

AZULEJOS

MAGAZINE

Nº 12 · MAYO · 2022



NOVEDADES

Showroom
Castellana 84

Acabados para
grifería

Duchas para
mascotas

PROYECTOS QUE NOS INSPIRAN

Palacio de la
Música de Madrid

CONSEJOS DE EXPERTO

Transporte
de cerámicas de
gran formato

Especial
**TERRAZAS
Y PISCINAS**

P E Ñ A
A Z U L E J O S



Visita nuestra tienda online: tienda.azulejospeña.es
Esta versión fue hecha con dedicación por Azulejos Peña.

REVISTA GRATUITA



Dirección editorial, redacción y fotocomposición:
Departamento Marketing Azulejos Peña

Magazine Azulejos Peña no se hace responsable de las opiniones de los entrevistados o colaboradores.
Magazine Azulejos Peña no se hace responsable de las imágenes de sus anunciantes.
Magazine Azulejos Peña autoriza la reproducción de sus textos e ilustraciones siempre que se indique su procedencia.

Sumario

4

Carta del director comercial

5

Nuestra opinión

6

Servicios

8

Novedades

12

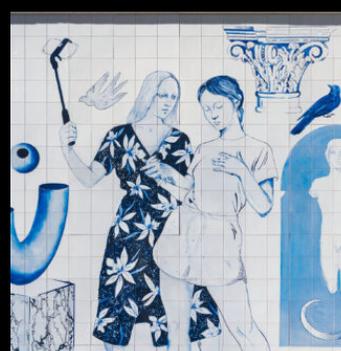
RSC

18

Noticias

20

Proyectos que nos inspiran

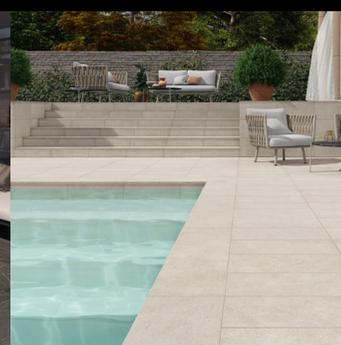
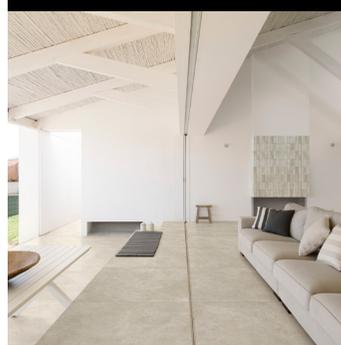


22

Consejos de experto

26

Especial terrazas y piscinas



38

Bienestar



40

Direcciones

41

Ferias



Estimados clientes:

Nos complace presentarles una nueva edición de nuestro magazine. Deseamos que, una vez más, sean de su interés y de su agrado los productos que hemos seleccionado cuidadosamente, así como todas las novedades y servicios que hemos incorporado en Azulejos Peña desde el último número.

Vivimos tiempos de cambios rápidos y constantes. La industria de la cerámica y el sanitario en modo alguno es ajena a esta dinámica, y, por ello, consideramos nuestro deber como empresa líder el compartir nuestro conocimiento del sector. Ya sea con tradicionales medios de difusión como esta revista, o mediante nuestra presencia en canales online, deseamos mantener una comunicación constante con todos ustedes.

En este número hemos reservado unas páginas a las últimas tendencias en cerámica para piscinas y terrazas, las cuales esperamos sean inspiradoras en sus proyectos para esta temporada.

Permítanme que reitere nuestro compromiso de tenerles al corriente de las novedades introducidas en nuestra empresa y de las tendencias imperantes en el sector mediante esta revista.



Juan Pajares
Director Comercial de Azulejos Peña S.A



NUESTRA OPINIÓN

El actual escenario de alza en los precios del gas y la electricidad ha alcanzado también a la industria del azulejo. Así, la Asociación Española de Fabricantes de Azulejos y Pavimentos Cerámicos (ASCER) estima que las subidas de las facturas podrían equivaler a un incremento global en el sector de hasta un 61%. Además, con los costes del CO2 también en alza, la industria del azulejo ha experimentado un aumento en el precio de la tierra atomizada, que constituye su materia prima esencial.

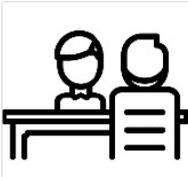
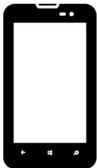
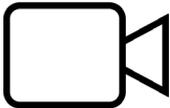
La patronal del azulejo ya ha expuesto al Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico la situación concreta del sector. Los puntos clave son el consumo energético, las alternativas para la sustitución del gas y cómo reducir las emisiones de CO2. Además, las empresas azulejeras lanzaron una propuesta para que el gobierno compense hasta en un 25% el coste de los derechos de emisión.

Lejos de caer en el desánimo, creemos que el mejor enfoque para abordar las tareas del presente es una actitud constructiva y de trabajo. Por eso miramos a los próximos meses con el deseo sincero de que tanto instituciones

nacionales como internacionales unan sus esfuerzos. La meta común de lograr unos costes energéticos sostenibles es posible con diálogo y voluntad.



SERVICIOS

 <p>Asesoramiento personalizado Recibe asesoramiento personalizado en todos nuestros showrooms.</p>	 <p>Financiación 30 meses sin intereses. En Azulejos Peña ofrecemos diferentes fórmulas de financiación, de forma rápida y sencilla.</p>	 <p>Transporte de mercancías Contamos con servicio de transporte y entrega de mercancías en toda España y fuera del territorio nacional. Consultar condiciones.</p>	
 <p>Venta online Consulta la tienda online y compra desde casa. Admite pago a través de Bizum.</p>	 <p>Certificado COVID Nuestra empresa ha sido certificada de conformidad con las disposiciones del Esquema IMQ Covid 19 Restriction para todos los showrooms, oficinas y almacenes.</p>	 <p>Cita previa Pide cita previa en nuestros showrooms y te lo recordaremos con un SMS.</p>	
 <p>Videollamada / atención personal Elige la modalidad de acuerdo a tus necesidades.</p>	 <p>Servicio de renderizado 3D Crea y comprueba la viabilidad de los materiales ya colocados accediendo a una vista del resultado final. Servicio disponible bajo cita previa. Consultar disponibilidad en el showroom.</p>	 <p>Seguimiento de pedidos Para conocer el estado de tu pedido consulta en el 91 875 76 70.</p>	
 <p>Zona de parking Disponemos de zona de parking propio o gratuito para clientes en todos nuestros showrooms.</p>	 <p>Zona de café, sala de espera y zona infantil Disponibles en nuestros centros de Getafe, Las Rozas, Arganda y Llano Castellano.</p>	 <p>Promociones y outlet Consulta las ofertas, materiales de outlet y promociones activas cada mes.</p>	 <p>Wi-Fi Contamos con conexión Wi-Fi en todos los showrooms.</p>



Mascotas bienvenidas

Permitimos mascotas en todos nuestros showrooms.



Instalación

Instalamos mamparas de ducha, mamparas para bañera y muebles de baño. Consulta sobre el servicio adicional de instalación en todos nuestros showrooms.



Lista de bodas

Realizamos lista de bodas en todos nuestros showrooms.



Sala de ingletes y cortes

Contamos con maquinaria de corte preciso para toda clase de materiales.



Sala de muestras

Disponemos de una sala de muestras en nuestro almacén al servicio de los profesionales del sector.



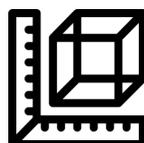
Catálogos

Descarga o solicita nuestros catálogos en los showrooms.



Revista

Consulta nuestro Magazine AZULEJOS PEÑA.



Productos a medida

Contamos con servicio de productos a medida. Consulta en cualquiera de nuestros showrooms.

Productos bajo pedido

Contamos con más de 100.000 referencias bajo catálogo. Consulta con nuestros comerciales sobre los productos bajo pedido en el caso de no encontrar lo que necesitas en nuestras exposiciones.



Horario continuado

Abrimos a mediodía y sábados hasta las 14.00.



Formación

Nuestros equipos están en constante formación. Mejoramos cada día. Realizamos demostraciones, cursos y talleres para nuestros clientes. Consúltanos.



Cambiadores de bebés

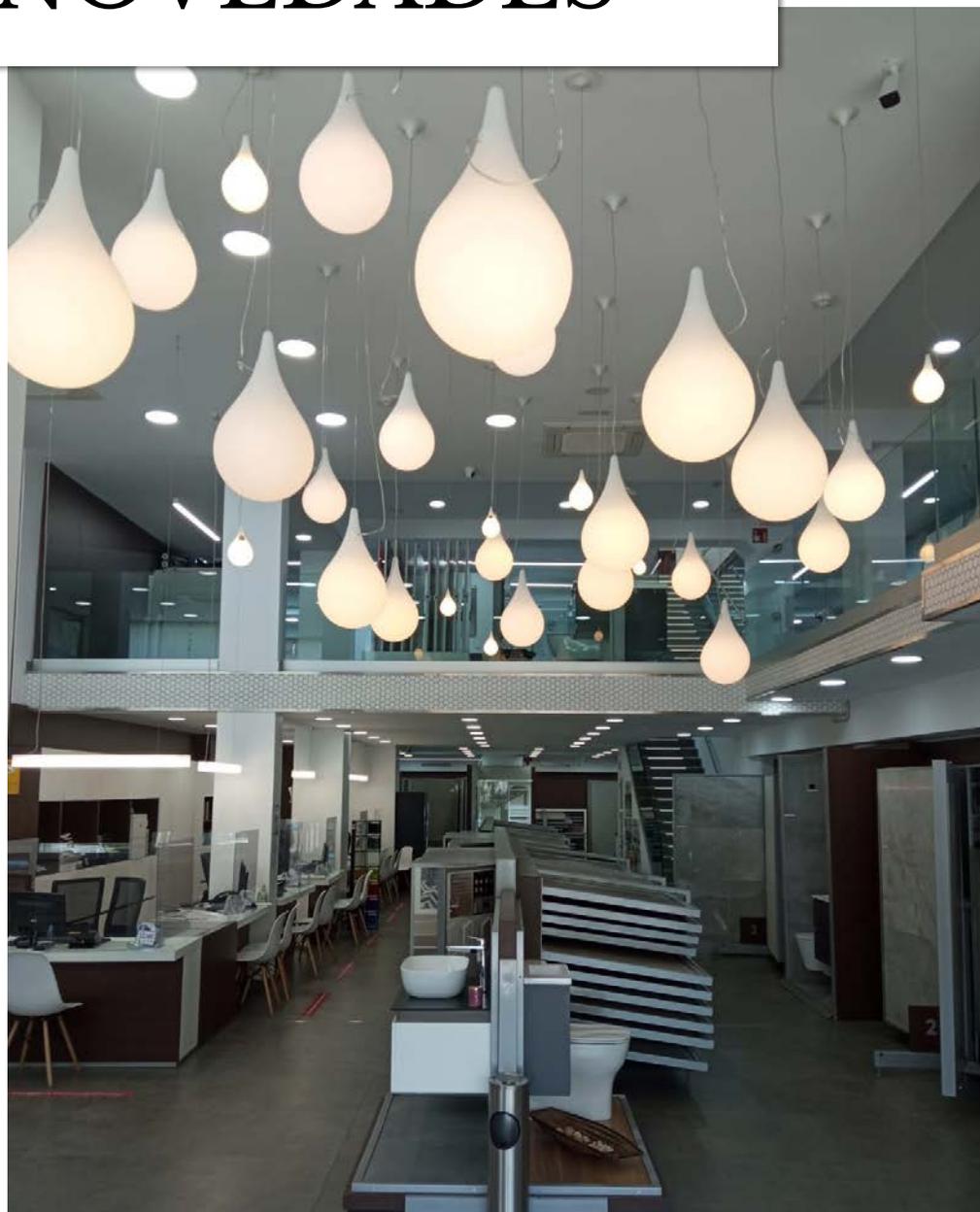
Incorporamos cambiadores de bebés en los aseos de Getafe, Llano Castellano y Arganda del Rey. Una ventaja para todos aquellos que visiten con niños nuestros establecimientos.



Devoluciones

Azulejos Peña no admite devoluciones, excepto por defecto del producto.

NOVEDADES

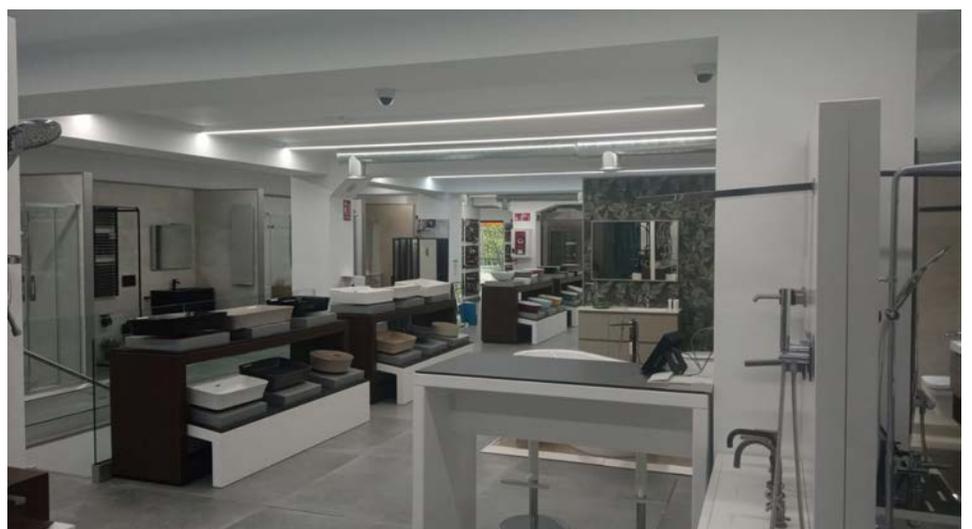


Showroom Castellana, 84

Renovamos y ampliamos el showroom situado en Paseo de la Castellana, 84, en Madrid, con el objetivo de ampliar el espacio para exposición de producto.

Disponemos de una amplia gama de azulejos para pavimentos y revestimientos, tanto cerá-

micos como porcelánicos. También contamos con una gran selección de grifería, sanitarios de moderno diseño y accesorios de baño. Este showroom está dirigido a arquitectos, decoradores, interioristas, profesionales de la construcción y clientes finales.



Grifería

La grifería define el estilo de nuestra sala de baño cuando abordamos una reforma. Para ello, Azulejos Peña pone a disposición de sus clientes las colecciones Vernis y Talis E de Hansgrohe. Una opción idónea para ambientes tanto minimalistas como elegantes. Además de diseño, nuestras colecciones aportan una gran versatilidad gracias a una amplia gama de acabados:



CROMO



BLANCO



NEGRO MATE



NEGRO CEPILLADO



ORO PULIDO



BRONCE CEPILLADO



DogShower

Tu mascota se merece los mejores cuidados. Por eso ofrecemos la DogShower, una ducha especialmente diseñada para el lavado canino. Ha sido desarrollada por psicólogos expertos para evitar cualquier estrés a tu animal de compañía, incorporando boquillas de masaje, tres tipos de chorro y programa relax. Además, encaja con facilidad en la conexión estándar de la teleducha.



RSC

Azulejos Peña sigue actuando en su compromiso con la solidaridad

Cruz Roja

Azulejos Peña y Cruz Roja Madrid prosiguen su colaboración en la ayuda de millones de personas.

El donante de Cruz Roja elige la finalidad que quiere dar a su aportación. Puede destinarla a una misión en concreto, con la garantía de que dicha aportación se empleará solamente allí, o bien confiar en Cruz Roja para que se emplee en los colectivos más necesitados (Proyectos Sociales).

Las actividades de Cruz Roja Española durante 2021 llegaron a casi 15 millones de personas en ámbito nacional e internacional. Esto ha sido posible gracias al equipo de empleados, a voluntarios y socios y empresas que han dedicado su tiempo a los que más lo necesitan.



<https://www2.cruzroja.es/>

Cáritas

Cáritas Diocesana es el organismo oficial de la Archidiócesis de Toledo que tiene como objetivo la misión evangelizadora de la Iglesia mediante la acción caritativa y social.

Promueve, coordina e instrumenta la comunicación cristiana de bienes en todas sus formas, ayudando a la promoción y desarrollo integral de todas las personas. Azulejos Peña colabora con la entidad a través de diferentes proyectos. Si está interesado, entre en la web de Cáritas Toledo:



<https://caritastoledo.com>

Congregación de las Hermanitas de los Pobres en Talavera de la Reina

La Congregación de las Hermanitas de los Pobres cuenta con cerca de 200 casas para ancianos en 31 países de los cinco continentes. Actualmente, unas 2800 Hermanitas se esfuerzan por cuidar a los ancianos pobres en todo el mundo.



<https://www.hermanitasdelospobres.es/>

Fundación Zaballos en Defensa de los derechos constitucionales

La Fundación Zaballos en Defensa de los derechos constitucionales se propone como misión promover, participar, estimular e intervenir en todo tipo de iniciativas de carácter social en materia jurídica.



<http://fundacionzaballos.es/>

Asociación Española Contra el Cáncer (aecc) Marbella

La Asociación Española Contra el Cáncer (aecc) trabaja para educar en salud, apoyar y acompañar a las personas enfermas y a sus familias. Su labor se extiende, asimismo, a la financiación de proyectos de investigación para un mejor diagnóstico y tratamiento del cáncer.



<https://www.contraelcancer.es/es>

Azulejos Peña sigue apoyando numerosas acciones impulsadas desde ONG, asociaciones y otras entidades.

Fundación Rode

La Fundación RODE es una organización sin ánimo de lucro constituida en 1984 en Navarra. Trabaja en la cooperación internacional al desarrollo desde 1996. Nace con el ánimo de lograr un desarrollo humano sostenible.

Así, fomenta la cooperación y el desarrollo social, educativo y cultural de las personas. Desde la solidaridad se compromete a luchar contra la pobreza mediante el desarrollo integral y sostenible de las zonas más vulnerables. También realiza una labor de sensibilización hacia estos asuntos, buscando los medios humanos y económicos necesarios. Azulejos Peña colabora con la entidad para facilitar sus actividades.

RODE
FUNDACIÓN

<https://www.fundacionrode.org/>

Fundación Altius

Azulejos Peña colabora con esta entidad a través de la donación de materiales para ayudar a familias desempleadas. Los materiales se destinan a mejorar las instalaciones de la entidad en Madrid y la calidad del servicio que presta a sus beneficiarios.

Más de un millón de hogares españoles tienen a todos sus miembros en paro. La Fundación Altius ayuda a personas desempleadas para que la oportunidad de trabajo llegue lo antes posible.

<https://www.fundacionaltius.org/>



FUNDACIÓN
ALTIUS

Fundación Aprocor

La Fundación Aprocor es una organización dedicada a mejorar la calidad de vida de personas con discapacidad intelectual y de sus familias. Promueve también un modelo de sociedad inclusiva.

Azulejos Peña colabora con la Fundación Aprocor para que esta entidad pueda seguir su labor social desde diferentes ámbitos: la formación, el trabajo, el empleo, la vivienda, la vida independiente, el ocio y los mayores.

<https://fundacionaprocor.org/>



Fundación Integra

Colaboramos con la Fundación Integra, una iniciativa creada para ayudar a personas en exclusión social y personas con discapacidad a través de la inserción laboral.



<https://fundacionintegra.org/>

Fundación Logos

La Fundación Logos se dedica a la asistencia social enfocada tanto a personas como a grupos. El objetivo es impulsar acciones destinadas a consolidar la importancia del rol de las familias en la comunidad. Además de la ayuda a los sectores más vulnerables de la sociedad, promueve la igualdad de oportunidades de progreso, sin exclusiones ni marginaciones.



<https://www.facebook.com/LOGOSfundacion/>

Congregación Legionarios de Cristo

Entre sus múltiples actividades, esta congregación religiosa realiza numerosos esfuerzos dedicados a la promoción de la caridad con los más necesitados. Además, trabaja en instituciones educativas como la Red de Universidades Anáhuac, los Colegios del Regnum Christi y los Colegios Mano Amiga.

Azulejos Peña colabora con las tareas de la congregación para ayudar en el logro de sus objetivos.

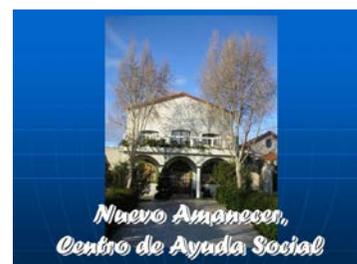


<https://legionariosdecristo.org/>

Nuevo amanecer

Este centro benéfico de ayuda social sin ánimo de lucro se dedica fundamentalmente a la atención a la mujer y a sus hijos. Azulejos Peña ha colaborado con esta organización donando material para las reformas de su casa de acogida y su comedor social.

Se encuentra en Calle de la Montera, 24. 28013. Madrid



<https://www.facebook.com/asociacionnuevoamanecerdelacomunidaddemadrid/>

Fundación Montemadrid

Fundación Montemadrid es una entidad privada sin ánimo de lucro que trabaja en favor de la inclusión y la igualdad de oportunidades, promueve una ciudadanía participativa con acceso a la educación, el empleo y la cultura y favorece la conservación del medioambiente.

fundación
montemadrid

<https://www.fundacionmontemadrid.es/>

Parroquia Jesús y María

Situada en el madrileño barrio de Aluche, esta parroquia desarrolla una intensa actividad con los vecinos de la zona. Entre sus actividades, destacan iniciativas de formación y ocupación del tiempo de ocio con adolescentes, visitas a enfermos y personas solas y voluntariado de apoyo a Cáritas. Se encuentra en Calle de Maqueda, 129. 28024. Madrid



<https://parroquia-de-jesus-y-maria.negocio.site/>

Azulejos Peña se enorgullece de poder aportar valor social a quienes más lo necesitan, por eso creamos este espacio para difundir y dar visibilidad a las campañas más solidarias.

Muestra tu lado más solidario.

Comparte las iniciativas en redes con el hashtag #azulejospeñasolidario

El azulejo aumentó sus niveles de exportación en 2021

Crecieron más del 24%, superando los 3.660 millones de euros

E

l pasado ejercicio se cerró con una excelente noticia para el sector, ya que sus exportaciones superaron los 3.665 millones de euros. Las ventas para el extranjero crecieron un 24,62% respecto al año anterior, según datos del Instituto de Comercio Exterior (ICEX). Estos datos son especialmente relevantes si tenemos en cuenta que el crecimiento que venía experimentando la industria azulejera en los últimos diez años no superaba de media el 5%. Además, nunca se habían superado los 3.000 millones en ventas en el exterior.

Los datos de 2021 reflejaron también un cambio en los destinos internacionales para nuestra cerámica. Así, Estados Unidos se afianzó como el principal mercado, con ventas por valor de 447 millones de euros, lo que supone un aumento del 24% respecto al año anterior y un 12% del volumen total de las exportaciones del sector. El segundo mercado sigue estando en Francia, con 398 millones de euros en ventas y un peso del 11%, mientras que las exportaciones al país vecino crecieron un 18%. La tercera plaza corresponde a Reino Unido, donde las ventas se incrementaron un 24,5%.

En este escenario, cabe destacar el espectacular incremento de las exportaciones a República Dominicana e Israel. En el primer caso, las ventas aumentaron un 112%, creciendo desde los 40 millones de euros de 2020 a más de 84 en 2021. Por su parte, Israel pasó de ser el séptimo mercado en 2020 a subir hasta el cuarto puesto con ventas por valor de 156 millones, lo que se traduce en un 67% más respecto al año anterior.





PROYECTOS QUE NOS INSPIRAN



Fundación Montemadrid para el Palacio de la Música

A raíz de la reapertura del madrileño Palacio de la Música, situado en Gran Vía 35, Fundación Montemadrid presentó la intervención urbana realizada por el dúo de artistas Los Bravú, consistente en el alicatado de la fachada. Los azulejos empleados, típicamente madrileños, fueron cedidos por Azulejos Peña.



Transporte de cerámica de gran formato

Las dimensiones de las cerámicas de gran formato y su bajo espesor hacen que operaciones como sacarlas de la caja, transportarlas, encolarlas y colocarlas deban ser realizadas con el equipo adecuado. Proponemos tanto materiales como pasos a seguir para que dicho transporte, así como la instalación de nuestras baldosas cerámicas, sea óptima.

El primer recurso que se usa para transportar placas son las ventosas. Estas deben estar compuestas de goma blanda para garantizar una buena adherencia. Dichas ventosas pueden ir sujetas a una barra de transporte rígida para facilitar su manejo.

Otra opción es el uso de un bastidor rígido, el cual se puede configurar para ser adaptado a cualquier formato. Esta herramienta nos facilitará numerosas operaciones: extraer las placas de la caja, colocarlas sobre la mesa, transportarlas por toda la obra, poner cemento cola y colocarlas en su posición final.

Para lograr una colocación exacta, el bastidor posee apoyos de goma ajustables, tanto en el lado corto como en el largo. Esto permite posicionar la pieza donde se desea y sin rozar el suelo. Y estará preparada asimismo para el cemento cola. Con dos operarios se podrá situar la pieza frente al lugar justo donde ha de ser colocada. Para ese último paso, bastará con presionar contra la pared.

Además de los bastidores rígidos, los carros también son un medio útil cuando solo hay un operario o bien para mantener las placas firmes mientras se aplica el cemento cola.







Corte, perforación y remate de cantos

En esta fase trabajaremos con un banco de trabajo, guías de corte, ventosas, tenaza, regla, amoladora, disco diamantado y corona diamantada. El banco de trabajo nos ayudará en cualquier operación de corte, perforación o remate de los cantos de las baldosas. La tabla con la que trabajemos debe estar totalmente apoyada en el tablero.

Las guías de corte se componen de un perfil rígido de aluminio por el que se desliza un carro de corte equipado con un rodel. Para efectuar el corte se han de seguir unas instrucciones:

- Colocar la placa sobre el banco de trabajo de forma que el borde de la pieza y el banco coincidan.
- Marcar en ambos extremos de la pieza la distancia a la que se desea realizar el corte.
- Colocar la regla sobre las dos marcas.
- Sujetar la regla a la placa presionando las levas de la ventosa.
- Presionar sobre el carro de corte y marcar los dos primeros centímetros para atrás.
- Seguir, con presión constante, marcando el resto de la placa hasta el extremo contrario.
- Soltar las ventosas, apartar las guías de corte y tirar de la placa hasta hacer que la línea de corte sobresalga de 3 a 4 cm del borde del banco de trabajo.
- Presionar ligeramente con la tenaza en cualquier punto de la placa y girar el tornillo negro de la parte superior hasta que haga tope con el otro brazo de la tenaza. Después habrá que aflojar una vuelta entera.
- Situar la tenaza en línea con la marca de corte

en uno de los extremos y presionar hasta ver u oír que la placa se quiebra, pero sin intentar partir completamente la placa.

- Repetir la operación en el otro extremo, sujetando con la otra mano la tira que va a cortar.

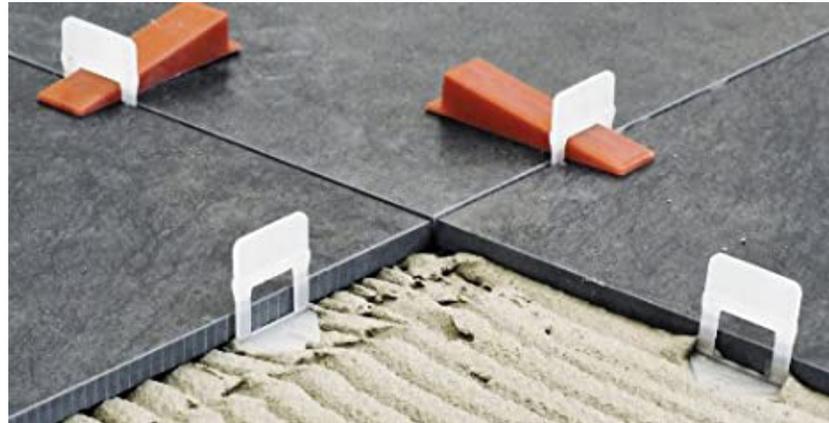
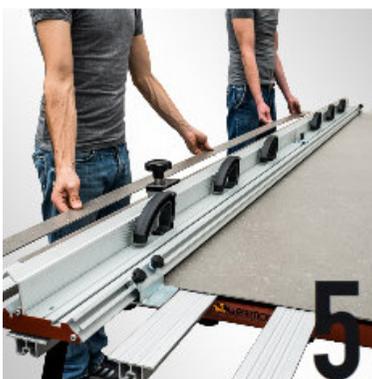
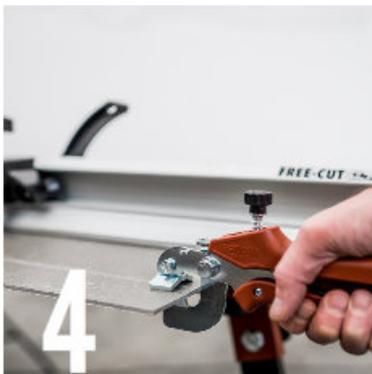
Si el instrumento usado es una amoladora el corte se efectuará con discos de diamante en seco. Los pasos serán:

- Insertar las cuatro poleas en la guía de corte.
- Conectar el aspirador y encender la amoladora.
- Presionar hacia atrás el mango de la amoladora para que baje el disco y avance de forma pausada y continua.

Finalmente, si las perforaciones van a ser cuadradas, deberemos hacer lo siguiente:

- Marcar sobre las piezas las intersecciones de los cortes.
- Colocar la guía en posición y acercar la amoladora al punto de corte.
- Presionar el mango hacia abajo para iniciar el corte y empujar hasta el otro extremo.
- Desplazar la guía en paralelo y repetir.
- Girar la guía 90° y hacer los dos cortes transversales de la misma manera.

Las perforaciones redondas también se pueden realizar con este método, pero con algunas imperfecciones. Si se desean perforaciones correctas, lo adecuado es usar coronas diamantinas con amoladora en seco o con taladro húmedo.



Colocación

En primer lugar debemos preparar el soporte. Las superficies, ya sean pared o suelo, deben estar perfectamente niveladas y limpias antes de aplicar el material de agarre o pegamento. Se recomienda usar morteros de regulación, capas impermeabilizadoras... además, lógicamente, de contar con todas las herramientas adecuadas. Una buena iluminación también es esencial para el trabajo.

Respecto a la elección del adhesivo, dependerá del tipo de baldosa, de la superficie a revestir y del uso del recinto. Si nos hemos decantado por baldosas de gran formato, lo aconsejable será aplicar doble encolado. Además, durante la colocación hay que proporcionar unos cuidados especiales. Para ello se emplean cuñas de colocación a fin de mantener la ortogonalidad y planimetría del montaje. También es necesario ir corrigiendo pequeñas variaciones antes de que fragüe totalmente el adhesivo.

El siguiente paso será el rejuntado, que nos permite conservar correctamente las instalaciones. Las juntas usadas en esta fase pueden ser de muchos tipos: estructurales, perimetrales, de colocación... En cualquier caso es imprescindible que el pegamento esté plenamente endurecido y las juntas libres de polvo o suciedad de cualquier tipo.

Finalmente, consideraremos la obra terminada cuando esté limpia y entregada. El mantenimiento de la baldosa cerámica es sencillo y cómodo. Para ello se pueden utilizar productos específicos según el tipo de baldosa y las especificaciones del fabricante.

Consúltanos. Te asesoramos. Visita nuestros showrooms.

ESPECIAL TERRAZAS Y PISCINAS



TERRAZAS Y

Es tiempo de disfrutar de los espacios al aire libre. Azulejos Peña ha seleccionado cuidadosamente para esta temporada diez colecciones que darán a tus terrazas y piscinas el carácter que buscas. Celebra con los tuyos el buen tiempo con los ambientes que te proponemos.



Ambiente Horizon

Una reinención de la estética de la pizarra, minimalista y con originales efectos de luz.

PISCINAS



Ambiente Pietra gris

La naturalidad de la piedra se une con las más altas prestaciones que caracterizan al gres extrusionado.

Ambiente Rodeno

Inspirada en la madera, esta colección aporta a nuestra terraza una reconfortante sensación de tranquilidad y contacto con el medio ambiente.



Ambiente Azuma

Partiendo de la concepción japonesa del espacio, Azuma busca la armonía entre precisión industrial, detalles artesanales, ligereza, estética y funcionalidad.





Ambiente Capri

Aire mediterráneo para tu piscina y geometrías hexagonales es lo que propone la serie Capri. Una invitación al disfrute y al relax.



Ambiente Botánica

Bienestar y evocación de lo natural en esta colección inspirada en la madera. Además, su acabado antideslizante garantiza la seguridad necesaria.

Ambiente Status

Una sugerente combinación de vetas blancas y tonos oscuros que aportan un extra de elegancia a la terraza.



Ambiente Realstone

Aspecto de piedra antigua y sofisticación se dan la mano en esta serie.





Ambiente Anima

Una elección atemporal para piscinas. Tonos clásicos y superficies antideslizantes caracterizan este ambiente.





Ambiente Iconic

Una colección versátil, elegante y vanguardista que no olvida el confort o la facilidad para combinar con otras piezas.

Bienestar en el cuerpo y en la alimentación

El confinamiento a raíz de la covid-19 sirvió a muchos para tomar conciencia de lo importante que es cuidar mente y cuerpo. En esas semanas reflexionamos sobre cómo mejorar nuestro día a día, y tanto el ejercicio físico como la alimentación son indiscutiblemente los mejores aliados para encontrarse al 100%.

Destacan un par de actividades que se han popularizado mucho en los últimos años: el yoga y la dieta vegetariana. La primera, toda una disciplina de origen milenario, llegó a Occidente a finales del siglo XIX, pero entonces aún poca gente lo practicaba fuera de la India. No sería hasta los años cincuenta del siglo XX cuando empezó a ser verdaderamente conocida. En cuanto al vegetarianismo, sabemos que es un hábito alimentario basado principalmente en el consumo de frutas y verduras. No obstante, existen grupos dentro de esta filosofía que permiten el consumo de alimentos como la leche o los huevos.





¿Sabías que...?

Existen más de veinte estilos de yoga, aunque se distingue entre el tranquilo y el dinámico. El tranquilo o *hatha* es el más indicado para novatos, ya que las posturas se mantienen más tiempo, ayudando a memorizarlas. Por su parte, el dinámico o *vinyasa* consiste en enlazar las posturas y lo suele practicar gente ya iniciada en esta práctica. Además de ejercicio físico, se trata de un camino espiritual para conseguir una mente más tranquila y una evolución personal.

El vegetarianismo en realidad no es nuevo. Nos tendríamos que remontar a 1847, en Inglaterra, para encontrar la primera sociedad vegetariana. Sus defensores esgrimen el bienestar animal como la razón principal por la que una persona se convierte en vegetariana. La salud es otro de los factores decisivos, ya que una dieta basada exclusiva o mayoritariamente en vegetales ayuda a combatir la obesidad o la diabetes. Un tercer motivo sería la sostenibilidad ambiental, ya que la ganadería es uno de los sectores que más genera gases de efecto invernadero.

La práctica del yoga reporta beneficios tanto físicos como mentales. Para nuestro cuerpo, ayuda a conseguir una postura saludable y prevenir dolores lumbares y cervicales. También incrementa la flexibilidad, fortalece músculos y huesos e incluso el sistema inmunológico. Por descontado, en sus vertientes más activas quemaremos también calorías. La digestión y la respiración también son procesos favorecidos por el yoga. Mentalmente, es recomendable para disminuir el estrés y la ansiedad, relajarnos, dormir mejor y concentrarnos.

Existen diferentes corrientes dentro del vegetarianismo. Por ejemplo, los ovolactovegetarianos consumen alimentos de origen animal como la leche, los huevos y sus derivados, siendo esta la variante menos estricta. Los ovovegetarianos van un paso más allá y limitan el consumo de alimentos de origen animal a los huevos, que además deben ser de gallinas no enjauladas. Respecto a los veganos, limitan exclusivamente su dieta al consumo de productos de origen natural, evitando los de origen animal o derivados. Finalmente, la variante crudivegana añade al grupo anterior la norma de no tomar alimentos cocinados a una temperatura superior a los 48°C, lo que equivale a una dieta basada en alimentos crudos de origen vegetal.

SHOWROOMS

MADRID

Castellana

Paseo de la Castellana, 84. Madrid. 28046. **Horario:** Lunes a viernes: 9:30 a 20:00 h. Sábados: 9:30 a 14:00 h. **Tel:** 91 564 15 92. **E-mail:** castellana@azulejospena.es **Parking gratuito.**

Abascal

Calle José Abascal, 4. Madrid. 28003. **Horario:** Lunes a viernes: 9:30 a 20:00 h. Sábados: 9:30 a 14:00 h. **Tel:** 91 594 40 29. **E-mail:** abascal@azulejospena.es **Parking gratuito.**

Llano Castellano

Avenida del Llano Castellano, 13. Madrid. 28034. **Horario:** Lunes a viernes: 9:30 a 20:00 h. Sábados: 9:30 a 14:00 h. **Tel:** 91 358 54 04. **E-mail:** llano@azulejospena.es **Parking gratuito.**

Príncipe de Vergara

Calle Príncipe de Vergara, 13. 28001. Madrid. **Horario:** Lunes a viernes: 9:30 a 20:00 h. Sábados: 9:30 a 14:00 h. **Tel:** 91 575 61 11. **E-mail:** principe@azulejospena.es **Parking propio.**

COMUNIDAD DE MADRID

Getafe

Calle de las Hilanderas, 5. Ctra. de Andalucía, Km 12. Polígono industrial Los Ángeles. Getafe. 28906. **Horario:** Lunes a viernes: 9:30 a 20:00 h. Sábados: 9:30 a 14:00 h. **Tel:** 91 695 23 50. **E-mail:** getafe@azulejospena.es **Parking propio.**

Las Rozas

Calle Apeadero, 48. Ctra. de La Coruña, Km. 26, salida 24. Las Rozas. 28290. **Horario:** Lunes a viernes: 9:30 a 20:00 h. Sábados: 9:30 a 14:00 h. **Tel:** 91 630 76 00. **E-mail:** lasrozas@azulejospena.es **Parking propio.**

Arganda

Avenida de Madrid, 82. 28500. Arganda del Rey. Carretera de Valencia, salida 22, km. 24700. **Horario:** Lunes a viernes: 8:30 a 20:00 h. Sábados: 8:30 a 14:00 h. **Tel:** 91 875 76 70. **E-mail:** arganda@azulejospena.es **Parking propio.**

ALMACÉN Y OFICINAS

ARGANDA

Avenida de Madrid, 82. 28500. Arganda del Rey. Carretera de Valencia, salida 22, km. 24700. **Horario:** Lunes a viernes: 8:30 a 20:00 h. Sábados: 8:30 a 14:00 h. **Tel:** 91 875 76 70. **E-mail:** arganda@azulejospena.es **Parking propio.**

FERIAS 2022

QUALICER

XVII Congreso mundial de la calidad del
azulejo y del pavimento cerámico.
20 y 21 de junio. Castellón.



20 - 21 Junio 2022
June 2022

CERSAIE

Salón internacional de la cerámica y el
mobiliario de baño.
Del 26 al 30 de septiembre. Boloña,
Italia.



TECNA

Exposición internacional de tecnologías
y suministros para superficies.
Del 27 al 30 de septiembre. Rimini,
Italia.



Visita nuestra tienda online:
tienda.azulejospeña.es

Síguenos en redes:





P E Ñ A
A Z U L E J O S

Esta versión fue hecha con dedicación por Azulejos Peña.