

# LA MORALEJA

*mm*  
*magazine*

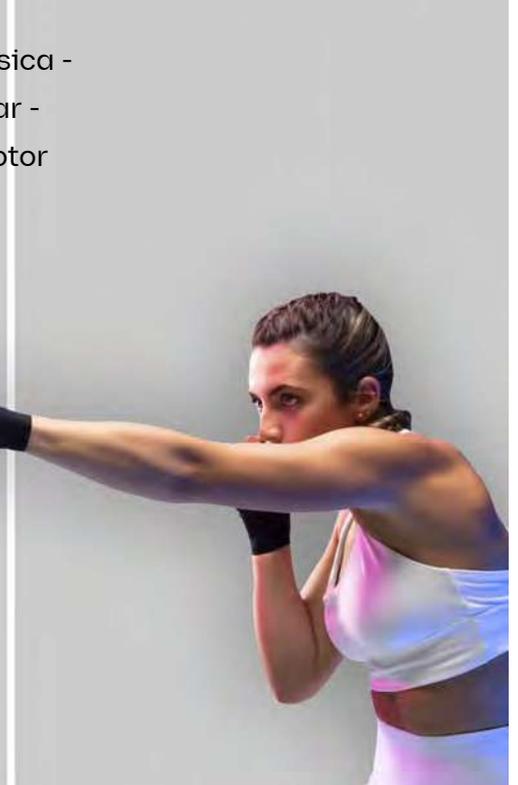
Número 2 | Diciembre 2023



## Ullate Roche

Dance • Scenic Arts • Sports

Entrevistamos a profesionales de la música -  
Especial educación - Salud y bienestar -  
Viajes: Corfú - Planes de invierno - Motor





# MOG

## MORALEJA GREEN



DIPLOMATIC MANGO EL GANSO Massimo Dutti

SCALPERS CORTEFIEL Pedro del Hierro oysho

IKKS ZARA H&M Scotta 1985 hoss INTROPIA

women'ssecret LESTER MADRID renatta&go ZUA PERTEGAZ HOMBRE

y muchas marcas más dedicadas a la moda en Moraleja Green

¡Hazte socio de nuestro *Loyalty Club* y descubre todas las ventajas de las que podrás disfrutar siendo socio!



Av. de Europa, 13 - 15  
28108 Alcobendas, Madrid



[moralejagreen.com](http://moralejagreen.com)

# Logros conseguidos y desafíos por cumplir

Queridos lectores,

En esta mágica temporada del año, nos complace presentarles nuestra segunda edición, llena de espíritu festivo y, sobre todo, de MÚSICA. En estas páginas, hemos reunido entrevistas fascinantes, grandes ideas y originales sugerencias para que disfruten de un invierno inolvidable.

Entrevistamos a figuras del panorama musical. Víctor Ullate, portada de esta edición, nos abre las puertas de su escuela y nos envuelve con su duende y saber hacer; y los coles de nuestra zona nos cuentan como integran la música en su agenda pedagógica.

En nuestra sección de viajes, proponemos una escapada a la maravillosa isla de Corfú y tenemos el inmenso placer de hablar con Ana Melo, comisaria de exposiciones y representante de artistas. Además, en nuestras páginas dedicadas a las novedades de temporada, os damos ideas de planes para el frío: restaurantes acogedores, mercadillos navideños, alternativas gastronómicas y actividades culturales.

Nuestra sección de sociedad está dedicada, como no, a la presentación de la primera edición de *La Moraleja Magazine*. Una fiesta que no olvidaremos y en la que nos acompañaron todos nuestros AMIGOS.

Aprovechamos estas líneas para hacer una reflexión sobre los momentos más destacado del año que despedimos. En nuestro caso, de desafíos superados y de logros conseguidos y, sobre todo, de un comienzo de nuevas oportunidades.

Queridos vecinos, esperamos que disfruten de cada página de esta edición.

Que la magia de la Navidad llene vuestros corazones de alegría, amor y gratitud.

¡Felices Fiestas!

*Sonia y Elisa*

**Staff**  
DICIEMBRE  
2023

**LA MORALEJA**  
magazine

B-44880292 | [Info@lamoralejamagazine.com](mailto:Info@lamoralejamagazine.com)

**Dirección:**

Sonia Martínez | [sonia@lamoralejamagazine.com](mailto:sonia@lamoralejamagazine.com)

Elisa Tcach | [elisa@lamoralejamagazine.com](mailto:elisa@lamoralejamagazine.com)

**Redacción:**

Elisa Tcach | María Couso

**Diseño y maquetación:**

Jimena Mas Paradiso - Room Diseño

**Publicidad y Relaciones Públicas:**

Sonia Martínez | Carolina Paz Zúñiga |

Alicia López - Van Dam Monsalve

**Fotografía:**

Elisa Tcach Kuper | @etcach

**Colaboradores:**

Ana M. Serrano

**Imprime:** Gráficas Jider | **Depósito Legal** M-30036-2023

**LEICHT**<sup>®</sup>

LA ARQUITECTURA DE LA COCINA

VISITE NUESTRO SHOWROOM  
de cocinas premium, armarios y vestidores  
en SAN SEBASTIAN DE LOS REYES:

Av. Montes de Oca, 19\_ San Sebastián de los Reyes t. +34 91 659 05 59

**SHOWROOMS cocinas en MADRID:**

Príncipe de Vergara, 44 t. +34 91 577 94 23

Paseo San Francisco de Sales, 32 t. +34 91 534 05 22

Alcalde Sáinz de Baranda, 63 t. +34 91 573 66 04

**SHOWROOM cocinas en POZUELO:**

Avenida de Europa, 18\_ Pozuelo de Alarcón t. +34 91 714 13 25

**ZELARI**  
de **nuzzi**

info + 34 91 658 86 80 [direccion@zelari.es](mailto:direccion@zelari.es) [www.zelari.es](https://www.zelari.es)



# Sumario

## 8 ENTREVISTA

Ana Melo, promotora artística y fundadora de Teoría del Arte

## 12 SOCIEDAD

La fiesta de presentación de la revista *La Moraleja Magazine*

## 16 EN PORTADA

Ullate Roche. Escuela de Danza, Artes Escénicas y Actividades Deportivas

## 21 ENTREVISTAMOS A

### Profesionales de la música...

- Luis Estrella, Musicalia
- Amalia Casas-Mas, Asociación Española de Psicología de la Música y la Interpretación Musical
- Gaby Jogeix, Una vida dedicada a la música
- Música en Vena, la música como herramienta sanadora

## 30 ESPECIAL EDUCACIÓN

### Actividades musicales

- Liceo Francés
- Colegio Internacional Escandinavo
- St. George
- Colegio Irlandesas El Soto
- Colegio Brains nursery
- Colegio Base
- King's College School
- Colegio San Patricio

### Academia

- Deer Learn Academy

## 42 SALUD Y BIENESTAR

- Azalea Medical Esthetics
- Amazônia Massage Culture
- Alejandro de Justo, entrenador personal
- Casa de la Luna
- Farma Dorsch

## 52 VIAJES

Corfú

## 56 INMOBILIARIA

Pablo Eguinoa. Propietario de SOTOMORA Real Estate

## 60 REPORTAJE

antalia cocinas

## 62 PLANES DE INVIERNO

- Silk and Soya
- La Definitiva
- ASTA
- El Cocido de Ana

sotomora

## 72 MERCADILLOS NAVIDEÑOS

- Los Porches Market
- Pop up chic en el Centro Comercial Moraleja Green
- Fundamarket
- Mercadillo Navideño Madrid Rio
- LaRed Mercado

## 76 EL SUEÑO DE VICKY

## 78 LA CRÍTICA DE ANA M. SERRANO

## 80 MOTOR

Nuevo Lexus LBX



# CARROCERÍAS LEAL NORTE

# LA GARANTÍA LEAL, AVALA NUESTRO TRABAJO

Pasito doble

## REGALA ESTA NAVIDAD

Y sorprende a toda la familia con la nueva colección otoño/ invierno.



# Ana Melo

Promotora artística y fundadora de Teoría del Arte

“Yo hablo, presento y defiando lo que me gusta”

Ana Melo es Teoría del Arte, un proyecto personal que decide iniciar hace algo más de un año. Su objetivo, abrir el arte al mundo, romper con el cliché de que es para unos pocos, convertirse en el nexo entre artistas, galeristas y compradores.

Y misión cumplida. Después de trabajar duro y empaparse de todo lo relacionado con este mercado -generando contactos con artistas, galerías, coleccionistas, empresas de arquitectura y decoración, ferias-, encontró un mundo que le atrapó y que ahora quiere dar a conocer.

En su última exposición comisariada, “Nuestro tiempo, mirando al presente”, en el Centro Cultural de Sanchinarro, Ana quiso acercar a los visitantes a una propuesta artística que invitaba a la reflexión sobre nuestra realidad actual, contando para ello con varios artistas.

**La Moraleja Magazine.-** ¿Qué es Teoría del Arte?

**Ana Melo.-** Aunque mi carrera profesional nunca estuvo vinculada con este mundo siempre me he sentido atraída por el Arte. Por eso, cuando me surgió la posibilidad de colaborar en la puesta en marcha de una galería no lo dudé. Después, decidí seguir profundizando en esos contactos que había hecho con empresas, galerías, artistas y otros espacios.

El mercado del arte es complejo y sentía que faltaba un elemento de unión entre los distintos agentes: los artistas no tienen fácil acceder a las galerías y a los compradores; las galerías no tienen tiempo para buscar a nuevas promesas y los coleccionistas necesitan ayuda para estar al día de las novedades.

Con la idea de buscar y poner en marcha ideas para fomentar las relaciones entre todos ellos abrí el perfil de Instagram: @teoriadelarte\_. Tras formarme como Community Manager y en gestión de RRSS, me pareció un buen medio para poner mi granito de arena en este mundillo.

Desde entonces, @teoriadelarte\_ me ha permitido conocer a grandes artistas y galeristas, colaborar con compradores y coleccionistas, asistir y participar en ferias y, en definitiva,

ir entendiendo los entresijos del mercado. Además, me ha abierto la posibilidad de organizar muestras de arte, lo que me ha llevado a formarme en Museología y comisariado de exposiciones. Ahora mismo estoy muy centrada en esta actividad, que es agotadora pero apasionante.

**LMM.-** ¿A quién representas? ¿Qué criterios de selección sigues?

**AM.-** Teoría del Arte no es un representante de artistas en sentido propio. Yo busco artistas con propuestas interesantes de todas las disciplinas. Mi trabajo se centra en buscar la calidad de las propuestas y ayudar a los artistas a que su trabajo sea conocido, presentándolo en galerías o a potenciales compradores que confían en mi criterio. Pero yo no vendo la obra de artistas, sino que simplemente la presento a galerías, espacios expositivos y compradores.

Esa libertad es algo esencial en mi trabajo. Nadie se “ata” conmigo ni yo con nadie. Yo hablo, presento y defiando lo que me gusta.

**LMM.-** ¿Dónde podemos verlas?

**AM.-** Obviamente las grandes obras de arte de los artistas consolidados las encontramos en los museos. Pero allí todos sabemos que vamos a “mirar y no tocar”. Pensando en el arte actual, en el de los muchos y muy buenos artistas que tenemos en nuestro país, creo que es especialmente interesante la labor que realizan tanto los centros culturales y espacios expositivos como las galerías de arte. A estos lugares podemos ir con la seguridad de que si encontramos algo que nos gusta podemos plantearnos comprarlo. Yo entiendo el proceso de la compra como algo que debe ser pausado y meditado, y me gusta acompañar al comprador. Entender lo que busca y, a partir de ahí, ayudarle en la elección del artista, visitarle en su estudio y generar entre el artista y el cliente la relación de confianza y entendimiento sobre la que debe descansar la decisión de comprar.



Cuadro: Patricia Caldevilla. Esculturas: Julio Galán y Francisco Diego

**LMM.-** ¿Qué consejos das a tus clientes a la hora de comprar?

**AM.-** Los criterios que mueven a los coleccionistas y compradores de arte son muy diversos. Algunos lo hacen únicamente por aspectos financieros, de inversión, siendo lo relevante para ellos que la obra comprada tenga potencial de revalorizarse. Otros buscan el reconocimiento que puede llevar consigo el ser propietario de una obra de un artista determinado. También los hay que buscan obras que enriquezcan sus propias colecciones. Y, por último, están los que compran una obra simplemente porque les gusta o ven en ella ese elemento que falta en la decoración de sus casas o proyectos de arquitectura e interiorismo para hacerlas aún más exclusivas, especiales y únicas.

Personalmente creo que el adecuado asesoramiento al comprador es el que combina todos esos elementos. En todo caso, soy de la opinión de que lo principal es que la obra te emocione. Es bueno conocer al artista, hablar con él, verle trabajar...

**LMM.-** ¿Sigue siendo el Arte para unos pocos privilegiados?

Uno de mis objetivos es romper con esa idea que tenemos, pero reconozco que no es fácil. Desde pequeños, el Arte se nos presenta como algo serio, intocable. A ello contribuye no sólo el enfoque que en la educación se le da al Arte sino también, por ejemplo, la propia imagen de los museos, que son sitios solemnes donde se guardan tesoros inalcanzables. Cuando hablamos de Arte pensamos en las grandes obras de los grandes maestros. En el telediario nos hablan de Arte sólo para contar que, en la última subasta de Sotheby's, un pujador anónimo ha pagado una cantidad ingente de dinero por una obra.

Pero el error está en que el Arte es mucho más que eso. Es difícil imaginar la cantidad de brillantes artistas que hay en la actualidad y que, por lo complicado del mundo del arte, no tienen aún el reconocimiento que merecen.



Cuadro Jesús Alcolea



Escultura Julio Galán



Escultura Odnoder\_sculptor  
Cuadro Cristina Toledo



Esculturas Julio Galán

**LMM.-** ¿Proyectos?

**AM.-** Afortunadamente tengo la agenda llena de proyectos de cara a fin de año y todo el 2024 en todos los ámbitos en los que trabajo: sigo conociendo artistas de los que escribo en @teoriadelarte\_, sigo en contacto con galerías para presentarles a artistas o colaborar con ellas en ferias o exposiciones, y tengo ya cerradas dos exposiciones comisariadas para el próximo año.

Además, pensando en las Navidades, quiero hacer un esfuerzo especial para convencer a la gente de que no hay

mejor regalo, ni para el que lo hace ni para el que lo recibe, que el Arte.

Y también estoy ultimando la página web [www.teoriadelarte.es](http://www.teoriadelarte.es), que será el complemento perfecto al perfil de Instagram y que espero que permita que más gente conozca mi proyecto.

**Ana Melo**

@teoriadelarte\_ | Tel.: 628 4848 76

[amelonavarro@gmail.com](mailto:amelonavarro@gmail.com) | [www.teoriadelarte.es](http://www.teoriadelarte.es)



COEÇO

FABRICANTES ESPAÑOLES DE COCINAS DESDE 1968

Club COEÇO  
40% DESCUENTO

Paseo de la castellana 236, Madrid | +34 913152340 | [grupocoeco.com](http://grupocoeco.com)



# Fiesta de Presentación de la revista

## LA MORALEJA magazine

El pasado mes de septiembre Elisa Tcach y Sonia Martínez nos presentaban la nueva revista del norte de Madrid, *La Moraleja Magazine*. Una publicación ultra local con todo lo que necesitas saber si vives o trabajas por la zona: fiestas, aperturas, novedades gastronómicas, eventos, viviendas, educación, belleza...

Una fiesta muy emotiva en la que sus directoras quisieron recordar el cariño y el esfuerzo con el que comienzan este nuevo proyecto, con el saber hacer y la experiencia de más de veinte años en la anterior revista de La Moraleja, y con el riesgo que supone hoy en día sacar adelante una publicación impresa que se hace con el corazón para todos los vecinos.

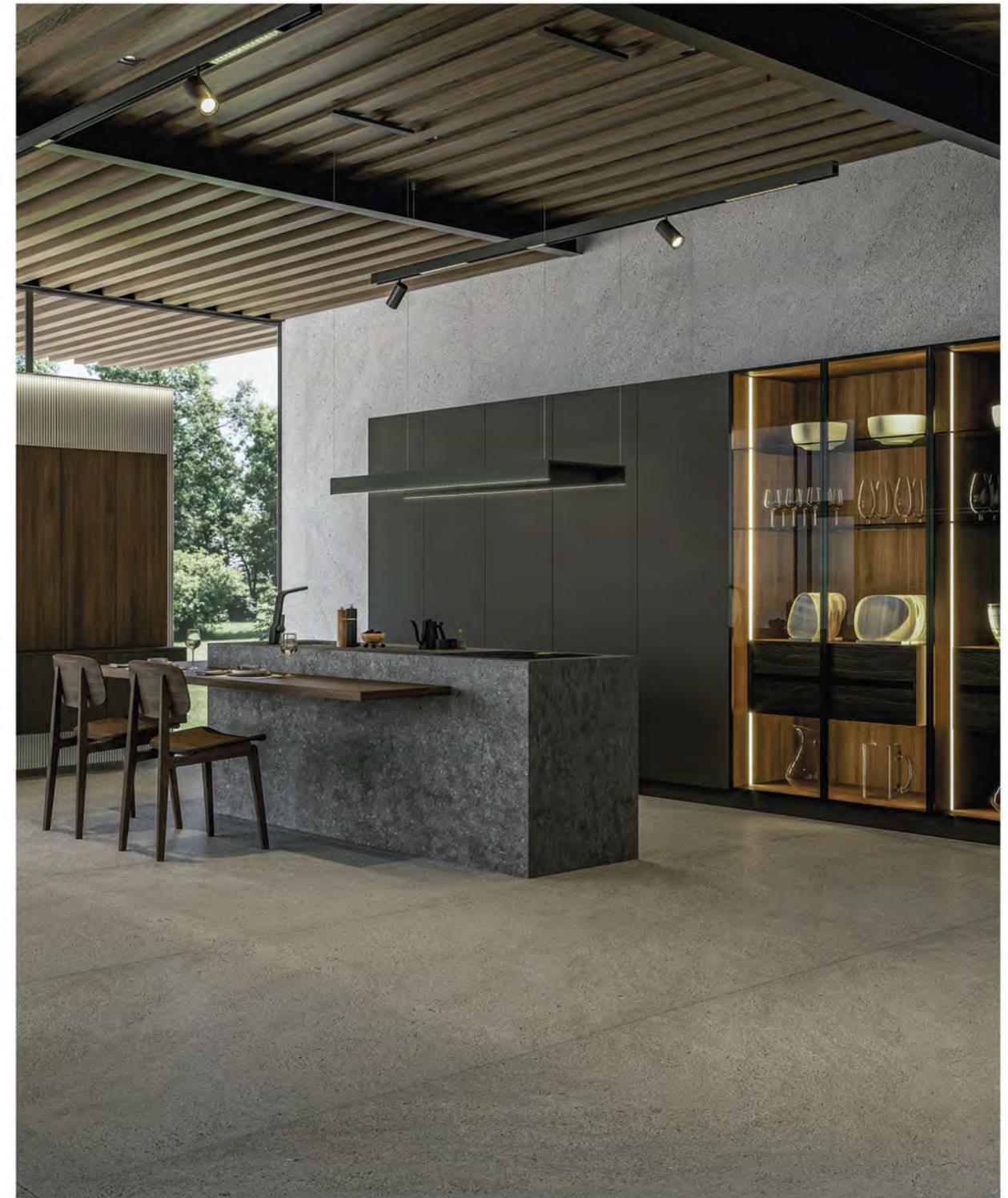
Y como no podía ser de otra manera, clientes, amigos, hosteleros, educadores y, por supuesto, vecinos de La Moraleja y su entorno, se reunieron en Bareto, un exitoso



espacio gastronómico de la mano de Nacho Horcajada y los hermanos Kike y Curro Sánchez del Amo.  
 Un fiestón con el mejor picoteo de esta nueva cervecería madrileña, pero de toda la vida, que aterriza en Golf Park. No faltaron cañas bien tiradas y sus clásicas tapas: bravas, gildas o su montado de chipirones.  
 Tampoco faltó la mejor música en directo a cargo del grupo Cosa de dos, sorteos, *photocall* y la mejor de las sonrisas para presentar esta primera edición de la revista, y también de su versión digital, [www.lamorelejamagazine.com](http://www.lamorelejamagazine.com), donde podrás seguir a diario todas las noticias, cartelera, tablón de anuncios y ofertas que pueden interesarte.  
 Un sueño del que todo el equipo de *La Moraleja Magazine* desea que formes parte. ¡No te pierdas todas las fotos del evento!



# antalia



Av. del Dr. Severo Ochoa, 36, 28100 Alcobendas, Madrid | Teléfono: 914 90 07 74

## ESTUDIO DE COCINAS ALCOBENDAS

[info.estudioalcobendas@antaliacocinas.com](mailto:info.estudioalcobendas@antaliacocinas.com)     [www.antaliacocinas.com](http://www.antaliacocinas.com)



# Ullate Roche

## Escuela de Danza, Artes Escénicas y Actividades Deportivas

“Nunca es tarde”, nos comentan en Ullate Roche, una escuela referente que imparte más de veinte disciplinas, entre las que se encuentran disciplinas como la Danza Clásica, Contemporáneo, Flamenco, Funky, Canto e Interpretación, Bailes Latinos, Boxeo, Pilates o Yoga entre otras; pequeños y mayores mejoran en la técnica, además de disfrutar practicando lo que más les gusta.

Esta escuela se ha convertido en la número uno de la zona norte de Madrid. Su traslado al Centro Comercial El Encinar y sus macro instalaciones, que hasta incluyen un ring de boxeo y todos los eventos que organizan durante el año -Festival de Fin de Curso, Campamento de Verano, Jornada de Puertas Abiertas-; y su equipo de trabajo que cuenta con más de treinta profesionales, especializados cada uno de ellos en las distintas disciplinas que imparten, convierten todo ello a la escuela Ullate Roche en lo que es hoy, el mayor reclamo para aprender una disciplina artística, mantenerse en forma y cuidar nuestra salud física y mental.

Y de todo eso y mucho más sabe Patrick Ullate, hijo de artistas, criado entre bambalinas y con una visión dinámica y

atrevida de lo que tiene que ser un centro de formación apto para todas las edades. Un ejemplo de emprendimiento local y saber hacer.

Conseguir que cada día sus clases se conviertan en la mejor terapia, en esa conexión con uno mismo a través del baile y la expresión corporal, es lo que motiva a la escuela Ullate Roche a seguir con este bonito proyecto.

Una escuela tecnológicamente pionera donde los propios alumnos pueden gestionar sus reservas en las actividades deportivas “Contamos con una aplicación de reservas donde podrás reservar tu clase hasta cinco minutos antes de que ésta empiece y así tener toda la flexibilidad del mundo para organizarte cuándo puedes venir”.

El pasado mes de abril estrenaban sus clases de boxeo, un sueño cumplido, con clases grupales y entrenamientos personales. Estas clases están adaptadas tanto a los niños -donde se les ayuda a mantenerse activos y a desarrollar habilidades físicas y sociales-, como a los adultos -donde se trabaja la fuerza y resistencia muscular. ¡Y todos los días de la semana!



Ellos nos lo cuentan en esta entrevista en exclusiva para *La Moraleja Magazine*.

**La Moraleja Magazine.-** Desde que abriera la escuela hace unos años, Ullate Roche se ha convertido en un referente en la Danza y Artes Escénicas en la zona norte de Madrid. ¿Cuál es el secreto de su éxito?

**Ullate Roche.-** Llevamos varias décadas dedicándonos a la enseñanza de la danza pero desde hace unos cuantos años hemos ampliado nuestra oferta incorporando nuevos estilos, además de una gran variedad de actividades deportivas tan necesarias para llevar una vida saludable.

Tras la pandemia decidimos mudarnos a la zona de El Encinar, ya que muchos de nuestros alumnos vivían en La Moraleja y este cambio de ubicación lo valoraron enormemente. Contamos con parking gratuito en el Centro Comercial El Encinar durante tres horas, un espacio donde además podemos encontrar multitud de comercios, restauración, ocio o primeras necesidades.

Nuestro secreto de éxito no es otro que la dedicación constante por mejorar cada día y ofrecer el mejor servicio a nuestros clientes, siempre desde el cariño y la profesionalidad.

**LMM.-** ¿Quién hay detrás de Ullate Roche?

**UR.-** Somos un gran equipo de trabajo que llevamos muchos años al frente de esta gran escuela. Al contar con tantas disciplinas disponemos de más de 30 profesores altamente cualificados.

**LMM.-** Pensando en los más pequeños, ¿celebráis festivales?

**UR.-** Sí, de hecho el Festival de fin de curso es el día más esperado tanto por nuestros alumnos de Danza y Artes Escénicas como por los propios familiares, que viven este día como algo mágico, sus hijos son los protagonistas de este día tan especial. Lo celebramos a finales de junio en un Teatro Profesional y nuestros alumnos muestran todo lo aprendido durante el año, además de perder el miedo escénico, ya que actúan delante de un patio de butacas de mil asistentes.



**LMM.-** ¿También organizáis campamentos de verano?

**UR.-** Sí, durante la última semana de junio y todo el mes de julio organizamos un campamento de verano muy dinámico lleno de actividades artísticas y deportivas donde los niños disfrutan mucho a la vez que aprenden.

**LMM.-** Si tuvieras que aconsejar a alguien que nunca ha bailado una clase o estilo, ¿qué le recomendarías?

**UR.-** Podríamos recomendarle cualquier estilo que le guste ya que disponemos siempre de un nivel de iniciación para aquellos alumnos que nunca han bailado, pero siempre han tenido la "espinita" de querer hacerlo y no han podido por algún motivo. A veces nos encontramos con personas que afirman no tener arte ni dotes para la danza o el baile. Estos clientes precisamente son los que luego no perdonan una clase y los que más disfrutan de ellas. ¡Así que nunca es tarde para empezar!

**LMM.-** Cuando hablamos de escuela siempre pensamos en los más pequeños, pero también hay clases para adultos. ¿Cuáles son las disciplinas más demandadas por ellos?

**UR.-** ¡Por supuesto! Tenemos muchísimas clases de danza dedicadas a los adultos: Ballet Clásico, Flamenco, Sevillanas, Funky, Contemporáneo... Y de actividades deportivas: Boxeo, Pilates, Zumba, Yoga, Antigravity Fitness, Stretching, Baileactivo, Aerotono, Pump, GAP, Full Work Out, etc.

**LMM.-** También habéis traído una disciplina tan apasionante y beneficiosa para la salud como es el boxeo, con clases y entrenamientos personales pioneros. ¡Háblanos de ello!

**UR.-** En la otra escuela ubicada en Alcobendas tuvimos mucho éxito con esta disciplina y ansiábamos con poder volver a conseguir montar una sala totalmente equipada para impartir estas clases de boxeo sin contacto, y lo conseguimos!

A finales de abril de este año conseguimos cumplir con ese sueño pendiente y abrimos nuestro local de boxeo con un horario muy amplio, de lunes a domingo, con clases desde primera hora de la mañana hasta última hora de la tarde, ininterrumpido. Contamos con una aplicación de reservas donde podrás reservar tu clase hasta cinco minutos antes de que ésta empiece y así tener toda la flexibilidad del mundo para organizarte cuándo puedas venir.

Son clases grupales dirigidas tanto a niños como a adultos y, en ellas, se trabaja la técnica en un ambiente muy agradable, además de hacer mucho ejercicio físico. Contamos con cuatro entrenadores que son muy buenos docentes y transmiten con mucho cariño a los alumnos. Además, esta disciplina ayuda mucho a canalizar la energía de los más pequeños ya que muchos papás nos cuentan que el día que hacen esta clase duermen como angelitos (risas).

También contamos con clases particulares si así lo desea el cliente y con clases en familia donde poder compartir espacio y tiempo de calidad con nuestros hijos haciendo deporte.



**LMM.-** ¿Qué es lo más gratificante de tu trabajo, de tu día a día?

**UR.-** Lo que más nos satisface sin lugar a dudas, es ver disfrutar tanto a nuestros alumnos con lo que hacen y que nos digan que el baile y el deporte son la mejor terapia de su día, ya que consiguen desconectar de todo aquello que les preocupa y centrarse en aprender y disfrutar de ese momento único.

**Ullate Roche**

**Centro Comercial El Encinar**

**C/ Camino del Cura, 10, Planta Baja.**

**28109 Alcobendas (La Moraleja)**

**Tel.: 657 023 370 - 911 638 802**

**info@ullateroche.com**

**www.ullateroche.com**



# St George Madrid

**AN INTERNATIONAL BRITISH EDUCATION**



**From 2 years old**

Achieving excellence  
where every child matters

admissions@stgeorge.es |  916 508 440



Entrevistamos a...

# Profesionales de la música

La música tiene el poder de evocar emociones, contar historias, expresar sentimientos y unir a las personas de diversas culturas y antecedentes.

La industria de la música es un sector diverso y dinámico que abarca la creación, producción, distribución y promoción de música en diversas formas.

*La Moraleja Magazine* entrevista a cuatro profesionales que tienen mucho que contarnos de este maravilloso mundo.



# Luis Estrella. Musicalia

## Pioneros y embajadores de la enseñanza musical en la zona

**La Moraleja Magazine.-** ¿Quién es Luis Estrella?

**Luis Estrella.-** Comencé a los 6 años en Valencia de Alcántara (Cáceres) y más tarde me trasladé a Madrid para continuar los estudios de música. Cuando aún era estudiante trabajé con varios estudios de grabación en bandas sonoras de películas, discos, colaboraciones con TVE. Más tarde inicié una serie de recitales actuando en Frankfurt, Milán, Oporto o París, compartiendo escenario con uno de los más grandes pianistas como fue Georges Cziffra.

Mi dedicación en el campo de la pedagogía musical, con más de 40 años de experiencia, me ha permitido participar en numerosos países en el marco del perfeccionamiento para educadores y pedagogos musicales. Como director musical, he participado en el desarrollo de más de 200 escuelas de música en España y Portugal. Actualmente colaboro como asesor de la editorial CONMUSICA que puse en marcha hace 12 años.

No puedo dejar de mencionar a mis hijos Jonathan y Laura, que han hecho posible que el proyecto CONMUSICA vea la luz. Jonathan, director de Ender factoría de software, colabora en la gestión de la web. Laura, violonchelista con experiencia en la enseñanza musical temprana, se dedica a la traducción y adaptación de los programas de CONMUSICA y a la formación de los profesores en España y Portugal.

**LMM.-** ¿Cuál es su oferta educativa instrumental?

**LE.-** Además de la enseñanza reglada que impartimos desde 1985, donde el piano es una de las principales especialidades -continuando con la guitarra, violín, violonchelo, flauta, clarinete, saxofón, etc-, en nuestros centros existen otras disciplinas como guitarra eléctrica, batería y otros instrumentos para la música moderna.

**LMM.-** ¿A quién va dirigida?

**LE.-** Nuestro lema siempre se ha centrado en "Luis Estrella, Centro de Música para Todos". La verdad es que después de casi cuatro décadas en Alcobendas podemos permitirnos decir que fuimos los pioneros y embajadores de la enseñanza de la música en la zona, siendo entonces, además, el único Centro Reglado donde certificamos la enseñanza de la música. También disponemos de un programa para niños de 6 a 8 años, y un curso muy atractivo para estudiantes de piano, "Piano activo", para todas las edades, así como para guitarra, guitarra eléctrica y batería/percusión.

**LMM.-** Son especialistas en Educación Musical Temprana.

¿Por qué es importante iniciar a los bebés en la música?

**LE.-** Sí, tenemos un Programa de Educación Musical Temprana con clases para embarazadas, continuando con niños desde 0 a 6 años de edad. Los seis primeros años de vida son fundamentales para la formación del oído y el desarrollo de la facultad del habla. Ponerle en contacto de múltiples maneras con la música durante esta etapa de su desarrollo ofrece oportunidades que no deberían desaprovecharse: escuchar diferentes sonidos y tonos musicales y balbucear las canciones, proporcionan una interconexión más intensa de las células cerebrales. Por otro lado, como editor de CONMUSICA, nuestros materiales de Max y Mia los hemos traducido, además de español, en portugués, euskera y catalán, con la intención de llevar la música a los corazones de muchos niños.

**LMM.-** ¿También organizan conciertos con sus alumnos?

**LE.-** Hacemos varios durante el curso, seis conciertos en



el centro de La Moraleja con diferentes grupos y solistas, de piano, violines, violonchelo, flauta, saxofón, teclados en ensamble con los niños de Max y Mia, de 4 a 6 años de edad y, por supuesto, con los más "peques" de 1 a 3 años. Y en las instalaciones de SILK, en el último concierto, actuaron 25 grupos de música moderna, ¡todo un espectáculo!

**LMM.-** Háblenos de sus centros, ¿ya son varios en la zona?

**LE.-** Nunca pensé abrir un Centro de Música. Comencé muy joven los estudios de música en el Real Conservatorio de Música de Madrid, en las especialidades de piano y órgano, donde obtuve matrícula de honor. Mi pasión era dedicarme

al concierto y no tanto a la docencia. Pero trabajando para una importante firma de música impartí clases de órgano a cientos de profesores. Esto me hizo pensar detenidamente en la enseñanza y fue lo que encendió la llama. Puse en marcha 1985 el primer Centro de Música "Luis Estrella" en Alcobendas, pronto cumpliremos el 40 aniversario. En 1992 comenzamos con el Centro de Música en La Moraleja, donde además de las clases para alumnos impartimos seminarios del programa de Max y Mia, al que asisten profesores de música de España y Portugal.

[www.musicalia.es](http://www.musicalia.es)

---

Desde que hice psicología el profesorado con el que tuve la suerte de formarme me permitió hacerme preguntas sobre la realidad, que es lo que me ha llevado a desarrollar mi pasión por la investigación

---

# Amalia Casas-Mas

## Una vida dedicada a la música

**La Moraleja Magazine.-** ¿Qué formación hay detrás de una psicóloga de la música?

**Amalia Casas-Mas.-** Cuando yo estudié no existía una formación integrada de estas dos especialidades en España. Yo necesité terminar la carrera superior de música y la de psicología, posteriormente hacer los posgrados correspondientes de cada área, formarme en el extranjero y finalmente el doctorado en Psicología sobre aprendizaje musical en la Universidad Autónoma de Madrid, que ha sido uno de los lugares pioneros en prestar atención a la música desde la psicología. Pero tenía claro que la unión de esas dos disciplinas era mi vocación.

**LMM.-** ¿Qué es la psicología de la música?

**ACM.-** Es un área que abarca múltiples facetas de la realidad humana. Prácticamente cualquier aspecto de nuestro interés puede ser observado desde la psicología de la música. Pueden ser algunas cuestiones relacionadas con el aprendizaje musical, con los efectos que tiene la escucha de música o el hecho de cantar o tocar instrumentos, percibir sobre la mesa cuando estamos en un pico de estrés; también el participar en actividades como tocar, cantar o bailar con otras personas.

Los profesionales de la psicología demandan más información sobre música, permite trabajar emociones a las que es más fácil acceder en el trabajo con trastornos, patologías específicas, diversidad funcional. Cada vez interesa ver más el funcionamiento y conexiones cerebrales a partir del sonido, el movimiento, la comunicación gestual y musical.

**LMM.-** ¿En qué campos se centra tu trabajo?

**ACM.-** Actualmente me dedico más a la investigación y la formación docente en el ámbito universitario, que compagino con la interpretación con diversos grupos de música. En el ámbito de la investigación, nos centramos en equipos interdisciplinarios de profesionales de la psicología, ingeniería informática, música y otras áreas como las ciencias experimentales o el arte, en el estudio de las emociones y el diseño de IA (Inteligencia Artificial) para desvelar cómo son los procesos de aprendizaje, su personalización y optimización. Por ejemplo, qué marcadores definen la frustración, la atención, el aburrimiento, y cómo gestionarlos en quienes aprenden.

**LMM.-** La educación musical, ¿es una asignatura pendiente en España?



**ACM.-** La música ha sido considerada desde algunas perspectivas de gestión educativa como un complemento a la formación central, hecho que sucede también con las artes plásticas o el teatro. Sin embargo, lo que se extrae de los estudios científicos más punteros son sus beneficios y relevancia para conexiones más complejas, de largo recorrido en el cerebro y duración, así como beneficios de inserción e integración social avalados por las últimas investigaciones antropológicas y de cognición musical.

**LMM.-** Una vida dedicada a la docencia y a la investigación, ¿qué es lo más bonito de tu trabajo?

**ACM.-** Desde que hice psicología el profesorado con el que tuve la suerte de formarme me permitió hacerme preguntas sobre la realidad, que es lo que me ha llevado a desarrollar mi pasión por la investigación. También me permitió integrar mi interés por la música en mis trabajos de la carrera. Me estimularon a imaginar mundos posibles. En 2015, junto a otros compañeros, fundamos la Asociación Española de Psicología de la Música y la Interpretación Musical (<https://aepmim.org/>), y ya camina por sí misma fortaleciendo relaciones con el

mundo iberoamericano, que tiene mucho que aportar al anglosajón que fue pionero en sistematizar la intersección música-psicología.

**LMM.-** También es profesora superior de Piano, Teoría Musical, Transposición y Acompañamiento... ¿Qué es la música para usted?

**ACM.-** La interpretación musical en grupo es algo de lo que no puedo prescindir en mi vida. Estableces vínculos con las y los compañeros a partir de compartir experiencias emocionalmente intensas, y a través de registros que exceden el ámbito verbal.

Cuando compongo música me estoy imaginando la formación instrumental con la que quiero comunicar ese tipo de emociones. La música es un sistema multimodal de comunicación que apela a la raíz de la esencia humana, y puede ser utilizada para cohesionar y transferir información entre los sentidos de la percepción, entre las culturas, y para dar sentido a la realidad que vivimos. Dime, ¿te parece esto un contenido superfluo en la educación?

[www.aepmim.org/](http://www.aepmim.org/)

---

Me gusta mucho entrar en contacto con el público de manera orgánica, que te vea sentir lo que haces. Eso siempre se contagia. Mi trabajo es robarle dos horas de problemas al público

---

# Gaby Jogeix

Una vida dedicada a la música

**La Moraleja Magazine.-** ¿Cómo y cuándo nace el artista?

**Gaby Jogeix.-** En Bilbao, ¡en 1978! Ya sabes que los de Bilbao nacemos donde queremos (risas). Mi madre era francesa y mi padre español, de Bilbao también. Estuve en contacto con los escenarios desde los 13 años, cuando tomaba clases de Teatro en Cuarta Pared y en el colegio francés también lo desarrollé mucho. Luego descubrí la guitarra y fui estudiando como autodidacta, muy tarde a los 17 o 18 años. Y fui cantando, mejorando y probando. Y aquí estoy, cinco álbumes después, con casi una nominación a los Grammy en la categoría de mejor álbum de música americana; y con mi gira por Francia y festivales presentando mi último disco: *Smile to the clouds* (sonríe a las nubes).

**LMM.-** ¿Cuál es tu formación musical?

**GJ.-** Autodidacta. Me fui juntando con más músicos y aprendiendo, vamos lo que se llamaría aprender a capón. Me hubiera encantado poder tener una formación como tal, pero

la que tengo es de carretera y componiendo canciones. El escenario te enseña mucho. Recuerdo que aprendí más en la gira con Kenny Neal (*bluesman* de Louisiana) en 2001, o con las giras en las que he trabajado como productor (Raphael, Alejandro Sanz, Miguel Bosé, Revolver...), que en años encerrado en la habitación tocando y cantando.

**LMM.-** En tu nuevo álbum, *Smile to the clouds*, ¿qué sonidos y estilo lo definen mejor?

**GJ.-** Mi música es una mezcla de Soul, Rock, Pop y con el siempre presente Blues. Después del álbum que grabé en Nueva Orleans (*Meanwhile in New Orleans*), seguí componiendo pero de una manera diferente, no basándome en un viaje. Centrándome más en relaciones, la paternidad, el valor de la música y de la luz en nuestras vidas, un paseo en moto cuando vas a estallar... La música tiene que apaciguar, hacerte estremecer, sentir. Qué vida más aburrida tendríamos sin música fresca y honesta, ¿no crees?



**LMM.-** ¿Háblanos de tu última gira?

**GJ.-** Estoy en plena gira por el sur de Francia, de salas y teatros. Me gusta mucho entrar en contacto con el público de manera orgánica, que te vea sentir lo que haces. Eso siempre se contagia. Mi trabajo es robarle dos horas de problemas al público e igual darles inspiración para resolverlos. O simplemente entretenerles.

**LMM.-** ¿Cuál ha sido tu momento más especial a lo largo de tu carrera musical?

**GJ.-** Sin duda, cantar en La Habana a ocho mil personas en el Auditorio Carlos Marx. Me divierte mucho cantarle a gente que no tiene porqué saber quién soy, ni mi trayectoria, es cuando pones los contadores a cero y suelen contagiarse de la electricidad de la música.

**LMM.-** ¿Y los retos a los que te enfrentas cada día como músico?

**GJ.-** El reto sin duda es la economía, ingresar lo suficiente para mantener una vida digna. No es fácil la inversión

permanente que has de hacer en un mundo en el que no se paga ya por la música. Como de los discos es muy difícil vivir hay que salir a tocar, así que aprovechas eso para poner en valor en directo tu arte. La gente sigue necesitando asistir a shows en vivo. A los artistas nos toca hacer el equilibrio necesario para que a mi familia no le falte de nada. El éxito al final es llegar a los 70 años y poder decir: "Bueno, no se nos dio mal".

**LMM.-** Háblanos de tu faceta como productor.

**GJ.-** He producido a artistas como Raphael durante 11 años, Porta, Revolver y, en equipo, con Alejandro Sanz, Miguel Bosé, Sebastián Yatra, con Rosa Lagarrigue desde los 24 años, recién Licenciado en Periodismo. Actualmente también dirijo la producción del Festival Mallorca Live, para 25 mil personas, que hacemos en junio de 2024. Y estoy al tanto siempre de lo que se cuece, pero sin duda cantar es el oficio más bonito que existe.

[www.gabyjogeix.com](http://www.gabyjogeix.com)

El proyecto consiste en realizar conciertos quincenales para niños hospitalizados en Madrid. Se actuaría en la UCI pediátrica durante un periodo de tiempo aproximado de 30-40 minutos

# Música en Vena

La música como herramienta sanadora

La asociación "Música en Vena" es una organización sin ánimo de lucro con sede en Madrid que se dedica a llevar música en vivo a hospitales con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los pacientes. La música en vivo tiene el poder de generar emociones positivas, reducir el estrés y la ansiedad, y crear un ambiente más ameno en entornos hospitalarios. El trabajo de "Música en Vena" es una manifestación de cómo el arte y la cultura pueden tener un impacto positivo en la salud y el bienestar de las personas. Entrevistamos a Virginia Castelló, fundadora de Música en Vena.

**La Moraleja Magazine.-** ¿Cómo acogen los pacientes en los hospitales a los músicos?

**Virginia Castelló.-** La primera reacción es siempre de sorpresa. Pero a medida que la música empieza a sonar, los enfermos se dejan envolver y transformar por los intérpretes. En una transformación anímica. Se establece una conexión

y por un momento se olvidan de su enfermedad y de su sufrimiento. Es como un bálsamo de alivio. Un soplo de vida como los mismos enfermos lo definen. Reciben el milagro sonoro como un regalo ante el que siempre se muestran agradecidos.

**LMM.-** ¿La música tiene poder de sanación?

**VC.-** La música tiene un poder terapéutico que penetra directamente en todas las emociones. Tiene el poder de desconectar de la realidad. De evadir momentáneamente del dolor.

**LMM.-** ¿Cómo ha sido la evolución de música en vena?

**VC.-** Al principio nos costó mucho. Conseguíamos atraer a uno o dos pacientes. Pero con ayudar a uno, nos valía. Ahora llenamos los salones de actos con 700 personas entre pacientes, familiares y personal médico. Fue complicado que la sanidad española aceptara la música. Para los músicos, es



un escenario nuevo donde ver de primera mano el poder de tu arte. En este último año, después de haber estado parados casi 3 años por la pandemia, nos hemos dado cuenta de que nos han echado de menos.

**LMM.-** ¿Cómo se gestiona en la organización las colaboraciones con los músicos?

**VC.-** En los últimos años hemos colaborado con más de 20.000 músicos y todos han colaborado de forma altruista. Desde niños, estudiantes del conservatorio, hasta grandes artistas del panorama musical como Jorge Drexler, Rosario Flores, Los Secretos o Rozalén. Todos comparten una cosa: la calidad humana. Tocar en una UCI es toda una lección de vida.

**LMM.-** ¿Qué tipo de música suele tener mejor acogida en los hospitales?

**VC.-** Tenemos un repertorio diferente dependiendo de dónde vamos a tocar. Para las UCIs, música clásica o jazz suave,

para neonatos, voces femeninas cantando nanas o músicos que tocan disfrazados, bandas sonoras de películas infantiles en las unidades pediátricas. Durante las quimioterapias, tocamos de todo: rock, jazz, flamenco...

**LMM.-** ¿Próximos retos?

**VC.-** Estamos haciendo un crowdfunding para un proyecto llamado "Fantasía en Vena" que surge para transformar en alivio el sufrimiento de los niños ingresados en los hospitales a través de la belleza de la música. El proyecto consiste en realizar conciertos quincenales para niños hospitalizados en Madrid. Se actuaría en la UCI pediátrica durante un periodo de tiempo aproximado de 30-40 minutos. Estos conciertos son una válvula de escape para los niños ingresados e incrementan considerablemente el ánimo, además de humanizar el entorno hospitalario.

**Donaciones:** [www.migranodearena.org/reto/fantasia-en-vena](http://www.migranodearena.org/reto/fantasia-en-vena)

# Especial educación

La música es una herramienta poderosa para el desarrollo integral de los niños. Estimula tanto los aspectos cognitivos como los emocionales, físicos y sociales. Fomentar la participación de los niños en actividades musicales desde temprana edad tiene, sin duda, un impacto positivo en su crecimiento y desarrollo. La enseñanza de la música a través de clases, coros o grupos instrumentales y la exposición a diferentes géneros musicales puede ayudar a nutrir la inteligencia y la creatividad.

Las actividades extraescolares musicales son una manera excelente de involucrar a los más pequeños en este arte y los centros educativos son muy conscientes de su importancia en el desarrollo de los estudiantes.

En este especial de educación, los colegios de nuestra zona comparten con nosotros su amplia oferta de actividades musicales.



## Liceo Francés Madrid



La música, pilar de la educación artística y cultural francesa.

La educación musical ayuda a despertar los sentidos, alimenta las capacidades emocionales e intelectuales de los niños y contribuye a una apertura de espíritu.

En la sede de la Moraleja, contamos con dos coros abiertos a los niños desde los 6 años y adaptados a las edades de los niños.

Nuestros alumnos también pueden participar en las clases de instrumentos por especialidades y en la Orquesta y Coro Europeo de Madrid (ambas actividades en el Colegio de Conde De Orgaz).

También existe la Orquesta de los Liceos Franceses en el Mundo, que reúne a estudiantes de todos los continentes. Los participantes tienen la oportunidad de actuar en el escenario de nuestro auditorio o en el prestigioso Auditorio Nacional de Madrid.

Escucharse y escuchar a los demás en una orquesta o un coro, forja un sentimiento de respeto y solidaridad en los alumnos promoviendo su formación cívica.

**Camino Ancho, 85. 28109 Alcobendas**

**Tel.: 693 924 512**

**assistantesaintexupery@lfmadrid.org**

**www.lfmadrid.net**

## Colegio Internacional Escandinavo



Jocke Salinder trabaja desde el año 2008 en el Colegio Escandinavo de Madrid, y es el encargado de que la música sea una parte vital de la vida escolar de los alumnos. A partir de los 8 años, todos los niños tienen dos clases semanales de 40 minutos en grupos reducidos donde aprenden a tocar instrumentos, interactuar, cooperar, cantar, trabajar en grupo y a entender la música.

Son numerosas las actividades musicales que se organizan en el colegio, entre ellas, el Colegio Escandinavo ha creado dos coros

juveniles uno de 40 alumnos con edades comprendidas entre los 11-15 años y otro de 20 alumnos de entre 16-18 años. Ambos coros son muy activos y realizan actuaciones tanto dentro como fuera del colegio. Incluso, una vez al año, realizan giras fuera de Madrid y recientemente han actuado en Londres o Lisboa.

**C. del Camino Ancho, 14. 28109 Alcobendas**

**Tel.: 91 650 01 27 – www.escandinavo.com**



## St. George

El departamento de Artes Creativas del colegio británico St. George no deja de crecer, este año ofrecerá aún más actividades y eventos. Un departamento con mucha importancia en este centro educativo, ya que contribuye a que sus alumnos exploren y desarrollen diferentes vías creativas. En Música, existe una gran variedad de grupos para todas las edades, desde ukelele para los más pequeños o un coro de más de 60 alumnos, hasta una banda de rock en secundaria. En Navidad, el coro saldrá a la comunidad para cantar en residencias de ancianos y centros comerciales. Además, los padres disfrutarán de varios conciertos navideños en el gran auditorio. Y tras el gran éxito del musical Grease el curso pasado, en breve comenzarán los ensayos del nuevo. ¡Los alumnos lo están deseando! En el departamento de Teatro, sus estudiantes disfrutarán de la visita de compañías teatrales que ofrecerán actuaciones en inglés; y en el departamento de Arte, los alumnos de bachillerato visitarán los principales museos de Madrid para mostrar sus propias obras en la exposición de arte en mayo.

**C. de los Padres Dominicos, 1. 28050 Madrid**

**Tel.: 91 650 84 40 | www.stgeorgemadrid.com**

## Colegio Irlandesas El Soto

El Grado Musical es un programa pedagógico innovador que el Colegio Irlandesas El Soto pone a disposición de sus familias. Diseñado como un itinerario pedagógico continuo, este programa ofrece al alumnado la oportunidad de integrar estudios musicales de la más alta calidad en su experiencia educativa general. Desde la etapa de Infantil, los niños disfrutan de su primera inmersión musical explorando el violín, promoviendo habilidades psicomotrices, ritmo y cooperación. En Primaria, eligen entre una amplia gama de instrumentos de orquesta, recibiendo clases individuales, formación en lenguaje musical, educación vocal y auditiva y participación en la orquesta. La preparación para los exámenes de la prestigiosa Associated Board of the Royal Schools of Music (ABRSM) garantiza estándares de excelencia. La música no solo enriquece la vida académica sino que también fomenta la disciplina, la creatividad y la interacción social. Con más del 20% de sus alumnos inmersos en esta experiencia, dos orquestas, un coro y nueve conciertos pedagógicos anuales, la música se convierte en



un elemento esencial para el crecimiento del alumnado.

¡Descubre el poder transformador de la música en el Colegio!

**Calle Begonia 275 (28109) Alcobendas – Madrid**

**Tl.: 91 650 15 00 | Info.elsoto@feducativamaryward.org**

**www.irlandesaselsoto.net**

## Brains Nursery Schools

En Brains Nursery Schools la música es parte de la actividad escolar y es impartida, desde bebés, por una especialista en la materia. Además, cuentan con Escuela de Música BNS donde sus alumnos y externos pueden recibir clases de Piano y realizar Música y Movimiento.

Desde el inicio de la vida del bebé y en los primeros años, escuchar música, practicarla y cantarla provoca grandes cambios en la inteligencia emocional, desarrollo del vínculo afectivo y a nivel fisiológico. El desarrollo intelectual, auditivo, sensorial, del habla y motriz también están estrechamente relacionados con la música.

Hay otros beneficios por incluir la actividad musical desde bebés como el desarrollo de la creatividad y fomento de la expresión individual, el control de las emociones frente a ciertas situaciones como puede ser el miedo escénico, ayuda a memorizar, a mantener la atención y concentración, expresión, ya que los alumnos al tocar un instrumento deberán, por ejemplo, memorizar partituras. Favorece el desarrollo del lenguaje. Además, estimula el desarrollo social al favorecer la relación con los compañeros.



C/La Salvia, 44 – El Soto de la Moraleja

Tel.: 91 650 30 30

[www.brainsnursery.com](http://www.brainsnursery.com)

## Colegio Base International School



Colegio Base International School

c/ Camino Ancho, 10-12 La Moraleja | Tel. 916500313

[www.colegiobase.com](http://www.colegiobase.com)

En el Colegio Base International School reconocemos la importancia fundamental de la música en el desarrollo integral de sus alumnos. A través de su destacada Escuela de Música EMA BASE, cultivan y potencian el talento musical de cada estudiante. Brindan un enfoque educativo que va más allá de la enseñanza técnica, buscando despertar una conexión profunda con la música. En EMA BASE se pueden cursar las especialidades instrumentales como violín, piano, guitarra y batería, en programas específicos Junior y Talent.

Los programas musicales no solo se centran en la adquisición de habilidades instrumentales, sino también en el fomento de la creatividad, la expresión artística y el trabajo en equipo. “Creemos que la música es un catalizador para el crecimiento personal y el desarrollo de habilidades cognitivas. Al integrar la música de manera holística en nuestra educación, aseguramos que cada alumno del Colegio Base International School experimente los innumerables beneficios de este arte universal, preparándolos para un futuro enriquecido y emocionalmente equilibrado”.

# SCHOOL OF ROCK ALCOBENDAS



Mas informaciones:

LA MAYOR RED DE  
ESCUELAS DE MÚSICA  
DEL MUNDO TE INVITA A  
BRILLAR EN LOS ESCENARIOS

Reserva ya una clase de prueba gratis

Centro Comercial La Vega (Primera Planta)

📍 Avenida Olímpica, 9 - Alcobendas ☎ 621 14 42 42

# June Donnan

Head Teacher King's College School  
La Moraleja



**La Moraleja Magazine.-** ¿Qué perfil profesional tiene?

**June Donnan.-** Estoy muy orgullosa de ser la Directora de King's College School. Llevo 35 años dedicados a inspirar y formar mentes jóvenes. Durante casi tres décadas, he sido parte integrante del Grupo de colegios King's, y ahora somos parte del prestigioso Grupo Inspired Education.

El núcleo de mi ética educativa no sólo radica en garantizar excelentes resultados académicos, sino también en mi profundo compromiso con el desarrollo tanto de los estudiantes como del personal, así como en el fomento de relaciones significativas dentro de nuestra comunidad escolar.

**LMM.-** Competencias como la artística y la emocional, ¿cómo las desarrollan?

**June Donnan.-** Las Artes siempre han sido muy importantes en nuestro colegio, y es uno de los pilares de educación del Grupo Inspired. Dentro del curriculum, todos nuestros alumnos tienen la oportunidad de realizar desde visitas culturales hasta

obras de teatro y conciertos. También ofrecemos actividades extracurriculares desde Artes plásticas hasta Ballet y Drama.

En cuanto a las competencias emocionales, como mencioné arriba, todos nuestros profesores han recibido formación en salud emocional. Empezamos con la formación en Pre Nursery con nuestros alumnos de 2 años, de manera que los niños aprenden a poder identificar sus sentimientos y hablar de ellos. Luego seguimos con con PSHE (Personal, Social, Emocional y Educación económica). Esto podría ser desde "circle time" en Primaria hasta "coffee chats" en KS4.

**LMM.-** Nuestro editorial de diciembre tiene como protagonista a la Música, ¿cómo enfocan las actividades musicales en la educación de los niños?

**June Donnan.-** En el área musical, tenemos profesionales que están dedicados a sacar lo mejor de cada alumno. Además de sus clases normales dentro del curriculum, ofrecemos también profesores particulares con muchos años de experiencia y dedicación. Tenemos un enfoque muy práctico y multi-instrumental para el desarrollo de la música.

El aprendizaje es muy activo y los estudiantes tienen la posibilidad de elegir entre una gran variedad de instrumentos y participan en un sinfín de talleres. Todos nuestros alumnos tienen muchas oportunidades de actuar a lo largo del año escolar en conciertos, ferias y asambleas.

Adicionalmente, estamos encantados de nuestra nueva colaboración entre Forte e Inspired: Pathways to Performance: Se trata de una asociación con el Royal College of Music de Londres. Forte ha puesto en marcha el programa Pathways to Performance exclusivamente para los estudiantes de Inspired. El programa ofrece un paquete de clases privadas virtuales, dirigido tan solo a nuestros estudiantes, con los mejores tutores de música certificados por el Royal College of Music, el conservatorio de música número uno del mundo.

**LMM.-** ¿Cuál es la filosofía del colegio?

**June Donnan.-** La filosofía educativa del colegio se enfoca en dos ideas centrales. La primera se centra en los tres pilares de Inspired Education (el área Académica, las Artes Creativas y el Deporte), y la segunda en que la habilidad para el aprendizaje de los alumnos no tiene límite (es el primer colegio en nuestro país calificado como High-Performance Learning (HPL) World Class School, en Español Aprendizaje de Alto Rendimiento). El aprendizaje de alto rendimiento es una filosofía pedagógica basada en la investigación que responde a nuestra creciente comprensión de la capacidad humana. Identifica atributos, valores y prácticas que pueden desarrollarse en los centros escolares para que más alumnos alcancen un alto rendimiento, con el fin de ayudar a los centros a hacer realidad esta filosofía.

**LMM.-** ¿Qué es para usted (y su centro) la innovación educativa?

**June Donnan.-** Para nosotros la innovación educativa está en la base de todo lo que hacemos, y lo ha estado desde la fundación del King's Group hace más de 50 años. Como ejemplo de nuestra apuesta por la innovación educativa, está la herramienta de Inteligencia Artificial. Esta plataforma aprovecha la IA para crear rutas de aprendizaje personalizadas para cada estudiante, tanto en su trabajo de clase como en sus deberes, al mismo tiempo que proporciona análisis y recomendaciones en tiempo real para profesores y padres. La herramienta realiza pruebas iniciales de diagnóstico para evaluar las fortalezas y debilidades de cada estudiante y en base a estos datos, crea ejercicios y módulos a medida para cada uno. Sin duda es un gran ejemplo de nuestra apuesta por la utilización de los últimos



conocimientos sobre el funcionamiento del cerebro del niño para adaptar las herramientas educativas y de aprendizaje.

**LMM.-** Su colegio ha obtenido muy buenos resultados en los exámenes IGCSE ¿Cuál es el secreto del éxito?

Los secretos son varios. Tener profesores excelentes y con mucha pasión hacia su asignatura. Nos aseguramos de que cada niño está apoyado y tiene un mentor durante su camino de aprendizaje. Cada poco tiempo revisamos donde está cada niño en cada asignatura y ajustamos si hace falta; es esa educación individualizada la que consigue que cada alumno alcance su máximo potencial. También es muy importante que las relaciones entre los niños y los profesores sean buenas. La comunicación clara también con los padres es fundamental para asegurar que la implicación de la familia ayuda a crear el ambiente perfecto para que nuestros alumnos sean exitosos.

Calle de la Salvia, 36 – 28109 Madrid.

Tel. 91 658 55 40 [www.madrid-lamoraleja.kingscollegeschools.org](http://www.madrid-lamoraleja.kingscollegeschools.org)

[kingscollegeschools.org](http://kingscollegeschools.org)

# Alicia Gamboa

Directora del Colegio San Patricio



**La Moraleja Magazine.-** ¿Qué perfil profesional tiene?

**Alicia Gamboa.-** Llevo dedicándome a la educación más de 25 años y durante este tiempo he tenido la oportunidad de poder ejercer mi profesión liderando equipos y como docente en varios países como Brasil, Italia, Inglaterra y España. Considero la formación continua esencial así como el conocimiento de diferentes lenguas, me apasiona el aprendizaje con lo que no he querido desaprovechar nunca las oportunidades de formación que me han ido surgiendo a lo largo de mi carrera realizando para ello todo tipo de cursos en diferentes campos de la innovación educativa, he podido especializarme en varias ramas de la docencia y profundizar con algunos masters.

**LMM.-** Nuestro editorial de diciembre tiene como protagonista a la Música. ¿cómo enfocan las actividades musicales en la educación de los niños?

**AG.-** Un enfoque integral y equilibrado de la educación musical contribuye no solo al desarrollo de habilidades musicales, sino también al enriquecimiento general de la experiencia educativa de los estudiantes. En nuestras clases curriculares y actividades especiales potenciamos la creatividad musical, el aprendizaje activo y participativo, el desarrollo de las habilidades instrumentales, realizamos presentaciones y actuaciones a lo largo del curso.

Apoyamos también la carrera musical de aquellos alumnos que deseen desarrollar sus talentos. Nuestro colegio aparte de facilitar tutorización individualizada en instrumentos, lenguaje musical y combo, tiene un convenio con el Royal College of Music en Londres con el que aquellas familias interesadas pueden también recibir clases tutorizadas de los mejores músicos internacionales.

**LMM.-** ¿Cómo se aplica la tecnología?

**AG.-** La tecnología se aplica como una herramienta de ayuda al aprendizaje en Primaria e Infantil. Tenemos pizarras digitales, tablets, ordenadores, mesas de luz y también un programa de realidad virtual con gafas 3D para apoyar a las ciencias, pero el uso se acompaña y supervisa para que el alumno pueda utilizarla de forma responsable y equilibrada.

**LMM.-** ¿Qué es para usted (y su colegio) la innovación educativa?

**AG.-** La innovación educativa es un aspecto esencial en San Patricio. Innovación y tradición en San Patricio van de la mano. Son muchas las Universidades de Prestigio que solicitan nuestra ayuda y opinión para sus investigaciones en proyectos de innovación. Formar parte de un grupo educativo internacional con el que tenemos constante feedback y compartimos mejores prácticas educativas entre 110 colegios considerados entre los mejores del mundo también es un elemento diferenciador. Toda nuestra innovación tiene como fin atender de forma personalizada a nuestros alumnos, desarrollar sus talentos, formarles como personas felices y responsables en el mundo



que les toca vivir. Nuestra innovación es de calidad porque hay un rigor académico que lo avala, un proyecto educativo único y unos profesionales motivados en buscar la mejora continua dentro y fuera del aula: multilingüismo, evaluaciones formativas, Soft Skills, Aprendizaje Cooperativo, Public Speaking, enfoque interdisciplinario, participación activa, tecnología bien empleada, pedagogía de los espacios...son metodologías innovadoras que cada profesor incluye en su día a día dentro del aula para atender a sus alumnos de forma innovadora, de forma personalizada.

**LMM.-** Competencias como la artística y la emocional, ¿cómo las desarrollan?

**AG.-** En San Patricio la pintura, la música, el baile y el teatro forman parte de nuestro programa educativo. Trabajamos las habilidades técnicas, la creatividad, la expresión, la experimentación, el conocimiento artístico con su historia, sus protagonistas y movimientos, habilidades de observación, visitas a museos, teatros y exposiciones, técnicas de expresión grupal e individual. Las competencias emocionales las trabajamos a través de la IDENTIFICACION, COMUNICACIÓN y RESOLUCION DE PROBLEMAS.

**LMM.-** ¿Cuál es su elemento diferenciador?

**AG.-** El equipo de personas que forman San Patricio. La excelencia académica, la cultura del esfuerzo y el compañerismo que fomentamos en todos y cada uno de nuestros alumnos.

Perseguimos la excelencia en el aprendizaje de las lenguas durante más de 50 años, excelencia demostrada

en los resultados de pruebas externas y en la elección y acceso posterior a carreras universitarias, somos bilingües en Español e Inglés con un enfoque multilingüe en Francés y Alemán desde 1 año de edad, todos nuestros profesores de idiomas son nativos.

Contamos entre nuestros dedicados profesionales con un Departamento de Orientación con cinco especialistas para atender las necesidades que se van presentando en el aprendizaje y un programa único para alumnos de Altas Capacidades.

**LMM.-** ¿Qué les diría a las nuevas familias que están pensando que sus hijos estudien en el colegio?

**AG.-** Que vengan y vean. La mejor inversión de presente y futuro que unos padres y madres pueden hacer en la vida es en la educación de sus hijos. Nuestro colegio es único, podrán encontrarse parecidos, pero no son San Patricio.

**LMM.-** ¿Próximos proyectos?

**AG.-** Nuestros alumnos, cada uno de ellos. Seguir ayudando a sus padres y madres a formarles como personas de bien, altamente preparadas, libres, responsables y felices, líderes que influyen positivamente en el mundo que les toca vivir.

**Paseo de Alcobendas, 9- 28109 Madrid**

**Tel. 91 650 07 97 | [www.colegiosanpatriciomadrid.com](http://www.colegiosanpatriciomadrid.com)**



# 140

## AÑOS ABRIENDO MENTES 1884-2024

Este mundo necesita más mentes libres, creativas y preparadas para, unidas, hacer frente a lo que depare el futuro.

-  **Colegio internacional abierto a alumnos no francoparlantes**
-  **Introducción al inglés desde los 3 años**
-  **Excelente preparación académica para estudios superiores**
-  **Compromiso con el desarrollo sostenible**



# Deer Learn Academy

## Aprender de los errores



El equipo de Deer Learn Academy busca recuperar la calidad perdida en la enseñanza española, retomar el trato cercano con el alumno mediante grupos reducidos con un temario ampliado y adaptado a él, que no solo le permita aprobar los exámenes, sino aprender. Promover la curiosidad y el pensamiento crítico para alcanzar el potencial de cada alumno. Cada estudiante posee habilidades y talentos únicos y por ello debemos crear un espacio donde los estudiantes puedan aprender los unos de los otros mediante una constante colaboración. Esta la premisa de este centro. Los alumnos deben aprender a explorar distintas formas de solucionar problemas en el campo académico y en la vida, perder el miedo y sobre todo eliminar las barreras que puedan impedir participar y preguntar. Idiomas (inglés y francés), matemáticas, física y química, lengua, historia y cursos personalizados para objetivos específicos, son algunas de las propuestas de esta Academia ubicada en San Sebastián de los Reyes. Aquí,

cada clase es grabada para facilitar su visualización, en caso de no poder asistir a una clase o querer ver una repetida. A través de la plataforma Teams conseguimos el contacto directo entre alumno y profesor para resolver dudas o incluso solicitar tutorías. "Aprender a aprender" una competencia que incluye crear una necesidad de aprendizaje identificando las oportunidades disponibles y superando los obstáculos que llevan al éxito. En Deer Learn Academy ayudarán a cada alumno a obtener, procesar y asimilar nuevos conocimientos y habilidades, herramientas imprescindibles para un brillante futuro.

**Avenida de Colmenar Viejo 29-31**  
**San Sebastián de los Reyes, Madrid 28701**  
**Teléfono: +34 916 523 571**  
**Móvil: +34 608 844 077**  
**Email: direccion@deerlearnacademy.es**

**CURSO 24/25**  
**MATRÍCULA ABIERTA**  
[www.liceofrancesmadrid.org](http://www.liceofrancesmadrid.org)





# Salud y bienestar

La cuenta atrás oficial para Navidad ya ha comenzado. Las próximas semanas son trepidantes: comidas, cenas, celebraciones... Unos días en los que dormimos poco y comemos más de la cuenta. Todos queremos lucir nuestra mejor cara en estas fechas. Nuestra sección de salud y bienestar quiere proponerte a los mejores profesionales de nuestra zona en deporte, belleza y relajación que te ayudarán a deslumbrar en estas fiestas.

# Azalea Medical Esthetics

## Se consolida en La Moraleja

**La Moraleja Magazine.-** Muchas personas ya confían en Azalea Medical Esthetics para mejorar estéticamente a pesar del paso del tiempo, gracias a su perfil profesional y su experiencia. Háblenos de ello.

**Dra. Teresa Martínez Iturriaga.-** Soy Cirujano Maxilofacial y me he dedicado desde hace más de 15 años a la cirugía de la cara. Cualquier intervención sobre la cara sea por un tumor de piel, por una deformidad o por un accidente, exige un gran conocimiento de la armonía facial y del proceso de envejecimiento.

Conjugando estos dos conceptos: armonía (respetar las proporciones y principios de la naturalidad) y conocer el proceso de envejecimiento (aparición de manchas, pérdida de bolsas de grasa faciales, pérdida de volumen óseo orbitario y maxilar, pérdida de síntesis de colágeno y elastina) podemos hacer que los pacientes cumplan años sin que se note el paso del tiempo, sin transformar sus rasgos, permitiendo una mejoría gradual, elegante y natural.

A nivel corporal sabemos qué ocurre con la piel, la musculatura y los patrones de distribución de la grasa según cumplimos años, así que podemos con aparatología y protocolos basados en la evidencia científica, hacer tratamientos eficaces y duraderos.

**LMM.-** ¿Cómo ha evolucionado la medicina y cirugía estética en los últimos años con las nuevas técnicas y tecnologías?

**TMI.-** Ha aumentado mucho la investigación sobre el proceso de envejecimiento, así que conocemos mejor los factores anatómicos y fisiológicos del mismo. Digo fisiológicos ya que el envejecimiento es un proceso natural que no podemos parar, pero sí frenar. La industria nos ha inundado con aparatología, rellenos y productos cosméticos, pero no todo vale. Conozco aparatos y productos que han sido número uno y luego se han retirado del mercado por generar

problemas de salud. Por ello es muy importante elegir bien la tecnología y los productos para frenar al máximo el proceso de envejecimiento, teniendo en cuenta lo primero la salud.

**LMM.-** ¿Cuáles son los tratamientos más solicitados por hombres y mujeres?

**TMI.-** Tenemos un equipo de esteticistas profesionales que hacen tratamientos faciales y corporales estéticos sobre todo de adelgazamiento, mejoría de la piel, aumento de masa muscular, drenantes, de relajación y para el bruxismo. Estos son nuestros tratamientos más demandados. Dentro de la medicina estética los tratamientos estrella son la toxina botulínica, el relleno de ojera, el lifting facial sin cirugía, la rinomodelación sin cirugía y el láser para manchas y flacidez. En cirugía estética lo más demandado es la cirugía de los párpados, el aumento mamario, el minilifting y la miniliposucción con anestesia local.

**LMM.-** Hablemos de intrusismo: los problemas que genera en la profesión y los peligros que entraña para los pacientes. ¿Cómo podemos concienciar a la población para que elija a un buen profesional?

**TMI.-** Más que intrusismo yo diría la falta de ética y de profesionalidad médica. No olvidemos que tratamos a pacientes, que a parte de querer mejorar, como médicos, tenemos que cuidar de su salud también a corto, medio y largo plazo. Los productos que usamos y los dispositivos médicos basados en energía no pueden generar huella estética.

La huella estética es el posible residuo o reacción inmunitaria que genera un tratamiento no adecuado. Esto no ocurre con los productos adecuados y con las energías adecuadas. No podemos aplicar un tratamiento que genere un gran resultado hoy, pero que haga empeorar al paciente mañana.



**LMM.-** ¿La cirugía y medicina estética, es una profesión en la que hay que saber decir que no?

**TMI.-** La ética en la estética significa decir que no a algunos tratamientos. Algunos pacientes pierden la perspectiva de la armonía facial, desgraciadamente vemos a diario ejemplos de esto en la calle, en los medios. Nuestro deber como profesionales es reconducir al paciente hacia la armonía y naturalidad.

**LMM.-** Siempre que una persona quiera acceder a un tratamiento específico en medicina estética, ¿qué consejos le daría? ¿Qué aval nos tiene que aportar un profesional médico en esta materia?

**TMI.-** Los pacientes tienen que ser proactivos y saber qué productos y qué energías se le van a aplicar. A menudo me encuentro pacientes que no saben qué les inyectaron en otro centro.

Un médico que realiza medicina estética no solo tiene que tener un título si no una experiencia y un criterio estético que le avale.

**LMM.-** Un buen profesional siempre tiene detrás a un buen equipo, háblenos de él.

**TMI.-** El equipo de Azalea Medical Esthetics lo componemos 4 médicos: Cirujana Maxilofacial (Dra. Martínez Iturriaga), Cirujana plástica y reparadora (Dra. Lara González López), especialista en alergología y microbiota (Dra. Rosa Caballero), especialista en Cirugía Vasculat (Dra. María Rubio) y 3 esteticistas profesionales y auxiliares de enfermería que realizan todos los tratamientos estéticos faciales y corporales.

**Azalea Medical Esthetics**

**917 04 84 26 | 689 53 84 20**

**azalea@azaleaesthetics.com | azaleaesthetics.com**

**Calle Azalea, 1. Minipark 1. Soto de la Moraleja**

# Amazônia Massage Culture

Abre su primer centro de bienestar en La Moraleja

Cuidarse, mimarse, 'alejarse' del mundo... Para lograrlo de verdad, y conectar con uno mismo, existe Amazônia Massage Culture, un centro de bienestar que llegó hace escasamente un año a Pozuelo de Alarcón de la mano de la emprendedora Alejandra Forero y que ahora, abre sus puertas en el Centro Comercial del Encinar.

Su producto estrella, Ritual Amazônia, más allá de ser un masaje es un viaje al núcleo de nuestro ser. Es una experiencia que pretende "alcanzar la sanación, iniciando con una meditación que ayuda a conectar con nuestro ser interior; seguido de una exfoliación y un masaje energético que proporciona una sensación de relajación, renovación y bienestar". 80 minutos de auténtico placer. Ofrecen también masajes Relajantes y Descontracturantes de diferentes duraciones, Reductores; y también Maderoterapia para tonificar el cuerpo y eliminar líquido y grasa localizada;



depilación o tratamientos más específicos como la higiene facial o el Kobido.

**CC. Centro Comercial El Encinar,**  
**Calle Camino del Cura, 10 – 28109 Madrid**  
**Tel. 632 855 545 | <https://amazonia-group.com/>**

# Alejandro de Justo

Entrenado personal experto en fuerza funcional

Alejandro de Justo te quiere ayudar a comenzar un año lleno de metas y objetivos, ¡y a conseguirlo! Anímate a probar una sesión, la primera es gratuita e incluye una valoración inicial. Además, se desplaza a domicilios o espacios al aire libre y dispone de todo el material necesario.

**La Moraleja Magazine.-** ¿Háblanos de tu experiencia?

**Alejandro de Justo.-** Soy técnico superior en actividades físico y deportivas, además de entrenador personal certificado por APECED.

Me inicié en esta profesión porque me encanta el deporte y ayudar a la gente a conseguir sus objetivos. Tengo tanta pasión que, desde que me levanto hasta que me acuesto, mi único objetivo es mejorar como profesional, me reciclo continuamente y estudio nuevas técnicas de entrenamiento.

**LMM.-** ¿Cuál es tu especialidad?

**AJ.-** El entrenamiento de fuerza funcional, adaptado a cada persona teniendo en cuenta su condición física, historial de lesiones y objetivos.

Las sesiones de entrenamiento consisten en realizar ejercicios de movilidad articular, trabajo de zona media (CORE), ejercicios de fuerza e incluso entrenamiento cardiovascular si es necesario.

**LMM.-** ¿Con qué tipo de personas trabajas?

**AJ.-** Me dirijo a personas de cualquier género y condición. A clientes a los que les cuesta retomar la actividad física, a personas que ya practican algún deporte (golf, pádel) y a quienes quieren prevenir lesiones, por ejemplo, las que trabajan en oficina y necesitan fortalecer la espalda. Personas que quieren perder peso o ganar masa muscular, mamás que



han dado a luz o simplemente gente que quiere mejorar su condición física.

**LMM.-** ¿Tu mejor recomendación?

**AJ.-** Sin duda el entrenamiento de fuerza, que además está respaldado por la ciencia con infinidad de ventajas tanto físicas como psíquicas: mejora del control postural, aumento de la masa muscular y densidad ósea, ayuda a perder peso, mejora la imagen y la autoestima, previene enfermedades...

**Alejandro de Justo**

**Tel.: 680 54 62 54 | Instagram: @adejusto**



## ¿Necesitas un Logopeda?

1º Consulta Gratuita

trabajamos

La logopedia es una disciplina sanitaria encargada de:

- EVALUAR
- DIAGNOSTICAR
- INTERVENIR
- PREVENIR

En las **dificultades del lenguaje, habla, voz, audición, deglución, respiración y de la lecto-escritura** tanto en los niños como en las personas adultas.

te atendemos



A DOMICILIO



EN CLÍNICA



ONLINE

**Paula Lagorio**

ADULTOS Y NIÑOS CON PROBLEMAS DEL HABLA

+34 619 62 75 24

[paulalagoriologopeda.es](http://paulalagoriologopeda.es)

# ¿Qué es la meditación?

La casa de la luna: espacio para la serenidad y el crecimiento interior



Foto: Julieta de Zulueta

Mucha gente me dice cosas como: “yo no puedo parar la mente”, “mi mente no se para, va como una moto”... y es que parar la mente es una meta elevada. El camino que nos lleva hacia el estado meditativo, reporta enormes beneficios que se obtienen ya antes de silenciar la mente. De hecho no debemos enfocarnos en no pensar; sería como la anécdota de no pensar en el elefante rosa. Basta que digamos a la mente que no piense en algo, o simplemente que no piense, para que el resultado sea el contrario.

A nivel iniciación, meditar se podría definir como aprender a sosegar, alcanzar un estado de bienestar, calma y lucidez.

El camino hacia ese estado de serenidad, viene precedido por una toma de consciencia de uno mismo. Poder mantener cierta quietud en la postura sentados (o incluso tumbados en un principio). Giramos nuestra atención de lo externo a lo interno y empezamos a observar la respiración. No se trata

tanto de meditar como de cultivar la atención con un soporte tan maravilloso como es nuestra respiración.

La respiración es fundamental por muchas razones. Entre ellas, porque es la llave hacia la mente y hacia nuestro estado de ánimo. La velocidad de nuestra respiración está directa y proporcionalmente relacionada con la actividad mental. Por eso aprender la respiración completa es fundamental. Se trata de respirar amplio, lento, conscientemente, utilizando el aparato respiratorio lo más plenamente posible.

En los encuentros de meditación en La Casa de la Luna, todos los participantes conocen ya la respiración completa, porque es una técnica clave y muy sencilla para la autorregulación del estrés y el bienestar.

Buscamos entrenar la mente, y a la mente no le gusta que “la domestiquen.” Es el caballo salvaje, y no todos son aptos para poner riendas a un corcel. Exige paciencia, perseverancia y confianza en el proceso...Eso sí, una vez tengas las riendas...no querrás bajarte jamás.

Meditar en grupo con alguien que sepa guiar el proceso lo facilita mucho. Para mí es un privilegio hacerlo. Especialmente hacerlo accesible y comprensible para todos.

Las clases de yoga que imparto tienen también un enfoque meditativo.

**Contacto:** [alicia@lacasadelaluna.org](mailto:alicia@lacasadelaluna.org) | Tlfno: 609764179

**Instagram:** @lacasadelaluna\_encinar

**El Encinar de los Reyes**



## HORARIOS

### Yoga iniciación:

Lunes de 11:45 a 13:00 y jueves de 19:30 a 20:45

### Yoga :

Lunes y miércoles de 10:00 a 11:15

Martes de 19:30 a 20:45

**Meditación** (10€/sesión)

**Avanzada:** lunes de 20:00 a 21:00

**También clases particulares**



BODY CARE

Método Brasileño *Dreno Redux*  
Masaje Moldeador  
Aparatología  
Drenaje  
Radiofrecuencia

# Farma Dorsch

## Cambia de imagen con motivo de sus 40 años

Laboratorio dermocosmético español celebra sus cuatro décadas de excelencia, con un cambio de imagen que refleja su espíritu innovador y su compromiso con la belleza, la naturaleza y el cuidado de la piel.

Sí ahora que llega el frío y con los cambios de estación la caída del pelo y el encrespamiento son uno de tus problemas más comunes.

¡Esta línea te cambiará!

De venta en Farmacia, Parafarmacia de El Corte Ingles y [www.farmadorsch.com](http://www.farmadorsch.com)



### CONDITIONER - ACONDICIONADOR REPARADOR

Trata y repara de forma natural los cabellos secos, finos, quebradizos, encrespados, con falta de brillo, densidad o volumen. También se puede utilizar como mascarilla ya que regenera la fibra capilar para un pelo sedoso y brillante. Avanzada fórmula sin sulfatos, petroquímicos, pegs, siliconas, ni parabenos. Compatible con tratamientos de queratina y método curly.

Pelo más hidratado y nutrido, aumenta el brillo y la densidad capilar.

**P.V.P.: 38,90 €**



### SERUM ANTIFRIZZ

Tanto si tu pelo está naturalmente encrespado, como si se ha encrespado por estar dañado o por el clima.

Un Serúm antifrizz con ácido hialurónico que controla el encrespamiento de tu cabello sin apelmazar ni ensuciar el pelo. Proporciona hidratación al pelo dejándolo más suave y aportando brillo.

Textura suave. No pegajosa.

**P.V.P.: 38,50 €**



### EL CHAMPÚ ANTI-CAÍDA N°1 EN VENTAS EN FARMACIA

Ni un pelo de menos... y sin tener que recurrir a complicados tratamientos.

Este champú es capaz de reducir la caída en un 80% según test de eficacia.

Su avanzada fórmula con 99% de "clean ingredients" cuenta con Vitamina B5, B6, Biotina y Zinc.

Además, es compatible con tratamientos de queratina ya que está libre de sulfatos, siliconas y alcohol.

**P.V.P.R.: 47 € (500 ml).**



### ANTIAGE HAIR BOOST

Las pastillas para la caída, escasez, volumen y brillo capilar que te van a enamorar. Se trata de un avanzado complemento alimenticio desarrollado junto con expertos en dermatología y tricología.

Actúa contra los tres factores responsables de la caída capilar: factor hormonal, factor oxidativo y factor inflamatorio.

Contiene vitaminas, minerales, extractos vegetales y antioxidantes con eficacia capilar.

**P.V.P.R.: 61 €**



# Corfú

naturaleza e historia



Corfú, la isla que casi llega a disimular su condición por lo pegada que se encuentra al continente, es la segunda isla del mar Jónico Griego por tamaño. Sus playas de agua cristalina, sus encantadores pueblos tradicionales y su magnífica herencia cultural, la convierten en un destino de ensueño para viajeros ávidos de destinos originales.

Su diversidad paisajística quita el aliento: colinas cubiertas de olivares, bosques de cipreses y pinos o sus playas de arena dorada. Corfú es más que un destino de vacaciones, es una experiencia de vida donde cada rincón irradia belleza y misterio revelando historias ancestrales y secretos de la naturaleza. Sus playas invitan al descanso y la aventura, mientras que su arquitectura y cultura, te sumergen en un mundo de épocas pasadas.

Corfú, conocida en la antigüedad como "Korkyra" ha sido un crisol de culturas a lo largo de su historia. Según la historia, la isla se formó a partir de la ninfa Korkyra, la amada de Poseidón, dios del mar.

La isla, colonia fenicia, fue un importante enclave comercial en la antigüedad, antes de ser reclamada por los

griegos por su ubicación estratégica en el Mar Jónico. Desde entonces, Corfú se convirtió en una próspera polis griega y en un centro de influencia y poder.

La ciudad de Corfú (capital homónima de la isla) es un testimonio vivo de la historia. Calles adoquinadas y edificios de estilo veneciano que datan del tiempo en que la isla estuvo bajo el dominio de la Serenissima República de Venecia: fachadas de colores pastel y balcones de hierro forjado además de la manifiesta habilidad veneciana para la construcción de fortificaciones de defensa impresionantes como el Antiguo y Nuevo Fuerte. El casco antiguo, declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, es un laberinto de callejones empedrados, plazas encantadoras y una



arquitectura que transporta al pasado. Es un lugar donde la historia cobra vida en cada rincón y donde la cultura griega se mezcla con influencias extranjeras de manera armoniosa. Sus habitantes son conocidos por su amabilidad y hospitalidad, la guinda a esta maravilla del mar Jónico. Los *corfiotas* son conocidos por su espíritu festivo, y la isla alberga un sinfín de festivales a lo largo del año. El Festival de Pascua es particularmente interesante con sus procesiones religiosas y la original costumbre de arrojar jarrones de cerámica desde los balcones como símbolo de renovación y resurrección.

La gastronomía de Corfú es una deliciosa mezcla de influencias griegas e italianas. Platos como el *sofrito*, una carne cocida en salsa de ajo y canela o la *pastitsada*, un guiso de carne con pasta son sabores típicos de la isla. El aceite de oliva, el queso feta y el vino están presentes en la mayoría de las preparaciones culinarias típicas.

La isla de Corfú tiene una relación especial con la familia Durrell, que ha quedado inmortalizada en las páginas de la serie de libros escrita por Gerald Durrell que son amados por su estilo humorístico, así como por su profundo amor por la naturaleza y los animales. La isla griega se convierte en un personaje por derecho propio en las historias, con sus hermosos paisajes, su clima idílico y su gente amable. El legado de los Durrell en Corfú perdura a través de la literatura y el cariño que la isla y su gente les tenían. La Villa Rosada, donde vivieron, se ha convertido en un lugar de peregrinación para los admiradores de la familia Durrell y su historia. Además, en 2016, se inauguró la "Fundación Durrell," una organización dedicada a la conservación de la vida silvestre, en honor a Gerald Durrell y su trabajo en la protección de la fauna. Todo esto quedó inmortalizado en una maravillosa serie dedicada a la familia y a la isla que estrenó Movistar+ en 2016.



## ¡VEN A CONOCERNOS!

- ✓ Centro especializado de 4 meses a 6 años
- ✓ Proyecto multilingüe
- ✓ Certificación oficial en inglés
- ✓ Continuidad en 1º de Primaria en los mejores centros educativos
- ✓ Instalaciones exclusivas para esta etapa
- ✓ Actividades opcionales: piscina, judo, ballet, piano, ajedrez...

[www.brainsnursery.com](http://www.brainsnursery.com)

# Pablo Eguinoa

## Propietario de SOTOMORA Real Estate

Pablo Eguinoa es el alma máter de SOTOMORA Real Estate, una inmobiliaria muy enfocada en la zona norte de Madrid, más de 40 años de experiencia en servicios inmobiliarios.

Transparencia, seriedad, ética profesional y solvencia son algunos de sus pilares, una andadura en el sector del lujo que comenzó en 1982 y que se consolida hoy en día convirtiéndose en una de las agencias más reconocidas de las urbanizaciones de El Soto y La Moraleja.

“Somos referencia en servicios de intermediación, promoción y comercialización de inmuebles residenciales de alto standing en las zonas más exclusivas de Madrid: La Moraleja, El Soto de la Moraleja, Encinar de los Reyes, La Finca y zonas de Madrid capital Premium”.

Un saber hacer gracias a sus numerosos socios y colaboradores, tanto nacionales como internacionales, para asesorar a todos sus clientes en la adquisición de inmuebles en prácticamente cualquier parte de España y del extranjero.

Para él, La Moraleja y su entorno y en general nuestro país, es el lugar perfecto para disfrutar de la vida y asentarse: buen tiempo, inmejorable gastronomía, un litoral inigualable y un carácter -el de los españoles- hospitalario y divertido. Qué mejor zona para vivir que La Moraleja, rodeada de zonas verdes, restaurantes, los mejores colegios de Madrid y las viviendas más exclusivas.

### En primera persona

Pablo Eguinoa, su propietario, nunca tuvo clara. su vocación empresarial, sin embargo, ya desde muy joven -con sólo 21 años- fundó su primera empresa: una agencia de eventos.

Estudió derecho y empresariales y pasó por prestigiosas universidades como la Saint Martins School en Londres, una escuela de arte y diseño famosa por su selecto alumnado, allí solo estudian talentos. Así fue como fundó su propia revista de tirada nacional, que más tarde vendió.

Finalmente, y tras una camaleónica carrera profesional, aterrizó en el real estate hace ya más de 15 años. Es un apasionado del deporte, en especial el surf, y de los entrenamientos de contacto. ¡Y un amante de la tranquilidad! Pablo Eguinoa nos lo cuenta, en primera persona, en exclusiva para La Moraleja Magazine.

**La Moraleja Magazine.** - ¿Qué se encuentra un comprador que acude a su inmobiliaria?

**Pablo Eguinoa.**- Un equipo formado por líderes en sus respectivas especialidades. Me rodeo de compañeros mejores que yo, que me exigen ser mejor cada día. Las personas de éxito profesional lo son, por su ética y disciplina, y es exactamente eso lo que van a encontrar en Sotomora. Van a sentir que no han salido de su empresa, esa que les ha llevado al éxito profesional.

**LMM.**- ¿Y qué le aconsejaría?

**PE.**- Al comprador le diría que hay dos tipos de compras, una enfocada a inversión, la cual requiere estudio, tiempo y más análisis; y otra enfocada a la vivienda familiar. En



## La Moraleja es la mejor zona residencial de España, punto

este caso les digo que compren la casa que les guste. Que el precio es, dentro de un equilibrio, un factor secundario. Tienen que visualizar que sea esa casa donde su familia vaya a ser feliz. Será el hogar donde creen sus recuerdos y eso es eterno. Además, comprar en La Moraleja a largo plazo siempre es una buena inversión. No queda terreno por construir y la localización y entorno es único.

**LMM.-** ¿Qué es lo que más asusta a un cliente?

**PE.-** No creo que al comprador le "asuste" nada. Si que valoran lo que cuesta ganar el dinero para comprar una vivienda y son personas inteligentes. También es cierto que les suelo decir que hay que vivir la vida, que solo hay una, y no siempre podemos pagar lo que nos gustaría por una vivienda porque se nos va la vida mientras esperamos.

**LMM.-** ¿Es ésta una zona atractiva para la inversión extranjera?

**PE.-** La Moraleja es la mejor zona residencial de España, punto. Por supuesto que es atractiva, a nivel económico, a nivel calidad de vida, a nivel de que es un auténtico paraíso para los niños. La Moraleja es una garantía de éxito. Un valor seguro.

**LMM.-** ¿Afecta la subida de precios generalizada y los costes de producción al sector del lujo?

**PE.-** Todo afecta a todos. En la vida las acciones de uno repercuten a todos de una u otra manera. Toda acción tiene consecuencias. Ahora bien, cuanto más equilibrada una persona sea y mejor sepa gestionar sus estados mejor podrá afrontar las adversidades. Con esto quiero decir que a pesar de las subidas, siempre hay una manera inteligente de hacerles frente.

**LMM.-** ¿Ha cambiado el comportamiento del mercado desde la Pandemia?

**PE.-** Absolutamente. Las familias, las personas valoran mucho más estar en contacto con la naturaleza. Esto es

disfrutar más de los jardines, aire fresco... A nivel económico ha confirmado una subida de precios que en mi opinión ya estaban escalando previamente.

**LMM.-** ¿Qué opina de que haya tanta competencia en el sector?

**PE.-** La competencia es buena para el cliente porque se supone que hace al sector mejorar para ofrecer mejores servicios. Mi punto de vista personal y lo que siempre digo a mi equipo es lo siguiente: somos un coche de Fórmula 1. Estamos tan concentrados, somos tan rápidos y eficaces que solo miramos por el retrovisor lo necesario. Por dos motivos, para no perder la concentración y el foco de lo que tenemos delante, y porque mirar en exceso a los demás puede hacerte perder tu esencia.

**LMM.-** ¿Cuál es el mayor reto al que se enfrenta el sector inmobiliario de lujo hoy en día?

**PE.-** Al Gobierno, que es NULO. Una catástrofe absoluta.

**LMM.-** ¿Cuáles son sus pronósticos, como experto en el mercado, para el próximo año?

**PE.-** España es un país único. Dispone de buena localización geográfica, montaña /playa a menos de cuatro horas, top mundial en clima y comida, cultura e historia... así podría seguir.

Mi mujer, que es chilena, dice que no cambiaría España por nada del mundo. Estoy de acuerdo con ella. ¿Quién no querría vivir en España? Por estos motivos veo un futuro prometedor y positivo.

Con todos mis respetos, vete a Londres a pasar frío y lluvia a diario, a Alemania (sumándole el hándicap del idioma), Francia que es asombrosa pero no tiene a mi juicio ese carácter y hospitalidad latina... España es maravillosa.

**SOTOMORA Real Estate**

**Tel.: 91 555 45 83**

**Camino Viejo del Cura, 10. Alcobendas, Madrid**

**info@sotomora.com**

**www.sotomora.com**

# LA MORALEJA mm magazine

¿Eres emprendedor y quieres que tu idea llegue al público más exclusivo de la zona norte?

¿Quieres que tu evento privado o de empresa se publique en nuestra sección de Sociedad?

¿Acabas de abrir un negocio y quieres que toda La Moraleja se haga eco de él?



lamoralejamagazine.com



# antalia cocinas

## Cocinas con corazón

A lo largo de los últimos años, la cocina ha cobrado un papel fundamental en el hogar y se ha convertido en el punto de encuentro de la familia. En esta entrevista, Fernando Pertierra, Gerente del estudio antalia en Alcobendas, nos habla de la importancia de la cocina como un espacio que ha revolucionado su propio concepto y comparte con nosotros la evolución y tendencias en cuanto a diseños y materiales.

**La Moraleja Magazine.-** Háblenos de los nuevos diseños que han llegado este año y los que más demanda el cliente.

**Fernando Pertierra.-** Lo que estamos viendo son cocinas abiertas al salón y la integración de los espacios requiere el uso de tonalidades neutras que combinan a la perfección con diferentes texturas, materiales y acabados como maderas, piedras, relieves... y que generan contrastes y sensación de confort en cada proyecto.

La marca antalia, disponible en nuestro estudio, está llevando a cabo diferentes políticas que fomentan

el uso de energías renovables y nuevos materiales reciclados y reciclables como los frentes sintéticos PET para conseguir disminuir el impacto medioambiental de nuestra actividad y así estar en línea con los compromisos medioambientales.

**LMM.-** ¿Qué servicios ofrece antalia cocinas Alcobendas?

**FP.-** Ofrecemos al cliente un servicio completo que incluye, el asesoramiento, planificación y diseño de la cocina que



“Siempre he dicho que la cocina tiene que ser el punto de encuentro de la casa, por ello tiene que ser capaz de satisfacer una multitud de necesidades”

el cliente nos demanda para conseguir atender a todas sus necesidades con la máxima calidad de producto.

**LMM.-** ¿Qué destacaría del equipo de antalia Cocinas Alcobendas?

**FP.-** Somos profesionales que venimos de empresas consolidadas dentro del sector y mucha experiencia, sin dejar de lado que seguimos teniendo las mismas inquietudes que cuando empezamos en el sector, en mi caso hace ya 35 años.

**LMM.-** ¿Por qué la cocina es una de las estancias más importantes y complicadas de diseñar?

**FP.-** Siempre he dicho que la cocina tiene que ser el punto de encuentro de la casa, por ello tiene que ser capaz de satisfacer una multitud de necesidades, desde su razón de ser para la propia ejecución y elaboración de los alimentos, en los que hay que tener en cuenta una perfecta distribución del espacio, contar con el mobiliario adecuado, con gran capacidad para hacer de la cocina un espacio funcional, hasta cumplir con las necesidades más sociales y que están en alza para este entorno, pues es donde realmente nos reunimos, y para ello tiene que ser una estancia que nos haga estar relajados y cómodos.

**LMM.-** ¿Cuáles son los proyectos que más ilusión os han hecho?

**FP.-** En realidad, todos los proyectos nos hacen ilusión, pero por encima de todo nos quedaríamos con aquellos que han confiado en nosotros hasta el final a pesar de haber hecho un esfuerzo económico importante.

Independientemente de todo esto, ver la cara de asombro de los clientes es lo que nos motiva a seguir mejorando y responder con la máxima profesionalidad a la demanda de nuestros clientes.

**LMM.-** ¿Qué consejos le daría a una familia que sueña con montar su cocina por primera vez?

**FP.-** En primer lugar, que compare con varias tiendas, sin dejarse influenciar por descuentos o presiones. Mi consejo es optar por una empresa cercana, nacional y que realmente sea fabricante, pues hay muchos establecimientos que dicen ser fabricantes, pero realmente son talleres de montaje de tableros. Y, por supuesto, tener en cuenta la profesionalidad de la persona a quien vamos a fiarle nuestra cocina, pues eso determinará cuán difícil o fácil será el proceso en el que nos estamos adentrando.

# Planes de invierno

Decorar la casa, hornear galletas, visitar mercadillos navideños, organizar cenas especiales y planes en familia son algunos de nuestros planes favoritos para el mes de diciembre.

En esta época compartir las tradiciones en familia y transmitir la importancia de dar y recibir, de ser solidarios, de alimentar el espíritu y de disfrutar de las pequeñas cosas de la vida, se convierten en el mejor regalo que podemos ofrecer a nuestros seres queridos.

La Navidad es una oportunidad maravillosa para fortalecer los lazos familiares, disfrutar de la compañía de los nuestros y de crear recuerdos especiales que perdurarán en el tiempo.

Desde La Moraleja Magazine, queremos proponeros un abanico de planes para compartir y disfrutar.





# Silk

## Un espacio, todas las opciones

El Grupo Silk lleva gestionando locales de ocio y restauración desde hace más de 30 años. De los 25 locales que han pasado por las manos del grupo uno sigue desde hace más de veinte siendo su buque insignia, "Silk", nombre con el que se llama al clásico Silk and Soya ubicado en el barrio de La Moraleja de Alcobendas. Dentro del Centro Comercial La Vega pero con acceso independiente por la Avenida de La Ermita con dos ascensores panorámicos, Silk ofrece varios espacios renovados desde hace dos años en los que encontramos su restaurante, discoteca, terraza, jardín, barra, sala privada... casi 2000m<sup>2</sup> hacen que sea el lugar ideal para cualquier tipo de evento. Una cena romántica, una copa con amigos, una comida de trabajo, una presentación de

un libro, una reunión importante, un cumpleaños, una gala de empresa, etc., son millones de clientes y miles de eventos desde su apertura que hacen que cuando se habla de Silk se diga "Aquí pasan cosas".

El Restaurante de Silk abre a diario menos los domingos por la noche con una carta asiática internacional que acumula años de especialidad en cocina tailandesa, japonesa, coreana y española con un cubierto medio entre 35€ y 40 € y un menú de mediodía de 25€ de lunes a viernes. Lleno de plantas y con amplias cristaleras se fusiona con su terraza para poder disfrutar de unas preciosas vistas a los jardines de la vega.

Su Club nocturno le acompaña cada día para poder tomar una copa después del trabajo o de las cenas en un

formato más chill dentro de un amplio Boulevard con una impresionante barra de cuatro metros, pero las noches de los viernes y sábados, abre los telones, sube al dj a la cabina y se transforma en una fiesta hasta las altas horas de la madrugada. A finales de este mes llega su clásica fiesta de fin de año, un "must" si vas a despedir el año en la zona y eres rápido con la compra de las entradas, ya que vuelan en días desde que lo anuncian en sus redes sociales.

Silk es un espacio camaleónico que se transforma según las necesidades de sus clientes, y dentro de esta ambigüedad, su sala Bistrot es la más polivalente de la casa. Independiente y privada, con impresionantes suelos de mármol es muy diferenciadora para realizar cualquier evento privado o de empresa, grande o pequeño.

Aunque a estas alturas del año nos parece muy lejos, cuando llega el calor, abre su joya de la corona, el impresionante Jardín que a diario se convierte en el refugio de las noches de primavera y verano para los que no están en la playa.

Podríamos seguir hablando de todo lo que pasa allí dentro, pero lo mejor es que lo compruebes por ti mismo, ya que como ves no hay nada que Silk no te pueda ofrecer en cuánto hostelería y ocio. No dudes en llamar y reservar o directamente ir y subir al lugar donde "pasas cosas"

**Silk La Moraleja**

**Av. Olímpica, La Moraleja. Madrid**

**Salida 14 desde E-5/A-1**

**lamoraleja@grupossilk.com | 91 662 03 15**

# CIRCLASSICA

PRESENTA



## GRAN CIRCO MUNDIAL

24 NOV AL 14 ENE

[WWW.CIRCLASSICA.ES](http://WWW.CIRCLASSICA.ES)

UN ESPECTÁCULO DE:  
**Productores de Sonrisas**

COLABORA:

**iHOLA!**

**LEXUS**  
EXPERIENCE AMAZING

**SE2** Radio Madrid

**iraem**

**Comunidad de Madrid**

**Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia**

**Financiado por la Unión Europea**

**IFEMA MADRID LIVE**



## La Definitiva

El nuevo restaurante de cocina casera en Arroyo de la Vega

Platos caseros para tus almuerzos y desayunos, recetas de toda la vida que te van a reconciliar con tus comidas fuera de casa. Y es que, precisamente aquí, te sentirás como en casa. Hablamos de La Definitiva, el nuevo restaurante que ha abierto Natalia Guerrero, un espacio para dar servicio a la zona empresarial de Arroyo de La Vega.

“Pequeña pero completita”, así es su carta, cocina casera de temporada, materias primas frescas y saludables, de buena calidad y a buen precio. Menús del día cocinados a diario para que comer en la oficina no se convierta en tu peor pesadilla.

Un local amplio y moderno que ofrece, de lunes a sábado: desayunos, almuerzos, afterwork y todo lo que puedas necesitar. Un cómodo espacio gastronómico con muchas

posibilidades para hacer fiestas privadas, presentaciones, reuniones y eventos de empresa. Ellos se adaptan a cada ocasión.

Su mejor aval es que viene de la mano de Masquepintxos, grupo con más de 15 años de experiencia en el sector ofreciendo su trabajo y sus servicios a particulares y a empresas.

Sus platos te sorprenderán, así que no dejes de conocerlo. ¡Ya no tienes excusa para cuidarte entre semana!

**Parque Empresarial Arroyo de la Vega**

**C/ Anabel Segura, 11 - Alcobendas**

**Tel.: 918 65 42 51 | [www.ladefi.es](http://www.ladefi.es)**

SALÓN DE OCIO INFANTIL Y JUVENIL

# JUVENALIA



22 Dic  
07 Ene

Recinto Ferial  
ifema.es

IFEMA  
MADRID  
LIVE

## Asta

La mejor opción para celebrar



En medio del Jardín Mágico de Moraleja Green ASTA se ha convertido en una opción imprescindible a la hora de celebrar eventos empresariales y familiares en la zona Norte de Madrid. La combinación de local precioso, buena mesa, servicio impecable y espacios flexibles han hecho de ASTA uno de los lugares más interesantes para asegurar el mejor resultado para cualquier anfitrión.

La organización de eventos requiere un nivel de profesionalidad y atención que pocos locales resuelven como ASTA que cuenta con un equipo de profesionales de primer orden para atender la demanda de eventos de todo tipo.

Además las posibilidades de terraza, música, DJ, coctelería, catas, maridajes, etc añaden un gran atractivo a aquellas empresas que desean sorprender a sus invitados.

Y con el local lleno a diario, el equipo de ASTA saca tiempo para poner foco en un otoño lleno de novedades: platos nuevos de temporada en la carta de comida, incorporación de vinos interesantes, música en directo y un sinnúmero de actividades. Y es que ASTA se ha convertido en uno de los locales más activos de la zona Norte de Madrid en cuestión de celebrar: eventos de empresa, celebraciones familiares, presentaciones, catas, maridajes. El calendario de ASTA es imparable.

En ASTA se practica la cocina tradicional basada en el horno de carbón de cuyas brasas salen pescados y carnes

transformados en platos irresistibles. También es destacable la sección "greens" que ofrece su carta con platos saludables y ricos para aquellos que desean mantener los buenos hábitos independientemente de la época del año. Todos los fines de semana tienen sugerencias de temporada y además ofrecen un menú ejecutivo de lunes a viernes por 21,50€.

El salón, íntimo y acogedor con una cálida iluminación muy cuidada, es óptimo para las largas sobremesas propias de esta época del año. La terraza, rodeada de un jardín encantador es ideal para disfrutar del aire libre en las horas centrales del día.

ASTA se encuentra en el corazón del Jardín de Moraleja Green y es el único local del conjunto que no pertenece a cadenas ni franquicias.

Servicio de bar. Posibilidad de reserva de espacio para grupos. Terraza acristalada. Aseo minusválidos. Menú infantil fines de semana. Carta de vinos por copas

Coctelería Se admiten mascotas educadas en la terraza). Se ofrecen soluciones veganas y sin gluten.

ASTA

Jardín de Moraleja Green, Avenida de Europa, 10. Alcobendas  
T 916 573 099 | [Eventos@astarestaurante.com](mailto:Eventos@astarestaurante.com)  
[www.astarestaurante.com](http://www.astarestaurante.com)



TE LLEVAMOS A CASA UN COCIDO NATURAL,  
ARTESANO, HECHO CON MUCHO CARIÑO

# EL COCIDO DE ANA

Repartos a domicilio - encargo  
con 24h de antelación  
[www.elcocidodeana.es](http://www.elcocidodeana.es)

Repartimos por todo Madrid

 @elcocidodeana

 620 32 19 36

## El Cocido de Ana

### El placer del cocido de siempre a domicilio

Con la llegada del frío, disfrutar de un buen cocido es casi una obligación. Ana lo pone muy fácil: ella lo cocina y a continuación lo lleva hasta cualquier mesa de nuestra zona.

«Más vale vuelco de olla que abrazo de moza». Como todo buen refrán nace de una verdad perpetuada en el tiempo: en el primer vuelco la sopa y tras la sopa, los garbanzos, las patatas, las legumbres y las viandas.

Y así entiende Ana la elaboración del cocido: hecho lentamente como debe ser, al “chup chup” de toda la vida, con ingredientes de primera calidad todos ellos de origen madrileño, siguiendo la tradición de la abuela Gloria y sobre todo, con mucho amor.

Si hay un plato representativo de la gastronomía madrileña ese es el cocido. Poco guisos hay que hayan traspasado las fronteras locales con tanto éxito.

Un plan perfecto para hacer agradables reuniones alrededor de la mesa con familia o amigos en estos días de frío.

¿Y por qué no en forma de regalo? Sorprende a alguien estas Fiestas con una cesta de Cocido de Ana. Original, práctico y muy sabroso. Manda un cocido con felicitación personalizada a quien tú quieras.

Sólo tienes que pensar en el día y en los comensales y de todo lo demás se encarga Ana.

El Cocido de Ana [www.elcocidodeana.es](http://www.elcocidodeana.es)

Email: [info@elcocidodeana.es](mailto:info@elcocidodeana.es) Tel. 620 32 19 36



# Mercadillos navideños

Con la llegada de la temporada navideña, Madrid se transforma en un escenario mágico lleno de luces centelleantes, aromas tentadores y ambiente festivo. Uno de los encantos más destacados de esta época del año son los mercadillos navideños, que se despliegan en nuestro barrio y en el resto de la ciudad.

Los mercados navideños tienen sus raíces en la Edad Media, cuando los mercados eran lugares esenciales para la vida cotidiana donde abastecerse de productos básicos antes de la llegada del frío. A lo largo de los siglos, los mercadillos evolucionaron para incluir elementos festivos, como decoraciones navideñas, regalos artesanales y delicias culinarias.

La Moraleja Magazine os propone un recorrido por los mercadillos de nuestra zona y más allá...



## Los Porches Market



CC Los Porches C/ Begonia, 135.  
Soto de la Moraleja, Madrid.

El mercadillo de La Moraleja desde 2014. Cada primer sábado de mes. Participan una veintena de expositores con productos de moda mujer y hombre, complementos, infantil, decoración, gourmet, arte... Además, colaboran con un puesto solidario con la Fundación de la zona como San Patricio o Mary Ward. Cuentan con zona infantil gratuita con parque con arenero y 3 restaurantes con terraza. Parking gratuito 2h. Entrada Libre.

### Calendario especial Navidad

**2 diciembre.** Visita de Mickey y Minnie & Goofy Shopping Place  
Visita de los personajes Disney, fotos y firmas de autógrafos.  
Actividades para niños. Regalos especiales. Venta de productos y exclusivos de los parques Disney. Gratuito.  
**16 diciembre.** Espectáculo telas aéreas "la magia de las hadas" y prueba gratuita de telas aéreas para niños. Taller y stand de Dulces septiembre. Gratuito  
**23 diciembre.** Visita Santa Claus.

## Pop up chic en el Centro Comercial Moraleja Green

Hasta el 31 de Enero.

Moda, accesorios, bisutería, objetos de decoración y complementos, como bolsos, sombreros y otras sorpresas. Son solo algunas de las propuestas de Pop Up Chic que vuelve con una nueva edición en el Centro Comercial Moraleja Green. La ocasión perfecta para encontrar las mejores ideas para un capricho o para hacer un regalo en Navidad. Un espacio donde el pequeño comercio y las nuevas ideas son los únicos e indiscutibles protagonistas. Los Expositores son seleccionados por el equipo de Pop Up Chic siguiendo una misma filosofía: todo tiene que tener una sintonía estética parecida. Tiene que haber sinergia entre los participantes. Además de importantes firmas, también acuden: emprendedores que se inician en el lanzamiento de un nuevo producto, diseñadores con productos diferentes que sólo exponen en Pop Up Chic y tiendas ON-LINE

Centro Comercial Moraleja Green - Av. de Europa, 13.  
28108 Alcobendas, Madrid



## Fundamarket



Fundación "A la par"  
Calle Monasterio de las Huelgas, 15  
28049 Madrid. Montecarmelo

Funda Market es el lema del mercadillo de Navidad solidario que organiza todos los años la Fundación A La Par, una asociación que trabaja por los derechos de las personas con discapacidad intelectual.

Durante el fin de semana del 15 de diciembre, la carpa de circo instalada en la sede de la Fundación, ubicada en el número 15 de la calle Monasterio de las Huelgas de Montecarmelo, acogerá a más de 60 marcas que expondrán a la venta una amplia variedad de artículos. Moda, complementos, decoración, joyas, bisutería, cerámica y productos creados por los profesionales con discapacidad intelectual de la Fundación. Miles de opciones para realizar compras navideñas solidarias.

Además, habrá un plan para toda la familia con actividades para los más pequeños en Fundaland, food trucks, su cafetería con comida casera y por supuesto ¡su súper tómbola!

15, 16 y 17 de Diciembre de 11 AM a 20 PM

## Mercadillo Navideño Madrid Río

Madrid Río acoge tradicionalmente un mercadillo navideño detrás de la Casa del Reloj y junto a Matadero. Se compone de una veintena de casetas de alimentación, productos típicos navideños y artesanía. En la zona de Madrid Río y la Casa de Campo, concretamente en el Puente del Rey, se suele instalar *Navidad en el Río*, un recinto donde poder disfrutar de diferentes atracciones navideñas, como una pista de trineos, una pista de hielo para patinaje, un inmenso árbol de Navidad y puestos de hostelería y un pequeño mercado con productos de Navidad.

Desde el punto de vista lúdico Madrid Río ofrece un marco extraordinario para pasar un buen rato en familia. Los niños se lo pasan en grande en las 17 áreas de juegos infantiles todas ellas con columpios que forman telas de araña, hamacas, puentes colgantes o lianas para trepar.



Del 1 de diciembre al 7 de enero.  
Paseo de la Chopera, 10. 28045 Madrid

## LaRed Mercado



La Red Espacio Cultural  
Traavesía José de Churriega, 8  
28514 Nuevo Baztán - Madrid

LaRed es un proyecto de emprendimiento rural, nacido para impulsar el talento artesano local, enriquecer la oferta cultural de la zona, que se materializa en un espacio versátil, acogedor y vibrante donde dar vida a iniciativas sostenibles en lo económico, en lo social y en la ambiental.

LaRed abre sus puertas todos los fines de semana con un mercado donde se reúnen los mejores artesanos y emprendedores con una oferta exclusiva de gastronomía, arte, joyería, complementos, cosmética y piezas vintage. Un mercado donde se pone en valor el tejido productivo local y se mima al máximo la experiencia de compra de todos los visitantes y ofrecerles un lugar donde disfrutar de buen ambiente, música y comida rica.

Aquí hay plan para todas las edades, mayores y pequeños. Mientras los adultos exploran las ofertas del mercado, los más pequeños pueden participar en actividades que se ofrecen algunos fines de semana.

iberCaja 

PRESENTA:

# Mágicas NAVIDADES

## TORREJÓN DE ARDOZ

EL PARQUE DE LA NAVIDAD DE ESPAÑA

DEL 30 NOV. AL 7 ENE.

[magicasnavidades.es](http://magicasnavidades.es)

 Torrejón de Ardoz  
AYUNTAMIENTO

 Productores  
de Sonrisas



## Esta Navidad regala vida, regala investigación

El beneficio por la compra de los productos solidarios de la tienda online de El Sueño de Vicky, va destinado a la investigación del cáncer infantil.

El Sueño de Vicky es una Fundación que recauda fondos para la investigación del cáncer infantil.

A pesar de ser la primera causa de mortalidad en niños entre 1 y 16 años, la tasa de incidencia de esta enfermedad hace que los recursos públicos y privados que se destinan al desarrollo de nuevos tratamientos sean muy escasos.

Esta situación supone una pesada losa para los más pequeños y sus familias, que ven cómo, en muchas ocasiones, la forma en que se aborda la respuesta al mal que padecen, hereda las pautas de la medicina para adultos.

Además, la falta de soluciones específicas para los tumores más letales, especialmente para los que afectan al sistema nervioso central, lastra las posibilidades de supervivencia de los menores que lo sufren.

Ante este panorama, la Fundación asesorada por un comité de expertos, identifica los proyectos de investigación que pueden transformar la situación y busca financiación necesaria para que se lleve a término.

[Elsuenodevicky.com](http://Elsuenodevicky.com)



### Llavero con forma de estrella

Llavero con forma de estrella color oro brillo con 7 cm de punta a punta. Grosor del cordón metálico de 2.5 mm. Sistema de rosca de cierre. Viene presentado dentro de una caja, perfecto para regalo.

**Precio: 10€**

### Gorra blanca modelo 22

Gorra blanca de tamaño adaptable en la parte trasera, con estrella de color gris bordada en el frontal y en la parte trasera.

Disponible en varios colores.

**Precio: 20€**



### Botella termo

Botella de doble pared de acero inoxidable con aislamiento por vacío.

Capacidad: 500ml.

La bebida se mantiene caliente hasta 12h o fría hasta 48h.

**Precio: 25€**

### Bolsa oscura plegable de algodón reciclado

Bolsa plegable en bolsillo de algodón reciclado de color gris oscuro con estrella fucsia.

**Precio: 6€**



### Neceser impermeable

Neceser rectangular, tamaño 28x22 cm, de tela hule, recubierta por el lado exterior por material sintético de aspecto brillante haciéndole impermeable.

Cremallera color flúor, diseño de cuadros vichy negros y blancos, con estrella amarillo flúor bordada en lateral derecho.

**Precio: 20€**

### Pulsera gris con estrella de nácar

Pulsera gris elástica con estrella blanca de nácar.

Disponible en varios colores.

**Precio: 10€**





## El Teatro Real del Retiro celebra la Navidad con ‘Amahl y los visitantes nocturnos’

El Real Teatro de Retiro presenta su primera producción navideña: *Amahl y los visitantes nocturnos*, de Gian Carlo Menotti. Entre el 21 de diciembre de 2023 y el 7 de enero de 2024, el público familiar podrá disfrutar de esta deliciosa ópera con milagros de por medio y final feliz. Antes, los días 9 y 10 de diciembre, la Joven Orquesta y la Joven Camerata de la ORCAM interpretarán las piezas que anuncian las próximas fiestas navideñas.

Gian Carlo Menotti compuso la partitura y el libreto original por encargo de Peter Herman Adler, director de la programación de ópera de la cadena NBC. Era el año 1951 cuando el compositor se enfrentaba al reto de escribir una ópera para la televisión. Jamás en Estados Unidos se había propuesto semejante evento, así que Menotti se debatía contra el tiempo y sus propias indecisiones. Hasta que El Bosco y el Metropolitan Museum de Nueva York le proporcionaron la inspiración. No erró en el tiro. *La Adoración de los Magos* del pintor flamenco fue la fuente de esta composición en un acto que se convirtió en la tradición navideña de la NBC.

Se trata de una ópera para niños que evoca la infancia del músico en Italia. A través de las notas, el autor recupera sus recuerdos, la intensidad de la espera de los Reyes Magos, la cadencia de los cascos de los camellos atravesando las calles de Cadegliano-Viconago (su ciudad natal) y la felicidad de las fiestas navideñas.

La historia se desarrolla durante la noche de Reyes en la Judea de la época de Jesucristo. Amahl es un niño pequeño que sólo puede caminar con ayuda de una muleta. Vive con su madre en una casita humilde, toca la flauta y le entusiasma narrar historias. Justo al anochecer del 5 de enero, el pequeño pastor divisa en la oscuridad una estrella “tan grande como una ventana”. Pero nadie le cree. Poco después de la cena, algo maravilloso sucederá y cambiará para siempre la vida del niño.

El Teatro Real del Retiro es, desde abril de 2023, el nuevo espacio cultural y artístico de referencia para niños y jóvenes en la capital. El Teatro Real y el Ayuntamiento de Madrid expanden así su horizonte, ampliando la oferta artística para el público infantil y familiar. Se ubica en el Centro Cultural Daoíz y Velarde. El antiguo cuartel de artillería del siglo XIX se renovó de manera integral aunque conserva la arquitectura original.

La programación es muy variada y siempre atractiva para los más jóvenes y los centros escolares: ópera, danza, teatro, títeres, cuentos musicales, talleres y actividades para toda la familia. Ofrece funciones familiares y escolares de cada título y una guía didáctica —accesible de forma gratuita a través de la página web del Teatro Real para padres y profesores— con información detallada.

**Teatro Real del Retiro.**  
Plaza Daoíz y Velarde s/n. 28007 Madrid

## Las feijoadas de Rubaiyat caldean la temporada invernal



Rubaiyat, el referente de la comida brasileña en Madrid, retoma las famosas *feijoadas*. Cada sábado, desde el 25 de noviembre hasta la primavera, propone uno de sus planes estrella cuando llega el frío. El centro del salón principal es el escenario elegido para interpretar el clásico gastronómico del país sudamericano. En el buffet, a la vista de los comensales, se cocina en vivo y a fuego lento el plato nacional de Brasil originario de la época colonial.

Aunque algunos historiadores gastronómicos atribuyen al plato un origen portugués, la tradición afirma que fueron los esclavos africanos que trabajaban en las plantaciones quienes comenzaron a mezclar los frijoles (un básico en su dieta) con la carne de cerdo que les sobraba a los patrones tras los festines. La servían con farofa y naranja para evitar el escorbuto.

Se trata de un guiso oscuro, succulento y humeante, cuya base son los porotos (frijoles) con arroz. Se acompañan de una variedad de carnes: costilla de cerdo, salchichas, solomillo, lomo adobado, chuletas, manitas, lengua, rabo. Y guarniciones: farofa (otra receta centenaria a base de harina de mandioca, huevos, carne seca y perejil), naranja, piña, yuca frita y col.

El fin de fiesta (o el comienzo) sabe a cítricos, azúcar moreno y cachaça, pero no cualquiera, sino la propia de la familia. Un destilado Premium de azúcar de Minas Gerais, de aromas suaves a vainilla, frutos secos y roble.

### Los olores y sabores tradicionales de Rubaiyat se mantienen en plena época de las feijoadas

Sus platos fuertes, las carnes de crianza propia, provienen de la hacienda familiar brasileña de los Fernández Iglesias. Entre los mejores cortes a la parrilla de carbón vegetal se encuentran el Baby Beef, Bife de Chorizo (entrecot argentino), Master Beef (chuleta con entre 40 y 60 días de maduración); la reina, Queen beef Wagyu; o el rey: el *Tomahwak*, 2 kilos de carne seleccionada que se flambea en mesa con coñac y se sirve sobre la parrilla, con deliciosas patatas suflé. No faltan en la oferta culinaria platos mediterráneos y pescado: pulpo ‘a feira’, canelón frío de bogavante con ensalada verde y crujiente wonton o ceviche de corvina.

La familia posee una bodega y una Fundación en Galicia, **El Pazo de Rivas**, un home-naje a los orígenes de Belarmino Fernández Iglesias, pionero de la estirpe. Mencía gallega, syrah y merlot acompañan a la perfección las deliciosas carnes. El blanco (godello) aporta la sutileza del terruño de la Ribeira Sacra y la elegancia de la uva: expresiva, afrutada y fresca.

**Rubaiyat Madrid.**  
Calle de Juan Ramón Jiménez, 37. 28036. Tel: 913 59 10 00  
gruporubaiyat.com



rasgo característico de todos los modelos de Lexus durante más de una década se ha reinventado como una unidad más pequeña, uniforme y sin marco que se funde con la carrocería.

Gracias al motor híbrido compacto, se ha rebajado la altura del borde frontal del capó, por debajo del nivel de los faros, inspirándose en la “Imagen decidida” que caracterizó a los modelos Lexus desde el año 2000 y sucesivos

La presencia poderosa y la sensación de potencia forman parte de la imagen tradicional de un SUV, cualidades que reproduce el LBX a pesar de sus dimensiones compactas. En la vista lateral se observan claramente los elementos clásicos: voladizos cortos para un manejo más ágil y prominentes pasos de las ruedas delanteras y traseras. Conseguir unas superficies lisas y poderosas en torno a las puertas traseras resultó ser uno de los principales retos, pero se trata de un elemento clave de la impresionante presencia del vehículo.

Lo que más llama la atención son los neumáticos de gran diámetro y las llantas de 18 pulgadas, con las que el LBX traslada una potente sensación de estabilidad, aprovechando su bajo centro de gravedad. La percepción visual es que se

trata de un vehículo que se puede conducir con confianza, ya sea en las calles de la ciudad, explorando carreteras secundarias o circulando por la autopista.

El desplazamiento hacia abajo de la matrícula en el paragolpes posterior ha dado lugar a un portón trasero limpio y despejado, que pone de relieve el nombre LEXUS. Igual que otros SUVs de Lexus, el LBX tiene una barra luminosa posterior con su propio diseño especial.

El diseño, claro está, es mucho más que una imagen atractiva: en todo el conjunto se han incorporado pequeños detalles para conseguir el mejor rendimiento aerodinámico posible. Este, a su vez, es un factor importante para dotar al vehículo de una conducción estable y optimizar el consumo. La forma del techo, el alerón y los grupos ópticos está pensada para despejar el aire por encima y por los lados del vehículo.

Para lucir al máximo las líneas del LBX, Lexus ofrece una selección de colores exteriores que incluye vibrantes tonalidades en rojo, amarillo y azul, así como la opción de una impresionante ejecución bitono, con contraste negro en el techo y los pilares.

**Para más información contactar:** [leads@lexusmadrid.es](mailto:leads@lexusmadrid.es)

## Nuevo Lexus LBX

### Diseño y calidad premium con un aire informal

Lexus ha reescrito sus propias normas con el desarrollo del nuevo crossover urbano LBX, y en concreto ha reinventado algunos de sus convencionalismos de diseño más habituales. Este nuevo y radical modelo híbrido autor recargable –el Lexus más compacto hasta la fecha– tiene un estilo que lo distingue de sus compañeros de filas más grandes y señala su intención de cautivar el corazón y la mente de una nueva generación de clientes de la marca.

Y si lo que buscamos es un elemento sorpresa, cabe destacar que su imagen de “aplomo”, al estilo de un SUV, se inspira en parte, en la forma de los tradicionales pasteles de arroz japoneses Kagami-Mochi, otro ejemplo de cómo Lexus bebe de la estética de su legado en sus diseños contemporáneos. El propósito era crear un vehículo con un poderoso atractivo

visual para aquellos jóvenes europeos urbanitas que buscan una calidad premium combinada con una imagen y un aire más informal.

Nada hace más patentes las intenciones de los diseñadores que el estilo frontal del LBX, que presenta una nueva “cara” de Lexus. La parrilla de doble punta de flecha, un





*La*  
*Lucastería*

LOVELINESS & DELI



Haz de tu día algo especial con nuestras irresistibles tartas de queso

¡TE LAS LLEVAMOS DIRECTAS A CASA!\*

\*Consulta las zonas de reparto



¡No te quedes sin ella!  
Contáctanos con 24 horas de antelación y te la llevamos a tu hogar\*

Llámanos al  
616 711 191

 Lalucasteria



#NavidadEnAlcobendas

 Ayuntamiento de  
ALCOBENDAS

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



HASTA  
**10** AÑOS DE GARANTÍA\*  
\*CON ALGUNAS CONDICIONES  
LEXUS RELAX



# NUEVO LBX

EVERYDAY EXTRAORDINARY

## LEXUS MADRID NORTE

NORTE  
Avda. de Burgos, 114  
Tel. 913 846 565

CASTELLANA  
Pº Castellana, 104  
Tel. 915 633 396

PLANTÍO  
Avda. de la Victoria, 9  
Tel. 917 081708

MAJADAHONDA  
C/ Ciruela, 1  
Tel. 917 373 333

MÁS INFORMACIÓN EN: [LEADS@LEXUSMADRID.ES](mailto:LEADS@LEXUSMADRID.ES)

