sola tapa, incluidas 2 consumiciones.



Espectáculo y Diversión

¡apúntate al plan de San Isidro y de aperitivo la tapa más Chulona!

LOS ÚLTIMOS **ESTRENOS**



ODEON
MULTICINES
ALCALÁ NORTE

TU
CINE
EN MADRID

C.C. ALCALÁ NORTE · C/ ALCALÁ, 414



WWW.ODEONMULTICINES.COM

CON LOS MEJORES **PRECIOS**

LABORABLE
LUNES, MARTES Y JUEVES

6'00
€

REDUCIDA LABORABLE
CARNET JOVEN, UNIVERSITARIO, -13 AÑOS

5'50
€

ODEON DAYS
MIÉRCOLES

5'00
€

REDUCIDA FIN DE SEMANA
CARNET JOVEN, UNIVERSITARIO, -13 AÑOS

6'00
€

ESTRENOS
VIERNES

6'00
€

LABORABLE + 65 AÑOS
LUNES, MARTES Y JUEVES

5'50
€

FIN DE SEMANA
SÁBADOS, DOMINGOS Y FESTIVOS

7'00
€

FIN DE SEMANA +65 AÑOS
SÁBADOS, DOMINGOS Y FESTIVOS

6'00
€

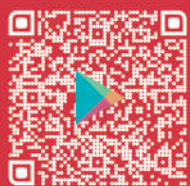
MOVIE3

UNA EXPERIENCIA COMPLETA

10'00
€

ENTRADA
+PALOMITAS 150 grs.
+REFRESCO 50 cl.

EXCLUSIVAMENTE
EN ODEON MULTICINES



YA DISPONIBLE
EN GOOGLE PLAY



YA DISPONIBLE
EN APP STORE



COMPRA TUS
ENTRADAS

*Miércoles, día del espectador, el precio de la promoción es de 9'00 €.

Promoción **no válida en festivos** y no acumulable a otras promociones.

La empresa se reserva el derecho de modificar y cancelar la promoción por causas imputables a distribuidoras.

¡Nos vemos pronto Ciudad Lineal!

Hace semanas la primavera se abrió paso con toda su fuerza y esplendor, y también con mucho calor, en estas latitudes donde nos encontramos. Esta estación nos marca siempre el resurgir de la vida, los nuevos comienzos, y como todo nuevo inicio, este es precedido de un final.

Es quizás el momento de ir cerrando una etapa en Ciudad Lineal, a trabajar por los nueve barrios que forman esta particular “pata de jamón”, a la que nos hemos dedicado durante los últimos 4 años.

Cuando uno termina una etapa, mira hacia atrás del mismo modo que lo hace un senderista, que ha ascendido por la ladera de una montaña y que, una vez finalizado un gran esfuerzo se permite unos minutos para mirar desde lo alto, todo lo que ha recorrido y, normalmente, las vistas son preciosas.

En esta senda recorrida durante los últimos cuatro años, nos hemos guiado por una brújula cuyo norte no era otro, sino el de marcharnos dejando los barrios, mejor que como nos los encontramos en 2019.

Ahora, echando la vista hacia atrás nos damos cuenta de que, aunque nuestro paso por **Ciudad Lineal** haya sido efímero, el trabajo que dejamos durará mucho tiempo, como puede ser con la creación de nuevos parques como el de “Las Tres Luces”, la implantación del servicio de estacionamiento regulado, la construcción de nuevos equipamientos como el centro de mayores “Canal de Panamá”, la mejora de los entornos escolares, patios de colegios públicos, recuperación del campo “García de la Mata”, la reforma de la Calle Alcalá y la Plaza de Quintana, así como del polideportivo de “La Conce” o el inicio de las obras de recuperación del parque Calero, entre otros tantos.

Escribiendo estas líneas es fácil tener sentimientos agridulces, puesto que irse nunca es sencillo, pero reconforta saber que uno se va con los deberes hechos. También, y volviendo a la metáfora de la primavera, me doy cuenta de que nuestros cuatro años en **Ciudad Lineal** han marcado el florecimiento y resurgir del Distrito que venía, como toda la ciudad de Madrid, de sufrir cuatro años de un oscuro invierno.

Después de la primavera, llega el momento del verano, que como todos sabemos, es el momento de mayor luminosidad del año y también es la época donde más se puede disfrutar de todo lo trabajado, estoy convencido de que vendrán tiempos y equipos de personas, que consolidarán todo lo trabajado estos años y que además, harán que Madrid y **Ciudad Lineal** vivan su mejor momento.

Nos vemos pronto por las calles de **Ciudad Lineal**. ●

Adrián Estévez



REFORMA PLAZA DE QUINTANA



RECREACIÓN DEL FUTURO PARQUE DE LAS TRES LUCES



VISITA CMM CANAL DE PANAMÁ

¡VEN A CONOCERNOS!

- ✓ Adaptación de audífonos
- ✓ Prueba gratuita
- ✓ Audífonos asequibles y de calidad
- ✓ Financiación personalizada
- ✓ Pilas y accesorios para audífonos
- ✓ Atención personalizada
- ✓ Revisión auditiva gratuita



C/ Hermanos García Noblejas 158, Madrid 28037
www.oidox.es TLF. 91 941 85 53
info@oidox.es 613 62 42 13



Pure C&G AX & Cargador portable



¿Tienes algún problema para escuchar?



2x1

en audífonos





Artículo cedido por *La Arribea* Unión Cultural de Comerciantes y Usuarios

Podríamos definir la dependencia emocional como la dimensión disfuncional de un rasgo de personalidad, que consiste en la necesidad extrema de orden afectiva que una persona siente hacia su pareja (Castello, 2005, 2012).

Como identificar una persona con dependencia emocional: Estas personas presentan una visión idealizada de la persona a la que es dependiente, cree que su vida carece de sentido sin esa persona, y que no podría encontrar felicidad o seguridad por sí solo. Muestra un miedo persistente al rechazo, sentimientos de vacío y ansiedad al pasar tiempo a solas, sentimientos de celos o posesividad y la necesidad de tener a otra persona para construir su autoestima e identidad personal.

Provoca un gran interés descubrir las razones que sostienen la permanencia de una víctima con su maltratador. Diferentes investigaciones han estudiado la dependencia emocional como variable relacionada con esta prolongación de las relaciones de maltrato. Pero, ¿Es la dependencia emocional un rasgo previo o es el resultado de un maltrato continuado y profundo?

El círculo del maltrato y el retorno con el agresor: El ciclo de la violencia, que permite entender e identificar las situaciones en las que se producen los malos tratos y cómo se mantienen en el tiempo. Las fases del Ciclo de la Violencia son:

Fase de tensión: El agresor acumula gradualmente tensión, y de forma imprevista cambia repentinamente, actuando de forma inesperada. Aunque la mujer se esfuerce en calmarle o minimizar la tensión, la tensión sigue en aumento.

GÉNERO Y DEPENDENCIA EMOCIONAL

Fase de explosión/agresión: Es la fase donde estalla la violencia y se producen las agresiones físicas, psicológicas y sexuales hacia la mujer.

Fase de arrepentimiento/ luna de miel: El agresor se arrepiente, pide perdón, busca excusas para explicar su conducta, hace promesas de cambio y regalos, incluso puede ir a tratamiento. Su fin es mantener la relación. Por ello, muchas mujeres minimizan el comportamiento agresivo y perduran en el tiempo.

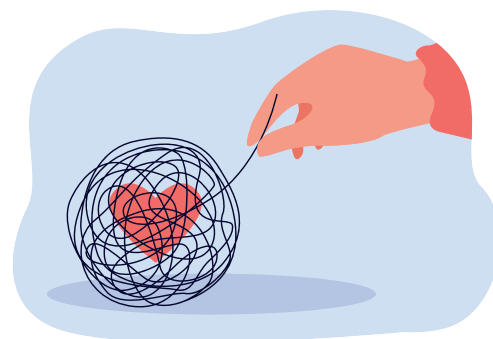
Hirigoyen (2006) por su parte, afirma que la dependencia emocional es una consecuencia del dominio y la manipulación que se da en la pareja, creándose una adicción que se explica por mecanismos neurobiológicos y psicológicos para evitar el sufrimiento.

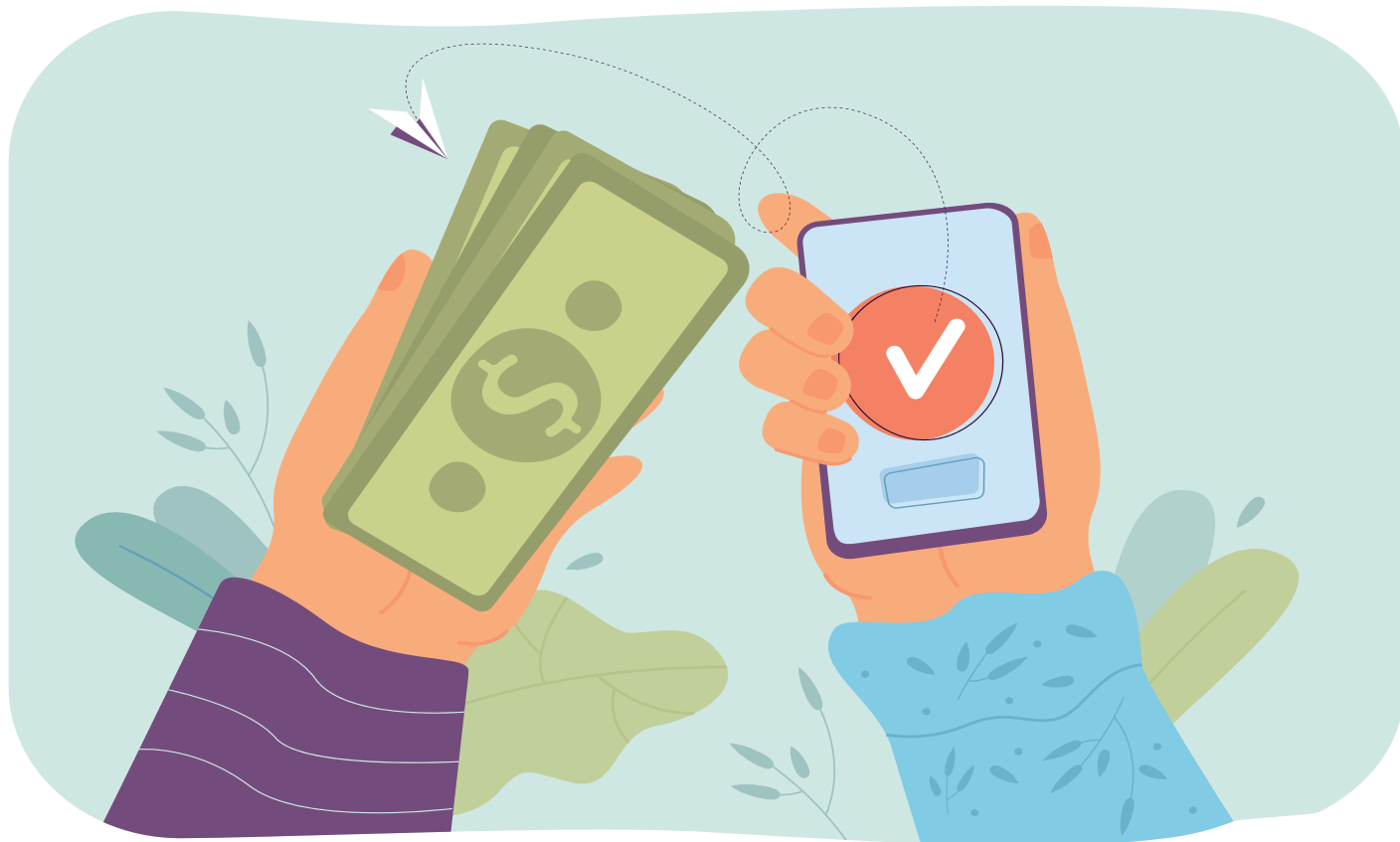
Conclusiones: Las conclusiones de los estudios sobre dependencia emocional en relación con la violencia de género, pueden ser de gran utilidad a la hora de formular estrategias dirigidas a la prevención de la violencia. Sin embargo, no parece estar claro el papel que esta variable juega en las relaciones de violencia de género.

En la mujer víctima de maltrato, la dependencia emocional previa será un factor que dificultará grandemente la ruptura definitiva. Sin embargo, asumir esto, supondría que mujeres con dependencia emocional como rasgo de personalidad se vincularían siempre a varones maltratadores, hecho que no se produce. De esta manera, parece que la dependencia emocional podría también ser consecuencia de la interiorización de las palabras de su agresor, adaptaciones al punto de vista del agresor hasta el punto de llegar a idealizarlo y prolongar así la relación. La dependencia emocional podría permanecer como una secuela una vez finalizada la relación e influir en la vuelta de la víctima a una relación nociva y dañosa.

Así, Señalamos la importancia de continuar profundizando en el estudio de estas variables psicológicas en relación a las relaciones de violencia de género, para conocer más profundamente los mecanismos que intervienen y sostienen estas conductas de sumisión, puesto que la violencia de género constituye un problema social al cual no debemos dar la espalda.

En base a esto, una de las variables psicológicas que es importante estudiar es la dependencia emocional. Castelló (2005) refiere que la dependencia emocional como rasgo de personalidad explicaría la conducta de algunas mujeres víctimas de violencia de género cuando justifican las infidelidades y agresiones de su pareja, regresan con el agresor o en ocasiones, inician una nueva relación con características similares de malos tratos. Sin embargo, las mujeres maltratadas constituyen un grupo heterogéneo, lo que dificulta el establecimiento de un perfil de personalidad.





Todos los seres vivos del planeta, acudimos cada día a “LA COMPRA”, para adquirir lo que nos permite vivir, crecer y desarrollarnos. El reino vegetal, hunde sus raíces hasta donde topa los nutrientes que necesita. Los animales, cumplen con la cadena alimentaria, y la especie humana, la mas compleja y depredadora, extrae del planeta, todo lo que necesita o cree necesitar: alimentos y todo tipo de complementos. Somos quienes verdaderamente vamos DE COMPRAS.

En esa rutina de adquirir alimentos, vestido, vivienda, conocimientos, así como todo tipo de objetos y momentos de ocio, el ser humano es el rey del consumo. Y ese consumo, se adquiere a través de un pago (el trueque es tan minoritario que hoy lo dejaremos a un lado), con lo que llamamos dinero.

En las sociedades más desarrolladas, se contarían por billones las transacciones económicas que se realizan en espacios de tiempo muy cortos. Y en esas sociedades, generalmente, los pagos se realizan con moneda en efectivo, o a través de pago digital (tarjetas de crédito, débito, aplicaciones de móvil...). Hoy nos centraremos en el PAGO EN EFECTIVO.

He buceado sobre esta forma de pago y sus ventajas, consultando a comerciantes de muy diversas actividades y a compradores de diferentes edades y sexo en nuestro barrio; un barrio de clase trabajadora. Asimismo, he buscado opiniones de profesionales que han escrito acerca de esta forma tradicional de pago y debo reconocer que me sorprendió gratamente la pujanza que tiene en el mundo el uso de billetes y moneda como forma de pago. De todo lo que encontré, estos apuntes del artículo del periodista JAVI NAVARRO “Ventajas de usar el dinero en efectivo frente a otros medios de pago” del 26-12-2022, son los que con mas claridad explican los beneficios de la tradicional forma de pago, y por eso he creído interesante recuperarlo.

“El efectivo sigue siendo el rey de los distintos medios de pago- comienza diciendo-. El efectivo ha evolucionado durante años para resistir con eficacia a los embates de falsificadores, defraudadores y nuevas tecnologías, estableciéndose como el medio de pago preferido de millones de consumidores y empresas en todo el mundo”.

Y a continuación, presenta el “DECÁLOGO DE VENTAJAS SOBRE EL USO DEL EFECTIVO.

1. El efectivo sigue siendo el rey

El volumen de billetes y monedas sigue creciendo en todo el mundo, y en la época actual ambos circulan en mayor número que en cualquier momento de su historia. En Europa por ejemplo, tanto el valor de billetes y monedas como su circulación siguen aumentando. Según el Banco Central Europeo, durante el año 2009, la fabricación de billetes, se incrementó en un 41 % respecto a la del año anterior.

2. El efectivo es muy seguro
Millones de consumidores se ven afectados por fraudes a través de Internet o mediante tarjetas de crédito y débito. Los delitos digitales están dejando muy atrás al robo y a la falsificación de billetes y monedas en todo el mundo, por tanto, el efectivo es el medio de pago más seguro del planeta. El 60 % de los fraudes financieros se debe a la falsificación de las tarjetas de crédito.

3. El efectivo está universalmente aceptado
Es único como medio de pago aceptado universalmente, y toda nación dispone de un modelo de sistema de transacciones que utiliza el efectivo de alguna forma.

4. El efectivo no falla
El efectivo no depende de otros recursos o componentes para realizar su función. Todo sistema de pago digital se basa en una serie de tecnologías e infraestructuras interconectadas para operar. En cambio, el efectivo funciona en todo momento y no tiene ningún índice de fracaso.

5. A los consumidores les gusta el efectivo

Es el medio de pago preferido en todo el mundo. Diferentes estudios han demostrado que más del 50 % de las personas prefiere pagar con billetes y monedas. Según el informe publicado en el Banking Automation Bulletin, de mayo de 2009, cerca del 79 % de los pagos efectuados en Europa (307.000 millones de transacciones) se realizan en efectivo.

6. El uso del efectivo es más 'barato'

El pago en efectivo no está sujeto a gastos o comisiones por su uso. Cuando las transacciones están controladas por empresas privadas, el consumidor queda más expuesto a cargos sobre los que tiene poco o ningún control.

7. El efectivo no causa ningún problema a la privacidad.

Es necesario un cierto grado de seguridad, pero los datos retenidos por millones de transacciones electrónicas pueden crear un nivel inaceptable de invasión de la privacidad.

8. El efectivo controla el gasto

La "Digitalización de la deuda" puede llevar a perder el sentido del valor del dinero y a tener problemas de endeudamiento. Los consumidores destacan que consideran el efectivo como la forma más fácil de controlar el gasto y su presupuesto personal.

9. Los consumidores tienen derecho a elegir su medio de pago

El efectivo está respaldado por el Estado, y los particulares tienen derecho a emplearlo como medio de pago.

10. Cualquiera puede utilizarlo en cualquier parte

Pequeños comercios, mercados locales, puerta a puerta... todavía hay muchas transacciones para las que no está extendido el uso de medios de pago diferentes al efectivo. Hoy en día, hay más billetes y monedas en circulación que en cualquier otra época de la historia. Solo en Europa, el valor en Euros del efectivo en circulación se ha triplicado en los últimos siete años.

“Aunque durante los últimos dos o tres años se ha verificado un aumento de actividad en el ámbito de las transacciones móviles y electrónicas, el efectivo seguirá teniendo un papel preponderante tanto en la vida de los usuarios finales como de las empresas. Y nuestra misión es hacer que esas transacciones sean lo más seguras y eficientes posible”, asegura Pedro Viterbo, Director General de Talaris para España y Portugal, una compañía especializada en el tratamiento de efectivo.”

¿No les parecen diez razones más que suficientes para que utilicemos el PAGO EN EFECTIVO, como nuestro medio para el pago de nuestras compras?

Pilar Rey



RESTAURANTE – BAR

Panela 57

Variedad de comida y bebidas latinoamericanas



📍 C.C ALCALÁ NORTE 21-23
28027 Madrid

📞 916143011



@PANELA.57



Panela 57

VARIEDAD DE COMIDAS Y BEBIDAS LATINOAMERICANAS

Haz tu propio EVENTO

CELEBRACIONES
FIESTAS PRIVADAS
BODAS DE ORO, PLATA y MÁS ...

CUMPLEAÑOS Y COMUNIONES
CON ANIMACIÓN ...

PEDIDAS DE MANO, JUBILACIONES
FIESTAS DE 15 AÑOS

Diseñamos cada Celebración
en función del estilo
y con los preparativos
del día más
Especial



C. C ALCALA NORTE 21-23
28027 - MADRID

@PANELA.57
TEL: 916143011



Uber
Eats

Seguir un sueño y conseguirlo no siempre es cuestión de suerte, la mayoría de las veces se consigue con constancia, trabajo e ilusión. El sueño de Mauro RC es vivir de su música. Compositor y cantante ha creado sus videoclips con esmero para acompañar sus canciones. De Aranda de Duero pasó por la Elipa para mostrarnos su trabajo y desde aquí le deseamos toda la suerte.



@ ¿Cuál ha sido el motivo para dedicarte a la música?

M. Me gusta la música desde que tengo conocimiento, desde niño ya cantaba, pero lo cierto es que nunca me había planteado dedicarme a ello hasta hace unos años que me abrí una cuenta de instagram donde comencé a subir covers, y como vi que la gente me apoyaba y querían seguir escuchando, entre covers y covers me decidí empezar a hacer mi música, creando mis propios temas.

@ ¿Como defines la música que tú haces?

M. Soy un tío muy abierto y escucho muchos géneros, aunque ahora mismo me estoy decantando por la música urbana, lo que es reguetón y tema para discotecas. Pero siento que mi punto, con el que me siento más cómodo es el pop romántico. Aunque creo que acabaré haciendo un poco de todo.

@ ¿Qué significa para un músico hoy en día las plataformas como You Tube, Tik Tok...

M. Son plataformas que a mi criterio hoy día están bastante fuertes, así que para mí son bastante importantes. Creo que tienen que estar ahí en la vida diaria de un músico. Ahora mismo instagram o las plataformas que has mencionado te pueden abrir muchas puertas. Te ayuda mucho a darte a conocer.

@ Imagino que vivir de la música no es fácil ¿Vives de ella o todavía no?

M. puff, desgraciadamente todavía no. El mundo de la música cuando empiezas cuesta mucho. Si quieres mostrar un producto de calidad primero tienes que emplear mucho dinero, la inversión va proporcionalmente con la calidad que quieres ofrecer. Un buen estudio te va a pedir más dinero indudablemente. Luego está el tema videoclips en el que también inviertes muchísimo dinero.

@ ¿Es importante tener un buen videoclips, para funcionar mejor?

M. Bueno ya estamos hablando de la parte visual, como ya lo vas a subir a You Tube en este caso, creo que es fundamental presentar algo que entretenga a la gente, ya no solo pensando en tu música, que puede gustar más o menos, tienes que pensar mucho en el contenido visual, hay que hacer bien las 2 cosas, un buen vídeo que la gente cuando lo vea aprecie que hay calidad y mucho trabajo detrás, bien ambientado, movimiento, baile, bastante curro, es muy importante. En mis dos últimos temas hay mucho trabajo y planificación de por medio, mucha dedicación y si quieres estar bien situado tienes que tirar por lo alto.

@ Si echamos la mirada hacia atrás recuerda la importancia de los Video Clips. Entre programa y programa metían minutos musicales y muchos cantantes se daban a conocer de ese modo. Sin embargo ahora la música la ponen de madrugada.

M. Es cierto que en la noche te ponen mucha música en directo, ahora la TV se ve mucho menos, se ven mucho más las plataformas, creo que tal vez ese sea uno de los motivos.

@ ¿Cuándo sacaste tu primer tema Mauro?

M. El primero fue hace diez meses, "Ella" y ahora he lanzado "te encontré" y ya estoy trabajando el tercero.

@ ¿"Ella", tu primer tema es todo tuyo?

M. sí por supuesto, música y letra es mía.

@ En tu corta carrera musical ya has cantado en directo. ¿Qué ha significado para ti, estar frente al público?

M. Una sensación muy agradable, en julio pasado actué en una discoteca de Aranda de Duero y sentía como la gente disfrutaba y me sorprendió que cantaban conmigo ¡muchos se sabían la canción!

@ ¿Con que te quedas, actuando frente al público o delante de una cámara?

M. Sin duda delante de la gente, la interacción con el público es total. La Grabación al final está totalmente guionizada y no hay hueco a la improvisación.

@ ¿Qué te gustaría conseguir en el mundo de la música, una de tus metas?

M. Pues que mi música se escuchara no solo en España, que además salga del país. Tengo temas futuros en mente, me gustaría poder contar muchas cosas con mi música.

@ Para terminar, ¿que tienes preparado para un futuro próximo?

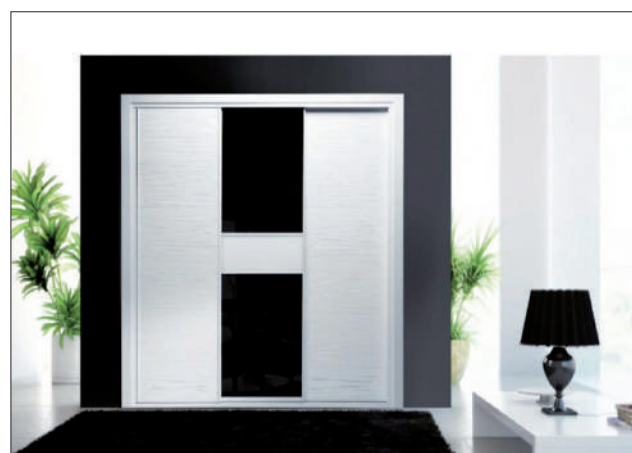
M. Pues algo fuerte, quiero hacer una apuesta al desamor. Me atraen mucho los temas de amor, y veo que hasta el día de hoy todos los temas son de amor, querer. Y se me ha ocurrido tirar por el lado contrario, motivar a la gente a que no se enamore, que el amor es malo (risas), a ver que sale de todo esto.

@ ¿Se ha criticado mucho a Shakira por su último tema, que va un poco por ahí no?

M. Bueno hay quien se basa en experiencias vividas y otros escribimos lo que en ese momento nos inspira.

Te deseamos toda la suerte del mundo en tu camino hacia la música, y esperamos que cuando seas muy famoso nos concedas nuevamente el placer de poder entrevistarte. ¡Gracias Mauro!

Texto Maru Bonilla



**ALMACÉN
Y VENTA**

**Especialistas en Puertas Lacadas
Interiores y Frontes de Armarios, Correderas,
Acorazadas-Blindadas, Tarima Flotante**



**91 408 22 55
91 368 01 55**

Calle de los Urquiza, 11. 28017 Madrid
(Junto al Metro de Quintana)

www.puertasgonman.es - contacto@puertasgonman.es

Una buena rutina para tu piel

No podemos olvidar que mantener una piel bonita y sana requiere un poco de esfuerzo por nuestra parte. Lo importante es mantener un equilibrio entre nuestra piel, nuestros cuidados y nuestra alimentación. Esto forma un fantástico protocolo de piel y vida sana. La filosofía de vida saludable nos ayuda a mejorar de manera muy evidente nuestro cuerpo y eso se refleja por dentro y por fuera.

Manchas en la piel

Pieles escamadas

Pieles secas

Pieles grasas

Si nos centramos en el campo del físico, los cuidados higiénicos de nuestra piel tiene que ser diario y marcado por un buen protocolo. No vale aplicarse cosmética recomendada por amigas, influencer con ninguna formación en cosmética y que utilizan un fantástico producto que puede que para nuestra piel sea contraproducente. No es la primera vez que a nuestro Centro vienen pacientes que por utilizar determinadas sustancias agresivas sin pauta y que se han provocado lesiones difíciles de curar.

Ácidos a concentraciones altísimas sin neutralizar que erosionan la piel dejándola desprotegida frente a agentes externos como el sol dejan marcas evidentes de quemaduras. O bien esas recomendaciones de:

“Tienes que usar este retinol por la noche que te va a pelar la piel y en unos días la tendrás roja como un tomate y pelada hasta capa profunda, ya verás que luminosa la vas a tener cuando se te quiten todas las manchas que te van a salir con el sol por no ponerte la protección adecuada”

Evidentemente es retórico pero de verdad que no exagero tanto. Ase-sorarte sobre lo que te preocupa

por un buen profesional es lo mejor que puedes hacer si realmente no quieres que tu piel envejezca rápido y si quieres verte con ese aspecto saludable y luminoso.

El maquillaje está muy bien y da mucho juego, pero poder lucir un rostro saludable a partir de los 40 requiere una implicación un poco mayor.

En nuestro Centro queremos ayudaros y después de un mes haciendo espacio para las novedades y poniéndolo “guapo” para vosotros... os adelantamos que vamos a tener soluciones a más problemas que te podrían preocupar.

Os anticipamos que después de desarrollar durante tiempo las nuevas referencias de los productos que en unión a nuestro laboratorio hemos desarrollado podremos mejorar esas pieles envejecidas, con manchas, flacidez, acné, rosácea, sensibilidad, etc.

Vamos a ofreceros 6 productos nuevos entre ellos un suero y una crema con retinol y vitamina C para renovar la piel durante la noche que te va a impresionar. Un suero con Q10 y niocenamida, que ahora está en mucha cosmética de tocador pero que trabajada a nivel médico potencia aún más sus efectos antiedad.

Un fantástico solar con ácido hyaluronico y con factor de protección 25. Una crema con Pépticos y Q10 también para esas pieles que tiene un tono apagado y necesitan nutrición y luminosidad. Y la que creemos que será una fórmula estrella en el Centro sobre todo después de los tratamientos de manchas y de exfoliación profunda basado en su formulación en colágeno y recomendable para los post tratamientos médico-estéticos.

Además al ser fabricado por nosotras y no tener intermediarios ni la inversión en publicidad, te van a sorprender los precios.

¿Necesitas ayuda?

¿Quieres que hablemos sobre tu belleza?

Pues has llegado al sitio adecuado.

Ven a vernos. Te esperamos.

Gracias por tu tiempo

Pilar Torres

Centro Médico Estético Las Pilares



**CENTRO
MÉDICO ESTÉTICO**

Avda. Marqués de Corbera, 44 • 28017 Madrid
Telf.: 91 361 23 33 • 673 663 655 • 

www.laspilaresdelaestetica.com

La Bombilla Octubre de 1879

De los cinco sentidos que hace al hombre el más singular de los seres vivos que habitamos la Tierra. La vista, común al resto de las especies, le ha permitido compaginar su vida entre el día y la noche. Y lo ha conseguido a través de la luz artificial que el mismo ha creado.

Se da como fecha de ello el 21 de octubre de 1879 en que casi simultáneamente dos científicos descubrían o intentaban inventar la bombilla. Este par de genios fueron el estadounidense *Thomas A. Edison* y el británico *Joseph W. Swan*. Ambos se propusieron transformar la ya descubierta energía eléctrica en luz artificial. La forma no fue otra que hacer circular una corriente eléctrica con la suficiente intensidad a través de un conductor que se calentaba hasta producir luz y aislarlo del exterior para que el fenómeno durara tiempo.

Ha pasado casi siglo y medio para que las dificultades de aislamiento y el material conductor alcance el desarrollo que hoy tienen las bombillas. A aquellas que tenían muy corta duración sucedieron las incandescentes, las fluorescentes y las más actuales los Leds, con igual fuerza lumínica que las fluorescentes duran más y consumen menos, ésta es la verdadera intención que tenemos para tratar de algo que se hace honeroso a muchas familias, el nunca bien acogido recibo de la luz. Hoy podemos disfrutar de luz durante el tiempo que



nos permita nuestra economía. Se conoce que las bombillas Leds son más eficientes que las halógenas, gastan menos y duran hasta 10 veces más. Claro que lo más económico es siempre la luz del sol. Otro aspecto del ahorro eléctrico es que contribuimos de forma eficaz al cambio climático, reduciendo los efectos del mismo. Naturalmente, hay otro factor que engorda el costo eléctrico de cada hogar y son las instalaciones de elementos eléctricos, frigoríficos, aire acondicionado, ducha o baño, calefacción y todo tipo de elec-

trodomésticos que funcionan sin interrupción algunos de ellos, contaminantes también y consumen a su vez otra mina natural que es el agua. Lo que nos lleva a la necesidad, no solamente por el ahorro, sino igualmente porque todo ello aunque parezca una exageración lo que decimos, ayuda a conservar la madre tierra. En todas las casas, bueno en gran mayoría se dejan encendidas pequeñas luces para no tener que encender las de los aparatos que las regulan. ¿Cuánto se gasta en tan pequeños consumidores de luz? ●

ciudad lineal



GUÍA DIGITAL INTERACTIVA

Hazte usuari@ abre tu cuenta
totalmente gratis
Promociona tu negocio
sin coste alguno

ciudadlineal@outlook.net



Manuel de Falla

Nació un 23 de noviembre de 1876 en *Cádiz*, el excelente compositor *de Falla* estuvo muy unido a la capital de España, pues en Madrid estrenó sus principales composiciones, verdadero maestro de la música española con un nuevo estilo entre *Debussy* y la música de *Stravinsky*, llena de energía y sensualidad. Es el único español que estrenó en *Londres* un ballet “El Sombrero de Tres Picos” que fue decorado por *Picasso*.

De las cuestiones propias de su vida destacamos el enorme valor que tuvo al acudir a la comisaría para conocer las causas por las que había sido detenido el poeta *García Lorca*, de su obra concebida y presentada en Madrid, referimos en primer lugar la que fue pedida por la gran cantante y bailarina *Pastora Imperio* para la que preparó “El Amor Brujo” que con tanto gusto interpretó el grupo de cante y baile de la referida *Pastora*. Con motivo de la inauguración de la sala de conciertos del **Teatro Real** junto a la música de *Beethoven* se interpretó “Suite de Homenajes” de *Manuel de Falla*. En mayo de 1977 se inaugura el **Centro Cultural de la Villa de Madrid** con asistencia de la reina consorte doña *Sofía* interpretándose en el repertorio preparado para el acto “Noches en los Jardines de España” *de Falla*. Trasladado a Argentina le sorprendió la muerte en Córdoba (Argentina) en 1946, cuando preparaba poner música a la *Atlántida* de *Jacinto Verdaguer*, fue miembro de la **Academia de Bellas Artes de San Fernando**.

Compuso además de los expuesto “Fantasía Bética”, “Córdoba”, “Concierto para clave y 5 instrumentos”, “Tres Melodías”, siete canciones populares españolas más algunas zarzuelas en sus comienzos. *Falla* está considerado como uno de los más sobresalientes representantes de la **Escuela Nacionalista Española**. ●

Publio Virgilio

Más de 2100 años de su nacimiento

El 15 de octubre del año 70 a/C. nace en *Andes*, alquería cercana a la ciudad de *Mantua* en la antigua *Roma*. *Publio Virgilio*, poeta de la antigüedad latina, considerado como el príncipe de los poetas latinos. Hijo de una humilde familia, su padre era alfarero. Otros le hace administrador de una finca, fuera una cosa u otra, muy joven fue enviado a estudiar a *Mantua*. Se cuenta que su madre le tuvo a la orilla de un camino donde fue plantado un olivo que con el tiempo fue sustituido por un olmo, junto a otros creció el más fuerte y hermoso que los demás. Lugar que resultó de peregrinación desde que obtuvo enorme popularidad por sus dos primeros libros “Las Bucólicas” y “Las Georgias” lle-

Tocó a *Virgilio* la *Roma* en descomposición que fue corregida por la severa mano de *Julio César* que llegó con el propósito de regenerar tanto la vida política, como la social que se vivía. Ese mandato de *César* se tradujo en la obra poética más grande de la humanidad que ha pasado con “Hamlet” y “El Quijote” a ser el trinomio de libros asumidos como obras cumbres por todo el mundo. “La Eneida” no sólo es la primera historia sobre *Roma*, sino la exaltación de los valores romanos contenidos en el libro VII de “La Eneida”, en que *Virgilio* aprovecha aunque ya los había recogido en los libros VI y VII de los XI que componen la obra, para exaltar también el valor de *César*.



En la Eneida, relata los amores de la reina de Cartago, Dido, con Eneas

nas de ternura hacia la naturaleza, luego ha de superar en “La Eneida”.

Posteriormente estudió en *Cremona*, retórica en *Milán* para llegar a *Roma* donde conoció a *Horacio*, quien le introdujo en el mundo poético de aquella capital ya reina de un naciente imperio. Fue *Horacio* quien le estimuló para que preparara “Las Bucólicas” que hicieron las delicias de la élite intelectual y política de la “Roma de César”. Igualmente se sintió protegido por *Octavio y Mecenas*. Fue *César* el que le animó a preparar una historia sobre roma de la cual surgió su obra cumbre “La Eneida”.

La poesía de *Virgilio* llena de dulzura y sensibilidad contenida en los amores de la reina *Dido* con *Eneas* y otros pasajes, ha conducido, unido a su retraído carácter hacia la mujer, a suponerle cercano a la homosexualidad. La realidad es que su poesía esta también un canto a la naturaleza, reflejado sin duda, en el epitafio que él mismo escribió para su tumba: “*Mantua* me engendró, *Calabria* se me llevó. Ahora me posee *Parténope* (Nápoles) he cantado los pastos, los campos, los caudillos”. *Virgilio* fallece al regreso de *Grecia* en *Brundisium* actual *Brindisi* el 22 de setiembre del 19 a/c. ●

RECICLAR EL ACEITE

NUESTRAS ABUELAS YA LO HACÍAN



Deberíamos saber que la opción más adecuada no es tirarlo por el fregadero; la segunda opción es depositarlo en un contenedor de reciclaje de aceites

Una recomendación que se nos hace desde cualquiera de los organismos relacionados con la alimentación es que reciclemos el aceite que hayamos utilizado en varias ocasiones, debemos llevarlo al lugar donde puede ser reciclado y utilizado para otros fines que no sean los de consumo. Nuestras abuelas que vivieron tiempos difíciles ya reciclaban el aceite para sacar el mayor rendimiento, aunque tenían clara conciencia que para freír era y sigue siendo el aceite de oliva el más recomendable, porque también es el que tolera mayores temperaturas, la escasez del mismo y su

precio las obligaba a utilizar los de colza y los de soja, el de colza mal manipulado por desaprensivos tuvo las consecuencias trágicas que todos conocemos. No debe calentarse por encima de los 60° porque genera una sustancia nociva para la salud la *acrolina*, los aceites de soja son un auxiliar muy válido para condimentos en crudo con unas ensaladas, pero nada favorable si se utilizan para freidurías, especialmente por el mal olor que despiden cuando se calienta. Para su conservación, incluido naturalmente el de oliva, nuestras abuelas cerraban el

recipiente en que los guardaban con un tapón de trapo, para como ellas decías conservar todo su sabor y características, además procurar tenerlos en botellas o envases no transparentes, porque según ellas la luz perjudicaba a su pureza. Otros trucos, viejos viejos trucos, si se les estropeaba le añadían un poco de azúcar, haciendo una pasta con una cuchara de aceite y dos de azúcar, que al aceite ya rancio le eliminará el mal sabor. Otra forma de hacerlo, hoy más difícil porque no se

guisa ya en cocina de carbón es el añadir para que no se estropee 120 gramos de carbón pulverizado por cada litro de aceite y dejarlo así durante tres o cuatro días, removiéndolo de vez en cuando y filtrarlo con papel de filtro. En invierno si se helara no calentarlo al fuego se estropearía, dejar deshelarlo, poniendo el recipiente en el que lo tengamos en agua caliente.

Esto es lo que hemos leído y lo transmitimos del cuaderno de cocina de la abuela, si hay algo más veraz y más listo y cada familia, no lo dudemos, es la abuela. ●

EL MENAJE DE COCINA

Cuantas veces contemplamos nuestra cafetera o alguna cazuela de acero inoxidable que se han ennegrecido, y decimos “mañana compro algo con que las limpie bien”. Pues manos a la obra, no nos hace falta nada nuevo, nosotros o nosotras podemos improvisar la forma de hacerlo. En el caso de cazuelas, sartenes, etc. no se deben utilizar estropajos abrasivos, ni otra sustancia similar pues resultarían rayados sin remedio. Para evitarlo podemos añadir un poco de vinagre al detergente que usamos de manera habitual, de esta forma utilizando para ello una esponja los abri-llantaremos. Luego enjuagarlos y pulirlos con una gamuza. Se abrillan-

tan así porque el vinagre es muy activo contra el calcio que es el factor que más deslucen el acero inoxidable. Los cuchillos no necesitan más que frotarlos con una pasta compuesta de aceite corriente y ceniza que puede proceder de los cigarros, aunque ahora con la “inquisitoria” advertencia y prohibición de fumar habrá muchos hogares con dificultad de disponer de la misma. Frotarlos con



fuerza con papel de periódico para que desaparezca el grueso de la suciedad que puede no verse pero que está adherida a la hoja, luego pulirlos con un trapo de franela o de lana. ●

A un panal de rica miel... los bomberos acudieron

En huecos en fachadas, en un tobogán, en la red de una pista de tenis antes de un partido de *Nadal*, en el armario de la cocina, en una alcantarilla y hasta en una maleta. Las abejas y avispas hacen de su hogar los sitios más inverosímiles de la ciudad. A veces, los más intrépidos tratan de acabar con ellas por sí mismos cometiendo dos errores graves: porque en primer lugar si son abejas, se trata de un animal protegido que no debe exterminarse; y en segundo lugar, es una práctica muy peligrosa, que puede incluso causar la muerte. Conviene saber que, para esto, también hay que llamar a los **Bomberos** del Ayuntamiento de Madrid.

Las abejas tienen un valor natural altísimo. Fundamentales para el ecosistema se encargan del 80 por ciento de la polinización. Productoras de miel, trabajadoras, organizadas... aunque eso sí, a veces desorientadas en sus andamios, ya que eligen zonas urbanas donde no son bienvenidas. Con las avispas ocurre algo parecido. Con menor valor natural, en ocasiones también hacen de su hogar cornisas, toldos y falsos techos representando una amenaza para los y las habitantes de esas casas. Tratar de eliminar estos nidos por cuenta propia es muy peligroso. Pueden ponerse muy agresivas y su picadura masiva puede incluso provocar la muerte o un mal rato. De ellas se ocupan los **Bomberos** del Ayuntamiento de Madrid, que en

2022 realizaron más de 320 intervenciones de este tipo.

El proceso no es sencillo. Para este trabajo necesitan unos trajes especiales, de apicultura, y dos vehículos también adaptados a esta función del servicio de Bomberos, que no mucha gente conoce. Y es que cuando acuden a un aviso, su principal objetivo es sacar a las abejas con vida y trasladarlas sanas y salvas a



un entorno menos hostil. Actualmente las llevan a la Casa de Campo donde una asociación se hace cargo de los enjambres.

Para realizar este proceso, si están anidadas en algún rincón de la vivienda o el edificio, ponen unos cajones con cera e "invitan" a la abeja reina a moverse, por lo que en unos minutos el resto de la colonia la ha seguido. Es un momento delicado, ya que en este caso las abejas defienden su miel. Menos peligrosas son las intervenciones con enjambres "aislados". Este tipo de

enjambres se producen cuando la abeja reina considera que hay demasiada población, deja sus huevos y se marcha, multiplicando así los enjambres. En estos casos las abejas no están defendiendo nada, sólo buscan un nuevo lugar donde establecerse, por lo que no suelen ser agresivas.

Las intervenciones de **Bomberos** Madrid cuando acuden a alguna de estas llama-

das suelen ser largas y complicadas, ya que en muchas ocasiones tienen que preservar el edificio. Ocurre en los casos de edificios protegidos, con valor histórico, donde no pueden picar la fachada, por ejemplo. O en un caso reciente cerca del *Retiro*, en el que se dieron cuenta de la presencia de las abejas cuando por las paredes, con pinturas murales de gran

valor, empezó a gotear miel. En estos casos, la intervención de bomberos se complica porque tienen que preservar tanto a las abejas como el inmueble. Doble reto.

El mensaje de *Javier Durán*, bombero especializado en abejas y avispas del Ayuntamiento de Madrid, es muy claro: si vuelve de vacaciones y se encuentra un nido de avispas enorme junto a las cortinas del salón, no las rocíe con insecticida, ni las golpee con el palo de la escoba. Sólo marque el **112** y los bomberos se ocupan de ellas. ●

Por favor, envíanos
Sugerencias, Colaboraciones:
Lo importante eres TÚ

GUÍA DIGITAL
CIUDAD LINEAL
ANUNCIATE

ciudad lineal.net
email: ciudadlineal@outlook.es

Las Mejores Ofertas
Comerciales
en un solo Click



L'ANGOLIZZO



PIZZERIA ITALIANA

**PASAJE DE LA VIRGEN DE LA ALEGRÍA, 21, LOC. 5. 28027 MADRID
MARTES A DOMINGO DE 13:00 A 16:00 Y 19:00 A 00:00
TFNO.: 91 298 53 99 / 604 281 869**

50 Años sin Nino Bravo

Por Nacho Valbuena

50 años del accidente mortal de *Nino Bravo*, una despedida prematura que lo convirtió en mito.

El 16 de abril de 1973, se apagó la luz de una de las estrellas de la canción más recordadas y queridas de nuestro país: *Nino Bravo*. El cantante valenciano tenía tan solo 28 años cuando perdió la vida en un fatal accidente automovilístico en la localidad conquense de Villarubio. El intérprete viajaba de Valencia a Madrid para grabar un nuevo disco con otros tres acompañantes que sufrieron diversas lesiones. Pero, ¿cómo fue el artista dentro y fuera de los escenarios?

Nino nació un 3 de agosto de 1944 en el pequeño municipio valenciano de Aielo de Malferit. Su padre deseaba que estudiara, pero él sentía verdadera pasión por el mundo de la canción. No era de extrañar, su bisabuela había sido cantante de ópera y su abuelo director de coros en el orfeón valenciano. El arte corría por sus venas. Gran fan de *Antonio Molina* y el italiano *Domenico Modugno*, intérprete de *Volare*, empezó a probar suerte en varios grupos juveniles. Una afición que compaginaba con su trabajo como pulidor de diamantes. ●



CENTRO CULTURAL PRÍNCIPE DE ASTURIAS

C/ Hermanos García Noblejas, 14

TEL.: 91 776 78 10

 Ciudad Lineal (L 5)
Pueblo Nuevo (L 5, 7)

 4, 38, 48, 70, 77,
104, 105, 109, 113

MÁS INFORMACIÓN



Agenda Cultural

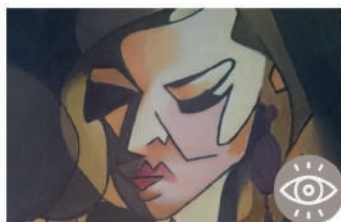
MAYO 2023

DEL 3 AL 30 DE MAYO

Antagonía

EXPOSICIÓN DE PILAR F.F. ZABA

La gestualidad del trazo emocional, vibrante y con fuerza expresiva, frente a la racionalidad geométrica. Dualidad y rigor.



VIERNES 5 | 19 h
Reiniciando

CÍA. QUÉ JARTE!

Tras la declaración del estado de alarma, Lucas, Valeria y Santi se enfrentan a sus miedos y a su día a día, reiniciando sus vidas.

 70 min



SÁBADO 6 | 2 PASES

¿Quién soy?

CÍA. TRÉMOLA TEATRO

Paula está muy contenta con el xilófono nuevo que le ha regalado su papá, pero cuando empieza a practicar, de una caja mágica comienzan a salir animales... **DE 0 A 4 AÑOS**

 40 min



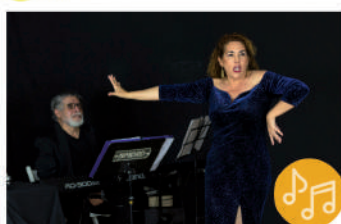
VIERNES 12 | 19 h

Marta Toba y Juan

Sánchez Molina San Isidro
"Madrid, Madrid, Madrid"

Presentarán un repertorio que va desde la zarzuela al bolero, pasando por el tango y la ópera.

 60 min



SÁBADO 13 | 19 h

CICLO CINE MUSICAL ESPAÑOL

El otro lado de la cama

(Emilio Martínez-Lázaro, 2001)

DURACIÓN: 112 min + COLOQUIO

Dos parejas se separan, se re-emparejan, se reúnen y se convierten en sospechosos entre ellos. **+13 AÑOS**

 60 min



VIERNES 19 | 16 h

Dominga habla sola

TALLER DE DIBUJO IMPARTIDO
POR ELISABETH JUSTICIA

Plantea la posibilidad de conseguir nuevas formas de comunicarse con el mundo. **+ info en el Centro Cultural.**

 4 h 30 min



VIERNES 19 | 19 h

Jácara Cambalacha

Música hispanoamericana inspirada en el folclore, que nos hará viajar a lugares lejanos pero cercanos en sus raíces y tradiciones.

 60 min



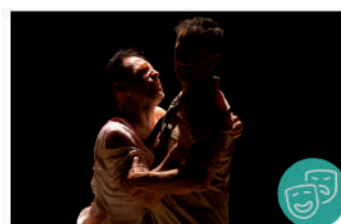
SÁBADO 20 | 19 h

Pedro y el Capitán

CÍA. NIMÚ DE LUI

Escrita por Mario Benedetti en el año 1979. La obra constituye toda una indagación dramática en la psicología de un torturador. **+16 AÑOS**

 70 min



MIÉRCOLES 24 | 18:30 h

Artríticos Reunidos

"Ha nacido una estrella"

Viaja al pasado a través de la música de ayer y de siempre. Una experiencia feliz e inolvidable, enternecedora y divertida.

 75 min



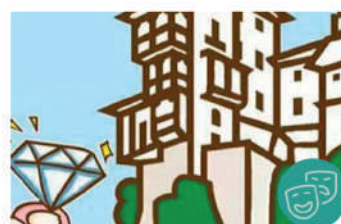
VIERNES 26 | 19 h

Yo a este paso no me

caso / CÍA. EL RINCÓN DE NANO

Arturo está feliz porque se va a casar, pero claro, dos no se casan si uno no quiere. Una historia que transcurre en la ciudad de Cuenca.

 70 min



SÁBADO 27 | 19 h

Flamenco entre amigos

Desde la isla de la Palma llega este dúo formado por Iosune Lizarte y Pedro Sanz, con un repertorio que se pasea por el flamenco melódico, tradicional y armonías modernas.

 60 min



MIÉRCOLES 31 | 18 h

¡Viva la música!

CÍA. CURSO DEL 69

El grupo de teatro del Centro de Mayores Príncipe de Asturias, nos presenta esta divertida comedia musical.

 75 min



 @JMDCiudadLineal

 @DistritoCiudadLineal

ENTRADAS:

Reparto de entradas en el Centro Cultural, a partir de las 10:00 horas del día anterior al de la celebración del espectáculo.

Máximo 2 entradas por espectador.
El acceso es libre hasta completar aforo.
Programación sujeta a posibles cambios.

RECOMENDACIONES DE PROTECCIÓN E HIGIENE:

Uso de la mascarilla a partir de 6 años.
Aforo según normativa vigente.

CENTRO CULTURAL LA ELIPA

C/ Santa Felicidad, 39

TEL.: 91 405 53 12



La Elipa (L 2)



15, 28, 110, 113, 210

MÁS INFORMACIÓN



Agenda Cultural

MAYO 2023

JUEVES 4 | 19 h

90 min

Crisis y castigo y La consulta del Doctor Melquíades

CÍA. PRÍNCIPE DE ASTURIAS

En la primera obra, un banco trata de evitar la quiebra. La segunda nos introduce en un consultorio médico.



VIERNES 5 | 19 h

CICLO CINE MUSICAL ESPAÑOL

Las cosas del querer

(Jaime Chávarri, 1989)

DURACIÓN: 99 min + COLOQUIO

1940, Madrid. Una vez finalizada la Guerra Civil, las vidas de tres músicos se unen bajo un mismo objetivo: alcanzar el éxito. **TODOS LOS PÚBLICOS**



SÁBADO 6 | 19 h

60 min

Trébedes "¡Aúpa Trébedes!"

Con motivo de su treinta aniversario, estrenarán su nuevo espectáculo con la alegría de su música tradicional castellana: jotas, seguidillas, fandangos, romances...



VIERNES 12 | 19 h

60 min

Lluvia de ángeles

CÍA. SIN TELÓN

Entre risas, adversidades y sorpresas, dejarán en el aire cuestiones como la soledad, el aislamiento, el recelo al prójimo, el desencanto social, la vida, la muerte y el suicidio.



SÁBADO 13 | 19 h

60 min

Café y cuplés

CÍA. OPERANOVA PRODUCCIONES

En la España de posguerra, un grupo de parroquianos asisten a un café muy peculiar, en el que una cerillera irá desgranando uno a uno una serie de cuplés.



San Isidro

VIERNES 19 | 19 h

60 min

La Jose y Fabián Carbone "Entre orillas"

La magia del flamenco y el tango, con la fuerza del flamenco en la voz de La Jose y la profundidad del tango en el bandoneón de Fabián.



SÁBADO 20 | 18 h

50 min

En busca del hielo

CÍA. LOS SUEÑOS DE FAUSTO

Los pingüinos Pico y Pata descubren que el bosque de hielo se está secando y deciden ir a por el último trozo de hielo del planeta.

A PARTIR DE 4 AÑOS



VIERNES 26 | 19 h

60 min

Félix 'El Gato'

HUMOR

Sus apariciones en TVE, Telecinco, Antena 3 o La Sexta, con programas como "El día por delante" con Pepe Navarro o "No te rías de mí que es peor", avalan y garantizan las carcajadas de todos los asistentes.



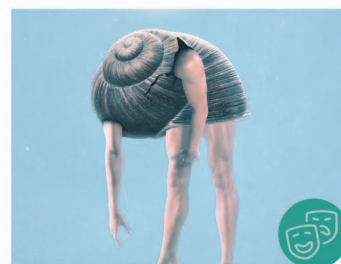
SÁBADO 27 | 19 h

80 min

La balada post-futurista de los moluscos

CÍA. ARTESANA PRODUCCIONES

Alejandro se encuentra hospitalizado por un intento de suicidio. A través de de su familia, contará situaciones que ha vivido desde pequeño. **+ 14 AÑOS**



DEL 3 AL 30 DE MAYO

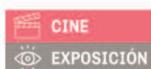
EXPOSICIÓN DE LOS TRABAJOS REALIZADOS
POR LOS ALUMNOS DE LOS TALLERES
DEL C.C. LA ELIPA DURANTE EL CURSO 22/23



MÚSICA
TEATRO



INFANTIL
DANZA



CINE
EXPOSICIÓN



TALLER
LITERATURA

@JMDCiudadLineal

@DistritoCiudadLineal

ENTRADAS:

Reparto de entradas en el Centro Cultural, a partir de las 10:00 horas del día anterior al de la celebración del espectáculo.

Máximo 2 entradas por espectador.
El acceso es libre hasta completar aforo.
Programación sujeta a posibles cambios.

RECOMENDACIONES DE PROTECCIÓN E HIGIENE:

Uso de la mascarilla a partir de 6 años.
Aforo según normativa vigente.

CENTRO CULTURAL SAN JUAN BAUTISTA

C/ San Nemesio, 4

TEL.: 91 415 77 05

 Arturo Soria (L 4)
Avenida de La Paz (L 4)

 9, 11, 53, 72, 73,
120, 122

MÁS INFORMACIÓN



Agenda Cultural

MAYO 2023

DEL 5 AL 30 DE MAYO

San Juan Bautista. Historia de una parroquia y de sus barrios

EXPOSICIÓN DE GRUPO CULTURAL
PARROQUIA DE SAN JUAN BAUTISTA

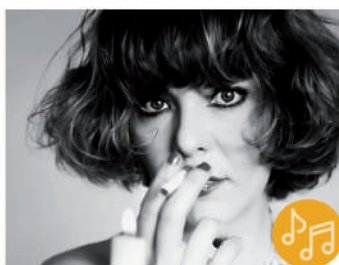
La evolución del barrio a lo largo de
estos años.



VIERNES 5 | 19 h

Pía Tedesco "Celebración"

Presenta en primicia el adelanto de su
nuevo disco *Celebración*, su segundo
álbum solista. Un espectáculo femenino
y singular que encarna la multicultu-
ralidad de Madrid.



SÁBADO 6 | 19 h

Tony Antonio y Tony Melero "El humor más familiar"

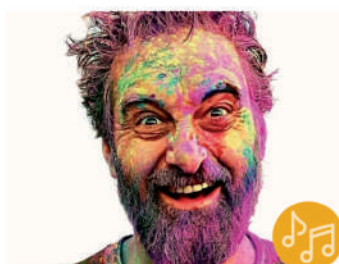
Un padre y un hijo humoristas suben
al escenario para "retarse" y demos-
trar que, aunque el humor cambie, las
risas son intemporales.



VIERNES 12 | 19 h

Pedro Herrero "Inmaduro"

Músico, actor y escritor inquieto por
esencia y por conciencia. Se mueve
por lo social desde el arte, el humor y
la crítica, aborda la actualidad desde
con un punto de vista diferente y
divertido.



SÁBADO 13 | 19 h

J. Ventura "Madrid con Z"

Un recorrido por canciones de
cantautores tan reconocidos como
Hilario Camacho, Antonio Vega o
Sabina, que hablan de Madrid, sobre
todo de un Madrid de los años ochenta
y noventa.



VIERNES 19 | 19 h

Ana Cuenca "Celebrando la vida, homenaje a Chavela Vargas"

Su voz es profunda y desgarrada, llena
de verdad y de pasión. Nos regala
este bello homenaje que nace de
su profunda admiración y el respeto
por Chavela.



SÁBADO 20 | 19 h

Cristina Mirinda MONÓLOGO

Miembro de la Red Internacional
de Cuentacuentos, esta galega de
nacimiento y gata de adopción, crea
sus historias efervescentes para
convertirlas en vivo y en directo.



JUEVES 25 | 19 h

Crisis y castigo y La consulta del Doctor Melquíades

CÍA. PRÍNCIPE DE ASTURIAS
En la primera obra, un banco trata de
evitar la quiebra. En la segunda, nos
introducen en un consultorio médico.



VIERNES 26 | 19 h

CICLO CINE MUSICAL ESPAÑOL La llamada

(Javier Ambrossi y Javier Calvo, 2017)

DURACIÓN: 108 min + COLOQUIO

María y Susana sienten pasión por el
reguetón, pero las sorprendentes
apariciones de Dios a María comenza-
rán a cambiar sus vidas... + 12 AÑOS



SÁBADO 27 | 18 h

El fruto al árbol, el pez al agua y la paz al mundo / CÍA. DUO LARGO

La frutera y el pescadero se enfrentan
y discuten constantemente. ¿Qué
pueden hacer para resolver sus
dificultades de convivencia?

A PARTIR DE 5 AÑOS



 @JMDCiudadLineal

 @DistritoCiudadLineal

ENTRADAS:

Reparto de entradas en el Centro Cultural, a
partir de las 10:00 horas del día anterior al de
la celebración del espectáculo.

Máximo 2 entradas por espectador.
El acceso es libre hasta completar aforo.
Programación sujeta a posibles cambios.

RECOMENDACIONES DE PROTECCIÓN E HIGIENE:

Uso de la mascarilla a partir de 6 años.
Aforo según normativa vigente.

AUDITORIO

CARMEN LAFORET

C/ Jazmín, 46

TEL.: 91 776 78 10

 Pinar de Chamartín
(L 1 y 4, ML-1)

 29, 125, 129, 150

MÁS INFORMACIÓN



Agenda Cultural

MAYO 2023



SÁBADO 6 | 18 h

 50 min

El enigma del amor

CÍA. CANAPÉ DE POLENTA

La fantástica travesía de un poeta solitario que viaja buscando su alma gemela, ayudado por un pirata temerario. Ambos irán al encuentro de Diana, la protectora de los animales del bosque.

A PARTIR DE 2 AÑOS



SÁBADO 20 | 18 h

 60 min

El cumpleaños de la infanta

CÍA. RATEATRO

Es el cumpleaños de la infanta. ¿Serán capaces de sorprenderla este año? Han traído un bufón desde lo más profundo del bosque. Muy pronto descubrirá que el palacio no está hecho para él.

A PARTIR DE 4 AÑOS



SÁBADO 13 | 19 h

 60 min

Mari Pepa de Chamberí canta a Madrid

Las canciones más populares del cancionero madrileño a ritmo de chotis, cuplés, pasodobles y pasacalles. Mari Pepa compartirá con el público el protagonismo del espectáculo.

San Isidro 



SÁBADO 27 | 18 h

 60 min

El Mago Héctor

"La magia existe"

Profesional venido de la escuela de Tamariz. Ha llenado todos los teatros con la magia más sorprendente, captando la ilusión de pequeños y mayores. A PARTIR DE 5 AÑOS

 MÚSICA
 TEATRO

 INFANTIL
 DANZA

 CINE
 EXPOSICIÓN

 TALLER
 LITERATURA

 @JMDCiudadLineal

 @DistritoCiudadLineal

ENTRADAS:

Reparto de entradas en el Centro Cultural, a partir de las 10:00 horas del día anterior al de la celebración del espectáculo.

Máximo 2 entradas por espectador.
El acceso es libre hasta completar aforo.
Programación sujeta a posibles cambios.

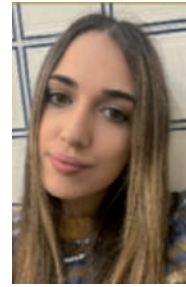
RECOMENDACIONES DE PROTECCIÓN E HIGIENE:

Uso de la mascarilla a partir de 6 años.
Aforo según normativa vigente.



Amigos del Arte

Mayla y Mónica de Barbeito



Reciclar-Reutilizar-Ayudar a la Naturaleza



En los años 80 en España, comenzamos por el Vidrio. Los vertederos son una gran Contaminación para el Ser Humano. 500 años a.C. exigían que la basura estuviera a más de un kilómetro de la ciudad. En el año 1030 los japoneses comienzan con el papel. Se hace un deber moral y de conciencia ética, reutilizar en nuestras posibilidades, todo tipo de enseres personales, dándole una segunda vida.

Mi opinión sobre belleza decorativa, por ejemplo, es: Lo antiguo siempre es más bello que lo funcional. ¿Si no haces nada por la Naturaleza? Ella no lo hará por Ti.

¡Recicla hasta agotarte! ¡Siempre tendrás larga vida! ●

Cocinar en época de cambio

Con la encarecida subida general de precios, cada día es más complicado llegar a final de mes, por eso es importante cada pequeño gesto y también ahorrar en la cocina. A la hora de ir hacer la compra, recomiendo encarecidamente llevar una lista y una de mis reglas principales es no ir a comprar teniendo apetito.

Lleva tus propias bolsas.

Siempre que puedas, compra alimentos de proximidad (evitarás intermediarios y conseguirás un mejor precio). Calcula bien, a veces es más

barato comprar el alimento fresco que el procesado (con medio kilo de tomates puedes preparar salsa para 4 personas. Con 1 kg. de calabaza, 4 puerros y 1 patata puedes preparar puré para 6 personas). Es importante a la hora de cocinar utilizar bien los alimentos, y aprovechar el mismo tiempo de cocinado para elaborar más cantidad y después congelar. Una gran aliada es la olla exprés, eficiente y rápida en las cocciones, permitiéndonos un ahorro de hasta un 50% en el consumo. El simple gesto de tapar la olla tradicional nos permite un ahorro de un 25%. Si apagas el fuego 10 minutos antes de la cocción se acabará con el calor residual sin necesidad de gastar ni luz, ni gas. Aprovechar el calor del horno para cocinar varios platos o recalentar en lugar de utilizar el microondas. ¡Pequeños gestos que pueden ayudarnos! ●





El Montero de Cazorla

Restaurante, Taberna Andaluza.

Le ofrecemos una cocina exquisita muy variada, platos para todos los gustos y sugerencias de temporada, más de 30 años nos avalando el mejor servicio y calidad, por eso, celebre con nosotros sus fiestas familiares, cenas de empresa o cualquier evento, solicite nuestros menús.

No te puedes perder
nuestros:

- Excelentes ibéricos
- Buenas frituras
- Increíbles ensaladas
- Deliciosos arroces
- Espectaculares carnes
- Pescados frescos
- Rabo de toro
- Postres caseros

RESERVAS:

C/ Cipriano Sancho 5
(Semiesquina Alcalá 250)
Madrid.

Tfno. **914 052 615 - 913 264 874**

Y TAMBIÉN EN:

C/ de Alcalá 261
(Esquina Raquel Meller)
Madrid.

Tfno. **914 051 069 - 914 051 070**

Síguenos en:



Valle del Jerte, Madrid
Gratuito para nuestros clientes
Avenida de Daroca N°1

www.restauranteelmonterodecazorla.com
www.restauranteplazatorosventas.com

DOMINGO 7 DE MAYO

Día DE LA Madre

TE INVITAMOS
A CENAR



@BingoLasVegas



Bingo Las Vegas

www.bingolasvegas.es

Calle de los Hermanos García Noblejas, 17
28037 Madrid