

LAS ROZAS
TORRELODONES
HOYO DE MANZANARES
COLLADO VILLALBA
MORALZARZAL

MASVIVE

REVISTA INDEPENDIENTE DE INFORMACIÓN LOCAL

MASVIVE.COM

AÑO XX · Nº 250

OCTUBRE 2025

Ejemplar gratuito



MORALZARZAL:
Carlos Soria hace historia
a los 86 años en el Manaslu

LAS ROZAS

Un estudio pionero
le pone 'cara' al estrés



TORRELODONES:
La patinadora Sofía Val,
a por el oro olímpico

COLLADO VILLALBA

El municipio se vuelca
con la salud mental



AVENTURA:
Jesús Fernández-Peinado,
65.000 kms en moto
por todo el mundo

HOYO

El otoño se
llena de cultura

ESPECIAL
HOGAR

KHAMA: El colchón que se renueva contigo.

Se adapta a ti, cuida del planeta y ya puedes probarlo en Torrelodones.

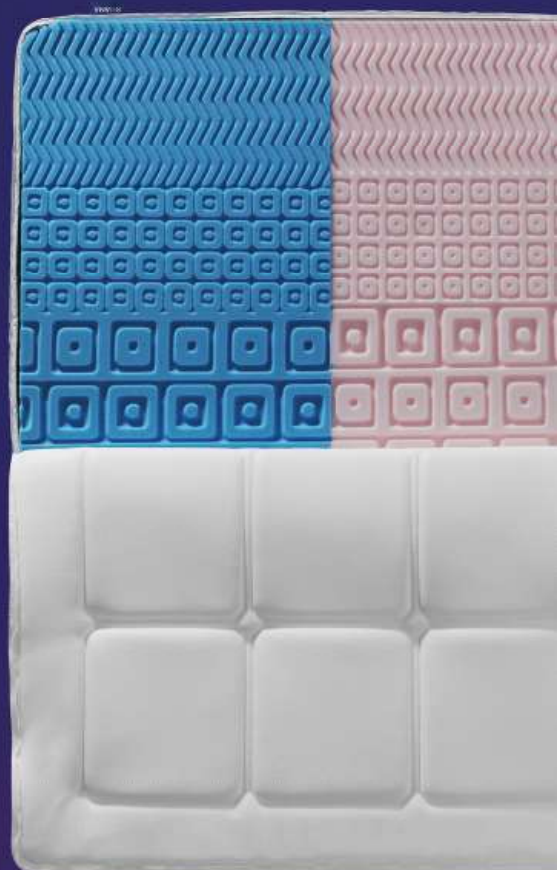
Tu colchón, a tu medida

¿Te gusta dormir como en una tabla y tu pareja prefiere algo mullidito? ¡Lo tenemos! Nuestros colchones están diseñados para **personalizar la firmeza de cada lado de la cama**. Y si más adelante quieres cambiar de firmeza, puedes hacerlo solo abriendo una cremallera. **Fácil, rápido, cómodo y, sobre todo, sostenible**. Disfruta de tu colchón más años y con la calidad del primer día.

Una marca con conciencia

En KHAMA creemos que dormir bien no es un lujo, es la base para despertar mejor cada día. Nuestros colchones se adaptan a ti, duran más y se renuevan capa a capa, evitando cambiar el colchón entero. Esto supone **un 90% menos de emisiones de CO₂ en cada renovación**.

Además, en nuestra planta de Yecla (Murcia) trabajamos con energía solar y apostamos por unas condiciones laborales justas y seguras. Porque en KHAMA la sostenibilidad **cuida del planeta y de las personas**.



123 noches
de prueba



10 años de
garantía



El colchón más
sostenible



Cambios de
firmeza gratuitos

Ven a conocernos en TORRELODONES

Descubre lo que significa “despertar mejor cada día” en nuestra **tienda del Centro Comercial Espacio**. Te asesoraremos sin prisas y podrás probar tu colchón en **casa durante 123 noches**. **Fácil, transparente y sin letra pequeña**.

Encuétranos en el CC Espacio Torrelodones
868 481 618 / 674 665 927 · torrelodones@khama.es

KHAMA

Se hace camino al andar

En estas páginas de la revista MasVive se van a encontrar este mes los dos extremos de la experiencia humana. Por un lado, una **jovencísima** deportista que se enfrenta nada menos que a sus primeros Juegos Olímpicos, y por otro, a un **veterano** alpinista que ha subido el que seguramente es su último ochomil. Hay todo un camino de vida entre ambos acontecimientos que unen al niño que cierra los ojos y sueña con el futuro y el anciano que en esos **sueños** repasa todo lo que ha vivido.

Si vemos la **vida** como una carretera, los hay que la recorren corriendo, andando, patinando, escalando o en bicicleta, los que enfrentan el **camino** con más dificultades que otros, los que van en moto a toda velocidad, los que se lo toman con más calma... una **aventura** en cualquier caso.

MasVive también alcanza un **hito** en este mes de octubre, los 250 números, y como no sabemos hacer otra cosa, lo celebramos dando protagonismo a otros: los que transforman la sociedad, la hacen mejor, más bonita, más solidaria... Estamos todos en un **viaje** que sólo se puede recorrer hacia adelante, no como una huida sino como una oportunidad de ir construyendo conforme se **avanza**. Porque como decía el poeta, se hace camino al andar.

VIVE PUBLICACIONES, S.L.

649 899 955

WWW.MASVIVE.COM

INFO@MASVIVE.COM

Depósito Legal: M-17575-2011

Prohibida la reproducción total o parcial de esta publicación sin autorización expresa del editor. En amparo de la Ley 22/1987 de Propiedad Intelectual (B.O.E. nº 275).

Editora

M^a Jesús G. de Lara

Redacción

Mabel Cazorla
redaccion@masvive.com

Publicidad

publicidad@masvive.com



16/30 Octubre

Tutankamón visita Torreldones

Zona restauración
Planta 2

Exposición
"Secretos revelados"
+ Talleres infantiles
17, 18, 24 y 25 de octubre
De 18 a 20h

ESPACIO
TORRELDONES



Ayuntamiento de Torreldones



TORRELODONES

La aventura de una vida: 65.000 kilómetros, 42 países



6 5.000 kilómetros en 42 países. Solo, subido en una moto. Es el resumen de los viajes que ha hecho Jesús Fernández-Peinado, técnico de Protección Civil de Torre Lodones, a bordo de su fiel Honda CBR. Aunque ya había viajado por España, su primer viaje largo, relata a MasVive, fue en 2021: desde Cadaqués hizo toda la ruta transpirenaica hasta

Finisterre. Un año después recorrió los Alpes, los Dolomitas y la Toscana italiana. En 2023 “me vine muy arriba”, relata, y decidió llegar a Cabo Norte pasando por “Lituania, Letonia, Estonia, hasta llegar a Noruega y bajar”. En 2024 se fue a Europa del Este, los Balcanes y Rumanía, hasta Arabia.

“Y este año ya quería salir totalmente de mi zona de confort, quería directamente someterme a algo un poquito más intenso” y se fue hasta Kirguistán. “Me quedé a 200 kilómetros de la frontera con China, atravesando Bielorrusia, Rusia, Kazajistán, Kirguistán y la vuelta”.

¿Ha tenido miedo? Pues no. “Tengo que reconocer que no he tenido ningún problema en ningún sitio donde he estado. Siempre he viajado solo. Y es más bien el miedo escénico. Yo parto con una máxima y es que la gente en sus países es buena”, señala. “Eres un motero solo, no eres

una amenaza para nadie, nunca nadie me ha intentado robar, ni he tenido ningún mal disgusto, ni un susto”.

Además, ha aprovechado para hacer ‘patria’ y visitar lugares con los que Torre Lodones está hermanado: Merksplas, en Bélgica, Dellisen, en Alemania y Grodzisk, en Polonia. “Cuando les dije que iba a ir, me recibieron encantados. En Alemania me pagaron el hostelito donde me alojé, me invitaron a cenar, me enseñaron toda la comarca...”.

De los lugares que ha visitado, el más bonito, asegura, es Noruega. “Es una foto constante”. Y de los que aún no ha visitado, le gustaría cruzar Mongolia. O hacer la Panamericana, desde Alaska hasta Ushuaia. “En fin, sueños de motero”. De momento ha decidido parar un poco, su hija está en Bachillerato, pronto empieza la Universidad y hay que ahorrar. Pero en el futuro... quién sabe.

Body & Soul

¿Quieres corregir tu postura, mejorar tu movilidad, tú espalda, tu cuerpo y sentirte bien?

Prueba el PILATES con M2Pilates.

Pilates terapéutico, pilates pared, pilates power...

Si buscas hacer pilates deja las coletillas a un lado y céntrate en lo importante.

Más de 15 años de experiencia.
Talleres especializados en Suelo Pélvico.
Centro avalado por ANEP
(Asociación Nacional de Entrenadores de Pilates)
y formadores acreditados de Apta Vital Sport.
M2 pilates, ven, prueba y siente la diferencia.
CLASE DE PRUEBA GRATUITA

Calle José Sánchez Rubio 3-5
Torrelodones (pueblo) · Tlf: 91 859 05 87
(sólo WhatsApp): 645 25 24 46



**FONTENEBRO
INTERNATIONAL
SCHOOL**

iSP International
Schools
Partnership

¡Aún estás a tiempo de unirte a este curso!

Your International School in Moralarzal.

De 1 a 18 años.



90% inmersión en Inglés en Infantil.



Programa de Altas Capacidades.



¡Y también Bachillerato de Artes!

**¡No pierdas
tu plaza!**





LAS ROZAS

Estudio pionero sobre el estrés

Profesores de Secundaria de Las Rozas han participado en un estudio pionero para ponerle 'cara' al estrés y comprobar si, cambiando hábitos de vida, mejora la salud general. Alberto Pacheco, CEO de la empresa Wone Health, que ha conducido el estudio, explica a Mas Vive que los resultados han sido "sorprendentes".

"Hemos medido el estrés desde un prisma novedoso, además de los test oficiales, con biomarcadores como hormonas en saliva, cortisol y DHA. Hemos medido la microbiota intestinal, que es una ciencia bastante moderna en plena revolución y es tremenda la información que nos da. Y luego aparte hemos hecho un control de peso, masa ósea, masa magra, hidratación y alineación", resume. Después, los participan-

tes en el estudio, 15 personas en total, han seguido un programa destinado a cambiar su estilo vida.

Cambios en el estilo de vida

"Primero le ponemos una cara al estrés, que afecta a tu capacidad de concentración, afecta a tu peso, afecta a tu sueño, afecta a los seis pilares de la medicina de estilo vida... y después de un programa de dos meses hemos vuelto a medir para ver qué es lo que ha ocurrido". Se trataba de un programa con hábitos antes de irse a dormir, nutrición, ejercicios para la condición física y la salud mental... "y los resultados principales son bastante sorprendentes", explica. Tanto, que ahora van a repetir esta prueba piloto con más sujetos, con el objetivo de publicar sus resultados. Ya

tienen universidades interesadas. ¿Y qué han descubierto? Que cambiar hábitos puede reducir el nivel de cortisol, que está directamente relacionado con el estrés, aumentar la serotonina, hormona relacionada con la felicidad, y el GABA, estrechamente relacionado con la tranquilidad y el sosiego, se reduce el peso sin reducir masa muscular y hasta es posible modificar la variabilidad de la frecuencia cardíaca.

"Estamos poniéndole cara al estrés, que no es solamente una cuestión mental", resume Alberto Pacheco, "es que puede estar potenciado por un tipo de alimentación, por un tipo de estilo de vida y no nos damos cuenta. Y son matices que tienes que ir modificando, porque la salud mental no es solamente lo que ocurre en la cabeza".



MORALZARZAL

En ruta hacia un empleo mejor

La Concejalía de Empleo del Ayuntamiento de Moralzarzal, a través de la Agencia de Colocación MoralEmplea, pone en marcha la Ruta del Empleo-Otoño 2025, un programa integral de apoyo a las personas que buscan trabajo o se han decidido por el emprendimiento.

La Ruta se presenta como una oportunidad para crecer, "una herramienta clave para mejorar la empleabilidad, acompañar en el emprendimiento y reforzar la productividad local, generando

nuevas oportunidades para la ciudadanía de Moralzarzal".

Formación hasta diciembre

Los asistentes recibirán formación práctica y acompañamiento en dos grandes ejes, la actualización de competencias y conocimientos necesarios para encontrar empleo y el asesoramiento para el autoempleo y el emprendimiento, con orientación sobre herramientas de gestión.

Las formaciones se impartirán desde el 14 de octubre hasta el

4 de diciembre. Incluyen cuestiones como 'Estrategias para promocionar tu talento', 'Marca personal y empleabilidad en el mundo digital', 'Estrategias avanzadas para encontrar empleo', 'Autoempleo: Trabajando y creando desde tu pueblo, herramientas de gestión y organización', 'Talento Senior', uso de LinkedIn y 'Gestión emocional del estrés en la búsqueda de empleo'. Toda la información para inscribirse se puede consultar en www.moralzarzal.es.

 COLLADO VILLALBA

Hablemos de Salud Mental

Formación, un servicio de atención psicológica especializado, coordinación entre las áreas municipales, prevención y sensibilización social. Son los pilares en los que se asienta el Programa Integral de Salud Mental y Prevención del Suicidio de Collado Villalba.

El Ayuntamiento ha llevado a cabo un estudio específico previo sobre el suicidio y el parasuicidio en la localidad y de su análisis, y del trabajo conjunto de técnicos y asociaciones, ha salido un programa que arranca este mes de octubre con una Quincena de la Salud Mental y el Bienestar Emocional, con actividades que

incluyen desde teatro a unas jornadas profesionales, conferencias, talleres o una Marcha Municipal por la salud mental que se celebrará el 19 de octubre, de 10.00 a 12.00 horas en el Parque de las Bombas.

“Desgraciadamente no podemos olvidar que la primera causa de muerte en adolescentes en este país es el suicidio”, señalaba durante la presentación del Programa la alcaldesa, Mariola Vargas. La responsable de Servicios Sociales, Noelia Díaz, recordaba que “prevenir es escuchar y cuidar es acompañar”. Las actividades no se van a quedar en esa Quincena. Otra de las iniciativas es un

servicio de atención psicológica, “que va a ayudar a aquellos que necesiten orientación, acompañamiento o apoyo terapéutico en estos momentos en los que se encuentren con crisis o vulnerabilidades”. El grupo de Mujer y Menores de la Policía local, por su parte, hará campañas de prevención relacionadas con el acoso, ciberacoso, consumo de drogas... No todo se orientará a los jóvenes. Otro de los colectivos a los que, según el estudio, hay que prestar especial atención es a los mayores. Por eso, explicaban ambas dirigentes, se decidió integrar a Collado Villalba en la Red de Mayores en Soledad.

**RECICLA**

latas, briks y envases de plástico
en el contenedor amarillo
y únete a la economía circular.

 **ecoembes**
El poder de la colaboración **FMM**
FEDERACIÓN DE
MUNICIPIOS DE
MADRID **Comunidad
de Madrid**



COLLADO VILLALBA

Guada, la viajera



En lo más alto de la Sierra de Guadarrama, en un pico llamado Siete Picos, nació una gotita de agua brillante y curiosa. Se llamaba Guada...". Así comienza el cuento 'Guada, la gota viajera del Guadarrama', que el Ayuntamiento de Collado Villalba ha presentado coincidiendo con la celebración del Día Mundial de los Ríos.

Guada tiene un cuento, un audiolibro, dibujos animados y una canción, estará en los colegios y las bibliotecas de la localidad, se la puede encontrar también en la web del Ayuntamiento, y tiene como misión hacer llegar a

mayores y pequeños, sobre todo a estos últimos, la importancia del río Guadarrama para Collado Villalba, su recorrido y los trabajos de renaturalización.

"Queremos enseñar a los niños y a sus familias que el río es vida, historia y futuro de Collado Villalba. La renaturalización es una oportunidad para recuperar este espacio único y hacerlo aún más nuestro", ha explicado el concejal de Medio Ambiente, Adan Martínez.

En cuanto a las obras, comenzarán finalmente este mes de octubre. Retrasos en las autorizaciones de la Confederación Hidrográfica del Tago y la renuncia de la primera empresa adjudicataria de la obra han retrasado la actuación, que se financia con fondos europeos a través de la Fundación Biodiversidad, aunque la subvención debe estar finalizada en diciembre de este año. Finalmente será Acciona la empresa que ejecute las obras, que afectan al Parque de Romacalderas, el tramo canalizado del río, el Parque de las Bombas y el Coto de las Suertes.



HOYO DE MANZANARES

Nueva cita de Hoyo Innova

El 16 de octubre Hoyo de Manzanares acogerá la celebración de Hoyo Innova, jornada para empresas y emprendedores para fomentar la innovación y las sinergias locales. El encuentro tendrá lugar en el Centro de Cultura de Hoyo de Manzanares con entrada gratuita.

Se celebrarán dinámicas de mindfulness para el alto rendimiento, con herramientas para gestionar el estrés y mejorar la productividad; de creatividad en la comunicación, orientada a reforzar el discurso empresarial y conectar de manera más eficaz con la clientela; y de Design Thinking, aplicado a la búsqueda de sinergias y soluciones innovadoras en equipo. La jornada se celebrará de 9.45 a 14.00 horas. Además de estas dinámicas, la jornada ofrecerá un espacio abierto en el que los participantes podrán establecer contactos directos y descubrir novedades impulsadas desde el municipio para fortalecer a los negocios locales.




Tu equilibrio, más cerca

- ⊕ Fisioterapia avanzada
- ⊕ Unidad de suelo pélvico
- ⊕ Pilates de máquinas
- ⊕ Entrenamiento durante el embarazo y postparto
- ⊕ Entrenamiento funcional

Nueva apertura

C/ Julio Herrera, 2 · Torrelodones
Tel.: 641 664 531 · equipo@emotionpilateslab



Instagram icon @emotionpilateslab

PUNTO LIMPIO MÓVIL



	UBICACIÓN	HORARIOS
LUNES	Rincón de las Eras (Frente a Carrefour)	09:00h.a 11:00h.
	Cañada Real · Rotonda entrada los Negrales	11:30h. a 13:30h.
	Cordel de Valladolid	16:00h.a 18:00h.
MARTES	Alejandro Gamela	09:00h.a 11:00h.
	Ferdia c/v Peñalara	11:30h. a 13:30h.
	Ctra. Moralarzal c/v Fuente del Álamo	16:00h.a 18:00h.
MIÉRCOLES	Plaza del Titi	09:00h.a 11:00h.
	Mirador de la Sierra	11:30h. a 13:30h.
	El Soto	16:00h.a 18:00h.
JUEVES	Camino de la Fonda	09:00h.a 11:00h.
	Batalla de Bailén (Biblioteca)	11:30h. a 13:30h.
	Plaza de los Belgas	16:00h.a 18:00h.
VIERNES	Avenida de las Suertes	09:00h.a 11:00h.
	Rafael Albertí	11:30h. a 13:30h.
	Asturias c/v Nicolasa Fernández	16:00h.a 18:00h.
SÁBADO	Escofina · Junto al C.C. Los Olivos	09:00h.a 11:00h.
	Isla de Lobeira	11:30h. a 13:30h.
	Kanna · Junto al Lidl	16:00h.a 18:00h.



Fluorescentes
y bombillas de
bajo consumo



CDs y DVDs:



R.A.E.E.
pantallas
no planas



Pinturas,
disolventes
y envases



Tóner,
cartuchos de
tinta para
impresoras



Aceites
vegetales
domésticos



Móviles



Baterías
de automóvil



Radiografías



Envases vacíos
metálicos de
RP's (origen
cosméticos)



Envases vacíos
plástico de
RP's (origen
doméstico)



Aerosoles



Pilas alcalinas,
salinas
y botón



Textiles



R.A.E.E.
Pequeños aparatos
eléctricos /
electroelectrónicos



RECOGIDA DE MUEBLES Y ENSERES

Los enseres voluminosos se retiran mediante cita previa.

Punto Limpio
900 102 982
Horario + Información



650 474 953

www.colladovillalba.es/valoriza





**REALIZAMOS PROYECTOS DE
ILUMINACIÓN DE INTERIOR
Y EXTERIOR. FABRICAMOS
LÁMPARAS A MEDIDA**

C/ Módena, 38 • El Soho • Európolis
916 974 017 • www.lamparasmcordoba.com



Si quieres el mejor resultado,
confía en la experiencia y profesionalidad de
CUBE Interiorismo

C/ EL NOGAL 13 • TORRELODONES • MADRID

📷 [cube_arquitectura](https://www.instagram.com/cube_arquitectura)

918 594 108 • cube@cubearquitectura.com

INSTALAMOS Y CAMBIAMOS TUS VENTANAS



10 Años en Las Rozas

www.elymar.es

¡ AHORRA EN CALEFACCIÓN !



Reducir 1°C en tu Calefacción
Ahorras un **8%** en tu Factura

8%

C/ Varsovia 7, Polígono Európolis - Las Rozas - 91 007 51 42

Carbones Saiz 
Para su chimenea & BBQ













C/ Husillo, 1 - Polígono P-29
COLLADO VILLALBA
91 851 23 97 / 660 15 25 85
www.carbonessaiz.com

VENTANAS SL
Risar 
Confort y Seguridad en tu Hogar
11 AÑOS A SU SERVICIO - DESDE 2014

Cambia tus ventanas

- Ventanas PVC • Persianas
- Velux y sus complementos
- Mampara de ducha y baño
- Mosquiteras, estores y toldos

Hasta 15 años de garantía en colores foliados y 10 años en los perfiles blancos.

¿Sabías que puedes obtener hasta 1000 € de deducción en el IRPF por el cambio de tus ventanas?

Distribuidor Oficial  **Kömmerring®**

EXPOSICIÓN Y VENTA:
C/ José Sánchez Rubio 3 • 28250 Torrelodones
910 134 229 / 686 969 056
www.risarventanas.com • info@risarventanas.com

★ **CECILIA GÓMEZ** ★
da la bienvenida al otoño en tu hogar



★ Por cambio de exposición,
50% descuento en todo el mobiliario

★ **Cecilia Gómez** ★
DECORACIÓN DE INTERIORES

Exposición
Camino de Valladolid, 13
Torrelodones • **916 309 076**

¡IDEAS PARA DECORAR TUS SUEÑOS!



**TU ESPECIALISTA
EN MAQUINARIA
DE JARDÍN**

Distribuidor oficial **STIHL**

**VENTA
ALQUILER
REPARACIÓN**
(todas las marcas)



MAQGARDEN

**OFERTAS ESPECIALES
OTOÑO!**

**C/ Los Ángeles, 9
Torrelodones
918 590 177
662 592 759
www.maqgarden.es**



- Parquet
- Tarimas macizas
- Tarimas flotantes
- Tarimas de exteriores
- Lijados y barnizados ecológicos
- Aceitados
- Revestimientos de escaleras




En **Entre Parquets y Tarimas** llevan más de 30 años aplicando la excelencia en todo lo que hacen. Son los que más saben de parquets, tarimas flotantes, tarimas macizas, suelos laminados y vinílicos, tarimas de exterior, lijados y barnizados... y te ofrecerán multitud de alternativas tanto para viviendas como locales y exteriores.

Sus profesionales te ayudarán a elegir, entre diferentes soluciones, el suelo más adecuado a tus gustos y necesidades, desde los estilos más clásicos hasta las últimas tendencias en decoración. Se encargarán de todo, incluida la instalación. Si tienes un suelo de madera deteriorado, se encargarán de devolverle su esplendor. Y también tienen a la venta productos para la limpieza de suelos de madera, laminados y vinilados.

Apuesta por la calidez y la calidad, visita Entre Parquets y Tarimas.



Camino de Valladolid, 36 local 4b
Tel.: 689 899 969 • www.entreparquetsytarimas.com

**EFICIENCIA ENERGÉTICA
Ventanas de Aluminio y PVC**



Cambia tus ventanas con hasta un **40% de AHORRO ENERGÉTICO**




610 461 073
tecnoalsistemas.es

Camino de Valladolid, 21
Torrelodones



Lozano
CALEFACCION PISCINAS

Piscinas y Reformas

918 590 287 • 649 498 521
www.lozanoreformasypiscinas.com
c/ Jesusa Lara, 43 • Torrelodones



REFORMAS EN GENERAL

• REFORMA DE BAÑOS, COCINAS • REFORMA DE PISOS EN SU TOTALIDAD
• PINTURA • INSTALACIÓN DE TARIMA FLOTANTE

 613 216 176 • olmanarcoscaicedo@gmail.com

Si necesitas trabajos de reforma, no busques más. **Olman** se encarga de todo. Con una larga experiencia en el sector, él y su equipo están especializados en todo tipo de reformas, desde renovación completa de viviendas, oficinas o locales, terrazas, patios y fachadas a reformas parciales de cocinas y baños, trabajos de pintura y acabados, electricidad, fontanería y albañilería. Sea lo que sea que necesites, ya sea grande o pequeño, te acompañarán en cada etapa del proyecto o freciéndote para cada trabajo a los mejores profesionales y adaptándose a tus necesidades.

ORGANIZADORA PROFESIONAL

¡ES OTOÑO! ES HORA DE CAMBIAR EL ARMARIO



Almacenaje

¿Tu método de guardar la ropa no te ayuda a mantener el orden en el armario?



Orden por categorías

¿Quieres tener un armario organizado por colores y tejidos para lucir como en una revista?



Muebles y botiquines baño

¿Te encanta tener los cajones bien organizados y deseas localizar rápidamente tus productos de higiene personal?

ORGANIZADORA PROFESIONAL
ORDEN
BY *Wmade*

Tel.: 677 753 947
Madalina Matei
www.ordenbymade.es
info@ordenbymade.es
@ordenbymade



RE/MAX
UP www.up.remax.es

C/ Módena, 43 - Las Rozas
915 124 514

Enrique.gutierrez@remax.es
+34 659 977 345

Enrique Gutiérrez, director comercial de RE/MAX UP, nos explica los motivos para encargar la venta de tu casa a una inmobiliaria

¿Qué nos puede aportar la inmobiliaria en la venta de nuestra casa?

Hay 3 monedas universales; dinero, tiempo, y conocimiento. Las tres están relacionadas entre sí, y se compensan.

Si valoras tu tiempo; encarga ese engorroso proceso. Además, acortarás ostensiblemente los plazos de venta.

Si valoras tu tranquilidad; deja que un especialista se encargue de todos los papeleos, incluida la consecución de hipoteca. Los juzgados, y los mostradores de Hacienda están llenos de gente que, en su día, dijeron: "Esto lo puedo hacer yo".

Si quieres obtener el mejor precio posible en la venta de tu casa, deja que un especialista honesto te ayude.

¿El precio no lo pone el propietario?

Sí y no. A veces es mayor, y a veces es menos de lo que pretende el propietario. Por desgracia no tener una conversación sincera con los propietarios es una práctica poco profesional, pero efectiva, para captar inmuebles. Al final, eso se traduce en una pérdida de tiempo, y de dinero.

Enrique Gutiérrez
Director comercial de RE/MAX UP



¿BUSCAS PUERTAS A MEDIDA?



lyrpuertas.com

Un homenaje por
30 AÑOS
de trayectoria



Avda. Peñascales, 18 · Las Matas · Tel.: 916 300 837

www.facebook.com/lyrpuertas · www.houzz.es/pro/lyrpuertas



TOLDOS VILLALBA®

Pérgolas Bioclimáticas

91 850 81 80

www.toldos-villalba.net

c/ Destornillador, 2 · P29
Collado Villalba

GESTIÓN DE OBRAS Y PROYECTOS

 **ARPINCENTER**
EXPOSICIÓN Y VENTA

C.C. Los Olivos
C/ Escofina, 42 - Local 27
Collado Villalba
918 517 920 · 691 251 734
www.carpincenter.es



 **MACARRO**
www.macarrosistemas.com

 **SOL** Sostenibilidad
Eficiencia
Ahorro

**Paneles Solares Fotovoltáicos
Aerotermia**

C/ Los Ángeles 16 · 28250 Torrelodones · **918 590 523** · gestion@imacarro.com

**Pintor
Empapelador
NARANJO**



654 64 95 77

 **ANJOSER**
Decoraciones
Tel. 662 432 669

**REFORMAS EN GENERAL
CONSTRUCCIONES**

- Tarimas · Armarios
- Muebles de Cocina
- Puertas de Paso
- Puertas Acorazadas
- Puertas Blindadas
- Muebles, Mamparas de Baño
y Platos de Ducha

 **Lozano**
CALEFACCION PISCINAS

**Fontanería
Calefacción
Gas**

918 590 287 · 649 498 521

www.lozanoreformasypiscinas.com
c/ Jesusa Lara, 43 · Torrelodones

 **Santoja**
MATERIALES Y SERVICIOS
PARA LA CONSTRUCCIÓN

Exposición y venta
de azulejos,
todo baño...
¡¡Ofertas especiales!!



916 304 456
Avda. de los Peñascales 32 bis · Las Matas

 **PITER**
ALUMINIO

MAMPARAS DE BAÑO Y DUCHA
VENTANAS MALLORQUINAS
MOSQUITERAS A MEDIDA
BARANDILLAS DE ALUMINIO Y CRISTAL

VENTANAS DE ALUMINIO Y PVC

674 09 12 10 / 919 12 49 08

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO
c/ Buril 13 · Polígono P29
28499 Collado Villalba · Madrid

 Kömmerring  Citesal

**FABRICOLOR
PINTURAS**

C/ Tinte, 10
Collado Villalba
918 513 592
fabricolor@telefonica.net

C/ Oslo, 11
Las Rozas
911 397 230
fabricoloreuropolis@gmail.com

 **ESCAVOLAS Y AISLAMIENTOS
VILLALBA, S.L.**

PLADUR · ESCAYOLA · AISLAMIENTOS

PLADUR®  **ROCKWOOL**  **ISOVER**

C/ Tinte, N°2 Pol. Ind. P-29
28400 Collado Villalba
Tels.: 91 851 79 19 - 686 446 565
info@escayolasvillalba.es

5 DÍAS

SIN IVA



MK COLLADO VILLABA: Avda. Reina Victoria, 37. Alpedrete (Madrid) - T. 918 507 026

Sin IVA por tiempo limitado. ¡Corre! **merKamueble**

* Consultar productos incluidos en la promoción. Promoción exclusiva para tiendas físicas. Promoción válida del 15 al 20 de octubre de 2025.

Esil de Alba

HOGARES CON
PERSONALIDAD

HASTA UN
30% DE DTO.



**AZULEJOS Y
PAVIMENTOS**

**MOBILIARIO
DE COCINA**

**MOBILIARIO
DE BAÑO**

Avda. Reina Victoria, 37 Alpedrete (junto a Renfe Los Negrales) 91 850 70 26 www.esidealba.es   



Flamenco con nombre de mujer

Estrella Morente, Eva Yerbabuena y María Terremoto. Tres grandes artistas, representantes de tres generaciones distintas y con tres propuestas muy diferentes. Son las protagonistas de la edición número 22 del Torrelodones Flamenco Festival, que llega a la Casa de Cultura Paco de Lucía del 19 al 22 de noviembre. La programación continúa en la misma línea que se inició el año pasado cuando se incorporó a Niño Josele como director artístico.

“El año pasado fue un éxito y dimos un nuevo impulso al Festival, aseguraba la alcaldesa, Almudena Negro, en la presentación del Festival, y Niño Josele explicaba que la programación “es lo que me gustaría a mí ver cuando voy a un espectáculo: algo especial”. Las tres protagonistas representan “tres formas distintas, pero con la misma energía: la mirada joven de María Terremoto, la fuerza de Estrella Morente, con un concierto especial mezcla de música cubana y flamenco, algo único; y la elegancia del baile, re-

presentada en Eva Yerbabuena”. Otra mujer, la artista Manuela Rosado, será la responsable de la exposición que acompaña al Festival. Se trata de ‘Flamenco en Caricatura: Sagas y Dinastías’, un homenaje gráfico al flamenco y sus grandes referentes.

Guitarra flamenca

Otro aspecto fundamental que caracteriza al Festival es su apuesta por la formación. Este año, con un espacio dedicado a la guitarra flamenca, Niño Josele y José Luis Montón ofrecerán una masterclass y Montón ofrecerá un concierto en formato reducido, sólo para un centenar de personas. Dos actividades con las que se quiere presentar la guitarra “como lenguaje autónomo, capaz de narrar, respirar y expandir el flamenco desde la tradición hacia la innovación”.

Además, el público tendrá ocasión de vivir el flamenco en primera persona en la Fiesta del Cajón y del Compás Flamenco, un taller participativo conducido



por José Ruiz ‘Bandolero’ que invita a sentir el pulso del arte jondo en comunidad, a través de palmas, pies y cajones.

En cuanto a las actuaciones principales, María Terremoto llegará al Bulevar el 20 de noviembre con ‘Manifiesto’, una obra en la que esta joven artista, nieta de Terremoto de Jerez e hija de Fernando Terremoto, ofrece un viaje musical e íntimo.

Estrella Morente se subirá al escenario el día 21 con el acompañamiento especial de Iván ‘Melón’ Lewis para hacer un viaje sonoro desde el Albaicín hasta La Habana. Un espectáculo único pensado para el Festival.

El Festival se completará el 22 de noviembre con Eva Yerbabuena, que en ‘Yerbagüena: Oscuro y Brillante’, donde contrasta rigidez y flexibilidad, movimiento y quietud, sombra y luz.

ESPECIALISTAS EN

- TORRELODONES
- HOYO DE MANZANARES
- LAS ROZAS
- COLLADO VILLALBA

918 429 891 • 646 686 304

C/ Carlos Picabea 9, Local 7
Torrelodones - 28250 - Madrid

M&G 
GRUPO INMOBILIARIO

www.grupoinmobiliariomg.es
info@grupoinmobiliariomg.es



COLLADO VILLALBA



El actor Carlos Hipólito se mete en la piel del célebre violonchelista Pau Casals en la obra de teatro 'Música para Hitler', que se representará en el Teatro Municipal de Collado Villalba el 17 de octubre. La obra cuenta una anécdota poco conocida de la vida de Casals, firme defensor de los derechos humanos: estando en el exilio en el sur de Francia, en 1943, los nazis le pidieron que tocara ante Hitler para conme-

morar el décimo aniversario de su ascenso al poder.

Casals se exilió en el sur de Francia tras la Guerra Civil Española y durante su tiempo allí se dedicó a ayudar a muchos españoles que se encontraban hacinados en los campos de trabajo cercanos. "Lo que sabemos históricamente es que fueron a verle, entraron en esa casa y cuando salieron de esa casa se llevaron un no por respuesta. Y también sabemos que no sufrió represalias. Con lo que fantasea 'Música para Hitler' es con lo que ocurrió dentro de esa casa", explica Carlos Hipólito, que

Pau Casals y la música para Hitler

está acompañado en el escenario por la gran actriz Kiti Mánver, Cristóbal Suárez y Marta Velilla.

El texto es de Juan Carlos Rubio y Yolanda García Serrano. Asegura Rubio que ha sido "un proceso maravilloso" escribir la obra porque ha supuesto sumergirse en esta parte de la historia a través "de un personaje fundamental del siglo XX como fue Pau Casals, como músico y como defensor de la libertad y los derechos humanos". La obra se representará el 17 de octubre desde las 19.30 horas en el Teatro de la Casa de Cultura de Collado Villalba.

Plan de empleo sénior

La experiencia multiplica el talento

- Para personas **mayores de 45 años**
- **Formación adaptada** al mercado laboral
- Programas de **inserción laboral**
- **Incentivos para empresas** que apuesten por el talento sénior



MÁS INFORMACIÓN



SEPE



Comunidad de Madrid



HOYO DE MANZANARES

Visigodos, teatro y música para otoño



Teatro musical, danza contemporánea, teatro clásico, monólogos, música clásica, magia, música popular... y un visigodo. Son las propuestas que integran la programación del Otoño Cultural de Hoyo de Manzanares, que propone actuaciones para todo tipo de públicos en el Teatro Municipal Las Cigüeñas.

Todos los sábados, desde el 4 de octubre hasta el 20 de diciembre, vecinos y visitantes podrán disfrutar de un programa de calidad y para todos los gustos, "para aprender y descubrir nuevos talentos locales y grandes nombres del arte, a un precio asequible, para seguir acercando la cultura al municipio y en especial a las familias", destacan desde el Ayuntamiento.

Llega un visigodo

Entre las novedades de la temporada está 'El visigodo', un monólogo inédito, creado por el guionista de 'El Club de la Comedia' Jaime Bauzá, que se estrenará en exclusiva en Hoyo de Manzanares el 29 de noviembre coincidiendo con la celebración del Noviembre Visigodo. Se trata de un espectáculo creado para los hoyenses que narra cómo era la vida de sus vecinos, los visigodos, hace 1.500

años en el Yacimiento Arqueológico de La Cabilia.

Además, la compañía Eyas Dance Project presentará el 8 de noviembre 'Onírico', un espectáculo de danza contemporánea único y novedoso que se ha incluido en la programación de la Red de Teatros de la Comunidad de Madrid y que ha contado con el impulso de la Concejalía de Cultura, "con el objetivo de promover la visibilidad y el crecimiento de la compañía de danza".

Otra novedad será el concierto de la Banda Municipal de Música de Hoyo de Manzanares, que se subirá por primera vez al escenario del Teatro el 13 de diciembre para ofrecer un concierto titulado 'Armonía Navideña'.

La programación también incluye el espectáculo 'El imitador' (11 de octubre), con un tributo unos 70 artistas internacionales como Sting, Bob Marley, David Bowie, Andrea Bocelli, Edith Piaf, Amy Winehouse o Tina Turner; varias actuaciones del ciclo de conciertos Clásicos en Hoyo de la Asociación Musical Da Vinci, con propuestas como 'Quintet Edition' (18 de octubre), 'El Cascanueces' (20 de diciembre) y 'El Romántico Francés' (22 de noviembre); el innovador montaje que ha hecho la Compañía Factoría Teatro de 'El Licenciado Vidriera' de Cervantes (15 de noviembre); y el espectáculo de magia familiar de Álex Herrán 'Alacásin' (25 de octubre), que promete sorprender a los más jóvenes y a sus familias con un show de clown y magia en vivo.



MORALARZAL

Zárate vuelve a escribir de historia local

Antonio López Hurtado, más conocido como Zárate, ha añadido una nueva publicación a su colección de obras sobre la historia de Moralarzal. Con 'El mundo rural en Moralarzal', el autor explora los trabajos del campo, la cantería y la toponimia tradicional, complementando así estudios previos sobre el agua y la cantería con nuevos documentos y datos históricos.

Con esta obra, editada con la colaboración de la Concejalía de Medio Rural del Ayuntamiento, se busca rendir homenaje a todos los que han construido Moralarzal. "Es una obra nacida de la pasión por nuestra historia, que se suma a la amplia labor de investigación de Antonio López Hurtado, quien ha escrito ya cinco obras dedicadas a los oficios de los vecinos de Moralarzal: La Cantería, La Ganadería, Tiendas y Abastos, Oficios Tradicionales y Otros oficios en Moralarzal".

En la introducción del libro, el autor destaca que es "resultado del paciente trabajo" de recopilación y estudio de los documentos que se encuentran en el Archivo municipal, sus conversaciones con vecinos, y otros documentos históricos como los libros de la Parroquia.

Antonio López Hurtado, Zárate, es Ingeniero de Telecomunicaciones, nacido en Madrid en 1943 y actualmente jubilado. Ha realizado investigaciones sobre diversos aspectos de Moralarzal, que se pueden leer en www.conocermoralzarzal.es.

PROGRAMACIÓN
TEATRO MUNICIPAL LAS CIGÜEÑAS ■ HOYO DE MANZANARES

OTOÑO CULTURAL

2025
DE OCTUBRE A DICIEMBRE

TANGO
MONÓLOGO
MÚSICA CLÁSICA
MAGIA
DANZA CONTEMPORÁNEA
TEATRO
MÚSICA POPULAR

04
OCTUBRE



TANGO LUGAR

Leire Mayendía y Antonio Carrasco
PÚBLICO GENERAL Y ADULTO ■ 20:00h

11
OCTUBRE



EL IMITADOR

Yellowmedia Comunicación y Marketing S. L.
PÚBLICO GENERAL Y ADULTO ■ 20:00H

18
OCTUBRE



QUINTET EDITION

Quartetto Da Vinci & Friends
PÚBLICO GENERAL Y ADULTO ■ 20:00H

25
OCTUBRE



ALACASÍN

Álex Herrán
PÚBLICO INFANTIL Y FAMILIAR ■ 18:30H

08
NOVIEMBRE



ONÍRICO

EYAS Dance Project
PÚBLICO GENERAL Y ADULTO ■ 20:00H

15
NOVIEMBRE



EL LICENCIADO VIDRIERA

Factoría Teatro
PÚBLICO GENERAL Y ADULTO ■ 20:00H

22
NOVIEMBRE



EL ROMÁNTICO FRANCÉS

Duo Fortecello
PÚBLICO GENERAL Y ADULTO ■ 20:00H

29
NOVIEMBRE



EL VISIGODO

Con Humor Mejor
PÚBLICO GENERAL Y ADULTO ■ 20:00H

Incluido en la programación de

NOVIEMBRE
VISIGODO



13
DICIEMBRE



ARMONÍA NAVIDEÑA

Banda Municipal de Música de Hoyo de Manzanares
PÚBLICO INFANTIL Y FAMILIAR ■ 18:30H

GRATIS

20
DICIEMBRE



CONCIERTO DE NAVIDAD EL CASCANUECES

Camerata Da Vinci
PÚBLICO GENERAL Y ADULTO ■ 20:00H

VENTA DE ENTRADAS En el Centro de Cultura (los lunes de 9 a 14 horas y de martes a viernes de 9 a 14 horas y de 16 a 20.30 horas), en el propio teatro la tarde de la representación (desde 30 minutos antes del inicio) y en el enlace <https://agendacultural.hoyodemanzanares.es>
PRECIO ESPECTÁCULOS: INFANTILES: 3€ | RESTO: 5€. Solo permitido pago con tarjeta

TEATRO MUNICIPAL LAS CIGÜEÑAS ■ Tel.: 91 856 76 04 ■ Plaza de la Iglesia s/n. Hoyo de Manzanares



Ayuntamiento de
Hoyo de Manzanares
Concejalía de Cultura

HOYO
se
mueve





LAS ROZAS

La JOsM estrena temporada

La Joven Orquesta sierra de Madrid (JOsM) estrena su primera temporada como Compañía Residente en Las Rozas con una Gala de presentación que tendrá lugar el 24 de octubre en el Auditorio Joaquín Rodrigo. Una temporada, la cuarta de su carrera, que han titulado 'Destino Sinfónico', con la que prometen "programas más ambiciosos y complejos", y con la que tienen el objetivo de "seguir atrayendo turismo a la Sierra de Guadarrama a través de la cultura y la música". Será un estreno "por todo lo alto", prometen, al que acudirán artistas invitados y personalidades de toda la región, un evento donde

podremos disfrutar de la Orquesta en gran formato, y que estará lleno de sorpresas. Y al contrario que otros años, en esta ocasión se abrirán las puertas al público general, que podrá comprar sus entradas en www.lasrozas.es/entradas.

En cuanto a la actuación de esa primera Gala "lo que se puede desvelar ya es que habrá actuaciones estelares donde se van a unir varias artes como la pintura, el canto y la música", explican desde la JOsM. El programa, con la dirección de Javier Hermossa y Alfonsina Torrealba, incluirá las piezas 'Cuadros de una exposición', de Mussorgsky, 'Preludio a

la siesta de un fauno', de Debussy, 'Chanson du matin', de Elgar, y 'Polonaise', de Chopin.

Pruebas de acceso

Por otro lado, la Joven Orquesta sierra de Madrid ha convocado pruebas de acceso para su bolsa extraordinaria de músicos, pruebas que como novedad se harán enteramente online. Los aspirantes pueden enviar sus solicitudes hasta el 20 de octubre, los convocados son Violín, Viola, Contrabajo, Fagot, Trompa, Trompeta, Trombón, Trombón bajo, y Tuba y las bases de la convocatoria se podrán consultar en www.orquestajosm.com.

CREMATARIO DE MASCOTAS



C/ Husillo, 68. P-29
Collado Villalba
91 850 30 25
info@everpet.es
www.everpet.es

"Hasta que uno no ha amado a un animal,
una parte del alma sigue sin despertar"

Anatole France, Nobel de Literatura 1921



- ⇒ Dale a tu mascota la despedida que merece en **EVERPET**
- ⇒ Zonas privadas para un último adiós
- ⇒ Servicio de recogida y conservación
- ⇒ Posibilidad de asistir al servicio de cremación
- ⇒ Entregamos las cenizas en una urna de barro modelada a mano y la huella de tu mascota impresa en arcilla
- ⇒ Recuerda a tu mascota con una joya realizada con su ADN

.....
Y sobre todo un servicio profesional, cercano y empático que te brinda el acompañamiento que necesitas (5 estrellas en valoración Google)

RECOGIDA EN CLÍNICA Y DOMICILIO



MORALZARZAL

Concurso de fotografía

Hasta el 29 de noviembre está abierta la convocatoria del XIX Concurso de Fotografía de Montaña de Moralzarzal, parte de las Jornadas de Montaña. Se buscan imágenes inspiradas en el mundo de la montaña o su entorno: alpinismo, escalada, esquí, espeleología, descenso de barrancos, ciclismo de montaña o cualquier actividad deportiva relacionada, así como paisajes de montaña.

Podrá participar cualquier persona mayor de 16 años. Habrá premios de 400, 200 y 100 euros para las tres mejores imágenes, así como un reconocimiento con diploma a las 10 fotografías finalistas. Las bases se pueden consultar en www.moralzarzal.es.

¡QUE LA BOLSA TE ACOMPAÑE!



¡PUEDES HACERLO!



Consulta las zonas
de paseo libre



Las Rozas

CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN RECOGIDA DE EXCREMENTOS CANINOS

ZONA GASTRONÓMICA

TORRELODONES

NUEVO EN TORRELODONES

DADDY PAN
Panadería-Bar

Nuestros Horarios
Lunes a Domingo:
07:00 - 14:00
17:00 A 22:00

Contáctenos
647827355
613274417

Encuétranos en:
Calle Real 33 Torreldones

Síguenos
@daddy_panpanaderia

Tenemos para ti
Panadería Artesanal,
Bollera, Pastelería, Deliciosos
postres, Galletas y más.

Desayunos con arepas 100% Maíz
con queso o carne mechada,
Chorizo, Huevo, Crocantes
Empanadas de Carne, Papa
Rellena, Salsipapas.

Batidos Naturales, Cócteles,
Cerveza, Refrescos, Vino, Café,
Chocolates.

¡TE ESPERAMOS!



C/ REAL, 21 · TORRELODONES
918 591 319 · LASIDRERIADEBULNES.COM

TAPAS & BAR

la Martina

28 ★ 22
TORRELODONES

c/ Real 3 · Torreldones
911 27 90 30
lamartinatorreldones.es

LAS ROZAS

Restaurante Chino

NUEVO SIGLO

91 631 96 10
91 631 81 10

Zoco de las Rozas
Avda. Atenas, 75 Bajo-L33
Urbanización Monte Rozas
28230 Las Rozas · Madrid

www.restaurantenuevosiglo.es

RESTAURANTE
Del Cocido
COMIDA CASERA

COCIDO

MADRILEÑO

TAMBIÉN PARA LLEVAR
91 637 12 91

c/ Paris 38 F · Europolis · 28232 Las Rozas

COLLADO VILLALBA

EL RASO

Restaurante

C/Libertad, 39 · Collado Villalba
Reservas: 918 504 225

HOYO MANZANARES

BAR RESTAURANTE
LOS CUMPAS "MIRADOR"
CELEBRACIÓN DE EVENTOS
Ofrece arroz, cabrito, cordero,
cochinillo, asados, etc.



Avda. de Madrid, 6 · Hoyo de Manzanares
Teléfono de Reservas: **602 529 148**

L. CHAQUETA
Bar-Restaurante

910 520 739 · 639 403 937
restaurantelchaqueta.com · Plaza Mayor, 7

Cerrillo de Hoyo
RESTAURANTE

Telefonos:
918 569 819 - 918 569 821
www.elcerrillodehoyo.es

Avda. de Madrid 10
Urbanización El Cerrillo
Hoyo de Manzanares

pio! pio!

Pollo Asado, Paellas
Comida Casera
Tfno. 918567146

MORALZARZAL

MANDUCA
Gastronomía en Movimiento

**POLLOS, PAELLAS Y
COMIDA PARA LLEVAR**

C/ Marqués de Santillana 18, local 14
Moralzarzal · Teléfono: 640 14 61 31

BAKERY *Kfesar* & BEER

680 712 762

Calle Real 33 local 5 · Torreldones



Sofía Val estará en los Juegos Olímpicos de Invierno de 2026

La patinadora sobre hielo de Torrelorones Sofía Val representará a España en los Juegos Olímpicos de Invierno, que se disputarán en Milán-Cortina d'Ampezzo del 6 al 22 de febrero de 2026. Sofía Val y su pareja, Asaf Kazimov, serán una de las dos parejas que representarán a nuestro país en la modalidad de danza junto a Olivia Smart & Tim Dieck, la primera vez que España tendrá dos representantes en esa competición. Sofía Val y Asaf Kazimov (SK International Ice Dance School) obtuvieron su plaza en el preolímpico, que se celebró en Pekín (China). Consiguieron la medalla de bronce, con una puntuación de 170,32 puntos. Fueron quintos en la danza rítmica, cuartos en la libre y terceros en el cómputo global. "Fues súper emocionante", explicaba Sofía a MasVive poco después



de clasificarse. La actuación de la pareja con la que competían por esa tercera posición fueron "los cuatro minutos más largos de mi vida", reconoce. "Se me pasó por la cabeza absolutamente todo. Obviamente intentaba pensar, 'vale, piensa que no te clasificas', porque es muy duro, llevamos mucho tiempo trabajando, pero también sabemos que no tiene por qué ocurrir, no tenemos por qué clasificarnos porque hay muchas cosas que pueden influir. En

el momento en el que se pusieron detrás yo me puse a llorar". Sabía que hay muchos factores que, a la hora de la verdad, juegan a favor o en contra de que un deportista llegue a la máxima competición. "Estar en unos Juegos Olímpicos obviamente es algo que todos los deportistas sueñan, todos queremos, pero siempre he intentado mantener mis objetivos

mucho más allá de lo que es una sola competición. Creo que la carrera deportiva es mucho más que eso, es cómo avanzas tú año a año, cómo vas subiendo en el ranking y tu progresión en general como deportista". En cuanto a su rutina de entrenamiento asegura que "no va a cambiar mucho. Siempre queremos hacer el cien por cien y hacerlo lo mejor posible, y para eso no puedes cambiar tu entrenamiento".



Lo que buscas... ¡AQUÍ ESTÁ!

SERVICIOS



Venduna y Fruta Selecta
Servicio a domicilio
La Huerta de Doña Ana
c/ Jesusa Lara, 35 • 918 596 286
Torrelodones Colonia

TAXI 24hr
Reservas por Whatsapp
622 08 22 98
TRASLADOS
AEROPUERTO
ESTACIONES DE TREN
JAVIER NUÑEZ

YA A LA VENTA
LOTERÍA DE NAVIDAD
Si sueñas...
Loterías La Paloma
Plaza de la Constitución, 6
Torrelodones • Tel.: 918 59 26 54
info@loteriaslapaloma.com
www.loteriaslapaloma.com

iFix-Tech Camino de Valladolid, 36
Torrelodones - Madrid
676 10 34 55
TU MÓVIL, TABLET Y ORDENADOR
COMO NUEVOS
Repuestos de máxima calidad
Reparación exprés de iPhone sin cargo adicional
Te dejamos gratis un móvil de sustitución
Presupuesto de reparación gratuito
Es el compromiso de iFix-Tech



SALUD Y BELLEZA

Masaje Deportivo Drenaje Linfático
MASAJES TORRESANA
Nuevos Servicios:
Tratamientos faciales y corporales con
INDIBA
Estética
C/ Jesusa Lara, 43 • Torrelodones Colonia
Tel.: 624 100 232
masajestorresana@gmail.com

MOTOR

**PARALELOS • EQUILBRADOS
REPARACIÓN DE PINCHAZOS...**
TODO PARA EL NEUMÁTICO
NEUMÁTICOS C/ Husillo Nº43
Polígono P29
Collado Villalba
Tel.: 618 771 548
VALENTÍN

MADO
CENTRO TÉCNICO AUTOMOTRIZ
C/ Husillo, 7 Nave 1 • Polígono P-29
COLLADO VILLALBA
912 931 947 • 647 568 652 • 647 566 562
automocionesmado1017@hotmail.com

CLAN MOTOR
ESPECIALISTAS EN
MECÁNICA Y ELECTRICIDAD
C/ HUSILLO, 64
COLLADO VILLALBA • 674 163 705
CLAN.MOTORSPORT64@GMAIL.COM

IDEAS

¡Escanea para ver todos los detalles!
MisRecetas
Catering Escuela de Cocina

CURSO BÁSICO PARA APRENDER A COCINAR

INFORMACIÓN Y RESERVAS
677.67.64.57

LA JUGUETERÍA DE PIPA
Juguetes de primera infancia
CC Burgocentro 2, local 130
Las Rozas de Madrid
@jugueteriadepipa
622559414

Lavanderia
OPENBLUE
Hoyo de Manzanares
Plaza de la Hontanilla 12
Abierto todos los días
de 7:00 am a 12:00 pm

LETIZIA CAKES
REPOSTERÍA ARTESANAL
Cuesta de San Francisco, 16 • Las Rozas
910 615 193 / 722 243 424
@letiziacakes



MORALZARZAL

Carlos Soria lo vuelve a hacer

Carlos Soria ha demostrado una vez más que lo suyo es de otro planeta. El alpinista, vecino de Moralzarzal, ha escrito una nueva página de oro en la historia del alpinismo mundial al coronar, a los 86 años de edad, el Manaslu, una cumbre de 8.163 metros en la que ya estuvo hace 50 años, formando parte de la primera expedición española que la subía.

El Manaslu es la octava montaña más alta del planeta, y uno de los 12 ochomiles que Soria ha coronado a lo largo de su carrera deportiva, diez de ellos ya cumplidos los 60 años. Hizo cumbre a las 5.30 horas de la madrugada del viernes 26 de septiembre, completando así una operación que se había bautizado como 'Manaslu, 50 años después'.



A su regreso a España explicaba a los medios de comunicación que había sido "muy duro, he tenido muchos problemas", entre ellos, con una prótesis en la boca "que se me rompió a los cuatro días", lo que le complicó mucho el poder comer bien. También reconocía que "me he dado cuenta de que tengo 86 años, antes no me lo creía, pero ahora ya sí". En

el futuro, decía, se dedicará "a subir montañitas, salir al monte, pero sobre todo "a seguir viviendo la vida al máximo". En casa no se creen del todo que esta haya sido su última expedición, como declaraba ante los micrófonos de una cadena de televisión su mujer.

Con esta proeza, Carlos Soria se convierte en la persona de más edad en coronar una cumbre de

más de 8.000 metros, batiendo el récord que ostentaba el japonés Yuichiro Miura, quien escaló el Everest en 2013 a los 80 años. Hay mucha expectación en Moralzarzal por escuchar de primera mano lo que ha supuesto esta aventura. Lo hará, sin duda, durante las XX Jornadas de Montaña, que se celebran del 14 al 16 de noviembre.

PIEZAS DE COCHES

627-472-225

C/ Escofina 5
COLLADO VILLALBA**BAJA DE VEHÍCULOS**

676-387-418

**www.desguacesplaza.es**



Los jugadores de los Blacks Demons brillaron en París



El flag football español volvió a brillar en los Europeos de París 2025, con una destacada participación de jugadores del club roceño Black Demons, que formaron parte de las selecciones nacionales femenina y masculina. La Selección Femenina, campeona continental en 2019 y subcampeona en 2023, volvió a subirse al

podio al conquistar la medalla de bronce, además de asegurar su clasificación para el Mundial que se disputará en Düsseldorf (Alemania) del 14 al 16 de agosto de 2026. El equipo, dirigido por Daniel Castañón, firmó un campeonato sobresaliente que culminó con una victoria agónica ante Francia (40-41) en el partido

por el tercer puesto.

Entre las protagonistas de este éxito están las jugadoras roceñas Elvira Núñez y Laura Hernández, y sus compañeras de los Black Demons Cristina Gómez, Olga Sotillo y Mar Hernández. Todas ellas fueron parte esencial del combinado nacional.

En categoría masculina, la Selección Española finalizó en décima posición, tras quedarse fuera de los cuartos de final por escaso margen. En este equipo también tuvo un papel relevante la representación de los Black Demons, con los roceños Pablo de Diego y Álvaro Cansinos y sus compañeros Jorge García y Matías Castagno. Su aportación refuerza el peso que tiene el club roceño en el desarrollo del flag football nacional.



6ª edición de la Academia Jugonas

El baloncesto femenino sigue ganando espacio en la Sierra de Madrid. Este mes de octubre ha arrancado la 6ª edición de la Academia Jugonas, un proyecto pionero del Club Baloncesto Villalba con la colaboración del Ayuntamiento de Collado Villalba, que busca ofrecer a niñas de entre 6 y 11 años un espacio propio para iniciarse y disfrutar del minibasket.

La iniciativa, dirigida a niñas nacidas entre 2014 y 2019 de cualquier municipio de la Sierra,

se desarrolla en cinco colegios de Collado Villalba, Miguel de Cervantes, Miguel Delibes, El Enebral y Cantos Altos en horario extraescolar, dos días entre semana de 16.00 a 17.00 horas, además de en sesiones abiertas los domingos de 11.00 a 12.00 horas en el Colegio Miguel de Cervantes.

“En muchos municipios de la Sierra las niñas se encuentran con grandes obstáculos para jugar al baloncesto. Al no haber suficientes, acaban en equipos mixtos donde apenas hay pre-

sencia femenina, lo que provoca que terminen abandonando. Con Jugonas creamos un espacio solo para ellas, donde puedan crecer y desarrollarse juntas”, señalan desde la organización. El éxito de las cinco ediciones anteriores respalda esta apuesta: 63 niñas han pasado ya por la Academia, y muchas de ellas han dado el salto a los equipos federados de Baloncesto Villalba. Las inscripciones se pueden hacer en la web www.ubvillalba.com/inscripcion-academia.

EL PABELLÓN QUIQUE BLAS SE PONE EN MARCHA



El Ayuntamiento de Collado Villalba y la Comunidad de Madrid invierten 7,7 millones de euros en esta instalación

La Comunidad de Madrid aprueba el alta de modificación para la Remodelación y Ampliación del Pabellón Quique Blas.

Con esta aprobación y el nuevo proyecto ya se cumplen todos los requisitos para que las obras salgan a licitación.



El Club de Atletismo: casi tres décadas formando campeones



Lo que comenzó como un proyecto local se ha convertido, 28 años después, en un referente dentro y fuera de la Comunidad de Madrid. En 1997, Montse Fernández Mulleras, exatleta internacional y entrenadora nacional desde 1992, dio un paso decisivo para el deporte en la Sierra de Madrid: puso en marcha la Escuela Municipal de Atletismo de Moralzarzal.

Uno de los hitos más importantes llegó en 2004, con la creación

del Club Atletismo Moralzarzal como sección dentro del club de fútbol local, con el objetivo de que los jóvenes talentos de la Escuela pudieran competir a nivel federado. Apenas tres años después, en 2007, el crecimiento de la disciplina motivó a la Concejalía de Deportes a invertir en unas instalaciones pioneras en la zona: una recta de 100 metros con ocho calles, foso de longitud, colchoneta de altura y círculo de peso, diseñados con la colaboración directa de Montse.

La consolidación definitiva llegó en 2009 con la constitución del Club Atletismo Moralzarzal como entidad independiente, dotada de estatutos propios, Junta Directiva y un número creciente de socios y atletas, desde minibenjamines hasta juveniles. Su prestigio ha atraído no solo a jóvenes de Moralzarzal, sino también a deportistas de municipios cercanos que eligen este club por la calidad de su enseñanza y su ambiente de trabajo.

El impacto del club es palpable: en varias temporadas ha liderado el ranking de la Comunidad de Madrid en licencias federativas por habitante, y sus atletas no se limitan al ámbito autonómico. En los últimos años han competido en campeonatos nacionales y han representado a España en citas internacionales de máximo nivel.

Entre las participaciones internacionales más destacadas figuran: en 2014 el European Youth Olympic Trials en Bakú (110 m vallas, Sub18); en 2019, Encuentro Internacional de Minsk en longitud y Encuentro Ibérico de Pruebas Combinadas en Valencia (Sub18); en 2019, Campeonato del Mundo ISF de Campo a Través (París), Campeonato de Europa Sub18 en Győr (2000 m obstáculos) y Juegos Olímpicos de la Juventud en Argentina (2000 m obstáculos y cross); en 2019, Festival Olímpico de la Juventud Europea (FOJE) en Bakú (5 km marcha, Sub18).

A pesar de estas gestas, el club recuerda que su esencia no está en las medallas, sino en la formación integral de jóvenes deportistas y en los valores del atletismo: esfuerzo, superación y compañerismo. Hoy, con casi tres décadas de historia, el Club Atletismo Moralzarzal sigue siendo un orgullo para la Sierra de Madrid, demostrando que el trabajo constante y la pasión por el deporte pueden llevar a un pequeño municipio a dejar huella en el panorama nacional e internacional.

Psiquiatría y Psicoterapia
Niños · Adolescentes · Adultos

CENTRO HOPE
Calle Señora Sergia, 49
28250 Torreldones · Madrid
www.centrohopepsicoterapia.es
675 349 818

 TORRELODONES

Compromiso con la inclusión

Torre Lodones vuelve a apostar por el deporte como herramienta de integración. Un año más, el Ayuntamiento se suma al convenio con la Comunidad de Madrid que hace posible que jóvenes con diversidad funcional participen en actividades deportivas adaptadas a sus necesidades físicas e intelectuales.

Entre octubre de 2025 y junio de 2026, los participantes disfrutarán de una sesión deportiva al mes. Cada encuentro, programado los sábados por la tarde, se centra en una disciplina diferente y combina deporte, diversión y socialización. Baloncesto, natación, senderismo, fitness, bicicleta, parkour o incluso hípica forman parte de la propuesta, diseñada para fomentar hábitos saludables y favorecer la inclusión.

La iniciativa, coordinada por las concejalías de Deportes y Juventud, busca ir un paso más allá: que estas actividades se integren progresivamente en la programación deportiva habitual del municipio. Desde su puesta en marcha en 2016, el programa ha tenido una gran acogida. Actualmente participan unos 20 jóvenes de entre 17 y 35 años, procedentes de nueve municipios de la zona. Muchos de ellos apenas practicaban deporte antes y han logrado convertir la actividad física en parte de su rutina. Además, el programa está abierto a nuevos participantes que quieran sumarse a esta experiencia inclusiva y activa.

 HOYO DE MANZANARES

El Club de Esgrima cumple 25 años

El próximo año, el Club de Esgrima de Hoyo de Manzanares cumplirá 25 años como uno de los espacios de referencia para la práctica y promoción de este deporte olímpico. Al frente se encuentra Javier Martí, maestro con más de 40 años de experiencia y licenciado en Educación Física, que ha dedicado su carrera a acercar esta disciplina a todas las edades. "Nuestro objetivo siempre ha sido la promoción de la esgrima. Queremos dar a conocer el deporte y que la gente pueda disfrutarlo sin necesidad de competir de forma intensiva", explica. El club, con sede en el Polideportivo, cuenta con una sala polivalente equipada con cinco pistas eléctricas y sistema de señalización de tocados, considerada una de las mejores instalaciones de la zona. Cada sábado de 10.00 a 12.00 horas se celebran sesiones de entrenamiento: una hora para los más pequeños y otra para adultos, en grupos de unas 15 personas.

La filosofía del club se centra en ofrecer una práctica abierta, sin

necesidad de grandes inversiones iniciales: los alumnos pueden probar un trimestre sin adquirir material, incorporándolo progresivamente si desean continuar. La cantera incluye desde niños y niñas que se inician hasta adultos que superan los 70 años, con una presencia equilibrada de hombres y mujeres, especialmente en categoría senior.

Aunque el club no tiene un enfoque competitivo, los alumnos más jóvenes que muestran interés en progresar reciben la orientación de Martí para unirse a clubes de Madrid especializados en alta competición. "Buscamos mantener viva la actividad, que la gente se enganche y disfrute. La competición exige estar cada fin de semana fuera, y preferimos centrarnos en la formación y la difusión", señala el maestro.

Con precios en torno a 50 euros por trimestre, el Club de Esgrima se consolida como una opción accesible y de calidad para quienes quieran adentrarse en un deporte que combina técnica, disciplina y diversión.

Abogados y Gestores Lesmes Arenas

 Mediación Civil y Mercantil Derecho Civil Derecho Mercantil Derecho Administrativo Derechos Fundamentales Delitos Económicos Gestión Jurídica, Representación y Administración

«Todo es posible hasta que se demuestra lo contrario»



Tel.: 630 863 649 · abogadalesmesarenas.com



Torrelodones

SÁBADO 11

ZARZUELA

Teatro Bulevar. 19.30 horas. 'Gigantes y Cabezudos', por La Rodríguez Compañía Lírica. Entradas, 25 euros.

VIERNES 17

DANZA

Teatro Bulevar. 19.30 horas. 'Legado', por Nexus Company.

SÁBADO 18

CONCIERTO

Teatro Bulevar. 19.30 horas. Ciclo Básicos Bulevar. Pedro Pastor, 'Escorpiano Tour'. Entradas, 15 euros.

VIERNES 24

TEATRO

Teatro Bulevar. 19.30 horas. 'Dicha y desdicha del juego y devoción de la Virgen', de Ángela de Acevedo. Entradas, 15 euros.

SÁBADO 25

MÚSICA CORAL

Teatro Bulevar. 19.30 horas. 'Échate un Cantecito', por la Asociación Cultural Coro A6. Entradas, 3 euros.

JUEVES 30

TEATRO

Teatro Bulevar. 19.30 horas. 'Eloísa está debajo de un almendro', de Enrique Jardiel Poncela, por Círculo de Tiza. Entradas, 6 euros.

Las Rozas

SÁBADO 11

CONCIERTO

Auditorio Joaquín Rodrigo. 20.00 horas. Las Rozas Acústica 2025. Entrada gratuita con invitación.

VIERNES 17

DANZA

Teatro Municipal. 'Antípodas', Florencia Oz e Isadora O'Ryan. Entradas, 15 euros.

SÁBADO 18

CONCIERTO

Auditorio Joaquín Rodrigo. 20.00 horas. 'Villanos del Jazz', Andrea Motis & Josep Traver. Entradas, 20 euros.

DOMINGO 19

MUSICAL INFANTIL

Teatro Municipal. 12.00 horas. 'Hansel y Gretel, la batalla final'. Entradas, 10 euros.

JUEVES 23

FIESTA NACIONAL

Auditorio Joaquín Rodrigo. 19.30 horas. Unidad de Música de la Guardia Civil de Valdemoro. Entrada gratuita con invitación.

24 y 25

TEATRO

Teatro Municipal. 20.00 horas. 'Luces de Bohemia', de Valle-Inclán, por Tirinto & CO Compañía de Teatro. Entradas, 5 euros.

VIERNES 24

CONCIERTO

Auditorio Joaquín Rodrigo. 20.00 horas. 'Destino Sinfónico', por la Joven Orquesta Sierra de Madrid. Entradas, 15 euros.

SÁBADO 25

CONCIERTO

Auditorio Joaquín Rodrigo. 20.00 horas. Concierto de apertura del Concurso Internacional de Piano. Entradas, 10 euros.

Collado Villalba

SÁBADO 11

CONCIERTO

Teatro Municipal. 19.00 horas. 'Cuentos para no dormir', de Ari-gato. Entradas, 4 euros.

VIERNES 17

TEATRO

Teatro Municipal. 19.30 horas. 'Música para Hitler'. Entradas, 10 euros.

JUEVES 23

MAGIA

Biblioteca Miguel Hernández. 18.00 horas. 'La magia de los cuentos', por el mago Alfonso V. Gratuito.

Hoyo

SÁBADO 25

COMEDIA MUSICAL

Teatro Municipal. 19.00 horas. 'Primal Madness', por la Compañía Yllana y Primal Brothers. Entradas, 10 euros.

SÁBADO 11

TEATRO MUSICAL

Teatro Municipal Las Cigüeñas. 20.00 horas. 'El imitador', con Julián Fontalvo. Entradas, 5 euros.

SÁBADO 18

CONCIERTO

Teatro Municipal Las Cigüeñas. 20.00 horas. 'Quintet Edition', por el Quartetto Da Vinci & Friends. Entradas, 5 euros.

SÁBADO 25

MAGIA

Teatro Municipal Las Cigüeñas. 18.30 horas. 'Alacásin', por Álex Herrán. Entradas, 3 euros.

Moralzarzal

SÁBADO 11

MORALROCK

Plaza de Toros. 19.30 horas. Obús, The Demage Case, Sun Dyc y Manzanares River Blues. Entrada gratuita.

CONCIERTO

Teatro Municipal. 20.00 horas. Concierto por el Día de la Hispanidad. 'Antología de la Zarzuela'. Entradas, 16 euros.

VIERNES 24

CIRCO

Teatro Municipal. 20.30 horas. Actuación del Gran Circo Acrobático de China. Entradas, 28 euros.



Collado Villalba al día

Noticias de interés y planes de ocio, cultura y deporte sin moverte de Collado Villalba.
Descubre más en colladovillalba.es

El Parque de Romacalderas estrena nuevas áreas de calistenia y mobiliario urbano completamente renovado

El área de Medio Ambiente ha llevado a cabo, en los últimos meses, la renovación del mobiliario urbano del Parque de Romacalderas, que se encontraba muy deteriorado por el paso del tiempo. Se han instalado 20 nuevos bancos y siete mesas de picnic fabricados en plástico reciclado.



Conciertos, conferencias, actividades físicas y talleres para celebrar el 'Día Internacional de las Personas Mayores'

El Ayuntamiento de Collado Villalba ha diseñado una completa programación integrada por conciertos, conferencias y actividades físicas para conmemorar esta fecha, que se desarrollarán del 29 de septiembre al 5 de octubre. Todas las actividades son gratuitas.



En octubre arranca la Escuela de Familia para padres y madres de niños y adolescentes

Comienza en el Centro de Juventud una nueva edición de la Escuela de Familia para padres y madres de niños y adolescentes, una iniciativa completamente gratuita con el fin de proporcionar orientación y herramientas para abordar los desafíos de etapas cruciales como la infancia y adolescencia.



Abierta la convocatoria para solicitar una de las cinco oficinas disponibles en la Cantera de Empresas

El Ayuntamiento pone a disposición de emprendedores, autónomos y empresarios cinco oficinas en la Cantera de Empresas para alojar su negocio en pleno centro del municipio. El plazo de solicitud permanecerá abierto hasta el 10 de octubre de 2025.



A man with a beard and safety glasses is using a STIHL chainsaw to cut a log. He is wearing a grey long-sleeved shirt and dark pants with a STIHL logo. The background shows a wooded area with trees and a stone wall.

STIHL

**PRUEBA
TU MÁQUINA
DE BATERÍA
GRATIS**

¿A QUÉ ESPERAS? ES MUY FÁCIL...

- 1** VEN A TU TIENDA STIHL
- 2** ELIGE TU MÁQUINA DE BATERÍA Y PRUÉBALA GRATIS
- 3** ¡COMPRA LA TUYA!

**PRUEBA
& COMPRA**



C. París, 18 · Las Rozas de Madrid
916 373 359 · www.jardineriafonseca.es