

#308

COVIBAR

L A V O Z D E L O S S O C I O S

REVISTA INFORMATIVA DE LA COOPERATIVA COVIBAR

EJEMPLAR GRATUITO

JUNIO 2022 Nº 308

FIESTAS DE COVIBAR 20 22

¡Nos reencontramos
en la avenida!

Así se desarrolló la
asamblea de socios

4-5

Un paseo florido
por Covibar

6-10

Un verano
de cine

17-19



LA ORQUESTA DE COLORES

Escuelas de Verano 2022

“Escuela de colores” es el campamento URBANO de ALVENTUS, creado para niños y niñas de Educación Infantil y Primaria (de 3 a 12 años).

FECHAS

Del 27 de junio al 7 de septiembre

INSCRIPCIONES ONLINE

CÓDIGO: covibar



www.grupoalventus.com

HORARIOS

De 7:30 a 17:00

Desayuno 7:30 a 9:00

Actividades de mañana: asambleas, talleres y juegos
9:00 a 11:00h

Almuerzo 10:00 a 11:30h

Actividades de medio día: misión grupal, piscina
11:30 a 14:00h

Comida 14:00 a 15:00h

Actividades de tarde: talleres, juegos y dinámicas grupales. 15:00 a 16:00h

Servicio de guardería 16.00 a 17:00h



ALVENTUS
actividades escolares

Covibar celebra un nuevo cambio de solsticio

La temporada llega a su fin y nos vamos con la satisfacción de haber hecho los deberes. Tras los dos últimos años convulsos que hemos vivido debido a la pandemia, podemos decir que este 2021-2022 hemos conseguido volver a retomar nuestra agenda con la mayor normalidad posible. El Centro Social ha vuelto a contar con personajes ilustres, grandes escritores, pintores, fotógrafos y conferenciantes que han devuelto la vida a las tardes en el barrio. La programación cinematográfica y los espectáculos han vuelto a ser los protagonistas de los fines de semana en la Sala Covibar, gracias, entre otros, a la colaboración con el Ayuntamiento de Rivas, que ha confiado, un año más, en la Cooperativa, firmando un convenio de colaboración. El Gimnasio, poco a poco, se ha vuelto a llenar de usuarios que quieren retomar las buenas costumbres, y los amantes del senderismo han disfrutado de las diferentes salidas organizadas. El broche final a esta temporada ha sido, sin duda, la Asamblea General Ordinaria, en la que se ha revalidado la gestión de los últimos tres años y donde los socios han mostrado su confianza en el actual Consejo Rector, reeligiéndolo para una legislatura más.

Y como premio a este trabajo bien hecho, este mes de junio podremos disfrutar, además de nuestro bien más preciado, que son las piscinas de verano, de la celebración de las Fiestas de Covibar, que regresan a la avenida que lleva nuestro nombre, para conmemorar la llegada del verano con actividades infantiles, orquestas, concursos, aperitivo para todos los vecinos y su tradicional hoguera la noche de San Juan, que vendrá acompañada de batucada y degustación de queimada.

Además, también tras dos años de ausencia, desde el día 23 de julio recuperamos las sesiones de cine de verano junto a la entrada lateral de Centro Cívico Comercial. Un acto



social y lúdico que sabemos que os encanta y que ya echabais de menos.

Todo esto no sería posible realizarlo sin todos los socios y socias y su representación, que formamos el Consejo Rector. Por ello, no queremos despedirnos de este curso sin reiterar la invitación que hicimos al finalizar la asamblea a los socios más jóvenes y a los recién llegados. Y es que, por favor, participéis y os involucréis en la Cooperativa, pues que todas estas actividades y servicios continúen en el futuro dependerá de vosotros.

A todos y a todas os deseamos un feliz y refrescante verano 2022.

CONSEJO RECTOR DE COVIBAR

P3> Editorial. P6> Noticias. P14> Locales en alquiler. P17> Cultura. P36> Deportes. P42> Covi recetas. P46> Noticias Rivas. P50> Aspadir. P52> Conecta con tu mente. P55> Blog. P57> Tablón.

Edita y dirige: Consejo Rector de Covibar

Artículos e información: Departamento de Comunicación de Covibar. Tlf. 916669083. revista@covibar.es
Covibar S. Coop. Mad CIF: F28582302, INSC:28/CM-3810

Edición: 21.000 ejemplares distribuidos en todo el municipio de Rivas Vaciamadrid

Diseño y maquetación: ZEP, S.L. | **Fotomecánica e impresión:** Escritorio Digital
Depósito Legal: M-40152-1992 | **Publicidad:** Departamento de Comunicación de Covibar - Tlf. 91 666 90 83 ext. 118 | **Distribución:** Publidistribuciones

La Revista Covibar no comparte ni es responsable, necesariamente, de todas las opiniones que se publican.





Los socios y socias de **Covibar** aprueban las cuentas de los últimos tres años y el Consejo Rector renueva cargos

Durante la mañana del domingo 5 de junio tuvo lugar la Asamblea General Ordinaria de la Cooperativa Covibar, que trató asuntos de los últimos tres años, dado que, por motivos sanitarios, los últimos dos no pudo celebrarse. A la misma asistieron los socios y socias que desearon participar activamente en las decisiones y devenir del proyecto cooperativo. También pudieron informarse de primera mano de la gestión y cuentas de 2019, 2020 y 2021, sobre las que tuvieron la oportunidad de preguntar e informarse, antes de ser sometidas a su votación, que dio como resultado su aprobación por más del 90% de los votos. También eligieron a los auditores para otros tres años.

En el apartado de renovación de cargos, los socios ratificaron para otros cuatro años al presidente José Jorge García, a los interventores Francisco Javier Jiménez y Elena Ruiz y a los vocales Melitón Quílez, Manuel Macías, Francisco de la Fuente, Pedro Herrero, José María Utrilla, Julián Alvira y Raúl Alcañiz. El hasta ahora vocal Juan Carlos Iglesias fue elegido vicepresidente, y se votó a un nuevo miembro: Fernando Toribio.

Para finalizar, los socios y socias que lo desearon subieron al estrado para preguntar, informarse y proponer cuantas cuestiones les preocupaban, todo desarrollado en un ambiente tranquilo y sin altercados.





José Jorge García, Presidente

Al comienzo de la asamblea guardamos un minuto de silencio en memoria de las víctimas del COVID-19.



Juan Carlos Iglesias, vicepresidente



Fernando Toribio, nuevo vocal



Francisco de la Fuente, vocal



José María Utrilla, vocal



Julián Alvira, vocal



Manuel Macías, vocal



Melitón Quílez, vocal



Pedro Herrero, vocal



Raúl Alcañiz, vocal



Elena Ruiz, interventora

Un paseo por el Covibar más florido

Aunque estamos en las postrimerías de la primavera, no queremos abandonar esta estación sin antes hacer un homenaje a las flores que han tapizado las plazas y parques del barrio durante estos últimos meses. Y es que Covibar se caracteriza por estar lleno de zonas verdes y jardines que hacen que pasear por sus calles resulte agradable tanto a la vista como al olfato.



Casida de la rosa (*Federico García Lorca*)

La rosa
no buscaba la aurora:
Casi eterna en su ramo
buscaba otra cosa.

La rosa
no buscaba ni ciencia ni sombra:
Confín de carne y sueño
buscaba otra cosa.

La rosa
no buscaba la rosa:
Inmóvil por el cielo
¡buscaba otra cosa!





**La rosa, la reina
de nuestros jardines.
Rojas, rosas, amarillas,
blancas...
Siempre fragantes.**

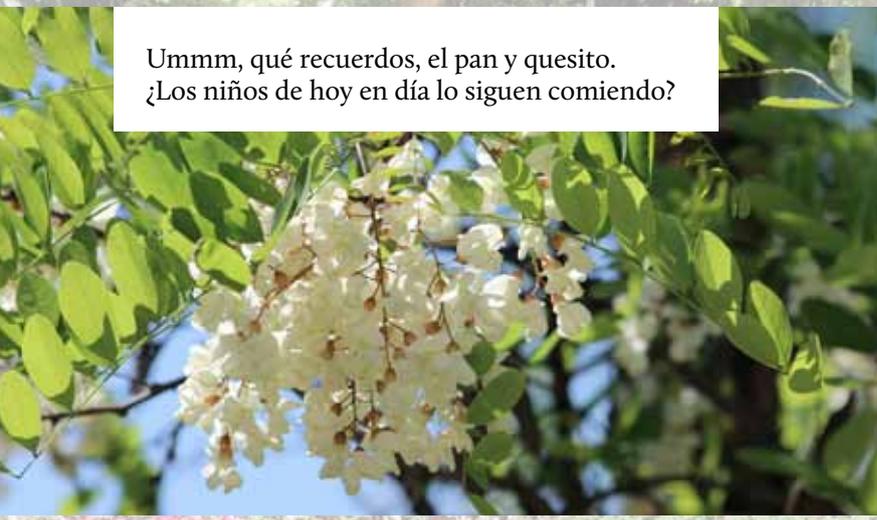


En ti la tierra *(Pablo Neruda)*

Pequeña
rosa,
rosa pequeña,
a veces,
diminuta y desnuda,
parece
que en una mano mía
cabes,
que así voy a cerrarte
y a llevarte a mi boca,
pero
de pronto
mis pies tocan tus pies y mi boca tus labios,
has crecido,
suben tus hombros como dos colinas,
tus pechos se pasean por mi pecho,
mi brazo alcanza apenas a rodear la delgada
línea de luna nueva que tiene tu cintura:
en el amor como agua de mar te has desatado:
mido apenas los ojos más extensos del cielo
y me inclino a tu boca para besar la tierra.



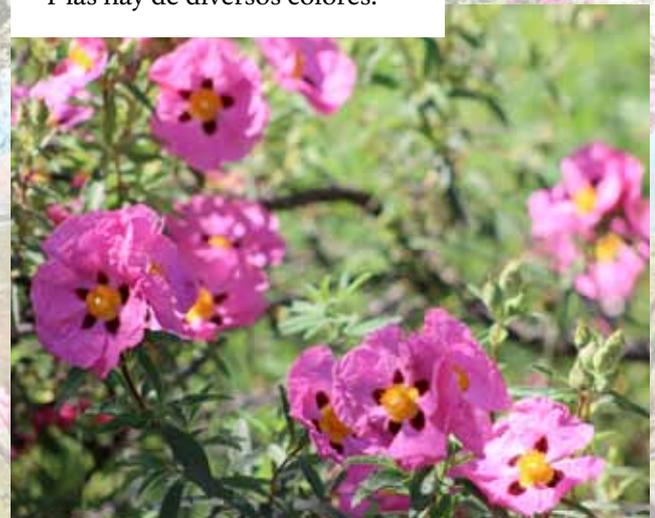
Ummm, qué recuerdos, el pan y queso.
¿Los niños de hoy en día lo siguen comiendo?



No solo hay jaras en los montes.
Y las hay de diversos colores.



Margarita se llama mi amor.

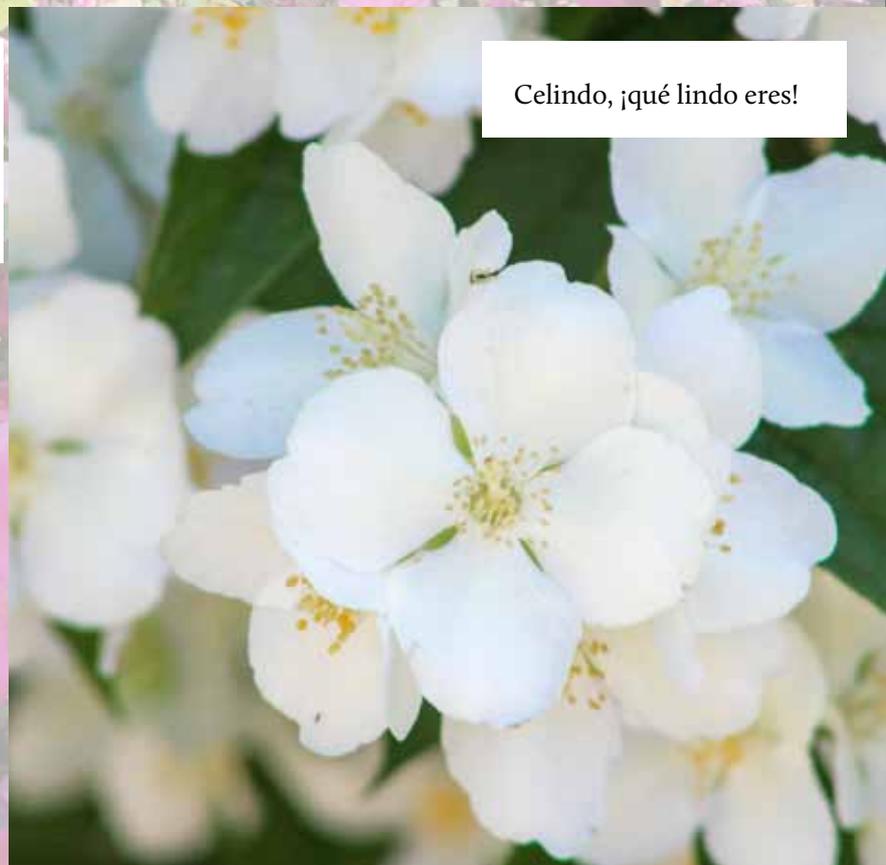


Odio (*Alfonsina Storni*)

Oh, primavera de las amapolas,
Tú que floreces para bien mi casa,
Luego que enjeyes las corolas,
Pasa.



Celindo, ¡qué lindo eres!



La flor y la muerte (*Miguel Hernández*)

¡Pobre flor! ¡Qué mal naciste!
¡Qué fatal que fue tu suerte!
Al primer paso que diste
tropezaste con la muerte.

El dejarte, es cosa triste
el cogerte, cosa fuerte,
pues dejarte con la vida
es quedarte con la muerte.



El cardo (*José Emilio Pacheco*)

El cardo es pura hostilidad.
Inmóvil escorpión, acecha y sabe
que alguien irá a clavarse en sus púas.

Planeta de odio, error de la tierra.

El cardo sólo sirve para herir,
sólo tiene lenguas
para la injuria.

Quiere vengarse de ser cardo.
Es la ofensa a todo,
el erizo que se difunde
para clavar su pica de rabia.

Y al cumplir su función morir.

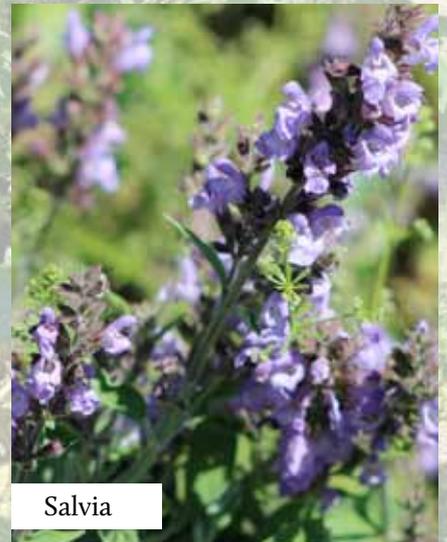


Las abejas, incansables buscando el néctar.
Los jardines son fuentes de vida

**Además de belleza y aroma,
también son fuente
de salud y bienestar.**



Caléndula



Salvia

También hay encanto
en las flores silvestres



Pitosporo

¡Cuánta belleza en los parques y los jardines
de nuestras calles y plazas!



Calistemo



Jaguarzo



Carnea Briotti



Espirea



Fotinia



Escalonia

SEMANA ORGULLO

LGTBI

19-26 JUNIO
RIVAS 2022



**RIVAS
VACIAMADRID**



LAS FIESTAS DE COVIBAR

• REGRESAN A LA AVENIDA •

DEL 12 AL 23 DE JUNIO 2022

Tras los dos últimos años de restricciones por la situación sanitaria, este año, por fin, retomamos las tradicionales fiestas de Covibar, que contarán con actividades para todos los públicos y estarán de nuevo ubicadas en la avenida de Covibar (tramo situado entre el colegio El Parque y el ascensor).

EL RECINTO FERIAL SE UBICARÁ EN LA AVENIDA DE COVIBAR, EN EL TRAMO ENTRE LA PLAZA VIOLETA PARRA Y LA AVENIDA DE GABRIEL GARCÍA MÁRQUEZ



► MARTES 14 DE JUNIO:

FIESTA DE MAYORES CON ORQUESTA Y MERIENDA

20:00h. Lateral del Centro Cívico Comercial de Covibar (frente al Edificio Azul).

INTRODUCCIÓN AL SANDA (MODALIDAD DE KUNG FU)

21:00h. Piscinas de Covibar (inscripción previa en el Gimnasio Covibar).

► MIÉRCOLES 15 DE JUNIO:

MASTERCLASS DEL GIMNASIO COVIBAR

19:30h. Entrada del Centro Cívico Comercial de Covibar (cine de verano).

► JUEVES 16 DE JUNIO:

INTRODUCCIÓN A LA DEFENSA PERSONAL (QIN NA)

21:00h. Piscinas de Covibar (inscripción previa en el Gimnasio Covibar).

► VIERNES 17 DE JUNIO:

ACTIVIDADES LÚDICAS INFANTILES HINCHABLES

De 20:00 a 00:00h. Recinto ferial.

ORQUESTA MANDRÁGORA

22:00h. Recinto ferial.

► SÁBADO 18 DE JUNIO:

RALLY FOTOGRÁFICO

9:00-13:15h. Centro Social de Covibar.
Consultar bases en la página 44.

CONCURSO DE PINTURA RÁPIDA

9:00-14:00h. Centro Social de Covibar.
Consultar bases en la página 45.

INTRODUCCIÓN AL TAICHÍ LOHAN

10:30h. Piscinas de Covibar
(inscripción previa en el Gimnasio Covibar).

FIESTA DE LA ESPUMA

13:30h. Recinto ferial.

APERITIVO COLECTIVO

14:00h. Recinto ferial.

FESTIVAL DE LA ESCUELA DE DANZA COVIBAR

17:00 y 19:30h. Sala Covibar.

ACTIVIDADES LÚDICAS INFANTILES HINCHABLES

De 20:00 a 00:00h. Recinto ferial.

ORQUESTA LOKURA

22:00h. Recinto ferial.



Además, con anterioridad a estas fechas, habrán tenido lugar el XIV TORNEO DE FÚTBOL URBANO PABLO LIMA PRO, los días 4 y 5 de junio, en las pistas deportivas del Parque de Asturias; y el TORNEO DE FIESTAS DE COVIBAR DE LA EFRV.

► DOMINGO 19 DE JUNIO:

TORNEO HOMENAJE

A ANTONIO DE LA CUEVA

9:00h. Campos de fútbol El Vivero.

INTRODUCCIÓN A LOS ANIMALES DEL KUNG FU. ACTIVIDAD INFANTIL

10:30h. Piscinas de Covibar
(inscripción previa en el Gimnasio Covibar).

FESTIVAL DE LA ESCUELA DE DANZA COVIBAR

17:00 y 19:30h. Sala Covibar.

► LUNES 20 DE JUNIO:

TEATRO INFANTIL MARIONETAS:

HABÍA UNA VEZ

20:00h. Entrada lateral del Centro Cívico Comercial de Covibar.

► MARTES 21 DE JUNIO:

ESPECTÁCULO INFANTIL:

CLOWN OFICINA

20:00h. Entrada lateral del Centro Cívico Comercial de Covibar.

► MIÉRCOLES 22 DE JUNIO:

TEATRO INFANTIL MARIONETAS:

CUENTOS PARA JUGAR

20:00h. Entrada lateral del Centro Cívico Comercial de Covibar.

► JUEVES 23 DE JUNIO:

ESPECTÁCULO DE PERCUSIÓN:

BLOCO DO BALIZA

21h. Final de la avenida Dolores Ibárruri
(fondo de saco).

HOGUERA DE SAN JUAN Y QUEIMADA

22h. Final de la avenida Dolores Ibárruri
(fondo de saco).

ESTAS FIESTAS SE REALIZAN
EN COLABORACIÓN CON

 **RIVAS VACIAMADRID**
Cultura y Fiestas

UBICACIÓN	SUPERFICIE	ACTIVIDAD ANTERIOR
Plaza de Clarín 6, local 1 bis	64	Alimentación
Plaza de Clarín 8, local 1	146	Bar
Plaza de Luis Buñuel 3, local 2	135	Bar
Plaza de Luis Buñuel 4, local 1	146	Oficina
Plaza de Luis Buñuel 4, local 2	130	Oficina
Plaza de Luis Buñuel 5, local 4	122	Bar
Plaza de Luis Buñuel 7	67	Locutorio
Plaza de Blas de Otero 2, local 1	50	Clínica
Plaza de Pau Casals 7, local 3	82	Pub
Plaza de Madrid 8, local 1	67	Alimentación
Plaza de Madrid 9, local 2	150	Artículos de segunda mano
Plaza de Moro Almanzor 7, local 1	90	Oficina
Plaza de Moro Almanzor 9, local 1	86	Oficina
Plaza Monte Ciruelo 3, local 1	39	Laboratorio
Plaza Monte Ciruelo 4, local 1	42	Estudio musical
Plaza de Monte Ciruelo 6, local 2	223	Bar
Plaza de Monte Ciruelo 8, local 1	34	Almacén
Plaza del Valle del Nalón 6, local 1	76	Reparación de bicicletas
Plaza del Valle del Nalón 9, local 1	38	Almacén
Plaza del Valle del Nalón 10, local 1	115	Oficina
Plaza de Blimea 8, local 2	113	Iglesia
Plaza de Blimea 8, local 4	65	Academia
Avenida de Velázquez 4, local 10	194	Local en bruto
Avenida de Velázquez 4, local 13	370	Local en bruto. Sótano incluido

ALQUILA

TU LOCAL DESDE

209€
+ IVA

UBICACIÓN	SUPERFICIE	ACTIVIDAD ANTERIOR	PRECIO
1ª planta, local 4	40	Informática	556,47 € + IVA
1ª planta, local 6	44	Moda	586,09 € + IVA
1ª planta, local 7	44	Moda infantil	586,09 € + IVA
1ª planta, local 9	44	Joyería	607,24 € + IVA
1ª planta, local 17	30	Librería	418,95 € + IVA
1ª planta, local 18	26	Telefonía	358,27 € + IVA
1ª planta, local 19	56	Imprenta	782,93 € + IVA
2ª planta, local 5	50	Academia	566 € + IVA
2ª planta, local 25-26	65	Locutorio	748,80 € + IVA

RINCONES PARA EL ARTE



¿Necesitas un espacio donde realizar alguna actividad artística o cultural?

En Covibar podemos ofrecerte una amplia variedad de locales, a precios muy asequibles, en las plazas de La Regenta, Cañada Real, Luis Buñuel, Clarín o Joan Miró, una zona del barrio donde se han establecido numerosas asociaciones y negocios vinculados con el mundo del arte y la cultura (grupos de teatro, Manualidades Mardones, scouts, bailes de salón, etc.). Si deseas disponer de un local, como los que integran este pequeño Paseo del Arte de Covibar, ponte en contacto con nosotros.

INFÓRMATE EN:
**CENTRO CÍVICO
COMERCIAL DE COVIBAR**

Avda. de Covibar 8 - 2ª planta, local 22
28523 RIVAS VACIAMADRID
Tif. 91 666 90 83

LOCAL destacado

INFORMACIÓN: Oficinas de la Cooperativa Covibar
Tlf. 91 666 90 83
Centro Cívico Comercial de Covibar
Avenida de Covibar 8, 2ª planta, local 22
28523 Rivas Vaciamadrid

Plaza monte ciruelo 3, local 1

Local en perfecto estado.

Actividad anterior: laboratorio

Superficie: 39 m²



Cuota mensual
de alquiler:

344,44 € + IVA

Comunidad
y mancomunidad
no incluidas





Regresa el cine de verano a Covibar

Tras dos años sin ellas, vuelven las entrañables noches de cine de verano en el exterior del Centro Cívico Comercial. Las calurosas noches de sábado serán más llevaderas gracias a las cinco sesiones gratuitas que os hemos preparado, con películas dirigidas a toda la familia. Todas comenzarán a las 22:00 horas y podrán sufrir cambios, de los que os avisaríamos con antelación en nuestra web y redes sociales.

EL SECRETO DE VICKY

Sábado 23 de julio

Stéphane decide mudarse a una bonita región montañosa del centro de Francia para retomar la relación con su hija Victoria, que ha perdido el habla desde que murió su madre. Durante un paseo por el bosque, un pastor le regala a la niña un cachorro llamado Mystère. Con este regalo, la niña empieza a abrirse al exterior. Pero, en seguida, Stéphane descubre que el cachorro es, en realidad, un lobo... A pesar de las advertencias y del peligro de la situación, a Stéphane no le queda más remedio que separar a su hija de esta bola de pelo, en apariencia inofensiva.



LA FAMILIA BLOOM

Sábado 30 de julio

Sam Bloom es una madre que vive feliz con su marido y sus tres hijos. Un día, un accidente la deja paralítica. Mientras ella y su familia luchan por adaptarse a su nueva situación, un aliado improbable se presenta en sus vidas en forma de un pájaro herido al que llaman Penguin por el color de su plumaje. La llegada de este animal es una bienvenida distracción para la familia Bloom, que finalmente marca una gran diferencia en Sam, enseñándola a vivir de nuevo.



D'ARTACÁN Y LOS TRES MOSQUEPERROS

Sábado 6 de agosto

D'Artacán es un joven impetuoso e inocente que viaja a París para cumplir su sueño de convertirse en mosqueperro. Allí conocerá un fiel amigo, el ratón Pom; se unirá a los famosos mosqueperros (Athos, Portos y Aramis); se enamorará de Juliette; alucinará con Milady, la famosa gata espía; y se enfrentará al perverso Cardenal Richelieu. Sin olvidar a Rofly, el corcel de D'Artacán, que lo salvará más de una vez.



A TODO TREN. DESTINO ASTURIAS

Sábado 13 de agosto

Cuando Ricardo, padre responsable volcado en su hijo, decide llevarle a un campamento en Asturias en tren nocturno, algunos padres le proponen que lleve también a varios de sus hijos. Sin embargo, no cuentan con que en el último minuto les acompañe Felipe, abuelo de dos de los niños, un tipo extravagante e irresponsable. Cuando el tren arranca sin Ricardo ni Felipe, pero con los niños solos dentro, comenzará una disparatada persecución por parte del padre y del abuelo para alcanzar al tren, y un alocado viaje por parte de los niños, donde harán todas las travesuras que no se atreverían nunca a hacer delante de los mayores.



SPACE JAM. NUEVAS LEYENDAS

Sábado 20 de agosto

La superestrella de la NBA LeBron James se une a Bugs Bunny y al resto de los Looney Tunes en esta esperada secuela.



CARTELERA DE CINE SALA COVIBAR DEL 8 DE JULIO AL 11 DE SEPTIEMBRE

Entrada general: 4,5€ // Socios de Covibar: 3,5€ // Menores de 10 años: 2,5€ // Menores de 10 años socios: 1,5€ //
Mayores de 60-64 años: 3,5€ // Entrada libre para socios de Covibar mayores de 60 años.

Entrada libre para mayores de 65 años, en virtud del convenio de colaboración firmado entre el Ayuntamiento de Rivas Vaciamadrid y la Cooperativa Covibar.



Para poder disfrutar de los descuentos y gratuidades es obligatorio presentar la documentación acreditativa correspondiente (carné de socio y/o DNI).

Esta programación cinematográfica podría sufrir modificaciones. De producirse algún cambio, pedimos disculpas anticipadas. Podéis manteneros informados de forma actualizada consultando nuestra página web www.covibar.es/sala-covibar, así como nuestro perfil de Facebook.

EL HOMBRE DEL NORTE

AVENTURAS

Viernes 8 de julio, 17:30 horas

Sábado 9 de julio, 20:30 horas

Viernes 8 de julio, 20:30 horas

Domingo 10 de julio, 17:30 horas

Sábado 9 de julio, 17:30 horas

Domingo 10 de julio, 20:30 horas

Dirección: Robert Eggers.

Reparto: Alexander Skarsgård, Nicole Kidman, Anya Taylor-Joy.

Sinopsis: En Islandia, en pleno siglo X, un príncipe nórdico busca vengar a toda costa la muerte de su padre.



LOS TIPOS MALOS

COMEDIA

Viernes 15 de julio, 18:00 horas

Sábado 16 de julio, 20:30 horas

Viernes 15 de julio, 20:30 horas

Domingo 17 de julio, 18:00 horas

Sábado 16 de julio, 18:00 horas

Domingo 17 de julio, 20:30 horas

Dirección: Pierre Perifel.

Sinopsis: Cinco famosos delincuentes tratan de realizar su empresa más complicada hasta la fecha: portarse bien.



EL ARMA DEL ENGAÑO

BÉLICO

Viernes 22 de julio, 18:00 horas

Domingo 24 de julio, 18:00 horas

Viernes 22 de julio, 20:30 horas

Domingo 24 de julio, 20:30 horas

Dirección: John Madden.

Reparto: Colin Firth, Matthew Macfadyen, Kelly MacDonal.

Sinopsis: Año 1943, en plena II Guerra Mundial, las fuerzas aliadas están decididas a lanzar un asalto definitivo en Europa. Pero se enfrentan un desafío importante: proteger durante la invasión a sus tropas de la potencia de fuego alemana, y así evitar una posible masacre. Dos brillantes oficiales de inteligencia serán los encargados de establecer la estrategia de desinformación más inspirada e imparable de la guerra.



MR. WAIN

DRAMA

Viernes 29 de julio, 18:00 horas

Domingo 31 de julio, 18:00 horas

Viernes 29 de julio, 20:30 horas

Domingo 31 de julio, 20:30 horas

Dirección: Will Sharpe.

Reparto: Benedict Cumberbatch, Claire Foy, Andrea Riseborough.

Sinopsis: La cinta narra la historia real del británico Louis Wain, un artista, inventor y empresario que hizo todo lo posible para cuidar de sus cinco hermanas y su madre. Dos eventos cambiaron su vida para siempre: conocer a Emily, el amor de su vida, y adoptar a Peter, un gatito perdido. Los dos se convertirán tanto en su familia como en su inspiración para pintar las extraordinarias imágenes de gatos que lo hicieron mundialmente famoso.



MIS QUERIDÍSIMOS HIJOS

COMEDIA

Viernes 5 de agosto, 18:00 horas

Domingo 7 de agosto, 18:00 horas

Viernes 5 de agosto, 20:30 horas

Domingo 7 de agosto, 20:30 horas

Dirección: Alexandra Leclère.

Reperto: Josiane Balasko, Didier Bourdon, Marilou Berry.

Sinopsis: Chantal y Christian viven una jubilación tranquila. Pero desde que sus hijos Sandrine y Stéphane abandonaron el nido, no los ven demasiado. Las oportunidades de reunirse en familia son cada vez más escasas. Cuando sus hijos les anuncian que no vendrán a celebrar la Navidad, deciden hacerles creer que les ha tocado la lotería.



HÉROES DE BARRIO

COMEDIA

Viernes 12 de agosto, 18:00 horas

Domingo 14 de agosto, 18:00 horas

Viernes 12 de agosto, 20:30 horas

Domingo 14 de agosto, 20:30 horas

Dirección: Ángeles Reiné.

Reperto: Antonio Pagudo, Luna Fulgencio, Antonio Dechent.

Sinopsis: Paula es una niña que juega en un equipo de fútbol infantil femenino y pide a su padre, Luis, que le traiga a final de temporada al jugador del Betis Joaquín, de quien este finge ser un buen amigo. Luis se apoya en su padre, un exboxeador, y en su amigo Lito para intentar recuperar el amor de su mujer, que ahora vive con una nueva pareja.



LIVE IS LIFE

AVENTURAS

Viernes 19 de agosto, 18:00 horas

Domingo 21 de agosto, 18:00 horas

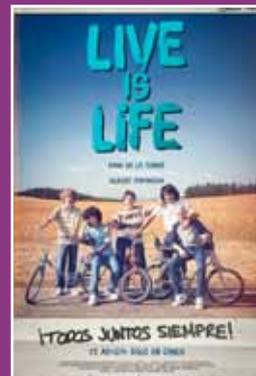
Viernes 19 de agosto, 20:30 horas

Domingo 21 de agosto, 20:30 horas

Dirección: Dani de la Torre.

Reperto: Adrián Baena, Juan del Pozo, Raúl del Pozo, David Rodríguez, Javier Casellas.

Sinopsis: Verano 1985. Como cada año, Rodri deja Cataluña y viaja con su familia al pueblo gallego de sus padres para reencontrarse con su pandilla. Sin embargo, este año es distinto para él y sus amigos. Los problemas del mundo real empiezan a aparecer en sus vidas, amenazando con separarles. Aferrándose a la amistad que les une, los cinco amigos planean escaparse la noche de San Juan en busca de una flor mágica que, según cuenta la leyenda, crece en lo alto de una montaña y puede hacer que los deseos se hagan realidad.



PADRE NO HAY MÁS QUE UNO 3

COMEDIA

Viernes 9 de septiembre, 17:30 horas

Sábado 10 de septiembre, 20:30 horas

Viernes 9 de septiembre, 20:30 horas

Domingo 11 de septiembre, 17:30 horas

Sábado 10 de septiembre, 17:30 horas

Domingo 11 de septiembre, 20:30 horas

Dirección: Santiago Segura.

Reperto: Santiago Segura, Toni Acosta, Leo Harlem, Carlos Iglesias.

Sinopsis: Se acercan las Navidades. Los niños rompen accidentalmente una figurilla del belén de colección de su padre y deben conseguir por todos los medios una igual; el problema es que es una pieza única de anticuario.



Y ADEMÁS

¿Te lo perdiste en mayo? Ahora tienes una nueva oportunidad para disfrutar del musical **Los miserables**, de Escena Studio.

> Domingo 3 de julio, 20:00 horas

Precio de la entrada: 10 €

Precio socios de Covibar: 8 €

Venta de entradas en taquilla el día de la función desde las 16:15 horas



RESERVADA PARA TI

ALQUILA LA SALA COVIBAR

Infórmate en

91 666 90 83

comunicacionycultura@covibar.es

Celebra tus reuniones,
conferencias y encuentros
profesionales en la
Sala Covibar,
Rivas Vaciamadrid

PRECIOS ASEQUIBLES

AFORO 500 PERSONAS



Desde 1978



> Lunes 13 de junio, 18:30 horas

Taller *Ríete de los lunes mientras puedas*

SESIÓN DE RISOTERAPIA GRATUITA CON LA ASOCIACIÓN DONANTES DE RISAS

> Miércoles 22 de junio, 19:00 horas

Taller de Proyecto Perrutis - Covibar *La adolescencia y el proceso judicial*



La última cita de la temporada con Proyecto Perrutis tendrá lugar la tarde del 22 de junio en la Sala Miguel Hernández del Centro Social. Como nos tiene acostumbrados, el terapeuta contra adicciones Emilio Ortiz nos da a conocer profesionales que pueden resultar de interés para los jóvenes que cuentan con el apoyo de esta entidad, así como para sus familiares y amigos más cercanos.

En esta ocasión nos visita la abogada especialista en derecho penal y de familia Lucía Causo. Esta nos hará una aproximación realista sobre las implicaciones de los menores y adolescentes en los procesos civiles y penales, especialmente vinculados al consumo y tráfico de estupefacientes, presentará los posibles escenarios y analizará cómo estas situaciones pueden afectar emocionalmente a los implicados.

**VOLVEMOS EN SEPTIEMBRE
CON MÁS PROGRAMACIÓN CULTURAL.
GRACIAS POR CONFIAR EN NOSOTROS.**



El musical *Los miserables* llenó

de nuevo la Sala Covibar

Como cada vez que nos visitan, los miembros de Escena Studio no defraudaron a todos aquellos que acudieron a la Sala Covibar el pasado 8 de mayo. Esta vez repitieron su propuesta de montaje de un musical que trasciende a todas las épocas, con el que cosecharon un enorme éxito y la admiración de todo el público.

Una treintena de actores sobre el escenario, cantando en directo, interpretaron esta emotiva historia basada en la novela de Víctor Hugo, una obra que muestra la crudeza de la vida en la Francia de principios del siglo XIX, con un relato que gira en torno a la enfermiza persecución del Inspector Javert hacia el prófugo de la justicia Jean Valjean, quien asume el cuidado de la huérfana Cosette, a la que cuidará y protegerá a toda costa, condicionando su vida.



Fotos: Fernando Galán

Parodiando a Lorca en clave futurista

El último fin de semana de mayo hubo espacio para una nueva obra de teatro en la Sala Covibar, gracias al convenio de colaboración que la Cooperativa mantiene con el Ayuntamiento de Rivas. En esta ocasión se trató de la comedia *Lorcas aventuras*, de la compañía Kilig Producciones.

El montaje recreó algunas de las obras más famosas del dramaturgo Federico García Lorca desde un nuevo enfoque: el de la parodia y la tecnología. Haciendo uso del humor absurdo, en un ambiente futurista, la obra hizo un repaso por algunas de las grandes obras del genio granadino, como *La casa de Bernarda Alba*, *Yerma* y *Bodas de sangre*. El público pudo nutrirse de la cultura popular, plantearse dilemas humanos universales e incluso disfrutar de un número musical.



Fotos: Fernando Galán



Acogimos un acto público contra la Ley Ómnibus de la Comunidad de Madrid

El Centro Social acogió el pasado 5 de mayo un acto convocado por la asociación Amigos de la Tierra, para dar a conocer a la ciudadanía por qué esta y otras entidades, asociaciones, sindicatos y partidos políticos se oponen a la denominada Ley Ómnibus de la Comunidad de Madrid. Una norma que actúa sobre 50 textos normativos, entre ellos 31 leyes, tres decretos legislativos, seis nuevas regulaciones de rango legal y dos decretos, y que afecta a temas tan dispares como sanidad pública, ordenación del territorio y urbanismo, parques regionales, vías pecuarias, hacienda, transporte urbano, juego, policía local, Renta Mínima de Inserción (RMI), igualdad, carreteras, menores, transparencia y participación, emergencias o deporte, entre otros.

Al acto acudieron la vicealcaldesa de la ciudad y portavoz del PSOE Mónica Carazo; el concejal de Barrio Oeste y Educación, Infancia y Juventud José Luis Alfaro; y Paco Cantó, representante de Amigos de la Tierra. Como moderador actuó Pedro Díez Olazábal, expresidente de la Asamblea de Madrid y exalcalde de Arganda del Rey.

Los ponentes aseguraron, en un encendido alegato, que la Ley Ómnibus es una ley contra todo y contra todos, que quiere conculcar derechos y libertades y anular la participación social, y que pese a afectar a normativas de gran impacto, se dejará de tener en cuenta a los ayuntamientos. Carazo añadió, además, que la urgencia para aprobar la ley no se sustenta, que fue llevada a la Asamblea por la puerta de atrás, y que convierte al medio ambiente en un espacio de lucro para unos pocos.



Presentamos el poemario *Fecha de caducidad*



El 9 de mayo el poeta Darío Márquez presentó en la Sala Miguel Hernández su poemario *Fecha de caducidad*, obra con la que resultó ganador del Premio de Poesía Joven Antonio Carvajal

Según comentó el autor, en este poemario, el lector va a encontrar «la propia evolución del ser humano como persona, desde los primeros recuerdos de la infancia, pasando por la madurez, hasta esos momentos antes del fallecimiento».

Acompañado en la mesa por el también poeta José Luis Morante, que solo supo desprender palabras de admiración ante el joven escritor, Márquez afirmó que todo lo que escribe tiene algo suyo, «aunque también me permito el lujo de salir de mí e imaginarme a otro yo. Uno escribe cosas que le han sucedido, pero le introduce algún toque que hace cambiar el poema». Y ante un público entregado, leyó alguno de los versos que componen el exquisito y premiado volumen.

Lobos negros aullaron ante sus *Veinte disparos canallas*

Ricardo Virtanen y Luis Martín, miembros de la banda de rock Lobos Negros, presentaron el pasado 12 de mayo su discolibro *Veinte disparos canallas*. La obra la componen veinte poemas escritos a cuatro manos por ambos artistas, y se publica en formato libro-CD, que incluye el disco en directo *Aullando en la Movida*, decimoquinto álbum y primero en directo de la formación tras 35 años de trayectoria.

Durante el acto intervino el también poeta, profesor y editor de La Discreta Santiago López Navia, quien aprovechó para dar a conocer su editorial entre los asistentes. Y como no podía ser de otra manera, además de con una buena dosis de palabras, la velada contó con la actuación musical de los ponentes.



Un libro, una foto: la exposición anual del Club Foto F

Además de su exposición efímera mensual en el Centro Cívico, los alumnos Club de la escuela Foto F nos tienen acostumbrados a exhibir una muestra anual de sus trabajos en la Sala Miguel Hernández. En esta ocasión vienen cargados bajo el brazo con *Un libro, una foto*. Se trata de una iniciativa en la que cada participante ha tenido que elegir un libro, idear una imagen inspirada en él y recrearla con la ayuda de sus compañeros y la guía de su maestro Fernando Galán. De esa manera, los componentes del equipo han ejercido, no solo de fotógrafos, sino también de intérpretes, iluminadores, maquilladores, localizadores o atrecistas. El resultado: una exposición de diecisiete fotografías acompañadas de una ficha técnica que incluye un párrafo del libro encarnado. Podrá visitarse hasta el día 20 de junio.





El Centro Social acogió el XI Encuentro de Escritores y Lectores de Rivas

Había ganas y se notó, con una Sala Miguel Hernández llena como en tiempos prepandémicos. Tras el parón de 2021, los pasados 25 y 26 de mayo los amantes de la literatura pudieron disfrutar del XI Encuentro de Escritores y Lectores de Rivas. Una cita anual, imprescindible en nuestro municipio, que con esta alcanzó su undécima edición, la décima celebrada en colaboración con la Cooperativa, y donde autores y aficionados a la literatura se reunieron en un encuentro abierto y dinámico titulado *Verso, prosa y cerebro humano*.

Tras la apertura del acto por parte de la gestora sociocultural, Déborah Giménez, y del presidente de Escritores en Rivas, José Guadalajara, las dos jornadas acogieron diferentes lecturas y tertulias, así como las entregas de premios de los certámenes de poesía minimalista y microrrelatos organizados por la entidad.

Ambos días contaron con un cartel envidiable de escritores. La primera sesión discurrió con una lectura de poemas con la voz de José Pons, que emocionó al público; el coloquio *¿Cualquiera puede ser poeta?* con Francisco Caro, Félix Jiménez y Guillermo Marco; y con una cata de vinos muy literaria guiada por el experto en caldos y también literato Juan Font.

La velada del segundo día comenzó con un sentido homenaje a la fotógrafa Ouka Leele, recientemente fallecida, improvisado por Rafael Ubal, presidente de Donantes de Rivas. Tras el aplauso, comenzó el encendido debate *¿Cualquiera puede ser novelista?* con los escritores Luis Quiñones, Sayago Langa y Miguel Arenas, que suscitó bastante polémica y en el que intervinieron numerosos asistentes. El Encuentro finalizó con la magnífica conferencia *¿Cómo escribe nuestro cerebro?* impartida por Raúl Alelú Paz, científico, investigador y autor de los libros *La nueva normalidad: Reflexiones para una era post-COVID*, *Zumo de nube* y *Neurociencia para Elioth*.



Concurso de poesía minimalista:

- Primer premio: *La llama*, de Jorge Cappa
- Segundo premio: *La última casa*, de Marisa Bello
- Premio del público: *Los sueños del café Babel*, de Daniel Mustieles

Concurso de microrrelatos:

- Primer premio: *El grito de Johnny*, de Miguel Ángel Molina
- Segundo premio: *Final inminente*, de María Sergia Martín
- Premio del Público: *Invicto*, de Ángel Saiz



lo que pasó en mayo CULTURA

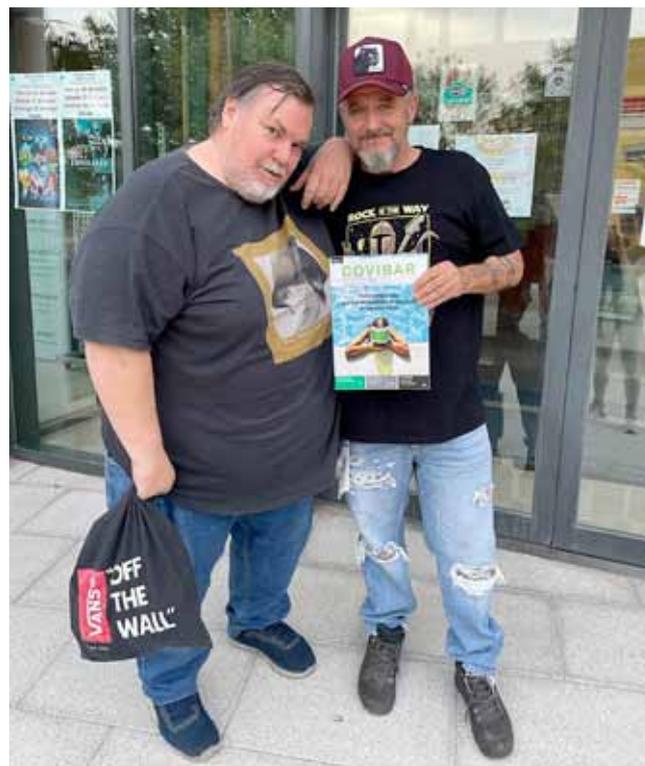


A través del objetivo de Domingo J. Casas

Como cada mes, Emilio Ortiz y su Proyecto Perrutis invitan al Centro Social a interesantes figuras de la sociedad de nuestro país. En mayo fue el turno del fotógrafo especializado en música Domingo J. Casas.

Profesional desde 1979, a lo largo de su carrera ha fotografiado a miles de artistas, desde los grandes de la movida madrileña a las más importantes estrellas del pop y el rock nacional e internacional.

En la Sala Miguel Hernández narró a los presentes algunas de las anécdotas vividas durante los más de 10 000 conciertos que ha cubierto en su trayectoria profesional, desde el foso, los camerinos o sobre el escenario.



Nos reímos con el humorista Tony Antonio

El lunes 23 mayo comenzamos la semana con una sonrisa gracias a nuestra colaboración con Donantes de Risas. La Cooperativa ofreció en la Sala Miguel Hernández la conferencia *Haz el humor y no la guerra*, impartida por uno de los humoristas más importantes de las últimas cuatro décadas: Tony Antonio. Este nos habló sobre los beneficios del humor en los seres humanos, tomando como ejemplo su experiencia personal; comenzando por su infancia en el humilde barrio de Tetuán, y las dos ocasiones en que estuvo al borde de la muerte, para las cuales el humor fue un clavo al que agarrarse y seguir adelante.

c. Fundación, 79
Pol. Ind. Santa Ana
28529 Rivas Vaciamadrid
Tlf. 91 499 00 68 (Material de construcción)
Tlf. 91 670 24 49 (Baños y cocinas)

EL 13 RIVAS

DE CONSTRUCCIÓN

Ares González nos dio pautas para *Educación sin GPS*

El maestro y formador experto en educación y crianza Ares González fue invitado a la Sala Miguel Hernández para demostrarnos con su libro *Educación sin GPS* que los padres y madres pueden gozar de sus hijos mientras aprenden a combinar su educación con su propia vida. Sin prejuicios y con una visión realista sobre la crianza, este experto aporta las herramientas para alcanzar la felicidad y el bienestar de toda la familia.

En su libro defiende una visión global de las relaciones familiares, de la educación, de la infancia y del crecimiento con sentido común. Para ello, siempre aportando ejemplos de su propia experiencia como padre de familia numerosa y maestro, el autor proporciona diversas herramientas a las familias en forma de teoría y ejercicios prácticos que llevan a reflexionar sobre la forma de educar, exponiendo múltiples soluciones.



Tu restaurante en Rivas

con terraza y parking gratis



Eventos, menú del día, cenas...



Somaliao

RESTAURANTE

Avda. Francisco de Quevedo, 2
28521 Rivas Vaciamadrid
Tel.: 914 990 700





Nos reencontramos con nuestro Rastrillo Solidario

Llevábamos sin vernos desde septiembre de 2019 y se sentía la emoción en el ambiente. El Rastrillo Solidario de Covibar demostró que sigue siendo una de las actividades favoritas de los vecinos del barrio y del resto de la ciudad. Alrededor de setenta puestos y centenares de transeúntes coincidieron en el Parque Lineal en la calurosa y soleada mañana del pasado domingo 29 de mayo.

Libros, ropa, juguetes, menaje, artesanía, objetos de decoración, complementos, películas... Todos estos objetos y muchos más cambiaron de dueño en una jornada muy agradable y con fines solidarios, pues la recaudación de las inscripciones será entregada a una entidad solidaria del municipio. Próximamente os informaremos de cuál será la beneficiada. ¡Nos vemos en septiembre!



Dos estupendas novelas para encarar el verano

El mes de junio lo comenzamos en el Centro Social con dos propuestas literarias muy sugerentes para los lectores hambrientos de grandes historias, que os animamos a leer durante vuestras vacaciones, o al fresco en la piscina.

El jueves 2 aceptó nuestra invitación la periodista y escritora María Antonia Quesada, que vino a presentar su última obra: *El ingenio de los mediocres*. Una novela que narra el devenir de tres generaciones de una familia marcada por los avatares políticos y económicos de nuestra historia más reciente, plagada de giros argumentales y escrita con un estilo que atrapa al lector desde la primera línea. Quesada fue presentada por la también periodista Celia González, directora de Diario de Rivas, con quien estableció una charla cómplice, fruto de sus largos años de amistad.



Un día después, el viernes 3 de junio, nuestro invitado fue el escritor, realizador de televisión, director y guionista José María Fraguas de Pablo, también conocido como Pirracas. En la Sala Miguel Hernández nos presentó su novela *La vida insignificante de Amador Izalde*; un drama íntimo con un protagonista solo y maltratado que lucha hasta el final contra su desgracia. A José María lo acompañaron su hermano, el sociólogo, periodista y escritor Rafael Fraguas, y la diputada socialista en la Asamblea de Madrid Carmen Barahona.

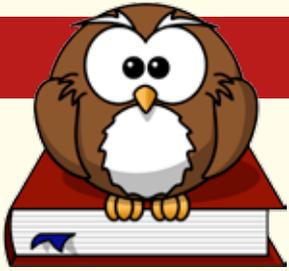


Las cigarreras, esas grandes desconocidas

El lunes 6 de junio asistimos a una interesante conferencia impartida por Mayte Pedraza. Enfermera, pintora, miembro del Ateneo de Madrid, presentadora radiofónica y bien conocida desde hace unos meses en el Centro Social de Covibar, gracias a las ponencias en las que participa, Pedraza ilustró a los presentes sobre unas mujeres que han pasado a la historia con un halo romántico, pero de forma discreta y anónima: las cigarreras de las fábricas de tabaco de Sevilla, Madrid, La Coruña, Cádiz o Alicante. Un colectivo de mujeres valientes, luchadoras y orgullosas de su género que, pese a su aparente sumisión, acabaron tomando conciencia de su poder, construyeron una identidad y fueron capaces de organizarse para reivindicar derechos y salarios más justos.

El acto fue presentado por el profesor de Historia de la Filosofía Antonio Chazarra.





ARTE Y CIENCIA: UNA CONVIVENCIA FELIZ



Grabado de Luis Vega.

Palas Atenea, diosa de las ciencias, discutía con Apolo, dios de las artes: «¿Tú crees que tenemos que elegir entre arte y ciencia?».

«Pues a mí me parece que no es necesario elegir, yo creo que arte y ciencia se superponen en muchos aspectos, comenzando con la noción de que ambas son expresiones del ser humano. Hace poco leí un cuento de... no me acuerdo, pero el libro se titulaba *Estrellas que cambian su brillo en el tiempo. Un paseo por los espacios reales más allá de nuestra imaginación*. Exponía que la creatividad, racionalidad y el uso de símbolos son parte constitutiva del arte, donde se conjugan asombro, belleza, orden, equilibrio, impacto y sentido».

Entonces a Atenea se le abrió el cielo y, de carrerilla, inició la exposición de su opinión y contó que el arte y la ciencia siempre han sido parte de su vida. Desde sus juegos, y desde lo que ella denomina su «oficina» –una imagen surrealista de una orilla de playa– surgen las formas y colores de sus objetos de estudio que se prolongan hacia otro estado. Un nuevo estado que deja de lado la objetividad y

la medición y se rige por otros códigos: las líneas, la geometría y formas de una ilustración, un grabado o los volúmenes de una pieza de cerámica.

La ilustración científica fue durante muchos años, antes de la invención de la fotografía, la única forma de describir, conocer y difundir los hallazgos de las distintas especies.

Sin embargo, a pesar de los avances tecnológicos y nuestra cada vez más enfermiza adicción a la inmediatez, es una disciplina que sigue atrayendo a más y más personas.

Según caminaban, y ante el fervor de su conversación, se fueron uniendo varias deidades y, como no podía ser de otra manera, se inició el turno de los asistentes. Surgieron opiniones diversas, siendo una de las que tomó más fuerza la responsabilidad del actual sistema educativo, que intenta separar lo que, por naturaleza, viene unido: el arte y la ciencia.

Tener que escoger a muy temprana edad el camino «humanista» o el «científico» va encaminándonos hacia un mundo de conocimientos y competencias,

pero alejándonos del otro. La creación y la curiosidad son aspectos inherentes en el ser humano, y en la búsqueda de responder a las preguntas que nos surgen no hay una sola respuesta, ni siquiera existe una sola forma de encontrar esas respuestas. La Ciencia y el Arte son solo dos de esas formas.

¿Seríamos capaces de encontrar ciencia en el castillo embrujado, en el bosque sin fin, dentro de la casa de chocolate, en el espejo mágico o en el tallo de judías?

«Sí», contestó Apolo, porque, a través del tradicional «Érase una vez...», nos adentramos en conceptos científicos implícitos como, por ejemplo, en algunos de los cuentos más populares: Cenicienta, Caperucita Roja, el Lobo Feroz, Alicia o los cuarenta ladrones... Estos personajes saltan de los libros para contarnos todo acerca de la ciencia, y así poder diseñar multitud de módulos interactivos.

Si nos animamos, montemos una exposición con diez «libros» gigantes organizados alrededor de un bosque lleno de sorpresas donde se puedan explorar y escuchar los cuentos tradicionales. De esta manera, podremos descubrir los secretos del cacao en una fábrica de chocolate, enseñar a un desobediente Pinocho, construir la casa de los tres cerditos y ver si resiste el soplo del lobo, descifrar el código para entrar en la cueva de los cuarenta ladrones o visitar una habitación donde creces y encoges. 🐼



LUIS VEGA DOMINGO

Ingeniero aeronáutico, escritor y grabador. Presidente de AMAL.

Autor de las novelas *Cazadores de Sombras* y *el Asesino de la memoria*, entre otras.

www.elsolrevista.com

www.ateosenmadrid.es

Veranos con mucho arte

Déborah Giménez

Como dice Antonio Machado en *Noche de Verano* «Es una hermosa noche de verano. Tienen las altas casas; abiertos los balcones».

Las hermosas y agradables noches de verano, la luz que entra y llena de vigor y alegría nuestras vidas, el clima cálido y sofocante que nos hace estar más tiempo al aire libre, disfrutar de la naturaleza, de los días más largos, de nuestro tiempo libre vacacional y de multitud de maravillosos momentos, de los que muchos de ellos recordamos el resto de nuestra vida. Es de esperar que sea una época del año que inspira a numerosos artistas; poetas, músicos, pintores...

Al igual que las letras, el ámbito visual del arte se vuelve muy atractivo gracias a la percepción de la luz de algunos artistas tranzando en sus pinceles este aspecto tan característico del arte veraniego; por esto, podemos decir que el artista español que más destaca en reflejar la percepción de la luz en sus obras es Joaquín Sorolla. A continuación, comentamos dos de sus principales obras más conocidas por el tratamiento de la luz solar y, en concreto, de la luz mediterránea valenciana:



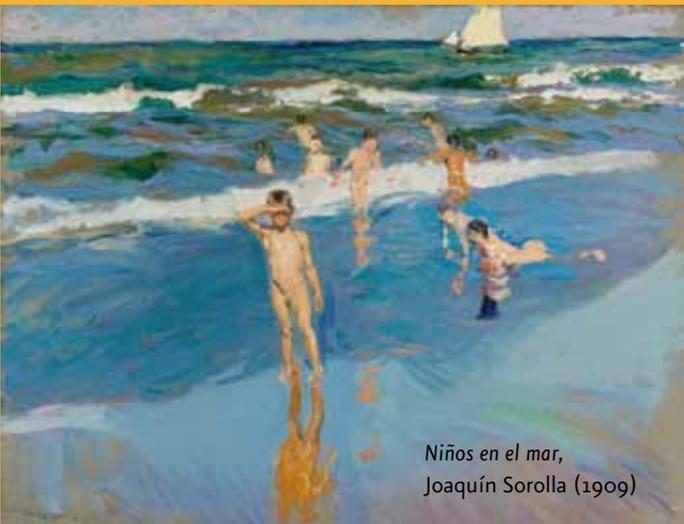
Paseo a orillas del mar, Joaquín Sorolla (1909)

En esta obra se refleja un soleado día del verano de 1909. La mujer e hija mayor de Joaquín Sorolla vestidas de blanco pasean al atardecer por la orilla de la playa de La Malvarrosa de Valencia, mientras la brisa marina mueve su ropaje.

El pintor valenciano plasma este famoso momento repleto de vitalidad y color haciéndonos percibir la

misma luz azul del mar, el tostado de la arena y la percepción solar, además de la sensación del viento de las playas levantinas. Es impresionante cómo se puede sentir la brisa marina en la piel observando este cuadro detenidamente.

En esta composición se muestra a un grupo de niños jugando en la playa; se podría confundir con un momento totalmente actual. En esta obra, a la cualidad magnética de la luz mediterránea se le une la inocencia de los niños que juegan con las olas del mar, creando esta maravillosa obra. Se aprecia cómo uno de los niños mira directamente hacia el espectador, haciéndolo partícipe de esta escena.



Niños en el mar, Joaquín Sorolla (1909)

Otro pintor, casi dos siglos antes, altamente destacado, como es Francisco de Goya, también refleja el verano en sus obras; una de las más famosas es *El quitasol*, 1777. En esta obra vemos a una elegante joven con un mandil blanco y un perro acurrucado junto a ella, protegida por una sombrilla verde que sujeta un majo. El óleo es un canto a la juventud y al galanteo del momento en el que la chica parece ser cortejada por el muchacho que la acompaña.



La fotografía es una gran aliada de las fotos veraniegas, ya que la luz es el aspecto fundamental para estos artistas. Una famosa obra con esta temática es *Beach* (playa), de Andreas Guský (2005), uno de los fotógrafos más cotizados de nuestros días.



En esta playa, el fotógrafo presente capta con su fotografía el caótico universo que se crea en el espacio de arena de las playas veraniegas ocupadas por los bañistas, sus toallas y sombrillas, sin ningún tipo de orden ni foco. Situación que vivimos todos en las playas más pobladas de la costa veraniega española.

La música, también, es una de las protagonistas del verano. Las canciones y composiciones que homenajean a esta estación han estado presentes en todas las épocas de la historia, y quizás muchas de ellas han marcado nuestras vidas.

Aunque no sabemos cuál será la canción del verano de este año, claro está que será una época del año de disfrute y de multitud de inspiraciones artísticas.

¡Feliz verano!

ESCUELA-TALLER DE RESTAURACIÓN, RECICLAJE Y ARTESANÍA

PRECIO MENSUAL: 35€

PRECIO MENSUAL SOCIOS: 29€

Profesora: Carmen Suárez

Horarios:

Lunes de 10:00 a 12:30 h

Lunes de 18:00 a 20:30 h

Martes de 10:00 a 12:30 h

Martes de 18:00 a 20:30 h

Miércoles de 19:00 a 21:30 h

Jueves de 10:00 a 12:30 h

Jueves de 17:30 a 20:00 h

manualidades

Grupos reducidos. Las clases se impartirán también en lenguaje de signos, por si alguna persona sorda pudiera necesitarlo.



FOTOGRAFÍA

PRECIO MENSUAL: 45€

PRECIO MENSUAL SOCIOS: 41€

Profesor: Fernando Galán

Niveles:

Iniciación (miércoles), Avanzado (lunes), Laboratorio (martes) y Club (jueves).

Horarios:

17:30 y 19:30 h

LUGAR E INSCRIPCIONES:

Estudio Foto Escuela F

(Plz. Pablo Picasso 2, local 1)

Más información **91 008 88 26**

fotografía

CLASES PARTICULARES

DE INSTRUMENTO:

GUITARRA O TECLADO

PRECIO MENSUAL: 50€

PRECIO MENSUAL SOCIOS: 45€

Profesor: Fernando Gonzalo

30 minutos individual o

60 minutos 2 alumnos

Horarios:

miércoles mañanas

jueves o viernes tardes

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:

fergonher@hotmail.com

guitarrateclado

INSCRIPCIONES TALLERES

OFICINA DE LA COOPERATIVA COVIBAR

Avda. Covibar nº8, 2ª planta, local 19. Tel.: 91 666 90 83

HORARIO DE VERANO:

de lunes a jueves, de 8:15 a 15:00 horas.

Viernes, de 8:15 a 13:45 horas.

Para formalizar la inscripción es necesario facilitar el número de cuenta bancaria. Los socios de la Cooperativa deberán presentar una fotocopia del carné de socio.

No se abrirá grupo hasta que no haya suficientes alumnos interesados.

INFORMÁTICA Y USO DE INTERNET

PRECIO MENSUAL: 45€

PRECIO MENSUAL SOCIOS: 40€

Profesor: Eduardo Ruiz

Horarios:

Miércoles, jueves o viernes

De 9:30 a 11:30 h

De 11:30 a 13:30 h

De 17:30 a 19:30 h

GRUPOS REDUCIDOS

máximo 4 alumnos

informática
usodeinternet

Se recomienda disponer de un PC de sobremesa o portátil y conexión a Internet para poder practicar en casa.

Se formarán grupos con las personas interesadas, intentando que todos tengan un nivel similar en el manejo del ordenador. Habrá grupos con un nivel básico y otros con un nivel más avanzado.

Los contenidos serán distintos en cada grupo. En unos grupos la programación de contenidos será abierta y se adaptará a las necesidades y preguntas de los asistentes, mientras que, en otros, la programación será cerrada y se centrará en el manejo de las aplicaciones del pa-

quete Office (Word, Excel y PowerPoint), estando orientada principalmente a estudiantes, opositores y usuarios que las necesitan en un entorno laboral presencial y de teletrabajo.

Contenidos: Windows 10, programas del paquete Office (Word, Excel y Power Point), configuración de navegadores y búsquedas en Internet, integración de dispositivos móviles con el PC, correo electrónico, almacenamiento de archivos en la nube, gestiones telemáticas y compras online.

**PINTURA Y DIBUJO**

PRECIO MENSUAL: 35€

PRECIO MENSUAL SOCIOS: 30€

Profesor: Mario Kuevas

Horarios:

Martes de 10:00 a 13:00 h

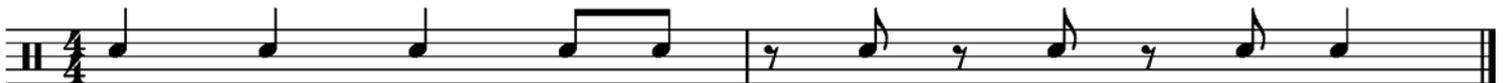
Martes de 18:00 a 21:00 h

Se formará grupo con un mínimo de 6 inscritos.

Máximo por grupo, 15 alumnos.

A partir de 14 años.

pinturaydibujo

**FRAILE PINTORES C.B**

Empresa legalmente constituida desde 1989

PINTURA PLÁSTICA Y MANO DE OBRA DE PRIMERA CALIDAD**LOS MÁS LIMPIOS
DE MADRID**DISPONEMOS DEL MEJOR SISTEMA
Y MATERIAL PARA MOVER
Y PROTEGER SUS MUEBLES**ESPECIALISTAS EN VIVIENDAS
HABITADAS Y AMUEBLADAS****AHÓRRESE LA LIMPIEZA
POST-PINTURA
NO MANCHAMOS****SERVICIO GRATUITO**

EN 24 HORAS SABRÁ:

CUÁNTO LE CUESTA (precio cerrado)
CUÁNTO TARDAMOS (días exactos)
CUÁNDO LO HACEMOS (fijamos fecha)
QUIÉN REALIZA EL TRABAJO
(muy importante)**TODO ELLO, ASESORADO
PROFESIONALMENTE
EN SU DOMICILIO****Móvil: 629 627 521 - Tel: 91 645 56 39 - www.frailepintores.com**

CLASIFICACIÓN A 22 DE MAYO DE 2022

EQUIPOS FEDERADOS	POSICIÓN	PUNTOS	JUGADOS	GANADOS	EMPATADOS	PERDIDOS
1ª AFICIONADO A	2	69	31	21	6	4
2ª AFICIONADO B	12	37	29	12	1	16
1ª JUVENIL A	2	80	31	26	2	3
2ª JUVENIL B	7	43	27	12	7	8
2ª JUVENIL C	12	25	29	7	4	18
PREFERENTE CADETE A	7	34	25	9	7	9
1ª CADETE B	11	20	25	5	5	15
PREFERENTE INFANTIL A	2	59	25	18	5	2
2ª INFANTIL B	10	26	25	8	2	15
2ª INFANTIL C	4	32	20	9	5	6
2ª INFANTIL D	10	19	23	5	4	14
PREFERENTE ALEVÍN A	11	28	25	8	4	13
1ª ALEVÍN B	9	31	25	9	4	12
2ª ALEVÍN A F7	13	12	23	3	3	17
2ª ALEVÍN B F7	3	46	23	14	4	5

EQUIPOS QUE ASCIENDEN
PRIMERA AFICIONADO A



PREFERENTE INFANTIL A



y ALEVÍN B F7.

EQUIPO AÚN INMERSO EN EL ASCENSO
PRIMERA JUVENIL A.



EQUIPOS QUE ESTÁN LUCHANDO POR NO DESCENDER DE CATEGORÍA:
SEGUNDA AFICIONADO B, PRIMERA CADETE B y PREFERENTE ALEVÍN A.

COPA
VETERANOS F7

	POSICIÓN	PUNTOS	JUGADOS	GANADOS	EMPATADOS	PERDIDOS
EFRV	6	9	7	3	0	4
EFRV-BENJAMINES	7	3	6	1	0	5

ESCUELAS MUNICIPALES POSICIÓN PUNTOS JUGADOS GANADOS EMPATADOS PERDIDOS

LIVERPOOL 2015	6	8	19	2	2	15
----------------	---	---	----	---	---	----

RESULTADOS DEL TORNEO DE COPA

CATEGORÍA BENJAMÍN 2012

Grupo A. Se clasificó en primer lugar el equipo EFRV- NIZA 2012, que disputó el 21 de mayo las semifinales, clasificándose para la final del 28 de mayo 2022. En esta se proclamaron campeones. ¡Enhorabuena!

Grupo B. EFRV-CELTIC 2012: cuarta posición, eliminado.

CATEGORÍA BENJAMÍN 2013

Grupo A. SUPERA 2013: cuarto clasificado, eliminado.

Grupo B. EFRV-BENFICA 2013: segunda posición, eliminado.

CATEGORÍA PREBENJAMÍN 2014

Grupo A. EFRV-BAYERN 2014: cuarta posición, eliminado.

NOTICIAS

La concejalía de Deportes ha comunicado a la Escuela de Fútbol de Rivas (EFRV) que el equipo BENJAMÍN 2012 NIZA ha sido seleccionado para representar al municipio en el campeonato autonómico que se celebrará el próximo 12 de junio en la localidad de Navalafuente.

Los equipos PREFERENTE CADETE A, PREFERENTE INFANTIL A, PREFERENTE ALEVÍN A y EFRV-NIZA 2012 han sido invitados a participar en el XXXII Torneo de Fútbol Base IMD-Santander los días 3, 4 y 5 de junio. Por su parte, el SEGUNDA INFANTIL D participará en la Copa Soccer Revolution Valencia Beach, los días 17, 18 y 19 de junio. A todos ellos les deseamos mucha suerte y que disfruten al máximo esta nueva experiencia representando a nuestra escuela y a la ciudad de Rivas Vaciamadrid. Cualquier modificación que se pudiera dar será comunicada a través de la web de la escuela www.efrv.es, y por supuesto, personalmente a los diferentes grupos.

Abierto el plazo de nuevas inscripciones y renovaciones para la temporada 2022/2023. Se comunicará a los jugadores el proceso a seguir para realizarlas. Al igual que el pasado año, se convocarán reuniones por grupos a los familiares para explicarles nuestro proyecto del próximo curso.

FECHAS DE LOS TORNEOS DE FIESTAS COVIBAR 2022 y ANTONIO DE LA CUEVA

Sábado 4 de junio: prebenjamines e infantiles.

Domingo 5: alevín F7.

Sábado 11: benjamines y alevines F11.

Domingo 12: infantiles y veteranos F7.

Sábado 18: cadetes y juveniles.

Domingo 19: aficionados y Torneo Memorial Antonio de la Cueva.

Por otro lado, el sábado 18 de junio se celebrará el cierre de la temporada 2021/2022, con nuestra clásica fiesta. Esperamos en ella poder ofrecer os agradables noticias sobre los procesos de ascenso de los distintos equipos.

¡FELIZ VERANO Y PASAD BUENAS VACACIONES!



PRÓXIMA SALIDA

DOMINGO 22 DE JUNIO. Dehesa de Los Molinos

- Tipo: circular
- Desnivel: +/-300 m
- Nivel: verde
- Longitud: 15,2 km
- Duración aproximada: 5 horas
- Inicio/final: Los Molinos (Madrid)

Desde la urbanización de Los Molinos de Guadarrama realizaremos un recorrido circular lleno de alicientes al pie del impresionante monte de La Peñota. Podremos visitar algunos fortines de la Guerra Civil, un pequeño embalse y un bosque de secuoyas. Llegaremos a la estación de Tablada y por un túnel atravesaremos la vía para bajar hacia la dehesa de Los Molinos, por la que caminaremos por varios senderos rodeados de prados, bosques y fincas.

Precio: 26€. Inscripciones abiertas hasta el lunes anterior.

El precio incluye transporte en furgoneta, seguro y servicio de guía profesional titulado. Para que la salida tenga lugar, deberá haber un mínimo de cinco inscritos.

Las inscripciones deberán formalizarse en la recepción del Gimnasio Covibar.

En todas las excursiones, la furgoneta nos recogerá a las 9:00 horas en la entrada principal del Centro Social de Covibar (Avenida de Armando Rodríguez Vallina s/n).

IMPORTANTE: todos los participantes deben saber que la actividad de senderismo requiere de un mínimo de condición física, además de llevar el material adecuado para caminar por la montaña.

Cualquier duda pueden consultarla con el coordinador del Gimnasio Covibar.

KARATE

El pasado mes de mayo se celebró el campeonato Deuco de la Comunidad de Madrid de kumite.

De nuestros jóvenes karatecas, quedaron clasificados

Marcos Soto, en tercera posición, y Aiman el Moussauoi, como finalista.



Alumnos de **judo de Covibar** logran excelentes resultados en el **Campeonato Técnica Oro**

Varios alumnos de judo del Gimnasio de Covibar participaron en el Campeonato Técnica Oro 2022, que se celebró el pasado mes de mayo obteniendo excelentes resultados:

Adrián Herrera. Primer clasificado.

David Herrera. Segundo clasificado.

Noelia Herrera. Tercera clasificada.

Leire Pesquera. Tercera clasificada.



La Escuela de Danza Covibar participó en Cervandantes

El sábado 7 de mayo la compañía de danza contemporánea juvenil AXIS, de la Escuela de Danza Covibar, fue invitada a participar en el Festival Cervandantes, de Alcalá de Henares, donde bailaron en la calle en el precioso espacio de las ruinas de la Capilla del Obispo.

Este festival nació en el año 2016 como una iniciativa de la compañía de danza La mínima, como parte de su proyecto artístico CadaDanza, en la ciudad complutense. Su objetivo es el fomento de la danza contemporánea y su acercamiento al público en el municipio, aprovechando el incomparable marco escénico que ofrecen sus espacios urbanos para la representación de espectáculos y el desarrollo de actividades relacionadas con este arte. Con el patrocinio del Ayuntamiento de Alcalá de Henares y la colaboración de otros organismos de la ciudad,

cuenta cada año con la participación de importantes figuras de la danza contemporánea a nivel nacional e internacional, visibilizando de esta forma la creación dancística contemporánea actual.



En verano también nos movemos

Desde la Cooperativa no queremos que tengas excusa para no hacer ejercicio este verano. Por eso, hemos programado diferentes actividades adaptadas a todo tipo de público y en un entorno inigualable: las piscinas de Covibar.



AQUAGYM

- LUNES - MIÉRCOLES
- MARTES - JUEVES

Horario de mañana
y tarde



TRAINING FIT

- LUNES - MIÉRCOLES
- MARTES - JUEVES

Horario de tarde



YOGA

- MARTES - JUEVES

Horario de mañana
y tarde

i

Plazas limitadas.

Inscripciones en el Gimnasio Covibar. Tlf. **91 666 90 83**



CURSILLOS DE NATACIÓN

Para niños a partir de 3
años. Diferentes niveles.
Grupos de mañana y tarde.



Inmobiliaria Proisa
91 032 53 13
628 214 413

METRO: Rivas Urbanizaciones Autobuses: 333 y 334



Mixtura & Sazón.
Pollos y comida para llevar.
Tlf. 91 149 77 73



Auto Escuela Benycar
91 499 18 37



Bar Restaurante
Capricho Nieto
91 056 34 13 - 665 934 966



Comercial DPeluquería
91 666 12 20



Lencería Élite
91 666 60 70



Centro de podología
Virginia Plaza
Tlf. 722 373 995



Codex - Taller escuela
de encuadernación de Arte
663 856 731 / 606 171 535



CaixaBank
91 301 13 98 - 91 301 17 82



Administración de Fincas
Sabino Paris
91 666 51 20 - 91 666 95 18



Panadería Pastelería
91 301 21 02



Óptica Covilent
91 666 74 36

sabes lo que tienes
en el centro de tu BARRIO

RESTAURANTES

bares
teatro

COMERCIOS

gimnasio
cine

CENTRO CÍVICO
COMERCIAL COVIBAR
Avenida de Covibar, 8



Supermercado
Dia Market



Kids & Nits
¡y adiós piojitos!
91 751 97 39



Aura Nails
682 379 152



Escuela de Piano
Punto Musical
626 637 211



Clínica dental Autana
91 666 86 30
690 690 555



Inma - Moda infantil
91 666 57 31



Rivas Kebab
91 805 29 79
674 484 580



Podólogo
Sandra Arranz Almoncid
91 666 92 96



Moda Actualy
641 174 887



Bar - Terraza
Aquí - Mismo
636 742 233



Lopez Vara Asesores
Tlf. 91 144 47 61
677 192 195



Queca Durán
Peluquería, estética y belleza
91 666 53 55

Recetas del mundo



Este mes nos quedamos en Sudamérica para conocer otra gran gastronomía: la brasileña. Está llena de influencias portuguesas, alemanas, italianas, árabes, indígenas y africanas. Estas, combinadas con la auténtica cocina brasileña, han dado como resultado una alimentación rica, colorida y muy sabrosa.

La gastronomía brasileña tiene muchos beneficios. Es muy saludable porque es rica en varios tipos de carnes y frutos del mar; mucho arroz y frijoles negros, derivados del maíz y una gran variedad de exóticas frutas tropicales como el coco, mango, guaraná y acaí (fruto de una palmera, básico en la dieta amazónica y que preparan en bebidas, dulces y helados).

BRASIL



CHIPÁ CON QUESO

Chipá: deriva del guaraní y se trata de un pan pequeño realizado con harina de mandioca, queso, manteca, leche y sal.

Esta preparación es el resultado del encuentro entre guaraníes y jesuitas a partir del siglo XVII en América del Sur. Es un plato típico de Paraguay, del Nordeste Argentino y también del Suroeste Brasileño.

INGREDIENTES:

- 500 g de harina de mandioca
- 2 huevos
- 75 g de manteca de cerdo
- 125 g de queso tierno
- 125 g de queso parmesano
- 1 pizca de sal
- 80 cl de leche
- 1 pellizco de nuez moscada y pimienta negra

PREPARACIÓN

Primero pasamos la harina de mandioca por un colador fino o tamiz. Una vez tamizada, la volcamos sobre la mesa y hacemos un hueco en el centro. En él colocamos los huevos, la manteca blanda cortada en cubitos, el queso tierno cortado en cubos pequeños, el queso parmesano rallado, la sal, la leche, la pimienta negra molida y la nuez moscada.

Empezamos por unir los ingredientes del centro con ayuda de las ma-

nos y, poco a poco, incorporamos la harina de mandioca. Amasamos unos cinco minutos hasta obtener una masa lisa y homogénea.

Formamos pequeños bollitos del mismo tamaño y los colocamos en una bandeja de horno. Lo cocinamos en el horno precalentado a temperatura media por unos 15 minutos hasta que crezcan un poquito y se doren.

Al momento de servirlos, lo ideal es que estén tibios. Lo mejor es disfrutarlos recién hechos.

VATAPÁ

Vatapá es un plato tradicional de Bahía, una de las provincias brasileras con la gastronomía más rica del país, que combina ingredientes muy dispares, pero que terminan dándole un sabor único y tropical al plato.

INGREDIENTES:

- 2 tazas de leche de coco
- 2 cebollas
- 2 pimientos morrones
- 1 tomate
- Cilantro
- 1 cucharada de jengibre rallado
- 4 panes
- 50 g de cacahuete
- 50 g de castañas
- 100 g de gambas

PREPARACIÓN

Remojamos el pan en la leche de coco hasta que se deshaga. Lo licuamos y ponemos en una cacerola. Reservamos.

Licuamos los pimientos morrones, la cebolla, el cilantro, el jengibre, los cacahuets y las castañas.

Sazonamos con sal y pimienta al gusto y mezclamos con lo que está en la cacerola.

Incorporamos las gambas y cocinamos veinte minutos removiendo hasta que hierva y espese. Servimos y decoramos el plato con gambas y cilantro.

QUINDIM**INGREDIENTES:**

- 2 huevos
- 5 yemas de huevo
- 180 g de azúcar
- 100 g de coco rallado
- 1 cucharada de mantequilla
- 30 gr de agua
- Azúcar y mantequilla (para untar los moldes)

PREPARACIÓN

Ponemos el coco rallado en un bol y añadimos el agua. Lo dejamos reposar un rato para que se hidrate.

En otro bol colocamos los huevos, las yemas, la mantequilla a punto de pomada y el azúcar y

mezclamos bien con una varilla hasta que se disuelva completamente el azúcar. Añadimos el coco rallado hidratado y mezclamos todo bien. Dejamos reposar durante una hora.

Untamos los moldes con mantequilla y espolvorea-

El *quindim* es un dulce tradicional del Noreste de Brasil que se elabora con yema de huevo, azúcar y coco rallado.

mos el azúcar. Batimos de nuevo la mezcla para que quede homogénea y rellenamos los moldes (solo la altura de 2 dedos).

Horneamos al baño maría (introduce los moldes en un recipiente con agua) a 150°C (con el horno precalentado) durante 40 minutos aproximadamente, hasta que el centro esté cuajado.

Sacamos los *quindims* del horno y dejamos enfriar. Una vez fríos, desmoldamos con cuidado y servimos.

BASES DEL IX RALLY FOTOGRÁFICO

FIESTAS DE COVIBAR 2022



Podrán participar en este certamen todas las personas que lo deseen, residentes en España y de cualquier nacionalidad, mayores de 14 años. El rally se celebrará el **sábado 18 de junio de 2022**.

Las inscripciones se realizarán el mismo día del rally, entre las 9 y las 10 horas de la mañana, en el Centro Social de Covibar (Av. Armando Rodríguez Vallina s/n). La entrega de los archivos de las fotografías se realizará en la misma sede hasta las 12:45 horas.

Se admitirán **un máximo de 6 fotografías** por cada participante. Todas serán del tema obligado, que será anunciado en el momento del comienzo del concurso (sábado 18 de junio a las 10 horas). La entrega será en formato digital .jpg, con una **medida mínima de 3000 píxeles por el lado más largo a 240 ppp**.

La edición digital está permitida (luces, sombras...), siempre y cuando esta no altere la esencia de la imagen por medio de la manipulación. No se aceptarán fotografías que contengan marcas de agua u otro tipo de indicación sobreimpresa (la fecha en la que se tomó la fotografía, por ejemplo). Tampoco se aceptarán fotografías con marco de ningún tipo ni aquellas que atenten contra la dignidad de las personas, ni las manifestaciones desagradables u ofensivas. **Las fotografías se realizarán el propio día del certamen.**



Los participantes entregarán los archivos en una carpeta con pseudónimo. En un sobre cerrado aparte figurará este pseudónimo junto con el resto de los datos.

El jurado estará formado por dos expertos en fotografía y la gestora sociocultural de Covibar. Su fallo se dará a conocer a las 13:15 horas.

Se concederán dos premios. El primero, por un importe de 200 euros; el segundo, por un importe de 100 euros. Ambos premios se entregarán a las series fotográficas en conjunto, y no a una única fotografía. Además, se entregarán sendos diplomas. También se concederá un accésit, a la mejor fotografía única, consistente en un curso de un mes de duración en *Estudio Foto Escuela F*. Los premios pueden quedar desiertos si el jurado considera que los participantes no reúnen la calidad deseada, y asimismo pueden dividirse entre varios participantes si así lo considera el jurado por unanimidad.

La participación en el concurso supone la cesión de los derechos para la publicación por parte de Covibar de dichas fotografías en los medios que considere oportuno. Las fotografías se publicarán posteriormente en la página web de Covibar www.covibar.es

ACEPTACIÓN DE LAS BASES. Cualquier interpretación de las bases queda en manos de la organización del concurso, es decir, de Covibar. Concurrir supone la aceptación íntegra de estas bases y no será, por tanto, admitida ningún tipo de reclamación que afecte a lo expuesto en ellas en cualquier sentido.

BASES DEL CONCURSO DE PINTURA RÁPIDA

FIESTAS DE COVIBAR 2022



Podrán participar en este certamen todos los artistas que lo deseen, residentes en España y de cualquier nacionalidad, mayores de 14 años. El tema será **'Un barrio monumental: fuentes y esculturas'**, y se admitirá una única obra por autor. El certamen se celebrará el **sábado 18 de junio de 2022**.

La inscripción se realizará el mismo día del certamen, de 9:00 a 10:00 horas, en el Centro Social de Covibar (Avda. Armando Rodríguez Vallina s/n), hora y lugar donde se realizará el sellado de las obras. La entrega de estas se realizará en el recinto ferial, en la avenida de Covibar, antes de las 13:30 horas. El fallo del jurado será inapelable, y no se dará a conocer hasta la entrega de los premios, que se efectuará a las 14:00 horas del mismo día 18 de junio.

La **técnica será libre**. El soporte se presentará en blanco para su sellado en el momento de la inscripción. Las dimensiones mínimas serán de 55 x 46 cm y máximas de 116 x 116 cm. El autor deberá ir provisto del caballete para su realización y exposición. Las obras deberán ir tituladas al dorso, pero sin firmar. Las obras serán firmadas por los autores con posterioridad y una vez concedido el premio.

El jurado estará formado por dos artistas plásticos y la gestora sociocultural de Covibar.

Se concederá un primer premio de 500 euros y un segundo premio de 250 euros. Además, se entregarán sendos diplomas. Cualquiera de los premios puede quedar desierto si el jurado considera que las obras participantes no reúnen la calidad deseada, y asimismo pueden dividirse entre varios participantes, si así lo considera el jurado por unanimidad.

Las obras premiadas pasarán a ser propiedad de Covibar, y formarán parte de la colección permanente del Centro Social. Además, la Cooperativa se reserva todos los derechos sobre la misma, incluidos los de reproducción. Los participantes que no resulten premiados podrán llevarse sus obras.

ACEPTACIÓN DE LAS BASES. Cualquier interpretación de las bases queda en manos de la organización del concurso, es decir, de Covibar. El hecho de concursar supone la aceptación íntegra de estas bases y no será, por tanto, admitido ningún tipo de reclamación que afecte a lo expuesto en ellas en cualquier sentido.





La Cooperativa Covibar, presente en el regreso de la Carrera de ASPADIR

Tras dos años de parón debido a la pandemia, la Asociación de Padres y Amigos de Discapacitados de Rivas, Aspadir, volvió a organizar el pasado 27 de mayo su tradicional Carrera por la Inclusión. Los participantes, procedentes de fundaciones, centros ocupacionales y colegios de educación especial de toda la Comunidad de Madrid, completaron los 900 metros que separan el IES Las Lagunas de la meta en el Centro de Patinaje del Polideportivo Cerro del Telégrafo. Y no lo hicieron solos, pues corrieron acompañados por cientos de voluntarios, vecinos y alumnado de varias escuelas ripenses.

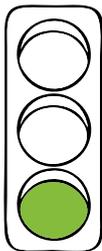
Como en años anteriores, Covibar no quiso faltar al evento y colaboró con la compra de las camisetas que vistieron los co-

rredores. En representación de nuestra cooperativa acudieron los vocales Francisco de la Fuente, Pedro Herrero y Juan Carlos Iglesias, así como el coordinador del gimnasio, Alberto González, que condecoraron, junto a patrocinadores y autoridades municipales, a los participantes de la carrera.

Con esta tradición, en la que solidaridad y deporte van de la mano, Aspadir quiere continuar sensibilizando a la sociedad sobre la realidad, las necesidades y las capacidades de todos y cada uno de nosotros. Una carrera en la que todos ganaron, y que supuso una llamada a la solidaridad, a la igualdad y a la inclusión, en un municipio siempre comprometido con este tipo de causas.



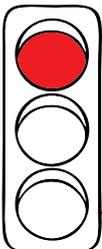
ADELANTE



El Ayuntamiento de Rivas ha comenzado la construcción de 83 nuevas viviendas en régimen de alquiler que se suman al parque de 664 viviendas con que cuenta la empresa pública. Las viviendas van a ser construidas en la parcela 44 de la calle Sigrid con la avenida de Pilar Miró. Serán pisos de hasta 65 metros cuadrados útiles, con 1 o 2 habitaciones, trastero y plaza de garaje.

el semáforo

STOP



Un grupo de vecinos denuncia «accidentes frecuentes y atropellos» en lo que consideran un punto negro en el Paseo de las Provincias. El último tuvo lugar el pasado mes de mayo, cuando un vehículo se empotró en la acera al realizar el giro hacia la avenida de la Tierra. Estos ciudadanos solicitan la construcción de una rotonda que sustituya al actual giro.

El ayuntamiento vuelve a solicitar a la Comunidad de Madrid que traslade la oficina del SEPE a Covibar

El Ayuntamiento de Rivas ha solicitado a la Comunidad de Madrid que reconsidere la solicitud de trasladar la oficina del SEPE a Covibar.

El actual local, situado en el parque empresarial de la calle Marie Curie, es insuficiente y el propio SEPE (Servicio Público de Empleo Estatal) así lo ha indicado. Sin embargo, el Gobierno regional se niega a acercarse a la zona de la ciudad donde existen más necesidades de prestaciones relativas al empleo y apuestan por quedarse en el mismo parque empresarial, aunque en otro espacio.

«La Comunidad de Madrid sabe cuáles son los locales ideales para instalar esta oficina en esa zona, por lo que no entendemos que decidan, de manera unilateral y sin querer dialogar, quedarse al lado de donde están, alejados de la gente», denuncia el alcalde Pedro del Cura.

El Consistorio ripense ha ofrecido a la Comunidad dos alternativas, la ya mencionada en el barrio de Covibar, en un local de la Cooperativa que cumple con los requisitos, y otro en la zona de oficinas junto al edificio de Servicios Administrativos del Ayuntamiento.



Rivas invierte 140 000 euros en soportes para el aparcamiento de bicicletas y patinetes

Con la intención de fomentar la movilidad sostenible, el Ayuntamiento de Rivas instalará un total de 272 soportes para el estacionamiento de bicicletas y de vehículos de movilidad personal (VMP), como patinetes, por todo el municipio.

La instalación de estos aparcabicis contará con un presupuesto base de licitación de 139 150 euros (IVA incluido)

Estos nuevos elementos serán costeados a través de los fondos del Next Generation de la UE, en el marco del programa de ayudas del Ministerio de Transporte, Movilidad y Agenda Urbana a municipios para la implantación de zonas de bajas emisiones (ZBE) y la transformación digital y sostenible del transporte urbano.

Rivas fue el primer municipio de la Comunidad de Madrid en implantar ZBE en los entornos escolares con el objetivo de generar espacios más seguros y más saludables para la población escolar.

En concreto, el contrato incluye la instalación de 200 soportes para el estacionamiento de bicicletas en las ubicaciones resultantes del proceso participativo del Plan de Movilidad Escolar Sostenible y Segura. Otros 64 aparcabicis y de VMP serán ins-

talados en banda de estacionamiento, en varios puntos de la ciudad. Por último, se habilitarán ocho aparcamientos de uso exclusivo para patinetes en distintos espacios públicos.

Esta iniciativa se enmarca en la estrategia municipal para avanzar en los objetivos de la Agenda 2030 y a favor de la movilidad ciclista de la ciudad, en la que se incluyen acciones como la ampliación de la red ciclista urbana con carriles bici en la calzada, segregados y protegidos del tráfico motorizado.



Las Fiestas de San Isidro volvieron sin restricciones sanitarias

Las fiestas trascurrieron entre los días 12 y 16 del pasado mes

Tras los dos años de pandemia, las tradicionales fiestas en honor de San Isidro, patrón de la localidad, regresaron, esta vez sin ningún tipo de restricción sanitaria. Los platos fuertes de la programación festiva fueron el Rivas Rock, el concierto de Rozalén, Kiko Veneno, Ciudad Jara y Pedro Pastor y el Festival Grimley x Palestina.

La oferta cultural se completó con conciertos familiares, pasacalles, circo contemporáneo y el Rivas Sand.

En las calles del Casco Antiguo se ubicó también un mercado artesanal de autor con talleres y juegos infantiles. Las mismas calles acogieron diversas comidas populares (paellas, calderetas, limonadas) organizadas por diversos colectivos locales. Por la noche, la fiesta se trasladó al recinto ferial, donde se situaron las casetas de comida y bebida de las entidades locales y que culminó con los fuegos artificiales de media hora de duración.



NUTRICIÓN

GIMNASIO COVIBAR



¿CONOCES LA CONSULTA DE NUTRICIÓN?

SESIÓN DE NUTRICIÓN GRATUITA

¿En qué consiste la sesión?

Son **sesiones de 15 minutos** en las que podrás conocer a nuestro equipo de nutrición.

Durante
el mes
de JUNIO



Conoce tu porcentaje de grasa corporal, masa muscular, agua, grasa perivisceral y edad metabólica.

Además, charlarán contigo de alimentación saludable.



INFORMACIÓN Y CITAS

Tlf. 91 666 90 83

ALFONSO ROMERO  @adietadedietas

ENTENDER EL AUTISMO...

Para entender qué es el trastorno del espectro autista (TEA) se hace imprescindible incidir en dos cuestiones:

1. qué es el autismo
2. cómo piensan y comprenden el mundo las personas con TEA.

¿Qué es el autismo?

El TEA es un trastorno del neurodesarrollo, con una prevalencia del 1%, caracterizado por la alteración en la comunicación social y en la interacción social en diversos contextos y por patrones restrictivos y repetitivos de comportamiento, intereses o actividades.

Ninguna persona con TEA es igual a otra en cuanto a características observables.

Generalmente, cuando hablamos de TEA, caemos en el error de asociarlo siempre a una discapacidad intelectual, no siendo este criterio indispensable para realizar el diagnóstico. Una persona con TEA puede tener asociada una discapacidad intelectual o no.

A día de hoy, la causa sigue siendo desconocida. El diagnóstico se realiza por observación conductual y debe ser realizada por un equipo multidisciplinar de expertos en dicho trastorno, para evitar que, por falta de actualización de conocimientos aparezcan prejuicios o mitos, o que incluso se diagnostiquen primero otras patologías asociadas.

¿Cómo piensan y comprenden el mundo las personas con TEA?

Su manera de comprender el mundo difiere de la forma en que lo perciben el resto de personas. Para poder apoyar a una persona con TEA debemos empezar a comprender el autismo “desde dentro”. Y para ello existen diversas teorías explicativas que nos ayudan a “meternos en sus zapatos”:

La Teoría de la Mente explicaría las dificultades para comprender la mente de los demás, para entender las interacciones sociales.

- Dificultad para percibir los sentimientos, pensamientos y emociones de los otros.
- Para predecir la conducta de los demás.
- Para darse cuenta de las intenciones (buenas o malas) de los otros.

- Para entender que sus conductas o comentarios pueden afectar a otros.
- Para anticipar lo que otros pueden pensar sobre su comportamiento.
- Para tener en cuenta el nivel de conocimiento que tiene su interlocutor sobre un tema específico.
- Para mentir o comprender los engaños.
- Para extraer el significado de los gestos y de las expresiones faciales de los otros.
- Y en un uso del lenguaje no ajustado.

La Teoría de la Coherencia Central explica que las personas con TEA tienden a enfocarse su atención en los detalles y no en el todo.

- Suelen entender el significado de las palabras de manera aislada, pero les puede costar integrarlas en una frase.
- Entienden el significado de una frase, pero de manera literal.
- Dificultad para entender bromas, ironías, sarcasmos o metáforas.
- Muestran dificultad para integrar la información sensorial: hipo o hipersensibilidad a determinados estímulos sensoriales.

Al contrario de lo que muchas personas piensan, las cosas que hacen no son ilógicas, sino que, por el contrario, “no se salen de la lógica pura”, es decir, siguen una “lógica literal”.

La Función Ejecutiva es la capacidad para planificar y secuenciar acciones de manera espontánea. Esto hace que su pensamiento y su comportamiento resulte más inflexible.

La flexibilidad es importante para poder hacer cambios en función de lo que nos demande una situación, e incluso para inhibir determinados comportamientos. Por eso precisan de una estructura ante la dificultad para adaptarse a los cambios que se suceden de manera espontánea en el entorno. Las conductas estereotipadas y el contar con un repertorio limitado de intereses les aporta dicha estructura.

Pero sorprendentemente, en estudios recientes los adultos con TEA con más capacidades tienen buenos resultados en pruebas relacionadas con la Teoría de la Mente. A pesar de los problemas que aparecen en la vida real, obtienen buenos resultados en pruebas de flexibilidad

cognitiva y cuando reciben instrucciones claras, no aparecen dificultades para adaptarse a los “cambios del entorno”. E igualmente, estudios realizados muestran no presentan una detección superior de los detalles.

Y entonces, ¿todo lo dicho anteriormente respecto a estas dificultades en la Teoría de la Mente y en la Función Ejecutiva y la Débil Coherencia Central, no es así? No exactamente.

Estos estudios arrojan buenos resultados porque se basan en pruebas estructuradas, con materiales artificiales, donde no hay cabida a la espontaneidad y no se encuentran inmersas en un contexto social real. ¿Pero qué ocurre cuando determinadas situaciones se dan en la vida real, siendo nuestro mundo realmente caótico, en donde no existen materiales artificiales y se dan cambios de manera espontánea?

El contexto en el que nos movemos es muy importante. En realidad, nada tiene un significado absoluto, sino que muchas veces el significado depende del contexto.

Por ejemplo, si queremos cruzar la calle y el semáforo está en rojo, su significado es “parar”; pero ¿qué ocurre si estamos cruzando la calle y a mitad de la misma el semáforo se pone en rojo? ¿paramos? No, ¿verdad? Aceleramos el paso para llegar lo más rápido posible a la otra cara. Dos significados distintos que dependen del contexto (parar o acelerar).

La dificultad de las personas con TEA radica principalmente en esta ceguera al contexto: dan significados absolutos y no los adaptan al contexto.

Muestran un pensamiento absoluto, rígido en un mundo que es relativo.

La experiencia nos ha enseñado que para poder llegar a conocer y apoyar a las personas con TEA hay que comprender no solo sus necesidades, sino también cómo es su visión de la realidad, su modo de pensar, actuar y el razonamiento que usan. Comprenderles implica intentar sentir y pensar como ellos, penetrarse en sus juegos, sus rituales, buscando la lógica que para la persona tiene.

Belén Acinas Gutiérrez
Psicólogas del CO ASPADIR



¡Ha vuelto la carrera de **ASPADIR!**



El 27 de mayo, por fin, pudimos volver a celebrar la carrera de ASPADIR. Todavía con algunas restricciones por el coronavirus ya que nos juntamos más de mil personas.



Como todos los años la carrera empezó en el Instituto Las Lagunas y terminó en el polideportivo Cerro del Telégrafo. Después de la carrera en el mismo polideportivo pudimos disfrutar de espectáculos de bailes de salón y sevillanas, además de la entrega de medallas y regalos a todos los participantes en la carrera.

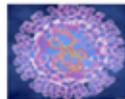
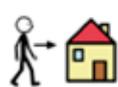


Para nosotros la carrera de este año fue muy especial porque era la primera vez desde que empezó la pandemia que pudimos relacionarnos, siempre con medidas de seguridad, con personas de otros centros y las personas de Rivas que quisieron participar.

¡Os esperamos el año que viene!



TITULARES



Llega a España la Viruela del mono.



Tiroteo mortal en un colegio de Estados Unidos.



Gemma Rodríguez
Psicóloga

Te quiero, pero no te necesito

La dependencia emocional es un patrón psicológico que incluye necesidad de que otros asuman la responsabilidad en las principales parcelas de su vida, temor a la separación de las personas, dificultades para tomar decisiones por sí mismos, dificultades para expresar el desacuerdo con los demás debido al temor a la pérdida de apoyo o aprobación; se siente incómodo o desamparado cuando está solo debido a sus temores exagerados a ser incapaz de cuidar de sí mismo y preocupación no realista por el miedo a que le abandonen y tenga que cuidar de sí mismo. Es común que estas personas con apego emocional no piensen en sus necesidades, que se anulen a sí mismos a favor de su pareja, familia o amistades y tienden ser muy sensibles a la aprobación de sus actos por parte de estas personas.

Tres de las causas más comunes y frecuentes que encontramos en la dependencia emocional son:

Baja autoestima. Este es el factor fundamental y el más habitual que observamos como causante en las personas dependientes. Este tipo de persona se desvaloriza sistemáticamente. Se muestran muy críticos consigo mismos y con su forma de ser, hasta el punto de sentirse inferiores y culpables, incluso, del menosprecio que puedan recibir por parte de sus parejas sentimentales. De esta manera aparece un sentimiento de inferioridad e inutilidad perjudicial para ellos y para la relación.

Miedo a la soledad. Las personas dependientes son personas que no saben, no quieren y no conciben vivir solos. Para ellos la soledad no tiene cabida y por eso necesitan estar acompañados en todo momento sin importarles la calidad de la compañía elegida y por consiguiente la calidad de la relación. La frase “mejor solos, que mal acompañados” no va con ellos. Empalman una relación sentimental con otra, sin pasar meses ni años sin pareja sentimental estable. Son los eternos emparejados. No saben lo que es estar soltero.

Estado de ánimo negativo. Es habitual encontrar comorbilidad de la dependencia emocional con cuadros de ansiedad y/o depresión.

Que nuestra felicidad dependa de lo que piensen, digan o hagan los demás, no es sano. Una persona vive independencia emocional en sus relaciones cuando su centro de gravedad, su yo interno, no se desmorona cada vez que alguien significativo manifiesta una emoción negativa o positiva hacia ella.

Aprende a estar solo: Necesitamos amor y cariño y necesitamos las relaciones sociales, pero también es importante aprender a estar solos, entender la soledad como un tiempo de calidad para encontrarnos con nosotras mismas.

Analiza tus relaciones: Tomar consciencia de cómo nos sentimos en nuestras relaciones sociales. Eso implica hacer un pequeño ejercicio de análisis de nuestras relaciones de amistad, familiares, de pareja, de trabajo...

Autorresponsabilidad si, victimismo no: Cuando somos responsables de nosotros mismos y de nuestra vida, tanto de nuestra felicidad como de nuestras emociones más difíciles, dejamos de ser víctimas o dependientes.

Toma decisiones alineadas con tus sentimientos: nadie mejor que tú conoce sus propias necesidades y sentimientos y, aunque recibir consejo de tus allegados no es algo malo ya que aporta perspectiva, existen límites. Cualquier decisión personal que tomes debería estar alineada con lo que tú sientes y no con lo que opinan, sienten o consideran otros que es lo mejor para ti, por más que estas personas te quieran.

Practica la asertividad: La asertividad es una virtud imprescindible para la independencia emocional. Nos permite expresar al otro nuestra opinión y nuestras necesidades sin miedo y sin agresividad.

Establece límites: Una persona independiente emocionalmente empatiza y se involucra afectivamente con los demás, pero también sabe también establecer límites cuando es necesario.

Invierte tiempo en tu crecimiento personal: La independencia emocional está estrechamente ligada con la autoestima. Y por eso es necesario, apostar por ese crecimiento personal.

La importancia de comunicarse: Es justo y necesario hablar con los demás sobre cómo nos sentimos en las relaciones que mantenemos con ellos. La comunicación dentro de cualquier relación es básica para la comprensión del uno con el otro.

Rodéate de las personas que te quieren: Tener un círculo familiar y social con relaciones sanas favorece que, si nosotros no somos conscientes, otros puedan advertirnos de la posible existencia de dependencia emocional hacia alguien y aconsejarnos (y acompañarnos) en el proceso de liberación si nosotros no somos capaces de hacerlo solos”.

Abandonado el camino de baldosas amarillas

La vida conlleva cambios constantes que tendremos que afrontar. Algunos de ellos serán elegidos y otros sobrevenidos o no deseados.

En nuestro día a día desempeñamos diferentes papeles y os invito a reflexionar sobre ellos. Un rol importante es el que tenemos en el ámbito laboral. No solo por la función fundamental que tiene en la propia seguridad o estabilidad económica, sino por la identificación que experimentamos con lo que hacemos.

Esto ocurre también con otros roles que realizamos a diario y con los que vamos nutriendo sin darnos cuenta el mecanismo de “somos lo que hacemos”. El de madre o padre, el de cuidador de un familiar anciano o enfermo, el de cabeza de familia o el de ama de casa son algunos ejemplos. Estos dos últimos términos pueden parecer caducos, pero si se aplicaran a los términos de empresa tendríamos un puesto directivo o de *office manager*.

El hecho de identificarse no tiene por qué ser perjudicial porque nos ayuda a actuar de forma comprometida. El problema surge cuando abarca tanto en nuestra vida que nos dificulta ver otras facetas diferentes.

¿Qué ocurre si llega la jubilación? ¿O cuando nuestros hijos crecen y ya no precisan nuestra atención? ¿O si la persona a la que cuidamos habitualmente ya no está entre nosotros? Lo esperable es que surja una sensación de vacío que irá evolucionando según gestionemos la situación. Se pueden vivir como pérdidas verdaderamente dramáticas, o como cambios que nos hacen tambalearnos pero nos permiten reubicarnos en un nuevo horizonte.

Lo que es un hecho es que a lo largo de nuestra vida viviremos situaciones que comprometan nuestro rol habitual y nos obliguen a readaptarnos. Es decir,

a ajustar nuestro papel a las nuevas necesidades, o incluso a cambiarlo.

¿Qué podemos hacer para conseguir adaptarnos? ¿Qué factores de protección nos vendría bien cultivar para afrontar estos cambios de forma más liviana?

Un aspecto fundamental será tener una visión de uno mismo más amplia, no centrada en un único rol. En mi caso particular, que me permita ver que no solo soy psicóloga, sino que abarque también otras facetas como mujer, como madre, como pareja, como amiga... Esta ampliación me permitirá poder pedir apoyo emocional a otras personas y también sentirme satisfecha haciendo cosas diferentes como bailar o ver una exposición.

Este planteamiento no implica que los cambios no nos vayan a afectar. Lo que supone es que los podamos afrontar con más comodidad sin experimentar el vértigo que supone quedarse “colgado” de nuestra única liana.

Las aficiones o cualquier actividad ya sea social o de ocio tienen una función muy importante que será bueno apreciar. No solo aportan sentimientos agradables de gratificación, sino que nos vacunan contra el estrés y nos hacen comprobar que somos personas capaces de aprender cosas nuevas toda la vida y sentirnos realizados.

Te propongo que reflexiones sobre esos roles ¿Hay algo que te gustaría incorporar? Cada momento supone una oportunidad. Está en tus manos.



Carolina Soba
Psicóloga

SEMANA de la JUVENTUD



JUNIO
2022

NUESTRO FUTURO,
NUESTRA REVOLUCIÓN



CAMPAMENTO DE VERANO Y CURSOS INTENSIVOS ESCUELA DE DANZA COVIBAR

Danza moderna
Danza contemporánea
Danza clásica
Danza urbana
Flamenco
Preparación de
exámenes de danza



Del 27 de junio al 22 de julio

Semanas, quincenas, mes
y días sueltos.

- ▶ Infantil (a partir de 6 años)
- ▶ Juvenil
- ▶ Adultos (todas las franjas de edad)



**¡YA PUEDES RESERVAR
TU PLAZA!**

Solicita información en:
danza@covibar.es

682 188 148

 [@escueladedanzacovibar](https://www.instagram.com/escueladedanzacovibar)

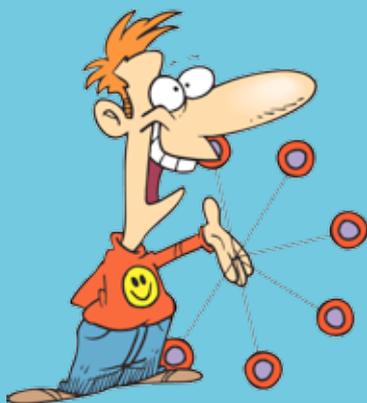




Días curiosos que se celebran el mes de junio

Habitualmente os contamos en esta sección de la revista curiosidades relacionadas con alguno de los días internacionales que se celebran a lo largo y ancho del globo. Este mes de junio, antes de que os vayáis de vacaciones, queremos hacer algo distinto y vamos a poner toda la carne en el asador con una selección de días interesantes o divertidos que tienen lugar en este mes en que da comienzo nuestra estación favorita del año: el verano.

6 de junio. Día Mundial del Yoyó. Entre tanta tablet, móvil y videoconsola, seguro que muchos de vosotros habéis jugado alguna vez al yoyó. Se cree que el origen de la palabra yoyó es filipino, y en tagalo significa "viene-viene". Jugar con él nos ayuda a combatir el estrés y fomenta la concentración y la coordinación de movimientos. Además, no necesitas wifi ni recargar baterías para utilizarlo, y lo puedes llevar en el bolsillo donde quieras.



9 de junio. Día del Pato Donald. Seguro que este entrañable personaje de Disney

está entre tus preferidos. Se eligió este día para homenajearlo ya que el 9 de junio de 1934 apareció por primera vez en el cortometraje La gallinita sabia.

16 de junio. Día Mundial de las Tortugas Marinas. Sabemos que os encantan estos preciosos animales tan mágicos, que se encuentran entre los más amenazados del planeta. Este día busca concienciarnos del peligro que corren y las amenazas que les acechan, y cuenta con el apoyo de numerosas organizaciones ecologistas y medioambientales. Actualmente existen siete especies de tortugas marinas, seis de las cuales se encuentran en peligro de extinción. Son las siguientes: plana, verde, laúd, carey, boba, olivácea y bastarda.



18 de junio. Día Internacional del Picnic. ¿A quién no le va a gustar una buena comida campestre sobre un prado mullido a la sombra de los árboles? Y los últimos días de la primavera y primeros del verano son los mejores para pasar un día agradable disfrutando de unos ricos sándwiches, tortilla de patata, filetes empanados y una refrescante ensalada. Este día coincide, además, con las fiestas de Covibar. ¿Por qué no aprovechas y organizas uno junto a tus amigos en el Parque de Asturias?



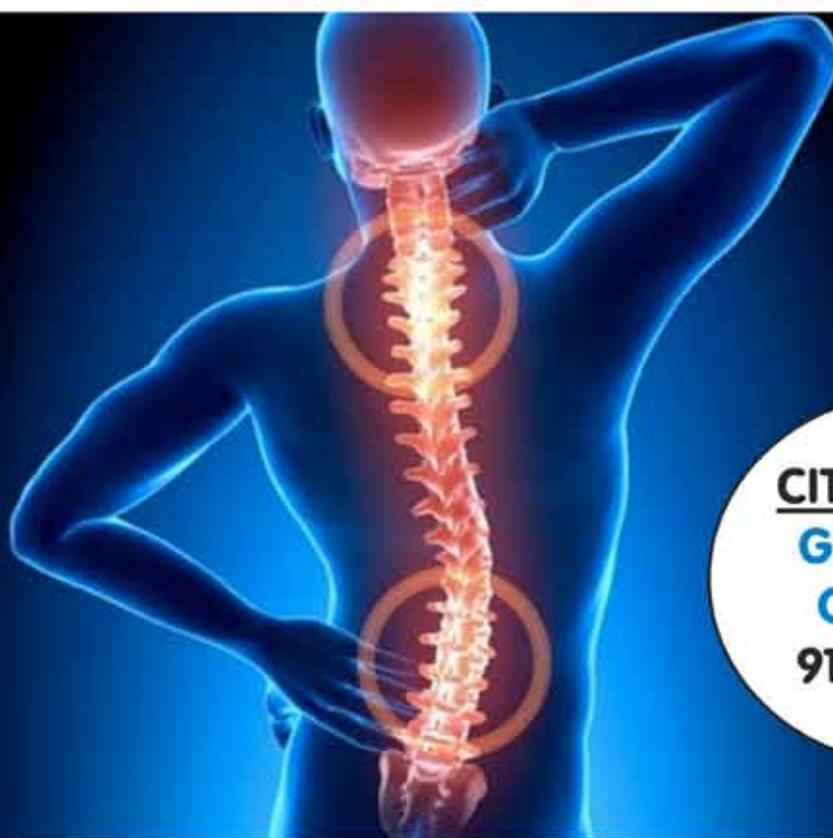
20 de junio. Yellow Day, el día más feliz del año. Según los expertos, estadísticamente el día 20 de junio es el día más feliz del año. En este día despedimos a la primavera, dando la bienvenida al verano. Alrededor de esta fecha los días son más largos y luminosos, aumentan nuestras horas de ocio, mejoran de las condiciones climáticas y se acercan los días libres de vacaciones. Todo esto hace que nuestro ánimo crezca y estemos de mejor humor. A esto hay que sumar que muchos trabajadores comienzan a beneficiarse de horarios intensivos y de la esperada paga extra de verano.



23 de junio. Día Internacional de la Mujer en la Ingeniería. En este día se busca concienciar sobre de la importancia de esta profesión, ejercida cada vez por más mujeres. Debido al auge que ha tomado esta fecha, ha recibido el apoyo de la UNESCO, que distingue cada año a cincuenta ingenieras en todo el mundo que se hayan destacado en su profesión. Seguro que tú que nos lees te has planteado alguna vez ser ingeniera. Adelante, si te gusta y quieres, lo conseguirás.

CENTRO DE FISIOTERAPIA COVIBAR

Fisioterapia avanzada en trastornos
neuro-músculo-esqueléticos



CITA PREVIA:
GIMNASIO
COVIBAR
916669083

TRAUMATOLOGÍA

DOLOR CRÓNICO

**READAPTACIÓN EN LESIONES
DEPORTIVAS**

**PATOLOGÍA DE LA COLUMNA
VERTEBRAL**

**TRASTORNOS CÉRVICO-CRÁNEO-
MANDIBULARES**

PATOLOGÍA DE LA 3ª EDAD

VALORACIÓN INTEGRAL
TRATAMIENTO
INDIVIDUALIZADO:
Terapia manual
Ejercicio terapéutico
Educación terapéutica

Pilates máquinas



Desde 1978

COMPRO / VENDO

> Vendo colección completa de Los Lunnis (Planeta deAgostini, 2006). 45 DVDs + 45 libros. Libros de tapa dura, súper Ilustrados y DVDs muy didácticos, como nuevos. Vendo por 85 €. Javier. Tlf. 687 294 792



> Vendo objetivo AFS Nikon 18-200 mm-135-56giiid, protector de luz Hama, trípode y estuche. Condiciones perfectas. 500 €. Tlf. 662 247 188

ALQUILO / CAMBIO

> Se alquila plaza de garaje en Rivas, calle Ronda del Parque Bellavista y calle Manzano. Precio a convenir. Tlf. 628 411 463

> Alquilo plaza de garaje muy amplia en la c/ Paco Rabal nº 1 de Rivas-Vaciamadrid, junto a la estación de Metro Rivas Futura. Precio 80 €. Tlf. 677 767 651

> Alquilo habitación individual luminosa en chalé Covibar II. Junto a CERPA. Internet y piscina. Ambiente tranquilo, 320 €/mes. Solo chicas. Tlf. 650 010 422

> Disponibles habitación y baño individual. Cocina y salón compartidos solo conmigo. Rivas Futura, al lado de Guardia Civil y ambulatorio. Tlf. 637 455 074. Lucas

> Alquilo habitación en Rivas grande y luminosa para una persona, con TV, Wifi, piscina, solo mujeres. 370 €, gastos incluidos Tlf. 619 982 518



OFERTA / DEMANDA

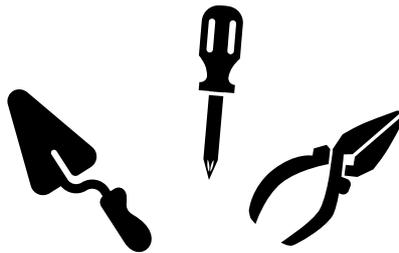
> Auxiliar de enfermería busca trabajo: cuidado de mayores, hacer limpieza y comida, tomar constantes (tensión, azúcar, saturación de oxígeno). El trabajo puede ser por horas, interna o externa. Elena. Vivo en Rivas Vaciamadrid. Tlf. 643039791.

> Se realizan trabajos de limpieza por horas en Rivas. Tlf. 675 446 637. Hind

> Hago trabajos de limpieza por horas en Rivas. Tlf. 631 041 562. Ehssan

> Señora seria y responsable busca trabajo como asistenta en tareas domésticas, de lunes a viernes, por horas, en horario de mañana o de tarde. Tengo experiencia de más de 17 años. Tlf. 642 227 360

> Reformas en viviendas, garajes, locales comerciales. Autónomo con más de 20 años experiencia. Barbaoca de obra, comunidades. Asesoramiento técnico personalizado y garantizado. Presupuestos cerrados y sin compromiso. Tlf. 657 902 266. Miguel



> Manitas, albañil, reformista, pintor. Trabajo en fines de semana, tanto trabajos pequeños (colocar lámparas, pintar, pladur, soportes televisión, cambiar un azulejo, colocar enchufe, etc.), como grandes obras. Tlf. 633 027 656

> ¿Te gusta pintar o dibujar? Yo te enseño. Dos horas de clase, 5 euros. Tlf. 662 247 188. Ana

> Señora responsable, busco trabajo en tareas domésticas, en Rivas. Tlf. 663 542 139

> Clases de canto. Vocal coach certificada imparte clases online para cualquier nivel, edad, estilo... Disfruta de tu voz, saca todo tu potencial y rehabilitáta. enyoivoice@gmail.com. Tlf. 656 573 459

> Estudiante de Magisterio imparte clases particulares de todas las asignaturas en primaria, zona Rivas. Tlf. 628 411 463



> Masajista y acupuntora profesional ofrece masajes relajantes, deportivos, drenaje linfático, maderoterapia y reflexología podal. Técnicas naturales: kinesiología y flores de Bach. En cabina propia o a domicilio. Tarjetas regalo. Montse. Tlf. 625 609 771

> Clases particulares de inglés. Conversación, comprensión del idioma y refuerzo a todos los alumnos de cualquier nivel. Profesor especializado, diplomado en universidad de Los Angeles, California U.S.A. WhatsApp 654 417 892

> Quiromasajista y masajista deportivo. Ofrezco la sesión de 1 hora real de masaje. También me desplazo a domicilio. Tlf. 655 858 950. Héctor

> Electricista. Profesional y buen precio. Presupuesto sin compromiso. Tlf. 622 239 174

> Estudiante de último año en Filología Inglesa se ofrece para clases presenciales u online de inglés para todos los niveles de Primaria, ESO y Bachillerato. Experiencia previa, materiales propios y título CAE (Advanced). Tlf. 648 218 423. Marta

> Monitora de Pilates imparte clases en grupos reducidos, clases privadas y semiprivadas. Trabajo en comunidades y empresas. Beneficios terapéuticos en columna, codos, muñecas, ganarás en flexibilidad. Rosa. Tlf. 667 580 318

> Francés/Inglés todos los niveles (in situ/online), experiencia y seriedad. Tlf. 679 626 243 / odmcoach@gmail.com



Anuncios gratuitos reservados exclusivamente a particulares.

Para su publicación nos deberán mandar una carta o correo electrónico con sus datos personales y el texto del anuncio, procurando que no exceda las 35 palabras, a la revista COVIBAR antes del día 20 del mes. La revista se reserva el derecho de resumir el contenido y su publicación por razones de espacio. Avda. Covibar, 8-2ª planta local 22. revista@covibar.es



Oficinas de Covibar

Centro Cívico Comercial de Covibar
Avda. de Covibar nº 8 - 2ª planta, local 22
Tel.: 91 666 90 83

- > Gestión e información general de la Cooperativa.
- > Alquiler de locales, plazas de garaje, apartamentos para hijos de socios y espacios de Covibar.
- > Información, inscripciones y gestión de las actividades de la Comisión de Cultura de Covibar.
- > Gestión e información general de la Comisión de Deportes y Ocio de Covibar.
- > Gestión e información general de la Comisión de Patrimonio de Covibar.

Centro Social Covibar Armando Rodríguez

Avda. de Armando Rodríguez Vallina, s/n
Tel.: 91 301 29 86

- > Salas polivalentes para exposiciones, talleres, conferencias y actividades.
- > Cafetería-Restaurante.

Centro Cívico Comercial de Covibar

Avda. de Covibar nº8

- > Tiendas, restauración, ocio y servicios.
- > Gimnasio, Centro de Fisioterapia, Pilates y Sala Covibar.

Edificio Azul

Avda. de Covibar nº10

- > Apartamentos en alquiler para hijos de socios.

Sala Covibar

Centro Cívico Comercial de Covibar
Avda. de Covibar nº 8 - 1ª planta
Tel.: 91 666 90 83

- > Auditorio con 500 localidades y programación semanal de cine, teatro y actuaciones musicales.

Sala Picasso

Plaza Pablo Picasso nº 4 posterior

- > Espacio polivalente para talleres, asociaciones y colectivos.

Gimnasio Covibar

Centro Cívico Comercial de Covibar
Avda. de Covibar nº 8
Tel.: 91 666 90 83

- > Información e inscripciones en las actividades del Gimnasio, campamentos y colonias urbanas.

Piscinas de Covibar

Avda. de Armando Rodríguez Vallina, s/n

- > Instalación deportiva de ocio y recreo durante el verano para socios y vecinos del barrio.

www.covibar.es

covibar@covibar.es

- > Toda la información de la Cooperativa en la Red.
- > Últimos números de la Revista Covibar.

Síguenos en redes sociales

Si quieres estar al día de todas las actividades culturales, deportivas y sociales que organiza la Cooperativa, así como informarte de todas nuestras noticias y novedades, síguenos en Twitter, Facebook e Instagram.



@Covibar



Covibar



cooperativacovibar

Fiestas COVIBAR

DEL 14 AL 23 DE JUNIO 2022

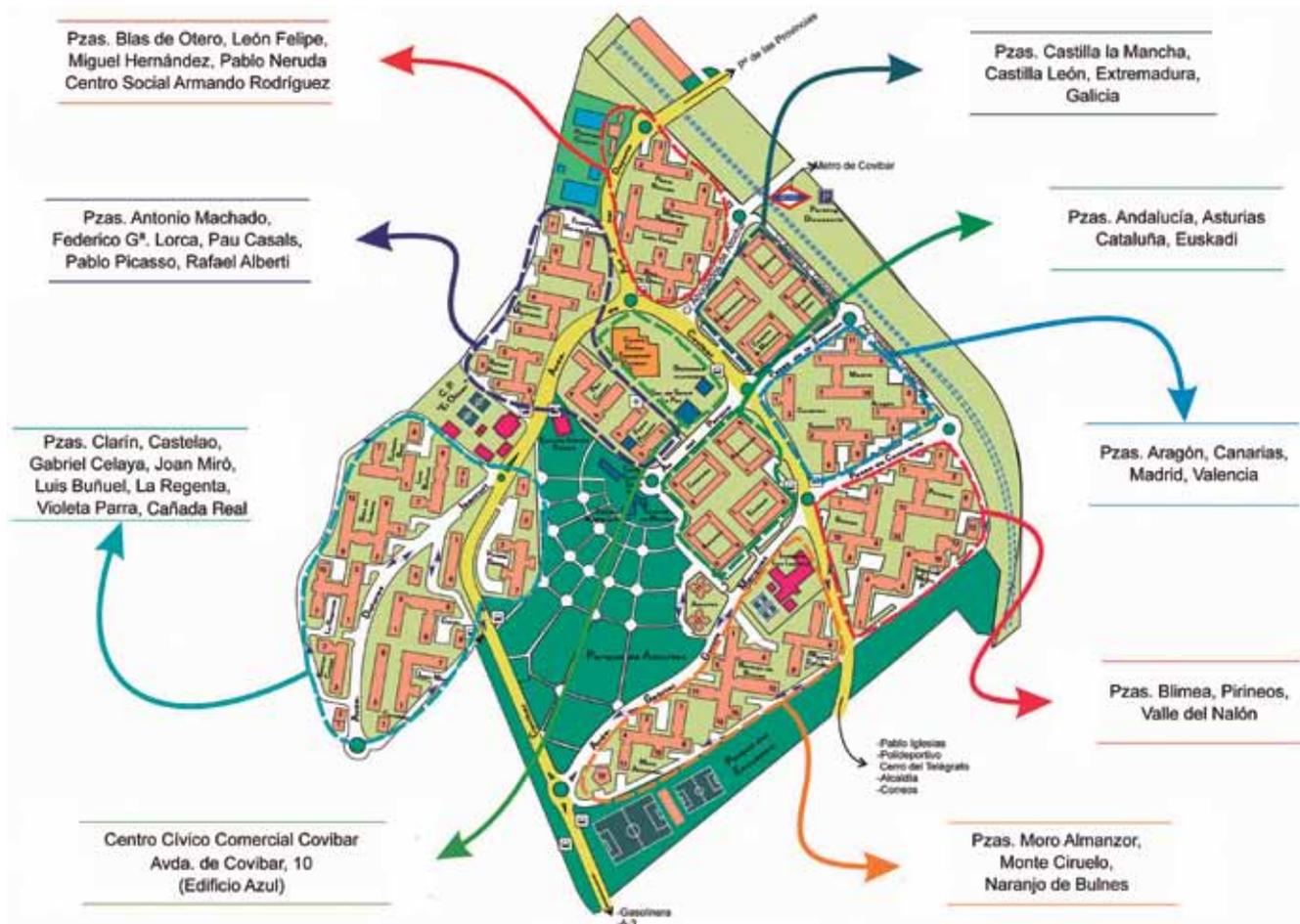


RECINTO FERIAL
AVENIDA DE COVIBAR



Foto: Fernando Galán

AHORA MÁS QUE NUNCA COMPRA EN COVIBAR



PLAN RENUEVA COVIBAR

ÁREA DE REGENERACIÓN Y RENOVACIÓN URBANA

PLAN ESTATAL DE VIVIENDA

- ¿Quiénes pueden ser los beneficiarios?
- ¿Qué requisitos deben cumplir los edificios?
- ¿Qué tipo de obras se pueden realizar?
- ¿Cuál es el importe de las subvenciones?
- ¿Qué documentación es necesaria para solicitarla?
- ¿Qué coste pueden tener las obras realizadas?

Ven a informarte sobre las subvenciones del Plan Estatal 2018-2021 en nuestra **oficina de información y gestión** en Casa de Asociaciones, despacho nº 3 - Av. Armando Rodríguez Vallina, s/n, 28523 Rivas Vaciamadrid - Tel. 91 322 2396 - renuevacovibar@rivasciudad.es.

HORARIO DE ATENCIÓN:

Martes y jueves: de 9 a 14 h. y de 16 a 20 h. **Viernes:** de 9 a 14 h.



Empresa Municipal de la Vivienda
RIVAS VACIAMADRID