



REVISTA

enfoque

696 615 822
enfoque_m@yahoo.es

PARQUE VENECIA

EN PORTADA
CRISTINA CASTILLÓN

cristinacastillon@hotmail.com

**Frutería
Cristina**
garantía de calidad



PSICOLOGÍA
Las Emociones

Especialistas en Cirugía de Implantes Dentales



Contamos con la última tecnología RX3D y las técnicas más avanzadas, para ofrecer una solución adaptada a las necesidades de cada paciente.

"Nos preocupamos por tu salud dental, en Clínica Dental Parque Venecia utilizamos técnicas sin dolor mediante procedimientos mínimamente invasivos..."



¡ESTE VERANO... SIENETE RADIANTE CON TU NUEVA SONRISA!

Acércate a conocer nuestras promociones especiales en ortodoncia...

C/Tintoretto 10, 50021, Zaragoza (Plaza Marco Polo)

☎ 876 43 36 65 / 📞 622 34 06 53

✉ clinicadentalparquevenecia@gmail.com

📷 @clinicadentalparquevenecia

🌐 www.parqueveneciainclinicadental.es



TALLERES JOSE A. GUIU

VEHÍCULO
DE CORTESÍA
GRATUITO

Que nada estropee tus vacaciones...

nosotros cuidamos y revisamos tu coche

Servicio **GRATUITO** de
DESINFECCIÓN CON OZONO.

DIAGNÓSTIC ELECTRÓNICA
ELECTRICIDAD
MECÁNICA
NEUMÁTICOS
CLIMATIZACIÓN
LUNAS



Estamos muy cerca en: **Calle San Eugenio, 21 (La Paz)**
Tel. 976 27 90 36 - Móvil 685 18 33 04
joseanguiu@gmail.com www.tallerguiu.com

En portada

Cristina, cuéntanos, ¿Cuándo abriste tu negocio?

Abrí la tienda en marzo de 2016. Fui uno de los primeros establecimientos del barrio. Tuvimos una gran acogida porque aunque el barrio estaba todavía en sus inicios, con pocas viviendas construidas, los primeros vecinos estaban muy necesitados de comercios y servicios.

¿Por qué elegiste Parque Venecia?

Aposté por Parque Venecia porque es un barrio nuevo, con mucho potencial de gente joven y familias con niños pequeños que saben apreciar la importancia de alimentarse de forma sana y equilibrada.

¿Por qué una verdulería-frutería?

He trabajado siempre en este sector y por ello tengo una experiencia que me permite asesorar acerca de los productos, sus variedades y características, su grado de madurez, mantenimiento, preparación, etc.

¿Qué tipo de producto ofreces en tu establecimiento?

Como decía, el producto que traemos, se caracteriza por la calidad. La calidad en las frutas, verduras e hortalizas es importante no sólo por el sabor y la textura que nos hace disfrutar de forma especial cuando las comemos, sino también porque esta calidad se traduce además en que estos productos se mantienen en tu frigorífico en perfecto estado para el consumo durante muchos días más que las verduras de calidades inferiores.

Ofrecemos siempre que es posible producto local o nacional y cuando no es así, buscamos aquellas procedencias que garantizan que nuestros clientes queden satisfechos.

¿Además de Frutas, Verduras y Hortalizas?

Ofrecemos también productos de panadería como el pan de horno tradicional, rosquillas, magdalenas, colines que tanto gustan a los niños.

Además, tenemos una selección de legumbres de León a granel, Vermut, conservas de bonito, pimientos del piquillo.



FRUTERÍA
Cristina

PEDIDOS:
☎ 659 772 794
criscasfran@hotmail.com
C/ Cannaregio, 7.
PARQUE VENECIA

Cristina Frutería Cristina

Destacar también nuestro surtido de más de 25 variedades de Miel de gran calidad de distintas procedencias de toda España. Entre ellas las aragonesas de tomillo y romero y otros sabores originales como anís aguacate u orégano.

¿Qué servicios prestáis?

ofrecemos la posibilidad de hacer los pedidos por WhatsApp u online para después pasar a recogerlo cómodamente, además, facilitamos el día a día a nuestros clientes con las verduras limpias (borraja, acelga, coliflor...) algo muy demandado hoy en día por la falta de tiempo de la mayor parte de nuestros vecinos. También ofrecemos medias piezas en algunos productos para personas solas y pequeñas familias...

Por cierto, también somos centro de recogida de paquetes, lo que también facilita mucho la ajetreada vida de muchos habitantes de Parque Venecia.

¿Por qué debemos elegir Frutería Cristina?

Por el trato cercano y personal, el del pequeño comercio que conoce los gustos de sus clientes y casi, casi, ya sabe los que va a pedir, por la garantía de llevarte un producto de calidad a un precio adecuado, por nuestras tarjetas de cliente que tan buena acogida han tenido entre todos los vecinos y porque son ya muchos años creciendo juntos en este barrio.

TEELL EDITORIAL

www.teelleditorial.com
en tu librería de confianza
en Zerca
en Amazon..

también en
e-book

Fotografía: Sara Domínguez

editorial aragonesa con el sello RSA



¿SUEÑAS CON PUBLICAR TU PROPIO LIBRO?

Podemos ayudarte. ¡Consúltanos!
comunicacion@teelleditorial.com

Gracias por leernos



www.teelleditorial.com

Si tienes hijos...



CORDÓN
 ASSESORIA INDEPENDIENTES
 COMPAÑIA DE SEGUROS

TELL
 EDITORIAL

PARQUE VENECIA

Serita Puntorbo
 PSICÓLOGA



CLINICAS
DENTAL

Eurotaller
 TALLERES
 JOSE A. GUIU

Clínica Dental
 Parque Venecia
 Dra. Verónica Moreno

CLEI ROSALES

FRUTERÍA
Cristina

- Alimentación, Panadería, Pastelería
 - Cafetería, Cervecería, Restaurante
 - Peluquería, Perfumería, Estética
 - Ropa, Complementos, Calzado, Bebés
 - Autoescuela, Academias
 - Fotografía, Viajes
 - Seguros, Servicios, Varios
 - Clínica, Clínica Dental, Fisioterapia
 - Guardería Infantil
 - Librería, Papelería
 - Tintorería, Limpieza, Desinfecciones
 - Mueble, Decoración, Hogar, Reformas
 - Electricidad, Reparaciones, PC, Telefonía
 - Veterinario, Mascotas, Guardería Canina
- ← Anuncios con establecimientos fuera de plano



Clínicas Dental
Dres. Asprea - Gornatti

*Aplicado solo a
nuevos tratamientos.

20%
de descuento
hasta 30/09/2023*



**" Mas de 30 años en tu barrio, mas de
35 años cuidando de varias generaciones"**

¡Ven a visitarnos!

TORRERO

Cuarta Avenida, 23
976 25 40 96
 697 88 68 28

MOZART

José Oto, 49
976 47 55 43
 674 56 56 27





CORDÓN
ASESORES INDEPENDIENTES
CORREDURÍA DE SEGUROS



**Expertos
en Seguros de
Comunidades
sin franquicia**

DÍAS DEL
**SEGURO
DE SALUD**



**Aprovecha
nuestras
ofertas**

**Posiblemente
el mejor momento
para revisar tus
seguros**

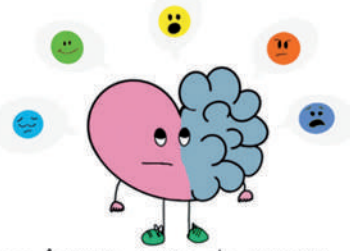


**Consulta
tu OFERTA
en este enlace**



C/ Beethoven, 60. - Rosales del Canal -
Tel. 976 060 092 **678 301 846**
correduria@cordonseguros.es www.cordonseguros.es

DELEGACIÓN OLIVER - MIRALBUENO: C/. Antonio Leyva (esquina Huesa del Común, 2) Tel. 650 453 925



¿Para qué sirven las emociones?

Las emociones forman parte de nuestra vida, forman parte del día a día de los peques, adolescentes, jóvenes, adultos y ancianos.

En algunas situaciones, las emociones nos invaden y muy a menudo, tendemos a evitarlas. Tratamos de buscar actividades y distracciones que nos evadan y nos hagan sentir un alivio inmediato de esas emociones y sensaciones que no nos gustan.

Pero... ¿Es bueno evitar nuestras emociones? ¿A dónde se van cuando intentamos ignorarlas?

Realmente, todas las emociones existen por algún motivo, todas ellas tienen una función.

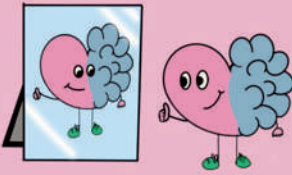
Si conseguimos entenderlas, si les damos un lugar y si encontramos un espacio seguro donde exteriorizarlas conseguiremos comprender que todas las emociones son parte del proceso de cambio que nos acerca a esa estabilidad y bienestar mental deseado.

Si paramos a escucharnos y a expresarnos conseguiremos adquirir aprendizajes de cada una de nuestras vivencias y estaremos más preparados para afrontar experiencias y emociones futuras. Dejaremos de tener la necesidad de evitar nuestras emociones y en vez de sufrirlas, seremos capaces de comprenderlas y atenderlas, dándoles el lugar que merecen en cada momento.

Sonia Pancorbo, Psicóloga General Sanitaria Col. A-03297

¿Como nos hablamos? El ejercicio físico

"Tengo que..." VS "Quiero..."



Sus beneficios \rightarrow Físicos y Mentales



Suicidio - Datos

Más de 800.000 personas se suicidan cada año.
1 persona cada 40 segundos.

Los datos indican que 3.671 personas fallecieron por esta causa en el año 2019.

10 personas se suicidan cada día.
Y...
Por cada suicidio consumado, 20 personas lo intentan.

3 de cada 4 son hombres



Ataque de pánico / ansiedad

¿Qué hago?
ESTRATEGIAS de afrontamiento



1. Reconoce que estás teniendo un ataque de pánico

- NO es un ataque cardíaco
- Es algo TEMPORAL. Pasará y tú estás bien.
- Aleja te del miedo de pensar que te estás muriendo.
Ese pensamiento es un síntoma más.

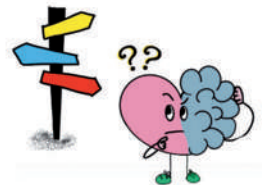


Este verano, si estás de vacaciones, puedes seguir con tus sesiones. **SESIONES ONLINE.** Consultame

Tomar decisiones

¿Por qué me cuesta tanto?

¿Qué me puedes ayudar?



(+34) 624 540 633

@psicologia.soniapancorbo

Calle Calabuch, n°3 Valdespartera

psicosoniapancorbo@gmail.com



CLEI ROSALES
inmobiliaria

La inmobiliaria
de los barrios del sur

*¡¡Decídete,
es el momento!!*



*Ven a visitarnos.
Te acompañaremos
y asesoraremos
en todo el proceso*

➔ **Saca mayor
rendimiento a la venta
de tu vivienda con
nuestra gestión**

➔ Y si alquilas tu vivienda
tenemos un obsequio
para ti. Te regalamos el
seguro de hogar o el de
impago de alquileres.

www.cleirosales.com

ROSALES DEL CANAL:
C/ Beethoven, 60. 50012. Zaragoza
876 010 671 / 671 635 803

gerencia@cleirosales.com
Horario de 9:30 a 19:00

DELEGACIÓN OLIVER - MIRALBUENO: C/. Antonio Leyva (esquina Huesa del Común, 2) Tel. 650 453 925
DELEGACIÓN CENTRO: C/. Coso, 102, of. 18-19, Tel. 650 453 925