

PUBLIHoy

Revista mensual 35.000 ej. buzoneados Madrid Sur - Marzo 2026 - Nº 145



8 Marzo

Día Internacional de la

MUJER

patranser

papel, transporte y servicios



- Gestionamos todo tipo de Residuos no Peligrosos
- Servicio de Contenedores
- Compra de todo tipo de papel y cartón
- Destrucción confidencial de archivos
- Montamos puntos limpios en Empresas



Almacenes: C/ del Álamo, 10 - Pol. Ind. La Cantueña (Fuenlabrada)
Teléfono 916 421 056

El momento de renovar tu piscina es ahora

Innovación en primera persona

Asesoramiento de expertos

Lo que encontrarás en Espacio Piscina 2026

Demostraciones en vivo

Ofertas y descuentos exclusivos

En Espacio Piscina encontrarás las mejores soluciones y descuentos para renovar tu piscina.

Un evento pensado para ti

Este evento está diseñado especialmente para propietarios de piscinas que buscan mejorar su experiencia con soluciones cómodas, eficientes y tecnológicas. No es una feria masiva, sino un encuentro exclusivo donde podrás recibir la mejor atención y asesoramiento personalizado, de la mano de las empresas líderes en el sector.

espacio piscina

Tendencias y Tecnología para Transformar tu Piscina

Solo por venir, podrás participar en el sorteo de un robot limpiafondos inalámbrico de última generación

Este evento está patrocinado por



RAMA Piscinas
by Radu Marin

20 y 21 de marzo de 2026

(Viernes 20/Mar de 12:00 a 19:00 y sábado 21/Mar de 10:00 a 14:00)

Visita nuestra página web: www.espaciopiscina.com y regístrate



Ubicación



Calle Horcajo 20
(P.I. Las Arenas)
28320 Pinto,
Madrid

Inscríbete aquí

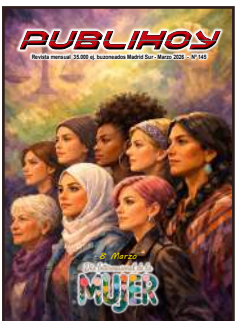


La entrada es gratuita

Te esperamos en la 3ª edición de Espacio Piscina, para que descubras cómo transformar tu piscina y disfrutarla al máximo.



Mi mujer me ha dejado una nota en la nevera que decía: "Me voy porque esto ya no funciona" Y llevo dos horas revisando este aparato y enfría de lujo.



PUBLIHOY La Revista

35.000
ejemplares

Griñón - Serranillos - Cubas - T. Calzada
T. Velasco - Parla - Sector 3 Getafe

☎ **649 797 448 - 615 172 204 - 91 605 31 60**
publihoysterlin@gmail.com

Imprime y edita: Gráficas Berlín, S.L. Depósito Legal: M-3706-2025

LOTES LOCOS

¿TODAVÍA NO CONOCES
LA MAYOR TIENDA DE LIQUIDACIÓN
DE LA ZONA SUR DE MADRID?

Estamos en:
Camino de Telefónica, Torrejón de la Calzada, Madrid



Muebles

Fitness

Electrodomésticos

Cosas de
Jardín

Cosas para
Mascotas

¡Y
MUCHO
MÁS!

Productos Nuevos
con 3 Años de Garantía

Si no te quieres perder nada, visita

LOTES LOCOS
VENTA AL PÚBLICO Y AL MAYOR

623 099 330

¡Amueblamos
Pisos Completos!

A los Mejores Precios



8 de marzo: memoria, lucha y futuro

Cada 8 de marzo, el mundo conmemora el Día Internacional de la Mujer, una fecha que recuerda las luchas históricas por la igualdad de derechos y visibiliza los desafíos que aún persisten en materia de justicia social, laboral y cultural.

El Día Internacional de la Mujer no es una celebración, sino una jornada de reivindicación y memoria colectiva. Su origen se remonta a finales del siglo XIX y comienzos del XX, cuando miles de mujeres comenzaron a organizarse para reclamar condiciones laborales dignas, derecho al voto y reconocimiento social en un contexto marcado por la desigualdad y la exclusión. Las protestas de trabajadoras textiles en Estados Unidos y Europa, así como la tragedia de fábricas donde murieron decenas de mujeres, quedaron grabadas como símbolos de una lucha que trascendió fronteras.

Con el paso del tiempo, el 8 de marzo se consolidó como una fecha internacional para reflexionar sobre los avances logrados y, al mismo tiempo, sobre las brechas que continúan abiertas. Aunque en muchas sociedades se han alcanzado conquistas fundamentales —como el acceso a la educación, la participación política o la igualdad legal—, persisten desigualdades estructurales. La brecha salarial, la precariedad laboral, la violencia de género y la



SPECIAL CRANE

Alquiler de plataformas elevadoras

www.specialcrane.es
658 211 067

SPECIAL CRANE

QUORUM ASESORES LA SOLUCIÓN PARA CUALQUIER TRÁMITE FISCAL, LABORAL O JURÍDICO

Quorum Asesores
Asesoría Fiscal, contable, laboral y jurídica

EL APOYO QUE TODA EMPRESA NECESITA

| | | | |
|----------------|--------------|---------------|---------------|
| Fiscalidad | Contabilidad | Nóminas | Divorcios |
| Impuestos | Cuentas | Contratos | Herencias |
| Sociedades | anuales | Sistema REd | Laboral |
| Autónomos | Depósito de | Variaciones | Familia |
| Rentas | libros | Despidos | Penal |
| Constituciones | Optimización | Altas y Bajas | Extranjería |
| Disoluciones | contable | | Reclamaciones |

info@quorumasesores.es 918 160 544
C/ Griñón, 10 - Torrejón de la Calzada 647 908 804

infrarrepresentación de las mujeres en espacios de poder siguen siendo realidades palpables en numerosos países.

El 8M también es un día para reconocer el papel esencial de las mujeres en todos los ámbitos de la vida: en la ciencia, la cultura, la economía, la educación y los cuidados. Durante siglos, muchas de sus contribuciones fueron invisibilizadas o atribuidas a otros. Hoy, recuperar esos nombres y esas historias es una forma de justicia histórica y un impulso para las nuevas generaciones.

En la actualidad, el Día Internacional de la Mujer se vive en las calles, en los centros educativos, en los medios de comunicación y en los espacios digitales. Manifestaciones, actos culturales y debates públicos ponen el foco en la necesidad de construir sociedades más igualitarias, donde el género no determine oportunidades ni derechos. Además, el enfoque del 8M es cada vez más inclusivo, atendiendo a la diversidad de experiencias de las mujeres según su origen, clase social, edad o contexto cultural.

Mirar al futuro implica entender que la igualdad real no es solo una cuestión de leyes, sino de cambios profundos en las mentalidades y en las estructuras sociales. El 8 de marzo recuerda que los derechos conquistados pueden perderse si no se defienden y que la igualdad beneficia al conjunto de la sociedad. Por ello, el Día Internacional de la Mujer sigue siendo una fecha clave para la reflexión, la acción y el compromiso colectivo.



POR Y PARA TODAS



**GESTOR DE RESIDUOS
NO PELIGROSOS**



**COMPRA-VENTA
Y FABRICACIÓN DE PALETS**

**TRATAMIENTO
FITOSANITARIO NIMF-15**

VENTA ASTILLA

VALORACIÓN ENERGÉTICA

SERVICIO DE CONTENEDORES



C/ Río Alberche, s/n -- C/ Río Guadarrama, 1
Pol. Ind. "Las Arroyadas"
CUBAS DE LA SAGRA (MADRID)

☎ 91 814 06 33 - 661 81 05 03

✉ recuperacioneshnoscaceres@gmail.com

Mariano Barbacid, el científico que acerca la cura del cáncer de páncreas a la realidad



Mariano Barbacid (Madrid, 1949) es uno de los científicos españoles más influyentes en la investigación del cáncer. Bioquímico de formación, alcanzó reconocimiento mundial en 1982 al identificar el primer oncogén humano, el HRAS, un descubrimiento que cambió de forma radical la comprensión del origen genético de los tumores y sentó las bases de la oncología molecular moderna.

Tras formarse en la Universidad Complutense de Madrid y desarrollar gran parte de su carrera en Estados Unidos, especialmente en el Instituto Nacional del Cáncer (NCI), Barbacid regresó a España en 1998 para fundar y dirigir el Centro Nacional de Investigaciones Oncológicas (CNIO).

Bajo su liderazgo, el centro se convirtió en una institución de referencia internacional, combinando investigación básica de excelencia con una clara orientación hacia la aplicación clínica.

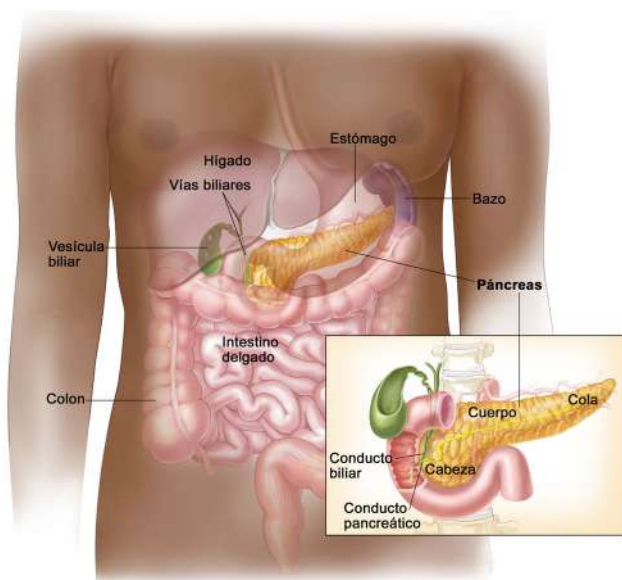
En los últimos años, su labor se ha centrado de forma prioritaria en el cáncer de páncreas, una

enfermedad con una de las tasas de supervivencia más bajas. Sus investigaciones recientes han logrado un avance especialmente relevante: la eliminación completa del adenocarcinoma ductal de páncreas en modelos animales. Este resultado se ha conseguido mediante una terapia combinada de tres fármacos que actúan sobre el oncogén KRAS y bloquean vías clave de señalización celular implicadas en el crecimiento y la resistencia del tumor.

Los estudios han demostrado que esta combinación terapéutica no solo frena el crecimiento tumoral, sino que logra erradicarlo en ratones sin generar efectos secundarios graves, un resultado inédito hasta ahora para este tipo de cáncer. Aunque los propios investigadores advierten de que los resultados en animales no garantizan el mismo éxito en humanos, el hallazgo supone un paso decisivo hacia el desarrollo de nuevos ensayos clínicos más eficaces y personalizados.

Además de su trabajo científico, Barbacid ha mantenido una postura crítica y comprometida con el sistema de investigación español. Ha defendido de manera constante la necesidad de una financiación pública estable, una gestión profesional de los centros científicos y mejores oportunidades para los jóvenes investigadores.

Reconocido con numerosos premios y distinciones, Mariano Barbacid representa la combinación de rigor científico, liderazgo institucional y compromiso social. Su legado se refleja tanto en sus descubrimientos fundamentales como en su contribución continua a la búsqueda de tratamientos innovadores contra el cáncer.



Nutrición consciente y bienestar integral: la mirada de Anna Paré



Anna Paré Vidal es una reconocida dietista-nutricionista y farmacéutica especializada en la intersección entre la salud digestiva y el bienestar cerebral.

La nutrición ya no se entiende solo como una suma de calorías o dietas restrictivas. Desde una perspectiva cercana y basada en la evidencia, Anna Paré propone una relación más consciente con la alimentación, orientada a la salud, el equilibrio y el bienestar a largo plazo.

La nutrición ocupa hoy un lugar central en la conversación sobre salud y calidad de vida. En este contexto, la figura de Anna Paré destaca por su enfoque integrador, que entiende la alimentación como un pilar fundamental del bienestar físico y emocional. Lejos de modas pasajeras o promesas milagro, su visión se apoya en el conocimiento científico y en la adaptación de las pautas nutricionales a las necesidades reales de cada persona.



Anna Paré defiende que comer bien no significa renunciar al placer, sino aprender a escuchar al cuerpo y comprender qué alimentos favorecen su correcto funcionamiento. La nutrición, según su planteamiento, debe ser flexible, sostenible y personalizada. Cada etapa vital —infancia, edad adulta, embarazo o envejecimiento— presenta requerimientos distintos, y por ello no existen soluciones universales válidas para todos.

Uno de los ejes de su discurso es la educación nutricional. Paré insiste en la importancia de saber leer etiquetas, reconocer alimentos ultraprocesados y valorar la calidad de los ingredientes. Esta alfabetización alimentaria permite tomar decisiones informadas y romper con la relación de culpa o ansiedad que muchas personas mantienen con la comida. En su enfoque, la alimentación se convierte en una herramienta de autocuidado y prevención de enfermedades.

Además, Anna Paré subraya la estrecha relación entre nutrición y estilo de vida. El descanso, la actividad física y la gestión del estrés influyen directamente en la manera en que el organismo asimila los nutrientes. Por ello, sus recomendaciones suelen ir más allá del plato, incorporando hábitos saludables que refuercen los efectos de una dieta equilibrada.

En un entorno saturado de información contradictoria, la propuesta de Anna Paré aporta claridad y cercanía. Su mensaje apuesta por una nutrición realista, basada en el sentido común y en el respeto por el propio cuerpo. De este modo, la alimentación deja de ser una obligación rígida para transformarse en un aliado cotidiano de la salud, el bienestar y la calidad de vida.



aluminios
ALULOSA 2

www.alulosa.es

CRISTALERÍA Y CERRAJERÍA EN GENERAL

CARPINTERÍA DE ALUMINIO - VENTANAS DE PVC
CARPINTERÍAS EUROPEAS - MAMPARAS DE BAÑO
ROTURA DE PUENTE TÉRMICO



📍 Avda. Principal, 20 (P.I. Las Avenidas) | ☎ 669 871 890
28991 Torrejón de la Calzada (Madrid)

✉ aluminios@alulosa.es



Kenia en familia: el safari que nunca se olvida



Naturaleza salvaje, animales en libertad y playas de arena blanca en un mismo viaje. Kenia combina reservas míticas como el Masái Mara, los lagos del Rift y el descanso en Diani Beach para crear una aventura perfecta para disfrutar en familia.

Hay viajes que se disfrutan. Y hay viajes que dejan huella para siempre. Un safari en familia en Kenia pertenece a esta segunda categoría. Porque no se trata solo de ver animales salvajes, sino de compartir descubrimientos, emociones y momentos que, con el paso de los años, seguirán empujando con un "¿te acuerdas cuando...?".

Kenia es uno de los destinos más completos para iniciarse en el safari con niños. Las distancias entre parques son razonables, la infraestructura está bien desarrollada y la variedad de paisajes y fauna es extraordinaria. En pocos días se puede pasar de las grandes llanuras de la Reserva Nacional Masái Mara, escenario de la Gran Migración y

territorio de leones, elefantes y guepardos, a los lagos del Gran Valle del Rift.

El Lago Nakuru permite observar rinocerontes y jirafas en un entorno accesible y muy agradecido para el avistamiento. En el Lago Naivasha, la experiencia cambia de ritmo: paseos en barca entre hipopótamos y águilas pescadoras o caminatas entre cebras y antílopes en espacios abiertos. Esta variedad convierte cada jornada en una pequeña expedición adaptada a todas las edades.

La concentración de fauna es tal que el asombro está garantizado. Elefantes cruzando frente al vehículo, jirafas recortadas contra el horizonte, familias de leones descansando bajo una acacia. Para los niños es una aventura real; para los adultos, una oportunidad de desconectar del ritmo cotidiano y reconectar con lo esencial.





Además, Kenia ofrece una ventaja importante para viajar en familia: no exige ninguna vacunación obligatoria para viajeros procedentes de Europa, lo que simplifica la preparación. Con un itinerario bien diseñado y alojamientos adecuados, la experiencia resulta cómoda y segura. Existen lodges y campamentos perfectamente integrados en el entorno, con habitaciones familiares y servicios pensados para combinar aventura y confort.

Los "Big Five" (cinco grandes) en Kenia son el león, leopardo, elefante africano, rinoceronte y búfalo cafre.

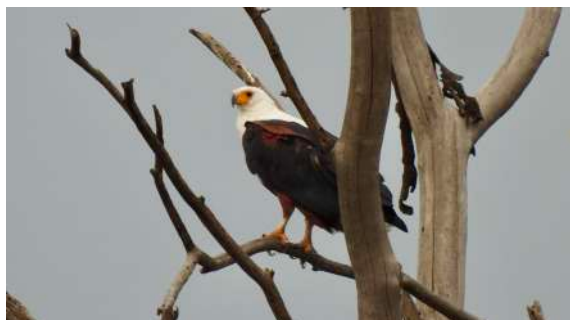
perfecto: el océano. En la costa sur, Diani Beach despliega arena blanca y aguas turquesas ideales para descansar unos días, practicar snorkel o

simplemente disfrutar del tiempo juntos frente al mar. Pasar de la sabana al Índico en un mismo viaje convierte la experiencia en un recuerdo completo y equilibrado.

Un safari en familia en Kenia no es solo un destino. Es una inversión emocional. Es compartir amaneceres, aprender de la naturaleza y descubrir el mundo juntos. Y cuando regresen a casa, comprenderán que lo más valioso no fue solo ver a los "Big Five", sino haber vivido África en familia.

De los "Big Five" a las aguas turquesas del Índico

Tras la intensidad del safari, llega el contraste



¿ESTÁS PENSANDO EN UN GRAN VIAJE EN FAMILIA?

DISEÑAMOS VIAJES A MEDIDA.

EMPIEZA A PLANEAR EL TUYO.

KIMARA
TRAVEL

WWW.KIMARATRAVEL.COM



Mariposas monarca: el frágil vuelo de un icono natural en peligro



La mariposa monarca (*Danaus plexippus*) es mucho más que un insecto de vivos colores anaranjados y negros: representa uno de los mayores prodigios de la naturaleza. Su extraordinaria migración anual, que puede superar los 4.000 kilómetros, conecta tres países y varias generaciones de mariposas, convirtiéndola en un símbolo de continuidad y equilibrio ecológico. Sin embargo, este viaje milenario se encuentra hoy seriamente amenazado.

Durante décadas, millones de mariposas monarca viajaban desde el sur de Canadá y el norte de Estados Unidos hasta los bosques de oyamel en el centro de México, donde se agrupan para pasar el invierno. En la actualidad, las cifras se han reducido de forma drástica. La destrucción de sus hábitats es la principal causa de este declive. La tala ilegal y la degradación de los bosques mexicanos limitan sus refugios invernales, mientras que en Norteamérica la agri-



Cada otoño, millones de estas mariposas recorren más de 4.000 kilómetros desde Canadá y el norte de Estados Unidos hasta los bosques de oyamel del centro de México, donde pasan el invierno.

La mariposa monarca desempeña un papel relevante como polinizadora y como indicador de la salud de los ecosistemas.

cultura intensiva ha provocado la desaparición del algodoncillo, planta imprescindible para la alimentación de las orugas.

El cambio climático agrava aún más la situación. Las alteraciones en las temperaturas y en los patrones de lluvia afectan a los tiempos de migración, a la disponibilidad de alimento y a la supervivencia de los ejemplares durante el trayecto. Tormentas más intensas, sequías prolongadas y heladas inesperadas aumentan la mortalidad de la especie.

Su declive es una señal de alarma sobre el deterioro ambiental. Por ello, su conservación requiere esfuerzos coordinados entre países, políticas de protección de hábitats y la implicación ciudadana, fomentando la plantación de algodoncillo y la reducción del uso de pesticidas. Salvar a la mariposa monarca es proteger un patrimonio natural compartido.

Además, diversos programas educativos y científicos promueven el seguimiento de las rutas migratorias mediante ciencia ciudadana. Estas iniciativas permiten recopilar datos clave sobre reproducción, mortalidad y cambios en el comportamiento de la especie, al tiempo que sensibilizan a la población sobre la importancia de conservar la biodiversidad y los ecosistemas asociados a su supervivencia.

FICHA TÉCNICA:

Nombre común:

Mariposa monarca

Nombre científico:

Danaus plexippus

Estado de conservación:

En peligro de extinción

Hábitat:

Praderas, campos abiertos y bosques templados

Alimentación:

Néctar; las orugas se alimentan de algodoncillo

Distribución:

América del Norte y Central

Principal amenaza:

Pérdida de hábitat y cambio climático



Channa argus: el pez cabeza de serpiente que desafía a los ecosistemas acuáticos



Capaz de respirar aire, desplazarse brevemente por tierra y depredar sin apenas competencia, Channa argus se ha convertido en una de las especies invasoras más preocupantes en aguas continentales fuera de su área natural.

El Channa argus, conocido como pez cabeza de serpiente del norte, es una especie originaria del este de Asia que ha generado una notable alarma ecológica en los países donde ha sido introducida. Su aspecto alargado, similar al de una serpiente, y su comportamiento agresivo lo convierten en un depredador altamente eficiente. Una de sus características más singulares es la capacidad de respirar oxígeno atmosférico gracias a un órgano suprabranquial, lo que le permite sobrevivir en aguas pobres en oxígeno e incluso desplazarse por tierra durante cortos periodos. Esta adaptación le da una ventaja decisiva frente a las especies autóctonas.

El Channa argus se alimenta de peces, anfibios, crustáceos e incluso pequeños reptiles,

alterando gravemente las cadenas tróficas locales. Su rápida reproducción y la ausencia de depredadores naturales en los ecosistemas invadidos favorecen su expansión descontrolada.

La introducción de esta especie suele estar relacionada con la acuariofilia, el comercio de alimentos exóticos o liberaciones accidentales. Por ello, numerosos países han prohibido su posesión y transporte. El control del Channa argus es clave para proteger la biodiversidad y evitar daños irreversibles en los ecosistemas acuáticos.

ESPECIFICACIONES TÉCNICAS:

Nombre científico: Channa argus

Nombre común: Pez cabeza de serpiente del norte

Origen: Asia oriental (China, Corea, Rusia)

Hábitat: Ríos, lagos y humedales de agua dulce

Dieta: Carnívora

Riesgo ecológico: Muy alto (especie invasora)



- ANTENAS COLECTIVAS
- ANTENAS INDIVIDUALES
- TELEVISIÓN DIGITAL
- TV VÍA SATÉLITE
- PORTEROS AUTOMÁTICOS

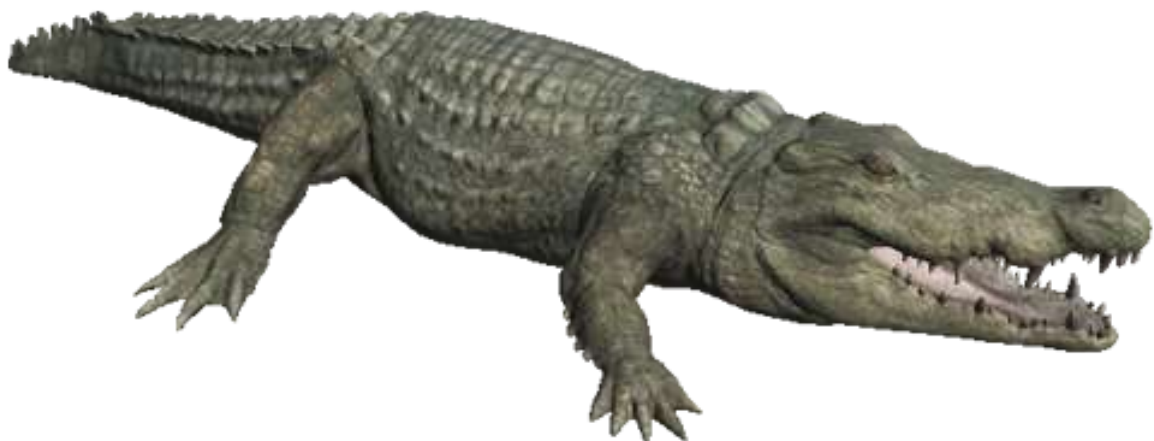


Tel: 91 680 15 16 – Móvil: 699 91 25 26 – lftelecomunicaciones@gmail.com

PRESUPUESTOS GRATUITOS

NO COBRAMOS DESPLAZAMIENTO

Crocodylus thorbjarnarsoni, el cocodrilo que dominó África



Hace millones de años, África fue el hogar de uno de los depredadores más formidables de todos los tiempos: *Crocodylus thorbjarnarsoni*. Esta especie extinta de cocodrilo, que vivió durante el Plioceno y el Pleistoceno, superaba en tamaño a cualquier cocodrilo moderno y reinaba como un temible cazador en ríos y lagos.

El *Crocodylus thorbjarnarsoni* es una especie extinta de cocodrilo que habitó en el este de África entre hace 5 y 2 millones de años, durante el Plioceno y el Pleistoceno. Descubierto en yacimientos de Kenia y Etiopía, este coloso recibió su nombre en honor al herpetólogo John Thorbjarnarson, reconocido por sus contribuciones a la conservación de cocodrilos modernos.

Con una longitud estimada de hasta 10 metros, este reptil superaba en tamaño al cocodrilo de agua salada (*Crocodylus porosus*), el más grande de la actualidad. Su morfología sugiere que era un depredador dominante, capaz de cazar grandes mamíferos, incluidos homínidos primitivos como los *Australopithecus*. Su potente mandíbula y su cuerpo robusto lo convertían en un acechador implacable en ambientes acuáticos.

Los fósiles de *C. thorbjarnarsoni* han proporcionado claves sobre la evolución de los cocodrilos en África. A diferencia de sus parientes modernos, esta especie coexistió con otros grandes depredadores, como felinos dientes de sable y hienas gigantes, en un ecosistema competitivo. Su extinción pudo deberse a cambios climáticos que alteraron su hábitat y redujeron sus fuentes de alimento.

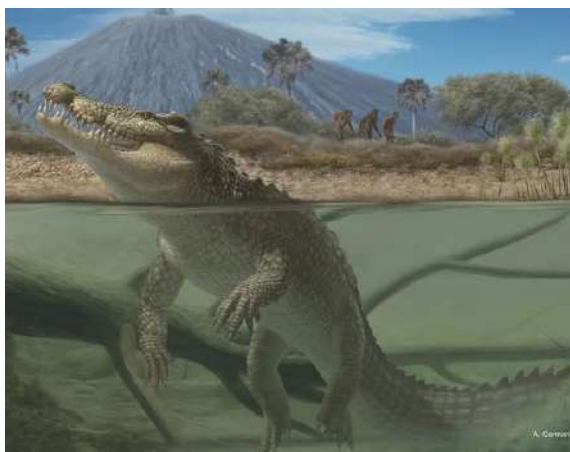
Este gigante prehistórico no solo fascina por sus dimensiones, sino también por su papel en la cadena trófica. Estudios recientes sugieren que su desaparición pudo influir en la expansión de otros depredadores y en la evolución de los primeros humanos.

Hoy, el legado de *Crocodylus thorbjarnarsoni* perdura en los registros fósiles, recordándonos la

Su descubrimiento ha revelado datos fascinantes sobre la evolución de estos reptiles y su papel en los ecosistemas prehistóricos.

increíble diversidad de la vida en el pasado y la fragilidad de los ecosistemas ante los cambios globales. Su estudio sigue siendo crucial para entender la historia natural de África y la compleja

relación entre depredadores y presas en la prehistoria.



Crocodylus thorbjarnarsoni

Contaba con un hocico amplio con fosas nasales ligeramente orientadas hacia delante y poseía pequeñas crestas a lo largo de sus huesos escamosos. Era grande, muy grande, más que otros cocodrilos de su época o que el cocodrilo del Nilo o de agua salada actuales, siendo el cocodrilo (*Crocodylus*), propiamente dicho, más grande conocido.



Longitud: 10 metros

Alimentación: Carnívoro

Época: Plioceno y Pleistoceno

Posible hábitat: Ríos y lagos

Gran tamaño y dieta que

incluía a los antepasados del ser humano

Encontrado en Kenia

Año de Descubrimiento: 2012

Especies: Es una especie del género *Crocodylus*

Las ejemplares más grandes

tenían una longitud de 10 metros.

Se diferencia de otros cocodrilos por su amplio hocico. Tenía unos pequeños bordes elevados en sus huesos prefrontales en frente de los ojos



Crocodylus thorbjarnarsoni probablemente cazaba a especies humanas primitivas como *Paranthropus* y los primeros miembros del género *Homo*



PRO CALDERAS
INSTALACIONES

91 472 30 52

PLAN RENOVE HASTA 500€



Y si lo deseas, financia hasta en 36 meses sin intereses.

 **Saunier Duval**

 **JUNKERS**
 **BOSCH**

 **Vaillant**

El Baobab: El Coloso ancestral de la sabana africana



Majestuoso, longevo y lleno de leyendas, el baobab no es solo un árbol. Es un símbolo de resiliencia, una farmacia natural y un centinela silencioso de la historia africana. Con su tronco colosal y sus raíces que parecen ramas, esta maravilla de la naturaleza desafía el tiempo y la aridez, ofreciendo vida a todo a su alrededor.

Conocido como el “Árbol de la Vida”, el baobab (*Adansonia*) es una de las especies más icónicas del África subsahariana. Su imponente figura, con troncos que pueden superar los 20 metros de diámetro y almacenar hasta 120.000 litros de agua, le permite sobrevivir en las sabanas más secas. Su longevidad es proverbial: algunos ejemplares se estima que tienen más de 2.000 años, siendo testigos mudos de civilizaciones.

Pero su grandeza no es solo física. Todo en él es útil: sus frutos, conocidos como “superfrutas”, son ricos en vitamina C y antioxidantes; sus hojas se consumen como verduras; su corteza se utiliza para elaborar cuerdas y tejidos; y sus cavidades naturales han servido como refugio, tumba o incluso como cárcel. En la cultura africana, es un árbol sagrado, protagonista de numerosas leyendas que explican su peculiar forma, a menudo atribuida a un dios que lo plantó al revés.



Hoy, el baobab enfrenta nuevas amenazas por el cambio climático y la deforestación. Protegerlo es salvaguardar un patrimonio ecológico y cultural invaluable, un gigante que sigue enraizado en la tierra y en el alma de un continente.

El baobab más grande: El Sagole Big Tree, se encuentra cerca de la aldea de Sagole, en la provincia de Limpopo, Sudáfrica. Tiene un tronco 33 metros de circunferencia y más de 20 metros de altura.



Servicios y Mantenimiento de **Jardinería** Seriedad Garantía

@ Hermanos Aroné

- Poda de árboles, setos, palmeras, pinos...
- Desbroce de parcelas.
- Mantenimiento integral de jardines.
- Corte de césped.
- Siembra, cuidados y tratamiento de abonos del césped.
- Instalación de riego automatizado.
- Mantenimiento y lechadas de piscinas.

Desde **80,00€** Según evaluación

602 660 163 - 613 397 995
Presupuestos sin compromiso



EL PARQUE

TINTORERIA - LAVANDERIA

ESPECIALISTAS EN PRENDAS DELICADAS

Paseo de la Cárcava, 1
GRIÑÓN

Tf. 918 140 799

C/ de la Cruz Verde
NAVALCARNERO

624 17 98 40

Servicio a domicilio

Recogemos y conservamos tus alfombras, edredones, cortinas y toda tu ropa

SERVICIO MÍNIMO 18 €



Olvídate de lavar y planchar

Lavamos tu ropa bajo las más estrictas normas de desinfección y limpieza, pero sobre todo, protegiendo y cuidando de tus prendas.

OFERTAS EN PLANCHADO

Según cantidad.
Llamar para más información

OFERTAS DEL MES

MANTAS **10,50** €

▶▶ *DESDE

11,50 EDREDONES

*DESDE ▶▶



*Según composición, tejido, tamaño y cantidad

El universo del anime: un viaje épico entre mundos, géneros y héroes inolvidables

Del carisma eléctrico de Goku en *Dragon Ball* a la sensibilidad emocional de Anya Forger en *Spy x Family*, el anime se ha convertido en un fenómeno cultural global. Sus historias atraviesan fronteras y generaciones, cautivando a millones con su mezcla única de acción, emoción y arte.

Luffy (One Piece)

Pirata de goma y capitán de los Sombrero de Paja, sueña con ser Rey. Alegre, leal y temerario, valora la libertad sobre todo mientras reúne una tripulación inolvidable que desafía mares peligrosos enemigos imposibles legendarios.



Goku (Dragon Ball)

Guerrero saiyajin criado en la Tierra, obsesionado con superarse. Defiende el universo enfrentando enemigos cada vez más poderosos, combinando inocencia, honor y una fuerza legendaria que inspira a aliados y rivales en batallas épicas interminables.

Anya Forger (Spy x Family)

Niña telépata adoptada por una familia falsa de espías, oculta su poder mientras busca paz mundial. Inocente, expresiva y caótica, aporta humor y ternura a una misión llena de secretos y situaciones inesperadas constantes memorables.





Levi Ackerman (Attack on Titan)

Capitán de la Legión de Reconocimiento, soldado más letal contra los titanes. Frío, disciplinado y marcado por pérdidas, lucha por la supervivencia humana con habilidades excepcionales y un sentido implacable del deber militar oscuro absoluto.



Naruto Uzumaki (Naruto)

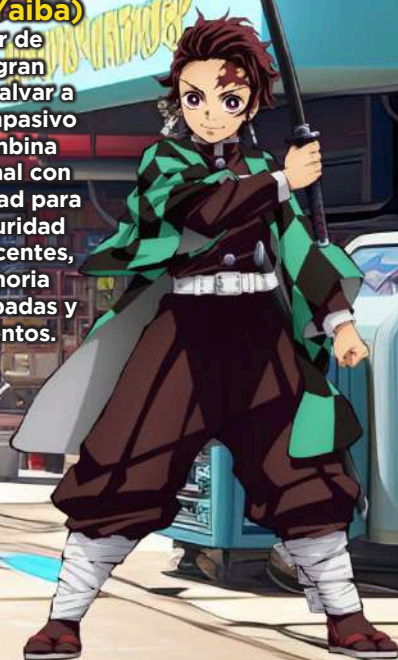
Joven ninja marginado, portador del Zorro de Nueve Colas, anhela reconocimiento.

Perseverante y ruidoso, cree en la amistad y el esfuerzo para cambiar su destino y proteger su aldea frente a odios antiguos persistentes ninja.



Tanjiro (Kimetsu no Yaiba)

Joven cazador de demonios de gran corazón, busca salvar a su hermana. Compasivo y decidido, combina olfato excepcional con una férrea voluntad para combatir la oscuridad protegiendo inocentes, honrando memoria familiar entre espadas y rituales sangrientos.



El origen de las palabras que usamos cada día



Libro: Proviene del latín liber, la capa interna de la corteza de los árboles usada como soporte de escritura.

Con el tiempo, el término pasó a designar cualquier obra escrita encuadrada.

Médico: Procede del latín medicus, relacionado con “curar” o “cuidar”. Su raíz está vinculada a la idea de medir y aplicar conocimiento para restablecer la salud del cuerpo humano.



Ciudad: Procede del latín civitas, que hacía referencia tanto al conjunto de habitantes como al espacio urbano. En su origen, el concepto estaba más ligado a la comunidad de ciudadanos que al lugar físico



Familia: Del latín familia, que designaba al conjunto de personas sometidas a la autoridad del pater familias. No se limitaba a parientes, sino que incluía sirvientes y esclavos del hogar.

Cultura: Proviene del latín colere, “cultivar”. Inicialmente se aplicaba al trabajo agrícola, pero con el tiempo pasó a expresar el cultivo del conocimiento, las costumbres y el espíritu humano.



Tiempo: Del latín tempus, término que aludía tanto al paso de los días como al momento oportuno para actuar. Su significado siempre ha estado ligado a la medida y percepción del cambio.



NAVAMETAL
CERRAJERÍA

REJAS
VALLAS
BARANDILLAS
PUERTAS EXTERIORES
PUERTAS SECCIONALES

642 866 072

info@navametalcerrajeria.com

Soldamos tu confianza, forjamos tu seguridad

PUBLIHoy

*Cerca de ti,
más que nunca*

EL PUBLIHoy
2025

La tecnología del mañana empieza con las ideas que discutamos hoy

Le país: El escudo protector del cuerpo humano

Infórmate sin compromiso

649 797 448 - 615 172 204
91 605 31 60
publihoerberlin@gmail.com



Tu plan de febrero: amor, confort y hogar



En febrero, **10 € de descuento** en pedidos de más de **500 litros** a través de **WhatsApp** o **web**.



←
Visítanos y
descubre todos
nuestros servicios

 **918 930 095**

 **635 643 946**

(Número válido solo para Whatsapp, no llamadas)

www.energysalas.com

Gasóleo calefacción

10€

de descuento

En pedidos WhatsApp u online de más de 500 litros



Situaciones laborales en las que necesitas el respaldo de un abogado laboralista

Los conflictos laborales son habituales, pero existen situaciones en las que el trabajador debe buscar asesoramiento jurídico para proteger sus derechos. Actuar a tiempo es clave, ya que los plazos en materia laboral suelen ser breves.



Estas son las diez situaciones más frecuentes en las que conviene consultar con un abogado laboralista:

1. Despido improcedente o nulo. Se produce cuando no existe causa real, no se respeta el procedimiento legal o se vulneran derechos fundamentales, como en casos de embarazo, baja médica o represalias. Los plazos para reclamar son breves, por lo que actuar con rapidez es esencial.

2. Acoso laboral (mobbing). El hostigamiento reiterado, las humillaciones o la presión psicológica continuada pueden afectar gravemente a la salud del trabajador. Contar con asesoramiento jurídico permite recopilar pruebas y valorar las acciones oportunas.



3. Acoso sexual o por razón de sexo. Comentarios, insinuaciones o decisiones laborales condicionadas por comportamientos inapropiados deben denunciarse. La ley protege a la víctima y sanciona estas conductas.

4. Discriminación laboral. El trato desigual por edad, género, discapacidad, orientación sexual, origen u otras circunstancias protegidas vulnera el principio de igualdad. Un profesional puede determinar si existen indicios suficientes para reclamar.

5. Impago o retraso continuado del salario. La falta de abono de nóminas, horas extra o comisiones no solo afecta a la economía personal, sino que puede justificar incluso la extinción indemnizada del contrato.

FABRICACIÓN PROPIA
PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO
GRAN EXPOSICIÓN A TAMAÑO REAL

Ventanas: aluminio y pvc.
Cerramientos, porches, terrazas...
Cortinas de cristal
Mosquiteras, persianas, cristal,
mamparas baño y ducha



Avda. Humanes, 174 (Griñón) - Tl. 91 690 71 01 - 685 841 742 - www.aluminiostello.es

6. Modificaciones sustanciales de las condiciones de trabajo.

Cambios relevantes en horario, salario, funciones o centro de trabajo deben estar debidamente justificados. Si no lo están, pueden impugnarse.

7. Represalias por ejercer derechos laborales.

Sanciones o despidos tras denunciar irregularidades o solicitar permisos legales pueden ser nulos por vulneración de derechos fundamentales.

8. Sanciones disciplinarias injustificadas.

Cualquier medida disciplinaria debe estar motivada y respetar el procedimiento. En caso contrario, puede recurrirse.

9. Falsos autónomos o cesión ilegal.

Cuando existe una relación laboral encubierta bajo otra figura contractual, el trabajador puede reclamar el reconocimiento de sus derechos laborales y de Seguridad Social.

10. Vulneración de derechos fundamentales.

Atentados contra la dignidad, intimidad, liber-

Conflictos laborales: cuándo actuar y proteger tus derechos



tad sindical o conciliación familiar requieren una respuesta jurídica firme y especializada.

En todos estos supuestos, el asesoramiento especializado no siempre implica acudir a juicio, pero sí permite evaluar riesgos, proteger derechos y tomar decisiones informadas. Muchas controversias pueden resolverse mediante negociación o mediación, evitando conflictos mayores y reduciendo costes emocionales y económicos.

Recomendación final:

Ante cualquier duda o conflicto laboral, es fundamental acudir cuanto antes a un profesional especializado en Derecho Laboral. Un abogado laboralista analizará contratos, comunicaciones y pruebas disponibles, valorará las posibilidades reales de éxito y diseñará la estrategia más adecuada. Actuar con asesoramiento experto no solo aumenta las probabilidades de obtener una solución favorable, sino que también aporta tranquilidad y seguridad en momentos de especial incertidumbre.



cmlegal.es

Juan Campos Martín Abogado

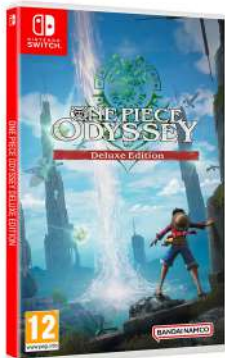


- **Laboral:** Despidos, reclamaciones salariales, acoso laboral, vacaciones, modificación de las condiciones de trabajo, seguros sociales, accidentes laborales, desconexión laboral...
- **Civil:** divorcios, desahucios, herencias...
- **Tráfico:** multas, accidentes...
- **Protección de datos, videovigilancia.**
- **Bancario:** tarjetas revolving, cambios de condiciones, comisiones por préstamos y cargos indebidos.

CONSULTA GRATUITA

629 340 310

ONE PIECE ODYSSEY Deluxe Edition: la gran aventura pirata en formato portátil



La tripulación del Sombrero de Paja desembarca en Nintendo Switch con ONE PIECE ODYSSEY Deluxe Edition, una versión completa del RPG inspirado en el universo creado por Eiichiro Oda. Combates por turnos, una historia inédita y todo el contenido adicional se unen ahora a la comodidad del juego portátil.

ONE PIECE ODYSSEY Deluxe Edition para Nintendo Switch ofrece a los fans una forma ideal de revivir

—y redescubrir— el mundo de One Piece en clave de rol japonés clásico. Desarrollado por ILCA y con la supervisión directa de Eiichiro Oda, el juego propone una historia original en la que Luffy y su



tripulación naufragan en una misteriosa isla llamada Waford. Allí, separados y privados de parte de sus habilidades, deberán reunirse y recuperar sus recuerdos y poderes perdidos.

El sistema de combate por turnos es uno de los grandes atractivos del título. Cada personaje cuenta con habilidades únicas que respetan su personalidad y poderes del anime y el manga, lo que invita a planificar estrategias y a aprovechar las sinergias del equipo. Además, el juego introduce el concepto de “áreas de combate”, donde la posición de los enemigos y aliados influye directamente en el desarrollo de las batallas.

Esta edición Deluxe para Nintendo Switch incluye todo el contenido adicional lanzado hasta la fecha, como el episodio extra centrado en Yamato, nuevos trajes y objetos especiales. A ello se suma la ventaja de poder disfrutar de la aventura tanto en modo portátil como en sobremesa, una opción especialmente atractiva para un RPG de larga duración.

Visualmente, el título apuesta por un estilo colorido y fiel al anime, con escenarios amplios y personajes cuidadosamente recreados. ONE PIECE ODYSSEY Deluxe Edition se presenta así como una experiencia completa y accesible, pensada tanto para seguidores veteranos de la saga como para jugadores que se adentran por primera vez en el universo pirata.





REFORMAS

De interiores y exteriores

TRABAJOS GARANTIZADOS

@ Reformas Alva

- Albañilería en general
- Picado y desescombro
- Solado y alicatado
- Montaje de pladur
- Pintura en general
- Fontanería en PVC
- Electricidad doméstica
- Armado de muebles y armarios

CONTACTANOS: **613 397 995**

PRESUPUESTOS GRATIS

María Dueñas Vinuesa, la narradora que convirtió la historia en un fenómeno editorial



con una narrativa ágil y accesible. Tras su debut, publicó *Misión Olvido* (2012), una historia más intimista que explora la memoria personal y colectiva, seguida de *La templanza* (2015), ambientada en el siglo XIX entre México, Cuba y España, y centrada en el mundo del comercio y las grandes pasiones.

En *Las hijas del Capitán* (2018), la autora se trasladó al Nueva York de los años treinta para retratar la emigración española, mientras que *Sira* (2021) retomó a su personaje más icónico en un contexto de posguerra marcado por el espionaje y la reconstrucción personal. Su obra más reciente, *Por si un día volve-*

Sus novelas, traducidas a decenas de idiomas, la han consolidado como una de las autoras más leídas de la literatura española contemporánea.

María Dueñas Vinuesa (Puertollano, Ciudad Real, 1964) irrumpió en el panorama literario con una fuerza inusitada gracias a *El tiempo entre costuras* (2009), una novela que se convirtió en un auténtico fenómeno editorial. La historia de Sira Quiroga, ambientada entre el Madrid previo a la Guerra Civil, el Marruecos colonial y el Lisboa de la Segunda Guerra Mundial, cautivó a millones de lectores por su mezcla de aventura, emoción e historia. El éxito se amplificó con su adaptación televisiva, que consolidó el alcance popular de la obra.

Doctora en Filología Inglesa y profesora universitaria durante años, Dueñas dio el salto a la ficción con una base sólida de conocimiento histórico y literario. Este rigor se percibe en todas sus novelas, donde la documentación minuciosa convive

Con una prosa cercana y envolvente, María Dueñas Vinuesa ha sabido conectar pasado y presente a través de personajes femeninos fuertes y memorables.



mos (2024), reafirma su interés por las identidades desplazadas y los vínculos con el pasado.

María Dueñas destaca por su capacidad para unir entretenimiento y profundidad, ofreciendo novelas históricas que no solo reconstruyen épocas, sino que invitan a reflexionar sobre la identidad, la libertad y el papel de la mujer en la historia.



“Los fusilamientos del 3 de mayo”: el grito pictórico de Goya contra la barbarie



Con *Los fusilamientos del 3 de mayo* de 1808, Francisco de Goya convirtió el horror de la represión en una imagen universal. El cuadro no glorifica la guerra: la denuncia con una fuerza emocional que sigue estremeciendo dos siglos después.

Pintado en 1814, *Los fusilamientos del 3 de mayo* es una de las obras más contundentes de Francisco de Goya y un hito en la historia del arte moderno. El lienzo retrata la ejecución de civiles madrileños por tropas napoleónicas tras el levantamiento popular del 2 de mayo de 1808. Lejos de cualquier épica heroica, Goya se sitúa del lado de las víctimas y expone la violencia desnuda del poder.

La composición es directa y brutal. A la derecha, los soldados franceses aparecen deshumanizados, convertidos en una masa anónima y mecánica, con los rostros ocultos. A la izquierda, los condenados muestran el terror, la resignación y la desesperación. El personaje central, vestido de blanco y con los bra-



El dos de mayo de 1808 en Madrid, pareja de *Los fusilamientos*. En ambos se representa la pelea de los españoles contra las tropas de Francia, así como la represión que los invasores usarán a modo de escarmiento.



zos abiertos, recuerda a una figura crucificada: un símbolo del sacrificio inocente. La luz de un farol ilumina a las víctimas, subrayando su fragilidad frente a la oscuridad que envuelve a los verdugos.

El uso del color y del contraste refuerza el dramatismo. Los tonos ocre y negro dominan la escena, mientras la sangre y el blanco de la camisa destacan como gritos visuales. Goya no idealiza ni embellece: muestra cuerpos abatidos, rostros desencajados y una muerte inmediata e injusta.

Más allá de su contexto histórico, el cuadro trasciende su tiempo. *Los fusilamientos del 3 de mayo* es una acusación universal contra la violencia y la guerra, y anticipa el arte comprometido y expresionista del siglo XX. Goya, testigo lúcido de su época, transforma el dolor colectivo en memoria permanente.

Francisco de Goya y Lucientes (1746-1828), pintor y grabador español, es una de las figuras clave del arte universal. Testigo crítico de su tiempo, su obra evolucionó del clasicismo a una mirada profundamente moderna, marcada por la denuncia social, la guerra y la condición humana

Desde maquetación hasta cualquier tipo de acabado

- **Preimpresión (diseño y maquetación)**
- **Impresión**
- **Encuadernación (caballete, rústica, wire-o, ...)**
- **Todo tipo de acabados (plastificados, estampación, troquelados, ...)**
- **Lonas, vinilos, cartelería**
- **Sobres, copiativos, tarjetas visita**
- **Servicios de buzoneo y distribución**

Gráficas Berlín, SL

C/ Berlín, 21
28983 Parla (MADRID) España

produccion@graficasberlin.net
www.graficasberlin.es

☎ 916 053 160

📞 649 797 448

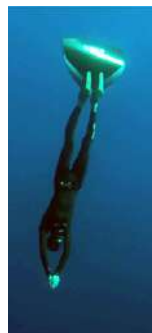
615 172 204



¿Sabías que...?



- Los cuellos humanos más largos miden hasta 19,5 cm y pertenecen a las mujeres de la tribu Padaung, en las tierras altas del noroeste de Tailandia. Esto equivale aproximadamente al doble de la longitud de un cuello humano promedio.



- La respiración más larga contenida bajo el agua es de 24:03 minutos. En 2016, el apneísta profesional Aleix Segura Vendrell estableció este récord mundial en un intento impresionante.
- Se puede saber si un huevo es viejo basándose en si flota en el agua: Si un huevo flota al sumergirlo en agua, está viejo; si se hunde, es un huevo más fresco y listo.



- ¿Sabías por qué bostezamos? La teoría más popular, aunque probablemente errónea, es que bostezar aumenta los niveles de oxígeno en el cerebro. Una teoría más plausible: bostezar enfría el cerebro.



- El maíz, el arroz y el trigo constituyen la mayor parte de los alimentos básicos del mundo. Estos tres ingredientes simples, pero vitales, constituyen los alimentos básicos del mundo y proporcionan la mayor parte de la ingesta calórica mundial.
- Las cabras tienen inteligencia emocional: Las investigaciones demuestran que las cabras son socialmente conscientes de su entorno. Según National Geographic, pueden distinguir la felicidad o el desagrado de otras cabras escuchando sus voces.





Cerrajería DoCris

A la vanguardia en la innovación de la cerrajería moderna

PLAN RENOVE 

**EN PUERTAS DE GARAJE MOTORIZADAS
INSTALADAS TAN SOLO EN UNAS HORAS
CON DESMONTAJE DE LA PUERTA VIEJA**

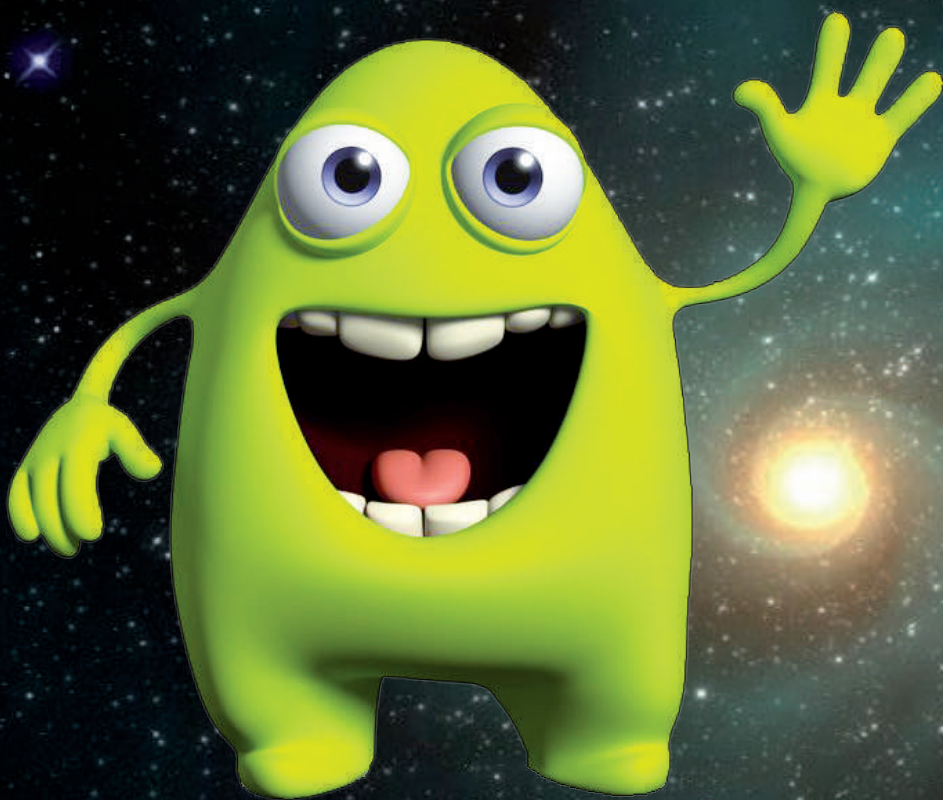
SOMOS FABRICANTES DE ALUMINIO SOLDADO



C/ Curtidores , 56 - Pol. Ind. La Veredilla
45200 Illescas (Toledo)
Email: docrisillescas@gmail.com

 **666 662 238**

SI NO TE VEN
NADIE CREERÁ
QUE EXISTES



PUBLIHoy

Tf. 649 797 448 - 615 172 204 - 91 605 31 60
publihoygberlin@gmail.com

“Gladiator”: honor, venganza y espectáculo en la Roma eterna



Estrenada en el año 2000 y dirigida por Ridley Scott, *Gladiator* (El gladiador) devolvió al cine épico su grandeza clásica con una historia de traición, justicia y redención ambientada en el Imperio romano. Una película que marcó a toda una generación y se convirtió en referente del género histórico.

Gladiator narra la caída y resurrección de Máximo Décimo Meridio, un respetado general romano traicionado por el ambicioso Cómodo, hijo del emperador Marco Aurelio. Tras ser despojado de su rango, de su familia y condenado a muerte, Máximo sobrevive para acabar convertido en

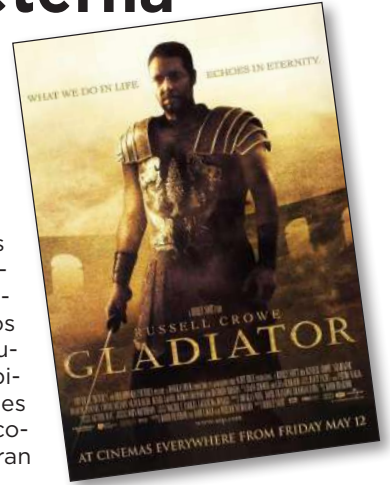


Connie Nielsen interpretando el papel de Lucilla en *Gladiator*. Como hermana del villano Cómodo y el antiguo amor (Maximus), ancló los dos mundos de la película con su imponente presencia.

gladiador, encontrando en la arena el único camino posible hacia la venganza y el honor perdido.

El Coliseo, las batallas y los escenarios imperiales están filmados con una espectacularidad que combina efectos digitales pioneros con decorados físicos de gran detalle.

La interpretación de Russell Crowe es uno de los pilares del film. Su Máximo es un personaje contenido, marcado por el dolor y la dignidad, cuya fuerza emocional reside tanto en el silencio como en la acción. Frente a él, Joaquin Phoenix ofrece un retrato memorable de Cómodo: un villano complejo, inseguro y cruel, mo-



MARANATHA
TALLERES

MECÁNICA GENERAL

Pre-ITV / Pasamos la ITV de tu coche

CAMBIO DE ACEITE

| | |
|-------|--------------|
| 10W40 | 47,20€ + iva |
| 5W40 | 65,32€ + iva |
| 5W30 | 78,63€ + iva |

Incluye aceite filtro
y mano de obra
hasta 5 litros

Lavado 20€ + iva

Pulido de faros 40€ + iva

Diagnos por escáner 25€ + iva

2€
de descuento
EN LAVADO DE
COCHE
PRESENTANDO
ESTE
ANUNCIO

C/. Londres, 27 - Pol. Ind. Ciudad de Parla - Tels: 917 174 561 - 603 234 350



Pollice Verso (1872), cuadro del pintor francés Jean-Léon Gérôme que sirvió de inspiración para el diseño visual de la película.



vido por la necesidad de aprobación y poder, que aporta una dimensión psicológica poco habitual en este tipo de antagonistas.

La banda sonora de Hans Zimmer y Lisa Gerrard refuerza el tono épico y melancólico de la historia, convirtiéndose en uno de los elementos más reconocibles de la película. Sus composiciones acompañan tanto las escenas de batalla como los momentos más íntimos, subrayando el conflicto interno del protagonista.

Más allá del espectáculo, Gladiator reflexiona sobre conceptos universales como la lealtad, la corrupción del poder, la memoria y el legado. La arena se convierte en metáfora de una sociedad que se entretiene con la violencia mientras igno-



Maqueta de la Roma Imperial que Mussolini ordenó construir en 1933 y que Ridley Scott utilizó para rodar 'Gladiator'

Ridley Scott construye un relato clásico de héroe trágico, apoyado en una puesta en escena imponente y en una recreación visual de la Antigua Roma.

ra la injusticia, una idea que mantiene su vigencia años después de su estreno.

Ganadora de cinco premios Óscar, incluido Mejor Película y Mejor Actor, Gladiator sigue siendo una obra clave del cine contemporáneo, capaz de emocionar, impactar y mantener intacta su fuerza narrativa con el paso del tiempo.

Ficha técnica

- Título original: Gladiator
- Título en español: Gladiator (El gladiador)
- Año: 2000
- Dirección: Ridley Scott
- Guión: David Franzoni, John Logan y William Nicholson
- Reparto principal: Russell Crowe, Joaquin Phoenix, Connie Nielsen, Oliver Reed
- Música: Hans Zimmer y Lisa Gerrard
- Género: Épica, histórica, drama.
- Duración: 155 minutos
- País: Estados Unidos / Reino Unido



PACHAS Peluqueros

Estilista David Alcázar

CAMPEÓN DE MADRID
1998 - 1999 - 2001
2003 - 2005

CAMPEÓN DE ESPAÑA
1998 - 2000

CAMPEÓN DE EUROPA 1999
SUBCAMPEÓN DEL MUNDO 2000




OFERTAS

| | |
|---------------------------------|------|
| BONO 6 CORTES | 55€ |
| BONO 6 CORTES (JUBILADOS) | 36€ |
| BONO LIBRE 6 MESES | 105€ |



Peluquería Caballeros

C/ Griñón, 4 - Torrejón de la Calzada
Telf. 653 60 23 55
Confíe la salud de su cabello a quien mejor lo conoce

ESTRENOS



RECOMENDADOS

MARZO 2026



¡LA NOVIA!

Terror

6 Marzo

Dirección: Maggie Gyllenhaal

Reparto: Jessie Buckley, Christian Bale, Peter Sarsgaard, Penélope Cruz, Annette Bening, Jake Gyllenhaal ...

Sinopsis: En el Chicago de los años 30, Frankenstein pide ayuda al Dr. Euphronius para crear una compañera. Dan vida a una mujer asesinada como la Novia, lo que desencadena un romance, el interés de la policía y un cambio social radical. Remake de "La novia de Frankenstein". Desde pequeños, Leonardo, el novio y la novia han formado un triángulo inseparable. Sin embargo, las cosas se complican cuando el novio y la novia deciden casarse. Entre la novia y Leonardo siempre ha habido algo más que una amistad y eso le genera dudas. Además, el día antes de la ceremonia, una mendiga llama a su puerta y le da un inquietante consejo: 'No te cases si no le amas'.



PILLION

Acción

6 Marzo

Dirección: George Nolfi

Reparto: Anthony Mackie, Morena Baccarin, Maddie Hasson, Shauna Earp, Danny Boyd Jr ...

Sinopsis: Narra la transformación de Colin, un hombre introvertido, tras conocer a Ray, un carismático líder de moteros. Ambientada en el mundo queer, la trama explora el BDSM y el autodescubrimiento cuando Ray toma a Colin como su sumiso, desafiando sus límites emocionales y sexuales.



AVES DE CORRAL

Comedia

6 Marzo

Dirección: Antonio Vicent

Reparto: Chechu Salgado, Diego Anido, Olivia Baglivi, Roberto Enríquez, Antonio Durán ...

Sinopsis: Una peculiar banda criminal planea asesinar a un dirigente del CNI, pero el plan de fin de semana de una pareja de novios se cruza en su camino. Juan tiene previsto presentar a su novia Casilda durante el fin de semana en la casa familiar de la sierra. Sin embargo, antes de llegar, Juan y su hermano Santiago, tienen que huir de un grupo de asesinos que les persiguen por error. Los asesinos pertenecen a una organización criminal entre los que se encuentra Miki, que nunca debió estar ahí, y Gus, un policía infiltrado en el grupo que intenta cuidar de Miki. Mientras, Pinco, que debería ocupar el lugar de Miki, disfruta de la hospitalidad del hombre al mando de la organización criminal inconsciente de los problemas que se les vienen encima.



TORRENTE PRESIDENTE

Comedia

13 Marzo

Dirección: Santiago Segura

Reparto: Carlos Areces, Gabino Diego, Fernando Esteso y Leo Harlem ...

Sinopsis: Muestra a un José Luis Torrente desactualizado pero convencido de ser el único capaz de salvar España, presentándose a las elecciones generales liderando un partido político ficticio llamado "NOX". Esta entrega parodia la situación política española, con el ex-policía inmerso en una trama desternillante y políticamente incorrecta.



LA HIJA PEQUEÑA

drama

13 Marzo

Dirección: Hafsia Herzi

Reparto: Nadia Melliti, Park Ji-min, Louis Memmi, Mouna Soualem, Aloïse Sauvage,...

Sinopsis: Fátima, de 17 años, es la pequeña de tres hermanas. Vive en los suburbios, en una familia franco-argelina feliz y amorosa. Buena estudiante, ingresa en la Universidad de París. Al comenzar su vida como mujer adulta, se emancipa de su familia y sus tradiciones. Sale con alguien, hace amigos y explora un mundo completamente nuevo, mientras se enfrenta a un dilema desgarrador: ¿Cómo mantenerse fiel a uno mismo cuando reconciliar diferentes aspectos de la propia identidad parece imposible?



AMARGA NAVIDAD

Drama

20 Marzo

Dirección: Pedro Almodóvar

Reparto: Bárbara Lennie, Leonardo Sbaraglia, Aitana Sánchez-Gijón, Victoria Luengo, Patrick Criado,...

Sinopsis: Elsa es una directora de publicidad cuya madre muere durante un largo puente del mes de diciembre. Encuentra refugio en el trabajo, aunque es más bien una huida hacia adelante. Trabaja sin parar y, sin darse cuenta, no se concede el tiempo necesario para guardar el duelo por la ausencia materna. Hasta que una crisis de pánico la obliga a detenerse e imponerse un descanso. Su pareja, Bonifacio, es su tabla de salvación en esos momentos de crisis. Elsa decide viajar a la isla de Lanzarote acompañada por su amiga Patricia, que también necesita alejarse de Madrid, mientras que Bonifacio se queda en la ciudad.



WHISTLE: EL SILBIDO DEL MAL

Terror

20 Marzo

Dirección: Corin Hardy

Reparto: Dafne Keen, Sophie Nélisse, Nick Frost, Percy Hynes White, Sky Yang ...

Sinopsis: Un grupo de estudiantes inadaptados encuentra por accidente un objeto maldito: un antiguo silbato de la muerte azteca. Al soplarlo, descubren que el terrorífico sonido que produce invoca a sus propias muertes futuras para perseguirlos. Mientras las víctimas aumentan, los amigos intentan descubrir el origen del artefacto y detener la terrible cadena de sucesos que han provocado.



PROYECTO SALVACIÓN

Ciencia Ficción

27 Marzo

Dirección: Phil Lord, Christopher Miller

Reparto: Ryan Gosling, Sandra Hüller, Milana Vayntrub, Lionel Boyce, Ken Leung ...

Sinopsis: El profesor de ciencias Ryland Grace se despierta en una nave espacial a años luz de casa sin recordar quién es ni cómo ha llegado hasta allí. A medida que recupera la memoria, empieza a descubrir su misión: resolver el enigma de la misteriosa sustancia que provoca la extinción del sol. Deberá recurrir a sus conocimientos científicos y a sus ideas poco ortodoxas para salvar todo lo que hay en la Tierra de la extinción... pero una amistad inesperada significa que quizá no tenga que hacerlo solo.



SHELTER: EL PROTECTOR

Acción

27 Marzo

Dirección: Ric Roman Waugh

Reparto: Jason Statham, Bill Nighy, Naomi Ackie, Daniel Mays, Harriet Walter

Sinopsis: En una remota isla, un hombre que vive en el exilio rescata a una niña de una peligrosa tempestad, lo que desencadena una serie de eventos que los ponen a ambos en grave peligro. A medida que sus destinos se entrelazan, su misión será protegerla a toda costa, mientras se enfrenta a los enemigos de su pasado, en una trepidante odisea por sobrevivir.



ALTAS CAPACIDADES

Comedia

27 Marzo

Dirección: Víctor García León

Reparto: Marián Álvarez, Israel Elejalde, Juan Diego Botto, Natalia Reyes, Suso Nanclares

Sinopsis: Alicia y Gonzalo, una pareja de clase media, se encuentran con la oportunidad de matricular a su hijo Fer en un colegio laico de élite. Para los padres supone asomar la cabeza en la clase alta, nuevas amistades, mayores ingresos, ventajas incontables. Dicen hacerlo por su hijo. En esta maravillosa contradicción entre los miedos y los principios morales, las aspiraciones de la pareja se llevarán por delante lo que, hasta entonces, creían incuestionable.

El lenguaje oculto de los símbolos esotéricos: un viaje a la sabiduría ancestral

Desde tiempos inmemoriales, la humanidad ha buscado comprender las fuerzas que rigen el universo y su propia existencia. En esta búsqueda, los símbolos esotéricos han emergido como un lenguaje universal, trascendiendo barreras culturales y temporales para comunicar verdades profundas y conocimientos ocultos. Estos emblemas, cargados de significado y poder, no son meras representaciones artísticas, sino portales a dimensiones de comprensión espiritual y filosófica, revelando la interconexión entre lo material y lo inmaterial.



Cada símbolo es un compendio de sabiduría, una clave visual que desbloquea capas de entendimiento. El Ankh, por ejemplo, no solo representa la vida eterna, sino también el equilibrio entre opuestos, la unión de lo masculino y lo femenino en la creación. El Pentagrama, con sus cinco puntas, simboliza la armonía de los elementos (tierra, aire, fuego, agua) coronados por el espíritu humano, siendo un potente amuleto de protección. El Yin Yang encarna la dualidad y la interconexión de las fuerzas cósmicas, mostrando

cómo la luz y la oscuridad, lo activo y lo pasivo, son complementarios y necesarios para el equilibrio universal. La Flor de la Vida, por su parte, ilustra la estructura fundamental de la creación, un patrón geométrico sagrado que se encuentra en diversas culturas y que representa la interconexión de toda la vida en el cosmos.

Estos y otros símbolos, como el Ouroboros, la serpiente que se devora su propia cola, simbolizando el ciclo eterno de renovación, vida, muerte y renacimiento; el Ojo de Horus, un antiguo emblema egipcio de protección divina, poder real y buena salud que aleja los malos espíritus; y el Om, la sílaba sagrada en el hinduismo y el budismo que representa la vibración universal y la esencia de la creación, nos invitan a una introspección profunda y a la expansión de nuestra conciencia. Su estudio y contemplación nos permiten acceder a un legado de sabiduría que ha perdurado a través de las eras, conectándonos con la esencia misma del cosmos y con un conocimiento que va más allá de lo tangible. Son herramientas para el autoconocimiento y la iluminación, guiándonos en el camino hacia una comprensión más holística de la realidad.



La Flor de la Vida: El patrón geométrico central que representa la interconexión del universo.

Ankh: El símbolo egipcio de la vida eterna y la inmortalidad.

Pentagrama: Representación de los elementos y el espíritu, utilizado históricamente para la protección.

Yin Yang: El equilibrio fundamental entre fuerzas opuestas.

Ouroboros: La serpiente que se devora a sí misma, simbolizando el ciclo eterno de renovación.

Ojo de Horus: Un poderoso amuleto de protección y salud divina.

Om: La vibración sagrada que dio origen a la creación.

Árbol de la Vida: El vínculo sagrado entre el mundo terrenal y el espiritual.



MUNDO CHIMENEA

GRUPO LUALDASA

Calor y Diseño

AHORRE EN SU CALEFACCIÓN HASTA 60%

EL REINO DE LAS BBQ

549€



Gem 330

- 3 Quemadores inoxidables
- Potencia: 6,90 Kw
- Quemador lateral
- Encendido Electrónico

849€



Crown 410

- 4 Quemadores inoxidables
- Encendido Electrónico
- Potencia: 11,40 Kw

1.899€



Barón S 590

- 5 Quemadores
- Quemador Lateral 90°
- Rustidor
- Botonera LED
- Potencia: 13,20 Kw

699€

A+



ESTUFA PELLETS 7 Kw

Carga automática pellets.
Encendido aut. Modo ECO.
Termostato seguridad
Control de ventilador
Sonda de temperatura
Programa diario y semanal
Cajetín de combustión de fundición
Mando a distancia

1.599€

A+



HIDROESTUFA

18 kw
Programable
Rendimiento 94%
Cenicero hierro fundido

1.899€

A+



INSERTABLE CHIMENEA

Ulyses 10 Kw
Tolva 13 Kg. Peso 99 Kg.
Termostato de seguridad

Precios iva no incluido

799€



INSERT 700 GV

Potencia térmica 14 Kw

- Hierro fundido 145 kg
- 2 ventiladores. 2 velocidades

200 modelos diferentes a su disposición



1.999€

A+



CALDERA PELLETS 35 Kw

- Caldera MC 35 depósito 50 kg
- Control automático de la combustión

FINANCIACION EN 36 MESES SIN INTERESES. (TAE 6,07%+ TIN 0%)

SALGUEDA

INVICTA

FERLUX

ecoforest

NORDICA Extraflame

LACUNZA

DINAK

GRUPO LUALDASA. Av. de Ronda, 14 28981 (Parla) 91 130 59 81
mundochimenea@gmail.com

Nos mueve ser tu energía

Gasóleo a domicilio

Sin coste adicional
Te lo servimos GRATIS



Te llevamos tu combustible donde estés

24 HORAS

Te servimos el combustible en 24 h



Te garantizamos el mejor precio



Somos tu distribuidor de confianza



CUBADÍS

✉ cubadis@cubadis.es



91 816 17 00
622 52 53 53

Carretera M-404, km 31. 28990 Torrejón de Velasco - Madrid