

ciudad lineal®

www.ciudadlineal.net

EJEMPLAR GRATUITO
NOVIEMBRE 2024
N.º 374 - AÑO 35

BIENVENIDO OTOÑO



Reforma integral del Campo de Fútbol del Centro Deportivo Concepción



COMIDA CASERA

MÁS DE 40 RACIONES

5,50 € / RACIÓN

PARRILLADAS DE CARNES / FRITURA DE LA CASA

C/ALCALÁ 337 (PLAZA QUINTANA) 28027 - TEL **630402348**

Misterios'

drinks & fun

C/ Marqués Pico de Velasco 45

Raciones

Jamón Ibérico	14€
Lomo Ibérico	14€
Queso oveja	10€
Lacon	10€
Combo Misterios'	18€

(Jamón, lomo, queso,
chorizo picante)

Callos a la Madrileña	9€
Oreja en Salsa	9€

Ensaladilla Rusa	9€
Pincho tortilla	3.50€

Productos
máxima
calidad

Tostas

Jamón ibérico	5€
Tomate, ajo y aceite	
2 unidades	9€
Salmón ahumado	6€
Aceite, ajo, perejil	
2 unidades	10.50€
Anchoas con tomate	5.50€
2 unidades	10€
Anchoas, queso, tomate	7€
2 unidades	12€

Celebra

tus

eventos

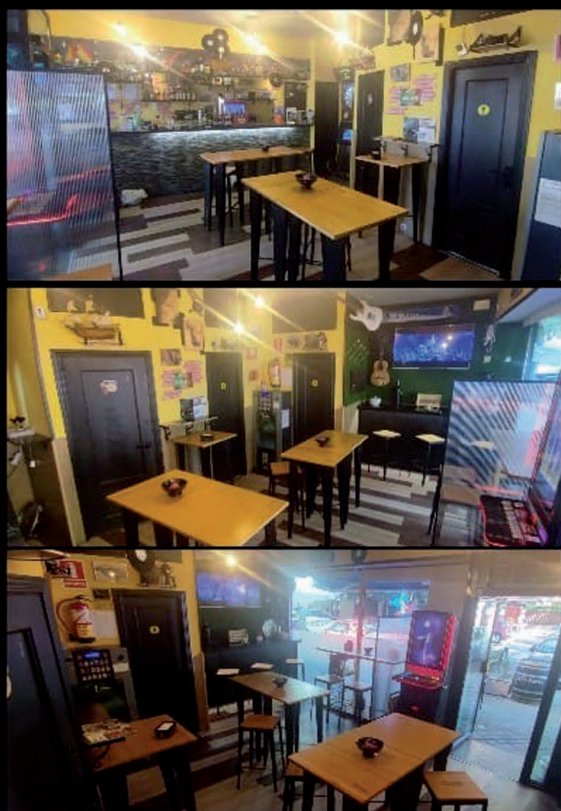
con

nosotros

Bocadillos



Jamón o lomo	6€
montado	4.50€
Queso oveja	6€
Montado	4.50€
Anchoas	6.5€
Montado	4.50€
Sandwich	3.50€



Celebra con nosotros
tus eventos

Cumpleaños, aniversarios,
reuniones de amigos
fiestas de Navidad, ...,

Pide presupuesto

y

reserva ya

Local
de
referencia



misterios' drinks&fun



misteriosdrinksfun



624 67 38 80



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

¡GRATIS!

PRIMERA VISITA, RADIOGRAFÍA Y DIAGNÓSTICO

Dra. Adriana Travieso
C/ Virgen del Val, 24

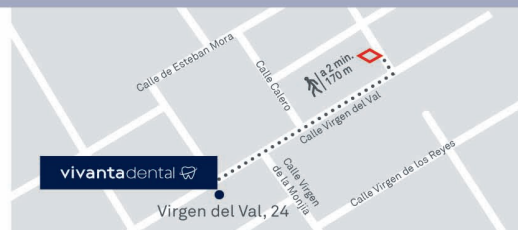
Registro Sanitario: CS-7444 - DHARMADENT S.L.N.E. - B85738854

Telf. 91 404 90 09



616 630 054

www.vivantadental.es



Glaska
EXPERIENCE & SPA

¿Una fiesta en un spa?

Celebra cumpleaños para adultos o los más pequeños de la casa, planes con amigas o en pareja.

Incluye:

- Tratamientos faciales
- Tratamientos corporales
- Jacuzzi
- Aperitivos

¡Porque hay momentos que merecen una celebración!





Reforma integral del Campo de Fútbol del Centro Deportivo Concepción



Reforma integral del Campo
de Fútbol del Centro Deportivo
Concepción

Ciudad Lineal
NOVIEMBRE 2024

N.º 374. Año 35

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

El Centro Deportivo Municipal Concepción estrena su renovado Campo de Fútbol, tras una inversión de 1,5 millones de euros



La Delegada de Obras *Paloma García Romero* junto a la Concejala de **Ciudad Lineal** *Nadia Álvarez* inauguran el **Campo de Fútbol del CDM Concepción** tras la reforma integral de todo el centro deportivo, un gran proyecto terminado para el disfrute de todos los vecinos



Entrega de los trofeos de la fase de distrito de los Juegos Deportivos Municipales

La Delegada de **Obras y Equipamientos**, *Paloma García a Romero*, y la Concejala de **Ciudad Lineal**, *Nadia Álvarez*, asistieron al partido inaugural del **Campo de Fútbol del Centro Deportivo Municipal Concepción** tras las obras de reforma integral de las instalaciones que ha llevado a cabo el Ayuntamiento y que han supuesto una inversión de 1,5 millones de euros.

Los trabajos han tenido una doble vertiente. Por una parte, el **Área de Obras y Equipamientos** ha invertido 1,1 millones de euros en la demolición de los antiguos graderíos y la construcción de otros nuevos con capacidad para 1.500 personas. Asimismo, ha levantado un nuevo módulo de 250 m² que cuenta con siete vestuarios, tres aseos, almacén y cuartos de instalaciones, electricidad y limpieza. Por su parte, la **Junta Municipal del distrito** ha destinado 420.000 euros a la sustitución del césped artificial, la mejora del firme y el cambio de las porterías del campo.

García a Romero ha destacado que, además, el Ayuntamiento acaba de comenzar la reforma integral del **Campo de Fútbol García de la Mata del CDM San Juan Bautista**.

De esta manera, ha explicado, “**Ciudad Lineal** dispondrá de dos campos de fútbol de primer nivel con capacidad para unos 2.500 espectadores, lo que demuestra el compromiso del Ayuntamiento con el fomento del deporte base en este distrito”.

Por su parte, *Nadia Álvarez* ha recordado “el compromiso de la **Junta Municipal de Ciudad Lineal** con el deporte base” a través de actuaciones como la rehabilitación del campo de fútbol “para que los usuarios puedan practicar deporte en unas instalaciones de calidad y seguras”. En palabras de la concejala, “es primordial contar con instalaciones renovadas y bien conservadas al servicio de los vecinos de este distrito, de modo que se convierta en un referente de la práctica deportiva”.

Coincidiendo con la celebración del **Día del Deporte**, se disputó un partido de fútbol entre veteranos del **Club Escuela de Fútbol Concepción** y de la cantera del **Real Madrid Club de Fútbol**. Posteriormente se entregaron los trofeos de la fase de distrito de la temporada 2023-24 de los Juegos Deportivos Municipales. ●

50%
DTO.

**LENTES
PROGRESIVAS
DE ALTA GAMA**

2x1

**AUDÍFONOS
RECARGABLES***



Escríbenos o pide cita:



678570465



* Válido para adaptaciones binaurales

C/ Alcalá, 328. Tel. 91 752 52 88

C/ Alcalde López Casero, 6. Tel. 91 326 28 07

www.opticavisionarte.com

• **RESTAURANTE** •



**TU NAVIDAD
A LA VUELTA
DE LA ESQUINA**

Todo lo que necesitas
está en Madrid



MADRID

120.000 euros para accesibilidad de tres calles del distrito



Calle Arturo Soria con José del Hierro

La concejala de **Ciudad Lineal**, **Nadia Álvarez**, ha visitado las obras que ha llevado a cabo la Junta Municipal en varias calles del distrito para mejorar la accesibilidad con una inversión de 120.000 euros. *Álvarez* ha subrayado que “estas obras son una muestra más

del compromiso de seguir mejorando los espacios públicos y las instalaciones municipales para que sean plenamente accesibles”.

Los trabajos han consistido en la reforma de cerca de 1.000 metros cuadrados

de aceras en las calles de Salas Barbadillo, Arriaga y Arturo Baldasano, a través de la renovación de los pasos de peatones existentes para adecuarlos al manual de accesibilidad para espacios públicos urbanizados, con la instalación de nueva señalización de seguridad vial, la realización de orejetas para ampliar aceras en las esquinas y en los resguardos de los pasos de peatones y la ejecución de nuevos sumideros para la recogida de aguas pluviales. Además, en la calle Arriaga se han reubicado los estacionamientos para personas con movilidad reducida para facilitar la llegada del usuario y se han realizado nuevos alcorques para el arbolado.

Según ha destacado **Nadia Álvarez**, es esencial que las administraciones trabajemos en la eliminación de las barreras arquitectónicas existentes para que todas las personas, con independencia de sus capacidades, puedan disfrutar de los espacios públicos”. ●

35 años de actividad en el distrito



Los primeros distintivos de **Ciudad Lineal**, como reconocimiento a todos aquellos comercios con más de 35 años de antigüedad en nuestro distrito

La concejala de **Ciudad Lineal**, **Nadia Álvarez**, visitó 16 comercios del distrito con más de 35 años de antigüedad,

todos ellos en la calle José del Hierro, dentro de una campaña para fomentar el comercio de proximidad que se ha

puesto en marcha desde la Dirección General de Comercio, Hostelería y Consumo del Ayuntamiento.

Durante el recorrido por estos ‘Treintaañeros de **Ciudad Lineal**’, la concejala ha entregado un distintivo que reconoce esta trayectoria al servicio de sus clientes a los responsables de los establecimientos, “verdaderos referentes que han servido a varias generaciones de vecinos siendo testigos de la evolución de sus barrios y que ofrecen productos y servicios de calidad manteniendo su espíritu de cercanía”, ha subrayado *Álvarez*.

Los establecimientos reconocidos son “Electrónica Palco, Librería Dos Castillas, Gafa Deportiva Óptica Estaire, Repuestos Boria, Talleres Jose del Hierro, Bar Sapama, Pastelería Ipanema, Cafetería Fuente Dé, Fabrica de Patatas El Castillo, Ferretería Onsa, Tintorería Lameiro, Alfredo Charcutería, José Peluquero, Autoescuela Mundial, La Boutique del Rotulo y Cafetería Luna”. Todos ellos, junto a otros negocios del distrito que recibieron la distinción, se pueden consultar en la página web: [Todo está en Madrid](#). ●

Pan y bollería hechos a mano
Masa madre natural - Harinas ecológicas
Desayunos - Meriendas - Café de especialidad



BOULANGERIE LA MÔDERNE

Panadería artesanal

RESERVAS Y ENCARGOS
TEL. 694 254 158

Avenida de Badajoz, 52
Abierto de lunes a viernes de 8h30 a 19h
Sábados de 9h a 14h



Madrid invierte en Madrid



MADRID

↳ Promoviendo planes
de reequilibrio en distritos
y barrios vulnerables

↳ Más de 300 proyectos
de inversión cada año

I Semana de la Ciencia de CLineal



La concejala de **Ciudad Lineal**, *Nadia Álvarez*, visitó los dos planetarios situados en el Centro Deportivo Municipal Concepción con motivo de la **I Semana de la Ciencia** del distrito, que se desarrolló hasta el 7 de octubre. *Álvarez* subrayó la puesta en marcha “de esta enriquecedora iniciativa para que nuestros vecinos puedan disfrutar de los secretos del universo a través de la observación de los planetas, las estrellas y las constelaciones”.

Se trata de una actividad gratuita por la que pasaron más de 5.000 alumnos de 3 a 12 años procedentes de los 41 centros educativos del distrito y el público en general. En sesiones de 45 minutos, los asistentes se embarcaron en una experiencia astronómica consistente en la proyección de un vídeo sobre los secretos del universo, una charla didáctica y la resolución de todas las dudas que surgieron.

El programa para colegios se desarrolló en horario de mañana, pero el público pudo asistir de manera gratuita de lunes a viernes, de 17:00 a 20:30 h, y durante el fin de semana, de 10:30 a 20:30 h. ●

III Carrera 10K Ciudad Lineal



Entrega de los trofeos a los ganadores de las categorías absoluta, infantil y alevín

Un total de 500 corredores adultos y una treintena de niños han participado en la tercera **Carrera 10K Ciudad Lineal**, que ha discurrido por una de las arterias

más representativas del distrito, la calle Arturo Soria. La concejala de **Ciudad Lineal**, *Nadia Álvarez*, ha destacado “la alta participación, que consolida esta

prueba dentro el calendario deportivo de la ciudad, ampliándola, como novedad de esta tercera edición, a los más pequeños a través de las categorías alevín e infantil”.

Con salida y meta en el número 4 de la calle Arturo Soria, los corredores han recorrido una distancia de diez kilómetros a lo largo de la calle, girando por la avenida de San Luis para volver al punto inicial. En el caso de las categorías infantil y alevín, la distancia ha sido de 900 y 800 metros, respectivamente.

Al finalizar, *Álvarez* ha entregado los trofeos de las tres categorías participantes –absoluta, infantil y alevín– masculina y femenina y a los corredores (hombre y mujer) de más edad. Junto a los trofeos, el primer clasificado de cada categoría ha recibido un cheque por valor de 80 euros en material deportivo para consumir en un establecimiento especializado del distrito.

La concejala ha subrayado “la ilusión, el esfuerzo y el espíritu de superación» que han impregnado todo el recorrido, a la vez que ha recordado que «**Ciudad Lineal** es un distrito comprometido con los valores del deporte y con hábitos de vida saludable». ●



Menús navideños

nº 1

Aperitivo de bienvenida

Entrantes para compartir

- Croquetas de rabo de toro con cebolla caramelizada
- Milhojas de calabacín y gulas
- Huevos rotos con jamón ibérico y aceite de trufa

Segundos a elegir

- Entrecot de ternera con patata panadera
- Bacalao al pil-pil sobre una cama de verduritas

Postre

- Brownie de chocolate con bola de helado de vainilla

INCLUYE 1 BOTELLA DE CUNE
PARA 4 PERSONAS

30 €/p.p

nº 2

Aperitivo de bienvenida

Entrantes para compartir

- Twister de gambas con salsa agri dulce
- Huevos rotos con foie fresco y aceite de trufa
- Ensaladilla rusa con ajonesa, remolacha y láminas de ventresca

Segundos a elegir

- Paletilla de cordero lechal con patata baby a la mantequilla
- Lomo de corvina sobre un timbal de verduras y vinagreta de cilantro y limón

Postre

- Soufle de chocolate

INCLUYE 1 BOTELLA DE PROTOS
PARA 4 PERSONAS

40 €/p.p

nº 3

Aperitivo de bienvenida

Entrantes para compartir

- Arroz caldoso con bogavante
- Flores de alcachofas con cecina y salsa romesco
- Provolone con compota de tomate, pesto y pan tostado de cristal

Segundos a elegir

- Solomillo de ternera con foie fresco y boletus
- Lenguado a la meunière

Postre

- Hojaldre de manzana con crema pastelera

INCLUYE 1 BOTELLA DE PROTOS
PARA 2 PERSONAS

50 €/p.p



Calle **Marqués de Pico Velasco, 45.**
28027, Madrid

Calle **Bravo Murillo, 189.**
28020, Madrid
Parking público
C/ Goiri 35



Teléfono reservas
916 653 121

Más de 6.000 personas participan en los talleres de los ocho centros



Visita al Centro Municipal de Mayores San Juan Bautista

La concejala de **Ciudad Lineal**,
Nadia Álvarez, visitó el Centro Municipal

de Mayores San Juan Bautista donde se
están llevando a cabo una treintena de

talleres a los que asisten 500 usuarios. Álvarez ha destacado “la calidad de la oferta que cada año pone en marcha la Junta Municipal en los ocho centros municipales de mayores del distrito, donde este curso participan más de 6.000 personas en las actividades socioculturales, ocupacionales, artísticas y recreativas”.

Visita de Álvarez al Centro Municipal de Mayores San Juan Bautista

Los Centros Municipales de Mayores de **Ciudad Lineal** –Príncipe de Asturias, Ascao, San Juan Bautista, Canal de Panamá, Carmen Laforet, Manuel Alexandre, Islas Filipinas y Luis Vives– han programado 320 talleres gratuitos, 11 talleres más que el curso pasado, divididos en varios bloques: actividades físicas (yoga, zumba, gimnasia o taichí), actividades artísticas (bailes de salón, coro o teatro), actividades manuales (encuadernación, pintura, manualidades, costura o marquería), talleres culturales y de desarrollo personal (ajedrez, escritura creativa, memoria, animación a la lectura, idiomas) y talleres de nuevas tecnologías (informática y uso de teléfonos móviles). Las inscripciones se han incrementado un 18,96 % con respecto a 2023.

Álvarez ha subrayado “el importante papel que desempeñan los centros municipales de mayores como espacios para promover la convivencia, participación e integración social de nuestros mayores, además de favorecer un envejecimiento activo y saludable”. Están abiertos de lunes a domingo, y cuentan con diferentes servicios como podología, peluquería, prensa, comedor y cafetería. ●

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



Centros Socioculturales de Clineal



La concejala de **Ciudad Lineal**, **Nadia Álvarez**, visitó el Centro Sociocultural Siena, en donde ha conocido el desarrollo de los distintos talleres culturales en los que participan los vecinos y el funcionamiento de las salas de estudio del centro. Este centro oferta un total de 440 plazas para 44 cursos y talleres, entre los que se encuentran los dedicados a la historia del arte, idiomas, informática y uso de internet, además del dedicado a conocer Madrid, entre otros. También se realizan actividades deportivas, como gimnasia de mantenimiento, body balance, pilates, taichí o yoga.

Por otra parte, en el Centro Sociocultural **Ciudad Lineal**, son 46 los talleres que

se proponen a los vecinos con un total de 535 plazas ofertadas, entre los que destacan los de aeróbic, bailes de salón, pilates, sevillanas y yoga por ser los más demandados, así como los de acuarela, restauración de muebles o corte y confección.

La variedad de cursos y talleres de los dos centros socioculturales se suma a la de los tres centros culturales del distrito, lo que permite que vecinos de muy diferentes perfiles puedan disfrutar de las propuestas formativas organizadas por la Junta Municipal de **Ciudad Lineal**. En total, son 3.418 los alumnos ya inscritos en los diferentes talleres que se ofertan en los cinco centros del distrito.

Los dos centros socioculturales cuentan, además, con salas de estudio para estudiantes de todas las edades. En el caso del Centro Sociocultural **Ciudad Lineal**, la sala de estudio, que contó con una asistencia de 9.200 personas entre septiembre de 2023 y el mismo mes de 2024, está abierta de lunes a viernes de 9:00 h a 13:45 h y de 14:15 h a 20:30 h. En cuanto al Centro Sociocultural Siena, el horario es de lunes a viernes, de 9:00 h a 21:00 h. En este último centro, se realizan campañas de apoyo a los estudiantes, ampliándose el horario de 9:00 h a 24:00 h, todos los días de la semana, en los periodos que coinciden con la mayor intensidad de exámenes, es decir, enero-febrero, mayo-junio y septiembre.

Tres centros culturales y un espacio cultural en Ciudad Lineal

Los centros culturales Príncipe de Asturias, La Elipa y San Juan Bautista ponen a disposición de los vecinos una amplia oferta cultural que incluye exposiciones de diferentes disciplinas artísticas, así como espectáculos de teatro, música, cine e infantiles.

Además, con el fin de que la cultura llegue al mayor número de vecinos, el distrito cuenta con el Espacio Cultural Carmen Laforet, en el centro de mayores del mismo nombre, que acerca la oferta cultural al barrio de Costillares. Con el mismo propósito, en un futuro próximo se abrirá un nuevo espacio cultural, en el Centro de Mayores Canal de Panamá del barrio de San Pascual. ●

Glaska
EXPERIENCE & SPA

Circuito *spa*

Masaje relajante o tratamiento facial, chocolaterapia, jacuzzi y aperitivos.

todo por **60€** p/p



VIVE UNA EXPERIENCIA ÚNICA.

@glaskaexperiencespa

📞 621 36 14 48 📍 Calle Aristóteles 4, 28027.

¡OS
ESPERAMOS!

FESTIVAL DE TÍTERES

12:00 H.



20 OCTUBRE

LA BICICLETA DE
ELEONORA

PARQUE DE JOSÉ COUSO Y
JULIO ANGUITA PARRADO
(PARQUE DE LOS MOSQUITOS)



26 OCTUBRE

MI VECINA DESAFINA
PARQUE DOCTOR
FERNÁNDEZ CATALINA



3 NOVIEMBRE

UNA HISTORIA DE
CUENTO

JARDINES DE LULY
ZABALA



10 NOVIEMBRE

EL HUERTO ESTÁ
DESPIERTO

PARQUE CALERO



24 NOVIEMBRE

AMOR INDIO
PARQUE EL FLORI
(BARRIO SAN JUAN
BAUTISTA)

CIA TÍTERES CON CABEZA

ADEMÁS, TENDREMOS
TALLER DE
PINTACARAS

La magia de los títeres llega a los parques de Ciudad Lineal

Señoras y señores, niñas y niños... ¡arrancó el **Festival de Títeres de Ciudad Lineal**! A partir de octubre, los peques son los verdaderos protagonistas de la programación cultural a través de una nueva iniciativa de la **Junta Municipal de Distrito** para llevar la cultura a los parques. ¿Sabías que el origen de los títeres se remonta a las civilizaciones más antiguas como los celtíberos, los fenicios, los griegos o los romanos? Ya sean de guante o de hilo, no hay duda de que los títeres han servido de espectáculo, arte y expresión cultural para divertir, entretener e incluso instruir, en teatros y plazas a lo largo de los siglos.

El **Festival de Títeres de Ciudad Lineal** quiere acercar esta expresión artística a los vecinos del distrito a través de diferentes historias que se presentarán en algunos de los parques más representativos, con el mismo horario, a las 12:00 horas. Además, habrá talleres de pintacaras para amenizar cada jornada. ¿Quieres conocer los detalles?

Comenzó el domingo 20 de octubre con la historia de "La Bicicleta de Leonora" que se representó en los **Jardines de José Couso y Julio Anguita Parrado**. Los niños pudieron descubrir la historia de *Leonora*, que se cuela en el taller de reparaciones de *Rafael* para aprender el oficio y convertirse en 'reparalotodo' de su pueblo, aunque, realmente, lo que desea es una bicicleta.



Las representaciones continuaron el sábado 26 en el **Parque Doctor Fernández Catalina** con la historia de "Mi vecina desafina", representación en la que se cuenta la historia de dos vecinas, *María y Marieta*, que no soportan sus gustos musicales, por lo que no hacen más que discutir, hasta que aparece un ser malvado al que quieren ahuyentar y para ello tendrán que unir sus fuerzas en una sola canción.

El **domingo 3 de noviembre** será la tercera cita de este festival de títeres en los **Jardines de Luly Zabala**. Será el turno de "Una Historia de cuento", en la que *Estrella*, una niña muy curiosa, contará la historia de un duende que protege a los animales. *A Estrella* le acompaña su

amigo *Osvaldo*, un perro callejero, con el lee todas historias de su enorme libro.

El **domingo 10 de noviembre** el escenario se traslada al **Parque Calero** para disfrutar de la historia "El huerto está despierto", en la que *Margarita* se va de la ciudad al campo a pasar unos días y además está muy concienciada sobre el cuidado del medio ambiente y la importancia de separar los residuos.

Y, para terminar, el **domingo 24 de noviembre**, el **Parque El Flori** acogerá la historia "Amor Indio", sobre un miedoso niño llamado *Huauque*, que, junto a la hija del jefe de su tribu, emprende un viaje lleno de divertidas confusiones, aventuras y aprendizajes, con el fin de vencer sus miedos. ●



Tlf: 640 77 10 45

ROTULACIÓN - VESTUARIO LABORAL - SELLOS DE CAUCHO

Rotulación de Vehículos	Camisetas	Tarjetas
Luminosos y Corpóreos	Sudaderas	Folleto
Escaparates	Polos	Talonarios
Cartelería y Señalética	Softshell	Calendarios

ROTULA TU FURGONETA DESDE 140€

C/ San Narciso, 16 LOCAL 28022 (visitas previa cita)

TU SELLO DE CAUCHO EN EL MISMO DIA

<https://graficash.es>
<https://sellosdecaucho24h.es>



Oficina de Mediación del Ayuntamiento



La vicealcaldesa de Madrid, *Inma Sanz*, ha inaugurado, en el pabellón de los jardines de *Cecilio Rodríguez*, la Jornada de Mediación ‘Soluciones prácticas para la gestión de conflictos. Medio Ambiente y Urbanismo’, en la que se dará a conocer la Oficina de Mediación del Ayuntamiento de Madrid, creada en junio de 2023, y el trabajo que realiza para resolver de forma ágil, con la ayuda de un mediador independiente y neutral, las controversias que se pueden presentar entre la administración municipal y los particulares o bien entre particulares en materias que son de competencia municipal.

“Madrid es una ciudad acogedora que siempre busca puntos de encuentro. Haciendo honor a esa personalidad y al carácter dialogante de nuestra ciudad, el Ayuntamiento ha puesto en marcha la Oficina de Mediación, que permite a nuestros vecinos encontrar soluciones efectivas y colaborativas para sus conflictos cotidianos”, ha destacado *Inma Sanz*, que ha celebrado que “el éxito de esta jornada es una señal de una ciudadanía consciente de sus derechos y obligaciones”.

La Oficina de Mediación, un servicio pionero en la administración pública en España, persigue no sólo eliminar litigio, sino también desarrollar el principio de buena administración que se exige

a las instituciones, ahorrando trámites, gestiones y tiempo. Y, además, refuerza el compromiso de la ciudadanía con los asuntos públicos, convirtiéndola en copartícipe en la toma de decisiones.

La vicealcaldesa de Madrid ha indicado que, solo en 2024, la oficina ha gestionado 122 procesos de mediación, con un promedio de tres meses por proceso y se ha logrado “un éxito superior al 80 % en los 60 casos ya finalizados”.

Acercar la administración al ciudadano

Durante la jornada, se expusieron seis supuestos prácticos de mediaciones en materia de molestias medioambientales en edificios residenciales, así como en el ámbito de la legalidad urbanística.

Son temas que contemplan expresamente la mediación administrativa, como recogen las dos ordenanzas aprobadas por el Ayuntamiento de Madrid durante el mandato pasado: la Ordenanza 4/2021 de Calidad del Aire y Sostenibilidad, cuyo artículo 57 no sólo prevé la posibilidad de acudir a la mediación administrativa en los casos previstos en la norma, sino que regula los supuestos, el procedimiento y los efectos que va a producir en el seno del procedimiento correspondiente; y la Ordenanza 6/2022 de Licencias y Declaraciones Responsables, que prevé la mediación administrativa en su artículo

70, regulando los supuestos en que puede aplicarse, así como los efectos que van a producir los acuerdos de mediación a los que se llegue.

El Ayuntamiento tiene suscritos convenios con asociaciones y colegios profesionales como la Federación Nacional de Asociaciones de Profesionales de la Mediación (FAPROMED), el Ilustre Colegio de la Abogacía de Madrid (ICAM), la Cámara Oficial de Comercio, Industria y Servicios de Madrid y la Asociación Madrileña de Mediación (AMM), entre otras.

La apuesta por la mediación forma parte del trabajo que viene realizando el Ayuntamiento en los últimos años en el acercamiento de la administración al ciudadano, que se materializa en un triple eje: primero, en la simplificación normativa, eliminando normas que ya no son necesarias; en segundo lugar, en facilitar que los ciudadanos conozcan y cumplan las normas, promoviendo el conocimiento de la normativa municipal, y por último, en elaborar normas de calidad, claras y sencillas.

Por la labor institucional que realiza, la Oficina de Mediación del Ayuntamiento ha recibido este mismo mes el Premio AMMI 2024, unos galardones de ámbito nacional e internacional que se entregan anualmente desde 2010. ●

++ Haz tu ++ MAGIA



El truco está en
depositar los residuos siempre
DENTRO de su contenedor.



Y si tienes muebles
o enseres **AVÍSANOS**
y pasamos a recogerlo.



PEUGEOT ALLURE CARE



HASTA

**8 AÑOS DE TRANQUILIDAD CON
LA GARANTÍA PEUGEOT ALLURE CARE
INCLUIDO EN TODA LA GAMA DE TURISMOS**

PEUGEOT Allure Care consiste en 3 años de garantía estándar del fabricante más hasta 5 años de cobertura especial, que se activa al realizar el mantenimiento del vehículo en la Red Oficial Peugeot, según nuestro programa de servicio. Es válido hasta la próxima revisión programada y se prorrogará hasta un máximo de 8 años o 160.000 km, lo que ocurra primero, según las condiciones del programa. Peugeot Allure Care está disponible en los siguientes modelos en todas sus versiones y motorizaciones: 208, 2008, 308, 308 SW, 3008, 408, 508 y 5008 (en las versiones térmicas válido para pedidos del 01/09/2024 al 30/11/2024). Peugeot Allure Care no afecta a la garantía legal de conformidad ni a la garantía del fabricante de tu vehículo. Consulta los términos y condiciones generales en Peugeot.es.

C/ Virgen de la Paz 8,
28027 Madrid
91 404 53 86

PEUGEOT ALCALA 534
www.alcala534.com

Ctra. de Valencia, km 7,3
28031 Madrid
Av. de la democracia 21
91 741 51 11

NUEVO CITROËN ë-C3

LA REVOLUCIÓN HA COMENZADO



DESDE

99€ /

MES*

Primera cuota: 2.871,76€
ELECTRIC RENTING TODO INCLUIDO
Plan MOVES III incluido



GASOLINA Y ELÉCTRICO

Gama Nuevo Citroën ë-C3 Eléctrico: Consumo eléctrico combinado WLTP (Wh/km): 171 a 174. Emisiones CO₂ WLTP (g/km): 0. Autonomía WLTP: 321 hasta 326 km

*Cuota mensual con IVA a clientes particulares de un Nuevo Citroën ë-C3 Eléctrico YOU para Península y Baleares, en alquiler a 24 meses y 20.000 km, incluyendo la ayuda del PLAN MOVES III hasta un máximo de 7.000€. La concesión de la ayuda del Plan Moves III depende de que el beneficiario cumpla con los requisitos establecidos por cada Comunidad Autónoma y de la existencia de fondos (condiciones en www.idae.es). Primera cuota: 2.871,76€. Incluye los servicios de mantenimiento, reparaciones, asistencia en carretera, gestión de multas, impuestos y seguro, durante el periodo contratado. Oferta de Stellantis Financial Services España, EFC, S.A., condicionada a aceptación financiera. Oferta válida hasta el 31/10/2024. El modelo visualizado puede no coincidir con el modelo ofertado. Stellantis Finance adelanta el importe previsto de la ayuda MOVES, aplicándolo sobre la cuota de renting. Este adelanto será por un plazo máximo de 18 meses. Si vence el plazo anterior o se deniega la concesión de la ayuda, el cliente deberá devolver el adelanto realizado por Stellantis Finance mediante un pago único. Si la ayuda fuera concedida tras el vencimiento del plazo anterior, Stellantis Finance devolverá dicha ayuda al cliente. Estación de carga easyWallbox incluida. No incluye instalación.



CITROËN

C/ Virgen de la Paz 8,
28027 Madrid
91 404 53 86

PEUGEOT ALCALA 534
www.alcala534.com

Ctra. de Valencia, km 7,3
28031 Madrid
Av. de la democracia 21
91 741 51 11

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

NOVIEMBRE
2024

¡NO TE PIERDAS NADA!
TODA LA INFO EN EL QR



Agenda Cultural

SÁBADO 2 | 2 PASES 35 min

Buenos días mundo CÍA. LA RATA RITA

Los amigos Rita y Lucas juegan a la vez que descubren y se adentran en los elementos del mar, la tierra y el aire.

DE 6 A 36 MESES



DEL 4 AL 29 DE NOVIEMBRE

Viaje de colores

EXPOSICIÓN DE EMILIA MORENO

La exposición gira en torno a la reunión de momentos espontáneos, instantes de la vida reflejada en rostros, cuerpos y paisajes.



VIERNES 8 | 19 h

Yuley Díaz

Joven pianista y compositora cubana, presenta sus primeras composiciones en calidad de solista. Su música fusiona con muchísimo acierto Cuba, el piano clásico y el jazz.



VIERNES 15 | 19 h

Alejandra Torres Rovira & Osvaldo Burucúa

Un recorrido por el universo del tango y el bolero en delicadas versiones a dúo de guitarra y voz.



SÁBADO 16 | 19 h 70 min

Monólogos Wooman

Un espectáculo de humor con voz femenina, con las cómicas Paloma Jiménez (*Homozapping* y *Estoy Rara*) y Alejandra Jiménez Cascón (*El Club de La Comedia* y *Eurovisión*).



VIERNES 22 | 19 h 60 min

Rompe el silencio

CÍA. CORART

Tres personas anónimas llegan a un lugar experimental que acaba de crearse para que la gente pueda contar sus traumas más secretos. Cada uno sufre una situación límite.



SÁBADO 23 | 19 h 60 min

Sergio Fábregas

A PLENA VOZ

Su particular voz de tenor permite al público conectar con grandes artistas como Manolo Caracol, Juanito Valderrama o Rocío Jurado entre otros grandes.



VIERNES 29 | 19 h 60 min

Elena Ley

CANCIONES QUE TOCAN EL ALMA

En sus conciertos presta especial atención a la narración de historias y al contacto con el público, animando a cantar con ella si así lo desea.



SÁBADO 30 | 19 h 60 min

Laia Molins & Jofre Fité

La bailarina de tap dance o claqué Laia Molins y el pianista Jofre Fité, fusionan sus talentos para crear un diálogo que transportará a los espectadores a un viaje emocionante y evocador.



JUEVES 7 | 19 h | MÚSICA
Bucero (CANTAUTOR/FUSIÓN)

JUEVES 14 | 19 h | MÚSICA
Flaco Rodríguez
(POP/ROCK/BLUES)

JUEVES 21 | 19 h | MÚSICA
Shadday López
(FUSIÓN/MÚSICAS DEL MUNDO)

JUEVES 28 | 19 h | MÚSICA
Crunchy Tostadas (HARD CÓMICO)



@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.
- Teatro para bebés: Exclusivamente una entrada por bebé y un acompañante.
- El acceso es libre hasta completar aforo.
- Programación sujeta a posibles cambios.

CENTRO CULTURAL LA ELIPA

C/ Santa Felicidad, 39

TEL.: 91 405 53 12



15, 28, 110, 113, 210

NOVIEMBRE 2024

¡NO TE PIERDAS NADA!
TODA LA INFO EN EL QR



Agenda Cultural

SÁBADO 2 | 19 h 75 min

Licenciado Vidriera

CÍA. FACTORÍA TEATRO

Adaptación de uno de los relatos que componen las *Novelas Ejemplares* de Miguel de Cervantes Saavedra.



DEL 5 AL 29 DE NOVIEMBRE

Homenaje

EXPOSICIÓN DE COLECTIVO ALCOPI

Exposición de pintura del colectivo ALCOPI de Alcorcón en homenaje al pintor hondureño Pablo Zelaya Sierra.



VIERNES 8 | 19 h 90 min

Chas y de repente... ¡Tú!

CÍA. GARROTE PRODUCCIONES

Disparatada comedia romántica. Lola se dirige a la boda de su mejor amiga, cuando su coche se avería...



VIERNES 15 | 18 h 60 min

Jugando con fuego

CÍA. CIRCONCIENCIA

Circo y divulgación científica para todos los públicos. Aurora Ribosoma y Armando Neutrínose nos enseñarán las propiedades del fuego.

A PARTIR DE 6 AÑOS



SÁBADO 16 | 19 h 75 min

Carmen Vela Quartet

EN CONTINUO

Nos presenta su último álbum con sonoridad jazzera contemporánea y algunos guiños al swing o al Latin más clásico.



VIERNES 22 | 19 h 90 min

Ignífugas

Proyecto documental elaborado desde una perspectiva feminista, intergeneracional e interseccional, recoge las historias de vida de siete mujeres. Con coloquio posterior a la proyección.

MAYORES DE 12 AÑOS



SÁBADO 23 | 19 h 75 min

Pachanga Jazz

Desde sus orígenes encuentran placer y satisfacción al crear música y compartirla con sus seguidores en todo el mundo.



VIERNES 29 | 19 h 60 min

Los Pintores

Su propuesta consiste en una revisión del repertorio de la banda, mezcla de jota, flamenco y punk, junto a la interpretación de algunas canciones tradicionales.



SÁBADO 30 | 19 h 70 min

Chéjov VS Quintero

CÍA. INTERMEZZO

La compañía interpretará los sainetes *Sangre gorda* y *La real gana* de los Hermanos Álvarez Quintero, y dos obras cortas del ruso Anton Chéjov, *La institutriz* y *La audición*.



JUEVES 14 | 19 h | MÚSICA
Post Plastic World
(BRITISH POP/INDIE)

JUEVES 21 | 19 h | MÚSICA
Rock Fulanos
(HARD ROCK, VERSIONES DE LOS 80)

JUEVES 28 | 19 h | MÚSICA
Raeincarnation
(ROCK, VERSIONES)

Los **MICRO JUEVES** de Ciudad Lineal
¡Ven a descubrir nuevos talentos!

SÁBADOS 16 y 23 | 12 h | CINE INFANTIL / FAMILIAR
Ciclo de cine · El Ojo Cojo



Ciclo de cortometrajes para familias con temática social enfocada desde una perspectiva infantil. Duración: 1 h.

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.

X @JMDCiudadLineal

f @DistritoCiudadLineal

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, 70, 72, 73,
120, 122

NOVIEMBRE 2024

¡NO TE PIERDAS NADA!
TODA LA INFO EN EL QR



Agenda Cultural

DEL 4 AL 29 DE NOVIEMBRE

Miradas que atrapan y emocionan

EXPOSICIÓN DE GLORIA NISTAL

Miradas de cuatro continentes. Los retratos espontáneos reflejan notas de identidad de diferentes culturas.



FESTIVAL
DE JAZZ
CIUDAD LINEAL

SÁBADO 2 | 19 h

Lorenzo Moya

El pianista y compositor presenta su último álbum, una propuesta de flamenco y jazz desde el piano, donde aúna la música de grandes maestros de la música española, de la guitarra flamenca y composiciones propias.



VIERNES 8 | 19 h

AKNOT

Conforma uno de los combos más dinámicos de la expresión jazzística que deambula entre el jazz tradicional, el blues, el gospel y el funk, con pinceladas del jazz moderno de las últimas décadas.

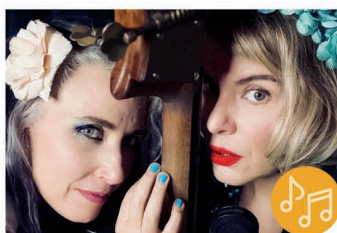


VIERNES 15 | 19 h

Pía Tedesco & Lila Horovitz

DOS MUJERES CONTRABAJO

Únicas, polifacéticas y atrevidas. Un concierto sorprendente en el que interpretan canciones propias y reinterpretan clásicos inimaginables.



JUEVES 14 | 19 h | MÚSICA

Synergia (POP/ROCK)

JUEVES 21 | 19 h | MÚSICA

Frahn Cuváz + The Lone Jacks

(POP/ROCK/COUNTRY)

JUEVES 28 | 19 h | TEATRO

"El hospital de los locos"

DE JOSÉ DE VALDIVIELSO. CÍA. ACTÚA TEATRO

Los
MICRO
JUEVES
de Ciudad Lineal

¡Ven a descubrir
nuevos talentos!



SÁBADO 16 | 19 h

Tromboneando con Demetrio Muñiz

Homenaje al trombón dirigido por Demetrio Muñiz (varios premios Grammy), con una formación de cinco trombonistas de talla internacional como Ángel Subero o Amaury Pérez.



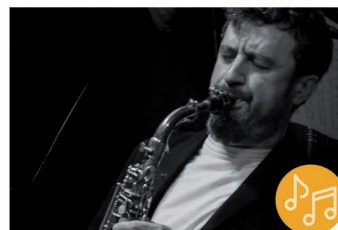
¡ESTRENO ABSOLUTO!



VIERNES 22 | 19 h

Gustavo Díaz Quartet

El saxofonista se erige como figura prominente en la escena jazzística. Un concierto en el que se podrán disfrutar temas incluidos en su último disco y nuevas composiciones.



SÁBADO 23 | 19 h

Barney Kessel Tribute Quintet

Homenaje al gran Barney Kessel, una de las leyendas de la guitarra del jazz. Un homenaje al West Coast jazz, caracterizado por su raíz popular y sus sofisticados arreglos.



VIERNES 29 | 19 h

Carol Dubois & Juan Peñaloza

DEL OTRO LADO DEL MAR

La cantante y el pianista nos llevan a un viaje jazzístico por las melodías y los ritmos de Latinoamérica.



SÁBADO 30 | 19 h

Román Filiú & Iván "Melón" Lewis

INKALIMEVA

Filiú y Lewis deconstruyen y enriquecen contradanzas, danzas y cha cha chás, y se integran en el jazz contemporáneo.



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.

✕ @JMDCiudadLineal

f @DistritoCiudadLineal

AUDITORIO

CARMEN LAFORET

C/ Jazmín, 46

TEL.: 91 383 14 56

 Pinar de Chamartín
(L 1 y 4, ML-1)

 29, 125, 129, 150

NOVIEMBRE
2024

¡NO TE PIERDAS NADA!
TODA LA INFO EN EL QR



Agenda Cultural

SÁBADO 2 | 18 h

 50 min

Los cuentos de Guri Gurí CÍA. KOKORO

Siguiendo los caminos de sus mapas, Guri Gurí va de pueblo en pueblo, de país en país: cada pueblo un cuento, cada país una aventura.

A PARTIR DE 3 AÑOS



SÁBADO 16 | 18 h

 50 min

La gran revolución del piojo Ramón

CÍA. SALTATIUM TEATRO

Esta es la historia de cómo un piojo cualquiera se convirtió en héroe.

A PARTIR DE 4 AÑOS



VIERNES 8 | 19 h

 60 min

Paco Villar

Este divo de la canción española y flamenca cuenta con más de 40 años de trayectoria. Ha actuado prácticamente con todas las figuras de la canción española y flamenca.



VIERNES 22 | 19 h

 60 min

Fernández & Muñoz

PALABRA DE MUJER

Este dúo de piano y voz presentarán un repertorio escogido en homenaje a tantas mujeres, que en algún momento han sentido presión por querer ser ellas mismas.



VIERNES 15 | 19 h

 60 min

Trío Lyra

Una exquisita combinación de talentos musicales formado por la pianista Aylín Pla, la violonchelista Marta Mulero y la soprano Rosa Gomariz. Su repertorio cuidadosamente seleccionado, incluye arias de ópera, dúos y música de cámara instrumental.



SÁBADO 23 | 18 h

 50 min

Jazz Divas Acoustic

CON VERÓNICA COSTILLA

Un concierto didáctico para recordar a las grandes voces femeninas de la historia del jazz del siglo XX, con las canciones que interpretaron.

PÚBLICO FAMILIAR



JUEVES 14 | 19 h | MÚSICA

Aníbal Campos

(CANTAUTOR)

JUEVES 21 | 19 h | MÚSICA

Bitter Candies

(VERSIONES POP/ROCK)

JUEVES 28 | 19 h | MÚSICA

Diez

(CANTAUTOR)

Los
**MICRO
JUEVES**
de Ciudad Lineal

¡Ven a descubrir
nuevos talentos!



VIERNES 29 | 19 h

 60 min

Tryolett Música

SUEÑOS DE HOLLYWOOD

Un paseo con música y proyección recordando a ese Hollywood, que a través del cine nos hizo soñar en algún momento.



SÁBADO 30 | 18 h

 45 min

PUM-PUM: al cerro voy

CON LA VERO PAZ

Un cuento musical. Puchita Cigüeña ha perdido la brújula que le indicaba cómo llegar a su hogar: el cerro.

A PARTIR DE 3 AÑOS



✕ @JMDCiudadLineal

f @DistritoCiudadLineal

- El acceso es libre hasta completar aforo.
- Programación sujeta a posibles cambios.

El peligro de la desaparición del dinero efectivo



1. Impacto en las Zonas Rurales:

Las áreas rurales suelen tener acceso limitado a la tecnología y la conectividad digital. Para muchas comunidades rurales, el efectivo sigue siendo la forma de pago más confiable y accesible. La eliminación del dinero en efectivo podría marginar a estas comunidades, dificultando sus transacciones cotidianas y su participación en la economía.

2. Pérdida de Privacidad:

A medida que aumenta la dependencia de los pagos electrónicos, también lo hace la cantidad de información financiera personal que se recopila y comparte. Cada transacción electrónica deja un rastro digital que puede ser utilizado para rastrear tus hábitos de gasto y preferencias. La pérdida de privacidad es una preocupación seria, y el efectivo sigue siendo una forma de pago que te permite mantener el control de tu información financiera.

3. Dependencia Gubernamental:

La eliminación del efectivo puede dar lugar a una mayor dependencia del gobierno en nuestras vidas financieras. Los registros digitales de todas las transacciones pueden facilitar el monitoreo y el control gubernamental. Es importante preservar nuestra autonomía financiera y asegurarnos de que el gobierno no tenga un control excesivo sobre nuestras finanzas personales.

Vivimos en una era en la que los pagos electrónicos han llegado para quedarse. La conveniencia de utilizar tarjetas de crédito, aplicaciones de pago y transferencias electrónicas es innegable, pero también es esencial comprender los riesgos que conlleva depender completamente de estos métodos. En esta sección, exploraremos los peligros de perder el efectivo y cómo esto afecta a diferentes aspectos de nuestras vidas:

4. Vulnerabilidad a Interrupciones Tecnológicas:

Los sistemas electrónicos son vulnerables a interrupciones tecnológicas, ya sea por fallas en la red o ataques cibernéticos. Dependiendo exclusivamente de los pagos electrónicos nos expone a un mayor riesgo de quedar atrapados en situaciones donde no podemos acceder a nuestros fondos o realizar transacciones.

5. Exclusión de Grupos Vulnerables:

Las personas mayores, aquellos que no tienen acceso a la tecnología o quienes prefieren el efectivo por razones culturales, pueden quedar excluidos si el efectivo desaparece por completo. Es fundamental garantizar que todos tengan la opción de utilizar dinero en efectivo, independientemente de su situación.

En resumen, aunque los pagos electrónicos ofrecen comodidad, no debemos subestimar los riesgos asociados con su dependencia total.

Perder el efectivo podría tener un impacto significativo en las zonas rurales, nuestra privacidad y nuestra relación con el gobierno. Es esencial encontrar un equilibrio que permita la coexistencia de métodos de pago electrónicos y el dinero en efectivo, preservando así nuestra libertad financiera y nuestra autonomía. Juntos, podemos tomar medidas para proteger nuestras opciones financieras y garantizar un futuro donde todos tengan acceso a una variedad de métodos de pago.

En Salvemos el Dinero Físico, estamos comprometidos en proteger y preservar tu derecho al dinero en efectivo. Creemos que es esencial que todos tengan la libertad de elegir cómo realizan sus transacciones financieras. A continuación, te presentamos nuestra propuesta de ley y lo que estamos haciendo para garantizar tu derecho al dinero en efectivo:



CELEBRA TU CUMPLEAÑOS Y MUCHO MÁS...

15€

**MERIENDA A ELEGIR
TARTA DE CUMPLEAÑOS
INVITACIONES
EXCLUSIVIDAD
DISCO-BABBY
PINTACARAS**

OTROS

NOCHES SIN PADRES 18€

CAMPAMENTO DE NAVIDAD

HORAS DE DIVERSIÓN

30 MIN 3,50€

1 HORA 5,50€

2 HORAS 9,50€

Tardes de diversión

2h y 30' + merienda 12,50€

WWW.DUBIDUPARK.COM

617 72 04 90

dubidupark_madrid

NUESTRA INICIATIVA LEGISLATIVA

Estamos luchando para proteger tu derecho al dinero en efectivo.

Conoce más sobre nuestra propuesta de ley.

<https://salvemoseldinerofisico.com/>

- **Nuestra Propuesta de Ley:**

Estamos impulsando una Iniciativa Legislativa Popular (ILP) que busca asegurar el derecho y la libertad de uso del dinero en efectivo. Esta propuesta está respaldada por una amplia coalición de ciudadanos preocupados que creen en la importancia de mantener el efectivo como una opción válida y accesible para todos.

- **¿Por qué es Importante?**

Nuestra propuesta de ley aborda los desafíos que enfrentamos en un mundo cada vez más digitalizado. Reconoce que el efectivo es esencial para garantizar la privacidad de las transacciones financieras, proteger a las comunidades rurales y evitar una dependencia excesiva del gobierno en nuestras vidas financieras. Creemos que todos deberían tener la opción de utilizar dinero en efectivo cuando lo deseen.

- **Nuestra Lucha:**

Hemos estado trabajando incansablemente para impulsar esta iniciativa legislativa. Hemos recogido firmas y movilizado a la comunidad para crear conciencia sobre la importancia de esta causa. Ahora, necesitamos tu apoyo para llevar esta propuesta de ley al Congreso y lograr que se apruebe.

- **¿Cómo Puedes Ayudar?**

Tu apoyo es fundamental. Puedes unirse a nuestra causa firmando la petición en línea y compartiéndola con tus amigos y familiares. Cuantas más firmas recopilamos, más fuerte será nuestra voz.

Juntos, podemos preservar tu derecho al dinero en efectivo y garantizar que las futuras generaciones tengan la libertad financiera que merecen.

- **El Futuro del Dinero:**

La forma en que manejamos el dinero está evolucionando constantemente, pero no debemos permitir que desaparezca una opción tan importante como el dinero en efectivo. Con tu apoyo y compromiso, podemos influir en las decisiones legislativas y asegurarnos de que el efectivo siga siendo parte de nuestro futuro financiero.

Únete a nosotros en esta lucha por la libertad financiera.
¡Firma la petición y ayúdanos a preservar tu derecho al dinero en efectivo!

<https://salvemoseldinerofisico.com/>





Prevención bucodental

La salud dental también se aprende

Te enseñamos a prevenir las enfermedades bucodentales para mantener tu calidad de vida



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

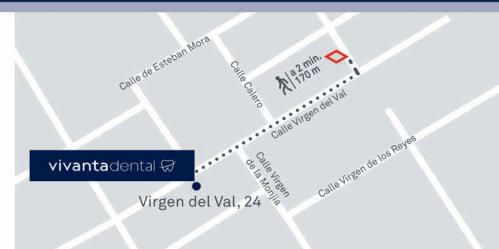
Dra. Adriana Travieso
C/ Virgen del Val, 24

Telf. 91 404 90 09



616 630 054

www.vivantadental.es



*Limpieza bucal sujeta a prescripción facultativa.

No nos cansaremos de decir lo importante que es saber en manos de quien ponemos nuestro cuerpo. No en vano, sabemos que solo tenemos uno que debemos cuidarlo bien porque será nuestro fiel compañero durante toda nuestra vida. Nuestra piel es el espejo que reflejamos y lo que hagamos en ella nos podrá ayudar a sentirnos mejor o a hundirnos.

Vemos como muchas famosas actrices que tienen a su alcance las mejores técnicas de rejuvenecimiento que existen se han perdido en el abuso de terapias artificiales y nada naturales. Vemos casos a diario incluso al poner la televisión y ver como de un día para otro fulanita que era bastante mona se ha convertido en un espectro, por querer mejorar han conseguido el resultado adverso.

Cuando un o una paciente viene a nuestra clínica lo primero en lo que nos fijamos las esteticistas y la médica es en lo que haría que ese paciente se sintiera mejor al mirarse al espejo y ver un reflejo mejorado de sí mismo pero por supuesto, siempre sin perder el norte. No podemos pretender ser lo que es imposible de conseguir, yo siempre pongo mi ejemplo, si mido 1,58 cm nunca podré medir 1,70 cm. por mucho que lo desee, que además no es el caso. Por eso nos basamos en dar un protocolo correcto y real a todos los pacientes o futuros pacientes que vienen a informarse.

A veces vienen con unas expectativas que no son posibles como conseguir unos labios más allá de lo que su propia estructura facial lo permite por eso el riesgo a esos labios de “boca de pato” que son tan antiestéticos, o esos neuromoduladores o toxina botulínica que deja esos rostros “asustados” por una mala colocación del producto. O cuando alguien quiere quitarse una mancha en pleno verano con peeling súper potentes sin cuidado posterior. Tenemos que hablar con los pacientes, saber qué desean cambiar y mejorar y si es posible.

Hay muchísimas técnicas para ayudarlos pero siempre saber en manos de quien os ponéis. Cuando alguien llega a informarse sobre una micropigmentación y viene con un trabajo previo realizado en algún sitio donde la calidad de los pigmentos dejan mucho que desear y se les ha mutado el color y además con técnicas que están prohibidas por sanidad, si no están realizadas en centros que posean una licencia especial que está regulada por el Ministerio de Sanidad y por Salud Madrid, por favor, no miréis tanto el precio como la seguridad de vuestra salud. Siempre fijaros en las licencias que poseen las clínicas, no arriesgaros a ponerlos en manos

de cualquiera que se crea que puede hacer el trabajo de un profesional médico cualificado con años de experiencia y que podrá siempre saber con qué producto o productos se ha trabajado, los números de lotes que son importantes a la hora de saber que se ha depositado en tu cuerpo y de qué manera ha llegado ese producto a la clínica.

En el caso de la clínicas como la nuestra la normativa es muy clara. Las toxinas llegan a través de farmacia y siempre sin romper la cadena de frío. Desde la valija llega directamente a la nevera médica donde está a temperatura adecuada hasta que la Dra. Arrieta la utiliza.

Desconfiar de quien promete los mismos resultados a precios mucho más económicos porque nadie da duros a pesetas como se decía en mi época.

Desconfía de quien dice que es profesional médico y te aconseja ponerte la toxina en su casa para que te resulte más barata, o incluso en una peluquería o en un centro de estética sin licencia, es imposible que esa toxina haya salido de una farmacia. Puede que venga de cualquier sitio y a saber en que condiciones, luego pasan casos de parálisis faciales y de atrofas musculares irreversibles.

Lo mismo ocurre con un aumento de labios o unos pómulos, los ácidos que se utilizan van en función de lo que un médico considera por densidad y si nos es un profesional podría incurrir en utilizar uno no adecuado y provocar lesión irreversible, como un caso que hemos conocido hace poco de una enfermera que colaboraba con una de nuestras doctoras en otra clínica, que provocó una lesión en la zona del nasogénio que necrosó el tejido y que casi pierde parte del rostro la paciente.

No te dejes envaucar por precio. No merece la pena. Confía en profesionales de larga trayectoria.

Pilar Torres
Centro Médico Estético “Las Pilares de la Estética”



FESTIVAL DE JAZZ CIUDAD LINEAL

NOVIEMBRE '24



MÁS
INFORMACIÓN
EN ESTE QR

CC PRÍNCIPE DE ASTURIAS

C/ Hermanos García Noblejas, 14

VIERNES 8 / 19 H
YULEY DIAZ

CC LA ELIPA

Pje. Sta. Felicidad, 39

SÁBADO 16 / 19 H
CARMEN VELA
QUARTET

SÁBADO 23 / 19 H
PACHANGA JAZZ

AUDITORIO CARMEN LAFORET

C/ Jazmín, 46

SÁBADO 23 / 18 H
JAZZ DIVAS (familiar)

CC SAN JUAN BAUTISTA

C/ San Nemesio, 4

SÁBADO 2 / 19 H
LORENZO MOYA

VIERNES 8 / 19 H
AKNOT

VIERNES 15 / 19 H
PÍA TEDESCO
& LILA HOROVITZ

SÁBADO 16 / 19 H
TROMBONEANDO
DEMETRIO MUÑIZ

VIERNES 22 / 19 H
GUSTAVO DIAZ
QUARTET

SÁBADO 23 / 19 H
BARNEY KESSEL
TRIBUTE

VIERNES 29 / 19 H
CAROL DUBOIS
& JUAN PEÑALOZA

SÁBADO 30 / 19 H
ROMAN FILIU
& IVAN "MELÓN"
LEWIS

* PROGRAMACIÓN SUJETA A POSIBLES CAMBIOS. ENTRADA LIBRE HASTA COMPLETAR AFORO.

Pinchar con la Bici



En estos tiempos en que la **bicicleta** aparece, y que además es un medio de transporte silencioso y que no produce contaminación alguna, el conocimiento, tanto de su manejo como de su reparación, se hace imprescindible.

Aparte de averías en la cadena u otras que pueden presentarse, el más frecuente es el pinchazo de un neumático. Éste es uno de los percances más frecuentes en este medio de transporte. Ahora que comienza el buen tiempo y muchas personas salen a pasear con ellas, es el momento de hablar de este tema. Lo primero que tenemos que comprobar es si la causa del desinflado ha sido un pinchazo.

En primer lugar desmontar la rueda, y para meternos con ello necesitamos un cubo con agua, una llave inglesa, cuatro palancas especiales para montar y desmontar el neumático y la llanta, el parche junto a la lima y la cola, que puedes encontrar en cualquier ferretería. Una vez provistos del material preciso y desmontada la rueda, hay que desinflar por completo la cámara neumática.

El neumático se desmonta poniendo las palancas entre el extremo del neumático y la llanta en el suelo, sacando con cuidado la cámara neumática. Para conocer dónde está situada la fuga de aire, hay que sumergirse en un cubo con agua. Enseguida se localiza porque de la cámara se desprenden burbujas. Seguidamente hay que secar la cámara y con una lima rascar un poco la zona del pinchazo para que así se adhiera mejor el parche. Después hay que untar con cola el parche y la zona del pinchazo, presionar seguidamente con los dedos. Una vez que el parche ha quedado enganchado y seco, se vuelve a inflar la cámara y meterla en el cubo con agua. Si no salen burbujas es que lo hemos puesto bien. Comprobado todo esto, meter la cámara en la cubierta de caucho y luego en la llanta.

Naturalmente que hay quien prefiere comprar una cámara neumática nueva. Si así se hace debe llevarse la deteriorada para que nos vendan una de igual medida. ●

Cuéntanos cuál es tu negocio ...



**REVISTA
CIUDAD
LINEAL**

**¡¡Llama
e infórmate!!...
¿A qué esperas?**

648 983 782

FINALMENTE... ¡El te mata !



Es posible que la propaganda antitabaco parezca una operación dirigida a los fumadores, presentándoles como copartícipes del propio tabaco en los males que pueden causar a los demás, ya que aparte del daño que a ellos les produce su consumo, se agrega el que el humo que ellos despiden daña igualmente a los que tienen cercanos. Sea o no así, queremos contribuir a que se conozca qué es el tabaco y cuáles pueden ser sus efectos inmediatos.

El **tabaco**, utilizado por la Humanidad desde tiempos ancestrales, es en realidad una droga que estimula el sistema nervioso central. La **nicotina**, que supone uno de sus principales componentes, tiene una gran capacidad adictiva, causa primera de creación de dependencia. Según los expertos que vienen estudiando sus efectos y buscando sus causas, aseguran que durante combustión se originan cerca de **4.000 productos tóxicos**, algo que parece exagerado, pero que parece ser es una dolorosa realidad. Estos son los **alquitranes**, responsables de distintos tipos de cáncer: **Monóxido de carbono**, afecta a enfermedades car-



diovasculares. **Irritantes** (fenoles, amoníaco y ácido cianhídrico), causantes de enfermedades respiratorias (bronquitis crónica y enfisema pulmonar), y la célebre nicotina, causante de su dependencia. Curiosamente su vida media se aproxima a dos horas, pero a medida que su concentración va desapareciendo en la sangre, se incrementa el deseo de fumar. Tales expertos añaden a estos productos perjudiciales el **arsénico**, **cadmio**, **níquel**, **polonio 210**, **acetona** y **metanol**, todas ellas sustancias cancerígenas.

Sus efectos inmediatos en nuestro organismo son diversos. El monóxido de carbono se encuentra en el humo que pasa a la sangre a través de los pulmones, produciendo fatiga, tos y expectoración. La nicotina actúa sobre el cerebro en sus áreas placenteras, por lo que provoca la aparición de dependencia. También afecta al sistema cardiovascular, aumentando la frecuencia cardíaca con posibilidad de producir arritmias.

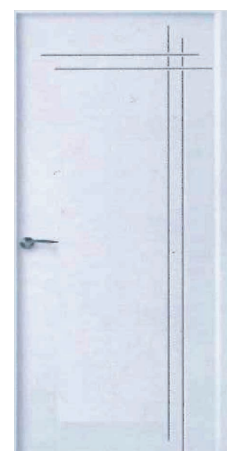
Al poco tiempo de iniciar su consumo, el tabaco puede producir arrugas prematuras en la zona del labio superior, patas de gallo en la barbilla y mejillas. También produce lo que se conoce como "rostro del fumador" (piel grisácea). Infecciones y caries en la dentadura. Producción de mal aliento, mal olor corporal (¡ese abrigo te huele a tabaco!) y manchas amarillentas en uñas y dedos.

Los primerizos en la costumbre de fumar conceden escasa importancia a sus efectos, pero existen otros efectos más cercanos en el tiempo que se presentan en el consumo de tabaco. ●

PUERTAS GONMAN, S.L.



OFERTAS MENSUALES: 📞 630 621 971



**ALMACÉN
Y VENTA**

**Especialistas en Puertas Lacadas
Interiores y Frentes de Armarios, Corredoras,
Acorazadas-Blindadas, Tarima Flotante**



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

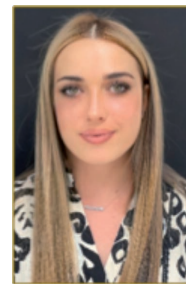
Calle de los Urquiza, 11. 28017 Madrid
(Junto al Metro de Quintana)

www.puertasgonman.es - contacto@puertasgonman.es



Amigos del Arte

Mayla y Mónica de Barbeito



Alberto Magno, 15 de Noviembre



Doctor, patrón de ciencias químicas y naturales más exactas. Descubridor del arsénico y potasa cáustica. Investigador de los metales preciosos. Su maestro, Raimundo de Peñafort. Tomás de Aquino fue su discípulo. Toda la sabiduría que Dios le relevó, la enseñó como profesor. Todo ello dentro de la Orden de los Predicadores de Santo Domingo de Guzmán. ●

5 Hábitos Saludables



Referente actual en el mundo de la psicología, Marian Rojas presenta en su podcast temas muy interesantes relacionados con nuestra vida cotidiana. En esta ocasión la doctora nos recomienda estos pequeños hábitos saludables que harán más grande nuestro día a día. En primer lugar, recalca la importancia de respetar el horario regular del sueño, que nos repara y ha de ser de calidad y de mínimo 8 horas. Sé ordenado con tus espacios, dicen que es un reflejo del alma y la armonía da paz. El desorden quita mucha energía porque hace que nos

distraigamos con facilidad. Muévete y no dejes el ejercicio para última hora de la tarde-noche. La gente sedentaria se cansa mucho más. Come lo más sano posible y huye de determinados alimentos y bebidas. Todo lo que te inflama te quita energía y te hace sentir triste y cansado. Mantén un pensamiento positivo. Nuestra conversación interior tiene un fuerte impacto directo en nuestro organismo, nos cansa y nos desgasta. El cuerpo oye como nos hablamos y responde a ello. Recomendando muchísimo su podcast en el que encontrarás contenido variado y ameno, que estoy segura será de gran utilidad. Y tú, ¿te animas a ponerlos en práctica? ●



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.



Escanea el
código QR
para acceder
a la carta.

RESERVAS:

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

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

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

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

¡FELICES FIESTAS!

Síguenos en:



www.restauranteelmonterodecazorla.com
www.restaurantelplazatorosventas.com



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

SITIO WEB :
www.salabakan.madrid

Bakán

REDES
@salabakan

XANDRO LEIMA
LUISMIGUEL
T R I B U T E



SALA DE CONCIERTOS Y ENSAYOS



**TRIBUTOS
EN VIVO**

**ESTUDIO DE
GRABACIÓN**

KARAOKE



CONTACTO:
(+34) 645 30 22 73



DIRECCIÓN:
C. de Ángel Muñoz 19, Madrid,
Metro Arturo Soria