

Nº 51 - 2023

EJEMPLAR GRATUITO

derecho

la revista J

ESPECIAL

SOCIEDAD

Sitca
28M:
Elecciones

SALUD Y BIENESTAR

Los 5 tipos de
agua y cómo
pueden ser
utilizados

Todo está
conectado:
Cuerpo, mente y
movimiento

MÚSICA

Ruts &
La Isla Music
lanza su
primer single
de 'Miss Lava':
'NCNV' (Ni
culpable, ni
víctima)

POLÍTICA

Sergio Ramos:
"Telde empieza el
cambio"

Héctor Suárez:
"100% Telde"

Juan Martel:
"La actividad cultural
ha crecido en Telde
un 60%"

PCL Radio cumple 20 años

Patricia, Carolina y Laura celebran el aniversario y homenajean a su padre, fundador de la emisora, Antonio Uche



STAFF



RESTAURANTE
El Centro
GUAYAQUE

"El Patio"

HERSA



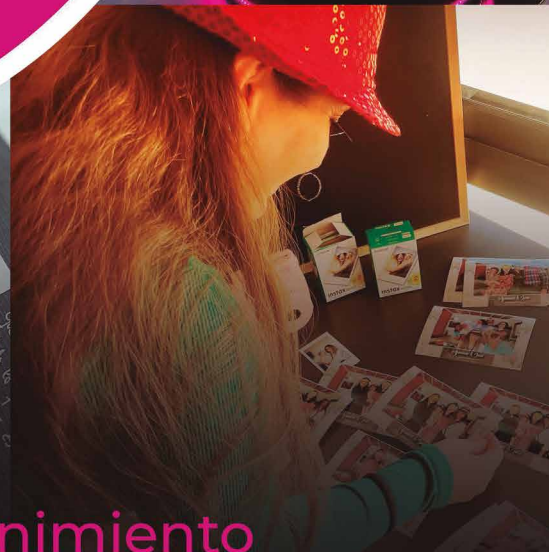
ID.5
Volkswagen



CANARY
PHOTO



CANARY PHOTO



Servicio de fiestas y entretenimiento
Fotomatonas, 360° Experience, vídeos y drones

665 633 664 | www.canaryphoto.net



La Casa del Carnaval: el hogar de nuestra fiesta

La Casa del Carnaval es el punto de encuentro perfecto para nostálgicos, para grandes y pequeños o para vecinos y visitantes que quieran disfrutar de la fiesta más internacional de Santa Cruz de Tenerife durante los 365 días del año.

Situado a la vera del Barranco de Santos, y a unos minutos a pie del epicentro carnavalero chicharrero, se alza un singular edificio, inaugurado en 2017, que atesora la historia viva de nuestra fiesta en algo más de 1.050 metros cuadrados.

Una exposición permanente dotada de fantasías, fondos documentales y elementos destacados del Carnaval de Santa Cruz de Tenerife, construye, a través de diferentes salas, el hilo argumental de un fenómeno cultural intergeneracional que ha servido como excusa para plasmar el arte a través de diferentes disciplinas creativas: música, coreografía, confección textil o arquitectura efímera.

Otra cita con el recuerdo, muy relevante por su valor artístico y patrimonial, es la exposición permanente de los

carteles anunciadores del Carnaval santacruceño. Obras con diferentes soluciones plásticas entre las que se puede encontrar la firma de César Manrique, Javier Mariscal, Juan Galarza, Pedro González, Fierro, Maribel Nazco, Dokoupil, Mel Ramos o el rapero tinerfeño Bejo.

La muestra permanente tiene múltiples referencias a todas aquellas personas que han hecho posible nuestro Carnaval; desde las reinas, a los diseñadores y diseñadoras, los entrañables personajes o los pioneros de los diferentes colectivos: murgas, comparsas y rondallas.

Uno de los platos fuertes de la visita es la exposición del traje de la reina del Carnaval vigente. Una fantasía textil que se renueva cada año al concluir el calendario festivo carnavalero, y que supone una escala perfecta para comprobar el minucioso trabajo artesanal que requieren unas piezas que dan la vuelta al mundo a través de informativos, publicaciones o redes sociales.

La Casa del Carnaval cuenta también con diferentes elementos

virtual; o el nuevo sistema de audioguías a través del dispositivo móvil, que permiten acceder al recorrido de la visita con diferentes contenidos en inglés y castellano.

Además, el centro cuenta con la Sala Suspi, un espacio polivalente que facilita la celebración de muestras temporales o la celebración de eventos de cualquier naturaleza. Un área didáctica para que escolares o adultos puedan descubrir la magia del Carnaval a través de disfraces y complementos, conforman la oferta de este recinto único.

Sea cual sea la motivación del visitante, una jornada en la Casa del Carnaval es una experiencia con la tradición festiva de una capital atlántica que ha exportado al mundo sus valores creativos y humanos. Toda la información sobre horarios, actualidad y entradas está disponible en la página web casacarnavalsantacruz.com



multimedia que facilitan una experiencia inmersiva en el bullicio de la fiesta. Este aperitivo audiovisual está compuesto por un videowall, dispositivos de realidad



SUMARIO

MÚSICA

5 • Ruts & La Isla Music lanza su primer single de 'Miss Lava': 'NCNV' (Ni culpable, ni víctima)

PORTADA

6 • Reportaje especial "PCL Radio: "20 años contigo"

SALUD Y BIENESTAR

13 • Los 5 tipos de agua y cómo pueden ser utilizados

14 • Todo está conectado: Cuerpo, mente, movimiento. 2ª parte.

SOCIEDAD

15 • SITCA: Elecciones 28M 2023

POLÍTICA

16 • Sergio Ramos "Telde empieza el cambio"

17 • Héctor Suárez: "100% Telde"

18 • Juan Martel: "La actividad cultural ha crecido en Telde un 60%"

CARTA DEL DIRECTOR

Queridos amigos de De Reajo,

Muchos sabrán que, aparte de este Magazine que sacamos cada edición con ilusión, tenemos una emisora de radio desde el año 2003. En abril cumplimos 20 años, quisimos celebrarlo por todo lo alto ¡y lo conseguimos!

Gracias en primer lugar a la finca donde tuvo lugar el evento, "La Suerte Grande" en el municipio que llevamos residiendo toda la vida, Telde, y a las personas que colaboraron con nosotras para que saliera tan bonito y emocionante. Fue una tarde espectacular donde nos acompañaron amigos empresarios, algunos cargos políticos y familiares. Cumplir 20 años no se hace todos los días y por ello quisimos reunirnos con las personas que nos aprecian y festejarlo. La gran ausencia fue la de nuestro padre y fundador de la emisora que por motivos de salud no pudo estar presente. Aún así le rendimos un homenaje muy sentido.

Hemos querido dedicar gran parte de esta edición a nuestro aniversario, así que deseamos que les guste y encuentren estas páginas interesantes y de entretenimiento. ¡A por 20 años más!

Patricia, Laura y Carolina

DPTO. COMERCIAL

LAURA UCHE AQUINO
TEL.: 666 772 341

**CORRECTORA DE ESTILO
DISEÑO Y MAQUETACIÓN**
EVA FERNÁNDEZ | ARTINTA

EDITA

PATRICIA UCHE AQUINO
LAURA UCHE AQUINO
CAROLINA UCHE AQUINO

DPTO. DE CONTENIDOS
CAROLINA UCHE AQUINO
TEL. 618308561

**DELEGADA PROVINCIA DE
SANTA CRUZ DE TENERIFE**
ALE HERNÁNDEZ
TEL. 628608956

AGRADECIMIENTOS

FAMILIA FALCÓN Y PEÑA
FINCA LA SUERTE GRANDE

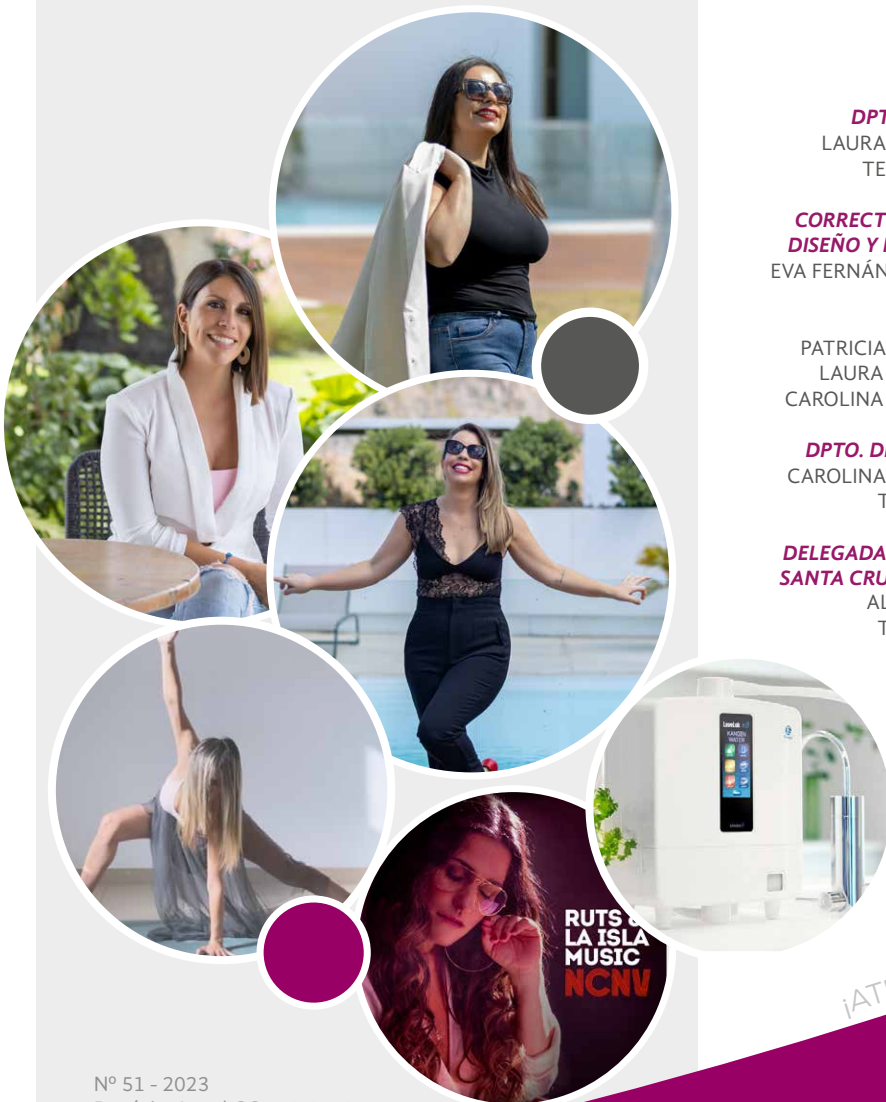
INMA BRISSON
MARTA TALAVERA
OLI SANSÓS

ROQUE VALENTÍN - RK SOUND
SONIDO E ILUMINACIÓN
CANARYEVENT
PIZCO A PIZCO

PABLO QUINTANA
CALABACÍN DORADO
BNI SIMUS

CHRISTIAN LÓPEZ
LOS SARANTONTONES
DYSTECA
ELÍAS UCHE
CARLOS UCHE

FOTOGRAFÍA EVENTO PCL RADIO:
TENESOR HERRERA STP FOTOGRAFÍA



Ruts & La Isla Music

lanza su primer single de 'Miss Lava': 'NCNV' (Ni culpable, ni víctima)

En esta canción la artista canaria habla sobre la necesidad de superar la pérdida de la amistad, haciendo para ello un verdadero acto de voluntad que permita la cura de la decepción que supone esta ruptura.

Ruts & La Isla Music ha lanzado en plataformas su primer single del disco 'Miss Lava', el cuarto disco de estudio, titulado 'NCNV' (Ni culpable, ni víctima), en el que la compositora y cantante, Ruts & La Isla Music, habla de superar la pérdida de la amistad haciendo un acto de voluntad para curarse, dejando que pase el tiempo, y entendiendo que hay personas que "meten leña al fuego" para destruir una relación de amistad. En este tema, que ya se encuentra disponible en las plataformas Spotify, I-tunes, Amazon y Youtube, además de en las redes sociales, la artista hace una fusión muy actual de Reggae con R&B en español.

'NCNV', escrita por Ruts & La Isla Music, está compuesta y producida junto a Yeray Herrera, destacado músico y productor canario. El single tiene un carácter suave y sedoso, propio del R&B, enfatizado por la armonía, los arreglos y el sampleo de la batería. Además, en él se combina a la perfección el lenguaje y la sonoridad más propia del reggae, dejando "una obra singular y casi un sello dentro de la música de Ruts & La Isla Music", ha indicado la cantante, una de las artistas más consolidadas y con mayor trayectoria en la música independiente de Canarias.

Hay que destacar además las voces de este single grabadas por Ruts & La Isla Music, ya que logra en él su registro más cálido, así como una destacada y pretendida presencia en la mezcla. Ioné de la Cruz ha sido el encargado de la mezcla, y la masterización ha corrido a cargo de Xavier "Lek" Farré, quien ha trabajado con artistas de la talla de Nathy Peluso, Chronixx, Protoje, Koffee, Third World o Jesse Royal, entre otros.

En cuanto al tema, la autora de la letra y la música, así como del concepto y la dirección artística, Ruts & La Isla Music, ha estado acompañada por Toño Alonso (batería), Yeray Herrera (bajos, guitarras, teclados y sampleo de batería, arreglos y producción musical); y Óscar Hernández (fliscorno). La grabación ha sido realizada por Jorge Lozano (batería, bajo y voz), Ruts & La Isla Music (voces) en Lim Studio, y Yeray Herrera.

Además del single, Ruts & La Isla Music ha lanzado una potente obra audiovisual para acompañar a 'NCNV', realizada por Rayco Cano (Viva la Fin), un excepcional film maker canario que ha sabido alejarse de las directrices más comerciales para crear una pieza elegante, con un ritmo de montaje en el que sintoniza con el carácter musical de la canción y una fotografía de película.

Y es que, según ha avanzado la cantante, este cuarto trabajo de estudio, 'Miss Lava', vendrá acompañado de un gran proyecto audiovisual compuesto por video clips, video lyrics, y otros recursos audiovisuales de cada tema.

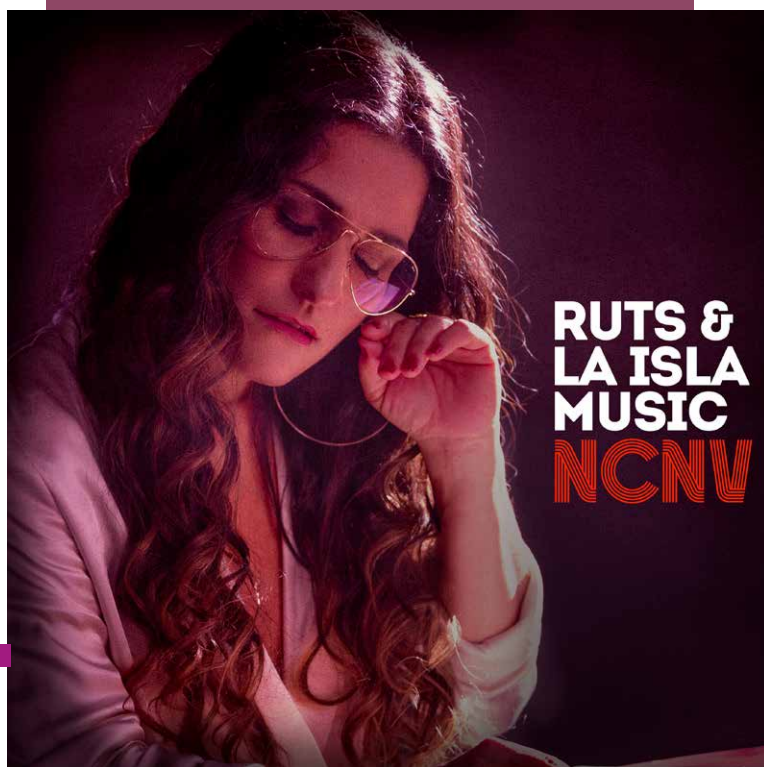
BIOGRAFÍA RUTH BARRETO (RUTS & LA ISLA MUSIC)

Reconocida en 2021 con el Premio Solajero de Cadena Ser Canarias por su trayectoria, Ruts & La Isla Music (cantante, autora, activista musical) lleva casi dos décadas recorriendo los escenarios mostrando su música, una mezcla de Reggae con Neo Soul y aroma latino.

Ruts & La Isla Music ha desarrollado su trabajo de forma independiente, produciendo sus propios espectáculos, así como sus trabajos discográficos que la han llevado a importantes festivales, salas y teatros, como Rototom Sunsplash, Womad, Encuentro Veneguera, Boreal y Arn Blue & Green, entre otros. Además, este año será una de las artistas que participarán en el Gran Canaria Live Fest, que se celebrará el 7 y 8 de julio en Gran Canaria, y donde comparte cartel con artistas como Rosalía, Maluma o Manuel Carrasco, entre otros.

Su música se caracteriza por sus letras propias llenas de optimismo, fuerza y compromiso social enmarcadas en un directo que hace vibrar al público con un buen groove, un buen sonido, destacadas armonías vocales e innovadora puesta en escena.

Su experiencia y singularidad, la han hecho abrir conciertos de legendarios artistas como la banda inglesa UB40 y compartir escenario con Juanes, Macaco, Gentleman, Chojin, etcétera. Desde 2014 ha ampliado su actividad cultural produciendo y dirigiendo el festival internacional de Reggae de Canarias, Reggae Can Festival.





PCL RADIO

20 años contigo

LA FAMILIA UCHE CUMPLE 20 AÑOS EN ANTENA INFORMANDO Y ENTRETENIENDO DESDE TELDE. UN LEGADO RADIOFÓNICO DE ANTONIO UCHE QUE SUS HIJAS PATRICIA, CAROLINA Y LAURA HAN ADAPTADO A LOS NUEVOS TIEMPOS RENOVANDO Y AMPLIANDO EL PROYECTO DE COMUNICACIÓN FAMILIAR.

La visión de futuro de las tres empresarias teldenses y la adaptación a los nuevos tiempos ha llevado a PCL RADIO a ser más que un emisora local para convertirse en una propuesta de información y de actualidad audiovisual global. Desde los estudios Antonio Uche en el Caracol, en honor a su fundador, la radio convencional desde la 95.3 FM se fusiona

con el streaming en redes sociales, YouTube y Facebook, con naturalidad haciendo llegar a sus seguidores y oyentes de Canarias y del ciberespacio su contenido diario. Dos décadas de trabajo bien merecían ser reconocidos y celebrados. De la mano de sus protagonistas conocemos su historia:



CAMPER
CANARIAS

**Camper Canarias
diseña muebles
camper para vehículos
particulares.**

Especialidad en diseño
de muebles fácilmente
desmontables y a
medida.

**PARA CUALQUIER
TIPO DE VEHÍCULOS**

UN MODELO DE NEGOCIO COMO EL DE UNA EMISORA DE RADIO PUEDE PARECER, PARA MUCHOS, UNA MINA DE HACER DINERO PERO QUIENES LO VIVEN A DIARIO CONOCEN DE CERCA SU COMPLEJIDAD. ¿CÓMO HA SIDO MANTENER EL PROYECTO FAMILIAR CON LAS TRANSFORMACIONES SOCIOECONÓMICAS DE ESTOS 20 AÑOS?

No ha sido fácil. Sobre todo por las crisis económicas que todos hemos vivido; la de 2008 nos hizo daño y el COVID también. Pero sin duda, las dificultades más duras han sido las personales; cuando pasa algo en la familia. A finales de 2012 al hijo de Patricia, con sólo 3 añitos, le diagnosticaron leucemia. El mundo se nos cayó encima, todo se tambaleó, pero nos superamos gracias a que nuestro padre mantuvo el timón y a que las noticias médicas sobre Jorge fueron positivas. Fue un susto muy grande y es muy duro trabajar en esas condiciones. Lo que más nos importaba, en ese momento, era que el niño se recuperara lo antes posible. Afortunadamente así fue y seguimos con aún más fuerza.

Años después la enfermedad de nuestro padre volvió a golpearnos, pero él nos ha enseñado a llevarlo desde el amor y la aceptación. Sabemos lo orgulloso que se siente de nosotras y deseamos que su legado dure como mínimo 20 años más. Con nuestro trabajo y el cariño de los clientes y de la audiencia será posible. De eso estamos convencidas.



TRABAJAMOS CON PRODUCTOS 100% NATURALES Y ELABORAMOS NUESTROS PLATOS AL MOMENTO.

Desayunos, almuerzos, meriendas y cenas. Pizzas artesanales.

¡PRUEBA, DISFRUTA Y SEGURO REPETIRÁS!

¡SÍGUENOS!





En abril de 2003 las hermanas Uche, Patricia, Carolina y Laura, inician junto a su padre Antonio Uche una ambiciosa apuesta mediática y radiofónica en las ondas de Telde con PCL RADIO. Un proyecto informativo y de entretenimiento que se ha consolidado, con el paso de los años, ocupando un lugar destacado entre los medios de comunicación de la isla de Gran Canaria.

TOMAR LOS MANDOS DE LA RADIO TRAS LA DIRECCIÓN Y GESTIÓN DE ANTONIO UCHE, COMO HIJAS Y EMPRESARIAS, IMAGINO HA SIDO UN RETO ¿QUÉ HA SIDO LO MÁS COMPLICADO Y LO MÁS GRATIFICANTE?

Papá es un tío muy social y con muchos contactos. Era muy fácil cuando él estaba en activo. De él aprendimos todo; tratar a los empresarios, a los políticos, a los clientes, a la audiencia. El amor que nos enseñó hacia la comunicación es lo que más nos caló. Somos afortunadas de tener un medio de comunicación y poder salir, cada día, al aire, dar visibilidad a las empresas y sus campañas de publicidad y sobre todo de entretener a miles de personas.

EMPRESA FAMILIAR, PEQUEÑA Y LOCAL. DENTRO DE LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN DE GRAN CANARIA, PRINCIPALMENTE, PUEDEN SER INGREDIENTES EN DESVENTAJA FRENTE A OTROS EMISORAS O GRUPOS ¿CUÁL HA SIDO LA FÓRMULA PARA MANTENER SU HUECO INFORMATIVO Y DE ENTRETENIMIENTO FRENTE A LA COMPETENCIA?

No es sencillo, porque hay mucha competencia. Nosotras nos hemos adecuado a los nuevos tiempos. Tenemos la ventaja de ser mujeres jóvenes, por lo que hemos procurado siempre innovar, traer contenidos de calidad que ayuden y entretengan. Nos gusta que personajes de diferentes ámbitos quieran visitar los estudios,

ser entrevistados, y anunciarse con nosotras; cantantes, empresarios, políticos, etc. Sabemos que tenemos el carisma heredado de papá.

No nos gustan los conflictos, hacemos radio transparente y limpia y eso se nota. El apoyo en las redes sociales nos ha ayudado mucho también; no sólo emitimos por fm (95.3fm) sino en streaming a través de Facebook, Youtube y nuestra página web.



**Venta de café Ortega
y todos los complementos.
Cafe, leche, condensada,
infusiones...**

DISTRIBUCIONES
CALABACINA
DORADO



PABLO QUINTANA SÁNCHEZ
619418399





Arropada por familiares, amigos, autoridades y clientes la historia de PCL RADIO, desde el inicio hasta la fecha, se rememoró con música en directo, anécdotas y un video homenaje al patriarca Antonio. Una tarde 'a tope' para la posteridad.

PCL RADIO NO ES SÓLO UNA EMISORA, ES UN ESCAPARATE DE PROMOCIÓN Y PUBLICIDAD PARA MUCHAS EMPRESAS Y PROYECTOS DE CANARIAS EN LAS REDES SOCIALES Y EN LA REVISTA DE REOJO ¿CÓMO DE IMPORTANTE HA SIDO, EN ESTOS 20 AÑOS, Y SIGUE SIENDO SER COMPETITIVOS ADAPTÁNDOSE A LOS NUEVOS TIEMPOS Y FORMAS DE COMUNICACIÓN?

Ha sido VITAL. Los tiempos cambian y como dice uno de nuestros eslóganes, "mirando al futuro", si miras al futuro hay que avanzar tecnológicamente. El COVID nos lo puso de frente y para nosotras fue una revolución. En ese momento lo vimos claro; de una radio tradicional a la innovación del streaming. Por eso, PCL es la radio que también se ve.

LA FINANCIACIÓN SIGUE SIENDO EL PRINCIPAL MOTOR DEL NEGOCIO ¿QUÉ CREEN QUE APORTA, PCL RADIO, A LOS ANUNCIANTES QUE INVIERTEN EN LA VISIBILIDAD QUE LA PROGRAMACIÓN DE LA RADIO OFRECE DE SUS PROYECTOS Y SERVICIOS?

Sí, realmente nosotras nos mantenemos de la publicidad, de nuestros anunciantes, con campañas que incluyen entrevistas, cuñas, microespacios, banners. Aportamos otra manera de hacer radio, cercano y natural, mimando los contenidos, las locuciones y las entrevistas. Nos preocupamos por nuestros clientes y procuramos que nos sientan cerca. Con más de 15.000 seguidores en redes y unos 25 mil radioyentes, en Telde, se aseguran que su mensaje llega y repercute a sus proyectos y empresas en positivo.



N.S

— MOBILIARIO INTEGRAL —

Especialistas en cocinas completas
Armarios y vestidores a medida
Tarimas, pérgolas, equipamiento comercial
y suelos de composite

PRESUPUESTO SIN COMPROMISO · 611415983

20 AÑOS, SEGÚN COMO SE MIREN, ES POCO PARA LO QUE QUEDA POR VIVIR PERO ES UNA LARGA CARRERA Y TRAYECTORIA EN EL SECTOR SI MIRAMOS HACIA ATRÁS ¿POR QUÉ ESTE ANIVERSARIO ES ESPECIAL? ¿POR QUÉ HAN QUERIDO CELEBRARLO?

Por todo lo vivido en estos años. Nos apetecía reunir a las personas que han pasado por los estudios;

tanto locutores como compañeros y compañeras de trabajo, empresarios y empresarias. Darles las gracias por estar y ser parte, en algún momento, de la historia de PCL. Además de hacerle un homenaje a nuestro padre profesional, como músico y fundador de la emisora, y personal.

El 26 de abril, en La Finca La Suerte Grande, vivimos una tarde inolvidable

con la gente que sabemos que nos quiere y nos desea lo mejor de corazón. Nuestro padre, por motivos de salud, no pudo estar pero ha visto mucho de lo que se hizo ese día y sabemos que está feliz. Se siente querido y admirado por su gente y su familia y para nosotras eso es lo más importante.



ESPECIALIDAD EN

Sandwiches
Pulguitas
Té • Café
Chocolates

Pedidos: 654 247 830

Pizco a Pizco
SANDWICHERÍA

C/ Poeta Fernando González, 11 San Gregorio - Telde



ESTE 2023 CELEBRAMOS DOS DÉCADAS DE INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN DESDE TELDE PARA EL MUNDO, COMO DICE CAROLINA. A PARTIR DE AHORA, ¿HACIA DÓNDE SE DIRIGEN?

Nuestra intención es seguir mejorando cada día la programación y tecnológicamente. Todas las empresas quieren crecer y nosotras también. Sentimos que nuestro hueco esta asegurado gracias a todas esas personas que confían en nosotras. Ahora toca subir de nivel. Tenemos las ganas y la ilusión suficiente para seguir e ir a por más.



El Presidente del Cabildo de Gran Canaria, Antonio Morales y la Alcaldesa de Telde, Carmen Rosa Hernández, acompañaron a la familia Uche en la celebración-aniversario de la emisora de radio en un evento íntimo en La Finca La Suerte Grande.



DYSTECA

¿Necesitas Imprimir?

¡Consúltanos! Te sorprenderá todo lo que podemos PERSONALIZAR

COPISTERÍA

- Fotocopias y escaneados b/n y color
- Impresión y copias de planos
- Encuadernaciones
- Plastificaciones
- Envío de Email
- Pegatinas...

CARTELERÍA

- Vinilo
- Lona
- Fotográfico
- Lienzo
- PVC
- Cartulina
- Polipropileno
- Cartón Pluma...

DISEÑO GRÁFICO

- Flyer
- Trípticos / Dípticos
- Tarjetas Visita
- Folletos
- Marcapáginas
- Invitaciones
- Bodas
- Bautizos...

MERCHANDISING

- Tazas
- Chapas
- Botella / Termos
- Relojes
- Alfombrillas
- Bolígrafos
- Cojines
- Textil...

Alquiler y Venta de Equipos de Impresión



brother **DEVELOP** Roland **hp**

¡Pregunta sin compromiso!

SUCURSAL

DYSTECA ÁNGEL GUIMERÁ

C/ Ángel Guimerá nº 85 / Las Palmas de Gran Canaria
Tlf 928 23 34 07 e-mail ag@dysteca.com

CENTRAL Y EXPOSICIÓN

URBANIZACIÓN 7 PALMAS

(Frente al Estadio Gran Canaria)
C/ Fondos de Segura nº 23 / Edif. 1 Las Palmas de Gran Canaria
Tlf 928 42 75 75 e-mail dysteca@dysteca.com

Y Muchos servicios más...



Una emotiva fiesta, en su municipio natal, en la que festejar los éxitos y buenos momentos vividos entre grandes invitados, clientes fieles y apoyo institucional.



PCL RADIO

¡Mirando al futuro!

Marta Talavera

PERIODISTA

Tenesor Herrera
STP FOTOGRAFÍA

Capturando instantes,
momentos, vida...

676 319 997

STP FOTOGRAFÍA



LOS 5 TIPOS DE AGUA Y COMO PUEDEN SER UTILIZADOS

AGUA

El cuerpo humano está compuesto por más del 70% de agua. No es exagerado decir que "la base de la vitalidad y la longevidad es el agua".

Agua Kangen Fuerte pH 11,5

¿CÓMO USARLA EN LA COCINA?

- **Preparación de alimentos:** Uso (remueve y elimina los pesticidas de frutas, verduras)
- **Limpia las tablas de picar y los trapos de cocina.** Bueno para limpiar el aceite y la suciedad dura de los conductos de ventilación, así como para la limpieza general de la cocina.
- **Removedor de manchas:** eliminará las manchas de café, salsa de soja o aceite con facilidad. También es ideal para eliminar las manchas rebeldes del inodoro.
- **Use menos detergente al lavar sus platos.** Ahorre en las facturas del agua, ya que solo de un tercio a un cuarto de la cantidad habitual de agua es suficiente para enjuagar el detergente.

Agua Kangen pH 8.5-9.5

Este tipo de agua es perfecta para beber y cocinar de forma saludable. Esta agua rica en hidrógeno y electrolíticamente reducida trabaja para restaurar su cuerpo a un estado más alcalino, que es óptimo para una buena salud.

• **Uso:** Bebida, preparación de alimentos, café y té, sopas y guisos y riego de plantas.

El Agua Kangen también es amigable con su presupuesto y con el medio ambiente. ¡Olvídense de comprar y almacenar todas esas caras botellas de agua de plástico!

- **Preparación de alimentos:** Limpie verduras y pescado. Realce el sabor del brócoli, las cebollas etc. hirviéndolos previamente en Agua Kangen. Use menos condimentos y sal.
- **Café y té:** Se sorprenderá del maravilloso color, sabor y aroma del café o té preparado con Agua Kangen. También puede usar menos café o té y aún así lograr un rico sabor debido a la capacidad de extracción del agua.



Agua Limpia pH 7

- Use agua con pH 7.0 cuando prepare comida para bebés.
- El agua neutra es un agua deliciosa para beber que su cuerpo absorbe fácilmente. Tome sus medicamentos con esta agua.

Agua Ácida Fuerte pH 2.7

No apta para beber. Esta agua tiene propiedades desinfectantes. Use agua ácida fuerte para desinfectar utensilios de cocina, mostradores y más para evitar la contaminación cruzada.

- **Usos:** limpieza y reducción de gérmenes, higiene y explotación comercial.

Agua Beauty pH 6

No apta para beber. Esta agua ligeramente ácida es reconocida por sus efectos astringentes. Es fantástica de usar para una limpieza suave y cuidados de belleza. Uso: lavado de cara, cuidado del cabello, cuidado de mascotas, pulido, limpieza y conservación de alimentos congelados, regar las plantas.



Experimenta durante
21 días GRATIS
el agua alcalina ionizada.

Solicita información sin
compromiso en el
666 77 23 41

Todo está conectado

Cuerpo - Mente - Movimiento...



En el artículo anterior comentábamos que mucho había tenido que llover para que pudiéramos admitir que la salud física y la salud mental venían juntitas de la mano, y que contemplar una sin la otra, frustraba nuestro intento de mejorar el bienestar y la salud de nuestros semejantes.

Aceptando a la vez que nuestras emociones influyen directamente en nuestra calidad de vida, jugando un papel importante en el proceso de recuperación, así como en las estrategias elegidas para afrontar lo que nos suceda, mejorando de una manera integral el bienestar y la salud de la población.

Fusión Integrativa es un espacio creado para desarrollar la práctica de terapias del Movimiento y terapias Cuerpo – Mente, prácticas incluidas en la Medicina Integrativa, donde el Yoga, el Pilates, el Coaching y la Reeducación postural se utilizan como herramientas para llevar a cabo los procesos que nos permitan restablecer nuestro equilibrio natural, para sentirnos bien.

La gestión emocional, la Meditación o las Técnicas de respiración y relajación entre otros aspectos del mindfulness, cobran interés en nuestra sala, con el fin de mejorar el bienestar integral de las personas para que desarrollen una vida plena, colaborando en la gestión emocional y gestión del estrés, guiando y acompañando durante el proceso, en un espacio seguro para el desarrollo de dichas actividades.

Según la RAE, Integrar es: “Completar un todo con las partes que faltaban”, “Hacer que alguien o algo pase a formar parte de un todo”, “Aunar, fusionar dos o más conceptos, divergentes entre sí, en una sola que las sintetice”. Pues imagina todo esto, fusionado en exclusiva para ti, en nuestro espacio, donde podrás experimentar que El MOVIMIENTO es fuente de Vida, y que la fusión Integrativa es mucho más que aprender a Moverse de manera consciente. Conectarás con esa parte de ti que ya no querrá vivir en piloto automático y que te llevará a formar parte de tu proceso de equilibrio hacia la excelencia de tu movimiento. ¿A qué esperas para vivir la experiencia y fusionarte?

Inna Brisson

FUSIÓN INTEGRATIVA



Rosalba Peluquerías

- Servicios de estética y cuidado de la piel
- Manicura y Pedicura de larga duración
- Tratamientos de Keratina y ácido hialurónico
- Recogidos para todo tipo de eventos

Visítanos o pide tu cita en:

EL CARACOL
Calle Roque Nublo, 49
928 684 955

LA GARITA
Calle Fresno, 2 L.9
928 706 275

SITCA

Elecciones 28M 2023

Como ya saben el 28 de mayo de 2023 son las elecciones municipales y autonómicas, solo hace falta asomarnos a la ventana y ver como nuestras calles están empapeladas. Un año más nos citan a las urnas, pero creo que antes de que llegue esa fecha habría que puntualizar algunos datos relevantes.

Antes que nada, deberíamos tratar el gasto que realizan los partidos políticos con dinero público en estas fechas electorales, que no es entendible en estos tiempos, dado que estamos en una época digital en la que todo el mundo tiene al menos un móvil donde se podrían enviar programas políticos y publicidad de cada partido, abaratando así los gastos en cartelería, actos públicos y demás parafernalias. Actualmente Canarias es de las comunidades autónomas con la subvención para elecciones más alta, los partidos reciben 22.429,21€ por escaño obtenido mientras que la Comunidad de Madrid la subvención es de 21.999,28€. Aparte de la subvención, tenemos que ver el gasto que hacen los partidos, que según la ley es de 11 céntimos por habitante en las municipales y 55 céntimos por habitante en las autonómicas. Por ejemplo, en las elecciones generales de 2019 según el Tribunal de Cuentas, los 22 partidos que se presentaron gastaron 49 millones de euros en total. No nos olvidemos, dinero público.

Llegamos a unas elecciones con una Seguridad Social que sigue sin funcionar, que todavía sigue trabajando como en tiempos de pandemia. Una Seguridad Social que ha dado de lado a una parte de la población, a nuestros mayores. Personas que, en su gran mayoría, debido a la edad, no están habituados al uso de tecnologías, y cuando tienen un problema con su pensión o cualquier tipo de ayuda, necesitan acudir presencialmente a la administración para que le solventen el problema, pero al llegar se encuentran con un: "este tramite tiene que hacerlo online", con el mismo modus operandi que los bancos.

También llegamos a estas elecciones con los juzgados e inspección de trabajo prácticamente paralizados o bajo mínimos, donde se acumulan casos sin resolver. Multitud de trabajadores con despidos improcedentes o nulos esperando que su caso sea resuelto, multitud de trabajadores que sufren acoso por compañeros o superiores que están expensas de que un juzgado resuelva su caso, multitud de trabajadores que están en condiciones laborales penosas esperando que un inspector acuda a su empresa para que puedan cambiar las cosas, etc.

Los políticos también llegan a estas elecciones con una deuda enorme hacia sus ciudadanos, promesas incumplidas durante años, ayudas (ya sean municipales, autonómicas o estatales) que no llegan a todos los ciudadanos que lo necesitan, casas de PVO prometidas en anteriores campañas para los más necesitados que no llegan, mejoras en infraestructuras que no llegan, mejores servicios en atención al ciudadano en las administraciones que no llegan, aumentos de personal en la administración judicial que no llegan y una larga lista de promesas que no llegan. Solo cabe esperar que entre ellos haya menos insultos y peleas en plenos y que empiecen a trabajar en todos los servicios públicos perdidos o privatizados desde año 2012 y que han empeorado radicalmente la situación de los ciudadanos y la imagen de nuestras ciudades, por ejemplo, atención domiciliaria para dependientes, servicios de ambulancias, limpieza viaria, parques y jardines, centros de mayores, servicios de mantenimiento y extinción de incendios en medios rurales y un largo etc.

Antonio Rodríguez

SECRETARIO GENERAL DE SITCA



SINDICATO INDEPENDIENTE DE TRABAJADORES DE CANARIAS

¿Problemas laborales?

Afílate a SITCA

C/ Prof. Lucas Arencibia, 13
928 680 763
TELDE, GRAN CANARIA



Calle La Marina N. 51
Esc. 2 planta 1 ofic. 12.
922 289 917
STA CRUZ DE TENERIFE

Estamos también en Fuerteventura / Lanzarote / La Gomera

SERGIO RAMOS

“TELDE EMPIEZA EL CAMBIO”

CHARLAMOS CON EL CANDIDATO A LA ALCALDÍA DE TELDE POR EL PARTIDO POPULAR, SERGIO RAMOS.



¿CUÁL ES SU DIAGNÓSTICO DEL MUNICIPIO?

Como usted sabe, en estos casi seis meses desde que me designaron candidato, he podido recorrer todos los rincones de Telde, y el diagnóstico es desgraciadamente catatónico. Telde se encuentra abandonado. Y no es porque lo diga yo, sino porque es la realidad que los ciudadanos observan en su día a día. Calles con los baches más grandes de Gran Canaria, aceras reventadas, parques sin mantenimiento, suciedad por todos lados y podría indicarles un sinfín de problemas que vemos a diario. Por su desidia e ineficacia, la actual alcaldesa nos ha convertido en el municipio que no queremos ser. Es por ello que hay que revertir la situación y yo, humildemente lo voy a intentar.

¿CUÁL ES SU PROYECTO PARA TELDE?

El grupo de mujeres y hombres que conformamos la lista del PP queremos una ciudad con alma, es decir, un municipio donde el pasado se respete, el presente se active y el futuro se proyecte. Personalmente, lo que he manifestado por todos los barrios es que no puedo prometer nada, salvo el trabajo para poner los servicios básicos en orden, prometer cosas nuevas sería mentir en la cara a los teldenses y eso no lo pienso hacer, porque me considero una persona seria y detesto la mentira que durante años se ha practicado en este municipio por parte de Nueva

Canarias. Debería hacer lo básico, un plan de asfaltado para Telde, mayor fiscalización en el servicio de limpieza, mejora en la red de abasto de agua, mejoras en los parques, ampliación en el número de policías locales para que al final del mandato haya al menos 120 efectivos que velen por nuestra seguridad de los 250 que nos marcan los ratios por población, abrir todo lo que está cerrado, poniendo especial empeño a los aparcamientos. Es decir, recuperar la efectividad de los recursos públicos del Ayuntamiento para que la ciudadanía recupere la ilusión de un municipio que ha perdido su identidad. Y lo lograré de la mano de los empleados públicos, porque los políticos estamos de paso y ellos son quienes seguirán en el Ayuntamiento. En esta parte quiero ser riguroso, no me sobra nadie, lo único que quiero es aumentar el número de técnicos y administrativos para que todo funcione mejor y mas rápido. Que nadie haga caso de los bulos que lanzan sobre mi, insisto, no sobra nadie.

HA MANIFESTADO EN VARIAS OCA- SIONES QUE QUIERE EMPODERAR A LOS VECINOS DE TELDE ¿QUÉ SIGNIFICA ESO EXACTAMENTE?

Cuando hablo de empoderar a los vecinos, hago referencia a la puesta en funcionamiento de las Juntas de Distrito y del Consejo Social. Se trata de dotar a la ciudadanía de las herramientas de participación ciudadana que otros

le han negado. Se trata de que los vecinos participen de forma activa en las decisiones municipales que se acuerden luego en el Pleno, el máximo órgano municipal. Estoy convencido de que solo a través de la participación ciudadana se pueden mejorar las cosas, porque es la ciudadanía quien conoce de primera mano los problemas de su barrio, y eso es lo que todo gestor público debe tener en primera línea de sus actuaciones. La voz de la ciudadanía debe estar constantemente presente en las resoluciones municipales para mejorar su calidad de vida a través de las Juntas de Distrito. Por su parte, el Consejo Social será el órgano de la excelencia de Telde donde se proyecte el futuro del municipio que vamos a lograr. Es la hora de los vecinos, y eliminar la desidia y el sectarismo, debemos hacer Telde entre todos.

¿PODRÍA SER MÁS EXPLÍCITO EN EL CAMBIO HISTÓRICO Y REVOLUCIONARIO DEL QUE USTED HABLA?

Telde necesita un cambio de rumbo urgente. Es un clamor que los teldenses demandan, sentirse más seguros, pero es evidente que los agentes del orden deben trabajar en las condiciones laborales que necesitan para prestar adecuadamente el servicio, condiciones de las que actualmente no disponen. Pero hablo de la dignidad de la ciudadanía porque vivir en Telde debe ser un placer. Que se encuentren las calles asfaltadas, iluminadas y limpias es devolver la dignidad a las personas que vivimos en Telde. Que los empresarios que invierten en nuestro municipio generadores de riqueza y empleo no se encuentren con los obstáculos de una administración ineficiente como la actual, eso también es dignidad. Que nuestros vecinos puedan acudir a una piscina municipal para realizar actividades que mejoran su calidad de vida, eso es devolverles la dignidad. El cambio histórico y revolucionario al que siempre me refiero consiste en tener unos servicios públicos eficientes que dignifiquen a la ciudadanía. Creo que es muy importante ser realista, sin mentir a nadie. Creo que es posible el cambio, desde el sentido común, haciendo lo que hay que hacer, sin mentiras, sin prometer cosas imposibles y respetando a los vecinos. Ese es mi compromiso.



HÉCTOR SUÁREZ

100% TELDE



100% TELDE PARA RECUPERAR EL ORGULLO DE CIUDAD

Querido/a teldense:

Te invito a soñar conmigo:

¿Te imaginas **una ciudad con calles y aceras perfectas**, seguras y siempre limpias? ¿una ciudad donde desplazarse sea fácil y cómodo para todos?

Yo sí y además tengo muchas ganas de **convertirlo en realidad**, por eso me presento a la alcaldía de Telde porque **esta ciudad tiene mucho que mejorar**.

Voy con un proyecto 100% Telde, porque **solo nos debemos a Telde. Nadie nos marca el rumbo desde Madrid** y no vamos a tener pelos en la lengua para reclamar lo que es de Telde.

Los más pequeños se merecen **parques limpios, seguros, con columpios y remos en buenas condiciones**, sitios donde disfrutar de sus juegos, sus amigos y sus familias.

Las **personas mayores tienen derecho a espacios propios**, en sus barrios, donde poder mantenerse activos y disfrutar de su merecido descanso.

Los **jóvenes necesitan espacios** para realizar actividades físicas: recuperar canchas, que cada barrio tenga sus espacios deportivos, espacios

en los que puedan compartir sus momentos de ocio con sus amigos.

Todos los ciudadanos de Telde **tenemos derecho a una ciudad más limpia**, con espacios públicos bien amueblados, aceras y arcenes para caminar seguros y que conecten todo el municipio, para las bicis, los carritos de bebé...

¡Quitar todas las barreras arquitectónicas!

Nos merecemos **más guaguas, más aparcamientos...** ...disfrutar de nuestra ciudad.

Me presento a la alcaldía de Telde con el objetivo de **devolver el orgullo de pertenencia a este gran municipio** y convertirlo en **un lugar mejor para vivir... y para soñar**.

Estamos todos los miércoles de 16.00h a 20.00h en la calle Juan Diego de la Fuente 26. Estás invitado para unirse a los soñadores de 100% Telde.

Héctor Suárez,
Candidato a la alcaldía de Telde.
Por Coalición Canaria y Coalición de Centro Democrático.

Juan Martel:

“La actividad cultural ha crecido en Telde un 60%”

Entrevistamos al candidato de CC-CCD Juan Francisco Martel para conocer el balance que deja de esta legislatura como concejal de Cultura y Juventud y su proyecto político de cara a los nuevos comicios, el 28 de mayo.



¿QUÉ BALANCE HACE DE LA LEGISLATURA QUE DEJAMOS ATRÁS?

Hago un balance muy bueno, y no gratuito, sino basado en datos y en estadísticas. Las actividades culturales se han incrementado en esta legislatura en más de un 60%. Es un éxito irrefutable. Estamos terminando el ciclo político y arrojamamos el dato de que tenemos una programación cultural de lo más variada, donde hemos incentivado las de siempre, Música, Danza, Teatro, todas las pertenecientes a las bibliotecas, pero hemos incorporado por ejemplo la lírica con el programa “Vive la Lírica”.

LA EMPRESA PÚBLICA GESTEL, QUE SE GESTIONA DESDE EL ÁREA DE CULTURA, HA AUMENTADO NOTABLEMENTE SU PRESUPUESTO DESDE EL AÑO 2019 HASTA AHORA. ¿A QUÉ SE HA DESTINADO?

Bueno, para empezar en la propia plantilla que ha crecido de 27 a 34 trabajadores. En bibliotecas hemos incorporado a tres nuevos empleados, en la Escuela de Música, Danza y Teatro a 4 y en programación de actividades, uno. En cuanto a la actividad cultural que ha realizado la empresa pública, durante el ejercicio 2022, ha incrementado en más de un 20% con respecto al año 2021, superando más de 400 actos culturales, lo que conlleva al incremento en más de 110.000 espectadores en los diferentes actos, lo que supone un 49% más que el ejercicio 2021.

AHORA QUE MENCIONA LAS BIBLIOTECAS, HEMOS NOTADO UN GRAN ESFUERZO EN QUE EN ESTE MUNICIPIO SE LEA MÁS. HEMOS VISTO GRANDES ESFUERZOS EN LAS

ACTIVIDADES PLANIFICADAS DESDE BIBLIOTECAS MUNICIPALES.

Efectivamente el esfuerzo que se ha hecho por dinamizar la programación de las bibliotecas con el objetivo de mirar a los libros con interés y anhelo, ha sido enorme. Queremos que Telde lea más y mejor: leer nos parece una base sensorial para crear capas generacionales futuras que resumen de cultura. Esto es importantísimo porque hay un déficit y no hay que mirar para otro lado. La cultura está en muchas facetas, es verdad, pero en los libros qué duda cabe.

Hemos hecho presentaciones de libros; cuentacuentos infantiles (para bebés incluso); cuentacuentos para adultos; hemos creados clubes de lectura juveniles, de adultos y para aficionados al cómic; hemos celebrado todas las fechas importantes relacionadas con los libros y qué decir de la última Feria del Libro, que celebramos a finales de abril, donde hemos recuperado la Plaza de San Juan para instalarla más cómodamente, y hemos duplicado este año la participación de bibliotecas, editoriales y encuentros con autores que han presentado sus libros, los han firmado y hemos hecho cosas preciosas como el homenaje que realizamos para Alexis Ravelo, que fue muy emotivo, y era casi obligado, pues nos dejó repentinamente en enero y es un autor canario indiscutible de las letras contemporáneas.

¿Y QUÉ ME DICE DE LA SORPRESA DEL CONCIERTO DE JOSÉ VÉLEZ?

Pues tengo que decir que esto fue una gestión más bien personal y bien gestionada por todo el equipo que formamos Cultura. Era necesario

después de 11 años sin tocar en Telde que José Vélez volviera al municipio, a su Auditorio, y creo que tal y como se desarrolló, este evento se quedará para los teldenses y todo aquel que vino como un recital inolvidable. Creo que fue una noche de reencuentro, de felicidad. En definitiva, una grata sorpresa para Telde tal y como titulé en varios artículos de opinión que salieron esa semana.

AHORA SE PRESENTA LIDERANDO LA PLANCHA DEL CCD PERO EN ALIANZA CON CC VA COMO NÚMERO DOS. ¿LE GUSTARÍA SEGUIR EN CULTURA?

La cultura es un área muy agradecida. Lo primero es obtener representación y ya luego ver quién se queda, quién se va. Yo lo que digo es que mi forma de estar en política es incomprensible sin trabajo y sin estar cerca del ciudadano. Mi forma de trabajar es mi guía y con ella iré a donde tengamos responsabilidad de gobierno.

A veces es complicado armonizar los conflictos de intereses de los distintos grupos que presentan candidatura, pues son formas distintas de ver y hacer política, al igual que analizar la prioridad de los asuntos dentro de la estructura de los partidos a la hora de gestionar partidas y recursos, pero dentro de estas complejidades, yo lo tengo clarísimo: si el teldense me otorga su confianza y su voto, seguiré trabajando cada día por Telde y su gente, poniendo siempre en primer lugar los intereses de nuestra comunidad y dando continuidad a mi forma de “estar en política”, que es trabajar y estar cerca del vecino sin hacer promesas vacías, que por cierto, no las entiendo. Si dices que harás algo, ¡tendrás que hacerlo, digo yo!

La Cofradía
de Taliarte



RESTAURANTE

TELÉFONO: 928.134.387



¡EL MEJOR PESCADO FRESCO DE LA ZONA!

Local Climatizado
Comidas y postres caseros
Platos típicos canarios
Gran Bodega de vino

Disfruta de nuestra amplia terraza



La Suertes Grande

alojamiento & eventos

