

EI
Estética Especializada
PARREÑO

**MASAJES
AYURVÉDICOS**

91 430 03 96

EL INFORMATIVO DE MORATALAZ

e-mail: moratalaz@informativomoratalaz.com - <http://www.informativomoratalaz.com>

BARRIO DE
LA ESTRELLA



BARRIO DE
VALDEBERNARDO

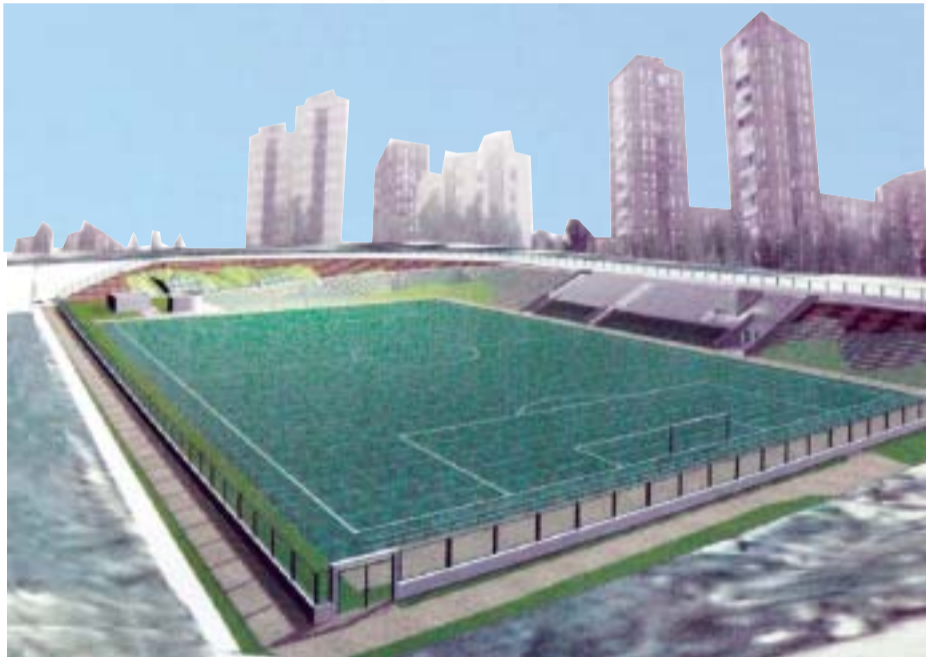
PODÓLOGO
José Rodríguez

Tratamiento Podológico de las enfermedades de los pies en Adultos y Niños.

Avda. Moratalaz, 181 - 2º B
28030 Madrid
Tel. 91 439 09 02
Consulta: Previa petición hora

Periódico de Difusión Mensual y Gratuito - Tif.: 91 437 40 43 - Móvil: 616 73 87 88 - Febrero 2006 - Año 11 - Nº 112

Fátima Núñez, Concejala-Presidenta del Distrito de Moratalaz, visita las obras del Nuevo Campo de Fútbol



La longitud del Nuevo Estadio Municipal de Moratalaz o Nuevo Estadio Municipal de la Cuña Verde (antiguo Campo del Urbis) - por pensar algún nombre ficticio... medirá 105 x 45 y será más grande que el Bernabeu y quizá un poco más ancho.

La idea principal es favorecer el desarrollo de las actividades deportivas de los vecinos, teniendo en cuenta la calidad de los materiales, el diseño de las instalaciones y la armonía con el medio natural.

A la izquierda, les presentamos una Imagen Virtual, de lo que en el futuro y a corto plazo, será nuestro Campo de Fútbol, todo un lujo.

Más información en Pág. 12.-

Viaje relámpago de dos Morataleños para ver el Lisboa-Dákar. (Pág. 5.-)

LIBRERÍA MÉNDEZ
LIBRERÍA GENERAL - OFERTAS
C/ Ibiza, 23 - 28009 MADRID

91 573 68 46 - Fax: 91 573 30 25
C/ Hacienda de Pavones, 8
28030 MADRID

Fax: 91 439 30 21
C/ Claudio Moyano (Cuesta Moyano)
Caseta 8 91 429 24 41
Caseta 20 91 429 57 41
Caseta 30 91 429 25 61
www.libreriamedez.com

Entrevista en Exclusiva a Ramiro Calle, prestigioso Profesor de Yoga, Escritor y Orientalista reconocido internacionalmente.



Ver Entrevista en Pág. 6.-

TUS COMPRAS... CON LOOK AND FIND...

TODO IRÁ SOBRE RUEDAS...

Establecimientos colaboradores... (Pág.- 19)

Rebajas 2006

Mis gafas de moda al mejor precio..

Lola Hernandez Presentadora de televisión

Ahorre hasta un **50%** en productos de óptica de primeras marcas

*Solo hasta el 28 de febrero.

- HACIENDA DE PAVONES, 3
- CAMINO DE VINATEROS, 109
- HACIENDA DE PAVONES, 6
- CORR. DIEGO DE VALDERRÁBANO, 25
- AVDA. MARQUÉS DE CORDERA, 35

OPTICA RUBIO



madrid

JUNTA DE DISTRITO DE MORATALAZ

PROGRAMACIÓN CULTURAL MORATALAZ FEBRERO: 2006

CENTRO CULTURAL EL TORITO

Avda. Moratalaz s/n

MUSICA EN MORATALAZ

Lunes de 11.00 a 12.30 horas.

Tertulia literaria

Jueves 2 de Febrero, a las 19.30 horas

CONCIERTO DE FLAUTA Y PIANO

A cargo de DUO BACH
(Manuel Gordillo y Vicente Salas)

Jueves 9 de Febrero, a las 19.30 horas

CONCIERTO "EL MISTERIOSO GENIO"

A cargo de QUINTETO PERGOLESI y ACTOR

Jueves 16 de Febrero, a las 19.30 horas

RECITAL DE PIANO "MOZART Y SU ENTORNO"

A cargo de José Manuel Hernández Blanco

Jueves 23 de Febrero, a las 19.30 horas

CONCIERTO DE CLARINETE, VIOLONCELLO, SOPRANO Y PIANO

A cargo de Nuevo Trío

EXPOSICIONES

Del 1 al 14 de Febrero **FOTOGRAFIA**

"Próxima Estación Calcuta"

A cargo de ONG Global Humanitaria

TALLER - TERTULIA

Lunes de 11.00 a 12.30 horas.

Tertulia literaria

CENTRO CULTURAL EDUARDO CHILLIDA

C/ Arroyo Belincoso, 9 - Esq.. Vinateros

EXPOSICIONES

ITINERANTE DE IBERCAJA

"Nos-Otros, las Culturas con que convivimos"
del 1 al 28 de Febrero de 2.006

CURSO DE GRANDES COMPOSITORES

Lunes de 19 a 21 horas

Inicio: 13 de Febrero de 2.006

Profesor: Joaquín Camacho Ayerbe.

Gratuito

CLASES DE BRIDGE

Iniciación: Lunes y Miércoles de
17.00 a 18.30 horas**Práctica:** Lunes y Miércoles de
18.30 a 21.00 horas

JUEGOS DE SIMULACIÓN. ESTRATEGIA, CARTAS Y ROL

Asociación **Cofradía del Dragón**

Viernes de 17 a 20 horas

Sábados de 10.00 a 14.00 horas

ASOCIACIÓN FUTBOLCHAPAS DE MORATALAZ

Sábados de 10.00 a 14.00 horas

CENTRO JUVENIL Y CULTURAL MORATALAZ

C/ Fuente Carrantona 8

ESQUI FIN DE SEMANA

ASTUN

4 al 6 de Febrero de 2006

4 al 6 de Marzo de 2006

Incluye:

Transporte, Alojamiento en Media
Pensión, Remontes Mecánicos 2
días, seguro de accidentes.**Precio: 150 €**

LUDOTECA "EL RINCÓN DEL PEQUE"

- Entrada Libre. Todos los sábados de 10.30 a
13.30 y dirigida a niños entre 4 y 8 años

- 4 de Febrero

JUEGOS ORGANIZADOS -
El Tren de los Juegos y Juguetes
ACTIVIDAD DIRIGIDA - Cuentacuentos
TALLER - Pintura

- 11 de Febrero

JUEGOS ORGANIZADOS - "Pepes y Pepitos"
JUEGOS DE DISTENSIÓN
TALLER DE CREATIVIDAD -
Maquillaje de Fantasía

- 18 de Febrero

JUEGOS LIBRE -
Los Rincones de la Ludoteca - Actividad conjunta
con padres y madres
TALLER DE CREATIVIDAD - "Antifaces y Caretas"

- 25 de Febrero

JUEGO LIBRE -
Jugando con los juegos de la Ludoteca
TALLER DE CREATIVIDAD -
"Disfraces para el Carnaval"

CINE INFANTIL Y JUVENIL

Salón de Actos de la Junta Municipal
de Moratalaz a las 18.00 horas**Viernes 3 Febrero** LA BANDA DEL PATIO**Viernes 10 Febrero** STUART LITTLE**Viernes 17 Febrero** FERNGULLY:

AVENTURAS DE ZAK Y CRISTA

Viernes 24 Febrero

NIHM: EL RATONCITO VALIENTE

OFICINA DE INFORMACIÓN JUVENIL

Centro Cultural y Juvenil
C/ Fuente Carrantona, 8
Tel: 91.588.04.79
E-mail: oijmoratalaz@munimadrid.es

Horario:

Lunes a viernes de 17.00 a 20.00 horas**- Asesoramiento sobre:** empleo, educación,
becas, voluntariado, etc.**- Servicio de información sobre:** actividades
juveniles del Distrito, carnets juveniles, etc.

AULA MULTIMEDIA

Centro Cultural y Juvenil
C/ Fuente Carrantona, 8**Horario: Lunes a Viernes de 10.00 a 13.30
horas y de Lunes a Viernes de 16.00 a 20.00
horas**El Servicio permanecerá cerrado los primeros
martes y jueves de mes.**- Requisitos:** Fotocopia DNI e ingreso bancario
de 9 €**- Servicios:** Conexión a internet, Trabajos de
ordenador, Fonoteca, Viajeteca, consulta de
revistas, etc.

CARNAVAL 2006

24 de Febrero al 1 de Marzo 2006

Gran Carpa de Carnaval -
c/ Antonio Cumella

Sábado 25 de Febrero

- 11.00 horas TALLERES INFANTILES**- 13.00 Horas** ESPECTÁCULO INFANTIL.

"Peter Pon quieres ser..."

Cia. Piruleta Teatro Clown

- 17.00 horas CARNAVAL INFANTIL

Concurso de disfraces para niños

Categorías: 0 a 3 años, de 4 a 6 años, de 7
a 9 años, de 10 a 12 años
y más de 12 años**- 18.30 horas** ENTREGA DE PREMIOS

CARNAVAL INFANTIL

- 19.00 horas ESPECTÁCULO INFANTIL

"La Reina de las Abejas"

Cia. Piruleta Teatro Clown

- 19.30 horas BAILE DE CARNAVAL.

A cargo de la Orquesta IPANEMA

- 22.30 horas FIN DE BAILE

Domingo 26 de Febrero

- 11.30 horas

GRAN DESFILE DE CARNAVAL

Recorrido: Salida del C.C. El Torito, Avda. de
Moratalaz, Cº de los Vinateros, c/ Pico de los
Artilleros, Pza. del Corregidor Lº Antonio de
Mena, Avda. del Dr. Gª Tapia y c/ Antonio
Cumella (la Carpa de Carnaval)

- Inscripciones:

Del 1 de Febrero al 23 de Febrero en el C.C.
Eduardo Chillida, C.C. El Torito y C.C. Juve-
nil de 10 a 14 horas y de 17 a 18 horas
Domingo 26 de Febrero a partir de las 10.30
horas en el C.C. El ToritoPREMIOS PARA NIÑOS Y ADULTOS EN
CATEGORÍAS INDIVIDUAL Y ADULTOS

Martes 28 de Febrero

- 17.00 horas

BAILE DE CARNAVAL CON ORQUESTA Y
CONCURSO DE DISFRACES EN LOS
CENTROS MUNICIPALES DE MAYORES

Miércoles 1 de Marzo

- 17.30 horas ENTIERRO DE LA SARDINA -
GRAN CORTEJO FÚNEBRE

Recorrido:

Salida de la Junta de Distrito de Moratalaz
(c/ Fuente Carrantona), c/ Encomienda
de Palacios, c/ Pico de los Artilleros,
Pza. del Corregidor Conde Maceda
Taboada, c/ Hacienda de Pavones, Pza.
del Encuentro, Avda. de Moratalaz, Pza del
Corregidor. Alonso de Tobar, Cº de los
Vinateros y C.C. El Torito (Entierro de la
Sardina)GRAN SARDINADA - Zona posterior al C.C.
El Torito. Ven a probar las sardinas asadas
en brasas y una gran limonada

RECURSOS MUNICIPALES

SALAS DE LECTURA Y BIBLIOTECAS

- Sala de Lectura Centro Cultural y Juvenil
C/ Fuente Carrantona, 8**- Lunes a Viernes** de 9.00 a 14.00 horas y de
16.00 a 21.00**- Sábados** de 10.00 a 14.00 horas y de 16.00 a
20.00 horas**- Domingo** de 10.00 a 14.00 horas**- Biblioteca Municipal de Moratalaz**

C/ Arroyo Belincoso, 11

MAR de Moratalaz

Centro de acceso Público a Internet
Camino de Vinateros, 51

AGENTE DE IGUALDAD

Centro Cultural y Juvenil - C/ Fuente Carrantona, 8

Horario:

Lunes a Viernes de 9.00 a 14.00 horas

Requisitos: Residentes en Moratalaz**Teléfono:** 91.588.04.64

CENTROS MUNICIPALES DE MAYORES

Centro de Mayores Nicanor Barroso

C/ Encomienda de Palacios s/n


Tel: 91.772.70.78

Centro de Día y de Mayores Moratalaz

C/ Arroyo Belincoso - esq. Camino de Vinateros.

Tel: 91.328.26.56

**Puedes visitar además esta Programación en
El Informativo de Moratalaz, Tu Periódico Local
en Internet (pdf - pág. 2)**www.informativomoratalaz.com
www.informativomoratalaz.es



**MASAJISTA
OSTEÓPATA**

Masajes linfáticos y reflexología podal.

Para solicitar cita previa, llamar al teléfono

91 773 79 96

móvil: 686 45 96 22

C/ Hacienda de Pavones, 204. 2º - Madrid 28030



*** IMPERMEABILIZACIÓN
* CUBIERTAS
* TEJADOS
* FACHADAS
* REFORMAS**

GOTAS, S.L.

**GARANTÍA 10 AÑOS
FINANCIACIÓN ESPECIAL
COMUNIDADES**

C/ Entre Arroyos, 15 - Local
28030 MADRID
Tel.: 914 375 130
Tel. y Fax: 914 370 772
E-mail: cutim@cutim.e.telefonica.net



**CRUCEROS 2006
ANTICIPA
TU RESERVA**

Pasaje de Orusco 11, Local 2
Entrada p/Fuente Carrantona, Madrid 28030
Teléfono: 91 3016496 - Fax: 91 3016497

“SALUD AUDITIVA”

Juan Cifre
Responsable de
Adaptaciones
Auditivas de
Optica Rubio



NOVEDADES PARA SU AUDICION

La audición es más compleja de lo que se cree.

Las investigaciones nos descubren nuevos aspectos de la audición humana. Los resultados podrán dar paso a audífonos aún mejores en el futuro.

Durante mucho tiempo la opinión convencional había sido que nuestra manera de determinar la fuente y la dirección del sonido era similar a la de los búhos, un sistema altamente afinado.

Esto ha resultado ser cierto relativamente, ya que un grupo de investigadores de la Escuela Universitaria de Londres ha descubierto que esto solo es aplicable a los sonidos de alta frecuencia. En frecuencias bajas usamos una técnica auditiva más parecida a la de pequeños mamíferos con una audición menos sensible, como los gerbos y las cobayas.

Los investigadores piensan que comprender con todo detalle cómo se detecta la dirección del sonido en humanos, permitirá desarrollar audífonos que imiten mejor la audición natural humana.

"Saber como el cerebro crea un sentido espacial del sonido es el primer paso para recrear la audición espacial de las personas sordas", explica el Dr. David Mc Alpine de la Escuela Universitaria de Londres a la BBC.

Los humanos tanto como los animales utilizan la diferencia temporal entre las ondas del sonido que alcanzan un oído y el otro para determinar la dirección del sonido.

Numerosas células del cerebro, o neuronas, se activan dependiendo del lapso de tiempo entre las ondas sonoras que alcanzan un oído y después el otro. Mientras las neuronas reaccionan de forma distinta en pájaros y mamíferos, la audición humana combina ambas variedades, mezclando así ambas formas de detectar la dirección y la fuente de los sonidos.

Según los investigadores, que estudiaron la forma en que un grupo de personas reaccionaba ante los sonidos en un típico escenario urbano, el cerebro humano es capaz en todo momento de seleccionar la manera más efectiva de escuchar y adaptarse a las condiciones de sonido inmediatas.

"Para los animales y los humanos, localizar la fuente del sonido puede ser un asunto de vida o muerte, como por ejemplo, escapar de un perseguidor o cruzar una calle con mucho tráfico", comenta el Dr. Mc Alpine.



Cante a su oído derecho y hable al izquierdo. El oído derecho oye distinto que el izquierdo, según un estudio sobre la audición en 3.000 recién nacidos.

El oído izquierdo es mejor que el derecho para captar los sonidos del habla, mientras que el derecho es más sensible a los sonidos de la música y las canciones, según

los investigadores norteamericanos encargados del estudio.

Se sabe desde hace mucho tiempo que el hemisferio derecho e izquierdo del cerebro registran los sonidos de forma diferente, ya que cada lado del cerebro se compone de células distintas. Sin embargo, los resultados del estudio indican que los oídos juegan un papel mucho más importante de lo que se creía con anterioridad.

"Se daba por sentado que nuestros oídos funcionaban de la misma forma. Como consecuencia, se tendía a pensar que daba lo mismo cual de los oídos tenía la deficiencia auditiva. Ahora se ha demostrado que puede tener implicaciones muy importantes para el habla de la persona y el desarrollo del lenguaje," dice el principal responsable del estudio, Ivonne Sininger, de la Universidad de California en Los Angeles.

Los científicos introdujeron diminutas sondas en los oídos de los bebés que emitían dos tipos de sonidos distintos, y midieron las vibraciones amplificadas.

Novedad:

"Moda", el nuevo audífono retroauricular digital de pila 10, completa la serie Soundex de Optica Rubio incluyendo todas las características de esta gama, como son 16 canales, micrófonos direccionales adaptativos, supresor de realimentación en tiempo real, ensalzador del lenguaje, reductor de ruido adaptativo, supresor del sonido del viento, indicador de volumen ideal, y un largo etcétera, además lo podrá encontrar a un precio inmejorable en nuestros gabinetes.

Juan Cifre
Responsable Audioprotesista
Grupo Óptica Rubio



GRANÈ

MOBILIARIO DE
COCINA Y BAÑO
A MEDIDA

C/ ARROYO MEDIA LEGUA, 46
28030 MADRID (MORATALAZ)
91 430 11 99 y 91 437 75 41
www.cocinasgrane.com



**GIMNASIO FEMENINO
Sculpture**

UN GIMNASIO PARA LA MUJER, ÚNICO EN LA ZONA

- HORARIO FLEXIBLE - 7 CLASES DIFERENTES AL DÍA ¡ ANÍMATE Y PRUEBA 1 CLASE GRATIS !
- AEROBIC + MANTENIMIENTO + APARATOS (DIARIO): DESDE 30 €.-
- CLASES DE: AEROBIC, STEP, AERO-SALSA, AERO-SAMBA, TWIST, MANTENIMIENTO (CON PESAS, GOMAS, ETC...), FITNESS
- APARATOS (INCLUIDO EN EL PRECIO)

Tel.: 91.328.03.53
Arroyo de la Media Legua, 29, posterior, acceso por Vinateros, 45

**TALLERES
GARRALDA**

" TALLER MULTIMARCA "

CENTRO DE
MANTENIMIENTO
RÁPIDO DEL AUTOMÓVIL

**MECÁNICA DE MANTENIMIENTO, REVISIONES Y
REPARACIONES DE VEHÍCULOS.**



LÍNEA PRE-ITV
Le pasamos la ITV por Usted

**LE PREPARAMOS
SU COCHE PARA
LA SEMANA SANTA.**
"Pensar en Seguridad, es
pensar en su Familia..."

OFERTAS ESPECIALES -

- CAMBIO DE ACEITE
- FILTROS
- TUBOS DE ESCAPE
- CORREA DE DISTRIBUCIÓN
- PRE-I.T.V. - % CO

* MECÁNICA - ELECTRICIDAD *
* CARBURACIÓN, INYECCIÓN Y ELECTRÓNICA *
* FRENOS - RADIADORES - PUESTA A PUNTO *

ESPECIALISTAS EN SISTEMAS BOSCH SERVICIO OFICIAL
ESPECIALISTAS EN INYECCIÓN ELÉCTRICA **MAGNET MARELLI**

C/ ARROYO MEDIA LEGUA, 29 (POST.)
TLFS.: 91 439 25 88 - 91 437 85 04

TALLER ESPECIALISTA EN FRENOS



DIAGNOSIS DE AVERÍAS POR ORDENADOR

www.informativomoratalaz.com
www.informativomoratalaz.es
AHORA TAMBIÉN EN INTERNET

Periódico de Información
Comercial y Local.

Difusión gratuita
Año XI - Nº 112 - Febrero - 2006

Edita y distribuye:
Merlam Publicaciones D-30, S.L.
Apdo. de Correos 39.149
28080 - MADRID

Teléf.: 91 437 40 43
Móvil: 616 73 87 88

Director:
Moisés Rodríguez

Moratalaz:
moratalaz@informativomoratalaz.com
moratalaz@informativomoratalaz.es

Publicidad:
Mª Carmen Fernández
publicidad@informativomoratalaz.com

Prensa:
prensa@informativomoratalaz.com
Información:
info@informativomoratalaz.com

Diseño, maquetación
y composición:
Merlam Publicaciones D-30, S.L.

Colaboran:
Raúl Arroyo, Javier de la Casa,
Miguel Angel Calle, Ramiro Calle
y Paulino Monje

Depós. Legal: M. 41.635-1995

EL INFORMATIVO DE MORATALAZ
no se responsabiliza ni comparte
necesariamente los artículos
firmados o colaboraciones
cuyo contenido o ideas son
personales y, por tanto, de su
propia responsabilidad.

Las noticias, reportajes, fotografías,
gráficos, etc... son propiedad de
MERLAM PUBLICACIONES
DISTRITO 30, S.L.

Queda prohibida su total
o parcial reproducción

EDUCACIÓN POR LA ACCIÓN

Seguramente creas saber lo que son los scouts, seguramente habrás oído hablar de ellos, seguramente habrás visto muchas películas de Hollywood en las que aparecen



niños uniformados de verde con sus pantalones cortos o falda si es una chica, su pañuelo al cuello y un sombrero, con muchas *condecoraciones* en una banda que llevan alrededor del cuerpo y que venden galletitas en las puertas de las casas y se juntan alrededor de un fuego a cantar canciones. Seguramente estás equivocado.

Los scouts son mucho más que todo eso. Los scouts hacemos actividades al aire libre, salimos al campo, practicamos senderismo, realizamos varias acampadas al año y muchas actividades diferentes a lo que, posiblemente, estés acostumbrado/a a hacer; pero también aprendemos numerosas cosas como nudos, campismo o ecología. En el grupo Scout 147 "La Merced", llevamos más de 35 años en Moratalaz. Realizando todo esto. Creemos firmemente en la educación por la acción, de modo que la mejor forma de aprender es mediante el descubrimiento personal a través de juegos, talleres salidas al campo y demás actividades anteriormente mencionadas y promovemos los valores del Movimiento Scout, que inciden en la libre aceptación de deberes y el respeto a las normas, además de otros como la hermandad, el servicio y entrega a los demás, la cortesía, la responsabilidad, la autoformación, la tolerancia o la solidaridad.

Si tienes entre 6 y 14 años y quieres aprender a la vez que pasarlo bien, si te gusta salir al campo, conocer gente nueva y hacer cosas distintas, el **Grupo Scout 147 "La Merced"** te espera en la calle **Arroyo Fontarrón, 45 Posterior**, o llama al **650 39 08 74**



¡¡¡TE ESPERAMOS!!!



¿QUÉ ES Y PARA QUÉ SIRVE AFAEMO?

Muchas veces habréis visto en publicaciones, en la prensa y sobre todo en las páginas de este periódico "AFAEMO" o "Asociación y Familiares de Enfermos Mentales de Moratalaz" y os habéis preguntado ¿qué será esto? ¿Para qué sirve? otras, a la vista de nuestros artículos en los que os contamos una de nuestras excursiones o las actividades de ocio que desarrollamos, os habéis respondido, - ¡pues mira!, son un grupo de amigos que se lo pasan bien, salen juntos y ven cosas, pues no, esto es mucho más....

La enfermedad mental afecta a 1% de la población mundial, y la esquizofrenia suele aparecer en la adolescencia afectando por igual a hombres y a mujeres, que sufren un brutal cambio en sus vidas, en estas líneas no voy a

contaros qué es y como evoluciona a nivel salud, sino visto desde el lado social (con seguimiento de su psiquiatra y con tratamiento de su enfermedad), pierden muchas de las habilidades que habrían aprendido a lo largo de su corta vida, se vuelven inseguros, tienen miedo a relacionarse con otras personas, a lo desconocido, se vuelven solitarios, por lo que van perdiendo la facilidad de comunicación, tienen dificultades para concentrarse es decir el día a día es un gran reto para ellos, ¡es como subir a una gran montaña todos los días estando al límite de tus fuerzas! ¿Tú qué harías? ¿Subirías o te quedarías sin intentarlo? ellos, la mayoría de las veces dicen NO, no son conscientes de lo que les pasa y no ven la necesidad de hacer nada, para qué, es por lo que hay que darles rehabilitación, hay que trabajar todas estas habilidades.

Una Asociación como la nuestra, surge:

- Ante la necesidad, primero, de poder compartir esta grave enfermedad con otras personas que están en nuestra misma situación, y que serán las que realmente nos entiendan y que nos ayuden a salir airoso de ella, con las que intercambiar experiencias, cómo solucionar problemas, cómo solicitar una ayuda en la Administración, cómo realizar un

ingreso involuntario, cuándo, dónde y cómo acudir para pedir ayuda cuando uno de nuestros familiares se niegan a asistir al psiquiatra, o simplemente escucharnos y un largo etcétera.

- Otra y muy primordial, NUESTROS USUARIOS, que son los que realmente nos preocupan y por los que luchamos, pidiendo unas veces y exigiendo otras, una ayuda que suele ser deficitaria y que gracias a Dios, sin prisa pero sin pausa va llegando, y que hemos pasado desde hace muy pocos años de recluirllos en psiquiátricos a tomarlos cada vez más como enfermos que necesitan una atención y una rehabilitación, con la que poder conseguir que tengan una calidad de vida que se asemeje a la que tenemos más o menos todos, y en eso trabajan las asociaciones también.

La Asociación funciona gracias a las cuotas de los socios y a las subvenciones (que hay que solicitar), donaciones, rifas, rastrillos y a la ayuda de: voluntarios y familiares de nuestros usuarios, psicólogos y a otras personas que también colaboran desinteresadamente.

¿Para qué es necesario este dinero? Pues para mantenimiento de los locales, poder hacer talleres en los que se va trabajando la memoria y concentración, concienciación de enfermedad, habilidades sociales y ocio (cocina, alfombras, yoga, manualidades...),

también dentro del ocio, salidas culturales, excursiones, ya que sino es con sus familiares más directos no van a ningún sitio, esta es una forma estupenda de conseguir que estén en sociedad y disfruten de algo que hace habitualmente cualquier joven de nuestro tiempo.

Espero no haberos cansado y haber conseguido que conozcáis algo más de nosotros.

Aprovechamos para anunciar que en el Salón de Actos de la Junta Municipal de Moratalaz celebraremos:

- El día 2 de febrero una conferencia sobre la ENFERMEDAD MENTAL, impartida por el doctor Szerman Bolotner, psiquiatra del Centro de Salud Mental de Moratalaz. (18:00 h.)

- El día 15 de febrero un festival en el que actuarán el grupo cultural "Arco Iris" con la obra "NUESTRO QUIJOTE" y el grupo "Ecos Castellanos" nos hará un recorrido por nuestro folclore animado con su rondalla, coros y danzas. (18:00 h.)

Los usuarios y familiares de AFAEMO, os damos las ¡GRACIAS! de nuevo por vuestra ayuda y comprensión

Sagrario Lucas
Secretaria de AFAEMO.
Tlfno:91-371.35,29

..... es la continuación
de lo publicado en
Enero de 2006 - Nº 111.-



McDonald's es consciente de la importancia de seguir, desde niños, una dieta variada para adquirir hábitos saludables, más teniendo en cuenta que en esta etapa se forman los hábitos alimenticios del individuo. El mejor camino para seguir una dieta saludable en la etapa infantil es la variedad, es decir, el consumo moderado de alimentos de los seis grupos principales: leche y derivados; carnes, pescados, huevos, aves; grasas y aceites; cereales, leguminosas, tubérculos; hortalizas y verduras; y frutas.

En los niños, no se deben fomentar las dietas restringidas, ya que esta medida puede afectar a su crecimiento y ser la causa de ciertas deficiencias (en vitaminas y minerales) que perjudican su salud y rendimiento físico e intelectual. En general, si se restringe el consumo de alimentos de alguno de los grupos, se arriesgan el estado nutritivo y la salud.

También es recomendable que los niños repartan los alimentos en 3 - 4 comidas y que tengan un horario regular en las mismas.

Consejos de..... McDonald's

Para mejorar la dieta desde infancia es conveniente recordar estos consejos:

- Comer de todo, variada y moderadamente.
- No fomentar las dietas restringidas.
- Organizar la alimentación 3 - 4 comidas y seguir un horario regular de comidas.
- Dar mayor importancia al desayuno.
- Practicar deporte.
- Para conseguir un buen aporte de hierro, es importante incluir en la alimentación carnes y pescados.

Continuará...



Menú plus

+

=

6,45 €

Menú BigMac Grande

Elige una opción

* Atocha, 127 (Esquina Paseo del Prado) - Tel.: 913 693 569

* C/ Manuel Machado, 6 (Moratalaz) - Tel.: 914 399 250

Los hermanos Valero (Sergio y Alfredo) recorren en el primer día del año 1.400 km. para ver uno de los deportes más duros del calendario internacional.

Viaje relámpago de dos Morataleños para ver el Lisboa-Dakar

* El Año Nuevo lo celebraron de viaje, un viaje muy cansado y con muchos kms. a sus espaldas. Salieron después de cenar de casa de sus padres, tomaron las uvas y se fueron. El viaje relámpago,

lo habían planeado en plenas Navidades, concretamente cuatro días antes de que comenzara la carrera en Marruecos, ya que anteriormente se habrían disputado otras 2 etapas en Europa.



Sergio y Alfredo junto al brasileño Jean Azevedo, uno de los punteros en motos. Este año no llegó a terminar la carrera, ya que se cayó faltando dos etapas.

La pasada Edición del Paris-Dákar (este año Lisboa-Dákar), ha contado con unos espectadores muy especiales, se trata de la presencia en la misma de los hermanos Valero: Sergio - que aunque no es muy conocido - trabaja en el restaurante familiar "El Caldero" y Alfredo, éste último más conocido en Moratalaz por regentar el "Restaurante Casa de Alfredo", ubicado en la Avda. de Moratalaz. Ellos nos han contado su bonita experiencia vivida durante cinco días, experiencia muy dura, pero que merece la pena ya que este deporte en estos momentos, es sin duda alguna, el más duro del calendario internacional.

El viaje fué planeado en las mismas Navidades, nos lo pensamos cuatro días antes y habíamos estado trabajando en el restaurante, cansados y demás, como corresponde a estas fechas (nos comentan...). Salimos después de cenar en Noche Vieja de casa de nuestros padres, tomamos las uvas y aproximadamente a la

una y media emprendimos el viaje en nuestro propio coche rumbo a Algeciras. Allí cogimos el Ferris hasta Tánger, y desde Tánger con nuestro coche nos trasladamos por carretera hasta Er-Rachidia. Tenemos que decir que realizamos de un tirón, aproximadamente 1.400 km., llegamos a las 10 de la noche, una noche antes de que llegara la Etapa del Lisboa Dákar; en total fueron 21 horas sin parar incluyendo el viaje del Ferris. Al día siguiente, el día 2, compartimos la llegada con ellos, estuvimos en el vivac y cambiamos impresiones y observamos su trabajo. Esa noche partimos hacia Erg-chebbi, fué un viaje de aproximadamente de 5-6 horas, cogimos unas pistas según la ruta que teníamos en el GPS y nos perdimos, aunque estuvo muy divertido, ya que fuimos a la aventura, nos guiaba el GPS y a eso de las tres de la mañana en una especie de albergue nos quedamos a dormir, donde no había luz, tan sólo nos defendíamos con un camping-gas.

En lo que se refiere a la comida la llevábamos nosotros latas, bocadillos, agua (aquarius)...Fueron tres, cuatro días durmiendo en tiendas de campaña, excepto la noche que nos perdimos. En total en esos cinco días que estuvimos, pudimos ver 2 etapas, las dos primeras de Marruecos, ya que anteriormente se habían corrido otras dos en Europa. La gente para ver la carrera, se trasladaba por pistas y carreteras asfaltadas Durante el viaje

Sergio, ayudando a unos franceses y procediendo a la remolcada de 200km. hasta la meta.



Alfredo - Gerente de la Cocina de Alfredo, ubicado en la Avda. de Moratalaz - junto a Carlos Sainz nuestro Gran Campeón.

tuvimos multitud de anécdotas, por ejemplo: conocimos a un chaval de Barcelona que se le había roto la moto, lógicamente le hicimos compañía y pasamos un día entero con él. Cuando pasamos por las Dunas nos encontramos con unos franceses en la carretera, a los cuales se les había estropeado el coche, iniciamos la remolcada de 200 km. hasta la meta., con nuestro coche, tirando uno del otro, ayudándole; además, conocimos a muchísima gente, fué un viaje lleno de pasión y sin duda una gran experiencia, se notaba a la gente cansada, pero allí seguían, como nosotros.

Fué tan grata esta experiencia y tanto lo que les llenó interiormente, que no descartan repetirlo en próximas ediciones, por lo pronto, piensan repetir la misma ruta para el próximo 17 de febrero, donde permanecerán diez días.

Suerte...

NATUR HOUSE
Nutrición y Dietética



TESTIMONIOS REALES

CORTA CON EL SOBREPESO



Más de 700.000 personas ya han cortado con el sobrepeso gracias a **NATUR HOUSE**



¡¡ Siempre hay un antes y un después !!
LLama sin compromiso
o acercate a uno de nuestros centros en:

MORATALAZ

C. Corregidor Alonso de Tobar, 8
(frente a Correos)

Camino de Vinateros, 87

Tel: 91 328 41 01
Mov: 607 727 730

Tel: 91 430 01 48
Mov: 669 745 393

y descubrirás la manera de estar y sentirte mejor

- La Entrevista -

*** Nuestro colaborador habitual Paulino Monje, profesor de Yoga Mental y Meditación, quien todos los meses publica en " EL INFORMATIVO**

DE MORATALAZ " un artículo relacionado con el Yoga Mental y la Salud emocional, dada su amistad con Ramiro Calle y siendo, además,

su mentor ha conseguido en exclusiva realizar esta entrevista, para conocer más de cerca a este gran maestro del espíritu.

Querido RAMIRO, amigo y maestro: Después de tu larguísima experiencia, casi cuarenta años, impartiendo clases de YOGA FÍSICO Y MENTAL a 400.000 alumnos de todas las clases sociales (políticos, artistas, deportistas de élite, etc.) en tu centro SHADAK en la madrileña calle Ayala, número 10, ¿puedes explicar a nuestros lectores tu balance personal, con respecto a los grandes beneficios que ha reportado a estas personas el conocer y practicar este método de mejoramiento humano que es el YOGA?

Son tantos los beneficios, que tendría que escribir un libro sobre ellos. El yoga es el método más importante y más antiguo del mundo de mejoramiento humano. No tiene igual. Es el mejor medicamento natural. Favorece todas las funciones del cuerpo y de la mente, armoniza, revitaliza, previene contra innumerables trastornos psicosomáticos, estabiliza la mente, mejora la relación con uno mismo y con los demás, tranquiliza y fortalece... En fin, Paulino, ¡Son tantos y tantos sus beneficios comprobados!

Con el tiempo, RAMIRO, en esta sociedad de hoy tan agitada con ansiedad, estrés y depresión, se ha ido extendiendo poco a poco estas enseñanzas de las cuales tu eres pionero, con la existencia de nuevos centros. Te ruego comentas a nuestros lectores, desde tu óptica personal y autorizada el por qué de este afán en buscar a través del YOGA, lo que no parecen encontrar ya las personas en los templos del consumismo y el hedonismo que hoy impera, como megastrellas de la aparente felicidad.

No necesitamos teorías, sino experiencias. Tú lo sabes : el yoga no se mueve por creencias, sino por experiencias. De ahí que sea para todo el mundo, creyentes y agnósticos, de uno u otro culto ó credo. El yoga es método y la práctica es sumamente valorada, porque es la que nos transforma y mejora. Ya sabes el adagio, me lo has oído muchas veces. " No se enciende la luz por el solo hecho de pronunciar "lámpara ". Cada día la persona se da más cuenta de que no solo hay que mejorar la calidad de vida externa, sino sobre todo la interna ¿De qué nos sirve tener lo que tengamos, si carecemos de armonía y paz interior ? . El yoga es un método específico para otorgarle sosiego a la mente y bienestar al cuerpo. Por eso, cada día es más demandado y cada día hay más centros de yoga. Por cierto, amigo Paulino, aprovecho para dejar muy claro que Shadak, el centro fundado por la profesora de yoga Almudena Haurie Mena y yo en 1.971, solo tiene un centro que nosotros directamente recomendamos por la altísima calidad de su enseñanza que es el Centro de Yoga Argüelles, dirigido por Isabel Morillo. Hay centros que se dicen apoyados por nosotros o sea filiales incluso nuestros, pero no es así, del mismo modo que yo directamente solo he preparado a mis profesores (entre las que muchos años estuvo Isabel Morillo y Paulino Monje). Si otras personas que dirigen centros se dicen preparadas por mí, faltan a la verdad, lo que no quiere decir que no hayan pasado algunas por mis aulas.

Como escritor prolífico que eres, RAMIRO, con más de doscientos libros de narrativa y autoayuda publicados hasta la fecha, en todos ellos apelas a muchas emociones y sentimientos que las personas deben mejorar inevitablemente, si quieren vivir en armonía consigo mismo y con los demás. Amplia, por favor, a nuestros lectores los estados nocivos más importantes que perturban la mente y tus sabios consejos para liberarse de ellos.

La mente es agitación hasta que no la dominamos; los sentimientos y emociones son a menudo perturbación hasta que no los purificamos. Así como pensamos, así somos ; así como nos sentimos, así nos relacionamos. Tenemos que poner todos los medios a nuestro alcance para ir debilitando las emociones nocivas (celos, envidia, odio y tantas otras) e ir potenciando las bellas (compasión, ecuanimidad, alegría, etc.). Toda persona puede hacerlo si se lo propone, toda. Tú lo sabes bien y por eso das lo mejor de ti a tus numerosísimos alumnos. Tienen un gran profesor y creo que te quieren mucho y son bien conscientes de ello.

A petición de las distintas cadenas de televisión y de radio, además de las conferencias que impartes continuamente, en tus intervenciones, RAMIRO, aludes siempre a la mala salud emocional de los sentimientos que imperan, por desgracia, en nuestra sociedad de hoy y te has convertido en visceral defensor de tratar de humanizar la misma, lanzando mensajes de sosiego, calma, paz y ecuanimidad, entre otras cualidades positivas. ¿Crees, sinceramente, que



esta cruzada tuya y que sabes comparto, puede algún día triunfar y expandirse lo suficiente para hablar, entonces, de un mundo mejor?

La mejor contribución que podemos hacer a nosotros mismos y a los demás es cambiar la mente, para que sea sana y cooperante. Cada uno debe empeñarse en esa labor propia. Uno es su propio refugio, pero del mismo modo que una vela encendida da luz alrededor, cada mente armónica y sosegada impregnará a los demás de esa armonía y sosiego.

Decía un gran sabio que vivimos en una época de "eriales y estercoleros ". ¡ Qué cierto es !. Hemos construido una sociedad brutal y competitiva, donde no se respeta a los niños, las personas mayores y los animales. Es una sociedad orientada toda ella hacia la codicia, los bienes de producción, la acumulación y el envanecimiento, en detrimento del propio ser. Así esta sociedad está llena de los llamados por mí " triunfadores fracasados "; han conseguido metas en el exterior, pero no tienen ni un solo amigo, ni se llevan bien con la familia, están con todo tipo de tensiones y trastornos psicosomáticos... ¡Vaya tipo de triunfadores!

RAMIRO ha realizado a la India más de ochenta viajes y conoce de cerca, por tanto, las diferencias que nos separan todavía entre Oriente y Occidente. ¿Consideras, RAMIRO, que esta sociedad nuestra será capaz de asimilar y concienciarse de la sabiduría que viene de los habitantes de aquellas tierras tan lejanas, pero que en sus gentes rezuma más paz interior que en nuestro mundo y se aprovechará suficientemente las enseñanzas milenarias del YOGA?

Como decía Tagore, tenemos que aprender a matrimoniar lo mejor de Oriente y de Occidente. De Occidente la ciencia noble y bien aplicada y encaminada, y de Oriente sus sabidurías milenarias para el sosiego, la elevación de la consciencia y el autoconocimiento.

Numerosos medios de comunicación han publicado, RAMIRO, tus quejas por el incumplimiento en el pago de tus honorarios de un viaje de autor para el que te contrató la agencia de viajes NUBA. ¿Cómo se encuentra en estos momentos el asunto? Y, aprovechando el tema, te ruego aclaras realmente lo que no es un viaje de autor y que tan eufemísticamente se está comercializando, para que esten debidamente informados nuestros lectores.

Siempre lamentaré haber viajado con la agencia de viajes Nuba Expediciones y haber realizado para ellos uno de los que denominan viajes de autor. Tú conoces mi talento y he tratado dos años de negociar, pues siempre trato de sembrar concordia. Incluso personas tan eficientes en la negociación como tú y mi hermano Miguel Angel, lo intentasteis hasta la extenuación. ¿Para qué?. Para nada, porque al final tuve que demandarles por reclamación de honorarios, pero como era un contrato verbal y ya conocemos la injusta justicia humana (que tenemos que

acatar, pero nadie nos puede obligar a creer en ella), el fallo me ha sido contrario y ya estoy en vías de apelación. Pero, además, Viajes Nuba Expediciones y, como han tenido que reconocer sus directivos, han utilizado indebidamente mi imagen y mi prestigio en su página web sin mi autorización y para su beneficio y no olvidemos, que de acuerdo a la Ley son intromisiones ilegítimas " la utilización del nombre, la voz ó de la imagen de una persona para fines publicitarios, comerciales ó de naturaleza análoga ". También mis abogados están estudiando qué hacer. Pero hay más y es que me deben a mí y a mi compañera un viaje a la India con todos los gastos pagados y los desplazamientos, y tampoco me lo han terminado de dar, y eso que está reconocido por los directivos y hay pruebas aplastantes al respecto. Es una pena haber llegado a este extremo tan solo porque el director general haya tenido una visión sesgada y nada ecuánime y no haya podido ser imparcial. De todos modos, considerando que el padre del presidente de esta agencia y el mio eran amigos, por mi parte siempre estoy en buena predisposición de concordiar; soy una persona de nobles sentimientos y de amistad. Aprendí mucho de mi padre, fundador de "Exclusivas Ramiro" y que, entre otros innumerables títulos y distinciones, tenía el de " campeón de la amistad ".

¿Por qué no me pagan el viaje que me deben? ¿Por qué no me pagan el uso indebido de mi imagen a lo largo de dos años y que han explotado en su único y propio beneficio?

En cualquier caso, nunca le recomendaría a nadie , pero a nadie, que se apunte a un viaje de autor, pues lo único que hará es pagar mucho más de lo que cuesta. Eso de los viajes de autor se ha convertido en una simple argucia comercial. Preveño a todos los lectores al respecto. Que no se dejen engatusar.

Conoces, RAMIRO, que lamentablemente ha surgido un hipermercado de la espiritualidad como negocio, considerando que es momento de alertar a los lectores y, sobre todo, de los llamados " gurús de la nueva era " que ofrecen abundantes productos (libros, audiovisuales, cd-rom, etc.) para el crecimiento personal y la búsqueda de la felicidad y que si funcionara, actualmente viviríamos en la sociedad más feliz y centrada del mundo, y evidentemente no es así. Sirva de ejemplo Jorge Bucay, junto con otros, que cierta prensa interesada pero con carencia absoluta de rigor les enaltece, nada menos, que como "sumos sacerdotes de una nueva religión". ¿Que puedes decirnos acerca de todo ello?

Lo que puedo decir antes que nada, es que hay un lado más que siniestro en el denominado movimiento de la Nueva Era y que se ha repetido en décadas anteriores, porque siempre al amparo de la verdadera espiritualidad se han solapado y enmascarado todo tipo de mercenarios del espíritu, explotadores de los sentimientos de lo sagrado, falsarios y codiciosos mistagogos. En ese supermercado espiritual, los falsantes se desgañitan cada uno tratando de vender su mercancía. Me hablas del asunto Bucay. El caso es bien concreto: ha copiado descaradamente a otro autor, reconoció

a ese mismo autor que el equipo dirigido por su sobrino lo habían hecho y que él no había intervenido ¡ Vaya autor que ni interviene en sus líos !. Además, agrega que no es un creativo . Entonces ¿qué es? ¿Un copista? Quien quiera saber más del tema que entre en el buscador Google y ponga el nombre de este señor y explore y saque sus propias conclusiones. Hay un apartado en el que se le llama (yo no entro ni salgo, es en el Google) : "ladrón de guante blanco". La autora del libro copiado me puso al corriente del plagio y yo lo denuncié en varias emisoras de radio. Eso es todo, Pero también se aprovecha este señor de mis cuentos y los símiles que apunten, y los degrada a su modo. Me atrevería a decirle a todo el que esté interesado en mejorarse, que se esfuerce por discernir y poner a prueba a los que escriben de estos temas, y que no hagan ídolos de los que tienen más que nadie el techo de cristal y los pies en el barro. Discernir, que quiere decir: desvelar.

Sabes, RAMIRO, de mi dedicación desinteresada desde hace dos años en dar clases de YOGA MENTAL todas las semanas, a casi quinientas personas entre los dos centros de nuestro barrio de Moratalaz "Arroyo Belincoso" y "Nicanor Barroso", con resultados altamente satisfactorios en el grado afectivo y emocional. Como tú, también, durante varios años impartiste, asimismo, clases de YOGA en Aulas de Mayores y conoces perfectamente lo beneficioso que es para la tercera edad. Háblanos de ello, por favor, desde tu experiencia.

Comencé a dar clases de yoga físico, hace muchos años, en Aulas de la Tercera Edad a un gran número de personas mayores. Di clase durante dos años, compaginándolas con las que daba en la Universidad Autónoma de Madrid. Después siguió con tan noble labor, durante años, la profesora de yoga Almudena Haurie. Es un hermoso trabajo. Tú lo sabes muy bien, porque das clase a medio millar de personas mayores, clases de yoga mental, y eres un kama-yogui, porque lo haces desinteresadamente, por amor. Tienes un gran mérito. Me he enterado de que todos tus alumnos están muy satisfechos con tus clases. Haces mucho bien. Sé que no te gusta que te lo diga, pero haces mucho bien, y eres un gran profesor.

Por último, querido amigo y maestro, recordarte que en nuestro barrio gozas de la simpatía y el afecto de mucha gente, por las conferencias que has impartido en años pasados, confiando, RAMIRO, en que en este nuevo 2.006 podamos contar una vez más con tu presencia para compartir la esencia del verdadero conocimiento, a través de tu sabiduría y tus mensajes de paz, amor y compasión.

Mi querido y entrañable amigo y hermano Miguel Angel y yo siempre estamos encantados de poder hacer nuestra aportación y acudir a vuestro Centro, para combinar dos actividades maravillosas : yoga y poesía, poesía y yoga. En vuestro Centro encontramos cariño y bondad, y como digo en mi obra " El Faquir " lo único que distingue a un ser humano de otro es la bondad, fundamental. Os volveré a visitar, con Miguel Angel. Mientras tanto, los alumnos están en excelentes manos. Es muy importante que la gente mayor, los que tú denominas los jóvenes mayores ó mayores jóvenes, aprendan a meditar. Les ayudará en todos los sentidos y mantendrá en mejores condiciones su cerebro. Tú y yo somos profesores, pero cada uno lleva dentro de sí mismo su propio maestro, que es al que siempre hay que honrar.



PAULINO MONJE
Profesor de Yoga Mental y Meditación
Autor de artículos y tertuliano de radio
de temas humanistas
Especialista en Aulas de Mayores
de la Comunidad de Madrid

e-mail : paulinomonje@terra.es



INTERNATIONAL MONTESSORI SCHOOL

COLEGIO PARQUE CONDE DE ORGAZ

Gregorio Benítez, 23-25 • 28043 Madrid • Tels. 91 300 13 44 - 91 388 40 66

MIEMBRO DE LA ASOCIACIÓN MONTESSORI ESPAÑOLA

COLEGIO TRILINGÜE

EDUCACION INFANTIL - PRIMARIA - SECUNDARIA

- MÉTODO MONTESSORI (ENSEÑANZA INDIVIDUAL Y ACTIVA)
- INGLÉS - ESPAÑOL - FRANCES
- PROFESORES NATIVOS
- FORMACIÓN INTEGRAL (HUMANA, INTELECTUAL Y FÍSICA)
- ATENCIÓN E INFORMACIÓN CONTINUA A LOS PADRES
- ACTIVIDADES DEPORTIVAS (KÁRATE, BALONCESTO, BALLET, NATACIÓN, ET.)

- INFORMÁTICA, PIANO, TEATRO
- ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS
- GABINETE PSICOPEDAGÓGICO
- COMEDOR (ELABORACIÓN PROPIA - NO CATERING)
- TRANSPORTE ESCOLAR
- ESPACIOS AJARDINADOS
- ACOGIDA Y ATENCIÓN DE NIÑOS (DESDE 7,30 HASTA 18,30 H.)



A 20 MINUTOS DE SU CASA

FUNDADO EN 1970

<http://www.montessori.es>
e-mail: info@montessori.es

GARANTIZAMOS CALIDAD DE ENSEÑANZA PARA ASEGURAR CALIDAD DE VIDA
" NUESTRA EDUCACION TRILINGÜE ESTA A SU ALCANCE ECONÓMICO "



PACÍFICO, S.L.

Avenida Ciudad de Barcelona, 190
Tlfno.: 91 552 55 04 - 28007 Madrid

ALQUILER DE FURGONETAS PARA MUDANZAS, TRASLADOS, ETC...

GRUPO	1 a 4 días *	5 a 10 días *	11 a 20 días *	20 a 30 días *
Turismo Pequeño	40 €	35 €	30 €	25 €
Turismo Mediano	50 €	45 €	40 €	35 €
Furgoneta Pequeña (3 m ²)	40 €	35 €	30 €	25 €
Ford Transit (5 m ²)	60 €	55 €	50 €	40 €
Peugeot Boxer (7 m ²)	70 €	65 €	60 €	50 €
Peugeot Boxer (8 m ²)	80 €	70 €	65 €	55 €
Ford Transit (10 m ²)	90 €	80 €	70 €	60 €

Precios + I.V.A.

10 % de Dcto. presentando este ANUNCIO

muy pronto estará con nosotros

Harry Potter

Y el misterio del príncipe

La nueva aventura del joven mago llegará el

23 de febrero

a las 18:30 hs

Reserva tu Ejemplar en Librería Méndez



- PRIMER PLENO DEL AÑO -
Sesión ordinaria del Pleno de la Junta Municipal del distrito de Moratalaz, celebrado el pasado día 26 de Enero

La Concejala Presidente D^a Fátima Núñez, después de haber dado la bienvenida a todos los presentes, rogó a los responsables de iluminación del auditorio que pusieran un poco más de fuerza de luz, para poder ver con más claridad al público allí presente. Posteriormente la jefa de la oficina tomó la palabra y procedió a la lectura e inicio de la Sesión.

Asistieron representantes de los tres partidos políticos, pero no había mucho público, lo cual demuestra el poco interés que la gente de nuestro distrito, tiene por este tipo de actos.

En el mismo, se acordó aprobar por mayoría el Acta de la Sesión Ordinaria del pasado 20 de diciembre de 2005 y además se acordó aprobar definitivamente el cambio de emplazamiento del situado de churros de la calle Hacienda de Pavones, 324, a la calle de Hacienda de Pavones, 253. Y en cuanto a la proposición formulada por parte del Grupo Municipal de Izquierda Unida, en el que solicitan que se elabore por los técnicos municipales un mapa de riesgos de falta de accesos apropiados para bomberos y ambulancias con los puntos negros que todavía quedan en nuestro distrito, quedó aprobada dicha proposición por parte de los tres grupos, pero bajo una transaccional por los técnicos.

Las cinco proposiciones restantes formuladas por parte del Grupo Socialista, quedaron en lo siguiente: las entradas y salidas de los Colegios Públicos del Distrito de Moratalaz, en el que solicitan que sean custodiadas por miembros de la Policía Municipal", fué rechazada porque entienden que este servicio, ya se está realizando actualmente. En cuanto a realizar un estudio de aparcamiento en la zona de confluencia de la nueva sede de correos del distrito en la zona de Arroyo Media Legua", se aprobó bajo una transaccional y que los técnicos decidan. Por último, quedó aprobada que en las diferentes



paradas de autobús, así como en sitios de confluencia se realice la instalación de papeleras". Las otras 2 proposiciones, quedaron denegadas: "las deficiencias detectadas y que vienen siendo reivindicadas por los vecinos de la zona o en tránsito al mercado de Moratalaz", el grupo popular manifiesta, que ya se está

actualmente trabajando. D^a Julia defiende la creación de una Casa de la Mujer en el Distrito de Moratalaz con la finalidad de convertir el Distrito en un referente de aplicación práctica de las políticas de igualdad y conciliación" - el grupo de izquierda unida votó a favor, pero al final quedó denegada,

según el grupo popular por entender que dicha proposición ya estaba cubierta. La proposición conjunta presentada por el Grupo de Izquierda Unida y Grupo Municipal Socialista: "la puesta en marcha de un proyecto de mejora en la calidad de vida de nuestros ancianos a través de la creación de "Grupos para la Educación de la Salud" también quedó rechazada por entender que ya se estaba realizando.

En el turno de preguntas, el grupo de IU intervino y preguntó por la situación en la que se encuentra el acuerdo final del recorrido de la línea 20 de autobús; a lo que la Concejala Presidenta Fátima Núñez contestó que el problema de los afectados estará resuelto próximamente, posiblemente finales de Febrero o principios de Marzo.

Hasta el próximo Pleno.

• Esteban Sanz, proyectos, obras y reformas •



REFORMAS INTEGRALES DE VIVIENDAS

MÁS DE 600 CLIENTES EN MORATALAZ NOS AVALAN

VISITE NUESTRA EXPOSICIÓN.

AVDA. DOCTOR GARCÍA TAPIA, 161
91 237 70 30 · 91 328 29 02

OFERTAS DE HASTA EL 25 % DE DTO.

LIBROS MÁS VENDIDOS DEL MES

Nº	Título	Autor	Editorial	P. V. P.
1	LA CONSPIRACIÓN	Dan Brown	Umbriel	18,00 €
2	LA SOMBRA DEL VIENTO	Carlos Ruiz Zafón	Planeta	20,00 €
3	HISTORIA DEL REY TRANSPARENTE	Rosa Montero	Alfaguara	19,50 €
4	LOS GIRASOLES CIEGOS	Alberto Méndez	Anagrama	12,00 €
5	RETORNO DEL PROFESOR DE BAILE	Henning Mankell	Tusquets	20,00 €
6	LA MAGDALENA	Juan Arias	Aguilar	15,00 €
7	EN CUEROS	Luke Rhinehart	Destino	17,00 €
8	NO ME COGEREIS VIVO	Arturo Pérez Reverte	Alfaguara	18,00 €
9	PASIÓN INDIA	Javier Moro	Seix Barral	19,50 €
10	ES FÁCIL DEJAR DE FUMAR SI SABES CÓMO	Alen Carr	Espasa	9,90 €

LIBRERÍA MÉNDEZ: C/ Hacienda de Pavones, 8 -Locales A y B - 28030 Madrid
Tlf.: 91 439 30 21. www.libreriamedez.com

VISÍTENOS EN LA AGENDA COMERCIAL DE LA WEB DEL INFORMATIVO DE MORATALAZ:
www.informativomoratalaz.com - www.informativomoratalaz.es

“ El Comentario ”

Título..... Sumisiones y Rebeldías
Autor..... Alberto Gómez Loeches
Edita..... G & M Ediciones
P.V.P...... 15,00.- €

Dada la favorable acogida de su anterior libro, Alberto Gómez Loeches presenta ahora “Sumisiones y Rebeldías”; una sólida obra en la que se conslida su personalismo enfoque como escritor. Persiste en la utilización indistinta de relatos breves o de poemas para desarrollar una variada multiplicidad de tramas, a las que incorpora una gran dosis de tierno y perverso sentido del humor. “Sumisiones y rebeldías” se refiere a la fascinación del amor, a la serenidad de la madurez, a la búsqueda de la felicidad, y contiene curiosas historias sobre literatura, aventuras mágicas e incluso un pequeño homenaje al Quijote.

La vida no es sólo lo que se vive, sino lo que se sueña y la sabiduría trata de lograr la adecuada coexistencia de los sueños con la realidad, que así se hace más rica.

El amor posee una extraordinaria habilidad para acercarse al lector, identificándose con sus preferencias.

.....Consultar en Librería Méndez



Miguel Angel Calle,
Empresario, Poeta y Humanista,
nos ha remitido un precioso
Poema, cuyo Título lleva por
nombre: “Contigo me crezco”.



Si tú me miras yo me crezco.
Tanto crece mi orgullo con tu mirada
que mi ser ilumino y agiganto,
cuando subo mis ojos a tus ojos.
Si tu me amas yo me crezco.
Te paseo por el mundo y por la nada
y de mi propio ánimo yo me encanto
al mirar con mis ojos a tus ojos.
Si tú me acaricias yo me crezco.
Y mi piel con tu piel se hace almohada
en tu pureza que amándote quebranto,
cuando fijo mis ojos en tus ojos.
Si tú me besas yo me crezco.
Y mi pasión se hace madrugada;

tu estrella buscando me levanto
para mirar tus ojos con mis ojos.
Tu mano sensual se me apodera
y te vuelves sombra y luz en duermevela,
en la limpia calidad de tu consuelo.
Amor, dulzor de acento, hecha de seda.
Tu voz me gime desde el cielo,
que inunda mi ser, se me abandera.
Me respiro tu aliento incandescente
que llena mis pulmones, me libera.
Como me crezco cuando tú me creces.
Me elevas al infinito de tu aurora,
me cuelgas del edén, y a veces, solo a veces,
me devuelves a la tierra tu persona.

Si Desea Contratar Publicidad, en
El “Informativo de Moratalaz”,
llame a los

Tlfs.: 91 437 40 43 * 616 73 87 88

o bien por e-mail:

publicidad @informativomoratlaz.com

El Informativo de Moratalaz
“El Periódico de tu Barrio”

gabinete jurídico
ABOGADOS ESPECIALIZADOS EN:

- ❖ Derecho Civil
- ❖ Derecho Penal
- ❖ Derecho Administrativo
- ❖ Derecho Mercantil
- ❖ Derecho Laboral

- Quiero divorciarme y quedarme con la custodia de mis hijos
- Me han despedido y no se si todo es correcto
- He tenido un accidente ¿que derechos tengo?
- Tengo problemas con una herencia
- Voy a comprar una casa y no quiero problemas con el contrato

¿SI SE ENCUENTRA EN ALGUNA DE ESTAS SITUACIONES?

No dude en llamarnos, nuestro equipo de abogados le atenderá rápida y eficazmente.

www.otpserficon.com e-mail: info@otpserficon.com

atp GROUP
PRIMAVERA DE PRAGA, 11 - Local 11 Tel. 902 88 98 55 Fax 91 220 85 87

CENTRO COMERCIAL MORATALAZ II
2 x 1 de Lunes a Jueves, presentando este Anuncio.
*** No válido ni Festivos, ni Vísperas.**
*** No válido de cumpleaños.**

P Visítenos en la Agenda Comercial de la web del Informativo de Moratalaz
PARKING GRATUITO

HACIENDA DE PAVONES, 194 - 2ª PLANTA - TELÉFONO: 91 772 20 25

" PRÓTESIS FIJA "

* En la actualidad existen varias formas de substituir piezas dentales. La prótesis fija convencional, mediante "coronas" o "puentes" es un tratamiento sobre dientes naturales "pilares" previamente desgastados o "tallados".

* Se utiliza tanto para reponer dientes ausentes como para proteger dientes muy debilitados, tras empastes muy grandes o tras haber tenido que "matar" el nervio con una endodoncia.

¿Qué opciones tenemos?

Para solucionar los casos de reposición de piezas ausentes, existen tres alternativas: fija con implantes, puente fijo o prótesis removible ("de quita y pon").

IMPLANTES: no se tocan otras piezas, es individualizado y necesita meses de consolidación.

PUENTE FIJO: no conlleva cirugía, es más económico que el implante. El proceso de elaboración dura aproximadamente un par de semanas. Se hacen una o dos pruebas y finalmente se coloca en boca.

En ambos casos (puente fijo e implante), proporciona una estética perfecta y una masticación muy natural, a la vez que no nos da apenas problemas de adaptación.



FEBRERO

- Lunes, Martes, Jueves: 9:30 - 14:00 y 17:00 - 20:30 h.
- Miércoles: **TODO EL DÍA** 9:30 - 20:30 h.
- Viernes: 9:30 - 15:00 h.

PRÓTESIS REMOVIBLE: no es tan cómoda como la fija, puede dañar la encía, necesita elementos que dificultan el habla o los movimientos de la lengua, y lo que es más importante, suele tener bastante movilidad, por lo que nos dificulta la masticación. Sin embargo, es más económica y en muchos casos funciona bastante bien.

Con los cuidados de higiene y controles oportunos, la prótesis fija le devuelve la sensación de tener todos los dientes de su boca, con lo que adquiere una óptima calidad de vida.

"No dude en consultarnos la mejor opción para su caso concreto".

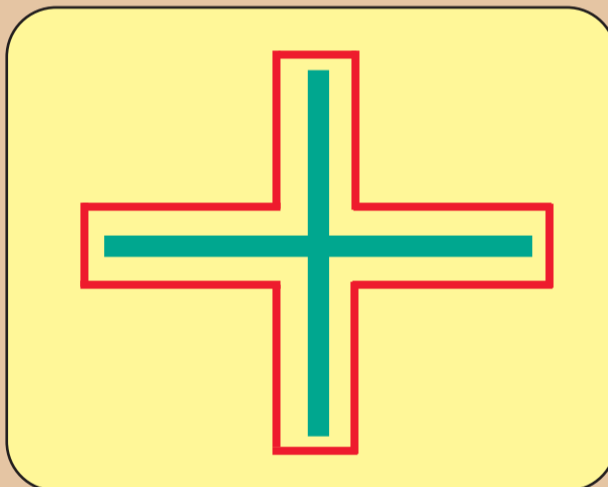
Equipo Médico
"Dental-Line"

91 437 14 56
C/ Arroyo de Fontarrón, 39, local (Junto Plaza del Encuentro)
Metro Vinateros. Autobuses: 20 - 30 - 32 - 8 - 100

¡ Visítenos ! - además, en la Agenda Comercial de la web del Informativo de Moratalaz: www.informativomoratalaz.com

FARMACIAS DE GUARDIA: MES DE FEBRERO

Día 01: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 01: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 02: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 02: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 03: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 03: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 04: Laguna Negra, 13 (de 9,30 a 23 h.)
Día 04: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 05: Hacienda de Pavones, 136 (de 9,30 a 23 h.)
Día 05: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 06: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 06: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 07: Camino de Vinateros, 4 (de 9,30 a 23 h.)
Día 07: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 08: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 08: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 09: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 09: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 10: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 10: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 11: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 11: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 12: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 12: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 13: Fuente Carrantona, 47 (abierta 24 h.)
Día 14: Valdebernardo, 20 (de 9,30 a 23 h.)
Día 14: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)



Abierta 24 horas:
Fuente Carrantona, 47

Día 15: Camino de Vinateros, 4 (de 9,30 a 23 h.)
Día 15: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 16: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 16: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 17: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 17: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 18: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 18: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 19: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 19: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 20: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 20: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 21: Av. Dr. García Tapia, 228 (de 9,30 a 23 h.)
Día 21: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 22: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 22: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 23: Camino de Vinateros, 4 (abierta 24 h.)
Día 24: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 24: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 25: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 25: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 26: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 26: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 27: Fuente Carrantona, 47 (abierta 24 h.)
Día 28: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 28: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

LAS FARMACIAS DE GUARDIA, AHORA TAMBIÉN EN INTERNET; EN:
www.informativomoratalaz.com * www.informativomoratalaz.es - ¡ CONÉCTATE ! -

" PELETERÍA EMILIO "



**EXTENSO
SURTIDO EN PRENDAS DE
CUERO DE PLENA ACTUALIDAD**

* SEÑORA Y CABALLERO: CHAQUETAS,
LEVITAS, CAZADORAS, CHAQUETONES...

* PRENDA JOVEN CHICO / CHICA

(VARIAS CALIDADES, VARIOS PRECIOS)

¡¡ AQUÍ EN MORATALAZ !!

" Financiamos hasta en 36 Meses "

**Aproveche los
últimos Días de
REBAJAS sobre
Existencias:
15 % y 20 %
de Dto.**

**C/ Arroyo Fontarrón, 39 * Teléf.: 91 437 15 03
(MORATALAZ) . 28030 MADRID**

NOTA DE PRENSA

"Próxima Estación: Calcuta", la mirada de los niños de la calle de La India

Global Humanitaria presenta la exposición fotográfica "Próxima Estación: Calcuta" en el Centro Cultural El Torito, donde podrá verse del 1 al 14 de febrero de 2006 (Avda. de Moratalaz s/n. Metro L9 Artilleros).

Juan Díaz, fotógrafo de Global Humanitaria, acerca su cámara a la realidad de miles de personas de Calcuta que viven en las estaciones de tren y sus alrededores. En esta metrópolis, de más de 15.000.000 de habitantes, algunas estimaciones cifran entre 150.000 y 200.000 los niños que viven en sus calles, sin techo ni ningún tipo de amparo, sobreviviendo con toda clase de subtrabajos y aprovechando el constante ir y venir de miles de viajeros.



La exposición, ubicada en la Sala de Exposiciones del Centro Cultural, la integran un total de 35 fotografías de gran formato con pies de foto. También facilita

información sobre las actividades de recuperación y reinserción social de los niños de la calle que Global Humanitaria lleva a cabo en los cuatro hogares de acogida que

mantiene en el área de Calcuta.

Global Humanitaria es una organización sin ánimo de lucro, laica e independiente. Su objetivo

es la mejora de las condiciones de vida de la población infantil y de las comunidades de las zonas más desfavorecidas de América Latina y Asia.

La Comunidad invertirá 356 millones en la construcción de 7 cocheras de Metro

Las nuevas instalaciones albergarán los casi 800 trenes que darán servicio a la ampliación de Metro



La consejera de Transportes e Infraestructuras de la Comunidad de Madrid, María Dolores de Cospedal, visitó el pasado 28 de Enero, las obras de construcción de las nuevas cocheras de la ampliación de la línea 1 de Metro, ubicadas en el distrito de Hortaleza, y que se encuentran incluidas dentro del importante Plan de estas infraestructuras desarrollado por el Gobierno regional para albergar los nuevos trenes que proporcionarán servicio a la ampliación del suburbano madrileño.

En total, se trata de siete cocheras, cinco de ellas nuevas y dos ampliaciones, en las que se invertirá un presupuesto de 356 millones. "Este plan -explicó De Cospedal- es necesario para afrontar la mayor ampliación de metro de la historia del suburbano madrileño con 90 nuevos kilómetros de Metro y la adquisición de 700 trenes convencional y 70 de metro ligero".

El proyecto comprende la construcción de cocheras en Vallecas, que darán servicio también a la línea 1 en su zona sur; Villaverde, que corresponderán a la línea 3; y dos en Hortaleza, las visitadas hoy y las correspondientes a la línea 4 y el metro ligero a Sanchinarro. Asimismo, el Metro Oeste también contará con cocheras para los metros ligeros que recorrerán las líneas de Pozuelo y Boadilla.

De Cospedal explicó que la ampliación de Metro requerirá, además de la construcción de todas estas instalaciones, la ampliación de algunas que quedarán obsoletas. "Es el caso de las cocheras de Cuatro Vientos y las de Laguna, que, tras las obras, ganarán capacidad".

COLEGIO SAGRADA FAMILIA

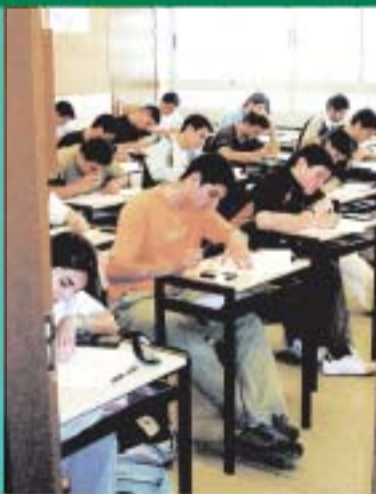
Abierta
La
Preinscripción



91 301 52 81

Servicios del Colegio

- ✓ Mutualidad, que asegura tu futuro.
- ✓ Comedor escolar.
- ✓ Biblioteca y Videoteca
- ✓ Gabinete de orientación y Gabinete médico
- ✓ Natación
- ✓ El más moderno y completo polideportivo.
- ✓ Cafetería para tu recreo



INSTALACIONES MODERNAS

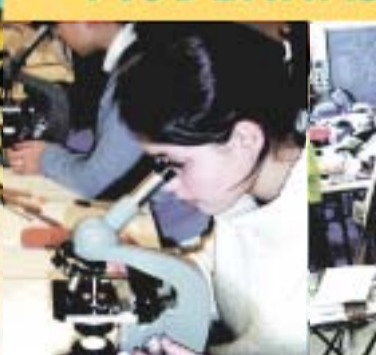
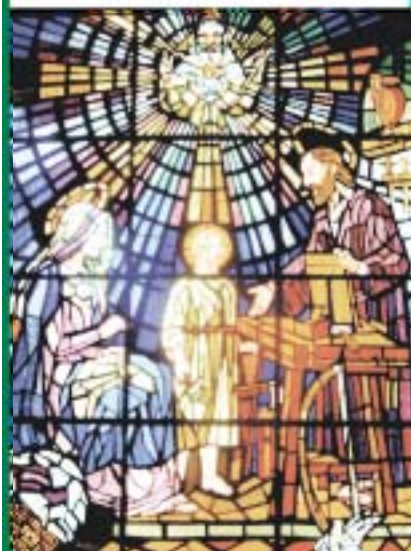


¡Pensando en todos!

Todos los
bachilleratos

HASTA EL
BACHILLERATO
DE ARTES

- ✓ Ciencias de la Naturaleza y de la Salud
- ✓ Tecnología
- ✓ Humanidades y C. C. Sociales
- ✓ Artes



ESTAMOS EN MORATALAZ - C/ OBERÓN, 6

www.safamadrid.com

A 300 mts. del metro Artilleros

A 200 mts. autobuses nº: 30 - 32 - 71 - 100 - 140 - 142 - 144



Estilo *Decoración*



REFORMAS EN GENERAL

ALBAÑILERIA - FONTANERIA
ELECTRICIDAD

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO

TRABAJOS GARANTIZADOS,
TRATO PERSONALIZADO Y...
TODO PARA LA DECORACIÓN
DE SU HOGAR



C/ Hacienda de Pavones, 9 - 28030 Madrid - Telf. y Fax: 91 328 04 19

Viajes Hor-Tour

AGENCIA ASOCIADA **MARSAIS**

VACACIONES DE CALIDAD AL MEJOR PRECIO

- Viajes de Empresa
- Billetes de Avión:
Nacional, Internacional y
Vuelos Especiales
- Viajes Programados, Circuitos
 - Turismo Activo, Turismo Rural
 - Estancias en Playa ó Montaña
 - Grupos e Incentivos
 - Turismo Social (3ª Edad)
 - Cruceros
 - Alquiler de Coches...

"ESTAS VACACIONES EXIGE LO MEJOR"

- ALIAR DESTINO.
- CONFIRMAR PRECIOS.
- CONTRATAR CALIDAD

INFORMACIÓN Y RESERVAS

C/ Bulevar Indalecio Prieto, 29 - Local 3 / 28032 MADRID
TEL.: 91 256 18 78 / FAX: 91 773 05 91 e-mail: hor-tour@marsais.es

XXX Gran Premio de Cross de Moratalaz

* El pasado 15 de Enero, la XXX Edición del Gran Premio de Cross de Moratalaz, celebrada entre la calle José Bergamín y las inmediaciones del futuro y renovado campo de futbol (antiguo campo del Urbis), estuvo marcada por la mejora en la organización gracias al convenio firmado el 16 de Enero con la Caixa, gracias a la cual se contó con unas excelentes carpas donde se podían hacer las inscripciones cómodamente, un circuito perfectamente señalizado, muchísimos trofeos individuales y por Clubes y, que a pesar del frío y la niebla existente, fué una mañana de domingo muy positiva, tanto para los organizadores como para los protagonistas de la carrera: los corredores.



A la izquierda: Corredores participantes haciendo las inscripciones antes de comenzar la carrera.

A la derecha: Jesús Ramos, llegando el primero a la meta y posteriormente posando una instantánea. [Cat. Alevín Masculino].



Ricardo Fernández: Es entrevistado por Telemadrid, tras llegar el primero a la Meta en la Cat. Juvenil Masculino. Luego, una instantánea para nosotros.



Categoría Senior Masculino: Preparándose para disputar la carrera. Hasta 3 veces hubo que suspender la salida, ya que previamente antes la ambulancia del Samur, tuvo que ir a recoger a un corredor que se había encontrado indispuerto. El ganador fué Oscar del Barrio, protagonista en casi todo.



Ricardo Gallego (Vocal de Deportes de la Junta Municipal de Moratalaz) - entregando los correspondientes Trofeos. Junto a ellos, Luis, Presidente de la Asociación Atlética de Moratalaz.

La clasificación por categorías son las siguientes. Dado la cantidad de participantes, tan sólo enumeraremos los 3 primeros de cada categoría:

CATEGORIA ALEVIN FEMENINO (1200 m.)

- 1º Sara Dakir
- 2º Sara Cabrerizo Muñoz
- 3º Olga Sacristán Martínez

CATEGORIA ALEVIN MASCULINO (1200 m.)

- 1º Jesus Ramos Reviejo
- 2º Enrique Benito Gonzalez
- 3º Borja Hernandez Franco

CATEGORIA INFANTIL FEMENINO (2000 m.)

- 1º Elena Saro Jené
- 2º Belen De las Heras Lopez
- 3º Nerea Sanchez Lopez

CATEGORIA INFANTIL MASCULINO (4000 m.)

- 1º Alberto Carrero
- 2º Jorge del Reguero Gonzalez
- 3º Luis Gonzalez Bragado

CATEGORIA CADETE FEMENINO (4000 m.)

- 1º Sara Alonso Castelo
- 2º Laura Prieto
- 3º Albra Brasero

CATEGORIA CADETE MASCULINO (6000 m.)

- 1º Daniel Gamino
- 2º Pablo Villacorta Perez
- 3º Carlos Duarte Plaza

CATEGORIA JUVENIL FEMENINO (4000 m.)

- 1º Sandra Garcia Patos

CATEGORIA JUVENIL MASCULINO (6000 m.)

- 1º Ricardo Fernandez Sanchez
- 2º Mohamed Ali Ben Marmoon
- 3º Daniel Uguina Tapiador

CATEGORIA JUNIOR MASCULINO (8000 m.)

- 1º Miguel Garcia-Consuegra
- 2º Javier Lopez Sanchez
- 3º Ricardo Bautista Alvarez

CATEGORIA PROMESA MASCULINO (8000 m.)

- 1º Oscar Hidalgo Lledó
- 2º Ismael Fernandez Cuevas

CATEGORIA SENIOR FEMENINO (6000 m.)

- 1º Carolina Barrio de la Fuente
- 2º Sinda Abollo
- 3º Analia Garces

CATEGORIA SENIOR MASCULINO (8000 m.)

- 1º Oscar del Barrio Gutierrez
- 2º Fco. Javier Sanchez Gonzalez
- 3º Jose Enrique Perez Prieto

Ahora, todas las carreteras de regalo.



Al comprar este mes un SEAT Toledo o un SEAT Altea, el nuevo navegador **tomtom ONE** de última generación de regalo.

Oferta no acumulable. Consumo ponderado: 5,5-9,1 l/km. Emisión CO₂: 149-218 g/km. Imagen acabado Sport-up.

SEAT
auto emoción

Infórmate en:

Valderribas Motor, S.A. - Luis Mitjans, 27 - Zona Pacífico - 28007 Madrid - Tel.: 91 551 48 00

La idea principal es favorecer el desarrollo de las actividades deportivas de los vecinos, teniendo en cuenta la calidad de los materiales, el diseño de las instalaciones y la armonía con el medio natural.

Fátima Núñez, Concejala-Presidenta del Distrito de Moratalaz, visita las obras del Nuevo Campo de Fútbol

La longitud del Nuevo Estadio Municipal de Moratalaz o Nuevo Estadio Municipal de la Cuña Verde (antiguo Campo del Urbis) - por pensar algún nombre ficticio, medirá 105 x 45 y será más grande que el Bernabeu y quizá un poco más ancho.

El pasado martes, 17 de enero, a las 13 horas, Fátima Núñez, Concejala-Presidenta de la Junta Municipal del distrito de Moratalaz, junto con una alta representación de la misma, se acercó a visitar las obras de reforma y renovación del futuro campo de fútbol, en lo que la idea principal es favorecer el desarrollo de las actividades deportivas de los vecinos, teniendo en cuenta la calidad de los materiales, el diseño de las instalaciones y la armonía con el medio natural, ya que como informamos anteriormente, este campo (antiguo campo del Urbis), forma parte de la primera fase de las obras a realizar en la denominada "Cuña Verde de O'Donnell".

Fue recibida en las instalaciones por D. Agustín Calvo, Director Técnico de la Empresa Constructora "Construcciones Diedro", nos acompañó a los allí presentes en todo momento enseñando el total de las instalaciones, a pesar de que había llovido el día anterior y estaba el campo lleno de barro, aún así realizamos íntegramente el recorrido. A medida que íbamos avanzando, el Sr. Calvo nos fue explicando paso a paso todo lo que se había estado haciendo hasta ahora y que a continuación pasamos a comentar según sus propias palabras lo que conlleva el Proyecto... "una vez relleno, iniciamos elementos en una losa que conforman lo que es el techo de los vestuarios y posteriormente la ubicación del graderío y el apoyo del graderío, se sigue subiendo la parte posterior de los muros para dar la pendiente al graderío. Estamos en una fase de obra que lógicamente parece poco atractiva, poco visible, parece que no se ha hecho nada, pero se han hecho cosas. Hay otra fase de



medidas del campo dijo que serían de 105 x 45, es decir más largo que el Bernabeu y quizá un poco más ancho, contestó el Técnico.

El Plazo de ejecución será para Mayo, y aunque para septiembre, posiblemente se pueda practicar deporte, la realidad es que los clubes lo van a tener difícil, ya que se estará pendiente de las nuevas acometidas, luz e iluminación, agua, etc... Es decir que más bien se prevé que será en la próxima temporada, cuando se empiecen a jugar partidos oficiales, no en esta, salvo que los problemas burocráticos se solucionen antes. Antes habrá que buscar un nombre, una serie de nombres propuestos por la Junta y en consenso con los vecinos. Además, sería conveniente que las Empresas del distrito, también colaboraran de alguna forma y haber si entre todos conseguimos que Moratalaz esté en la élite, si no del Fútbol Nacional, sí al menos en la élite de nuestra Comunidad.

¡Ah, por cierto! - si les sirve de ayuda a los responsables que tengan que decidir sobre el nuevo nombre del campo y puesto que hay que empezar por alguno, aquí va mi aportación... una idea, creo que bastante razonada. Puesto que estamos hablando que el nuevo campo forma parte de las obras de la Fase I de la Cuña Verde... ¿por qué no llamarle por ejemplo, como he dicho al comienzo:

**"Nuevo Estadio Municipal de Moratalaz"? - ò...
"Nuevo Estadio Municipal de la Cuña Verde"?
Ahí queda...**

Fotos y Reportaje:

- Moisés Rodríguez

obra que en pocos días, ya tenemos el campo en cota, estan hechas las pruebas de compactación del terreno, ya que antes no estaba en cota, una pendiente muy fuerte de caída como de 1,40 más o menos entre un lado y otro del campo., en superficies tan grandes no se aprecian, es cuando se pasan los niveles y hay que verlo. Cuando el tiempo lo permita que ya no llueva, el aglomerado que se echa 7000 metros cuadrados de asfalto de las calles se hace en tres días, y el cambio visual que uno percibe al llegar a la obra es tremendo, y después todo lo que es la manta verde, aproximadamente en un mes se monta.

Estamos ligeramente retrasados, pero se puede recuperar, estaríamos en plazo. Hay una serie de factores: contratos, se piden suministros, etc... se estaría no obstante en el plazo oficial".

Al final entran 4 vestuarios de equipo, 2 de árbitro, lleva cuarto de balones y material, los aseos de público, adaptados para minusválidos, un nuevo vallado y cierre del recinto rodeándole de árboles. El proyecto no tiene previsto tener pista deportiva, ya que tiene tratamiento de jardinería. En cuanto a las gradas tendrá una capacidad para unas mil personas, aunque hay que estudiarlo, de todas formas Fátima, insinuó al Sr. Calvo, que sería muy interesante que llevara una buena cimentación y que aguantara una capota, por si se plantean en el futuro cubrir los graderíos. En cuanto a las



La Cocina de Alfredo



- ARROZ CON BOGAVANTE
- LUBINA A LA NARANJA
- HUEVOS ESTRELLADOS A LA MARINERA
- CACHOPOS
- CROQUETAS DE JAMÓN IBÉRICO
- SOLOMILLO AL OPORTO
- ARROZ CON CARACOLAS Y HABITAS
- RABO DE TOTO
- TAPAS VARIADAS

* MENÚ ESPECIAL DE 12 €.- DE COCINA INTERNACIONAL Y NACIONAL
* CARTA



Avenida de Moratalaz, 149 - 28030 Madrid * Telf.: 91 430 76 87 (Bº Moratalaz)



Estética Especializada
PARREÑO



**EL CUELLO: TAN BELLO,
TAN VULNERABLE.**

Muchas mujeres que no aparentan su edad, se ven delatadas por el estado de su cuello y escote.

La particular anatomía de esta zona, la hace vulnerable a los ataques de la radiación solar y los radicales libres y en algunas ocasiones propensa al acúmulo de grasa.

Te presentamos el TRATAMIENTO CUELLO DE CISNE que abarca:

- REDUCCIÓN DE GRASA.
- REAFIRMACIÓN Y TONIFICACIÓN.
- CORRECCIÓN DE ARRUGAS.

UNO DE LOS MEJORES EQUIPOS DE MADRID

Tel.: 91 430 03 96

C/ Cgdor. Diego de Valderrábano, 72
(esq. Dr. Garcia Tapia)

**LA CALIDAD ES UN LUJO QUE
TE OFRECEMOS DÍA A DÍA**

VISÍTENOS EN LA WEB DEL
INFORMATIVO DE MORATALAZ, EN LAS SECCIONES DE
SALUD-BELLEZA Y AGENDA COMERCIAL.

www.informativomoratalaz.com
www.informativomoratalaz.es

Paco del Castillo
"Profesor de Análisis Sensorial"

...Viene del Informativo de Moratalaz -Nº 110.-
Diciembre 2005.-

**EL VINO DULCE PEDRO XIMÉNEZ COMO
ORO NEGRO CORDOBÉS**

**6. EL PX. UN CORDOBÉS MUY
COSMOPOLITA**

Debe recordarse, siempre lo hago, que el PX es más característico de Montilla-Moriles que de la zona gaditana, y hasta tal punto que la mayoría del dulce PX que vende el Marco de Jerez proviene de la zona de producción cordobesa.

5. LOS PILARES DEL PX

Se podría considerar que este vino tan paradójico (siendo el más negro se elabora con uvas blancas) se asienta en dos pilares que son las claves de su peculiar riqueza organoléptica.

1. Concentración del mosto. Conseguido tanto en la planta: por el elevado potencial glucométrico de la uva Pedro Ximénez que llega fácilmente a los 15º alcohólicos probables; como fuera de la planta: por el asoleo que se necesita para pseudopasificar una uva ya de por sí muy dulce.

2. Tiempo. El PX precisa el necesario envejecimiento para conseguir entre otros objetivos: la óptima integración del alcohol con el denso mosto en fermentación; la "doma de los azúcares" (perdón por la expresión); mayor complejidad olfativa; mejorar el paso de boca; en definitiva, equilibrar organolépticamente el vino.



Doña Mencía

Pero que nadie se alarme porque es una práctica autorizada por Reglamento (CE) 1493/99, (D.O.C.E. de 15-7-1999) que dice más o menos lo siguiente:

"No obstante, en lo que se refiere a los vlcprd (vinos de licor de calidad producidos en región determinada) "Málaga" y Jerez-Xérès-Sherry", el mosto de uva concentrado y el mosto de uva parcialmente fermentado procedente de uvas pasificadas obtenidos de la variedad de vid Pedro Ximénez, podrán proceder de la región determinada "Montilla-Moriles".

Hecho el recordatorio, sigo a continuación comentando de forma sucinta como se elabora el PX.

Continuará en el Nº 113...

<p>PISO - VENTA - VALLECAS</p> <p>Piso de 100 m², 3 dormitorios, 1 baño, aseo, 2 terrazas, suelos de parquet-gress, jardines privados, muy bien comunicado, muy luminoso. "MUY BONITO". Ref.- 562-07 317.400 Euros</p>	<p>PISO - VENTA - VALLECAS</p> <p>Piso de 55 m² 2 dormitorios, para reformar, exterior, terraza comunitaria. FINCA REHABILITADA. Ref.- 516-07 174.864 Euros</p>	<p>PISO - VENTA - VALLECAS</p> <p>Piso de 135 m², 4 dormitorios, 2 baños completos, cocina con despensa, 5 a/e, todo independiente, ascensores. "TOTALMENTE REFORMADO". Ref.- 569-07 252.000 Euros</p>	<p>PISO - VENTA - VALLECAS</p> <p>Piso de 2 dormitorios 60 m², 1 baño completo, suelos de gress, a/a, carpintería exterior climalit, reformado. "MEJOR VERLO". Ref.- 559-07 207.368 Euros</p>	<p>PISO - VENTA - VALLECAS</p> <p>Piso de 50 m², 2 dormitorios, 1 baño, cocina amueblada, climalit, reformado, muy luminoso, todo Exterior. "A ESTREÑAR". Ref.- 611-07 177.744 Euros</p>	<p>www.vilsa-asesores.es vilsa@vilsa-asesores.es</p> <p>MORATALAZ 91 328 74 74 VALLECAS 91 757 07 07</p> <p>ARGANDA: 91 875 77 88 / 91 875 75 75 MEJORADA: 91 679 40 40 VALDEBERNARDO: 91 301 61 61 RIVAS: 91 666 13 17</p>
<p>PISO - VENTA - MORATALAZ</p> <p>Piso de 72 m², 3 habitaciones, baño completo, c/c, a/a, salón independiente, suelos parquet, garaje y trastero. ¡ÚNICO EN LA ZONA! Ref.- 766-06 240.000 Euros</p>	<p>PISO - VENTA - MORATALAZ</p> <p>Piso tipo L-8, 3 habitaciones, baño, aseo, salón, ofice, cocina amueblada, c/c, reformado, cerca del metro. OPORTUNIDAD. Ref.- 749-06 317.000 Euros</p>	<p>PISO - VENTA - LA ESTRELLA</p> <p>Piso de lujo, 180 m², 4 habitaciones, 2 baños, pintura en liso y estuco, suelos tarima y barro cocido, cocina 25 m² amueblada, garaje y trastero zona la estrella. ¡TODO UN PRIVILEGIO! Ref.- 730-06 845.000 Euros</p>	<p>PISO - VENTA - MORATALAZ</p> <p>Precioso piso de 4 habitaciones, salón independiente, comedor, ascensor, c/c, a/a.2 grandes terrazas una de ellas acristalada, ventanas climalit lacadas en blanco, totalmente reformado. CALIDADES DE LUJO LLAMÉ E INFORMESE. Ref.- 746-06 409.500 Euros</p>	<p>PISO - VENTA - MORATALAZ</p> <p>Piso de 3 habitaciones, parquet espiga, 3a/e, a/a en el salón comedor de 18m², calefacción individual, cocina amueblada y equipada. REFORMADO. ¡EXCELENTE SITUACION! Ref.- 747-06 244.000 Euros</p>	
<p>PISO - VENTA - MORATALAZ</p> <p>Piso de 55 m², 2 habitaciones.1 baño, cocina amueblada con vitro y horno, 2 armarios, carpintería exterior climalit, carpintería interior roble, gas natural, suelos de parquet espiga, posibilidad ascensor. MUY LUMINOSO. Ref.- 730-06 204.300 Euros</p>	<p>PISO - VENTA - MORATALAZ</p> <p>Piso 3 habitaciones antes 4, cocina amueblada, salon, terraza, baño, a/a, c/i, completamente reformado. ¡ZONA IDEAL! Ref.- 762-06 250.000 Euros</p>	<p>PISO - VENTA - MORATALAZ</p> <p>Piso primera altura, excelente zona, 2 dormitorios, c/ tarifa nocturna, suelos de tarima, cocina amueblada y equipada. TODO EXTERIOR. Ref.- 767-06 233.000 Euros</p>	<p>PISO - VENTA - LA ESTRELLA</p> <p>Gran piso 140 m²,4 habitaciones, 2 baños, uno de ellos en suite, cocina amueblada, c/c, salon 40 m², a/a en toda la casa. ¡JUNTO AL METRO! MUY BONITO. Ref.- 758-06 564.000 Euros</p>	<p>PISO - VENTA - MORATALAZ</p> <p>Piso de 4 habitaciones, baño y aseo, salon, cocina amueblada, tendedero, muy luminoso. ¡¡¡UNICO EN LA ZONA!!!- Ref.- 769-06 264.500 Euros</p>	

... *** POEMAS *** CUENTOS *** CARTAS *** OPINIÓN *** DENUNCIAS *** ...

Para Enviar sus Cartas:
 "Poemas, Cuentos, Cartas al Director, etc...":
 * Informativo de Moratalaz"
 Apartado de Correos, 39.149 - 28080 Madrid
 o bien e-mail: moratalaz@informativomoratalaz.com

" Reconocimiento y Admiración a Rocío Jurado "

De España,
 Rocío, tú eres
 la artista más ejemplar.
 Para ti
 quiero estos versos,
 con cariño, dedicar.



Sé que eres gran devota
 de esa Virgen tan querida
 en esa parte de España
 que se llama Andalucía.

Este veinte de diciembre
 será una fecha especial
 para toda España entera:
 ¡Rocío, volviste a cantar!

Rocío Jurado,
 de veras, el que
 compone estos versos
 le pide a esa Virgen Santa
 que te guarde mucho tiempo.

Todas las televisiones
 tu imagen nos presentaba
 y tu cante prodigioso
 en nuestros hogares entraba.

Para que sigas cantando
 con tu arte y tu salero,
 alegrando a toda España
 y a parte del mundo entero.

Rocío, de veras te digo
 que España entera vibró,
 porque demostraste ser,
 entre todas, la mejor.

El que estos versos compone,
 Rocío Jurado, quisiera
 que los mismos, para ti,
 de alegría te sirvieran.

Tu cante, salero y gracia
 a todos encantaría,
 más al saber superada
 la enfermedad que padecías.

Y que estos versos te recuerden,
 con un cariño especial:
 fuiste la mejor cantante,
 lo sigues siendo... ¡y serás!

En estos versos quisiera,
 con mucha fe y devoción,
 dar mil gracias
 a la Virgen del Rocío
 y también a nuestro Dios.



Rocío Jurado, estos versos
 están compuestos con amor,
 y al compositor, te aseguro,
 se los dictó su corazón.

Octavio Huélamo Romero

El Informativo de Moratalaz
"El Periódico de tu Barrio"
 ... Gracias por compartir
 su Lectura...

" A mi amiga Angustia "

De las flores que yo cuido
 dime cual es para ti
 que yo te daré una rosa
 la más bonita y hermosa
 que yo tengo en mi jardín.

Tu carita es como el sol
 como el sol de la mañana
 el que entra por la ventana
 y te viene a despertar
 y yo te quiero decir
 tu eres como una rosa
 que yo tengo en mi jardín.

Tu eres buena y eres calma
 y tu cara es un jazmín
 por eso te quiero a ti
 por eso cuido una rosa
 que yo tengo en mi jardín.

Tu eres la hierbabuena
 la que perfuma tu hogar
 y eres un rayo de luna
 cuando vas a despertar
 y yo te quiero decir
 que eres la flor más bonita
 que yo tengo en mi jardín.

Tu eres el mejor trigo
 que nació en ese trigal
 tu eres la mejor agua
 que sale del manantial
 y yo te quiero decir
 que tu eres una rosa
 que yo tengo en el jardín.



Si los cielos y la tierra
 y la luna en la montaña
 y el sol de la madrugada
 todos te quieren decir
 que yo cuido una rosa
 que la tengo en mi jardín.

Tu eres como un lucero
 de los que van por el cielo
 y yo te quiero decir
 tu eres la flor más bonita
 que yo tengo en mi jardín.

Tu eres tierra, tu eres luna,
 tu eres una estrella en el mar
 y cuando miro tus ojos
 yo siempre veo mi rosal
 por eso te quiero a ti
 tu eres como una rosa
 que yo tengo en mi jardín.

Tu eres como una estrella
 igual que la luna bella
 más hermosa que un jazmín
 y yo te quiero decir
 eres la flor perfumada
 que yo tengo en mi jardín.

Victorina García

MIS RECUERDOS...

Juan A. Barrio

* Siguiendo con los relatos que iniciamos en números anteriores de este Informativo, en relación a los trabajos, herramientas, costumbres, etc., etc., que había en mi pueblo y alrededores, voy a tratar otro tema. Para dar continuidad al tema del mes anterior, debería de tratar la 2ª parte de LA MATANZA, pero dado que este mes de febrero se celebra Santa Agueda y en homenaje a las mujeres, creo que debo hablar de esta fiesta. De la segunda parte de la Matanza escribiré el mes próximo.

FIESTA DE LAS AGUEDAS

* El día 5 de febrero se celebra la festividad de SANTA AGUEDA. En este día se decía que era el día en que mandaban las mujeres.

Santa Agueda (según nos cuenta la historia) fue una mujer que nació por el año 230 en Italia, que fue torturada por los romanos y que en esa tortura le cortaron los pechos por no querer mostrar su cuerpo desnudo ante un cónsul romano.

de la "junta" hacia el resto del pueblo y al contrario. En alguna ocasión les robaban la cena y se la comía otra gente y los de la "junta" con su Alcaldesa a la cabeza se quedaban sin la exquisita cena.

En las imágenes que hay en las iglesias se muestra a Santa Agueda con una bandeja donde están colocados los pechos que la cortaron.



Sta. Águeda es llevada al trono después de la Procesión.

Esta fiesta se celebraba principalmente en la provincia de Segovia, o al menos es lo que yo conozco, aunque también tenía mucho arraigo en otras provincias castellanas: Salamanca, Avila, Valladolid, Zamora, Guadalajara.... Las que tienen más fama ahora, principalmente debido a los medios de comunicación, son las de Zamarramala, un pueblo de Segovia, ahora convertido en un barrio de la ciudad, por su proximidad.

En mi pueblo había una Hermandad de Santa Agueda, a la que pertenecían todas o prácticamente todas las mujeres casadas del pueblo.



Cada año formaban "la junta" 8 mujeres, de las cuales una de ellas era la ALCALDESA, habitualmente la de más edad y dos las MAYORDOMAS de la Hermandad. Estas 8 mujeres eran las que se encargaban de recaudar fondos para la fiesta de Santa Agueda, pidiendo a todos los visitantes (generalmente vendedores/compradores ambulantes) en los días previos al 5 de febrero.

Estas 8 mujeres, junto con sus maridos (aunque ellos en un segundo plano, generalmente de meros acompañantes) iban por todas las casas pidiendo, para los gastos de la fiesta. También costeaban los gastos de la Iglesia de esos días, misas, velas, etc.



Participantes en la fiesta de Santa Águeda bailando a la puerta de la Iglesia.

Este día 5 de febrero, por la mañana tenían una misa y procesión, a la que asistían generalmente todas las mujeres, que para eso la fiesta de su Hermandad y muchas de ellas se vestían con los trajes regionales. La procesión iba amenizada con la dulzaina y el tamboril.

En los tiempos de más población, la mujer que era Alcaldesa, ya no volvía a ser de la junta más años, por eso solía ser de las de más edad, pero sin pasarse, y era como un "premio o reconocimiento" dentro de la Hermandad a la labor hecha. Posteriormente, debido a la emigración había que repetir, aunque hubiese sido alcaldesa antes, porque sino no había gente suficiente.

Actualmente las cosas han cambiado un poco. Esta fiesta se sigue celebrando. Ya no se nombran Alcaldesas, pero todo el pueblo celebra esta fiesta, algunas chicas o mujeres se ponen los trajes regionales, se hace una cena también para todos y se sigue bailando al son de la gaita y el tamboril.

Ese día comían y cenaban los 8 matrimonios en casa de la Alcaldesa, se gastaban muchas bromas de los miembros

En este día se decía que mandaban las mujeres. En unos tiempos que el predominio en cuanto a autoridades, cargos, etc., lo tenían los hombres y las mujeres estaban generalmente relegadas a las labores de la casa y al seguimiento de sus maridos, este día era de liberación y de llevar la voz cantante. Realmente si era el día de las mujeres.

Continuará...

45 CENTRO DE PSICOLOGÍA MORATALAZ

PSICOLOGÍA CLÍNICA Y LOGOPEDIA
 NIÑOS, JÓVENES Y ADULTOS

CONSULTA PREVIA PETICIÓN DE HORA

TLF.: 914 395 805 * Móvil: 626 395 371

Cmno. VINATERO 126, 1º B - 28030 MADRID
 E-mail: paulasanz@correo.cop.es

PARA CONTRATAR PUBLICIDAD:

91 437 40 43
616 73 87 88

AHORA, TAMBIÉN PUEDES CONTRATAR PUBLICIDAD EN INTERNET, Y A SU VEZ VISITAR LAS EMPRESAS DE TU BARRIO, SIN SALIR DE CASA.

¡¡ Llama e Infórmate !!
www.informativomoratalaz.com

VERTICAL del Rotulo

913 713 059 rótulos y montajes publicitarios

Luminosos
 Órgano
 Neon
 Corpóreas
 Bandejas
 Lonas
 Impresión Digital
 Decoración Cristales
 Rotulación Vehículos
 Placas Grabadas
 Señalización
 Pastillas Electrónicas
 Sellos de caucho
 Serigrafía

Exposición: C/ Pico de los Artilleros, 15
 e-mail: vdr@verticaldelrotulo.com
www.verticaldelrotulo.com

Presupuestos sin compromiso

Nuevos, Reparación y Mantenimiento

Todo en rotulación

" CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS EN LA FLUIDEZ DEL HABLA "

* Durante el desarrollo del lenguaje son frecuentes los denominados "errores de fluidez" del habla.

Estas alteraciones consisten en repeticiones de sonidos, palabras o frases, en prolongación de sonidos, bloqueos o pausas inadecuadas cuando hablamos. Aunque son más evidentes en algunos niños, casi todos ellos manifiestan este tipo de errores alrededor de los 2-3 años. Estas dificultades tienden a desaparecer entre los 2 y los 5 años, pero hay algunos niños/as en los que se van haciendo más frecuentes y se instaura la disfemia (tartamudez) de forma estable, que puede perdurar hasta la adolescencia o edad adulta.

No se puede predeterminar con exactitud si un niño pequeño va a desarrollar un cuadro de disfemia (tartamudez), pero sí se puede actuar con unas pautas de carácter preventivo, para que los errores en la fluidez desaparezcan lo antes posible, o no aumenten su frecuencia. Estas pautas son recomendables para los pequeños desde los 2-3 años, especialmente cuando manifiestan bloqueos o repeticiones de palabras o sonidos.

A continuación describimos algunas de estas actuaciones, que pueden poner en práctica padres y maestros. No obstante, cuando existan dudas sobre este tema, es fundamental consultar a un especialista del lenguaje, para que valore si hay que actuar y de qué manera, ya que depende en gran medida de la edad del niño, del tipo y frecuencia de errores, de su entorno familiar y social y de sus características de personalidad.

- No le corrija ni le llame la atención sobre las repeticiones o bloqueos. Suprime incluso las ayudas comprensivas como "habla más despacio", "relájate", "tranquilízate", "respira", "vuelve a empezar"...

- Dale todo el tiempo necesario para que hable sin interrupción, ya que al niño puede llevarle más tiempo completar el mensaje. Intenta no mostrarte impaciente o desconcertado ante su habla.

- Dale conversación, evitando hacerle excesivas preguntas.

- Lee cuentos junto al niño, comenta con él/ella lo sucedido en el colegio, habla de cosas que le interesen...

- Presta mayor atención al contenido de lo que dice que a cómo lo dice, es decir, ante repeticiones céntrate en el contenido de la conversación. Haz comentarios sobre la idea que quiere transmitir.

- No le exijas que cuente algo o que hable delante de otras personas.

- No denomines sus disfluencias como "tartamudeo". Si hay que hacer referencias a sus dificultades, se hará en términos de "repeticiones" o "atascos".

- Permítele que cometa errores de fluidez y que vea cómo los cometen algunos adultos.

- Acepta todo el habla fluida y

CENTRO DE PSICOLOGÍA **Eber**

Camino de Vinateros, 144 - Bº C
Tfno.: 91 328 02 10
www.eberpsicologos.com
e-mail: info@eberpsicologos.com

Especialistas en Trastornos de la Alimentación



* Trastornos Psicológicos.
Terapia Individual y de Grupo. Niños, Adolescentes y Adultos.
* Dificultades de Aprendizaje, Lectura y Escritura.
* Cursos y Talleres: Relajación, Autoestima...

PRIMERA CONSULTA DE ORIENTACIÓN **GRATUITA**

no fluida como habla normal, recordando que las vacilaciones y las repeticiones son perfectamente naturales en el habla temprana del niño y que pueden continuar durante algún tiempo.

- Habla despacio (pero de forma "natural"), con una entonación normal y pronunciación clara.

- Utiliza frases sencillas y cortas.

- Respeta los turnos de conversación.

- No te adelantes y no concluyas ni las palabras ni las oraciones que le cuesta decir.

María Antolín Martínez
Logopeda de Centro de Psicología **EBER**

Visítenos en la Agenda Comercial de la web del Informativo de Moratalaz. Además podrá ir visitando los diferentes artículos en la Sección de "Salud - Belleza," - en cuyo Sumario se abrirá una Sección de "Salud Psicológica"..... www.informativomoratalaz.com

- "EL INFORMATIVO DE MORATALAZ" -
Un Periódico diferente y posiblemente en tu Barrio "El Mejor Escaparate para tu Negocio"
Tifs.: 91 437 40 43 * 616 73 87 88

* Como consecuencia de las numerosas consultas recibidas a través de diversas Comunidades de Propietarios, la Firma Comercial "Amblés Sistemas, S.L.", quiere informarles de algunas de las normas que nos podemos encontrar en el Colegio Oficial de Administradores de Madrid...

ACLARACIONES SOBRE INSTALACION DE ASCENSOR EN UN EDIFICIO QUE CARECIA DE DICHO SERVICIO Y SE RIGE POR LA LEY DE LA PROPIEDAD HORIZONTAL

1.- El Presidente de la Comunidad debe proceder a convocar una junta en la que figure como un punto del Orden del Día de la reunión la instalación del ascensor. A esta reunión sería conveniente aportar presupuestos con el fin que los propietarios conociesen el alcance económico de dicha instalación.

2.- El acuerdo para aprobar dicha instalación se sujetará a las siguientes normas, de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 17-1 de la Ley de Propiedad Horizontal:

- Como norma general se precisa de la mayoría cualificada de las tres quintas partes de los propietarios que a su vez representen las tres quintas partes de las cuotas de propiedad.

- Si en la comunidad viviesen personas discapacitadas o mayores de 70 años la instalación del ascensor se consideraría como la supresión de barreras arquitectónicas y en este caso sería preciso el acuerdo de la mayoría de propietarios que a su vez representen la mayoría de las cuotas de propiedad.

- A los efectos establecidos en los párrafos anteriores, se computará como votos favorables los de aquellos propietarios ausentes de la junta, debidamente citados, quienes una vez informados del acuerdo adoptado por los presentes, no manifiesten su discrepancia por comunicación al secretario de la comunidad en el plazo de 30 días naturales, por cualquier medio que permita tener constancia de la recepción.

3.- Si se adoptara el acuerdo de instalación con arreglo a algunas de las normas del párrafo anterior, su cumplimiento obligaría

a todos los propietarios, incluidos locales y pisos bajos. El costo de instalación del ascensor se sufragaría por la totalidad de propietarios con arreglo a su coeficiente de propiedad, salvo que por acuerdo unánime de la comunidad, se acordase otra forma de distribución.

La comunidad voluntariamente puede eximir del uso y pago del ascensor a determinados propietarios, si así lo estima oportuno.

"Normas extraídas del Colegio Oficial de Administradores de Madrid".



AMBLÉS SISTEMAS S.L.



MONTAJE Y MANTENIMIENTO DE ASCENSORES E INSTALACIONES ELÉCTRICAS.

Camino Vinateros, 73 - 28030 Madrid - Tel.: 91 437 05 95

Especial Noticia

La Comunidad ofrece a los jóvenes préstamos hipotecarios con un interés del Euribor+0,39

Los jóvenes madrileños de entre 18 y 35 años interesados en adquirir una vivienda podrán acceder a una hipoteca con un interés del 2,75% los primeros seis meses y, posteriormente, del Euribor+0,39 puntos, gracias al convenio que firmó el pasado 28 de diciembre el consejero de Educación, Luis Peral, y los subdirectores generales de Caja Madrid, Luis Enrique Gabarda y Antonio Román.

El nuevo préstamo no aplica comisión de apertura y cuenta con un plazo máximo de amortización de hasta 40 años. El convenio firmado entre la Consejería de Educación y Caja Madrid es una iniciativa que desarrolla el Servicio de Hipoteca Joven de la Comunidad de Madrid, contemplado en el programa Bolsa de Vivienda Joven de la Dirección General de la Juventud.

Podrán acogerse a este nuevo servicio que promueven conjuntamente la Consejería de Educación y Caja Madrid, los jóvenes de la Comunidad de Madrid con edades comprendidas entre los 18 y los 35 años, que tramiten la solicitud de préstamo hipotecario a través del Programa Bolsa Vivienda Joven para destinarlo a la adquisición de la primera vivienda o vivienda habitual.

La Hipoteca Joven de la Comunidad de Madrid se podrá solicitar en los lugares donde la Comunidad desarrolla el Programa Bolsa de Vivienda Joven y en las cerca de 1.000 sucursales que Caja Madrid tiene en nuestra Región.

El convenio entre Caja Madrid y Educación permanecerá vigente hasta el 31 de diciembre de 2006 y podrá prorrogarse por sucesivos períodos anuales.

GUIA DE SERVICIOS
¿Quieres que tu negocio este durante el próximo año en todos los hogares de Moratalaz?
Todavía estas a tiempo

11º AÑO CONSECUTIVO

Si

EDICION 2006

MORATALAZ
y Col. de Valdebernardo

UNA AYUDA EFICAZ PARA ENCONTRAR CUALQUIER ESTABLECIMIENTO, SERVICIO, AYUDA PROFESIONAL...
...EN EL BARRIO !!

91 433 35 47 - 670 77 77 57 www.moratalaz.com

Bar:
"La Pachanga"

Otro clásico en Moratalaz:
"Botellines y Buen Rollito"

C/ Arroyo Belincoso, 12
28030 Madrid
Tl.: 91 328 56 80

El
Informativo de Moratalaz
"El Periódico de tu Barrio"

FELICITE A SUS FAMILIARES, COMPAÑEROS, AMIGOS

¿ A quién se felicita ?
Nombre Apellidos

* Texto: Mandar por separado * Foto: Si No

¿ Por quién es felicitado ?
Apellidos
Nombre..... Tl.....

Puede Felicitaz, si lo desea, también a través de correo electrónico:
moratalaz@informativomoratalaz.com

Cortar y enviar este cupón, adjuntando fotografía, a El " Informativo de Moratalaz " Sección: "Felicitaciones" Apdo. Correos 39.149 28080 Madrid sección gratuita

Felicitaciones y, Demostraciones de Amor

"No Espere a Fechas o Momentos Especiales"

¡ Hágalo Ya !

Nota aclaratoria: como en el mes de Enero, nos fué imposible, insertar esta sección tan importante para algunos de nuestros lectores, les pedimos disculpas y esperemos poder seguir contando con su colaboración...



MIGUEL ANGEL HERNÁNDEZ MARTÍNEZ

EI ESPERO QUE CUMPLAS MUCHOS MÁS. MUCHAS FELICIDADES CARI. FELIZ CUMPLEAÑOS TE DESEAN: JUANJO, GEMA, CRIS, JORDI, MIS PADRES Y EN ESPECIAL TU NOVIA QUE TE QUIERE CON LOCURA.

!!! FELICIDADES!!!



ESTHER RODRÍGUEZ

ESPERAMOS QUE DISFRUTES UN MONTÓN CON TODOS LOS TUYOS Y QUE TE REGALEN MUCHAS COSAS PUES TE MERECE LO MEJOR.

TE QUEREMOS TODA LA FAMILIA.

!!! FELICIDADES!!!



CONCEPCIÓN IRUELA LÓPEZ

MUCHAS FELICIDADES CONCHITA, EN TU 12º CUMPLEAÑOS, DE PARTE DE TODOS TUS SERES QUERIDOS Y AMIGOS.

QUE CUMPLAS MUCHÍSIMOS MÁS. QUE SEAS MUY FELIZ. BESITOS.

LA CAÑADA

La Cañada, 32 - 28030 MADRID
Registro Sanitario 20.26600M

ABIERTO:
* De Lunes a Domingo
91 773 20 26

OFERTA: 9,00 €
POLLO + TORTILLA ESPAÑOLA

OFERTAS: 8,50 €
POLLO + 2 EMPANADAS
POLLO + ENSALADILLA RUSA

OFERTA: 8,00 €
POLLO + BOLSÓN DE PATATAS

POLLO RELLENO 16,00 €
POLLO ASADO 6,00 €
TORTILLA ESPAÑOLA 4,50 €
CROQUETAS (Ración) 4,00 €
TIGRES (Ración) 4,00 €
PATATAS FRITAS (Ración) 2,00 €
PATATAS FRITAS GIGANTES ... 2,85 €
PIMIENTOS FRITOS (Ración) ... 3,00 €
PIMIENTOS ASADOS (Ración) ... 3,00 €
AROS DE CEBOLLA (Ración) ... 2,00 €
ENSALADA (Ración) 4,50 €
ENSALADILLA RUSA (Ración) ... 3,50 €
ENSALADILLA RUSA GIGANTE ... 6,00 €
EMPANADA 1,75 €
EMPANADA GRANDE 12,00 €
CANAPÉS SALADOS (Kg.) 12,00 €
HELADOS 5,00 €
BAGUETES 0,70 €
LATA REFRESCO 0,75 €
LATA CERVEZA 0,90 €

EMPANADAS ESPECIALES GALLEGAS

PARA CONTRATAR PUBLICIDAD

91 437 40 43
616 73 87 88



Estética Especializada
PARREÑO



Departamento de Investigación Láser y Nuevas tecnologías Aplicadas en depilación.

C/ Cgdor. Diego de Valderrábano, 72
(esq. Dr. Garcia Tapia)

COMBATIR EL PELO

Disfruta la **próxima temporada** sin estar condicionado/a por el **vello no deseado**.

Descubre el placer de ver y sentir tu piel libre **gracias a la depilación**.

Recuerda que el **tratamiento de depilación** ha de ser **dirigido por un experto** que analice cada caso y elija la **técnica o técnicas más efectivas** según el tipo de piel y pelo.

La clave para obtener un servicio de **calidad** está en **combinar ciencia, experiencia y alta tecnología**.

LA CALIDAD ES EL LUJO QUE TE OFRECEMOS DÍA A DÍA. ESPECIALISTAS EN TRATAMIENTOS FACIALES, CORPORALES Y DEPILACIÓN DEFINITIVA.

UNO DE LOS MEJORES EQUIPOS DE MADRID

Tel.: 91 430 03 96

Las Empresas que contraten publicidad en la Agenda Comercial de la web del Informativo de Moratalaz:

www.informativomoratalaz.com

... podrán también estar presentes en el listado que figura a la derecha de esta página:

GRATUITAMENTE.

Si deseas estar...
¡ LLAMA e INFÓRMATE !
91 437 40 43 ó 616 73 87 88

Ag. Viajes Valtuana	Camino Vinateros, 123	Tlf.: 91 371 25 21
Centro de Psicología Eber	Camino Vinateros, 144 - Bº C	Tlf.: 91 328 02 10
C. Comercial Moratalaz II	Hacienda de Pavones, 196	Tlf.: 91 772 50 59
Clínica Dental "Line"	Arroyo de Fontarrón, 39	Tlf.: 91 437 14 56
Colegio Gredos San Diego	Luis de Hoyos Sainz, 170	Tlf.: 91 772 38 11
Estética Especia. Parreño	Cgdor. D. Valderrábano, 72	Tlf.: 91 430 03 96
Foto-Prisma (B.Valdebemardo)	Indalecio Prieto - Esq. Raya, 15	Tlf.: 91 305 18 39
Gimnasio Femen Sculpture	Arroyo M. Legua, 29 - Post.	Tlf.: 91 328 03 53
Herbolario de la Paz	Camino Vinateros, 57	Tlf.: 91 430 67 18
Idelux: Instalaciones Eléct.	Marroquina, 71	Tlf.: 91 328 00 25
Librería Méndez	Hacienda de Pavones, 8	Tlf.: 91 439 30 21
Look & Find: 1ª Red Inmob.	Cº de Vinateros - Local 1 y 2	Tlf.: 91 333 99 00
Look & Find: 1ª Red Inmob.	Hacienda de Pavones, 11	Tlf.: 91 333 99 01
Luxustech-Soluc. Informát.	C/ Cgdor. Alonso Tobar, 9	Tlf.: 91 328 30 69
Multiaventura Moratalaz	Hacienda de Pavones, 196	Tlf.: 91 772 20 25
Peletería Emilio	Arroyo de Fontarrón, 39	Tlf.: 91 437 15 03
Polideportivo S. Familia	Oberón, 7	Tlf.: 91 305 01 10
Pomar: Muebles de cocina	Fuente Carrantona, 25	Tlf.: 91 305 01 18

Academias...

Agencias de Viajes...

Centros Comerciales...

Centros de Belleza...

Clínicas Dentales...

**Hay un Lugar en la web para tu Empresa... Tu Agenda Comercial...
...el Mejor Escaparate para tu Negocio. ¡ Llama e Infórmate: 91 437 40 43 !**

Herbolarios...

INMOBILIARIAS...

Informática...

Joyerías-Relojerías

Moda, etc...

Ahora, las Empresas de tu Barrio, a tu disposición y sin salir de casa, en:

[www.informativomoratalaz.com]

[www.informativomoratalaz.es]

NOVEDADES MORATALAZ



Playstation 2

Parkim Bar, localizado como muy bien saben los vecinos de Moratalaz, en la Avenida de Moratalaz 151 posterior (Lonja), se ha caracterizado siempre por las nuevas iniciativas que ponen en marcha como medio para amenizar las tardes y noches de sus clientes. En éste caso las lonjas de Moratalaz verán como las noches de los miércoles desde hace muy poco tiempo se han imbuido de un carácter lúdico de lo más especial, nada más y nada menos que un paso más por la diversión en los locales de ocio junto a la tecnología. Se han instalado para gozo de los jugones, sendas consolas de videojuegos Playstation 2 con la posibilidad de jugar a diversos títulos, desde el magnífico y adictivo Pro Evolution Soccer 4 hasta el Formula Uno de Fernando Alonso, en el que se contará con un equipo de Volante y Pad de acelerador-freno que hará las delicias de los amantes de la velocidad. Imaginad así la posibilidad de hacer lo que cualquiera hacemos en casa con nuestras pantuflas, bata y mando de videojuegos frente al televisor, con la suerte de reunirse con los amigos, tomarse unas copas, escuchar la mejor música del momento y, por qué no, retar a conocidos o desconocidos en una final del mundial o emular a Alonso o Raikkonen en pista...una gozada.

Alex

Trade DJ'S SCHOOL CHART

- 1 THRILLSEEKERS - By your side
- 2 MADONNA - Hung up (rmx)
- 3 MYLO - Muscle Cars
- 4 MARY J BLIGE - Be with you (rmx)
- 5 PORNO - Music power
- 6 SANDER V.DOORN vs POLICE - S.O.S
- 7 LMC vs U2 - You get what you give

LISTA EXITOS MORATALAZ

1. MADONNA - Hung up
2. ESTOPA - Vacaciones
3. MELENDI - Con sólo con una sonrisa
4. JAMES BLUNT - You're beautiful
5. SHAKIRA - No
6. EL CANTO DEL LOCO - Volverá
7. BLACK EYED PEAS - Don't lie
8. ROBBIE WILLIAMS - Advertising space
9. TRIBUTO DUNCAN DHU - Cien gaviotas
10. ANASTACIA - Everything burns
11. AMARAL - Marta, Sebas, Guille...

CONCIERTOS

FEBRERO 2006.

"SALA SILIKONA"

Plaza del Encuentro, 1. Moratalaz

Madrid. Metro: Vinateros

Tlfno.: 91 212 20 12 Rafa)

JUEVES	2	- RATATOWN
VIERNES	3	- LA BANDA DEL CONDUCTOR DEL 33
VIERNES	3	- FREXY HOUSE SESSION
JUEVES	9	- RESAKA DE BAKO
VIERNES	10	- ISENGARD + CREMOSORY
JUEVES	16	- ADAM BOMB + SADIE'S ACTION
VIERNES	17	- FIESTA PRESENTACION ORTHODOX-ALONE RECORDS ORTHODOX + GLOW + VIAJE A 800
SABADO	18	- FIESTA GRUPOSMADRID.COM THISIDE + ROOM + SÍNTESIS
JUEVES	23	- GLASS SPIRES
VIERNES	24	- GLOW + GREENMAN + ALISIN + THESOULBRAKERCOMPANY

SALA SILIKONA

LAS MEJORES FIESTAS

Miercoles Dia del Socio

Retransmisiones Deportivas

DISCO BAR

SILIKONA

MORATALAZ

PLZ. DEL ENCUENTRO Nº1 TLFN. (91) 439 72 12

Metro Vinateros.

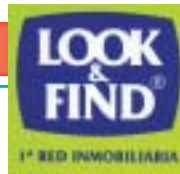
(Abierto todos los días)
VII CONCURSO POP ROCK MORATALAZ (Lunes y martes)

ABIERTA INSCRIPCION Y RECEPCION DE MAQUETAS





“ INMOBILIARIA ”



Vender viviendas con seguridad

Según estudios publicados en diferentes periódicos y en televisión, en España se produce una agresión a domicilios cada seis segundos. Lo que significa más de medio millón de robos al año en casas. Madrid viene a ser la provincia con más robos, según datos de la memoria anual de la Unión Española de Entidades Aseguradoras y Reaseguradoras (UNESPA). ¡ASOMBROSO VERDAD!

Pero tristemente cierto es más en muchos de los casos se atreven incluso a utilizar la violencia y la intimidación, incluso con los inquilinos dentro, con el fin de cometer estos robos, sobre todo cuando se trata de personas mayores, según el instituto armado.

Este riesgo se multiplica cuando un particular pone la vivienda en venta por su cuenta. Este pone su número de teléfono en la fachada e incluso otros datos. Esto es una ventana abierta a su seguridad e intimidad ya que esto ayuda a los amantes de lo ajeno a tener controlada la vivienda, y es que el vendedor particular con el afán de vender está dispuesto a dar información y confianzas impensables en una situación normal. El resultado: abrimos la puerta a personas totalmente desconocidas.

A veces pensamos que esto solo ocurre en chalets o zonas de alto standing sin embargo según UNESPA EL NUMERO DE ROBOS EN PISOS Y CHALETS ES SIMILAR, si bien en pisos la tendencia es de aumento por la mayor falta de sistemas de seguridad. Los cacos cada vez más preparados acceden por los sitios más insospechados, como si de artistas circenses se tratara.



D. Javier Morante, Gerente de Look & Find - Moratalaz. E-mail: m-moratalaz@lookandfind.es

- Cambie su vieja puerta por una blindada.
- Utilice luces que engañen.
- Deje la radio puesta.
- Deje ropa tendida.
- Si sale de viaje sea discreto, repase todas las entradas y si confía en un vecino pídale que le vacíe el buzón. Un buzón lleno es sinónimo de una casa vacía. y recuerde que si vende por su cuenta no diga que la casa esta vacía.
- No dé más información de la cuenta por teléfono (horarios, personas que viven, sistemas de seguridad) etc.

Como profesionales le aconsejamos que primero establezca una cita previa con el posible comprador en un sitio público y no de información hasta conocer de verdad a la persona. Si es posible pídale algún tipo de identificación. Esto no debe molestar a un verdadero comprador. Recuerde que en la venta también es muy frecuente personas que se hacen pasar por compradores y realizan pequeños hurtos, por eso esté atento durante la visita.

Según informes de la Policía Nacional la mayoría de estos cacos vienen de Europa del este y de países latinoamericanos. Sin embargo paralelamente el mayor número de potenciales compradores son de estas zonas. Por eso tenga cuidado y nunca prejuzgue, sin conocer a las personas.

Por último si piensa en vender su vivienda y no quiere correr riesgos, confíe la venta a una empresa inmobiliaria que sepa darle la seguridad e intimidad que usted y su familia merecen.

Establecimientos Colaboradores

TUS COMPRAS...

MEJOR EN LAS TIENDAS DEL BARRIO

Participa GRATUITAMENTE en el sorteo de una cena degustación y una noche en suite de lujo para 2 personas en el magnífico Palacete de la Ochoava.

Reserva tu participación en este sorteo

Participa por

¡¡¡¡¡

17 de las Ventas 100, Local 1 y 2, Moratalaz de Madrid, 11
Tel. 91 333 99 00

* Comprando en las siguientes tiendas, pide y rellena el cupón y entras en el sorteo para participar en una cena para dos personas y una noche en una suite

- Bar de Sito: Camino de Vinateros 99
- Frutería Faustino: Camino Vinateros 89
- Papelería Abaco: Marroquina 102
- Avícola Barco: Dtor. García Tapia 35
- Joyería Oro Roma: Marroquina 70
- Estanco: Marroquina 72
- Saru: Marroquina 72
- Papelería Pepita: Marroquina 74
- Carnicería: Marroquina 76
- Librería Méndez: Hacienda de Pavones 8
- Bar Varadero: Cgdor. Juan de Bobadilla
- Frutería la Tropical: Cgdor. Mendo Zuniga
- Librería Bodoni: Camino Vinateros 97
- Zapatería S'tylo en Piel: Marroquina 34
- Peluquería Colores: Camino Vinateros 114
- Kiosco Prensa: Camino de Vinateros 89
- Viajes Sudania: Camino Vinateros 105
- Papelería Nota Arte 2002: Cº Vinateros 161
- Colchonería González: Cº Vinateros 101
- Foto Express: Cº Vinateros 103
- La Casa de las Tartas: Hacienda de Pavones 6

DE PARTICULAR A PARTICULAR					
Estas secciones son gratuitas - INDICE DE SECCIONES - Estas secciones son gratuitas					
INMOBILIARIA	REGALOS	TRABAJO	ANIMALES	MUSICA/SONIDO	SERV. DOMESTICO

INMOBILIARIAS

VILSA VENDE
TEL. 91-328-74-74
(Ver Publicidad en Pág. 13)

REF.-767-06. PISO DE VENTA EN MORATALAZ. CP 28030. Piso primera altura, excelente zona, 2 dormitorios, c/ tarifa nocturna, suelos de tarima, cocina amueblada y equipada. TODO EXTERIOR. PRECIO.- 33.000 € VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.- 766-06 PISO EN VENTA EN MORATALAZ, CP 28030. Piso de 72m², 3 habitaciones, baño completo, salón independiente, c/c, a/a, suelos parquet, garaje y trastero. ¡UNICO EN LA ZONA! - PRECIO.240.000.€ VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.-769-06 PISO EN VENTA MORATALAZ. CP 28030. Piso de 4 habitaciones, baño y aseo, salón, cocina amueblada, tendadero, muy luminoso. ¡¡¡UNICO EN LA ZONA!!! - PRECIO.264.500 € VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.- 749-06 PISO EN VENTA MORATALAZ. CP 28030. Piso tipo 1-8, 3 habitaciones, baño, aseo, salón, cocina amueblada, office, c/c, reformado, cerca del metro. OPORTUNIDAD. PRECIO.-317.000.-€ VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.- 736-06 PISO EN VENTA LA ESTRELLA. CP 28030. ¡ Piso de lujo !180m², 4 habitaciones, 2 baños, pintura en liso y estuco, suelos tarima y barro cocido, cocina 25m² amueblada, garaje y trastero zona la estrella. ¡TODO UN PRIVILEGIO!. PRECIO.-845.000.€ VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.- 718-06 PISO EN VENTA MORATALAZ. CP 28030. Piso en venta en moratalaz, 94 m², 3 dormitorios antes 4, salón de 30 m², baño y aseo, cocina con tendadero, terraza, suelos de parquet, c/i, EXCELENTE ZONA. PRECIO.- 417,703 € VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF. 746-06. PISO EN VENTA MORATALAZ. CP 28030. Precioso piso de 4 habitaciones, salón independiente, comedor, ascensor, c/c, a/a.2 grandes terrazas una de ellas acristalada, ventanas climalit lacadas en blanco, totalmente reformado. CALIDADES DE LUJO LLAME E INFORMESE- PRECIO.- 409,500€- VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.- 747-06 PISO EN VENTA EN MORATALAZ, CP 28030. Piso de 3 habitaciones, parquet espiga, 3a/e, a/a en el salón comedor de 18m², calefacción individual, cocina amueblada y equipada, REFORMADO. ¡EXCELENTE SITUACIÓN! -PRECIO.-244.000.€ VILSA. TELF. 91-328-74-74

Necesitamos COMERCIAL

* Buena presencia, dinámico, con capacidad de relacionarse con las personas y con muchas ganas de trabajar.

PAQUITA PASCUAL:
Tel. 91 430 00 11

REF.759-06. PISO VENTA EN MORATALAZ. CP 28030. Gran piso,4 dormitorios, 2 baños, salón independiente, cocina amueblada y equipada, plaza de garaje, piscina, zonas comunes y jardines.¡ MUY BONITO !. -PRECIO.-556.500.€ VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.730-06. PISO VENTA EN MORATALAZ. CP 28030. Piso de 55m², 2 habitaciones.1 baño, cocina amueblada con vitro y horno, 2 armarios, carpintería exterior climalit, carpintería interior roble, gas natural, suelos de parquet espiga, posibilidad ascensor. MUY LUMINOSO. PRECIO.-204.300€.-¡. VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.-689-06. PISO EN VENTA MORATALAZ. CP 28030. Gran piso de 4 dormitorios, 2 baños completos, salón independiente, calefacción individual, garaje, trastero, piscina, vigilancia 24 horas. PRECIO.-565,000 € VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.- 762-06 PISO EN VENTA EN MORATALAZ, CP 28030. Piso 3 habitaciones antes 4, cocina amueblada, salón, terraza, baño, a/a, c/i, completamente reformado. ¡ZONA IDEAL! .-PRECIO.- 250.000.€ VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.735-06. PISO DE VENTA EN MORATALAZ. CP 28030. Piso de 84m², 3 habitaciones, ascensor,1 baño, 2a/e, c/c, portero físico, video camara,excelente comunicacion. OPORTUNIDAD. !. PRECIO.-279,312.-€- VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.763-06. PISO VENTA MORATALAZ. CP 28030. Precioso piso, totalmente reformado,2 habitaciones, cocina amueblada, baño puertas lacadas en blanco, suelos de tarima.¡¡IDEAL PAREJAS!!! .-PRECIO.216.364.€ VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.-765-06.PISO DE VENTA EN MORATALAZ. CP 28030. Piso muy bonito 2 dormitorios,salón, cocina amueblada, completamente reformado de diseño,1'altura.¡OPORTUNIDAD UNICA! .-PRECIO.-233.000.€ VILSA. TELF. 91-328-74-74

REF.- 680-06. PISO EN VENTA EN MORATALAZ. CP 28030. Piso de venta en Moratalaz. piso de lujo 3 dormitorios, 2 baños completos, todas las calidades, piscina, garaje, zona infantil, vigilancia 24 horas, a/a, inmejorable zona. PRECIO.- 498,809 € VILSA. TELF. 91-328-74-74

LOOK & FIND - VENDE:
Tel. 91 333 99 00
(Ver Publicidad en Pág. 24)

C/ ENTRE ARROYOS. Piso tipo L-8 de 95 metros, 3 dormitorios, baño y aseo, cocina con office, 3 armarios empotrados, terraza acristalada, calefacción central. DW 244. Precio: 347 800.- € LOOK & FIND. Tel. 91 333 99 00

C/ HACIENDA DE PAVONES. Piso en Moratalaz de 60 m², Hall, salón-comedor, 3 dormitorios, cocina, 1 baño completo, armarios empotrados y trastero. Para reformar. DW 260. Precio: 206 000.-€ LOOK & FIND. Tel. 91 333 99 00

“ INAUGURACIÓN ”

Presentando este Anuncio: 10 % de Dto.

LA MEJOR EXPOSICIÓN DE TARIMAS

Teléfono 913.015.186
Fax 913.712.982

C/ Molina del Segura, 1
Moratalaz Madrid

Tarima Laminada - Parquet - Puertas interiores - Puertas de Seguridad
Frentes e Interiores de Armario - Pintura - Aluminio - Reformas

PUEDEN ESCRIBIR A CUALQUIERA DE ESTAS SECCIONES (SECCIONES GRATUÍTAS) DE LA SIGUIENTE FORMA:

Ahora también por el Formulario de la web: www.informativomoratalaz.com
- Ver índice izquierdo - Sección: **Contacto**

Datos del remitente
Nombre y Apellidos:.....
Domicilio:.....
.....
Teléfono:.....
.....
Texto:.....
.....
.....

Enviar a El Informativo de Moratalaz. Sección:
De Particular a Particular. Apdo. de Correos 39149. 28080 - Madrid

EXCLUSIVAS RAMIRO

* Siga usted viviendo en su piso (sólo en la Comunidad Autónoma de Madrid), mientras **EXCLUSIVAS RAMIRO** le paga una Renta Vitalicia. No cambie de costumbres, ni de vecindario. Continúe en su casa cómodamente lo que le quede de vida. Rentas Vitalicias con todas las garantías. Si tiene más de setenta años - ¡ llámenos ! -

C/ Goya, 58 - 1.º - 28001 MADRID
Tel.: 91 435 28 00 * Fax: 91 577 74 45

FOTO PRISMA **Estudio Fotográfico**

SERVICIOS OFRECIDOS

- * Revelados en Color en 1 Hora
- * Copias y Ampliaciones Color
- * Revelados y Copias en A.P.S. y B/N
- * Revelado Diapositivas
- * Copias de Diapositivas a papel
- * Copias y Ampliaciones Digitales en papel fotográfico proceso químico.

REPORTAJES COMUNIÓN

- * 12 Fotos + álbum + 15 Pruebas + 20 Recordatorios con Foto. Todo por 140,00 €
- * 12 Fotos + álbum + 15 Pruebas. Todo por 99,00 €
- * Solo Recordatorios con Foto y con un mínimo de 10 u.: 3,80 €unidad.

C/ La Raya, 15 - Esq. Bulevar Indalecio Prieto Metro Valdebernardo * Telf.: 913 051 839

Anúnciese en el Mejor Escaparate para su Negocio:
El Informativo de Moratalaz
91 437 40 43
616 73 87 88

POMAR **ARTILLEROS (L.9)**
Fuente Carrantona, 25
91 305 01 18

MUEBLES DE COCINA Y BAÑO
* Electrodomésticos * Mesas para de baño
Especialidad en muebles de baño a medida

25% Dto. En todos nuestros modelos de cocina (Formica, Laca, madera, etc.)

Financiamos hasta 6 meses sin intereses
FINANCIACIÓN HASTA 36 MESES

OFERTA
Mampara de Baño de 1,6 m. 3 hojas correderas 230 €
INSTALACIÓN INCLUIDA

“ LOS ANUNCIOS CON ÁNIMO DE LUCRO SE LE APLICARÁN LOS PRECIOS SEGÚN TARIFA ”

C/ JUAN FRANCISCO DE LUJAN. Piso en Moratalaz de 78 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina con maletero, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo, gas natural, calle cerrada muy tranquila con bastante zona para aparcar. Para reformar. DW 240. Precio: 210 000.-€ LOOK & FIND. Tel. 91 333 99 00

AVDA. DE MORATALAZ. Piso en Moratalaz de 60 m², 2 dormitorios, 1 baño completo, salón-comedor, cocina amueblada, aire acondicionado en salón y dormitorio. Reformado. Para entrar a vivir. DW 263. Precio: 185 000.-€ LOOK & FIND. Tel. 91 333 99 00

C/ ARROYO FONTARRÓN. Excelente piso de 100 m², mas dos terrazas de 18,20 m², hall, salón-comedor, cocina con electrodomésticos y tendedero, distribuidor, 3 dormitorios, 2 baños completos (uno con hidromasaje), armarios empotrados, aire acondicionado en salón y dormitorio principal, calefacción individual g/n. Semiamueblado. DW 242. Precio: 337 000.-€ LOOK & FIND. Tel. 91 333 99 00

C/ FÉLIX RODRÍGUEZ DE LA FUENTE. Piso en Moratalaz de 98 m², hall, salón-comedor, terraza acristalada, cocina con tendedero, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo, 1 aseo, a/e y calefacción individual g/n. Para entrar a vivir. DW 262. Precio: 276 000.-€ LOOK & FIND. Tel. 91 333 99 00

C/ HACIENDA DE PAVONES. Excelente piso de 120 m², hall, salón-comedor, distribuidor, 4 dormitorios, 1 baño completo y aseo, cocina con tendedero, calefacción individual, armarios empotrados y ascensor. DW 245. Precio: 410 000.-€ LOOK & FIND. Tel. 91 333 99 00

VILLA DE VALLECAS. OBRA NUEVA. Piso en Urb. Privada de 50 m², hall, salón-comedor, distribuidor, 1 dormitorio, 1 baño completo, cocina con electrodomésticos, a/a, trastero, garaje, piscina, gimnasio, pista de padel y zona de juego infantil. Amueblado. DW 252. Precio: 252 500.-€ LOOK & FIND. Tel. 91 333 99 00

PLAZA DEL ENCUENTRO. Piso en Moratalaz de 123 m², 4 dormitorios, 2 baños completos, cocina amueblada con office y tendedero acristalado, salón-comedor con terraza, c/c, parqueo, portero físico, ascensores, trastero, vistas. DW 206. Precio: 390 700.-€ LOOK & FIND. Tel. 91 333 99 00

PACIFICO. Precioso piso de 94 m², hall, salón-comedor, distribuidor, 3 dormitorios, dos baños completos, cocina con tendedero, a/e, calefacción individual g/n, aire acondicionado en salón. Garaje. Para entrar a vivir. DW 264. Precio: 400 000.-€ LOOK & FIND. Tel. 91 333 99 00

PUNTE DE VALLECAS. Piso de 63 m², hall, salón-comedor, distribuidor, 2 dormitorios, 1 baño completo, cocina, calefacción individual, armarios empotrados, trastero y garaje. Para entrar a vivir. DW 267. Precio: 258 435.-€ LOOK & FIND. Tel. 91 333 99 00

SAN BLAS. Excelente piso de 110 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina con office y tendedero, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo, a/e, calefacción individual, aire acondicionado. Reformado. DW 256. Precio: 312 000.-€ LOOK & FIND. Tel. 91 333 99 00

EXCLUSIVAS RAMIRO - VENDE:

Visítenos en C/ Goya, 58 (Madrid) - Tel. 91 435 28 00
(Ver Publicidad en Pág. 19)

!!! **RAMIRO !!!.** Vende PISO Barrio Salamanca, Claudio Coello, junto Retiro, 82 metros, salón; dos dormitorios; cocina con terraza, cuarto de baño. Plaza garaje incluida. Finca de lujo. Precio: 540.000 € Mejor ver. Tel. 91 435 28 00

!!! **RAMIRO !!!.** Vende PISO frente al Senado, junto Palacio Real. 140 metros. Seis habitaciones. Baño. Aseo. Cocina. Gas natural. Necesita reforma. Precio: 571.000 € Tel. 91 435 28 00

!!! **RAMIRO !!!.** Vende PISO Pinar Chamartín, planta doce. 146 metros. Salón-Comedor. Cuatro dormitorios. Tres baños. Cocina. Plaza garaje. Magníficas zonas comunes. Tel. 91 435 28 00

!!! **RAMIRO !!!.** Dispone amplio surtido de PISOS EN ALQUILER, mejores zonas de Madrid. Desde 500 € mensuales, en adelante. No cobramos comisión.

INMOBILIARIA PARTICULARES

COMPRA-VENTA OFERTAS

MORATALAZ.- Vendo piso, Marroquina, Lonja, 94 m. 3 dormitorios, salón, etc, calefacción y agua caliente central, muy luminoso, ascensor, portero. 318.536 € TI. 629.36.04.26

MORATALAZ.- Se vende piso en Camino de Vinateros, 2 dormitorios, tercer piso, junto metro Artilleros. Para entrar a vivir. Precio: 205.000 € TI.679 35.69.91 ó 91 328.10.09

RIVAS VACIAMADRID.- Vendo chalet 100 m/150 parcela, 3 dormitorios, cocina amueblada, salón 30 m., 2 baños, posibilidad boardilla 50 m. A/A, rejas, video-portero, zonas comunes con piscina, junto al metro. Precio: 392.000 € TI. 635.07.52.35



BUSCAMOS FAMILIAS

Para alojar a jóvenes estudiantes extranjeros.
Centros Europeos Príncipe
TEL. 91 532 72 30
(10H-14H)

SUANCES- Cantabria) 80 m. amueblado, preciosas vistas, calefacción, garaje, trastero, muy bonito y cómodo, 2 baños, uno en habitación principal, armario corredera, todo un capricho. TI. 699.55.33.81

COMPRA-VENTA DEMANDAS

MORATALAZ.- Compró plaza de garaje zona de Alcampo, calles C° Vinateros y Primavera de Praga. TI. 696.66.46.10

MORATALAZ.- compro garaje en Moratalaz, zona Camino Vinateros-Artilleros Miguel Angel Garrido. TI. 636.06.49.47

ALQUILER / OFERTAS

MORATALAZ.- Se alquila habitación individual para señorita, con derecho a cocina, junto metro Vinateros. TI. 91 401.31.59

MORATALAZ.- Se alquila habitación individual a caballero. Cerca de intercambiador de autobuses de Fuente Carrantona. Llamar al TI. 637.45.05.90 Noches

VALDEBERNARDO.- Se alquila plaza de garage bulevar jose prat (parcela nº 39). Telefonos: 91 773.40.36 - 630.53.06.16

MORATALAZ.- Alquiler piso reformado, amueblado, para entrar a vivir en moratalaz en la calle marroquina, 90m², dos amplias habitaciones, portero físico/automatico, ascensor. Se requiere 1 año de contrato como minimo, 2 meses de fianza, solvencia y seriedad. Teléfono: 680.45.15.05

CULLERA (VALENCIA).- se alquila piso de 3 habitaciones, 1 baño, amueblado, tv. Color lavadora, exterior con terraza, económico, cualquier época del año. TI. 91 730.65.10

ALQUILER / DEMANDAS

MORATALAZ.- Busco plaza de garage economico en alquiler, para coche mediano, zonas entre arroyos y arroyo de media legua. Teléfono: 696.11.78.39

MORATALAZ.- se busca piso de alquiler en Moratalaz de tres habitaciones, amueblado y con calefaccion máximo 700 € No agencias. Teléfono: 620.61.52.80

MORATALAZ.- Busco plaza de garaje en la calle Hacienda de Pavones o proxim. 630 04 28 04 o 91 772 10 67

VESTIDO / ROPA

* Vendo vestido fiesta, color fucsia, talla: 40-42 "Palabra de Honor", perfecto estado, limpio de tintorería. Regalo torera a juego, precio a convenir. TI. 91 751.43.18

* Se vende plumas nuevo 40 € TI. 696.26.94.92

* Vendo abrigo de piel de nutria sin estrenar, talla 48-50. TI. 91 437.62.24

* Vendo precioso velo de novia color blanco roto, tul con cenefa alrededor, precio a convenir. TI. 91 773.45.65

* Se vende plumas nuevo, talla xl, azul y negro. Precio: 30 € Llamar al TI. 91 328.51.48

VARIOS

* Vendo patines de rueda en línea, extensibles, azules y grises. Marca: Boomerang. Talla: 39-41, a estrenar. Precio 75 € negociables. TI. 91 730.65.10

* Vendo ciclostatic, G.A.C nueva, 8 € TI. 91 439.31.76

Merlam
... Inmobiliaria

Próximamente...

Merlam
... Inmobiliaria

Si quiere comprar o vender su piso o local...

"Merlam Inmobiliaria" - se lo pondrá fácil

- Infórmese -

661 93 90 51 || 91 328 15 78

FRAMOS SL
servicio de imagen

C/ Merida, 64 28030 Madrid
Tel: 91 751 28 76 Fax: 91 371 19 46
email: framos_rotulos@aserluz.org

FABRICACION Y MONTAJE DE ROTULOS:
Letras corporeas
Neon
Señalización
Rotulación en general
MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA DE ROTULOS
PINTURA Y ACONDICIONAMIENTO DE LOCALES

PRESUPUESTO SIN COMPROMISO

Docto. 5% presentando este anuncio

LUXUSTECH
el futuro hoy aquí

SOLUCIONES INFORMATICAS
Equipos nuevos y de ocasion.
Mantenimiento, reparación.
Cartuchos compatibles a partir de 3€

Vuelta al cole :
2400,256MB,80GB
TECLADO,RATON
DVD,TFT17"
450€+IVA

C/Corregidor Alonso de Tobar 9, Local 2. Pasaje de Correos
91-328-30-69 627-408-934

OFERTAS Y PROMOCIONES
www.luxus-tech.com

ADMINISTRACIÓN DE FINCAS
GRUPO INMOBILIARIO

MAFYC **COMUNIDADES DE PROPIETARIOS**
COMPRA - VENTA - ALQUILER
PISOS - LOCALES - CHALET...

ESTEFANÍA TOLEDANO SUAREZ
COLEGÍADA 4599 **91 430 14 44**

PZA. CDOR. SANCHO DE CÓRDOBA, 3 - POSTERIOR

“ LOS ANUNCIOS CON ÁNIMO DE LUCRO SE LE APLICARÁN LOS PRECIOS SEGÚN TARIFA ”

* Vendo 2 escopetas del calibre 12, una repetidora y una paralela, baratas. Tl. 91 439.45.53

* Vendo 20 botellas de coñac Peinado con relieve en el cristal y malla de alambre, fino precinto de hacienda de 4 ptas. del año 1872, tienen 130 años, 40.000 pts. Cada una. Tl. 91 301.58.18 Miguel

* Vendo colchón de vibromasaje en perfecto estado, acabado en polipiel de primera, con 18 programas en 6 zonas de masaje: cervicales, dorsales, lumbares, glúteos, pantorrillas y pies. Tl. 91 437.22.25

* Se venden películas de videos de varios sistemas. Tl. 91 446.31.97

MOBILIARIO
=====

* Vendo 4 sillas de comedor, de madera, clásicas con muelles, asientos tapizados en terciopelo de color verde botella, respaldo con rejilla. Vendo butaca de hall con antojeras, tapizada en tono pastel. Vendo pedal de hierro de máquina de coser, marca ALFA. Años 60. Tl. 91 730.65.10

* Vendo 2 somieres de láminas de madera y con patas, con colchones y almohadas, medidas 90 y 1,05, buen precio, casi nuevos. Tl. 678.14.75.39

AMISTAD
=====

* Señora, sensible, sincera, con trabajo estable, desea conocer a caballero culto y con similares características, entre 55-60 años para amistad o relación estable. Abstenerse ligues y aventuras, escribir a: Att. Srta. Rubí - Apartado de correos nº 42063 - 28080 Madrid.

* Grupo de amigas-os de 30-60 años para salir, ir al cine, bailar, tertulias, etc. Tl. 616.30.95.56

REGALOS
=====

* Regalo bicicleta cicloestática. Llamar al Tl. 91 773.22.79

TRABAJO OFERTAS
=====

* Necesitamos Comercial. Buena presencia, dinámico, con capacidad de relacionarse con las personas y con muchas ganas de trabajar. Preguntar por Paquita Pascual. Tl. 91 430.00.11

* Busco persona para cuidar niña de 1 año exclusivamente y limpieza de casa, en horario de 8am a 2pm. Interesadas llamar a los telefonos: 91 301.44.13 / 665.16.85.24

TRABAJO DEMANDAS
=====

* Tecnica de RX se ofrece para cuidar niños o tareas de casa, como externa o por horas. Teléfono: 655.36.17.98

* Me llamo Elena, soy estudiante de diseño, tengo 24 años. Busco trabajo los fines de semana y festivos cuidando niños o en tienda. Experiencia demostrada. Vehículo propio. Teléfono: 699.90.59.99

* Señora se ofrece para limpieza y tareas del hogar o cuidado de personas mayores. Tl. 699.345.798

* Señora española, con experiencia en geriatría y alzheimer, se ofrece para cuidar a personas mayores. Tl. 657.08.10.86

* Señora seria y responsable, se ofrece para trabajar en limpieza y plancha por la tarde o sábado y domingo. Tl. 610.93.45.01

* Señora, seria y responsable, se ofrece para trabajar en limpieza y plancha por la tarde, con experiencia y referencica. Tl. 610.07.06.79

* Estudiante de magisterio, se ofrece para cuidar niños. Fines de semana. Teléfono: 620.78.61.50

* Busco trabajo como limpiadora de casas o oficinas, por la tarde o en fin de semana. Teléfono: 690.20.39.81

MOTOR
=====

* Vendo Volkswagen Passat 1.9 TDI 115CV. 10900 km. 10500? negociables. Siempre en garaje, climatizador, alarma, radio con CD. Teléfono: 654.87.41.02

* Se vende audi a3 2.0 tdi 140 cv, en perfecto estado, con un año de garantía oficial, recién pasada la revision en servicio audi, con gran variedad de extras como sistema de navegacion, mp3, fvd, tapiceria de cuero beige, luces de xenom. los intersados llamar hasta las 20.30 horas al 91 668.02.62 o al 629.65.53.64 a partir de las 21 horas, preguntar por Jose Ramon / Carmen.

* Se vende Seat Ibiza del 94 ITV, hasta agosto sobre los 1.000 Euros. Tl. 605.44.40.84

* Xantia, gris metalizado, año 98, 7.000 km. Perfecto estado. 6.000 Euros, turbo diesel. Tl. 610.01.89.48

* Ford Scorpio 2.500 turbo diesel, carrocería ultima, 8 años. 195.000 km. Color negro metalizado, llantas aluminio multirradios 15 pulgadas, ABS, SRS, 2 airbags, control de velocidad en el volante, radio cassette, CD 6 CDS Pioneer, asientos delanteros calefactados, climatizador electrónico, asiento regulable en altura. 3.600 Euros. Tl. 91 773.98.62 y 625.76.31.86

* Vendo moto Vespa Iris 200 Año 1993. Teléfono: 650.525.417

* Vendo nissan terrano ii 2.7 tdi sport 125cv.en perfecto estado 75000 km.entrego recién pintado esta inpecable mejor ver. Teléfono: 618.63.49.95

* Se vende Citroén Xara 2.0 HDI exclusive 5 puertas, revisiones, concesionario oficial. 73.000 kms. Perfecto estado. Llamar al Tl.. 654.64.85.19

S & F - ASESORES

- **ASESORAMIENTO INMOBILIARIO:** Compra-Alquiler de Pisos, Contratos de Arrendamiento y Compra-Venta, Compra Casas de Renta Antigua (con o sin inquilinos)...
- **ASESORÍA JURÍDICA:** CIVIL, PENAL, SEPARACIONES, DIVORCIOS...
- **RECURSOS ADMINISTRATIVOS:** Herencias, Licencias de Apertura, Reclamaciones de Deuda, Declaraciones de Herederos, Donaciones...
- **PRÉSTAMOS HIPOTECARIOS:** Embargos y Subastas... Gestión de Hipotecas...
- **DECLARACIONES DE LA RENTA...**

C/ Marroquina, 106 - Local 3 (28030 Madrid)
Tlf.: 91 328 00 16 * Fax: 91 328 27 74

* Enfermera con experiencia se ofrece para trabajar en clinicas, hospitales, residencias en media jornada por la mañana, y en domicilio para inyectables, sondajes, curas, enemas, etc, de preferencia en horario de mañanas. Teléfono: 91 301.44.13

* Estudiante se ofrece para cuidar niños en zona Artilleros (Moratalaz) de cinco a once años, de lunes a jueves a partir de las cinco de la tarde hasta hora deseada (no más de las once). 10 euros día (abonable por día o a la semana). Contactar en el número: 669.61.85.97 (ANA)

* Señora seria, responsable se ofrece para trabajar en limpieza y plancha por horas. Tl. 625.76.31.86

* Señora con experiencia, se ofrece para trabajar servicio doméstico, por horas. Tl. 657.43.51.91

* Asistente seria y responsable, trabajaría por horas en tareas del hogar u oficinas, con buenos y recientes informes. Tl. 91 371.37.28

MAXI Mes OPEL Déjalo que está haciendo y ven al Maxi Mes Opel. Sólo este mes disfruta del máximo ahorro en los mejores coches. Ya sabes, déjalo todo... ¡o qué importa! Y además, no pagues hasta julio.

Corsa desde 8.300€

Astra desde 12.200€

Meriva desde 11.600€

¡Déjalo todo y ven a tu Distribuidor Opel!

Lista Motor

Central:
Amado Nervo, 8. Tel. 91 434 57 50.

Exposiciones:
Menéndez Pelayo, 75. Tel. 91 434 57 50.
J. Ortega y Gasset, 102. Tel. 91 402 11 48
Sinesio Delgado, 62. Tel. 91 121 02 20

Vehiculos Ocasión:
Estrella Polar, 20. Tel. 91 573 11 41

www.listamotor.com

- MARÍA PAZ ARAGÓN.- MÉDICO NATURISTA -



FUNCIONES INTESTINO GRUESO: El colon absorbe agua y electrolitos del material residual y almacena la materia fecal hasta que puede ser expulsada.

La interrumpida expulsión ya sea por colon irritable por estreñimiento u otros, provoca en el organismo un acumulo de toxinas que intoxica a la larga a otros órganos.

Imaginate que tienes rabia y haces una carrera de footing o boxing durante 1 hora... al final como te encuentran? más relajado, limpio y dispuesto con más fuerza... Al cuerpo físico le ocurre lo mismo si expulsamos adecuadamente nos sentiremos mejor.

LOS RIÑONES: Los riñones son órganos principales del sistema urinario están ubicados

aproximadamente en la parte media de la espalda.

Desempeñan muchas funciones relacionadas con la regulación del fluido en el cuerpo y purificación de la sangre.

Bebiendo agua para limpiarlos, haciendo una alimentación que sea reguladora, no muchos picantes o ácidos mantener el ph equilibrado... y fluir... ¿qué pasa cuando tenemos miedo? Por ejemplo: pues nos ocasiona estancamiento que significa, que no deja fluir los fluidos se paralizan y la variación del ph cambia... además que al variar el ph puede llegar a formarse piedras... si dejamos fluir el miedo fluye la sangre.

CORAZÓN: Es la bomba más sorprendente del mundo. Cada día late alrededor de cien mil veces, bombeando muchísimos litros de sangre a través de todos los vasos sanguíneos del cuerpo. Es un órgano muscular cóncavo no más grande que un puño apretado que se halla situado en el tórax.

Mantener una óptima alimentación, oxígeno, andar, y que esté en optimismo, la alegría

" Regula tu interior "

abre el corazón, el reír y disfrutar de la vida, amar y ser amado.

EL HIGADO: El hígado es la glándula más grande del cuerpo. Ocupa la parte superior de la derecha y parte del costado superior izquierda de la cavidad abdominal. Es esencial para la vida, el hígado desintoxica muchas toxinas, productos químicos industriales pueden dañar el hígado en su intento de proteger el resto del cuerpo, el alcohol, tabaco, coca-colas, exceso de grasas, alimentos industriales que contienen más conservantes que alimento.

Almacena proteínas, grasas, minerales, vitaminas...

BILIS: Es una secreción del hígado que contribuye a descomponer las proteínas, los carbohidratos y particularmente las grasas

que prepara para ser absorbidas por el sistema sanguíneo. La bilis lubrica también el tracto digestivo.

VESICULA BILIAR: Se encuentra dentro del hígado, actúa como un depósito para la bilis, liberando cuando sea necesario, sus funciones activas dependen de las sales biliares formadas en el hígado a partir del colesterol.

Un buen estado emocional, y una equilibrada comida, el hígado y la vesícula se encuentran en buen estado.

(Si quieres que te ayudemos pide hora y te recomendaremos lo que necesites en ese momento).

* Una alimentación variada rica en verduras, legumbre, ensaladas, fibra de avena... otras lecitina u otros complementos que hay en el herbolario para ayudarte a estar bien.

Otras plantas como citrus, Chi tosan, algas y otras que te ayudan a (adelgazar consulta con el naturopata o pide consulta)

En los casos de hígado graso, colesterol, retención de líquidos, para aumentar las defensas tanto en catarros como alergias... para el cansancio, depresión, ansiedad, estreñimientos, dolores musculares, falta de calcio, hierro, niños hiperactivos, falta de atención, problemas en la piel, vegetarianos, jóvenes con ganas de cambiar, desayunos potentes, ayunos, etc... pide cita para consulta e

individualmente te ayudamos, te enseñamos a cambiar hábitos, mejorar calidad de vida, y cualquier pregunta o trastorno que tengas... en el herbolario puedes encontrar lo que buscas tanto a tu salud y también hay para tus bolsillos... no dudes en venir además también damos masajes para relajarte y mejorar la circulación, masajes en los pies, reiki y otras técnicas para relajarte o aprender a estar mejor... infórmate de los talleres y cursos para esta primavera.

APUNTATE YA!!

HERBOLARIO
de María Paz

REGÁLATE LO QUE TE MERECE:

- Masaje corporal
- Reiki
- Iridología
- Regulación energética

!! CONSULTA NUESTRAS OFERTAS !!

C/ Camino Vinateros, 57 (a 2 Minutos de Alcampo)
Tif.: 91 430 67 18 - Abierto hasta las 20:30 h.

Visítenos en la Agenda Comercial de la web del Informativo de Moratalaz. Además puede ir visitando los diferentes artículos en la Sección de "Salud - Dietética - Belleza, etc..... www.informativomoratalaz.com

* Crecimiento personal.

HORÓSCOPO

Febrero 2006

" Acuario "

La adicción al tabaco, como tantas otras adicciones, es solo la punta del iceberg. Debajo se esconde el gran problema: la baja autoestima, la búsqueda de aprobación, la huida del presente, la culpa, el castigo. Sin entrar en las teorías freudianas que consideran que el acto de encender un cigarrillo recrea una fijación oral al pezón materno.

Sea cual sea la causa del tabaquismo existe la certeza de la acción cancerígena sobre las vías respiratorias además del riñón, vejiga y aparato digestivo, certeza a tener en cuenta.

En los adolescentes, el tabaquismo suele ser causa de mal rendimiento escolar, el ejemplo de los padres fumadores tiene una influencia más que negativa en los chavales que copian el modelo irremediamente.

Meditación Osho.

"Sé consciente, cuando saques el paquete de cigarrillos del bolsillo, hazlo muy lentamente, disfrútalo, sin prisas, permanece consciente, alerta, atento, saca el cigarrillo del paquete, despacio, siéntelo, da unos ligeros golpecitos en el paquete, escucha el sonido, muy lentamente, huele el cigarrillo y su hermosura. Ponlo en tu boca con total conciencia, aspira el humo lentamente, llena profundamente tus pulmones, luego deja salir el humo y relájate, otra bocanada, lentamente ve muy lentamente. Si lo puedes hacer te sorprenderás, pronto veras la total estupidez de ello. No porque otros lo digan sino porque tú mismo lo experimentarás".

Si quieres dejar de fumar, la acupuntura puede ayudarte. [Infórmate en el 917737925.](http://www.informativomoratalaz.com)

Paz para todos los corazones.

Maite G.G.

MAITE GALIANA
TAROT

TU FUTURO, TU SUERTE,
VIDENCIA.
IMPOSICION DE MANOS.
CURSO PRACTICO DE TAROT
TEL 91 773 7925

El sol transitará por el signo de Acuario del 21 de enero al 19 de febrero. Este podría ser un mes tranquilo aunque la energía de Urano siempre nos sorprende y podemos vivir un terremoto o la rotura de un electrodoméstico, una boda o un divorcio, pero siempre inesperado. Júpiter y Neptuno mal espectados podrían deparar, irónicamente, luchas de poder en el ámbito espiritual. Y cómo no, mas violencia.

- ARIES
- TAURO
- GÉMINIS
- CANCER
- LEO
- VIRGO

ARIES (Del 21 de Marzo al 21 de Abril)

Las cuestiones profesionales te traerán de cabeza, tómatelo con calma, no depende de ti.

Salud.....molestias en el cuello
Dinero.....escaso
Amor.....tranquilo
Nº suerte.....14

TAURO (22 Abril a 22 Mayo)

Parece que tus proyectos podrían concretarse en poco tiempo, no te aceleres

Salud.....revisiones
Dinero.....lo justo
Amor.....mas de lo mismo
Nº suerte.....23

GÉMINIS: (23 de Mayo al 22 Junio)

Se avecinan experiencias muy interesantes, este periodo mejor descansar.

Salud.....tensión muscular
Dinero.....bien
Amor.....nueva etapa
Nº suerte.....16

CANCER (22 de Junio al 22 Julio)

Podría estar preocupado por la salud de algún familiar.

Salud.....dolor de oídos
Dinero.....adminístrate bien
Amor.....evita discutir
Nº suerte.....44

LEO (23 de Julio al 23 Agosto)

Querido Leo, las cosas van mejor de lo que crees, no caigas en el fatalismo.

Salud.....taquicardias
Dinero.....Bien
Amor.....no te puedes quejar
Nº suerte.....33

VIRGO (23 de Agosto al 22 Septiembre)

A pesar de todo eres un soñador, te ayudaría hablar menos y moverte más.

Salud.....Tendencias obsesivas
Dinero.....poco movimiento
Amor.....fantasías
Nº suerte.....18

LIBRA (23 Septiembre al 22 Octubre)

Tu a lo tuyo que la suerte te acompañara. Diviértete
Salud.....no cojas frío
Dinero.....excelente
Amor.....muy bueno
Nº suerte.....7

ESCORPIO (23 Octubre a 22 Noviembre)

Periodo importante para el crecimiento personal.

Conocimientos y aventuras nuevas.
Salud.....los pies
Dinero.....no te faltará
Amor.....confía en tu intuición
Nº suerte.....8

SAGITARIO (23 Noviembre al 21 Diciembre)

Tendrás que hacer buen uso de la paciencia y no dejar que las paranoias de los demás afecten tu modo de vida.

Salud.....hombros cargados
Dinero.....entradas extra
Amor.....bien
Nº suerte.....56

CAPRICORNIO (22 Diciembre a 21 Enero)

Periodo de crisis interna que puedes superar con alguna actividad lúdica.

Salud.....estable
Dinero.....buenos ingresos
Amor.....aburrido
Nº suerte.....10

ACUARIO (22 Enero al 19 Febrero)

Este podría ser uno de los mejores periodos del año, buenas oportunidades en todos los ámbitos.

Salud.....visitas al dentista
Dinero.....muy bien
Amor.....estarás muy romántico
Nº suerte.....21

PISCIS (20 Febrero al 20 Marzo)

La influencia de Urano puede hacer que ocurran en tu vida cosas extraordinarias.

Salud.....cuidado con las caídas
Dinero.....muy bien
Amor.....gratas sorpresas
Nº suerte.....45



LIBRA



ESCORPIO



SAGITARIO



CAPRICORNIO



ACUARIO



PISCIS

**SI LO DESEAS, PUEDES VER...
TAMBIÉN, EL HORÓSCOPO EN INTERNET**
[www.informativomoratalaz.com]
[www.informativomoratalaz.es]



Asador Cruz Nevada



**COMUNIONES, BAUTIZOS,
ACONTECIMIENTOS FAMILIARES...
"CONSULTE NUESTRA VARIEDAD DE MENÚS"**



**POR FIN EN MORATALAZ, LO QUE ESTABAS ESPERANDO...
"GRAN ASADOR CON HORNO DE LEÑA"**



**ESPECIALIDAD EN
CORDERO ASADO,
CHURRO,
DIRECTO DE ARANDA**



**ESPECIALIDAD EN
MARISCOS CON
VIVEROS PROPIOS.
CARNES ROJAS.**



**GRAN
VARIEDAD
EN
RACIONES
¡ Visítenos !**



**C/ Valdebernardo, 26 - Local * 28030 Madrid
(Bº de Moratalaz - Esq. Luís de Hoyos Sainz)
Telf.: 91 371 49 21 * www.cruz-nevada.com**



Unas instalaciones de ensueño



en Madrid

" Si piensas en un entorno agradable, con unas instalaciones dedicadas a tu bienestar, a tu diversión, a tu salud, lo has encontrado muy cerca de ti "



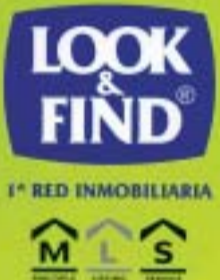
Nuevo socio Fitness:

MUSCULACIÓN + CARDIOVASCULAR + AERÓBIC + PILATES + SWITCHING + TONIFICACIÓN + STRETCHING + STEPS + TAE-BO + ABDOMINALES + FUNKY + SPINNING.. Y APERTURA DE CLASES PARA MAYORES ¡ INFÓRMATE!



POLIDEPORTIVO SAGRADA FAMILIA

C/ Oberón nº7. (Moratalaz) 28030 Madrid. Tel.: 91 305 01 10. Fax: 91 301 56 71



SI COMPRA O VENDE SU VIVIENDA...
CON LOOK AND FIND
TODO IRÁ SOBRE RUEDAS...



91 333 99 00

www.lookandfind.es

C/ Juan Francisco de Lujan.-

Piso en Moratalaz de 78 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina con maletero, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo, gas natural, calle cerrada muy tranquila con bastante zona para aparcar. Para reformar.
Ref.: DW 240 210.000.-€

Avda. de Moratalaz

Piso en Moratalaz de 60 m², 2 dormitorios, 1 baño completo, salón-comedor, cocina amueblada, aire acondicionado en salón y dormitorio. Reformado. Para entrar a vivir.
Ref.: DW 263 185.000.-€

C/ Arroyo Fontarrón

Excelente piso de 100 m² mas dos terrazas de 18,20 m², hall, salón-comedor, cocina con electrodomésticos y tendedero, distribuidor, 3 dormitorios, 2 baños completos (uno con hidromasaje), armarios empotrados, aire acondicionado en salón y dormitorio principal, calefacción individual g/n. Semiamueblado.
Ref.: DW 242 337.000.-€

C/ Hacienda de Pavones

Piso en Moratalaz de 60 m², Hall, salón-comedor, 3 dormitorios, cocina, 1 baño completo, armarios empotrados y trastero. Para reformar.
Ref.: DW 260 206.000.-€

C/ Félix Rodríguez de la Fuente

Piso en Moratalaz de 98 m², hall, salón-comedor, terraza acristalada, cocina con tendedero, distribuidor, 1 baño completo, 1 aseo, 3 dormitorios, a/e y calefacción individual g/n. Para entrar a vivir.
Ref.: DW 262 276.000.-€

C/ Hacienda de Pavones

Excelente piso de 120 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina con office y tendedero, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo, a/e, calefacción individual, aire acondicionado. Reformado.
Ref.: DW 245 410.000.-€

Villa de Vallecas

OBRA NUEVA. Piso en Urb. Privada de 50 m², hall, salón-comedor, distribuidor, un dormitorio, 1 baño completo, cocina con electrodomésticos, a/a, trastero, garaje, piscina, gimnasio, pista de padel y zona de juego infantil. Amueblado.
Ref.: DW 252 252.500.-€

Plaza del Encuentro

Piso en Moratalaz de 123 m², cuatro dormitorios, 2 baños completos, cocina amueblada con office y tendedero acristalado, salón-comedor con terraza, c/c, parquet, portero físico, ascensores, trastero, vistas.
Ref.: DW 206 390.700.-€

Pacífico

Precioso piso de 94 m², hall, salón-comedor, distribuidor, tres dormitorios, dos baños completos, cocina con tendedero, a/e, calefacción individual g/n, aire acondicionado en salón. Garaje. Para entrar a vivir.
Ref.: DW 264 400.000.-€

Puente de Vallecas

Piso de 63 m², hall, salón-comedor, distribuidor, dos dormitorios, cocina, 1 baño completo, calefacción individual, armarios empotrados, trastero y garaje. Para entrar a vivir.
Ref.: DW 267 258.435.-€

C/ Entre Arroyos

Piso tipo L-8 de 95 m², 3 dormitorios, baño y aseo, cocina con office, tres armarios empotrados, terraza acristalada, calefacción central.
Ref.: DW 244 347.800.-€

San Blas

Excelente piso de 110 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina con office y tendedero, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo, a/e, calefacción individual, aire acondicionado. Reformado.
Ref.: DW 256 312.000.-€

Nadie en Moratalaz vende más propiedades que Look and Find...

PARTICIPA EN EL SORTEO DE UNA CENA DE DEGUSTACIÓN Y UNA NOCHE EN SUITE DE LUJO PARA DOS PERSONAS EN EL MAGNIFICO "PALACETE DE LA OCHAVA"

Deposita tu cupón en cualquiera de nuestras oficinas o comercios colaboradores.
Camino de Vinateros, 22 Camino de Vinateros, 105 Hacienda de Pavones, 11

TRABAJA CON NOSOTROS
Tel. 91 333 99 00

VISÍTENOS EN LA WEB DEL INFORMATIVO DE MORATALAZ: www.informativomoratalaz.com - www.informativomoratalaz.es