

SOLO BOADILLA

REVISTA GRATUITA INDEPENDIENTE DE BOADILLA DEL MONTE ♦ N°216 | MARZO 2025



CARMEN MORALES

De vuelta al escenario



St. Michael's School

Quality Education

Desde los 5 meses

OPEN DAYS: 21st March, 25th April

Boadilla del Monte - www.stmichaelschool.es - 91 633 00 78



■ Primer Plano

4 Entrevista a la actriz Carmen Morales

■ Apuntes

8 HM Montepíncipe gestionará, gracias a un acuerdo, Centro Médico Boadilla

9 Aumentan un 9,1% las intervenciones de Policía Local en 2024

16 Miguel Assal: tú puedes salvar una vida

■ Boadilla y su historia

26 Hallazgos en el palacio

■ Conoce a

30 Marta Fresno, jugadora de rugby



16

26

30

SOLO BOADILLA

REVISTA GRATUITA INDEPENDIENTE DE BOADILLA DEL MONTE
 EDITA Encina Media, S.L.
 DIRECTOR Abel Núñez Ovando
 DISEÑO Y ARTE Belén Fernández Ruiz-Gavilán
 REDACCIÓN Natalia M. Diz

PUBLICIDAD
 Tel. 635 773 623 | publicidad@soloboadilla.es

SÓLO BOADILLA Apdo. Correos 232 | 28660 Boadilla del Monte (Madrid)
 Tel. 91 633 68 62 e-mail redaccion@soloboadilla.es | www.soloboadilla.es

IMPRIME Monterreina TIRADA 18.000 ejemplares
 DISTRIBUCIÓN Gratuita por buzoneo en todo Boadilla del Monte

DEPÓSITO LEGAL M-39992-2005 ISSN 1886-1504



Sólo Boadilla es una revista plural que no necesariamente comparte la opinión vertida por sus colaboradores y anunciantes. La dirección se reserva el derecho de publicar, resumir y corregir aquellos textos enviados para publicarse.

© Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser reproducida, distribuida, comunicada públicamente o utilizada con fines comerciales, ni en todo ni en parte, sin la previa autorización por escrito del editor.

GMB
ARCO IRIS
 CHAPA PINTURA MECÁNICA

Recogida y entrega de vehículos a domicilio gratuita (consultar zonas).
 Trabajamos con todas las compañías.
 Taller concertado con Mutua Madrileña con fotoperitación.
 Taller garantizado de Pelayo con fototasación.

C/Vereda de los Barros, 38 C (junto a la Ciudad Financiera)
 Pol. Ventorro del Cano. Tel. 91 632 41 48

S.M. asesores

Despacho de abogados
LABORAL - FISCAL - CONTABLE

“30 años de profesionalidad, experiencia y proximidad”

C/ Juan Carlos I, nº 21 - 1º A (Boadilla del Monte) - Tel. 91 632 14 52 - 91 633 16 54
 www.bufetemozo.com

Colegio QUERCUS
 De Infantil a Bachillerato
CRECIENDO EN valores

Solicitud de plazas 2º Ciclo de Infantil (3, 4 y 5 años) del 12 al 26 de marzo

RESERVA YA TU PLAZA (1 Y 2 AÑOS)
ESCUELA INFANTIL

MÉTODO PROPIO, AULA SENSORIAL, ENFERMERÍA, APRENDIZAJE BASADO EN PROYECTOS, COCINA PROPIA, EDUCACIÓN INDIVIDUALIZADA.

CONÓCENOS

Boadilla del Monte
 @ColegioQuercus

COLEGIOQUERCUS.COM
916 338 516

CARMEN MORALES, ACTRIZ

“El teatro es mi refugio”



Después de una larga temporada apartada del mundo artístico, la hija de Rocío Durcal, que vivió aquí hace 15 años, vuelve a ponerse delante de los focos con la obra *Querida Agatha Christie* (1 de marzo, en Boadilla) y el programa de televisión *Bake Off: famosos al horno* (RTVE). Una actriz todoterreno dispuesta a disfrutar al máximo de su profesión.

Texto: Natalia M. Diz **Imágenes:** Javier Naval y Salva Musté

Carmen Morales (1970) lleva el arte en las venas. Hija de Rocío Durcal y Antonio Morales Junior, comenzó muy pequeña como cantante junto a su hermano Antonio. Seguro que más de uno recuerda la famosa y tierna canción *Sopa de amor*. Más mayor, protagonizó la serie *Al salir de clase*,

una de las ficciones juveniles más exitosas del momento. Después la hemos visto en el teatro con *Ninette y un señor de Murcia*, entre otras. Y en el cine, con *Hotel Danubio*, que estuvo preseleccionada para los Óscar.

Una fructífera carrera que decidió aparcar y dedicarse a su familia por

completo durante casi 15 años. Ahora está de vuelta de la mano del programa de televisión *Bake Off: famosos al horno* (RTVE), y la obra de teatro *Querida Agatha Christie*, que representó en Boadilla el pasado 1 de marzo.

Carmen, ¿cómo ha sido el regreso?

Al principio duro. Tardé como dos años para que me saliera un *casting*. La gente se olvida un poco de ti, los directores de *castings* son más jóvenes y no te conocen... Luego, una vez que entras en la rueda, se empieza a activar todo el sistema.

¿Crees que las mujeres lo tenemos más difícil en la madurez?

Me han preguntado otras veces si he

CONTINÚA EN LA PÁGINA 6

NO MEZCLES. SOLO PODA

Los contenedores de poda son solo para restos vegetales. No arrojes plásticos, escombros ni otros residuos. ¡Gracias!



RECOGIDA DE PODA
900 600 634

AYUNTAMIENTO DE BOADILLA DEL MONTE

Llámanos para solicitar tu contenedor

VIENE DE LA PÁGINA 4

sufrido de edadismo. Lo cierto es que, cuando no me sale un trabajo, no indago más allá, no empiezo a darle vueltas pensando si habrá sido por la edad, por el aspecto físico... creo que no he encajado y ya está.

Es verdad que en el audiovisual siempre llaman la atención los más jóvenes, y los guiones reflejan eso. Pero es cierto que también hay personajes más mayores. Solo hay que mirar cualquier serie de época. Creo que es más cuestión de que encajes o no en el papel.

¿Cómo llegó a ti esta obra?

Juan Carlos Rubio, director y autor del texto, me llamó para explicarme el proyecto y para decirme que le gustaría trabajar conmigo. En ese momento no tenía terminado el libreto, pero le respondí que sí sin dudar. Siempre le he admirado mucho y para mí era un sueño trabajar con él.

Aunque también me dio un poco de susto [ríe]. Lo bueno es que mientras estaba preparando el personaje de Agatha, me propuso un papel más pequeño en *El Novio de España*, en el que además cantaba. ¡Y me vino muy bien! Era muy divertido y me ayudó a romper el hielo. En el fondo es como montar en bici, nunca se olvida.

¡Estoy muy contenta y disfrutando muchísimo de este personaje! Además está funcionando muy bien, a la gente le está gustando mucho. La escenografía es preciosa, los efectos de luz y sonido son maravillosos. Es una obra muy cuidada.

El argumento...

Es un encuentro muy bonito entre dos autores literarios: Agatha Christie y Benito Pérez Galdós, que interpreta Juan Meseguer. El texto empieza en un momento muy duro de la escritora, que poco a poco se va suavizando de la mano de Pérez Galdós. Y el final de la historia es precioso. No se puede desvelar, es algo que la gente está entendiendo y no se cuenta. Es importante mantener ese misterio.

¿Cómo te preparaste el personaje?

Estuve investigando un poco su vida, sobre todo esos años en los que se aisló de todo, cuando su marido le fue infiel y la abandonó. En ese tiempo, ella perdió su empuje, su fuerza... No solo a nivel personal, porque a ella la habían educado para ser madre y esposa, sino también a nivel profesional. Estaba muy perdida en todos los sentidos.

Y luego estudiando el texto con Juan Carlos, que fue muy riguroso. Son dos escritores que utilizan un lenguaje determinado, así que no puedes improvisar de cualquier manera. En este sentido los ensayos fueron duros.

¿Te sorprendió algo en especial de ella?

¡Sí, claro! ¡No sabía que Agatha Christie fue una de las primeras mujeres en hacer surf! De hecho, la obra de teatro se desarrolla en Tenerife, donde ella vivió una época y allí hacía surf. Hay fotos de ella. ¡Es increíble, le daba tiempo a hacer de todo! Fue una mujer adelantada a su tiempo.

¿Y qué tal en la tele con *Bake Off*?

A mí me gusta la repostería, así que ha sido una experiencia estupenda. Y además, he hecho amistades muy bonitas.

¿Dónde te encuentras más cómoda, delante de una cámara o encima del escenario?

Obviamente, no se puede elegir, pero el teatro es un refugio para mí. Es una forma de trabajar diferente, a nivel actoral. Al principio hay que estudiar y memorizar mucho, pero luego, cuando se ponen las escenas en pie, es un proceso creativo brutal y maravilloso. ¡Se disfruta un montón! Cada función es distinta. Es una rutina diferente cada día.

Ser actor o actriz es casi un examen continuo. ¿Cómo se gestiona eso a nivel emocional?

A ver, esta profesión tiene un lado duro y es que siempre estás expuesto a la opinión de un director de *casting*, a que tu serie tenga audiencia o no, a que al público le guste tu trabajo... Pero es lo que he elegido, lo que me lle-



na el alma, y creo que los actores debemos ser fuertes y entender que no siempre puedes gustar.

En este trabajo hoy te dicen que sí pero mañana puede ser un no, y eso es algo que tenemos que encajar en nuestros corazoncitos.

Tus padres fueron dos grandes artistas. ¿Qué es lo más importante que aprendiste de ellos?

La constancia en el trabajo, la perseverancia y la disciplina. Mis padres vivieron entregados a su profesión, y yo también lo estoy. Eso fue lo que viví en casa. Soy muy disciplinada, no se me escapa nada. Por ejemplo, si me citan dos horas antes en el teatro, yo voy tres horas antes; si el coche de producción viene a recogerme a las seis de la mañana, yo estoy en la calle esperando a las seis menos diez. En mi cabeza soy muy rigurosa. Creo que eso, unido al amor por mi trabajo, es lo que consigue que las cosas fluyan.

Planes de futuro...

No pienso en ellos. Estoy disfrutando de lo que tengo ahora. Estaré de gira con *Querida Agatha Christie* hasta 2026. Después, ya se verá. ¡No puedes estar angustiado pensando en el futuro! ■

DISEÑO Y MONTAJE DE PÉRGOLAS, PORCHES Y CENADORES DE MADERA

CONVIERTE TU JARDÍN EN UN RINCÓN ÚNICO

Y además:

- ✓ Reparación y mantenimiento de estructuras de madera
- ✓ Cerramientos de cristal
- ✓ Tarimas de exterior e interior

✉ contacto@rinconescalidos.com ☎ 694 289 357 🌐 www.rinconescalidos.com

¡Solo en marzo 2025!
10% de dto.

POCERIA SANECO

24 horas

DESATRANCOS

OBRAS Y ACOMETIDAS DE POCERÍA

LIMPIEZA DE ALCANTARILLADO

VACIADO DE FOSAS SÉPTICAS

INSPECCIÓN DE TUBERÍAS CON CÁMARA TV

MANTENIMIENTO DE REDES DE ALCANTARILLADOS

SERVICIO 24 H. - 365 DÍAS

91 633 74 29 - 609 23 43 43

C/ VALLE INCLÁN, 8. BOADILLA DEL MONTE

REFORMAS

Tú lo imaginas, nosotros lo hacemos realidad.

691 519735
info@boadillamultiservicios.com
@boadillamultiservicios

Sara Madrigal

HOME

Visillos, Cortinas, Estores Enrollables, Estores Digitales, Estores paquete, Panel Japones, Sábanas, Colchas, Toallas, Cojines, Papel pintado y mucho más...

saramadrigalhome.com

Av. Siglo XXI 10, local 4, Boadilla del Monte. Telf. 695 23 70 15
 Travesía San Isidro 4, bajo. Talavera de la Reina. Telf. 609 91 37 29
 Calle Hermanos Becerril 4, bajo, Cuenca. Telf. 620 63 71 52

SANIDAD

HM Montepíncipe gestionará Centro Médico Boadilla

Nuevo movimiento en el sector sanitario en Boadilla. El grupo HM Hospitales ha alcanzado un acuerdo con el Centro Médico Boadilla para incorporarlo a su red como el **Policlínico HM Boadilla-Montepíncipe**. Como parte de ese denominado acuerdo, la entidad va a invertir 1,6 millones de euros en renovar las instalaciones y los equipos del centro actual. Inversión que servirá para equipar al cen-

tro con una nueva resonancia magnética de 1,5 teslas (15.000 veces el campo magnético de la Tierra), que ampliará sustancialmente su oferta diagnóstica. El Centro Médico Boadilla ocupa 630m². Está en la avenida del Nuevo Mundo 14 y cuenta con un centenar de empleados. Todos ellos se integran en el equipo de HM Hospitales.

“Con este acuerdo reforzamos nuestra posición de re-



ferencia en el seno de la sanidad privada de la Comunidad de Madrid y damos un paso más en el objetivo corporativo de estar cada vez más cerca de los ciudadanos de Madrid, en este caso de los boadillanos y las localidades del entorno”, señala el doctor Jesús Peláez, director médico territorial de HM Hospitales en Madrid.

“Con la inminente incorporación del Policlínico HM Boadilla-Montepíncipe, sus profesionales y su arsenal tecnológico aumentamos nuestra capilaridad y seguimos potenciando nuestra presencia asistencial en la zona. De hecho, junto con la ampliación del nuevo edificio de HM Montepíncipe estas iniciativas persiguen ofrecer más y mejor atención sanitaria”, concluye la doctora Virginia Grando, directora médico del Hospital Universitario HM Montepíncipe. ■

LA SANIDAD PRIVADA APUESTA POR BOADILLA

Los movimientos en el sector sanitario en Boadilla no son algo nuevo. Hace cuatro años, en 2021, **Affidea**, un grupo sanitario con sede en Holanda y líder mundial en diagnóstico por imagen, medicina nuclear y especialidades médicas ambulatorias, adquirió los tres centros de Medicentro en Madrid. Entre ellos, el de Boadilla del Monte, en la avenida del Infante don Luis.

Para el **Grupo HM Hospitales**, un referente en la sanidad privada en la Comunidad de Madrid y propietario del Hospital Universitario HM Montepíncipe, Boadilla también es importante como hemos visto. Aparte de este acuerdo con el Centro Médico Boadilla para integrarlo dentro del grupo como Policlínico HM Boadilla-Montepíncipe, la empresa anunciaba hace un par de años la tercera ampliación de su hospital aquí. Un complejo inaugurado en 1998 que suma una edificio más de 6.500 metros cuadrados. Una pequeña parte de estas superficie se destinará a mejorar el área de urgencias y a aparcamiento subte-



Recreación del futuro Hospital Universitario Hospiten Boadilla (izda.), en Prado del Espino; y del centro especializado en medicina deportiva de Fisi(On), en Sector B.

rráneo. El resto alberga ya la nueva **Falculad HM de Ciencias de la Salud de la Universidad Camilo José Cela**. Se han abierto algunas aulas y la cafetería del edificio, pero la inauguración oficial será a partir de abril. También la empresa canaria **Hospiten**, con veinte centros médicos-hospitalarios repartidos entre España, República Dominicana, México, Jamaica y Panamá; apuesta por Boadilla. Aquí encontró un buen emplazamiento para crecer en Madrid, donde ya cuenta con MD Anderson Cancer Center Madrid. En el Parque Empresarial Prado del Espino, junto a la Ciudad Financiera del Santander, levanta un moderno complejo hospitalario con 160 habitaciones, 17 quirófanos,



4 paritorios, 80 consultas externas y la última tecnología para atender 45 especialidades médico-quirúrgicas. En total, 55.000 metros cuadrados de instalaciones, casi 200 millones de euros de inversión y 800 empleos futuros. La inauguración del **Hospital Universitario Hospiten Boadilla** está prevista para 2026. Por último, el nuevo centro especializado en medicina deportiva que el **Grupo Sanitario Fisi(ON)**, con sede en Las Rozas, construye, junto al Republic Space, en la calle Alejandro de la Sota. Un innovador centro médico especializado en aparato locomotor y otros servicios integrales, y que aspira a ser una referencia en España. ■



ESCUELA DE PADRES CVE

Acceso libre hasta completar aforo

Impacto de la tecnología en los adolescentes

Miércoles 12 de marzo a las 17:30

Daniel Halpern Jelin, destacado sociólogo y académico chileno reconocido por su labor en investigación digital, ha desarrollado diversas plataformas para medir el impacto de la tecnología en los ámbitos corporativo y educacional. Abordará el bienestar emocional en adolescentes, centrándose en los peligros que representan las redes sociales para su salud mental.



Situaciones de emergencia en la infancia

Sábado 15 de marzo a las 11:00

Elena Blanco y Gonzalo Oñoro: “Dos pediatras en casa”, además de pediatras, son blogueros, podcasters e instagramers con más de 150.000 seguidores. En esta ocasión, darán un taller sobre las situaciones de emergencia más frecuentes en la infancia como la fiebre, la dificultad respiratoria, las convulsiones... y cómo actuar ante todas ellas.



Fotografía: Daguerrotipas

Taller de pintura sobre cerámica

Sábado 22 de marzo a las 10:00

Rocio Ruiz, pintora, muralista y diseñadora textil y de superficies. Aprenderás a decorar tu pieza de loza y a tratar los diferentes materiales que necesitaremos para conseguir un resultado impecable. Terminarás esmaltando tu propia pieza y aprendiendo la técnica. Taller para adultos y niños. 3 horas de duración por 35€ con todo el material incluido. Visita www.muyantonia.com



Curso de iniciación al cultivo Biodinámico

Sábado 29 de marzo y sábado 5 de abril a las 10:00

Pedro Martín, experto en cultivo biodinámico. A lo largo del curso, se abordarán temas como la historia y los fundamentos del cultivo biodinámico, sus principios, el concepto de ciclo cerrado de nutrientes, el uso de preparados y la aplicación del calendario biodinámico por 150 €



Imprescindible inscripción previa hasta completar aforo

cve.edu.es

c/ Valle de Santa Ana, 1. 28669. Boadilla del Monte. Madrid
91 633 01 55



CENTRO DE SALUD CONDES DE BARCELONA
Diagnósticos dermatológicos en 72 horas

El mes pasado, la presidenta regional, Isabel Díaz Ayuso, anunció la puesta en marcha del proyecto piloto TELEDER-MADRID, un canal de derivación directa desde las consultas de Atención Primaria a los servicios de dermatología de los

hospitales que permitirá agilizar los diagnósticos en menos de 72 horas. En esta primera fase se está realizando en tres hospitales de la red pública madrileña y tres centros de salud. Se trata del Puerta de Hierro Majadahonda y el Centro de Salud Condes de Barcelona, en Boadilla del Monte; el Hospital Universitario Infanta Leonor y el centro de salud Campo de la Paloma, en Vallecas; y el Hospital Universitario La Paz y el centro de salud Manzanares el Real.



El anuncio coincidió con la visita de Díaz Ayuso (en la imagen) a la nueva unidad de Endoscopia Digestiva del Hospital público Universitario Puerta de Hierro Majadahonda. ■

MEMORIA POLICÍA LOCAL 2024

Crecen un 9,1% las intervenciones (23.235)

La Policía de Boadilla presentó el mes pasado su Memoria de Actividades 2024. Entre los datos más significativos resaltan el aumento de efectivos de la plantilla (de 104 a 116, un 11,5%), y los kilómetros recorridos en labores de patrullaje, que han crecido de 229.715 a 271.854 (un 18,3% más).

Como resultado de esa mayor presencia en la calle, la cantidad de intervenciones policiales también ha crecido un 9,1%, pasando de 21.288 en 2023 a 23.235 en 2024, con una media de casi 64 al día. La mayor parte de ellas

se produjeron en octubre (1.826), coincidiendo con las fiestas patronales, y en julio, con 1.795 actuaciones.

En lo referido a seguridad vial, se han registrado 16.723 denuncias de tráfico, un 24,3% más frente a las 13.454 del año anterior. Se mantiene la cifra de cero fallecidos en accidentes de tráfico. De ellas, 8.916 fueron por estacionar en zona azul; 297 por cruzar indebidamente por delante del palacio, y 6.376 por excesos de velocidad detectados por los radares.

La unidad de drones (que cuenta con siete aparatos y



cinco agentes) también ha incrementado sus horas de vuelo en casi un 21%, efectuando tareas de apoyo a bomberos en incendios o desprendimientos, vigilancia del monte, control de botellones, búsqueda de personas, seguridad de eventos, etc.

Y gracias a la unidad canina ha aumentado el número

de denuncias por consumo o tenencia de sustancias estupefacientes, pasando de 107 a 127. La unidad ha realizado un total de 332 intervenciones en 2024.

Por otro lado, los agentes tutores realizaron 2.321 intervenciones el año pasado. Impartieron casi 1.200 sesiones formativas, llegando a unos 14.500 alumnos. ■



POLICÍA LOCAL

La Unidad Canina estrena coche propio

El Ayuntamiento de Boadilla ha adquirido un vehículo para la Unidad Canina de la Policía Local. Una furgoneta con todo el equipamiento de los vehículos policiales más el específico para los perros de esta división. La Unidad Canina se creó hace más de un año en Boadilla del Monte. Está compuesta por cuatro perros y sus policías responsables. En 2024 realizó más de 300 intervenciones, la mayoría relacionadas con la tenencia y consumo de sustancias estupefacientes. Hasta ahora no había un vehículo específico para el transporte específico de los canes, que iban en transportines en los vehículos policiales habituales. ■

Pásate a las energías renovables

BSE

renovables

Ahorra en la factura de la luz de tu hogar o empresa.

Aerotermia

Instalación de suelo radiante

Limpieza circuitos de suelo radiante

Instalación de puntos de recarga para coche eléctrico

Instalaciones fotovoltaicas

Especialistas en instalaciones de autoconsumo

Tel. 91 265 63 14 - www.bserenovables.com

C/ Valdemoro, 8 - P.I. Ventorro del Cano - 28925 Alcorcón

MULTISERVICIOS VILLA S.L.

Presupuestos y desplazamientos GRATUITOS

REPARACIONES DEL HOGAR

Persianas	Reformas en general	<p style="font-weight: bold; color: #4CAF50;">FONTANERÍA</p> <p style="color: #4CAF50;">CALEFACCIÓN (calderas gas y gasóleo)</p> <p style="color: #4CAF50;">GAS (IG II)</p> <p style="color: #4CAF50;">REVISIONES DE GAS CON CERTIFICADO</p> <p style="color: #4CAF50;">ELECTRICIDAD</p> <p style="color: #4CAF50;">AIRE ACONDICIONADO</p>
Grifos y cisternas	Antenas y porteros	
Pintura	Canalones	
Cerrajería	Goteras y humedades	
Tarimas y parquet	Desatracos	
C/ Rafael Alberti, 1 - 28670 Villaviciosa de Odón www.multiserviciosvilla.com - info@multiserviciosvilla.com		

91 665 85 14
637 45 49 29

Clínica Dental Mónica Montiel

nº coleg. 28005234

Contamos con amplia experiencia y ofrecemos a nuestros pacientes servicios de calidad para el cuidado de su salud bucodental.

PRIMERA CONSULTA GRATUITA

Tfno. 91 632 69 09

C/ Trujillo nº 2. Edificio Giraldo 1, local 13 - Boadilla del Monte

NUEVOS MENÚS desde 11,90€

makitake

URBAN SUSHISHOP

20%

DESCUENTO

con el código MAKIDESCuento

EN PEDIDOS WEB Y RESTAURANTES

TAMBIÉN TENEMOS BARRA LIBRE

De lunes a jueves mediodía y noche y viernes mediodía. Desde 21,95€

Av. Nuevo Mundo, 4. Boadilla del Monte 915 39 56 90

RECONOCIMIENTOS

Dos vecinos, condecorados por la Asociación Víctimas del Terrorismo

Dos vecinos de Boadilla del Monte recibirán, el próximo 14 de marzo en un acto en el Senado, la Medalla de Honor que cada año concede la Asociación Víctimas del Terrorismo (AVT) a distintas personas por su contribución a la labor y fin de la asociación: apoyar a los afectados por la barbarie terrorista. Se trata de **Jesús Egea**, primer teniente de alcalde del Ayuntamiento de Boadilla del Monte; y el abogado y locutor **Isaac Palomares**. Además de las medallas de honor, la AVT ha concedido el XIII Premio de la AVT Verdad, Memoria, Dignidad y Justicia Verdad, Memoria, Dignidad y Justicia a la reina **Letizia Ortiz Rocasolano**. ■

COCHES ELÉCTRICOS

Cargadores fuera de servicio por trabajos de mejora

El mes pasado comenzaron los trabajos de mejora de los puntos de recarga de coches eléctricos del municipio. Se está ampliando su potencia (de 22 Kw a 30 Kw) y convirtiendo en dobles los actuales cargadores simples. Los trabajos continuarán durante el mes de marzo, así que las estaciones estarán fuera de servicio hasta que estos finalicen. Los cambios afectarán a todos los cargadores ubicados en la carretera de Villaviciosa s/n; la c/Hermanos Machado, 3; el paseo de Madrid, 12; la carretera de Majadahonda, 18; la c/ Playa de la Concha, 2; y c/ Gutiérrez Soto, 8. ■

CASCO HISTÓRICO

CRECEN LOS USUARIOS DEL APARCAMIENTO DE LA PLAZA DE LA CONCORDIA

Este aparcamiento municipal, que es gratuito todos los días de 10.00 a 20.00, aumento sus usuarios un 110% entre 2021 y 2024, y algo más del 30% los ingresos. ■

COCHES COMPARTIDOS

Casi 3.200 desplazamientos y una opción para ir al aeropuerto

El servicio de coche compartido o *carsharing*, operativo en Boadilla desde el pasado mes de septiembre, suma hasta el momento casi 3.200 desplazamientos con las tres compañías que trabajan en nuestra localidad: **ZITY**, **Voltio** y **WIBLÉ**. Este sistema permite a los usuarios alquilar un vehículo durante periodos de tiempo

cortos a través de una aplicación. Desde septiembre, más de mil vecinos han descargado la *app* de alguno de estos tres operadores. Como datos curiosos, el 60 % de los trayectos realizados han tenido como destino la ciudad de Madrid. Otra parte significativa de los viajes ha sido a municipios

MOVILIDAD

Una pasarela para peatones y ciclistas sobre la M-513 conectará Olivar 3º fase con El Pastel

El Ayuntamiento ha dado los primeros pasos para instalar una pasarela peatonal y ciclista sobre la M-513 (la carretera Boadilla-Brunete) para conectar El Olivar 3ª fase con El Pastel (en la imagen, la zona donde irá ubicada). La pasarela, además de facilitar el cruce de esta vía y la comunicación entre ambas zonas, dará continuidad también a los carriles bici. El asunto se aprobó a finales de enero en Junta de Gobierno. Se inicia así su tramitación: hay que preparar un proyecto, convocar un concurso y adjudicar la obra... Entre unas cosas y otras, podría ser realidad en uno-dos años aproximadamente. ■



LA CÁRCAVA-LAS LOMAS LAS OBRAS DEL NUEVO RAMAL, EN MARCHA

El mes pasado comenzó la construcción del nuevo vial que unirá La Cárcava con Las Lomas. La idea es prolongar la calle Cabo Ortegá, a través de una parcela de equipamiento municipal actualmente vacía (en la imagen), hasta la calle Valle del Moro. Con este nuevo paso se pretende aliviar en las horas de más tráfico los atascos que se producen entre Parque Boadilla, Las Lomas y los nuevos desarrollos. El proyecto tiene un coste de 208.000 euros y se prevé esté terminado en tres meses. ■



cercanos como Pozuelo de Alarcón, Majadahonda y Las Rozas. Y uno de los trayectos que más se repite es el traslado al aeropuerto, donde los usuarios han encontrado en este sistema una alternativa competitiva en precio y comodidad. Y es que el coste medio estimado de un viaje desde Boadilla a Barajas es de unos



16 euros, aunque depende del operador y la duración del trayecto por el tráfico. ■

OBRA NUEVA

DOS ÚNICOS CHALETS PAREADOS

PAREADO - Roza Martín

🏠: 398 m² 🌳: 638 m² 🏊: piscina privada
🚿: 5 baños 🛏: 5 dorm. 🚗: 3 plazas

Majadahonda: **1.590.000 €**

CHALET - Urb. Valdecabañas



ref: 691-B

🏠: 440 m² 🌳: 2.450 m² 🏊: piscina privada
🚿: 5 baños 🛏: 4 dormitorios 🚗: Sí

Boadilla del Monte: **2.200.000 €**

CHALET - Urb. Bonanza



ref: 362-B

🏠: 600 m² 🌳: 1.100 m² 🏊: piscina privada
🚿: 5 baños 🛏: 4 dormitorios 🚗: Sí

Boadilla del Monte: **1.500.000 €**

CHALET - Urb. Valdecabañas



ref: 106903433

🏠: 250 m² 🌳: 500 m² 🏊: piscina privada
🚿: 3 baños 🛏: 4 dormitorios 🚗: Sí

Boadilla del Monte: **899.000 €**

PAREADO - El Pastel



ref: Obra nueva

🏠: 321 m² 🌳: 460 m² 🏊: piscina privada
🚿: 3 baños 🛏: 5 dormitorios 🚗: Sí

Boadilla del Monte: **850.000 €**

PISO - Viñas Viejas

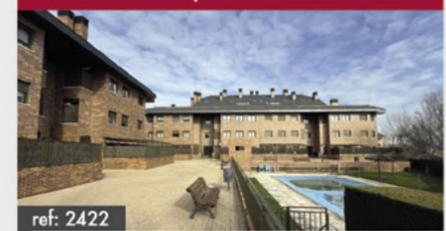


ref: 2342

🏠: 109 m² 🌳: 16 m² 🏊: piscina comunitaria
🚿: 2 baños 🛏: 2 dormitorios 🚗: Sí

Boadilla del Monte: **535.000 €**

PISO - Viñas Viejas



ref: 2422

🏠: 116 m² 🌳: 60 m² 🏊: piscina comunitaria
🚿: 2 baños 🛏: 3 dormitorios 🚗: Sí

Boadilla del Monte: **585.000 €**

www.inmoges.es - inmoges@inmoges.es

VALORAMOS SU VIVIENDA

Gratis

Sin compromiso ni exclusivas



CHALETS
PISOS
PARCELAS
LOCALES

91 633 18 73

C/ VALLE DEL TORMES, 2 (LOCAL 5 Y 6)
C.C. LAS LOMAS - BOADILLA DEL MONTE

91 633 42 66

C/ SAN SEBASTIAN, 3
BOADILLA DEL MONTE

615 21 30 08

C/ FRANCISCO TOMÁS Y VALIENTE
VIÑAS VIEJAS - BOADILLA DEL MONTE

AGENDA CULTURAL

Teatro, música, comedia...

El Auditorio Municipal acoge este mes cuatro producciones que nos ofrecen intriga, risas, canciones, aventuras para los peques... ¡Para no perdérselo!

TEATRO

QUERIDA AGATHA CHRISTIE

1 de marzo, 19.30. Auditorio Municipal.

Una obra de Juan Carlos Rubio, interpretada por Carmen Morales y Juan Meseguer. Agatha Christie se enfrenta a sus pérdidas y está dispuesta a cometer una locura. La inesperada visita de Benito Pérez Galdós interrumpe sus planes. De la conexión entre ambos surgen secretos, fobias, mentiras, deseos y frustraciones.

Entradas. Empadronados: 5 euros. Reducida: 2 euros. No empadronados: 10 euros.

COMEDIA MUSICAL

MADNESS

15 de marzo, 19.30. Auditorio Municipal.

Yllana y Prímital Brothers vuelven a unir sus fuerzas para decirnos que la tecnología es la nueva mitología, que la vida cotidiana es de locos y que la risa es sagrada. Una comedia musical sobre la vida en los márgenes del sistema.

Entradas. Empadronados: 5 euros. Reducida: 2 euros. No empadronados: 10 euros.

INFANTIL Y JUVENIL

DRILO & THE KIDS BAND. CONSIGUE TU SUEÑO

8 de marzo, 18.00. Auditorio Municipal.

Serafín, Erizo, Caracol, Serpiente sueñan con formar parte de una banda. En la escuela Norte van a realizar un *casting* para formar parte de un grupo musical. ¿Conseguirán su sueño?

Entradas. Empadronados: 5 euros. Reducida: 2 euros. No empadronados: 10 euros.

CLOWN QUIJOTE DE LA MANCHA, EL MUSICAL

22 de marzo, 18.00. Auditorio Municipal.

Una adaptación original y divertida que hace suyo el texto cervantino y consigue provocar la sonrisa al espectador. Protagonizada por Víctor Ullate Roche y siete jóvenes artistas de entre 12 y 18 años.

Entradas. Empadronados: 5 euros. Reducida: 2 euros. No empadronados: 10 euros.



CUENTACUENTOS

BUSCANDO TESOROS

7 de marzo, 18.00. Teatro Municipal Princesa Doña Leonor

Edad recomendada: de 2 a 5 años

Entrada gratuita solo para empadronados.

EN MI GRANJA

21 de marzo, 18.00. Teatro Municipal Princesa Doña Leonor

Edad recomendada: de 6 meses a 3 años. Aforo limitado, solo un adulto por bebé.

Inscripción previa en el mostrador de la Bebeteca. Solo empadronados.

PRESENTACION DE LIBRO

SUCESOR NO DESIGNADO, de Alberto Govantes

20 de marzo, 19.00. Biblioteca Municipal Princesa Doña Leonor

Este libro ofrece una perspectiva práctica sobre uno de los mayores desafíos a los que se enfrentan las empresas familiares: el relevo generacional. Basado en la experiencia directa de su autor, quien ha liderado el proceso de sucesión en su propia empresa.

Entrada libre.

EXPOSICIONES - CENTRO DE FORMACIÓN

Del 5 de marzo al 30 de marzo

Exposición de cuadros de punto de cruz de Hermelinda Cárdenas Herrera

Centro de Formación. C/Victoria Eugenia de Battenberg, 10.

Entrada libre.

Auditorio Municipal de Boadilla

Avd. Isabel de Farnesio, 16.

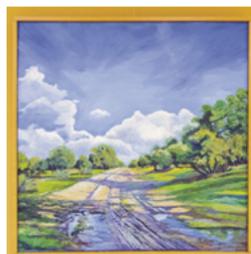
Teatro Princesa Doña Leonor

c/Mártires, 1.

VENTA DE ENTRADAS www.entradasboadilla.es

A la venta desde las 9.00 del lunes de la semana de celebración de cada espectáculo.

Entradas reducidas: empadronados mayores de 65, menores de 12 años y personas con discapacidad.



CENTRO DE MAYORES JUAN GONZÁLEZ DE UZQUETA

Exposiciones de pintura

Hasta el 14 de marzo

Francisco Fernández Ayuso y Mercedes Fernández Rincón

Del 17 de marzo al 18 de abril

Purificación Moya Medina

Entrada gratuita

Centro de Mayores Juan González de Uzqueta. c/ Secundino Zuazo, 8 (en la calle Gutiérrez Soto, bajo el centro de Salud, en sector B). ■

SI ES TU PERRO, ES TU CACA.



#Recógela

Jardines Boadilla UTE



www.parquesdeboadilla.es



Boadilla del Monte AYUNTAMIENTO

MIGUEL ASSAL, 25 AÑOS PRESTANDO PRIMEROS AUXILIOS

“Cada 3 o 4 horas muere una persona atragantada”

Hablamos con Miguel Assal (Santander, 1980), técnico experto en emergencias sanitarias. Conocido por su labor divulgativa sobre primeros auxilios en las redes sociales, donde le siguen 13 millones de personas, estuvo el mes pasado en Boadilla como invitado del ciclo *Espacio talento*. Ha escrito además un libro, ‘Salvar vidas’, con 106 situaciones de emergencia y cómo actuar en cada una.

Texto e imagen: A. Núñez

¿Cómo descubriste tu vocación por los primeros auxilios? Realmente hay alguien muy importante, que es mi padre, médico de emergencias. Él fue el que me inició para trabajar de socorrista en la playa, que es como empecé en el año 99. ¡Y me gustó tanto...!

También tuve una experiencia que no he contado mucho... Tendría yo seis años. Mi abuelo me cruzó la calle; y al regresar, le atropelló un coche. Yo lo vi y estuve con él ahí. Claro, le miraba y no sabía qué hacer. Se recuperó de aquello. Luego, dos años después, nos llaman, voy a casa y me encuentro a mi abuelo asfiriado y una persona haciéndole ventilaciones, la RCP [reanimación cardiopulmonar]. Murió. Entonces me dije: “Tengo que saber algunas técnicas para poder actuar yo como primer interviniente”. ¡Y mira cómo estamos!

¿Recuerdas tu primera intervención? ¿Qué sentiste? Mis primeras intervenciones son todas en playas, de personas ahogadas en el Mar Menor. Tenía yo 19 años. Tengo en el recuerdo el tema de los niños, que impactan más que un

adulto. Niños que hemos podido rescatar, pero otros que no... Hay un caso, que sucedió en La Manga en esos primeros años, de un niño de dos años y que aún recuerdo. Los padres estaban en una casa de alquiler de vacaciones, recién llegados. Y la piscina no tenía valla. El niño se lanzó... Cuando llegamos a los diez minutos, no pudimos hacer nada.

¿Cuáles son las situaciones de emergencia más habituales? La causa que más muertes produce son las enfermedades cardiovasculares. Tenemos de 30.000 a 40.000 paradas cardiacas al año, y solo se salvan entre 1.500 y 3.000. Si supiéramos actuar ante esa situación, haciendo una RCP correctamente, algo que yo explico siempre, y nunca me cansaré de hacerlo, multiplicaríamos por 9 esta cifra de personas salvadas.

Y luego está el atragantamiento, que es la más común de todas, pero la gente no lo sabe. Cada 3-4 horas muere una persona en España atragantada. Algo que se soluciona con una simple maniobra, tanto si es un adulto como un niño. Una simple técnica con

tus manos, y que saberla hacer salva vidas.

¿Y alguna no tan común y que sería importante saber también cómo actuar? Hay una gran desconocida: la hemorragia, y en la que tenemos que hacer más hincapié. Te caes de una bici, una moto, un policía apuñalado o que recibe un disparo... En Estados Unidos se está formado ya a toda la población para que sepa controlar el sangrado. Haciendo esa presión directa primero, colocando un torniquete, vendas, gasas... Ese empaquetamiento en los primeros momentos de la herida, que la gente desconoce, pero que hay que saber hacer porque también salva vidas.

¿Cómo se puede formar a un ciudadano en esto? Escribí el libro con ese objetivo: sacar los 106 casos más importantes de primeros auxilios para una persona que no tiene ni idea, para que tenga esa base de conocimientos para poder actuar. Y uno de mis objetivos es introducir el libro en los colegios. La base es empezar por los niños. Tú introduces esta materia en el cole, una pequeña sección de primeros

auxilios en Educación Física, que es donde yo lo veo... Los niños arrastrarían luego a los padres. ¡Hay niños que me siguen en Tik Tok [@miguelassal] que ya están salvando vidas! Y de ello recibo testimonios casi cada día. La base es esa: empezar por los niños y vamos generando así generaciones que ya saben primeros auxilios.

¿Alguna anécdota de todos estos años? Hay muchas... Una muy llamativa de hace dos años: un chaval que estaba peleando en un ring cayó fulminado. Llegamos en 3 minutos 20 segundos. Los tres compañeros comenzamos la RCP. El desfibrilador le dio varias descargas... Y a los cuatro minutos despertó. No volví a saber de él. Un año después, la madre se puso en contacto conmigo en Facebook para que su hijo me conociera. Y me contó que, gracias a esa parada que sufrió, descubrieron que sus seis hermanos tenían la misma malformación congénita en el corazón que él. ¡Ellos en cualquier momento podrían haberla sufrido, y ahora están medicalizados y controlados! ¡Una vida salva siete! ■



SÁBADOS BAILE DE MAYORES



⊕ 18:00 h

📍 Centro de Mayores Juan González de Uzqueta
c/ Gutiérrez Soto, 8

🗃 574

🎫 Entrada libre hasta completar aforo

MARZO
1, 15 Y 29

ABRIL
5

MAYO
10 Y 24

JUNIO
7 Y 14



COLEGIO VIRGEN DE EUROPA

La gastronomía, protagonista de la Semana Cultural

Alumnos desde 4 años y hasta 2º Bachillerato- Programa Diploma han participado en la Semana Cultural del Colegio Virgen de Europa, este curso con la gastronomía como protagonista.



Los estudiantes han viajado de China y Japón a Centroamérica, del Magreb a los fiordos de Noruega e incluso a una granja escuela, donde 3º Primaria realizó un taller de elaboración de queso. Muchos redescubrieron tesoros como la miel y el aceite de oliva; se habló de la cultura del vino, del chocolate o la conserva de los alimentos.

No ha faltado la visión antropológica durante una de las sesiones a Bachillerato y Programa Diploma. Y es que comer está muchas veces relacionado con rituales, símbolos, componentes religiosos o espirituales. La alimentación para los seres humanos es una actividad cultural que va mucho más allá de satisfacer nuestras necesidades nutricionales.

Durante una semana el alumnado ha disfrutado de un menú basado en diversas culturas. A partir de ahora, el cous-cous, el bao, los tacos mexicanos, el salmón, la apicultura, el cacao o el sushi tienen menos secretos y son más apetecibles por lo que ya conocen de ellos. ■



COLEGIO QUERCUS

El árbol de la vida

Este año, con motivo del Día de San Valentín, el Departamento de Idiomas del Colegio Quercus organizó el proyecto El Árbol de la Vida. Una actividad que ha involucrado a todo el alumnado del centro, desde el 1º Ciclo de Infantil hasta Secundaria.

Con ella se ha querido plasmar de una manera visual la manera en la que los alumnos maduran y crecen, tanto física como emocionalmente, en el centro. Un proceso semejante al de una semilla que crece hasta convertirse en un árbol:

- Los peques de Infantil se representaron en el árbol con las raíces. En esta etapa se construyen las bases emocionales que los sostendrán a lo largo de la vida.
- El alumnado de Primaria fueron las hojas, las flores y los frutos. Así se refleja la curiosidad y el crecimiento en esta etapa de su desarrollo.
- Los de Secundaria representan los animales y el marco del cuadro. Siendo ellos los mayores aportan a este mural su creatividad y su visión sobre la amistad, el amor y el respeto.

Un proyecto colectivo vinculado con el Programa de Inteligencia Emocional del Quercus desde el que se trabaja el reconocimiento, la gestión y la expresión de las emociones. ■



CEIP JOSÉ BERGAMÍN
Proyecto Onda Bergamín

En el segundo trimestre del curso, el CEIP José Bergamín comienza un nuevo proyecto de radio escolar: Onda Bergamín.

Una iniciativa impulsada por el coordinador de Tecnología de la Información y la Comunicación (TIC) del centro y un grupo de alumnos de Primaria. El proyecto busca integrar la radio como un recurso didáctico, promoviendo un espacio donde los

alumnos puedan expresar sus opiniones, compartir conocimientos y desarrollar habilidades comunicativas.

Puedes escucharla en <https://site.educa.madrid.org/cp.jose-bergamin.boadilla/index.php/onda-bergamin/> ■



ST. MICHAEL'S SCHOOL
EXCELENCIA EDUCATIVA

Con motivo de la fiesta de Santo Tomás de Aquino, patrón de los estudiantes, el colegio St. Michael's ha con-

cedido los diplomas y medallas de Excelencia Educativa a los alumnos con el expediente más sobresaliente del curso pasado. Además, el centro ha entregado a los alumnos de Educa-



ción Primaria, ESO y Bachillerato los títulos de Inglés y Francés que consiguieron el curso pasado. En total, más de 500 títulos de Inglés (TRINITY, KET,

PET, FIRST CERTIFICATE, ADVANCED and PROFICIENCY) y más de 150 títulos de Francés (DELFA1, A2, B1, B2 y C1). ¡Enhorabuena a todos ellos! ■

Lycée français
International
Molière

Tu colegio
internacional
trilingüe

MATRÍCULA
ABIERTA

UN TOQUE
FRANCÉS,
UN MUNDO DE
OPORTUNIDADES

JORNADA
DE PUERTAS
ABIERTAS:
05 DE ABRIL



CUIDAMOS Y EDUCAMOS NIÑOS DE 0 A 18 AÑOS

Villanueva de la Cañada

+34 91 815 50 00

ADMISIONES +34 606 13 84 73



French
International
Schools

aefe
Agence pour
l'enseignement français
à l'étranger



COLEGIO MIRABAL
Conectando corazones

Lucía M., alumna de 2º IB del colegio Mirabal y finalista de las Becas Europa, ha puesto en marcha el programa **Conectando corazones** para recaudar fondos que ayuden a las vecinas de Paiporta afectadas por la DANA. Uno de los objetivos es colaborar en la reconstrucción del Colegio La Inmaculada, que quedó devastado. Para ello se van a organizar diferentes acciones como conciertos y varias exposiciones de pintura y fotografía. Una de ellas ha sido la exposición de arte solidario en la biblioteca del Colegio Mirabal el mes pasado, con obras creadas por los alumnos. ■



SANTANDER OPEN ACADEMY
Más de 13.000 cursos gratuitos

Banco Santander ha alcanzado un acuerdo con la plataforma global de aprendizaje en línea Coursera que permitirá a la entidad ofrecer 10.000 plazas para acceder a todos los contenidos formativos de la plataforma, desde 13 países distintos, durante un año y de forma gratuita. El programa está abierto a todos, sin importar si son clientes de Banco Santander o tienen un título universitario. Su objetivo es impulsar la empleabilidad de las personas y ayudarles, a través de la formación continua, a incrementar sus oportunidades laborales o avanzar en su carrera profesional. Los cursos están relacionados con marketing y comunicación, habilidades blandas o *soft skills*,

critérios de sostenibilidad ASG –ambientales, sociales y de gobernanza (ESG por sus siglas en inglés)–, ciencia de datos o ciberseguridad, además de certificaciones profesionales de IBM, Microsoft, Google o AWS, entre otros. El plazo de inscripción estará abierto hasta el 19 de marzo en la web Santander Open Academy. Más información a través del código o el enlace: <https://www.santanderopenacademy.com/es/index.html> ■

SANTANDER OPEN ACADEMY



FORMACIÓN
Cursos y talleres para potenciar el talento femenino

El Ayuntamiento de Boadilla ofrecerá durante los próximos meses un curso y un ciclo de talleres para potenciar el talento femenino y ayudar en la búsqueda de trabajo.

CURSO MUJERES EN ACCIÓN: PUENTE AL EMPLEO

Se desarrollará los días 17, 21, 24, 28 y 31 de marzo, y 4 de abril, en el Centro de Empresas Municipal, de 10.00 a 13.00. El programa incluye los siguientes talleres:

- ◆ Las claves para gestionar tu mente durante tu búsqueda de empleo.
- ◆ Conoce la técnica para conectar con los empleadores y conocerte mejor.
- ◆ Aprende a vender tu talento.

- ◆ ¿Qué canales utilizar para llegar a las ofertas?
- ◆ Estrategias para brillar con un CV del siglo XX.
- ◆ Las claves del éxito de una entrevista digital y presencial.

Aprenderán a utilizar chatgpt para buscar empleo y mejorar su habilidad digital. También habrá sesiones individuales *online* de entrenamiento de la entrevista de trabajo.

Inscripciones El número de plazas es limitado y es necesario inscribirse a través del correo concejaliamujer@aytoboaddilla.com.

CICLO ENCUENTROS CON EL TALENTO FEMENINO

Dirigido a mujeres interesadas en el desarrollo personal y profesional para el empleo. Los talleres serán de libre acceso hasta completar aforo. **Inscripciones** Es necesario inscribirse también a través del correo concejaliamujer@aytoboaddilla.com.

Se impartirán en el Teatro Princesa Doña Leonor, de 11.30 a 13.30.

El programa es el siguiente:

- ◆ **8 de marzo: Mujeres en busca de sentido.** Lourdes Pérez-Sierra, coach, ejecutiva, formadora y mentora.
- ◆ **10 de mayo: Liderazgo femenino en las artes escénicas.** Lara Diloy, directora de orquesta.
- ◆ **21 de junio: Liderazgo femenino en el sector audiovisual.** Susana de la Mata, fundadora y CEO de la productora Daltruim Films.
- ◆ **27 de septiembre: Liderazgo femenino para la ayuda humanitaria.** Lucía Prieto Ríos, jefa de la Oficina de Acción Humanitaria de la AECID.
- ◆ **25 de octubre: Liderazgo femenino en la función pública.** Patricia Orden, transformación de la gestión de RRHH del Ayuntamiento de Madrid y Sonia Ramos, directora de la Escuela Madrid Talento del Ayto. de Madrid. ■

ESPACIO TALENTO
El 29 de marzo, conferencia de Luis Galindo



Luis Galindo, gran orador y un profesional con más de 39 años de

experiencia en puestos directivos, en la gestión de equipos humanos y experto en psicología positiva, impartirá en Boadilla, el próximo 29 de marzo a las 11.30, la conferencia *Dejar de pensar en porqué no podemos hacer las cosas, y empezar a pensar cómo las podemos hacer*. Será dentro del ciclo Espacio Talento.

Entradas. Gratuitas y solo para empadronados. Disponibles a partir de las 9.00 del lunes 17 de marzo en www.entradasboadilla.es. ■

XVIII RUTA DE LA TAPA
Del 21 al 30 de marzo

Este mes se celebra la XVIII de la Ruta de la tapa de Boadilla del Monte. Del 21 al 30 de marzo, los restaurantes inscritos en esta edición ofrecerán una cuidada selección de tapas elaboradas por chefs locales para todos aquellos que quiera disfrutar de la buena gastronomía. Tapas dulces y saladas, de vanguardia o clásicos reinventados, que no dejarán a ningún paladar indiferente. Además, los asistentes podrán compartir la experiencia con el hashtag #rutapaboaddilla2025 y participar en el concurso de fotos de Instagram (IG), etique-



tando a @larutadelatapaboaddilladelmonte. Podrán subir una o varias fotos consumiendo una tapa y entrar así en el concurso *online* en el que se seleccionará la mejor foto. El premio para el ganador del concurso: una cena valorada en 150 euros en cualquiera de los restaurantes participantes. ■

CÁRITAS
16 de marzo, mercadillo solidario de libros en Las Lomas

La parroquia de Las Lomas acoge el 16 de marzo, domingo, de 10.00 a 14.00, el tradicional mercadillo de libros que organiza cada mes la agrupación local de Cáritas y varios colaboradores voluntarios.



Para los que no hayan ido nunca, ahí encontrarás novelas, libros infantiles, de historia, colecciones... ¡a precios casi de saldo! Lo recaudado se dona a Cáritas, que lo destina a financiar los comedores sociales o ayudar a personas necesitadas. También se puede colaborar donando libros en buen estado (no revistas ni libros de texto) el día anterior por la mañana. ■

MERCADILLO DE LIBROS. Domingo, 16 de marzo, de 10.00 a 14.00. Iglesia de los Santos Apóstoles. c/ Valle del Roncal s/n. Urb. Las Lomas. Boadilla del Monte.

TÁMEGA ASESORÍA
ECONOMISTAS Y ABOGADOS
Asesoría Contable, Laboral y Fiscal
MÁS DE 15 AÑOS AL SERVICIO DE EMPRESAS, PYMES, AUTÓNOMOS Y PARTICULARES
Tel. 91 816 28 44 - Móvil: 627 934 027 - info@asesoriatamega.es
www.asesoriatamega.es

Sara Bravo ABOGADA
Sara Bravo Casas
Colegiada nº 95839
34.628.358.645
sarabavo@icam.es
[@sarabravoabogada](https://www.instagram.com/sarabravoabogada)
www.sarabravoabogada.es
Ciudad Comercial Las Lomas
C/ Valle de Tormes, 2 - Of. 96, 97
28660 Boadilla del Monte

ASESORIA JURIDICA

- FAMILIA
- TESTAMENTOS Y HERENCIAS
- EXTRANJERÍA
- CONTRATOS
- ARRENDAMIENTOS

math-U ACADEMY
Matemáticas Universitarias
Matemáticas | Programación | STEM
Programas a medida del alumno
Seguimiento continuo y Evaluación del progreso
Más del 90% de aprobados

OFERTA ESPECIAL para los primeros 25 inscritos
¡Escanee el código QR!

www.math-u.xyz 609 317 353



VITALIDADE Fisioterapia avanzada al alcance de todos

Aunque su abanico de servicio abarca todo tipo de tratamientos de fisioterapia (lesiones, dolores musculares, migrañas, fisioterapia pediátrica, dermatofuncional...) con las últimas técnicas y aparatos, son especialistas en fisioterapia deportiva. Entre sus clientes figuran varios futbolistas de primera división.

Vitalidade abrió sus puertas en el casco antiguo de Boadilla en abril de 2024. Un centro de fisioterapia amplio que dirige **Javier García**, fisioterapeuta, diplomado en Educación Física, Máster en Fisioterapia invasiva, y ecografía, ex entrenador de fútbol, y más de 9 años de experiencia

como fisioterapia con deportistas de alto rendimiento, futbolistas la mayoría de ellos, tanto de equipos de primera división como de las canteras de Real Madrid, Atlético de Madrid, Getafe... a los que es habitual ver en el centro.

Vitalidade ha puesto a disposición de sus

DEPORTE SIN RIESGO

¿Secretos para lesionarse lo menos posible? "Yo siempre recomiendo que cada uno haga el deporte que más le divierta y que compita o juegue de acuerdo a su nivel. No más alto o dándolo todo; no hace falta llegar ahí porque tarde o temprano vas a tener molestias o te lesionarás. Hay que prepararse bien físicamente para hacer lo que vayas a hacer, aunque sea un simple partido de domingo con los amigos. Y sobre todo, quienes practiquen un deporte de forma regular, que acudan al fisioterapeuta a **descargarse de vez en cuando**. No viene mal, una vez al mes, descargar tu



masa muscular y poner el cuerpo a cero. Si vas acumulando tensión mes a mes, llega un momento en el que te rompes. Y entonces, es peor: más molestias, vas a necesitar más sesiones de fisio..."



MÁS INFORMACIÓN

VITALIDADE BOADILLA
c/ García Noblejas, 17
28660 Boadilla del Monte (Madrid)
De lunes a viernes: de 10.00 a 21.00
Sábados: de 9.00 a 14.00
☎ 630 561 665
info@centrovitalidade.com
https://centrovitalidade.com/
@vitalidadeboadilla

usuarios las últimas técnicas en fisioterapia y los aparatos con la última tecnología: ecógrafo, punción seca, electrolisis, diatermia... utilizados en la denominada fisioterapia invasiva. "Son tratamientos que, frente a las técnicas manuales habituales, aceleran mucho la recuperación de una lesión o la desaparición de dolencias crónicas. Los resultados son espectaculares a corto plazo, y al final, te vas sin dolor", asegura.

Consiste básicamente en la "introducción de agujas en la zona afectada, sobre la que se aplica directamente una corriente que multiplica la reparación celular de la fibra para que un deportista se recupera cuanto antes", nos explica el propio Javier García.

Se adapta también la readaptación de cada paciente al deporte que practica para que vuelva a jugar lo antes posible. Y si con el fisio no es suficiente, cuentan con la colaboración de dos **traumatólogos** para los casos en los que hay que ir más allá de la fisioterapia: resonancias, infiltraciones...

El equipo de Vitalidade trabaja todas las especialidades de la fisioterapia: **suelo pélvico, pediátrica, fisioterapia dermatofuncional (facial y corporal), fisioterapeuta-podólogo** (estudios biomecánicos del cuerpo y la pisada), **presoterapia...** Dispone de un gimnasio para las rehabilitaciones. ❖



ROTARY BOADILLA

Concierto solidario contra la ELA

El club Rotary Boadilla recaudó el pasado 22 de febrero 3.104 euros a favor de la Asociación de Afectados de la ELA. Es lo recaudado con la venta de entradas y la fila 0 del concierto solidario ofrecido por Big Band Leganés esa noche en el Auditorio Municipal. Un repertorio con temas de swing, blues, latin-jazz y otros estilos. Eduardo Quijano (en la imagen, el segundo por la izda.), presidente de los rotarios de Boadilla, agradeció a todos su asistencia. Entre ellos, varios concejales del Ayuntamiento de Boadilla: el primer teniente de alcalde, Jesus Egea (a la dcha.), la tercera teniente de alcalde, Sara de la Varga; y el concejal de Asociaciones, José Sánchez Lobato (a la izda). ■



PROGRAMA VACACIONES EN PAZ

¿Quieres ser familia de acogida?

Un año más comienzan los preparativos del proyecto Vacaciones en Paz. Una iniciativa que permite a niños y niñas de 8 a 12 años procedentes de los campamentos de refugiados saharauis convivir con familias madrileñas durante los meses de julio y agosto.

Lola Morán, vecina de Boadilla del Monte, es una de las coordinadoras del proyecto Vacaciones en Paz que organiza la **Federación de Asociaciones Madrileñas de Amigos del Pueblo Saharaui (FEMAS)**.

Los niños, que tienen una vida muy precaria en los campos de refugiados, mejoran mucho su salud durante sus meses en Madrid (su estancia va acompañada de revisiones médicas y seguimiento de los posibles problemas de salud que tengan). ■

MÁS INFORMACIÓN

Whatsapp: 610 676 507

Email: vacacionesenpazmstl@gmail.com



"Construimos el futuro,
renovamos el pasado"

GESTCELCO
construcción y reformas

GRUPO PROCCELCO
promoción y construcción

Tel.: 91 632 23 33

Avda. Isabel de Farnesio, 31 - Local 6
28660 Boadilla del Monte (Madrid)



CONSTRUCCIÓN Y REFORMAS
DE VIVIENDAS

www.gestcelco.com

10% de descuento*

10% de descuento*

ALQUILER DE VEHÍCULOS

91 668 63 40

info@cerratoalquiler.es

Entrega a domicilio del vehículo

Vehículos GNC, GLP y eléctricos

Vehículos con bola y cabezas tractoras

2º conductor sin cargo

📍 **Visítanos en nuestras delegaciones**

C/Fresadores, 62 - 28939 ARROYOMOLINOS
Parque empresarial "PARQUE 22"

C/Artesanos, 13 - 28660 BOADILLA DEL MONTE
Polígono Industrial Prado del Espino

f y t

* El descuento se aplicará presentando esta publicidad sobre el precio del alquiler y de los kms a todos los vehículos de la flota. No es aplicable el precio del seguro, combustible e IVA.

PUBLIREPORTAJE

CLUB NUEVO BOADILLA

Dos pequeñas promesas de club, convocadas por la selección Sub-12 de Madrid

El fútbol base madrileño continúa ofreciendo talento a la selección autonómica, y en esta ocasión, dos promesas del Club Nuevo Boadilla, una de las canteras más destacadas de la región, han sido convocados por la selección Sub-12 de Madrid. Se trata de **Alejandra Martín García** y **Sem Osipovych**, ambos jugadores de la categoría Alevín del club.

Alejandra Martín García, integrante del Alevín A femenino, ha sido seleccionada tras sus brillantes actuaciones en la Primera División Autonómica, la máxima categoría en su rango de edad. Alejandra, que está entre las 250 jugadoras del club, está contribuyendo al crecimiento del fútbol femenino en la localidad, donde el Nuevo Boadilla lleva presente desde hace ya una década.



Por su parte, Sem Osipovych, del Alevín A masculino, ha sido llamado por la selección tras destacar en la División de Honor. Su inclusión en el equipo regional refuerza el prestigio

deportivo del club, que cuenta con casi 2.000 jugadores en diferentes categorías, lo que le convierte en uno de los clubes más numerosos de la federación madrileña. ■

GOLDGEM

Nueva etapa

Después del gran éxito en el Campeonato internacional Figueres Cup-2024, con 7 medallas de oro, 1 de plata y 1 de bronce, el club estrena nombre, GoldGem Boadilla CGR (antes eran Golden Boadilla), y temporada. A principios de año, las gimnastas sumaron otras 12 medallas de oro y 4 de plata por aparatos en el Campeonato internacional Sofia Cup-2025-Dubái (UAE). El equipo de gimnastas está formado por Marina García, actual subcampeo-



na de España Base (a quien entrevistamos en julio del año pasado), Ada Martín, Adriana Esteban, Daniela Gómez, Diana Santos, Iciar Méndez, Lucía Ramajo y Manuela Pocobelli-Ragosta. ■



TIRO CON ARCO

Irati Unamunzaga, oro en el Campeonato de España

Vecina de Boadilla y arquera profesional, Irati Unamunzaga (a quien entrevistamos hace un año) sigue cosechando multitud de éxitos. En el último Campeonato de España de tiro con arco en sala, ha ganado seis medallas de oro en las categorías junior y absoluta, y récord de España por equipos. ¡Enhorabuena, campeona! ■

BOADILLAVENTURA

El 29 de marzo, excursión a las Barrancas de Burujón (Toledo)

Boadillaventura visita por segunda vez este espacio mágico en la provincia del Toledo. Son 12,5 km de recorrido por estas elevaciones arcillosas esculpidas por la acción del

viento y el agua durante millones de años junto al río Tajo. Todo un espectáculo en plena naturaleza. Será el próximo 29 de marzo, sábado. El precio



de la excursión, con comida incluida es de 40 euros para

abonados al club (45 no abonado), aunque también hay la opción de no quedarse a comer (15 euros abonados y 20 no abonados). ■

MÁS INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES

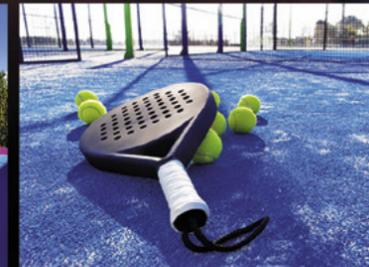
www.boadillaventura.es
info@boadillaventura.es
Tel.: 645 676 851 / 619 801 019



- raqueta
- fitness
- piscina
- belleza-spa
- dance
- fisioterapia
- fútbol 7
- eventos

Tu Club Deportivo

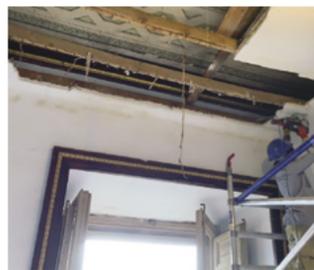
VÍVELO



¿estás dentro?

Av. Condesa de Chinchón 107, Boadilla del Monte - 911 299 062 - info@republicspace.com

www.republicspace.com



Trabajos de eliminación del falso techo de escayola que cubría las pinturas de la estancia contigua a la conocida como habitación de la Condesa de Chinchón. Abajo a la derecha, imagen del techo descubierto y recuperado.



RESTAURACIÓN

Hallazgos en palacio

Los trabajos de restauración en una de las habitaciones del palacio de Boadilla, junto al dormitorio de la Condesa de Chinchón, sacaron a la luz varias joyas escondidas de las que no hemos hablado aquí. Entre ellas, la decoración del techo realizada tras el incendio de 1796 y varias pertenencias ocultas en una puerta en la restauración de 1944, después de la Guerra Civil. ¡El palacio no deja de sorprender!

Texto: Miguel Ángel García Valero, historiador y arqueólogo

En el año 2021, el Ayuntamiento de Boadilla del Monte encargó la restauración de las pinturas del techo de una habitación de escasos 20 metros cuadrados de la segunda planta del Palacio del infante don Luis, situada junto al denominado dormitorio de la Condesa de Chinchón, hija mayor del infante.

Esta actuación consistió en eliminar una falsa techumbre de escayola que cubría un techo decorado con pinturas figurativas, y que se podía apreciar en una cata realizada hace tiempo. El falso techo de escayola estaba realizado con cañizo y se sostenía en una serie de vigas de madera que incluían un par de molduras doradas con pan de oro y reaprovechadas.

Pinturas figurativas

El primer hallazgo en el transcurso de esta restauración se concreta en que el techo de esta pequeña habitación estaba decorado con una pintura que representa un cielo que cubría la totalidad de la estancia. Superpuesta a esta representación celestial, se había pintado en todo su perímetro una representación arquitectónica, a modo de trampantojo, de una cornisa decorada con casetones que incorporan flores. Esta representación arquitectónica, que pretende dar mayor profundidad a la escena, nos retrotrae a la interesante decoración de yeserías de la capilla del palacio, cuya autoría es del insigne arquitecto Ventura Rodríguez.

Por otra parte, la pared de esta estan-

cia incorpora en su parte superior una moldura en madera noble con una decoración que se concreta en dos líneas paralelas de secuencias de hojas doradas con pan de oro, de idéntica factura que las molduras que enmarcan las ventanas de estas estancias. La realización pictórica de este techo es de gran calidad y su estado de conservación era óptimo.

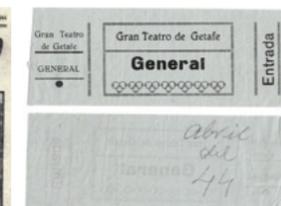
La cronología de este techo se corresponde con la reforma que se acometió en esta zona del palacio tras los daños sufridos por el incendio de 1796 en la cocina, que se encuentra justo debajo de estas habitaciones. Esta reforma debió acometerse en torno a 1805, cuando el arzobispo de Toledo, Luis María de Borbón y Vallabriga, hijo del Infante don Luis, cedió a su hermana María Teresa, casada con Manuel Godoy, el Condado de Chinchón, el Señorío de Boadilla, y por ende, el palacio de Boadilla.

Periódico, entradas, lotería...

Un segundo hallazgo también se produjo durante los trabajos en esta estancia. Se eliminó una chapa de madera claveteada de una de las puertas originales de paso, tras la cual se encontraron diferentes capas de papel pintado. Esta chapa de madera presenta en su parte interior una inscripción realizada a lápiz donde se lee "José de Prada. Abril 1944".



Detalle de la moldura de madera con decoración vegetal tratada de pan de oro que rodea el techo pintado.



Fragmento del periódico *Así es* del 12 de abril de 1944, encontrado tras liberar la puerta de la chapa de madera. Otro hallazgo de la cápsula del tiempo: 2 entradas del Gran Teatro de Getafe en las que consignaron a lápiz la fecha (abril de 1944). Y a la derecha, fragmento de billete de Lotería Nacional de 23 de febrero de 1944, encontrado tras liberar la puerta de la chapa de madera.

Incorporaba un fragmento del periódico *Así es* de fecha 12 de abril de 1944. Este periódico llevaba por subtítulo *Alfabeto universal de la vida y de la cultura*. No se trataba de un diario de noticias al uso, sino más bien de una revista de noticias de actualidad y culturales. Comenzó a publicarse en 1932 y se editaba únicamente los miércoles. Dejó de salir la Guerra Civil y volvió a editarse a partir de abril de 1943.

En este mismo espacio entre la puerta y la chapa de madera aparecieron dos entradas del Gran Teatro de Getafe, en una de las cuales figura escrito a

lápiz la fecha de 12 de abril de 1944; y un fragmento de billete de Lotería Nacional de 23 de febrero de 1944.

El testimonio cronológico que nos ofrecen estos hallazgos nos informa de que en abril de 1944, durante las labores de restauración del palacio tras la Guerra Civil llevadas a cabo por la Dirección General de Regiones Devastadas para su adecuación a colegio de niñas huérfanas, se cubrieron los repertorios decorativos de esta habitación. Decoración que tenía difícil encaje con el nuevo uso como aseos que se daría a este espacio.

Fue el carpintero José de Prada quien

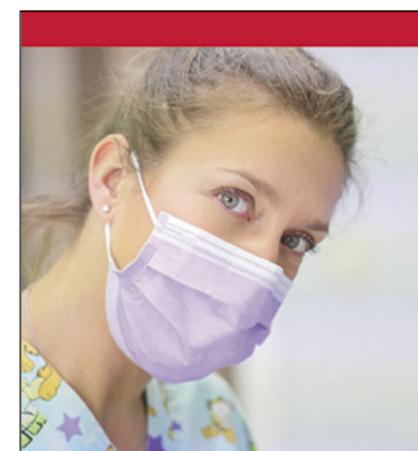
nos dejó esta cápsula del tiempo, gracias a la cual resulta curioso advertir cómo en 1944, en pleno período de crisis y austeridad económica del franquismo, el carpintero que adaptó esta puerta, muy probablemente residente en la localidad madrileña de Getafe, fue un hombre interesado en la cultura, lector de periódicos instructivos, que estaba al día de la situación internacional, que asistía a las funciones teatrales de su localidad, pero que, como la mayor parte de los españoles, quería salir de la situación económica empobrecida del momento buscando la fortuna en la Lotería Nacional. ■

✓ BIOCLIMÁTICAS ✓ TENSOPERGOLAS
✓ CORTINAS de CRISTAL
✓ TECHOS MÓVILES ✓ TECHOS FIJOS

TOLDLUX
+ 50 años contigo

www.toldluxcerramientos.com
91 632 10 78
toldlux@toldlux.com

✓ PARKING FOTOVOLTAICO
✓ CUBIERTAS TELESCÓPICAS de PISCINA
✓ TOLDOS COFRE MOTORIZADOS



Úzquizadental
en Boadilla del Monte

straumann invisalign®

Dra. Ionna Uzquiza Rodríguez
Calle Juan Carlos I, 53 - 2A • 28660 Boadilla del Monte
clinica@uzquizadental.es • www.uzquizadental.es

691 557 015 / 916 321 127

Respetamos todas las aseguradoras



Fisioterapia, podología, rehabilitación... Un año en Boadilla

La Clínica Pastel cumple un año. Un proyecto que puso en marcha María Pérez, fisioterapeuta especializada en suelo pélvico, experta en fisioterapia oncológica y drenaje linfático manual. Y lo hacía en una zona de Boadilla en pleno desarrollo: Cortijo Sur.

El centro cuenta con un equipo profesional especializado en fisioterapia traumatólica y deportiva, pero abarca una importante abanico de tratamientos fisioterapéuticos, todos ellos personalizados y

adaptados a cada paciente:

- **Fisioterapia traumatólica y deportiva.** Prevención y recuperación de lesiones
- **Drenaje linfático manual.**
- **Tratamiento para lipedema y postcirugía.**
- **Fisioterapia oncológica.** Cuidado completo para mejorar la calidad de vida del paciente oncológico, ayudando a reducir dolores, fatiga y los efectos del tratamiento.
- **Suelo pélvico.** Atención especializada en preparación al parto y posparto;

fortalecimiento del suelo pélvico; tratamiento de disfunciones pélvicas.

- **Podología especializada.** Quiropodias, estudio de la pisada, plantillas personalizadas, prevención patologías del pie.

OBJETIVOS

Aliviar dolores, mejorar la movilidad, reducir la ansiedad y el estrés, y prevenir lesiones.

Reserva tu cita ya y da el primer paso hacia tu bienestar. ■

CLÍNICA PASTEL

Fisioterapia Integral

By María Pérez

C/Méndez Núñez, 12. C.C. Cortijo Sur, local 16.
28669 Boadilla del Monte.

www.clinicapastel.com

Teléfonos: 660 781 944 • 913 190 816

Asesoría de Empresas | Autónomos
Abogados | Economistas
Administradores de fincas

Más de 20 años prestando servicios de asesoría en Boadilla

EMPRESAS

AUTÓNOMOS

PARTICULARES

91 632 52 92
Avda. Siglo XXI, 20 - Locales 1 y 2
BOADILLA DEL MONTE
www.ima-asesores.com
info@ima-asesores.com

La Lucasteria
LOVELINESS & DELI

DICEN QUE SABE A BESO
Suave, cremosa, fluida. Dicen de nuestra tarta de queso que sabe a beso.

¿Cómo conseguirlas?
Haz tu pedido con 24 horas de antelación y nosotros te la llevamos a casa.

www.lalucasteria.com
616 711 191 @lalucasteria

FRAILE PINTORES C.B

Empresa legalmente constituida desde 1.989

PINTURA PLÁSTICA Y MANO DE OBRA DE PRIMERA CALIDAD

ESPECIALISTAS EN VIVIENDAS HABITADAS Y AMUEBLADAS

LOS MÁS LIMPIOS DE MADRID

DISPONEMOS DEL MEJOR SISTEMA Y MATERIAL PARA MOVER Y PROTEGER SUS MUEBLES

SERVICIO GRATIS
EN 24 HORAS SABRÁ...
CUANTO LE CUESTA (precio cerrado)
CUANTO TARDAMOS (días exactos)
CUANDO LO HACEMOS (fijamos fecha)
"QUIÉN" REALIZA EL TRABAJO (muy importante)

TODO ELLO ASESORADO PROFESIONALMENTE EN SU DOMICILIO

AHÓRRESE LA LIMPIEZA POST-PINTURA NO MANCHAMOS

Móvil: 629 627 521 - Tel: 91 645 56 39 - www.frailepintores.com

REPARACIÓN DE ORDENADORES, MÓVILES, TABLETS, VIDEOCONSOLAS...

VENTA DE COMPONENTES Y ACCESORIOS INFORMÁTICOS. CONSUMIBLES

ASISTENCIA A DOMICILIO
Recogida y entrega gratuita a domicilio

91 633 47 10 / 652 32 75 40

C. C. El Zoco - C/ Santillana del Mar, 14 - Planta baja, local 15
282660 BOADILLA DEL MONTE
www.abacoordenadores.com - abacoordenadores@gmail.com

SERVICIO OFICIAL Aprimatic

PUERTAS DE GARAJE Y AUTOMATISMOS
MANDOS A DISTANCIA
CERRAJERÍA Y ALUMINIO
COPIA DE LLAVES EN EL ACTO

Avd. Isabel de Farnesio, 29 - Loc. 6
28660 Boadilla del Monte
Tel. 91 633 16 61

BOADILLA MOTOR

Taller multimarca y especializados en

Mecánica y electricidad en general
Mantenimiento del automovil

Suspensión Frenos
Distribuciones Embragues
Aire Acondicionado
Diagnosis Pre itv

91 504 80 56 - 619 768 932

C/ Juan Carlos I, 3 Boadilla del Monte 28660 Madrid

MARTA FRESNO

Jugadora de rugby

“Me gusta sufrir en el campo”

Esta joven vecina descubrió su pasión por el rugby con 16 años. Ahora, con 21, forma parte de la selección española de rugby 7. No hay nada que le guste más que estar en el campo, a pesar de la exigencia y dureza de los partidos. ¿Su sueño? Competir en los Juegos Olímpicos de 2028. Va camino de ello.

Texto: Natalia M. Diz Imagen: FERubgy.

Marta Fresno, 21 años y boadillana, empezó en el mundo del deporte jugando al baloncesto en el ADC Boadilla. Con 16 años decidió probar el rugby (deporte que practicaba su padre), y se enamoró!

Desde entonces, no se ha separado del balón ovalado y entrena a conciencia en el Club de Rugby Majadahonda. Con su equipo ha subido al pódium en numerosas ocasiones. Han sido campeonas de España Liga Iberdrola 23/24; campeonas Copa Ibérica 2024 y subcampeonas 2022 y 2023; subcampeonas Copa de la Reina 22/23; terceras Copa de la Reina 21/22; y subcampeonas Seven Selecciones autonómicas 2019.

Vive en el Centro de Alto Rendimiento (CAR) Joaquín Blume de Madrid y desde hace un año está en la selección española de rugby 7, con la que debutó en Dubái en noviembre del año pasado. Hablamos con ella a punto de partir con la selección hacia Vancouver (Canadá), para dispu-

tar las HSBC World Rugby Sevens Series.

Antes de nada, ¿qué diferencia el rugby 7 del rugby 15? Lo más evidente es el número de jugadores y el tiempo de juego, pero el campo es el mismo. Luego algunas reglas varían un poco, pero en esencia, es igual.

¿Cómo es tu semana? ¡Muy exigente! Entreno de lunes a sábado, mañana y tarde. Y lo compagino con la carrera de Derecho. Estoy en 3º en la Universidad Complutense, así que además de ir a clase, estudio por la noche.

Tienes muy poco tiempo libre... Sí, solo el domingo, que aprovecho para ir a ver a mi familia a Boadilla.

¿Te compensa? Sí, es un deporte muy físico y ¡me encanta el sacrificio y la exigencia que demanda! ¡Me gusta sufrir en el campo [ríe] y saber que estoy jugando con las mejores!

Además, me encantan los valores que tiene el rugby, sobre todo el respeto. Se cuida mucho que los placajes sean limpios y técnicos, no está permitido levantarle la voz al árbitro... ¡E incluso se invita a comer al equipo contrario cuando juegan en tu campo!

¿Cómo es la relación entre vosotras? Pasamos muchas horas entrenando juntas y la verdad es que nos ayudamos en todo lo que podemos. No solo hay que entrenar duro la parte física. Es muy importante cuidar el lado emocional y mental.

En ese sentido, ¿cómo gestionas la frustración a este nivel de dedicación? Me ayuda que soy bastante positiva. Y, sin duda, el apoyo de las compañeras. De todos modos, no suelo frustrarme en el campo, lo dejo todo fuera. Cuando sales a jugar es necesario tener la mente fría. Después, ya me ocupo de resolver lo que sea.



¿Y qué papel juega la familia? Para mí es el gran apoyo, especialmente mi padre. Además de conocer muy bien este deporte, ha sido entrenador de balonmano, así que sabe cómo ayudarme. A él se lo cuento todo y es el que me impulsa a superar los baches y a seguir adelante.

¿Planes de futuro? La verdad es que tengo muy claro el camino que quiero seguir. Tengo el foco puesto en los Juegos Olímpicos de 2028. ¡Me encantaría competir allí! Y después, como ya habré terminado la carrera y, además, es muy difícil vivir de este deporte, quiero opositar a inspector de Policía. ■

Custom-D

c u s t o m d e s i g n



Vivienda unifamiliar en San Sebastián de los Reyes.



Instalación eléctrica y climatización.



Vivienda unifamiliar en Marbella (Málaga).

- REFORMAS INTEGRALES DE VIVIENDAS
- CONSTRUCCIÓN DE VIVIENDAS EFICIENTES DE PRINCIPIO A FIN
- PROYECTOS DE DEMOLICIÓN Y DE NUEVA CONSTRUCCIÓN
- IMPERMEABILIZACIONES, INSONORIZACIONES ACÚSTICAS
- GESTIÓN SUBVENCIONES
- INTERIORISMO Y PAISAJISMO

☎ 91 265 63 14

✉ info@customdesign.es

www.customdesign.com.es

📍 C/ Valdemorillo, 21. P.I. Ventorro del Cano. 28925 Alcorcón



**TODO LO QUE NECESITAS PARA
LA REFORMA DE TU CASA**



Serie Reggia
de APAVISA



PORCELÁNICO BELLVER 100x25

SIN RECTIFICAR Y DISPONIBLE EN
COLOR GRIS, HAYA, NOCE Y NOGAL.

ahora: **13.95€** +IVA

ÚLTIMAS UNIIDADES 9.95€ * +IVA

*hasta fin de existencias. Oferta no acumulable a otras ofertas.



NUEVO

**PANELES ACÚSTICOS
DECORATIVOS
BY WOODUP**

**VISITA NUESTRA EXPOSICIÓN
Y DESCUBRE LA
GAMA AKUPANEL**

NUEVO SERVICIO!

**ALQUILER DE HERRAMIENTAS
Y MAQUINARIA**

- ENTREGA DIRECTA EN OBRA.
- ELIGE TU TARIFA.

HILTI | **BOSCH**
Y MUCHAS MÁS

60% DE DESCUENTO!
EN ALQUILERES DE MÁS DE 7 DÍAS

☎ 916331066 📞 626809533 ✉ info@nicolaspastor.com

SEDE BOADILLA DEL MONTE:

LUNES A VIERNES: 7:30 a 13:30 / 15:00 a 18:30.
Polígono Ventorro del Cano C/ Cercedilla, 5, 28925
Alcorcón, Madrid

Teléfono: 916331066

PIDE CITA PARA VISITAR NUESTRA EXPOSICIÓN
DE MÁS DE 500m2

SEDE BRUNETE:

LUNES A VIERNES: 8:00 a 13:30 / 15:00 a 18:30.
M-600 Km 33, 28690 Brunete, Madrid
Teléfono: 918125103

📱 📧 📞
@AzulejosNP

DISTRIBUIDOR OFICIAL:
CeramHome **La obra**