

EI
Estética Especializada
PARREÑO

**DEPILACIÓN
DEFINITIVA
DEL PELO**

☎ **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 - Tlf.: 91 437 40 43 - Móvil: 616 73 87 88 - Septiembre 2006 - Año 11 - Nº 118

Puesto en funcionamiento el Programa de Clases y Escuelas Deportivas Municipales 2006-2007

..... Pág. 4

Nace una Nueva Escuela de Futbol en nuestro distrito: “ESCUELA DEPORTIVA MORATALAZ”

El Nuevo Estadio de Moratalaz (Antiguo Campo del Urbis) - próximo a su inauguración y al que se le buscará un nombre, según publicamos en nuestro Informativo nº 112 (Febrero 2006).



* La Escuela Deportiva **Unión de Moratalaz** y el Club Deportivo **CD Moratalaz** se han fusionado, creando una nueva Escuela de Futbol Base con el nombre de “ESCUELA DEPORTIVA MORATALAZ”. Se crea así la segunda escuela mas grande y con el

mayor número de equipos inscritos en la Federación de Futbol de la Comunidad de Madrid, por detrás de Getafe (excluidos grandes clubes como Real Madrid y Rayo Vallecano), con 400 alumnos.

..... Más información en Pág. 4-.

mendez
librerías

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.libreriademendez.com

Neumáticos reciclados para pavimentar las calles de Madrid



Camino de Vinateros, una de las calles cuya experiencia piloto, se lleva a cabo por primera vez en Madrid.

El Ayuntamiento de Madrid utiliza, por primera vez, neumáticos fuera de uso, cuyo fin hasta ahora era quedar acumulados en un vertedero, para pavimentar varios tramos de calles dentro de la operación Madrid pavimenta Madrid. En concreto, se trata de 18.800 metros cuadrados, de los cuales 8.800 corresponden al tramo de la calle del Camino de Vinateros entre la plaza del Corregidor Alonso de Tobar y la calle del Pico de los Artilleros, en el barrio de Moratalaz. A este lugar acudió el pasado 31 de Julio el director general de Vías Públicas y Equipamientos Urbanos, Fermín Oslé para explicar los beneficios ambientales de esta nueva técnica desarrollada con tecnología de la petrolera Repsol YPF.

Pág. 11.-

¿Buscas una oportunidad?

DESCUBRE LOOK & FIND:

- SI TIENES VOCACIÓN DE SERVIDOR
- SI QUIERES ADQUIRIR DE FORMA GRATUITA UNA FORMACIÓN DE PRIMER NIVEL
- SI QUIERES ALCANZAR TUS MAYORES AMBICIONES

SI TIENES MÁS DE 25 AÑOS, TE OFRECEMOS:

- INGRESOS FIJOS + ALTOS INCENTIVOS
- TRABAJAR EN LA 1ª COMPAÑÍA INMOBILIARIA DEL PAÍS (MÁS DE 300 OFICINAS)
- FORMACIÓN A CARGO DE LA EMPRESA
- FLEXIBILIDAD HORARIA Y EXCELENTE AMBIENTE DE TRABAJO

LLÁMANOS AL 91 399 90 00 O VISITANOS EN CAMINO DE VINATEROS, 105
NO ES NECESARIO EXPERIENCIA

SEGUROS UNA VENTAJA

escuela de música
Gredos San Diego

GRUPOS PARA ADULTOS
GUITARRA, PIANO, VIOLÍN,
BALLET
CLÁSICO, MODERNO, BAILES DE SALÓN

TAMBIÉN

BANDA DE MÚSICA

- ♦ Niños desde 8 años, y ADULTOS.
- ♦ Cesión de instrumentos.
- ♦ Horario de tarde.

¡VEN A LA BANDA!

Información:
91 772 38 11
www.gredosandiego.com

Gredos San Diego Moratalaz
C/ Luis de Hoyos Saliz, 170
MADRID

SU P. DIGITAL EN INTERNET:
www.informativomoratalaz.com
www.informativomoratalaz.es

Periódico de Información
Comercial y Local.

Difusión gratuita
Año XI - Nº 118 - Septiembre - 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:
M^a 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, Francisco García,
Javier de la Casaa 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

Editorial

- Bienvenidos -

"Con alegría, felicidad y optimismo para continuar..."

Las vacaciones que nos devuelven al suma y sigue de la vida y que han sido un punto de inflexión para relajarnos y disfrutar del tiempo libre, hemos de procurar que sean un recuerdo permanente de todo lo positivo y gratificante que hemos vivido: compartir el afecto y la compañía de la familia, disfrutar de la naturaleza, reencontrarnos con amigos, hacer nuevas y fecundas amistades, contemplar plácidamente la puesta de sol, despertarnos con amaneceres tranquilos y sin prisas. En definitiva, haber vivido intensamente esos días en donde los seres humanos nos reencontramos con nosotros mismos, con la esencia de que se puede



vivir y así lo hemos hecho, de manera sosegada y tranquila y sintiendo la felicidad de tanto acontecimiento que nos ha proporcionado nuevas energías para continuar...

Que la fotografía con que ilustramos este editorial de bienvenida y que corresponde a un río tranquilo y transparente del valle del Jerte, nos sirva a todos de referencia para proseguir con optimismo y alegría todo aquello que el nuevo curso nos pueda deparar.

Bienvenidos a todos, clientes, amigos y lectores que compartís nuestra ilusión mensual de comunicarnos y sentirnos cercanos.

¿QUÉ ECHAS DE MENOS AL VOLVER A CASA?

El dinamismo de un motor de 6 cilindros al precio de 4.

Nuevo Chevrolet Epica

Seis cilindros, seis airbags, climatizador, cruise control, sensor de aparcamiento trasero, tapicería de cuero, llantas de 17 pulgadas, exclusivo Servicio Oro y mucho más

desde **22.500 €**

TUVISA

Ctra. Valencia, Km 7,3 • Madrid
Tel.: 91 332 23 60

Información 902 303 900
www.chevrolet.es



CHEVROLET

Chevrolet es más.



**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

VIAJES IBERIA

con VIAJES IBERIA...
**¡EL MUNDO
ES TUYO!**

Pasaje de Orusco 11 - Local 2
Entrada p/Fuente Carrantona - Madrid 28030
Teléfono: 91 301 64 96 - Fax: 91 301 64 97

Puesto en marcha un Proyecto de la Dirección General de Igualdad de Oportunidades del Ayuntamiento de Madrid.

PROYECTO INICIA

.... el lugar elegido los distritos de Moratalaz y Ciudad Lineal y estará dirigido a mujeres desempleadas.

En los distritos de Moratalaz y Ciudad Lineal se está desarrollando el **PROYECTO INICIA** a través de la Dirección General de Igualdad de Oportunidades del Área de Gobierno de Empleo y Servicios a la Ciudadanía del Ayuntamiento de Madrid cofinanciado por el Fondo Social Europeo a través de una Subvención Global.



* Se está realizando **Formación Gratuita** para mujeres desempleadas con cursos como AUXILIAR DE GERIATRIA, AUXILIAR DE COMEDOR Y OCIO, AUXILIAR ESPECIALIZADA EN NEONATOS Y MENORES, AYUDANTA DE COCINA PARA PERSONAS CON NECESIDADES ESPECIALES, AUXILIAR DE AYUDA A DOMICILIO, AUXILIAR ESPECIALIZADA EN ENFERMEDAD MENTAL Y DISCAPACIDAD, ...

El objetivo es mejorar la empleabilidad de las mujeres desempleadas con mayores dificultades de inserción laboral, fomentar, apoyar y acompañar en la creación de empresas.

En este proyecto se trabaja para **acercar el empleo a la mujer** ofreciendo la formación necesaria con prácticas en empresas.

Si estas interesada llama al **91 367 51 71** o al **91 333 91 41**, también te puedes dirigir a c/ Antonio Ponz, 3 (Ciudad Lineal) o **Centro Cultural Eduardo Chillida en c/ Arroyo Belincoso, 9 (Moratalaz)**. Te informarán y orientarán en lo mejor para ti.

“SALUD AUDITIVA”

Juan Cifre
Responsable de
Adaptaciones
Auditivas de
Optica Rubio



EL RUIDO: UN MAL DE NUESTRO TIEMPO

Los habitantes de ciudades industrializadas como Madrid, vivimos inmersos en un mundo lleno de ruidos.

Sonido y ruido:

A diferencia de la visión, nuestro sistema auditivo está **siempre abierto al mundo**, lo que implica una recepción continuada y de informaciones sonoras de las que no podemos sustraernos.

El sonido es un medio de comunicación con el exterior y además gran parte de nuestras experiencias están relacionadas con el sonido. Según su procedencia, los sonidos pueden resultarnos suaves y agradables: murmullos; o estrepitosos y agresivos: ruidos. La diferencia fundamental entre "sonido" y "ruido" esta determinado por un factor subjetivo:

"RUIDO ES TODO SONIDO NO DESEADO"

Un mismo sonido, como la música por ejemplo, puede ser percibido como agradable, relajante o estimulante, enriquecedor o sublime, o bien como una agresión física y mental por otra persona que se ve obligada a escucharla a pesar de su dolor de cabeza, o por aquella otra que ve perturbado su descanso.

A nuestra consulta de Moratalaz, se acercan personas que, durante su vida han estado expuestos a ruidos intensos o continuados de más de 90 dB, con una pérdida de audición considerable. A aquellos que todavía están en activo, les aconsejamos tapones antirruído para prevenir la exposición a los sonidos intensos, y a los que tienen una pérdida de audición, les recomendamos audífonos.

Un audífono es básicamente un sistema de amplificación en miniatura, y gracias a los avances tecnológicos cada vez son más pequeños y con mayores prestaciones.

¿Son todos los audífonos iguales?

Si bien, los componentes básicos son similares, dependiendo de cada pérdida auditiva se recomendará un tipo de audífono u otro.

Los audífonos se fabrican con **tecnología digital** que procesa miles de señales por segundo.

MINI TEST AUDITIVO:



1. ¿Tiene ruidos o pitidos en algún oído?
2. ¿Escucha el timbre de la puerta o teléfono desde cualquier lugar de su casa?
3. ¿Le dicen que pone la TV o radio a un volumen alto?
4. ¿Ha trabajado con ruidos fuertes?
5. ¿Le cuesta oír y entender en ambiente ruidoso?

Si ha respondido afirmativamente a alguna de estas preguntas, solicítenos una revisión gratuita y sin compromiso, lo antes posible en: **Óptica Rubio. Telf. 91 430 00 11**



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

TALLERES GARRALDA:

HAGA SUS REVISIONES, MANTENGA Y REPARE SU VEHÍCULO EN NUESTROS TALLERES

SERVICIO OFICIAL

DESPUÉS DE LAS VACACIONES CUENTE CON NOSOTROS PARA REVISAR SU VEHÍCULO.

SERVICIO RÁPIDO - ¡ HAGA LA PRE-I.T.V. CON NOSOTROS !

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

REPARACIÓN, MANTENIMIENTO Y CARGA DE AIRE ACONDICIONADO. TALLER ESPECIALISTA EN FRENOS.

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

SERVICIO OFICIAL
DIAGNOSIS Y SERVICIO INTEGRAL DEL AUTOMÓVIL

ESPECIALISTAS EN INYECCIÓN GASOLINA DIESEL DIAGNOSIS POR ORDENADOR

OFERTA NEUMÁTICOS: 4 X 3

C/ GENERAL JUAN VAN-HALEN - Esq. con C/ PRIMAVERA DE PRAGA
TLFS.: 91 439 25 88 * 91 437 85 04



VIDEOCLUB AZPAS

- * ESTRENOS DVD
- * ÚLTIMAS NOVEDADES PS2
- * CINE DE AUTOR
- * ALQUILER ON LINE

Abierto todos los días, excepto Domingos.
Autobuses: 30, 100
Metro: Pavones

AVDA. DOCTOR GARCÍA TAPIA, 161 (ESQ. C/ RABAT)



Nace una Nueva Escuela de Fútbol en nuestro distrito:

“ESCUELA DEPORTIVA MORATALAZ”

* A Partir de ahora, los equipos de la Escuela Deportiva Moratalaz entrenarán y jugarán en los campos de Pavones-Este, Vandel y por supuesto en el Nuevo Estadio (antiguo Campo del Urbis). Estos recintos deportivos, están siendo transformados con la instalación de césped artificial, aforo y vestuarios.

Madrid, 31-jul-'06

La Escuela Deportiva Unión de Moratalaz y el Club Deportivo CD Moratalaz se han fusionado, creando una nueva Escuela de Fútbol Base con el nombre de "ESCUELA DEPORTIVA MORATALAZ". Se crea así la segunda escuela más grande y con el mayor número de equipos inscritos en la Federación de Fútbol de la Comunidad de Madrid, por detrás de Getafe (excluidos grandes clubes como Real Madrid y Rayo Vallecano), con 400 alumnos.

A Partir de ahora, los equipos de la Escuela Deportiva Moratalaz entrenarán y jugarán en los campos de Pavones-Este, Vandel y por supuesto en el Nuevo Estadio (antiguo Campo del Urbis). Estos recintos deportivos, están siendo transformados con la instalación de césped artificial, aforo y vestuarios.

Éstas mejoras forman parte del nuevo proyecto de gestión mediante concesión del servicio público deportivo en las instalaciones deportivas municipales y que han sido adjudicadas a ésta escuela mediante concurso público.

Con esta unión de escuelas de fútbol, se pretende continuar fomentando el deporte de base y educar e ilusionar a los jóvenes valores dentro de la competitividad del fútbol y por tanto se quiere comenzar en principio con 25 equipos y 470 jóvenes, es decir: cuatro equipos por categoría.

Se puede ver amplia información de la Fusión en www.edmoratalaz.com - o bien a través de la web de nuestro Informativo: www.informativomoratalaz.com. Además las listas de categorías y equipos pueden ser consultadas en www.ffmadrid.org - o bien en la web de la Escuela: www.edmoratalaz.com/losequipos.php.



Estado actual del Nuevo Estadio de Moratalaz (Antiguo Campo del Urbis)

Ante la importancia de todo lo acontecido en este verano y ante todas estas novedades, la Escuela Deportiva Moratalaz, convoca a toda la comunidad futbolística de sus escuelas, para una reunión informativa el día 16 de septiembre sábado a las 12,00 h., en la A.A.V.V. Avance (c/ Fuente Carrantona, esquina c/ Luis de Hoyos Sainz), por lo que se ruega la máxima asistencia posible. En la misma se dará una explicación y funcionamiento de la nueva escuela, además de hacer la correspondiente presentación de la Junta directiva y directores

deportivos. Se hablará también de la cuota para la nueva temporada 2006-2007 y por último se dará paso a Ruegos y preguntas.

La Entidad, tiene su sede en Moratalaz, concretamente en la calle Corregidor Juan Francisco de Luján, 41 - Tl. 91 430 73 87 y 91 772 31 91 (Sede Arroyo Fontarrón).

Fotos e Información facilitada por la ESCUELA DEPORTIVA MORATALAZ

Madrid, 30-agos-'06

El Ayuntamiento de Madrid ha puesto en funcionamiento, a partir del día 1 de septiembre, y hasta el mes de junio, el Programa de Clases y Escuelas Deportivas Municipales 2006-2007, dirigido a la enseñanza y promoción de la práctica deportiva en la ciudad, con más de 100.000 plazas para personas de todas las edades distribuidas entre las categorías infantiles, jóvenes, adultos, mayores de 65 años y personas con discapacidad. La principal novedad de esta temporada es la incorporación del entrenamiento Pilates a larga lista de modalidades ya conocidas como Aerobic, Atletismo, Baloncesto, Balonmano, Béisbol, Gimnasia artística, Ciclismo, Esgrima, Fútbol, Judo, Karate, Natación, Pádel, Patinaje, Tenis, Tiro con arco, Waterpolo. Además continuarán otras actividades como Natación embarazadas, Gimnasia de compensación, Preparación de oposiciones, Acondicionamiento físico, Matronatación o Natación peques, con el fin de atender todo tipo de demanda y necesidades.

En el mes de octubre comenzarán las clases y escuelas de perfeccionamiento y

...ya es Noticia

El viernes 1 de septiembre comenzó el Programa Municipal de Enseñanza Deportiva

Programa de Clases y Escuelas Deportivas Municipales 2006-2007

Más de 100.000 plazas para aprender a practicar deporte

de orientación hacia el deporte de competición, desarrolladas conjuntamente entre el Ayuntamiento y los clubes y federaciones deportivas con el fin de cubrir el escalón entre el deporte salud y aficionado y el deporte más especializado y profesional. El Programa municipal para este curso ofrece un total de 35 modalidades físico-deportivas para infantiles, 14 para jóvenes, 27 para adultos, 2 para mayores de 65 años y 7

para personas con discapacidad. En la modalidad de Natación, y dada la enorme demanda que esta escuela tiene en la ciudad, existen clases de fin de semana y de primera hora de la mañana los días laborables, para aquellas personas que no disponen de tiempo durante el día por sus ocupaciones laborales o personales.

Precios e inscripciones
Los precios para acceder a este servicio

se componen de una cuota de inscripción anual idéntica para todas las categorías, 10,20 euros, y luego las cuotas mensuales que van desde los 8,15 euros/mes por escuelas infantiles al aire libre, a los 28 euros/mes de las clases para adultos 3 días/semana, con gratuidad para las personas con discapacidad y bonificaciones para familias numerosas. Las inscripciones se abren a primeros de septiembre, y cada primero de mes hasta mayo, en las instalaciones deportivas, siendo conveniente consultar en cada una de ellas las fechas y condiciones, ya que pueden existir diferencias propias de la gestión descentralizada que atiende la demanda específica en cada distrito. El programa de enseñanza deportiva municipal representa uno de los mayores esfuerzos del Ayuntamiento de Madrid por promocionar la práctica deportiva y ofrecer, simultáneamente, actividades físicas dirigidas al mantenimiento de la salud y el bienestar personal. Además, este programa goza del prestigio y la experiencia de ser impartido por un profesorado altamente cualificado y debidamente titulado, lo que garantiza los resultados perseguidos en la actividad docente deportiva.

..... es la continuación de lo publicado en Julio de 2006 - Nº 117.-



Los expertos están de acuerdo en aconsejar el seguimiento de una dieta variada y equilibrada como clave de una buena alimentación. En la actualidad, existe un interés creciente por los temas nutricionales que desemboca, en ocasiones, en el nacimiento de mensajes no siempre acertados que acaban convirtiéndose en tópicos. McDonald's, consciente de la importancia de una dieta equilibrada para mantener una vida saludable, considera necesario contribuir a la correcta información del consumidor y evitar así el nacimiento de este tipo de mensajes.

Una dieta equilibrada, base de una buena alimentación.

Se considera dieta equilibrada al conjunto de alimentos ingeridos durante un periodo de tiempo no inferior a 15 días. Para que la dieta sea equilibrada debe contemplar alimentos de los seis grupos principales:

- 1 - Carnes, pescados y huevos.
- 2 - Leche y derivados.
- 3 - Grasas y aceites.
- 4 - Cereales, leguminosas.
- 5 - Hortalizas y verduras.
- 6 - Frutas.

No hay alimentos "buenos" y "malos"

Ningún alimento individual puede ser considerado como bueno o malo, puesto que ningún alimento contiene todos los nutrientes que necesita nuestro organismo y ninguno puede ser catalogado, de manera individual, como perjudicial. Cualquier alimento es aceptable tomado en cantidades moderadas y contemplado en el conjunto de la dieta ingerida durante 15 días. Por tanto, la dieta no debe basarse en un solo alimento.

Las hamburguesas pueden formar parte de una dieta variada

Las hamburguesas forman parte, como cualquier otro alimento, de una dieta variada. Aportan proteínas de alta calidad, muchas vitaminas y minerales y, especialmente, hierro "hemo". fácil de absorber y utilizar en el organismo. La carne, junto al pescado y los huevos, constituyen un grupo de alimentos necesario en la dieta diaria y es aconsejable tomar 2-3 raciones/día de este grupo de alimentos.

Continuará...





Menú plus

Menú BigMac Grande

+













=

6,45 €

I'm lovin' it

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

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



JUNTA DEL DISTRITO DE MORATALAZ

PROGRAMACIÓN CULTURAL MORATALAZ SEPTIEMBRE: 2006

CENTRO CULTURAL EL TORITO

MUSICA EN MORATALAZ - DISTRITO MOZART. Organiza: Area de Las Artes y Area de Coordinación Territorial. Viernes 22, a las 19.00 horas. Sonata para violín y piano de Mozart...

CENTRO JUVENIL Y CULTURAL MORATALAZ

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...

AULA MULTIMEDIA. Horario: Lunes a Viernes de 10.00 a 13.30 horas y de Lunes a Viernes de 16.00 a 20.00 horas.

INFORMADOR JUVENIL. Horario: Lunes a Viernes de 12.30 a 14.00 h. y de 17.00 a 20.00 h.

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 h.

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.

CENTROS MUNICIPALES DE MAYORES. Centro de Mayores Nicanor Barroso. C/ Encarnación de Palacios s/n. Tel.: 91.772.70.78.

MORATALAZ DESTACA

VIAJES CULTURALES TERUEL Y ALBARRACIN. 23 y 24 de septiembre de 2006. Precio: 60 €. Incluye: Transporte, alojamiento en hotel en Pensión Completa, Comida, Guía y Seguro de Accidentes.

CINE EN MORATALAZ - DISTRITO CINE. Organiza: Area de Las Artes y Area de Coordinación Territorial.

Miércoles 27, a las 19.00 horas.- CACHÉ (Escondido) de Michael Haneke, Francia 2005. V.O. Subtitulada. Interpretes: Daniel Auteuil, Juliette Binoche, Maurice Benichou y Annie Girardot.

Viernes 29, a las 19.00 horas.- MALAS TEMPORADAS de Manuel Martín Cuenca, España 2005. Cine Español. No recomendada para menores de 18 años.

Sábado 30, a las 12.00 horas.- WALLACE Y GROMIT, LA MALDICIÓN DE LAS VERDURAS de Steve Box y Nick Park, Gran Bretaña 2005. Animación. Para todos los públicos.

Esta programación esta sujeta a cambios. Entrada Libre. Aforo Limitado.

OPEN INTERNACIONAL DE AJEDREZ DE MORATALAZ

Club SUPERPEQUE. CINE INFANTIL Y JUVENIL. Salón de Actos de la Junta de Distrito de Moratalaz, a las 18.00 horas. Entrada Libre. Aforo Limitado.

ESPECTÁCULOS INFANTILES. Salón de Actos de la Junta de Distrito de Moratalaz, a las 12.00 horas. Entrada Libre. Aforo Limitado. Domingo 17 de septiembre: PAYASOS con Animaciones Thor.

TALLERES EN CENTROS CULTURALES

Centro Cultural Juvenil Moratalaz. TALLER DIAS Y HORARIO. Aeróbic I Lunes y Miércoles 10:00 / 11:00. Aeróbic II Martes y Jueves 09:00 / 10:00. Aeróbic III Martes y Jueves 10:00 / 11:00.

INFORMÁTICA TRIMESTRALES. Informática Iniciación - Martes 09:30 / 11:30. Informática Iniciación - Miércoles 10:30 / 12:30. Informática Iniciación - Lunes y Miércoles 19:30 / 20:30.

Centro Cultural El Torito. TALLER DIAS Y HORARIO. Aeróbic I Lunes y Miércoles 11:30 / 12:30. Aeróbic II Viernes 18:30 / 19:30. Autoestima, Crecimiento Personal y Habilidad Social.

Danza Oriental Iniciación II. Martes y Jueves 19:30 / 20:30. Danza Oriental Avanzado I. Martes y Jueves 20:30 / 21:30. Danza Oriental Avanzado II - Viernes 16:30 / 18:30. Diseño de Interiores. Lunes 19:00 / 21:00.

PLAZOS DE INSCRIPCIÓN CENTRO JUVENIL Y EL TORITO. Presentación de solicitudes: Del 1 al 7 de septiembre de 2006, en horario de 9:30 a 13:00 horas y de 17:00 a 18:30 horas.

Centro Cultural Eduardo Chillida. TALLER DIAS Y HORARIO. Acuarela Martes 10:00 / 13:00. Aeróbic I Martes y Jueves 19:30 / 20:30. Aeróbic II Martes y Jueves 20:30 / 21:30.

Gimnasia Mantenimiento VI. Lunes y Miércoles 18:30 / 19:30. Gimnasia Mantenimiento VII. Martes y Jueves 09:30 / 10:30. Gimnasia Mantenimiento VIII. Martes y Jueves 10:30 / 11:30. Grandes Civilizaciones - Viernes 10:00 / 13:00.

INFORMÁTICA TRIMESTRALES. Windows Básico. Lunes y Miércoles 09:30 / 10:30. Informática Principiantes - Lunes 10:30 / 12:30. Word Básico. Lunes 16:00 / 18:00.

PLAZOS DE INSCRIPCIÓN C.C. EDUARDO CHILLIDA. Presentación de solicitudes: Del 5 al 11 de octubre 2006, en horario de 9:30 a 13:00 horas y de 17:00 a 18:30 horas.

Puedes visitar además esta Programación en la web del Informativo de Moratalaz, tu Periódico local en Internet (pdf - pag. 5.-): www.informativomoratalaz.com

MORATALAZ PARTICIPA. Del 18 de septiembre al 2 de octubre. PUNTOS FIJOS DE ENTREGA Y DE RECOGIDA DE CUESTIONARIOS YA CUMPLIMENTADOS. PUNTOS MÓVILES DE ENTREGA DE CUESTIONARIOS. PARTICIPACIÓN ON-LINE.

Lista de puntos de entrega y recogida de cuestionarios: Sede Distrito de Moratalaz (C/ Fuente Carrantona, 8), Centro Cultural Eduardo Chillida (C/ Arroyo Belincoso, 9), Centro Cultural El Torito (Avda. de Moratalaz, 130), Centro Cultural y Juvenil de Moratalaz (C/ Fuente Carrantona, 8), Centro de Día y Mayores Moratalaz (C/ Arroyo Belincoso, 13 con v/C/ Vinateros), Centro de Mayores Nicanor Barroso (C/ Encarnación de Palacios S/n), Centro de Alzheimer y Centro de Día Isaac Rabin (C/ Avda. de Moratalaz, 133), Polideportivo de Moratalaz (Valdebernado, S/n), Polideportivo La Elipa (C/ Acceso de la Elipa S/n), Eje Comercial Pavones (C/ Hacienda de Pavones, 8), Eje Comercial de Vinateros (Camino de los Vinateros, 117), Eje Comercial Avenida de Moratalaz (Avda. de Moratalaz), Galería Comercial Pavones II (C/ Hacienda de Pavones, 194), Mercado de la Cañada (C/ Cañada), Terraza exterior Centro Comercial (Camino de los Vinateros).

...fué Noticia

Madrid, 10 de Julio de 2006.-

El objetivo de estas acciones ha sido dar a conocer las posibilidades y novedades de Trío de Telefónica: la oferta integrada que ofrece Imagenio TV (televisión digital con 66 canales de ocio y 15 de audio, estrenos de cine con más de 400 títulos, fútbol, series, etc), conexión ADSL 24 horas de 1 mega y tarifa plana en todas las llamadas nacionales.

Para ello, Telefónica se ha acercado al barrio a través de varias acciones lúdicas, para establecer un contacto directo con los vecinos, informarles sobre el producto y recoger sus impresiones.

Durante esos días, los vecinos de Moratalaz disfrutaron de una lluvia de regalos. Una furgoneta decorada con los personajes de los diferentes contenidos de Imagenio TV (las chicas de Sexo en Nueva York, el coche de Fernando Alonso, La Novia Cadáver...) recorrieron

las calles con un equipo de azafatas que ofrecieron a todos los vecinos diversos obsequios.

Estas acciones promocionales, en las que se informaba sobre las opciones de ocio de Trío de Telefónica, tuvo un gran éxito, algo que se constataba por la cálida respuesta de los vecinos.

"Fué increíble como los empleados de algunos establecimientos hacían uso de su buen humor y se prestaron a pasar un rato simpático con el equipo de Telefónica, vestir las camisetas y ser fotografiados" comentó Marta Arozarena, responsable de Telefónica.

Paralelamente los vecinos recibieron en sus buzones, postales con información sobre el evento que tuvo lugar durante esos días en su barrio, decía: "Todos los clientes que contraten Trío al igual que Dúo (el producto de Telefónica que combina a gusto del

Telefónica acercó el Trío a Moratalaz, el pasado Mes de Julio

* Según informamos ya en nuestra web el pasado 6 de Julio, Telefónica llevó a cabo entre el 3 y el 9 de julio, una serie de acciones para acercarse a los vecinos de Moratalaz.



cliente dos de los tres elementos voz, Imagenio TV y ADSL) podrán beneficiarse hasta el 13 de Agosto de la promoción del verano 2006 que ofrece de manera gratuita el alta, las cuotas mensuales hasta septiembre, el módem router inalámbrico y la instalación del mismo."

El TRÍO de Telefónica consta de:

- Televisión Imagenio: es una televisión digital que se obtiene a través de la línea de teléfono y que contiene cientos de canales de diferentes temas (cine, series, deportes, música, canales infantiles...) y que permite al espectador manejar la retransmisión a su antojo (parar, rebobinar, pasar hacia adelante, volver a empezar).

- Línea ADSL: se trata de un acceso a internet a alta velocidad durante las 24 h. del día.

- Llamadas a tarifa plana: llamadas metropolitanas, autonómicas o nacionales a cualquier fijo de cualquier operador.

El TRÍO se puede contratar de 4 formas:

- Llamando al 1004 – línea de atención personal
- A través de www.telefonicaonline.com
- En tiendas Telefónica
- En distribuidores autorizados

Gabinete de Prensa

**Agradecimiento**

- Enviado por correo electrónico -

* Me gustaria dar las gracias públicamente a los Comerciantes de la Lonja, calle Marroquina y Avda. de Moratalaz por lo bien que han dejado la degradada Lonja. Muchas personas pensarán que el arreglo ha sido realizado por el Ayuntamiento, pero no, el Millon y Pico de euros que han costado los trabajos los han pagado los comerciantes por lo que me creo que es justo que los vecinos del barrio sepan a quien deben las mejoras. Gracias comerciantes, ahora solo queda que los vecinos lo cuidemos..... (Pilar Pinto)

Queja

- Enviado por correo electrónico -

* Como vecino de la Lonja solo quiero saber por qué no ponen bancos para que la gente se pueda sentar para descansar un poco y disfrutar de la Lonja, no que si quieres sentanter tienes que sentarte en las terrazas de los bares espero contestacion Gracias..... (Juan Manuel Crespo)

LA FOTO...

¿Qué te parece bien de Moratalaz?
¿Qué has visto que no te ha gustado?
Envía Foto y pequeño comentario a:
moratalaz@informativomoratalaz.com

(El objetivo es ayudar a mejorar lo que otros no ven)

ADONAY FITNESS CENTER

Llega el verano..... **3 Meses**

Bono Salud
Valoración Física
Programa de Entrenamiento
Entrenamiento Cardio y
Tonificación General
Majase Relajante 30"
3 Sesiones de Rayos UVA
Diagnostico Estético

86€

120€

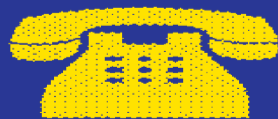
www.adonayfitness.com

Nuevo Centro de Estética

C/ Vinateros, 110 (Lonja)
28030 Madrid

91 437 20 08

PARA CONTRATAR
PUBLICIDAD



91 437 40 43
616 73 87 88

BIBANDA Cristina Valera

C/ ATENAS, 6 (Esg. c/ brujas) Tlf. 913050502

- BALLET CLASICO.
- DANZA ESPAÑOLA.
- FLAMENCO ADULTOS (Rumbas, Sevillanas...)
- BAILES DE SALÓN.
- JIM JAZZ (Moderno)
- PILATES.
- YOGA.
- AEROBIC.
- INICIACION A LA DANZA INFANTIL.

CLASES MAÑANA Y TARDE
PRESENTACIÓN A EXAMENES
TITULACIÓN APDE Y ACADE.

" 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.

CLÍNICA Dental Line DENTAL

SEPTIEMBRE

- 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".

91 437 14 56

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

Equipo Médico
"Dental-Line"

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



CARTAS AL DIRECTOR



**Moratalaz (e-mail),
27 de Julio de 2006.-**

RECLAMACIÓN

En referencia a las obras que están realizando en la calle de Hacienda de Pavones, quisiera que me informaran por qué en el siglo XXI, cuando cada día hay más coches, los responsables de el Ayuntamiento, en esta legislatura, se dedican en todas las obras a quitar cada día mas plazas de aparcamiento.

Se están sustituyendo a la altura de los comercios de Hacienda de Pavones nº 15, las plazas de aparcamiento en oblicuo, que facilitan la entrada y salida de los vehículos, además aprovechar mejor el espacio, por unas plazas de aparcamiento en línea, lo cual complicará más las maniobras y atascará más el tráfico. En el sitio que aparcaban 12 coches ahora van aparcando solo 3. Se nota que en la calle solo aparcamos los obreros y jubilados y tienen que hacerles la vida imposible, ya que otra razón no veo, puesto que considero la obra innecesaria ya que las aceras estaban en perfecto estado.

La obra que hicieron la vez anterior suprimió 15 o 20 plazas y esta vez

están haciendo lo mismo cuando tenia que ser lo contrario, o al menos respetar las ya existentes. Las nuevas plazas de aparcamiento que están haciendo, con una forma de pico que además de ser peligrosos para las personas no facilitan de ninguna forma el aparcamiento de los vehículos. Además de las molestias de la propia obra, he observado que se está utilizando de escombrera la mayor parte de las plazas de aparcamiento que se encuentran frente al número 21 de Hacienda de Pavones. Cuando creo que para evitar, en la medida de lo posible, más molestias a los vecinos deberían retirar los escombros lo más rápidamente a medida que se van produciendo, ya que me imagino que a ustedes no les gustaría tener una escombrera frente a sus casas.

Considero que antes de realizar cualquier tipo de obra, deberían de tener en cuenta el impacto que estas tendrán en los ciudadanos que viven en la zona, intentando que el gasto que suponen estas obras, y que pagamos entre todos, jno se olviden de este punto importantísimo! revierta en mejorar la habitabilidad del barrio y no en empeorarla, como parece que van a hacer con esta obra.

P.D.: No sé si la siguiente mejora que tienen pensada para el barrio es instalar parquímetros, como en otros barrios de la ciudad, pero si lo están pensando casi prefiero que no piensen en hacer este tipo de mejoras que no aportan ningún beneficio en barrios periféricos de la ciudad.

Atentamente,

Miguel Chillón Garrido
(Vecino de Hacienda de Pavones)
Email : mchillon@telefonica.net

**Barcelona (e-mail),
25 de Agosto de 2006.-**

El año pasado durante el verano del 2005 tuve una temporada de trabajo muy dura en donde estaba alrededor de 10-12 horas en promedio sin parar enfrente del ordenador con la migración de datos de forma repetitiva, haciendo uso basicamente del ratón y nada más. En el mes de agosto comencé a notar un hormigeo en el brazo derecho y la mano, sobre todo al dormir y notaba cansado el brazo. En primer lugar no hice nada pensando que era agotamiento

pues llevaba 2 meses con ritmo frenético en la oficina. Pero lejos de mejorar al bajar la carga laboral, fui empeorando y cada vez notaba más cargado la musculatura, desde la mano hasta el codo, sobre todo en la mano derecha, hasta el grado de en ocasiones no poder abrir bien la mano y perder por completo la fuerza. Ni siquiera una botella de agua era capaz de abrir. En octubre del 2005 me dieron la baja por 3 semanas para hacer reposo y ver si me pasaba la inflamación. He de decir que los músculos los tenía como una piedra pero no por tener en estos momentos una buena forma física sino porque estaban inflamados Consulte en el gimnasio y se me dijo que mientras tuviera la inflamación (el diagnóstico del médico de cabecera fue tendinitis) no hiciera ningún tipo de ejercicio para evitar una sobrecarga mayor y que se convirtiera en crónico. Desde marzo de 2006 estoy asistiendo a "rehabilitación" ya que la contractura ha seguido hasta el cuello. Al dejar de ir al gimnasio he perdido tono muscular y se me ha contracturado el cuello y la parte alta de los hombros. Con sus respectivos mareos y latigazos al girar el cuello de manera un poco más rápida de lo normal. El traumatólogo me pidió unas

radiografías cervicales y me dijo que tenía el cuello demasiado recto y propenso a contracturas. Esto fue en mes de abril. El caso es que llevo un año con dolores y hormigueos en menor o mayor grado tanto en los brazos como en el cuello El dolor del cuello en ocasiones me dura días. El traumatólogo me dijo en un principio que con 10 sesiones de fisioterapia (calor, y masajes, y corrientes) sería suficiente; además de un relajante muscular (miorelax) y vitamina b (nervobion). Sin embargo a fecha de hoy (agosto 2006) ya llevo 40 sesiones de fisioterapia, y aunque el fisioterapeuta dice que he mejorado sigo encontrándome contracturada y con molestias. Y el traumatólogo solo se limita a decirme que ya debería haber mejorado. Incluso he comenzado a nadar otra vez por recomendación del médico pero no noto grandes mejoras. No sé si es correcto el diagnóstico y tampoco si necesitaría otro tratamiento. A que especialista debo acudir? Cuanto tiempo lleva realmente rehabilitarse y poder hacer una vida normal de nuevo?

Marisol Alvarez
(Vecino de Barcelona)
Email : marisolamarques@yahoo.es

<p>REF.- 656. PISO MORATALAZ</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!! Telf.- 91-328-74-74 845.000 €</p>	<p>REF.- 2324. PISO MORATALAZ</p> <p>Piso de 2 habitaciones antes 3, completamente reformado, cocina amueblada, baño, salon, trastero. ¡¡REFORMA SUPER MODERNA!! Telf.- 91-328-74-74 257.000 €</p>	<p>REF.- 2024. PISO MORATALAZ</p> <p>Piso bajo, junto al metro, cocina amueblada y reformada, calefaccion tarifa nocturna, suelos tarima. ¡¡NO LO DEJE ESCAPAR!! Telf.- 91-328-74-74 210.550 €</p>	<p>REF.- 2023. PISO MORATALAZ</p> <p>Piso de 3 habitaciones, salon, cocina amueblada y equipada, baño, Calefaccion individual. Mejor ver. ¡¡PARA ENTRAR A VIVIR!! Telf.- 91-328-74-74 279.300 €</p>	<p>REF.- 2019. PISO MORATALAZ</p> <p>Piso de 60 m², 2 habitaciones (antes 3), salon, cocina amueblada y equipada, baño, suelo de parquet. Amueblado ¡¡BUENA COMUNICACIÓN!! Telf.- 91-328-74-74 247.575 €</p>
<p>REF.- 1975. PISO MORATALAZ</p> <p>Piso de 90 m², 3 habitaciones, salon cocina con office, tendedero y despensa, baño y aseo, calefaccion central, aire acondicionado, ascensor. ¡¡PRECIO INMEJORABLE!! Telf.- 91-328-74-74 330.000 €</p>	<p>REF.- 1932. PISO MORATALAZ</p> <p>Piso 100 m², en urbanizacion cerrada, 3 habitaciones, gran baño, salon independiente, cocina amueblada, parquet, aparcamiento con vigilancia, ascensor para entrar a vivir. ¡¡JUNTO METRO!! Telf.- 91-328-74-74 355.000 €</p>	<p>REF.- 1931. PISO MORATALAZ</p> <p>Piso de 100 m², 3 dormitorios, salon, cocina, gran baño, calefaccion individual, muy luminoso, ascensor, para entrar a vivir ¡¡MUY BUENA ZONA!! Telf.- 91-328-74-74 365.000 €</p>	<p>REF.- 1929. PISO MORATALAZ.</p> <p>55 m², piso de 2 habitaciones antes 3, calefaccion, salon, cocina, baño, aire acondicionado, reformado para entrar a vivir ¡¡JUNTO AL METRO!! Telf.- 91-328-74-74 238.050 €.</p>	<p>REF.- 1626. PISO MORATALAZ</p> <p>Piso de 100 m², 3 dormitorios, 2 baños completos, salon independiente, ascensor, garaje, totalmente exterior ¡¡HAY QUE VERLO!! Telf.- 91-328-74-74 395.690 €</p>
<p>REF.- 1539. PISO MORATALAZ</p> <p>Oportunidad. Piso de 57 m², 2 habitaciones, salon, cocina, baño, trastero, c/c, aire acondicionado, ascensor ¡¡JUNTO METRO!! Telf.- 91-328-74-74 264.500 €</p>	<p>REF.- 1481. PISO MORATALAZ</p> <p>Gran piso de 110 m², 3 habitaciones, baño y aseo, calefaccion central, cocina con tendedero, terraza acristalada y trastero. ¡¡GARAJE OPCIONAL. INFORMESE!! Telf.- 91-328-74-74 348.557 €</p>	<p>REF.- 1341. PISO MORATALAZ</p> <p>Piso de 61 m², 3 habitaciones, amplio salon, cocina amueblada y equipada, baño reformado, 2ª altura. Metro Estrella. ¡¡PARA ENTRAR A VIVIR!! Telf.- 91-328-74-74 241.500€</p>	<p>REF.- 1327. PISO MORATALAZ</p> <p>Piso de 62 m², 2 habitaciones antes 3, amplio salon, cocina americana amueblada y equipada, baño, calefaccion individual, zona inmejorable ¡¡AL LADO DEL METRO!! Telf.- 91-328-74-74 240.000 €</p>	<p>REF.- 1675. PISO MORATALAZ</p> <p>ALQUILER Piso de 2 habitaciones antes 3, baño completo, calefaccion individual, aire acondicionado y armarios empotrados. ¡¡ PISO EN ALQUILER !! Telf.- 91-328-74-74 750 €</p>

www.vilsa-asesores.es
vilsa@vilsa-asesores.es

MORATALAZ
91 328 74 74

VALLECAS
91 757 07 07

ARGANDA: 91 875 77 88
ARGANDA: 91 875 75 75
MEJORADA: 91 679 40 40
VALDEBERNARDO: 91 301 61 61
RIVAS: 91 666 13 17
RIVAS PUEBLO: 91 670 12 18
VALLECAS VILLA: 91-305-26-00

La Comunidad ensaya la entrada en servicio de los nuevos trenes 9.000 de la línea 7



29, ago, 06.-

Metro de Madrid ha concluido con éxito la fase más compleja de la remodelación de la línea 7 que permitirá sustituir los trenes que le dan servicio actualmente por el nuevo material móvil de la serie 9000. Estos trenes serán los más modernos y avanzados tecnológicamente de los que circularán por la red la próxima primavera, una vez que concluya el Plan de Ampliación de Metro actualmente en curso. Así lo anunció el pasado día 29 de Agosto la consejera de Transportes e Infraestructuras, Elvira Rodríguez Herrer, en una visita a las cocheras de Metro de Madrid de Canillejas, donde comprobó el funcionamiento de este nuevo material móvil. Para ello, recorrió en uno de estos nuevos trenes el tramo que conecta estas cocheras con la estación de San Blas de la línea 7, que se ha reservado para realizar las pruebas de circulación previas a la entrada en servicio de los trenes. Durante el viaje, la consejera detalló las ventajas que este nuevo material móvil ofrecerá a los 180.000 viajeros que cada día utilizan la línea 7, "que tendrán a su disposición trenes más amplios, innovadores, cómodos, acondicionados y totalmente accesibles para personas con movilidad reducida o algún tipo de discapacidad", señaló. En concreto, cada uno de los trenes está compuesto de seis vagones continuos, cuyo diseño permite aprovechar al máximo el espacio y aumentar su capacidad.

Conducción automática

Entre las características de los nuevos trenes, Elvira Rodríguez destacó que contarán con las medidas de seguridad más avanzadas, puesto que disponen de los sistemas ATP y ATO de conducción automática. Estos sistemas permiten al convoy reaccionar con rapidez ante cualquier incidencia, le impiden rebasar un semáforo en rojo o limitan la velocidad de los trenes según la distancia entre ellos, entre otras medidas. Asimismo, cuentan con modernos equipos de videovigilancia, protección contra incendios y los últimos avances en comunicación y optimización de recursos energéticos con el objetivo de preservar el medio ambiente.



Preparada para el Metro Este

"Gracias a esta profunda remodelación, la línea 7 estará preparada para asumir el aumento de demanda que provocará la entrada en servicio de Metro Este, que llevará el suburbano a Coslada y San Fernando de Henares el próximo mes de mayo y beneficiará a 120.000 personas", explicó la consejera. Durante la primera fase de la adaptación, que se ha realizado durante el verano y para la que ha sido necesario cortar temporalmente el tramo de línea 7 entre Las Musas y Avenida de América, se ha realizado el cambio de catenaria, se han preparado las subestaciones y hormigonado la vía. Una vez finalizada esta parte del trabajo, la más difícil, se va a proceder al cambio de tensión de la línea (de 600 a 1.500 v) y elrodaje de los trenes por la misma para que pueda restablecerse completamente el servicio el 25 de septiembre. En total, Metro de Madrid ha adquirido 26 nuevos trenes de la serie 9000 para dar servicio a la línea 7, con un presupuesto de 225 millones de euros. Además, ha invertido 46 millones de euros en las obras de mejora y adaptación de esta línea con el objetivo de ofrecer a los madrileños un servicio moderno y de gran calidad. Además de los de la línea 7, Metro de Madrid ha adquirido otros 26 trenes de la serie 9000 que se destinarán a las nuevas infraestructuras de Metronorte y Metro Este y a reforzar la actual línea 6. Esta inversión se enmarca dentro de la mayor compra de material móvil de la historia del Metro de Madrid, que ha supuesto la adquisición de 698 coches de metroconvencional y 70 de metro ligero para dar servicio a las nuevas líneas previstas en el Plan de Ampliación de Metro y modernizar las ya existentes.

Durante el primer semestre del año...

El Canal de Isabel II ha revisado 1.800 kilómetros de tuberías para evitar fugas de agua

- La inversión anual que dedica a la renovación de sus conducciones ronda los 30 millones de euros
- Además, reforzó las inspecciones desde 2005 para la detección temprana de averías frente a la sequía

13, ago, 06.-

El Canal de Isabel II ha revisado 1.800 kilómetros de tuberías para evitar fugas de agua durante el primer semestre de este año 2006. La entidad que gestiona los recursos hídricos de la región desarrolla esta campaña de inspecciones cada año para la detección temprana de averías en su red que se extiende a 12.000 kilómetros de tuberías.

Además, desde 2005 ha intensificado las revisiones debido a la escasez de agua a consecuencia de la ausencia de precipitaciones.

Todas estas actuaciones complementan las mejoras y tareas de renovación de la red de distribución de agua, en las que la entidad invierte una media de 30 millones de euros anuales.

El Canal de Isabel II considera esencial la detección de fugas que evite así la pérdida de agua. Para ello, la entidad revisa unos 1.000 kilómetros anuales, aunque en 2005 la campaña se intensificó a consecuencia de la escasez de agua y se llegaron a revisar 3.300 kilómetros de tubería.

En 2006, el Canal ha decidido dar continuidad a esta medida preventiva y, en lo que va de año, ya ha revisado 1.800 kilómetros de tubería en diferentes municipios de la Comunidad. Este esfuerzo refleja el compromiso permanente de Canal de Isabel II con todos los aspectos de la gestión del agua en su ciclo integral, y en particular en el uso eficiente de un recurso considerado social y ambientalmente escaso.



Además de la recuperación del volumen de agua no fugado, existen otras ventajas asociadas a la detección precoz de averías, que evitan daños mayores en el red y en su entorno. En el control activo de fugas se aplican las mejores técnicas de detección de pérdidas y se prueban en el propio sistema todas las tecnologías que suponen una innovación y una oportunidad de mejora en este campo.

Red de distribución

La red de distribución de agua gestionada por Canal de Isabel II alcanza los casi 12.000 kilómetros y su cuidado exige una exhaustiva política de renovación y mejora, encaminada a minimizar las pérdidas de agua ocasionadas por fugas y roturas. La inversión anual dedicada por la empresa a la renovación de sus conducciones ronda los 30 millones de euros.



En el desarrollo de los planes de optimización de la red se tienen en cuenta las oportunidades de renovación en coordinación con los propios ayuntamientos, haciendo coincidir las actuaciones de Canal de Isabel II con otras obras municipales.

El Canal de Isabel II, entidad creada en 1851, abastece en la actualidad al 96 % de ciudadanos de la Comunidad de Madrid repartidos en 164 municipios y a otras ocho poblaciones de las provincias de Toledo, Guadalajara y Ávila. Para proporcionar este importante volumen de agua, se cuenta con las aportaciones de siete ríos de la Sierra del Guadarramay los principales acuíferos de la región. La entidad dispone de 14 embalses y ha desarrollado sistemas de alto nivel tecnológico para el correcto control y gestión del agua.

Para contratar Publicidad : 91 437 40 43

LA CAÑADA



La Cañada, 32 - 28030 MADRID
Registro Sanitario 20.26600M

ABIERTO:

- * De Lunes a Domingopor las mañanas.
- * De Lunes a Viernespor las tardes.

☎ 91 773 20 26

OFERTA: 9,50 €
POLLO + TORTILLA ESPAÑOLA

OFERTAS: 8,80 €
POLLO + 2 EMPANADAS

POLLO + ENSALADILLA RUSA

OFERTA: 8,80 €
POLLO + BOLSÓN DE PATATAS

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

EMPANADAS ESPECIALES GALLEGAS

EUROTRANS RENT A CAR

ALQUILER Y
RENTING DE VEHÍCULOS

Pacífico

www.eurotrans.com.es



10 % de Dcto. presentando este ANUNCIO

LIDER EN ALQUILER Y RENTING DE VEHÍCULOS

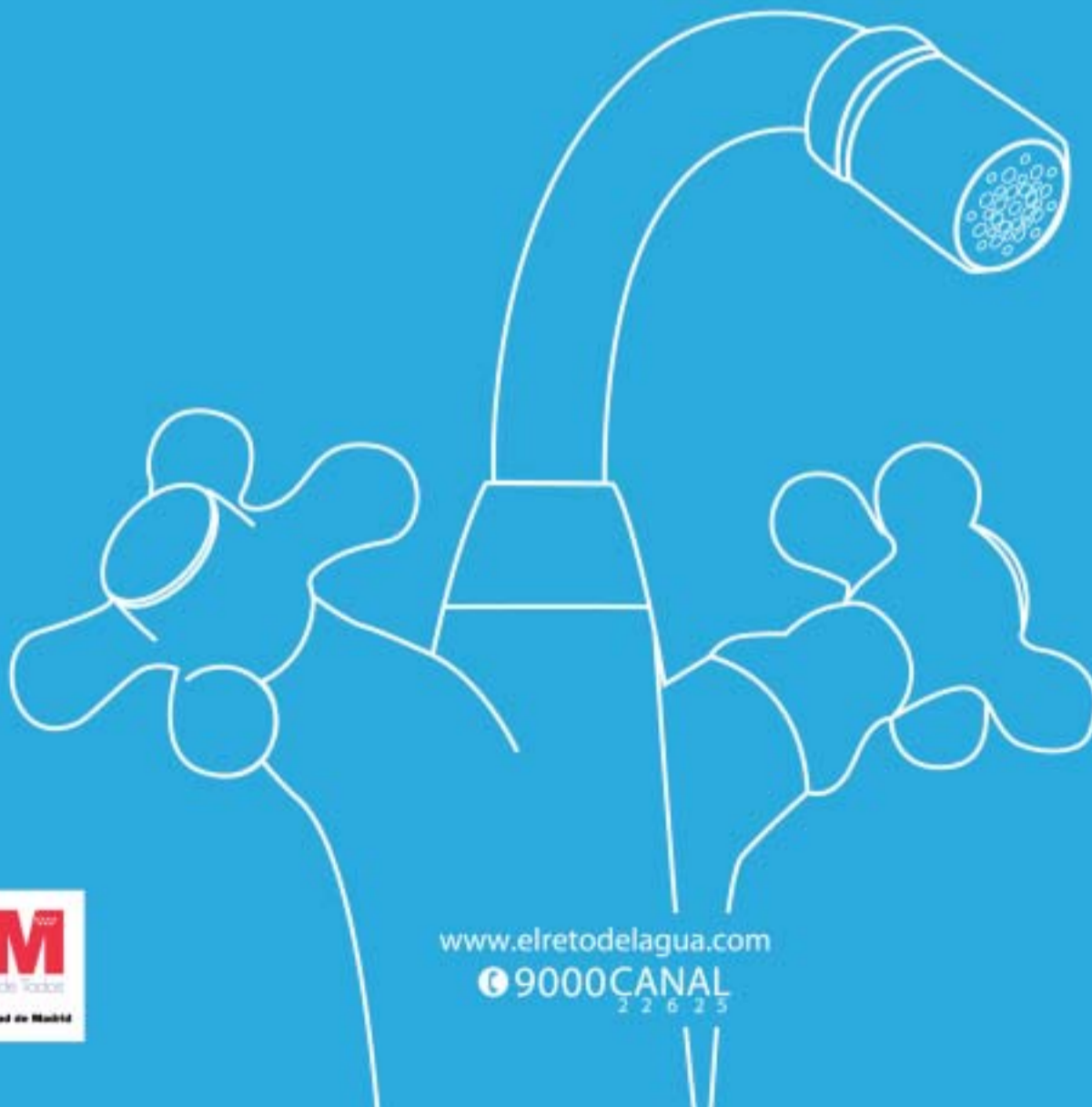
Avenida Ciudad de Barcelona, 190
Tlfno.: 91 552 55 04 - 28007 Madrid

Cada vez que me cierras
mientras te cepillas los dientes,
ahorras hasta 12 litros
de agua. Si todos los madrileños
hacen lo mismo, ahorran
72 millones de litros.



Súmate
al Reto del
Agua

MADRID NECESITA MÁS AGUA.



www.elretodelagua.com
9000CANAL
2 2 6 2 5



Canal de
Isabel II

Cuidemos el agua

LIBROS MÁS VENDIDOS DEL MES

Nº	Título	Autor	Editorial	P. V. P.
1	LA CATEDRAL DEL MAR	Ildefonso Falcones	Grijalbo	19,90 €
2	TRAVESURAS DE LA NIÑA MALA	Mario Vargas Llosa	Alfaguara	19,50 €
3	LA GUERRA QUE GANO FRANCO	Cesar Vidal	Planeta	23,50 €
4	BROOKLYN FOLLIES	Paul Aster	Anagrama	18,00 €
5	LA SOMBRA DEL VIENTO	Carlos Ruiz Zafón	Planeta	14,50 €
6	LA CONJURA DEL FARAON	Antonio Cabanas	Ediciones B	18,50 €
7	EL PROFESOR	Frank McCourt	Maeva	18,00 €
8	ABRIL ROJO (PREMIO ALGAGUARA)	Santiago Roncagliolo	Alfaguara	19,50 €
9	MILENIO 3	Iker Jiménez	Aguilar	19,05 €
10	MAMA SE QUIERE MORIR Y NO HAY.....	Alfonso Ussia	Ediciones B	18,90 €

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

YOGA MENTAL Y SALUD EMOCIONAL**"EL
REGRESO
A LA VIDA
COTIDIANA"**

carencias saludables importantes, al reencontrarnos con la carrera maratónica y contrarreloj en donde no se vive la vida de cada uno en su esencia genuina, porque todo está organizado y controlado para que, en poco tiempo y disipado el sueño lúdico y reparador veraniego, aparezcan los estados anímicos no deseados empezando por la ya clásica depresión post-vacacional para, luego, en la vorágine a la que obliga la servidumbre de la llamada sociedad del bienestar para conseguir más y más en lo material, nos desvíe ó distraiga de manera inconsciente alterando nuestra salud psíquica y emocional, apareciendo de nuevo el estrés, la ansiedad, el insomnio y la depresión. En definitiva, sentirnos mal.

Por ello y aunque se esté supeditado a la dinámica, algunas veces insuperable pero no siempre, de la demanda de los compromisos con la sociedad hay que tener muy presente que la salud emocional es la principal energía que debemos poseer y que hemos de cuidar con esmero, al igual que nos preocupamos del cuerpo. Debemos despertar la consciencia, para discernir con claridad las verdaderas metas de la que debe ser una existencia ó vida sosegada, tranquila y con lucidez para estar lejos de una mente inquieta, desasosegada y que nos hace sentirnos tan infelices. Y qué mejor, qué elegir un método para superar y mantener el verdadero equilibrio de esa parte emocional tan importante. Las técnicas del YOGA son extremadamente eficaces para lograrlo, bien sea

practicando el Yoga Físico (Hatha- Yoga) ó el Yoga Mental (Radja - Yoga).

Os animo a ello por mi dilatada experiencia y comprobareis que el cambio es importante para sentirse mejor, practicando con disciplina y asiduidad. Se consigue, entre otros muchos beneficios, calma, vitalidad, sosiego, contento, armonía, ecuanimidad, para entrar en ese espacio íntimo de cada uno que lleva al autoconocimiento, el crecimiento interior y la autorrealización.

Es una gran satisfacción poder de nuevo seguir escribiendo sobre el " noble arte de vivir " que es el YOGA y aunque como disciplina milenaria oriental que es, tiene infinidad de adagios que iré comentando en próximos artículos, quiero despedirme este mes con una cita del español Miguel Servet, científico y reformista, que es elocuente: "Cada cual es como Dios le ha hecho, pero llega a ser como él mismo se hace".

Bienvenidos a todos los lectores, con un saludo muy especial para mis alumnos de los centros de Día y de Mayores de nuestro barrio, "Arroyo Belincoso" y "Nicanor Barroso".

Paulino Monje

Profesor de
Yoga Mental y Meditación.
Autor de artículos y tertuliano en radio
sobre temas humanistas.
Especialista en Aulas de Mayores
de la Comunidad de Madrid.
paulinomonje@hotmail.com

" El Comentario "

Título... La Quinta Corona

Autor... Javier González

Edita... Plaza - Janés

P.V.P. 17,90.-

Por culpa de una precipitada promesa, Jaime Aguirre se ve envuelto en la búsqueda de los restos de un familiar desaparecido en Rusia mientras combatía en la Disión Azul; un extraño objeto hallado dentro de la tumba del soldado y la reconstrucción de los momentos anteriores a su muerte, rodeados de misterios y de incógnitas sin resolver, llevan a Jaime a comenzar una investigación con un desenlace inesperado.



Paralelamente, Berta Wundermann, nieta de otro antiguo divisionario, va a encontrarse con un pasado que no podía imaginar cuando su abuela Tania le revela un insospechado secreto de familia.

Estos son los puntos de partida de una narración extraordinaria que nos llevará al Madrid que soportaba las embestidas del ejército de Franco, al museo del Prado que almacenaba obras de arte para su traslado, a la caída de Berlín, al sitio de Leningrado y al museo del Hermitage que resistía bajo las bombas nazis.

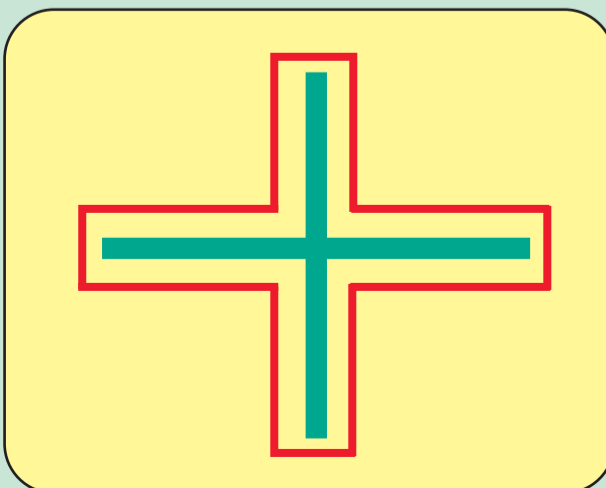
Dos incógnitas históricas reales, la extraña peripecia de un Goya durante la Guerra Civil española y la inexplicable desaparición de un Van Dyck durante la Segunda Guerra Mundial, son los ejes a partir de los que Javier González construye su segunda novela, La quinta corona. Una trepidante historia de espías, estafadores, nazis y fabulosos tesoros donde nada ni nadie son lo que parecen. Y con un final que al lector le costará olvidar.

La quinta corona ha sido traducida a cuatro idiomas antes de su publicación en nuestro país.

[Consultar en Librería Méndez](#)

El Informativo de Moratalaz: "El Periódico de tu Barrio"***** FARMACIAS DE GUARDIA: MES DE SEPTIEMBRE *****

Día 01: Av. Moratalaz, 193 (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: Cº Vinateros, 144 (de 9,30 a 9,30 h.)
Día 03: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 04: Arroyo de las Pilillas, 48 (de 9,30 a 23 h.)
Día 04: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 05: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (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: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 07: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 08: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 08: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 09: Entrearroyos, 23 (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: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (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: Laguna Negra, 13 (de 9,30 a 23 h.)
Día 13: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 14: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 14: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 15: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 15: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)



Abierta 24 horas:
Fuente Carrantona, 47

Día 16: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 18: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 16: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 17: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 17: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 18: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 18: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 19: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 19: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 20: Fuente Carrantona, 47 (de 9,30 a 9,30 h.)
Día 21: Valdebernardo, 20 (de 9,30 a 23 h.)
Día 21: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 22: Vinateros, 4 (de 9,30 a 23 h.)
Día 22: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 23: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 23: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 24: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 24: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 25: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 25: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 26: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
Día 26: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 27: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 27: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 28: Av. Dr. García Tapia, 228 (de 9,30 a 23 h.)
Día 28: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 29: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
Día 29: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
Día 30: Vinateros, 4 (de 9,30 a 9,30 h. día siguiente)

Centro de Masajes y Salud Natural SaKua

Masajes
Terapéutico
Infático
Deportivo
Relajante

Técnicas
Naturopatía y Nutrición
Reflexología Podal
Acupuntura China
Kinesioterapia

Camino de los Vinateros, 124 Bajo
MT L-9 Artilleros
EMT 32-71

Información y petición hora
Tif. 91 439 72 38

Para
Contratar
Publicidad:
91 437 40 43
616 73 87 88

Viajes Hor-Tour

AGENCIA ASOCIADA

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 o Montaña
- Grupos e Incentivos
- Turismo Social (3ª Edad)
- Cruceros - Alquiler de Coches...

"ESTAS VACACIONES EXIGE LO MEJOR"

* ELIGE DESTINO * COMPARA PRECIOS * CONTRATA 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@marsans.es

7 % DTO.
RESERVA ANTICIPADA
PARA TUS VACACIONES DE VERANO.
Más información en tu Agencia de Viajes.

Casado:
"La política universitaria de Madrid nos sitúa a la cabeza de Europa"



22, ago, 06-

El presidente de Nuevas Generaciones de la Comunidad de Madrid, Pablo Casado, se reunió el pasado 22 de Agosto con los responsables de Educación de su Comité Ejecutivo con el fin de analizar el curso académico 2006-2007 y realizar un balance de la situación de las enseñanzas medias y la universitaria para este periodo.

El presidente regional destacó que el Gobierno de la Comunidad de Madrid destina más porcentaje del PIB regional a la universidad pública que la media nacional, y que otros países de la UE como Gran Bretaña o Italia, situándonos a la cabeza junto con países como Alemania, Holanda o Francia". Además, ha señalado que "el gasto por alumno en Madrid es el mayor de España y llega a ser un 40% superior al de otras comunidades.

Casado señaló que el gobierno de Esperanza Aguirre destina el cien por cien de los presupuestos de la Comunidad en materia de enseñanza superior a la universidad pública, y que la administración autonómica financia el 90 por ciento del coste de cada plaza universitaria.

Solidaridad interterritorial y ayudas económicas

Pablo Casado quiso recordar que "uno de cada cuatro alumnos que estudian en las universidades madrileñas procede de otras comunidades autónomas, convirtiendo a Madrid en una región solidaria que apuesta por la integración y la formación de todos sus estudiantes, vengan de donde vengan".

Por último, ha señalado que el gobierno de la Comunidad de Madrid ha multiplicado por cuatro las ayudas a las Becas Erasmus en el último año, y ha creado las becas de excelencia con el fin de motivar y apostar por el esfuerzo académico del alumno, independientemente de su renta. "Si queremos ser profesionales competitivos en el mercado laboral debemos apostar por la formación de calidad, en la que la igualdad de oportunidades se imponga al igualitarismo en la mediocridad que fomenta la izquierda", concluyó Casado.

El Ayuntamiento asfaltarán por primera vez varios tramos de vías con este aglomerado, dotado de importantes beneficios ambientales.

Neumáticos reciclados para pavimentar las calles de Madrid

• Camino de Vinateros, en Moratalaz y Orense, en Tetuán, son las calles cuya experiencia piloto se realiza por primera vez en la Ciudad de Madrid.

Madrid, 31-jul-'06

El Ayuntamiento de Madrid utiliza, por primera vez, neumáticos fuera de uso, cuyo fin hasta ahora era quedar acumulados en un vertedero, para pavimentar varios tramos de calles dentro de la operación **Madrid pavimenta Madrid**. En concreto, se trata de 18.800 metros cuadrados, de los cuales 8.800 corresponden al tramo de la calle del Camino de Vinateros entre la plaza del Corregidor Alonso de Tobar y la calle del Pico de los Artilleros. A este lugar acudió el pasado 31 de Julio el director general de Vías Públicas y Equipamientos Urbanos, Fermín Oslé para explicar los beneficios ambientales de esta nueva técnica desarrollada con tecnología de la petrolera Repsol YPF. Los otros 10.000 metros cuadrados de asfalto, al que se le ha añadido polvo de caucho procedente de neumáticos en desuso, se extenderán en la calle Orense, en el tramo comprendido entre las calles de Hernani y General Perón.

"El betún modificado con polvo de neumático -ha explicado el director general- posee, además de importantes cualidades técnicas para los firmes de las calles, importantes ventajas medioambientales". Entre ellas, además de solucionar el problema que se produce con la acumulación de los neumáticos fuera de uso en los vertederos, se minimiza el impacto acústico ya que se reduce el nivel de ruido que produce la rodadura de los coches. Además, este betún "enriquecido" con el polvo de caucho tiene unas propiedades técnicas que mejoran la cohesión y adhesividad de los vehículos al pavimento e incrementa su resistencia a la radiación solar. De esta forma se consigue una mayor durabilidad ante los efectos climatológicos y se evita, por tanto, su deterioro prematuro.



Madrid pavimenta Madrid en cifras

Esta es la principal novedad de la operación Madrid pavimenta Madrid de este año, una iniciativa en la que se van a renovar las calzadas de 232 tramos de 224 calles de la ciudad, se van a extender 888.181 metros cuadrados de superficie de aglomerado y se van a emplear 95.000 toneladas de asfalto. El objetivo de esta operación es actuar de manera intensiva en las calzadas, corrigiendo la degradación que sufren los pavimentos a causa del intenso tráfico, la cambiante climatología y las continuas intervenciones para reparar averías, renovar conducciones, etc. En esta ocasión, además de estos dos calles en las que se va a emplear este betún modificado con polvo de neumático, se van a aglomerar 18 calles más (166.688 metros cuadrados) con betún modificado de efecto 'anti-ruido'. La ejecución de estas obras suponen la movilización de aproximadamente 200 operarios de mano de obra directa que se encargan de las labores previas, la señalización, los desvíos de tráfico, el extendido de las mezclas asfálticas y, por último, de

la pintura de todas las marcas viales existentes. Todos estos trabajos son controlados por laboratorios homologados que realizan un seguimiento continuo en materia de Seguridad y Salud. Este año se ha previsto una inversión de 6.000.000 euros para la redacción del proyecto y la ejecución de las obras que incluyen los trabajos previos de fresado, puesta en altura de tapas de registro, tratamiento y sellado de fisuras, etc. además del extendido del aglomerado, que se ha realizado durante todo el mes de agosto.

Las obras de pavimentación afectarán a los 21 distritos de la ciudad, siendo Carabanchel, con 24 calles, el distrito donde más vías se van a renovar, seguido de Puente de Vallecas (19), Fuencarral-El Pardo (14), Usera (14), Hortaleza (14), Arganzuela (12), Tetuán (12), Villaverde (12), Chamartín (10), Chamberí (10), Latina (10), Vicálvaro (10), Retiro (8), Villa de Vallecas (8), San Blas (8), Barajas (8), Centro (7), **Moratalaz** (7), Ciudad Lineal (7) y, por último Salamanca (5) y Moncloa-Aravaca (5).

aunion grupo odontológico

ortodoncia - prótesis - estética dental

Revisión y presupuestos gratis y sin compromiso
Limpieza gratuita con todos los tratamientos
!!! VISÍTANOS !!!

30% de descuento en blanqueamientos realizados durante el verano

C/Cordel de Pavones, 16-A - 28032 Valdebernardo - Teléfono: 91 751 21 87

ENSEÑANZA**LIBERTAD DE ENSEÑANZA Y ELECCIÓN DE CENTRO**

La libertad de enseñanza viene reconocida en el artículo 27 de nuestra Constitución. Ello supone para los padres el derecho a educar a sus hijos de acuerdo con sus convicciones y principios morales o religiosos.

Para los profesores supone el derecho a la **libertad de cátedra** que le permite enseñar "su" verdad, aunque esté en contradicción con la de sus colegas. Y para los colegios supone el derecho a establecer un **proyecto educativo o ideario**

Estos tres derechos pueden entrar en conflicto, y de hecho así ha ocurrido repetidas veces. En el caso de enfrentamiento del derecho a la **libertad de cátedra** de un profesor y el **proyecto educativo** de un centro, el Tribunal Constitucional ha sentenciado que ambos deben ser rigurosamente respetados.

En principio, un padre tiene derecho a que sus hijos reciban una enseñanza de acuerdo con sus principios, lo que no siempre será posible, bien por enfrentamiento con el ideario, o bien por la diversidad de opciones. Supongamos un colegio católico que escolariza alumnos mahometanos, evangelistas, mormones, hindúes, etc, según ocurre en



más de un colegio de Moratalaz.

Pero sí es posible, al menos en teoría, la elección de centro docente, salvo que se trate de un centro concertado con exceso significativo de solicitudes.

En la campaña que acaba de finalizar, todos los niños de 3 años han encontrado plaza en el colegio público solicitado. Sin embargo en la enseñanza concertada, las vacantes existentes para dicho nivel han sido insuficientes para hacer frente a las numerosas solicitudes. Y el hecho se ha repetido igualmente en toda la Comunidad de Madrid, sobre todo en los municipios pequeños.

Para el curso 07-08 volverán a aumentar los alumnos de 3 años y la elección de centro será todavía más difícil.

Los padres eligen decididamente la enseñanza concertada, y si no se abren nuevos colegios de este tipo, la tercera parte de la población escolar se escolarizará en un centro no deseado. Porque los colegios públicos que funcionan a satisfacción de las familias, aunque los hay, no abundan precisamente.

Antonio Ferrández Pérez

...Opinión**¿ Por qué a los Niños ?**

El mes de septiembre es el mes de los niños, es el mes en el que se estrena cartera y se pasa el umbral del primer colegio para unos, y el reencuentro con los amigos para otros, el intercambio en el recreo de las emociones vividas durante el verano, pero no en todas las ciudades hay uniformes vistiendo los



escaparates, ni niños soñando con el nuevo curso. Son ciudades que se despiertan con el ruido de las bombas, con los ataques continuos, y en éstas ciudades también viven niños, niños que no van al colegio porque es un montón de ruinas, niños que no entienden por qué un día no volvió su padre a casa, o por qué su madre tiene que afanarse en conseguir el poco alimento que ni siquiera cubrirá sus necesidades. A veces se convierten solo en cifras que olvidamos cambiando de canal, pero ellos siguen deambulando por un país donde no hay sitio para los juegos, con una esperanza que nunca saben si llegará a cumplirse, y yo que desde mi sillón veo pasar sus vidas, también me pregunto el por qué, quisiera pensar que solo es una pesadilla que desaparecerá con los primeros rayos del alba, que no hay niños sin sonrisa, que a todos los despierta la mañana con olor a galletas y a leche caliente, pero cada vez que el mando de la televisión hace aparecer su imagen, los contemplo con esa pregunta en la mirada que nunca tiene respuesta, lejos, muy lejos de tantos otros que lloraran éstos días porque no quieren ir al colegio, mientras que los niños de la guerra, ni siquiera tienen lágrimas que puedan expresar la cruda realidad que el destino ha deparado a sus cortas vidas.

Isabel Toledo

**Colegio San Martín**

¡TODO UN PROYECTO PARA UNA EDUCACIÓN EN VALORES !

- ❖ EDUCACIÓN INFANTIL CONCERTADA a partir de 3 años
(Enseñanza precoz de Idiomas)
Educación muy personalizada
- ❖ PRIMARIA CONCERTADA:
(Francés, Inglés e Informática extraescolar)
- ❖ E.S.O. CONCERTADA:
(Francés, Inglés e Informática : Internet ADSL)
- ❖ ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES:
Inglés – Informática – Expresión artística – Judo - Deportes - Ajedrez

- ✓ Atención individualizada.
- ✓ Desarrollo de hábitos de estudio.
- ✓ Formación integral.
- ✓ Estrecha relación con los padres.
- ✓ Intercambio con Centros extranjeros para perfeccionamiento de idiomas.
- ✓ 40 años de experiencia formando a los alumnos de los diversos niveles educativos

El Colegio San Martín fundamenta su acción educativa en una concepción global del hombre y del mundo, dando respuesta al deseo de educación que manifiestan las familias y con el propósito de educar personas que desarrollen todas sus aptitudes intelectuales y una voluntad capaz de llevar a cabo las metas que se propongan.

SERVICIOS:

- Comedor
- Gabinete Psicopedagógico y departamento de Orientación.
- Seguro Escolar
- Gabinete Médico (diario)
- Medios Audiovisuales y Biblioteca
- Gimnasio y Laboratorios .

Avda. Dr. García Tapia, 124 (Moratalaz) – Información: 91 439 06 24

CURAS ADELGAZANTES Y REDUCTORAS TRAS EL VERANO



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

**DEPARTAMENTO DE INVESTIGACIÓN
LÁSER Y NUEVAS TECNOLOGÍAS
APLICADAS EN DEPILACIÓN**

Tel.: 91 430 03 96

C. Corregidor D. Valderrábano, 72 (Esq. Doctor García Tapia)



Estética Especializada
PARREÑO

Si este verano no te has sentido satisfecha de tu línea o, has tenido algún que otro exceso que la haga peligrar, **ahora es un buen momento para ponerse en forma.**

Nuestro centro te propone **soluciones apropiadas.** A través de un diagnóstico de belleza creamos **sesiones a la carta:** Fangos, Limos, Agua, Terapia Floral, Aceites Esenciales, Fitoterapia y las tecnologías más avanzadas... es el arsenal que nos permite **hacer realidad tus deseos.**

Uno de los mejores equipos de Madrid

**Centro especializado en
Tratamientos Corporales, Faciales
y Depilación Definitiva.**

CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN
COMUNIDAD DE MADRID

UNIÓN EUROPEA
FONDO SOCIAL EUROPEO

CENTRO PÚBLICO DE EDUCACIÓN DE PERSONAS ADULTAS "MORATALAZ"
C/ Corregidor Alonso de Tobar, 7 - 28030 MADRID Tel.: 91 437 02 19
www.educamadrid.org/web/cepa_moratalaz_madrid cepa.moratalaz.madrid@educamadrid.org

Enseñanza OFICIAL y GRATUITA

Turnos de Mañana y Tarde-Noche

ENSEÑANZAS DE FORMACIÓN BÁSICA

- EDUCACIÓN BÁSICA PARA ADULTOS
Título de Graduado en Educación Secundaria
- ESPAÑOL PARA INMIGRANTES

ENSEÑANZAS TÉCNICO-PROFESIONALES

- Taller Operativo de Formación Ocupacional: Técnicas Básicas de Enfermería
- Preparación a las Pruebas de Acceso a Ciclos Formativos de Grado Superior

ENSEÑANZAS PARA EL DESARROLLO PERSONAL Y LA PARTICIPACIÓN

- Curso de Preparación a las Pruebas de Acceso a la Universidad Mayores 25 años
- Curso de Legislación Básica y Técnicas Administrativas para la Inserción Laboral
La Constitución, Legislación Autonómica... útil para preparación de Oposiciones, etc.
- Cursos de Informática: Iniciación, Ofimática, Internet
- Cursos de Inglés: Inglés 1, Inglés 2, Inglés 3

OTRAS ACTIVIDADES

- Ampliación Cultural
- Taller para Aprender la Música Clásica
- Teatro
- Poesía
- Visitas Culturales
- Excursiones...

ENSEÑANZAS A DISTANCIA

100 CURSOS de FORMACIÓN a través de INTERNET. Aula Mentor

www.mentor.mec.es

METRO

Antilleros
Vinateros
Pavones

AUTOBUSES

8 - 20 - 30 - 32
71 - 100 - 113

Matriculación desde Septiembre

Apertura en Moratalaz

Centro de Yoga «SIDDHA»

(muy cerca del metro y paradas de autobús líneas 20, 30 y 32)

Clases de:

- **Yoga Psicofísico (Hatha - Yoga).**
- **Control respiratorio (Pranayama) y relajación profunda.**
- **Yoga Mental (Radja - Yoga).**
- **Tai-Chi**
- **Cursos especiales para la tercera edad.**

La práctica de estas técnicas milenarias de Oriente, proporciona fortaleza al cuerpo y sus órganos, tranquiliza el carácter, renueva la energía, equilibra el sistema nervioso, etc.

Profesorado con experiencia, impartiendo las clases de YOGA MENTAL un conocido especialista de dicha técnica y de prestigio reconocido por los beneficios proporcionados a numerosas personas.

Matrícula gratuita

Información y reserva de plazas:
Tel.: 917 737 132
664 564 371



“CLUB BALONCESTO”
C. B. MORATALAZ

VALDEBERNARDO, S/N (28030 MADRID)
CONTACTA CON NOSOTROS EN
www.usuarios.lycos.es/cbmoratalaz4/

TEMPORADA
2006 - 2007

**EQUIPOS
FEDERADOS Y
MUNICIPALES**

“Foto de Familia”



¡HOLA AMIGO@S!

* DESDE ESTAS PÁGINAS OS SALUDAMOS Y APROVECHAMOS PARA ANUNCIAROS EL COMIENZO DE UNA NUEVA TEMPORADA DE PASIÓN POR EL BALONCESTO. COMO SIEMPRE, CONTAMOS CON VUESTRA IMPRESCINDIBLE AYUDA PARA HACER QUE NUESTRO DEPORTE FAVORITO REPRESENTA UNA VEZ MÁS, PARTE

IMPORTANTE EN LA VIDA DE LA JUVENTUD DE NUESTRO DISTRITO.

* ESTAREMOS LOS DÍAS 9, 16, 23 Y 30 DE SEPTIEMBRE EN LA PISTA 4 DEL POLIDEPORTIVO DE MORATALAZ.

¡OS ESPERAMOS!

Felicitaciones y Demostraciones de Amor
“No Espere a Fechas o Momentos Especiales”
¡ Hágalo Ya !

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 TI.....

Puede Felicitar, 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



31/07/2006
Felicitaciones
Dra. Paola Ramundo!!
Besos - Aixa

**PARA CONTRATAR
PUBLICIDAD**

91 437 40 43
616 73 87 88

**CENTRO DE YOGA Y TERAPIA
ENCUENTRO**



El equipo de profesionales que trabajamos en Encuentro, os damos la bienvenida con la misma ilusión que en cursos anteriores y con nuevos proyectos que llevar a cabo con todos vosotros, que sois ese maravilloso material humano que nos empuja a profundizar e investigar en nuestros conocimientos.

Te ofrecemos a través del Yoga, Tai-chi, Chi-kund, un trabajo consciente y enriquecedor donde el crecimiento personal no se quede solamente en proyecto, y puedas desarrollar todo ese potencial positivo que llevas dentro.

Tenemos un espacio para la meditación, donde técnicas sencillas te ayudarán a educar tu atención en el presente, purificando



y liberando tu mente, llevándote a la paz y la tranquilidad interior.

Contamos con un espacio tranquilo y acogedor donde en un ambiente agradable puedas reponer y equilibrar tus fuerzas después o antes de la jornada de trabajo y que desde el primer día puedas sentirlo como algo tuyo.

En él encontrarás una amplia biblioteca para que puedas profundizar y ampliar los conocimientos que vas adquiriendo en las clases, y

que seguro te ayudaran a aclarar tus dudas.

Te proponemos "mirar" el masaje de una manera distinta: no solo para quitar o aliviar esos dolores que te están restando calidad de vida, sino para dar al cuerpo - mente un espacio de calma y relajación donde se sanen las emociones contenidas, y se cree así un equilibrio necesario y duradero en tú sistema nervioso.

Al margen de las clases y a lo largo del curso tendrás oportunidad de asistir a los sábados de Encuentro donde se hace un trabajo global con distintas técnicas corporales. Talleres sobre distintos temas: Seminarios de fin de semana donde se desarrollarán temas monograficos, organizados por el propio Centro y también los que organizan la Asociación profesional de Profesores de Yoga de Madrid.

* Para tu comodidad seguimos manteniendo un amplio horario de clases de MAÑANA, MEDIODÍA, TARDE Y NOCHE.

Inscripciones:

" El Centro estará abierto los días 25 y 26 de septiembre de 19:00 a 21:00 horas de la tarde para que te puedas informar e inscribir".

Las clases empiezan en Octubre.

¡¡Dedicale un tiempo, porque tú eres lo más importante!!

Te esperamos.
El Equipo de ENCUENTRO

Centro de Yoga y Terapia ENCUENTRO

* **GRUPOS:**

- YOGA
- TAI-CHI
- TALLERES-SEMINARIOS

* **INDIVIDUAL:**
(previa petición de hora)
**MASAJE TERAPÉUTICO
TERAPIA DE POLARIDAD
REFLEJOTERAPIA
FLORES DE BACH**

Te ofrecemos un lugar de encuentro para tu salud y crecimiento personal

C/ MARIO CABRÉ, 11 (POSTERIOR)
Colonia Nueva Esperanza - Metro Artilleros
Autobuses: 30 -32 -71 -100 - 140
TEL.: 91 371 34 61

Empezamos nuevo curso con las energías renovadas después de las vacaciones, para entrar en el otoño con fuerza y vitalidad.

Con el recuerdo vivo, lleno de la luz y el color de los días largos y del cambio de actividad con el que rompemos la monotonía de todo el año.



"LA DIFÍCIL VUELTA AL TRABAJO TRAS LAS VACACIONES: EL SÍNDROME POST-VACACIONAL Y CÓMO PREVENIRLO"

* La vuelta del periodo vacacional supone para todos un duro cambio al que nos cuesta adaptarnos. El periodo de relax y de libertad se acaba y vuelven las obligaciones, los horarios y la rutina.

Todos hemos sufrido alguna vez alguno de los síntomas provocados por el llamado Síndrome Post-vacacional. Aunque no es una patología propiamente dicha, contiene un componente de tristeza y angustia leve y que pasa en pocos días. Necesitamos un periodo de adaptación a los horarios, responsabilidades, obligaciones... que suponen la vuelta a casa y en ese periodo podemos sufrir ansiedad, cansancio, desgana o tristeza. Pero hay personas que acusan una serie de síntomas de inadaptación de forma severa, en concreto, un 35% de trabajadores de entre 25 y 40 años.

¿Qué es el Síndrome Post-vacacional en realidad? Es un concepto amplio que describe una incapacidad de adaptación al trabajo y a la rutina diaria tras la finalización de las vacaciones. Esta inadaptación conlleva una serie de síntomas en forma de desequilibrios, que suelen remitir al cabo de dos semanas en algunos casos agudos, aunque lo habitual es que remitan a los pocos días. Es un conjunto de síntomas que reflejan un estado de ánimo como reacción de rechazo al trabajo tras un periodo más o menos prolongado de vacaciones. Estos síntomas pueden situarse próximos a la depresión, irritabilidad, astenia, tristeza, apatía, ansiedad,

insomnio, dolores musculares, tensión, náuseas, taquicardias, sensación de ahogo y problemas de estómago, entre otros.

Las causas de este síndrome son variadas, pero el desajuste horario es la principal, seguida del cambio en el ritmo diario y en los ciclos, cambio en las comidas y sobre todo, en nuestra actividad social. Si a esto le añadimos el regreso a un entorno de demandas y exigencias y a un ritmo que nos hace cambiar bruscamente nuestros hábitos de las últimas semanas, tenemos muchas posibilidades de ser víctimas del Síndrome Post-vacacional.

Pero no todas las personas que regresamos de vacaciones padecemos este síndrome. La variable más importante para manifestar esta inadaptación es la percepción subjetiva de la vuelta al trabajo, la vivencia de nuestra vuelta al trabajo. Debemos reconocer que el entorno de trabajo es un elemento fundamental junto a la percepción que de dicho entorno tenemos. La relación con jefes y compañeros puede hacer más llevadero o dificultar el proceso de adaptación al regreso.

El tiempo que estamos de vacaciones también es otro elemento que influye

notablemente. Es recomendable dividir el periodo de vacaciones de modo que podamos disfrutarlas en dos periodos siempre que sea posible. ¿Cuántas veces nos planteamos que nos quedan aún otros 11 meses para volver a descansar? Este planteamiento nos lleva directamente al Síndrome Post-vacacional. Debemos intentar plantearnos que volvemos con energía renovada, nunca contando el tiempo como una cuenta atrás. Una vez que el fin de las vacaciones está próximo, es adecuado no dejar todo para última hora, sino regresar tres o cuatro días antes e ir adaptando nuestro ritmo al habitual, lo que puede ayudar a reducir el impacto de la vuelta a la normalidad.

En nuestro puesto de trabajo, se recomienda comenzar de manera gradual, siendo conscientes de que nuestro rendimiento irá aumentando en un par de días. Es importante ajustar nuestras expectativas, ya que si desde el primer día de incorporación pretendemos abarcar demasiado, surgirá la frustración ante la imposibilidad de obtener dichos objetivos y con ella, el desánimo y la ansiedad. Además, la coincidencia de que el primer día de trabajo sea lunes puede agravar esta situación de inadaptación. Si es posible, lo ideal es hacer la vuelta en un día diferente de la

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

semana, así reduciremos el impacto psicológico de vuelta al trabajo. Retomar la vuelta al trabajo con una actitud positiva, con visión de reencuentro con la normalidad y nuestra tarea, será nuestra meta en los primeros días sin tratar de alargar este proceso inútilmente.

No obstante, si pasado un tiempo prudencial desde la vuelta a la normalidad (entre 15 días y un mes), estos síntomas persisten, debemos plantearnos que probablemente no estemos hablando de este síndrome, sino de

algún otro problema de fondo que estaría en el origen del malestar y que nada tendría que ver con el regreso de vacaciones, más bien ya lo sufriríamos antes y con estos ajustes temporales se ha podido agudizar. En esos casos, lo recomendable es acudir a un profesional que realice una evaluación de la problemática y un tratamiento personalizado.

Arancha Luengo López
Psicóloga del Centro de Psicología EBER

Visitenos 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

"FIN DE CURSO Y COMIENZO DEL NUEVO"

* Una vez más, nos ponemos en contacto con vosotros para relataros los últimos eventos que hemos tenido en nuestra asociación (AFAEMO) hasta finalizar el curso y comentaros, también, nuestros proyectos para el curso que viene.

RELATO CRONOLÓGICO:

VISITA A LA ESCUELA SUPERIOR DE HOSTELERÍA Y TURISMO

Al igual que el año pasado, nos abrieron las puertas de la Escuela Superior de Hostelería y Turismo, para que, otro grupo de nuestros usuarios, pudiera disfrutar y compartir con sus alumnos sus instalaciones y darnos a conocer una pequeña muestra de los conocimientos que han adquirido a lo largo de sus estudios y que, en muchos casos, llega a alcanzar un gran nivel y estar a la altura de los mejores cocineros de todo el mundo. ¡Ojalá que algún día, alguno de nuestros chicos - al menos- pudiera compartir sus enseñanzas!

D. Víctor García, Director de la Escuela, amable en su gran labor, fue quien nos enseñó y explicó todo lo habido y por haber del Centro y ver cómo los alumnos que están en ella practican y elaboran platos muy interesantes y apetitosos.

D. Roberto Hernández Cadenas, Director de NAVALTELECOM, S.L.

se preocupó de que no nos quedásemos con ganas de probar las exquisiteces que estaban elaborando y nos subvencionó un gran ALMUERZO que contribuyó a que, como el pasado año, comprobáramos la desenvoltura de los camareros, tanto en el preparado de las mesas como en la diligencia de su servicio. Se notaba un gran nivel del Profesorado.

VISITA A LA VILLA REAL DE NAVALCARNERO

La visita se llevó a cabo en el mes de abril y fue muy grata e inolvidable. Prescindimos de autocar y aprovechamos para trasladarnos en el transporte público.

Nada más llegar a Navalcarnero, el autobús de la oficina de Turismo nos estaba esperando en el lugar llamado "El Pijorro", y desde allí, con una amabilidad y cariño a destacar de sus ocupantes, nos llevó al monumento de la Casa de la Cadena, donde el Rey Felipe IV y Dª Mariana de Austria recibieron la bendición conyugal y les sirvió de casa nupcial, ya que pernctaron en ella dos noches.

Desde aquí fuimos a la Iglesia Parroquial Ntra. Sra. de la Asunción, declarada Monumento Histórico Artístico, de carácter nacional desde 1983 y Bien de Interés Cultural en diciembre de 2000, en ella cohabitaban distintos estilos arquitectónicos como el gótico, barroco, renacentista,

clasicismo escorialense o el hispano-mudéjar, la mayoría de los retablos y pinturas corresponden al barroco de los siglos XVII y XVIII.

A continuación nos llevó a la plaza de Segovia, corazón del municipio, llamada así porque un día esta Villa y su ejido pertenecieron al Sexmo de la Ciudad de Segovia, su arquitectura corresponde a la tradicional castellana, de forma irregular, espaciosa y con estructura porticada en tres de sus cuatro lados, sus fachadas con sus colores y elementos figurativos intentan ser fieles a su forma original. Ha sido galardonada con el premio Europa Nostra en el 2001, por la gran labor de rehabilitación arquitectónica y cultural.

Pasamos por la Casa de la Lonja, donde reímos y disfrutamos un montón, llegamos al museo del Vino situado en la Plaza de Alonso de Orreo. Es una antigua bodega del siglo XIX donde nos mostraron la tradición vitivinícola y el proceso de elaboración del vino.

Nos sorprendió comprobar que era una cueva excavada a mano hace más de 300 años, con bóvedas, muros y arcos de ladrillo de estilo tradicional castellano, preparada para la conservación del vino, acondicionada con tinajas, barriles de madera y bastante utensilios relacionados con el vino. Cuenta con una sala de proyecciones donde nos emitieron un documental mostrándonos la vinculación de Navalcarnero y el vino.

Ya al mediodía y con la ayuda y orientación de nuestra amiga Amelia Collado nos dirigimos al Restaurante Juan de Dios Jiménez conocido por "El Tropezón", donde nos sirvió una gran comida, abundante, rica y especial de este lugar. Aquí repusimos nuestras fuerzas y paramos la llamada de las glándulas digestivas, que estaban para explotar, sirviéndonos para continuar el recorrido por el Pozo de los Capones, Parque Histórico de San Sebastián, Plazuela del Mercado, el Mercado Municipal y Casa de la Lonja donde se conserva una portada con un escudo de hidalgo, unos balcones con herrajes del siglo XIX y un bello patio interior de austero sabor toledano.

Y para finalizar, visitamos la Bodega de Andrés Díaz catando sus excelentes vinos y cogiendo el autobús de regreso para llegar al punto de partida contentos y satisfechos.

VISITA A LAS INSTALACIONES DE GALLINA BLANCA EN LA C/IBIZA

Sustituyendo a la habitual clase de cocina, del mes de mayo, otro grupo de usuarios y familiares nos reunimos en los locales de Gallina Blanca con el fin de recibir una suculenta clase de cocina y posterior degustación.



En estas instalaciones nos dieron una clase práctica de cocina en la que nos enseñaron a hacer un arroz con atún de una forma sorprendentemente rápida y exquisita, además de darnos a conocer todos sus platos y trucos para enriquecer los platos y darles un toque personal a cada uno.

Una vez cocinados los platos, nos los dieron a degustar a cada uno de los presentes, incluso un sabroso postre.

También fuimos obsequiados con productos y una fiambra con el logotipo de Gallina Blanca. También destacamos la amabilidad con que nos atendieron.

EXCURSIÓN AL REAL SITIO DE LA GRANJA (SAN ILDEFONSO) VISITANDO: CENTRO NACIONAL DEL VIDRIO, PALACIO REAL DE LA GRANJA, CENEAM Y PALACIO DE VIDRIO.

El día 10 de junio tempranito salimos hacia esta interesante excursión, en la que teníamos un programa bastante apretado.

Primero visitamos el Centro Nacional del Vidrio en La Granja, en el que ya nos estaba esperando una guía del Centro para acompañarnos

en la visita, fuimos visitando sus dependencias, primero los hornos donde se producía el vidrio (llegando a alcanzar los 1500 grados de temperatura), nos enseñaron tanto el material que se utiliza en su confección (vitrificantes (arena de sílice), fundentes (sodio, calcio) y estabilizantes (aluminio, plomo, zinc)), como los moldes y la forma en que se trabajaba en la época de los Borbones, y también cómo se hace en nuestros días. Asistimos a una demostración de logotipo de vidrio soplado, en la que con gran destreza, un maestro fue soplando en una varilla de vidrio candente, hasta conseguir darle la forma de una copa.

Vimos expuestas muchas piezas confeccionadas allí mismo en vidrio: talladas, de colores, espejos, vidrieras, arañas (lámparas de cristal, la mayoría expuestas en los palacios de toda España), etc... También vimos la exposición temporal que había en ese momento, dedicada a Bert Ban Loo y a su obra.

Una visita muy instructiva y enriquecedora para nuestros chicos, los cuales demostraron un gran interés en todo su recorrido.

A continuación visitamos el Palacio Real que, también junto a un guía, fuimos recorriendo sus ricas y bellas

dependencias, destacando, los frescos de sus techos y los suelos de mármol (aunque no todos son los originales, ya que un terrible incendio acabó con una parte de sus dependencias), también su colección de relojes (todos funcionando) y por supuesto las arañas construidas en la fábrica de cristal de este Real Sitio.

Este palacio fue mandado construir, por Felipe V en el año 1720, en el lugar que tenían construida una granja los monjes jerónimos del Parral, de ahí su nombre. Este palacio a lo largo de los años ha ido sufriendo ampliaciones hasta llegar a ser este tan magnífico y admirado por todos, en cuyo diseño tuvo mucho que ver Isabel de Farnesio esposa del rey.

Muy comparado con el palacio de Versalles, aunque éste de la Granja fue construido con distintos fines, ya que fue pensado para reposo y descanso de los reyes, sobre todo por sus jardines y monumentales fuentes, que en nuestro recorrido dejamos para una próxima visita.

Desde aquí nos dirigimos al CENEAM, en cuyo lugar en sus comedores teníamos contratada una suculenta comida típica de la tierra, los famosos "Judiones de La Granja". El CENEAM no pudimos visitarlo por falta de tiempo, por lo que la aplazamos para la visita que programaremos en otoño y que haremos para ver los jardines y las fuentes de La Granja.

Ya una vez que saciamos nuestro apetito, nos encaminamos a nuestro último destino el Palacio de Riofrío, que fue mandado construir por Isabel de Farnesio a la muerte de su esposo y en el reinado de su hijo Fernando VI.

Cabe destacar además de su magnífico porte, el gran patio interior, la escalera de honor, la capilla y sobre todo el museo de caza (en el que se contempla la fauna de la zona escenificada en su hábitat natural).

También es de destacar la población de ciervos que están en los alrededores del palacio en total libertad.

Ya cansados y contentos por la larga jornada, cogimos el autocar de vuelta, en el que todavía nos quedaron fuerzas para cantar dirigidos por la incansable Alejandra. También y como ya es costumbre en las excursiones se sortearon unos pequeños obsequios para nuestros usuarios para que tuvieran un recuerdo de este día.

No puedo dejar de hacer notar nuestro AGRADECIMIENTO a todas las entidades y personas que nos recibieron y nos facilitaron la entrada gratuita a sus centros y nos dieron un trato especial.

Y también a la Junta Municipal de Moratalaz, quien nos facilitó gratuitamente el autocar que nos trasladó en todo el recorrido y un especial recuerdo a Paco el conductor que tuvo un comportamiento ejemplar hacia todos nosotros.

Y por supuesto a ti Moisés (Informativo de Moratalaz), darte las gracias por darnos tantas facilidades en la publicación de nuestros acontecimientos.

Cómo podéis ver trabajamos con el fin de hacer la vida un poco más agradable a nuestros chicos/as y conseguir que su vida social sea lo más enriquecedora posible.

CURSO 2006/2007

Ya tenemos próximo el comienzo del curso y la fecha de inicio será el día 18 de septiembre en su horario habitual.

Tenemos muchos proyectos y nuevas noticias que os iremos informando puntualmente.

Como ya sabéis nuestra querida Josefina Aneiros, dejó de forma voluntaria la presidencia de nuestra Asociación. En la renovación de cargos a la Junta Directiva habida en la Junta General celebrada en 2005, quedó aplazada esta renuncia hasta la Junta General de este año 2006, por motivos que ya explicamos en la Asamblea, por lo que ya se ha hecho efectivo el cambio de presidenta, recayendo ahora el cargo en Concepción Gascuña, a la cual le damos la enhorabuena y la pedimos que no flaquee cuando las cosas se pongan difíciles y sepa que nos tiene a su lado al resto de la Junta.

Os cuento todo esto porque ahora sí es el momento y estamos preparando un HOMENAJE a JOSEFINA. Desde nuestra Asociación la damos las gracias por todos sus desvelos y sacrificios y sobre todo la ayuda que nos ha prestado a todos a lo largo de tanto tiempo, ahora seguirá a nuestro lado como vicepresidenta, por lo que esperamos que siga colaborando con el mismo entusiasmo que hasta ahora.

La dirección nuestra es: AFAEMO C/ Arroyo Fontarrón, 369 y 417 DR. 28030 MADRID Teléf.: 913713529

Los miércoles funciona de 18:00 a 20:00 horas el taller de autoayuda, en el que podéis tener contacto con otras personas con el mismo problema.

De nuevo, muchas gracias a todos y hasta el próximo número.

Alejandrina e Isabel (Vocales de AFAEMO)

* * POEMAS * * * * POEMAS * *

¡ ATENCIÓN !
- Para Enviar sus Cartas:
"Poemas, Cuentos, Cartas al Director, etc..."
* Informativo de Moratalaz *
Apartado de Correos, 39.149 - 28080 Madrid

" Versos a Moratalaz "

Tengo muy buenas razones
y a Dios gracias quiero dar
un día viene a ser vecino
del barrio de Moratalaz

Un anuncio nos decía
mamita dile a papa
que no lo piense y nos compre
un piso en Moratalaz.

Quien se iba a imaginar
de una manera tan real
por tener hasta ya tiene
su junta Municipal.

Y lo tengo que decir
porque si no mentiría
la Junta Municipal
esta muy bien dirigida.

Doña Fátima Núñez Valentín
esta Junta la preside
tiene un equipo muy bueno
y ella muy bien lo dirige.

Con su entrega y buen hacer
al barrio engrandecerán
como diría un castizo
nadie lo puede dudar.

Que no piense nadie mal
del orgullo que tenemos
vecinos de Moratalaz
pero somos madrileños.

Y entre todos consigamos
con trabajo y con esmero
aquello que bien decían
que desde Madrid al cielo.
Por eso yo en estos versos
barrio de Moratalaz
ese granito de arena
yo bien quisiera aportar.



Y decirle a los vecinos
de manera muy sencilla
que todos con ilusión
formemos una gran piña.

Los creyentes religiosos
a la Almudena pidamos
que los buenos dirigentes
nos la guarde muchos años.

A San Isidro glorioso
nuestro patrón de Madrid
con devoción y cariño
también vamos a pedir.

No consienta que en Madrid
haya ya mas atentados
y todos los españoles
nos llevemos como hermanos.

Barrio de Moratalaz
alto y claro he de decir
que estos versos con cariño
he compuesto para ti.

Octavio Huelamo

" A Josefina y Juan "

Era un día de verano
cuando el sol brillaba tanto
ví pasar a Josefina
que me enamoró su encanto.

Ví su pelo largo y rubio
y sus rizos tan dorados
con el sol brillaban tanto
que yo quedé enamorado.

Dime niña, Josefina
cuando ves el arco iris
tus ojitos brillan tanto
que parecen alhelíes.

Tu eres tan linda y bonita
y con esa sonrisita
dejaste mi corazón
envuelto en una bolita.

¡Ay mi niña, Josefina!
vamos juntos a la playa
y yo me siento en la arena
y miro como te bañas.

Te acuerdas de aquel día
caminando por la arena
que yo te compré una rosa
y la puse en tu melena.

Hay mi niña, Josefina
es tu cara tan bonita
y cada vez que te miro
el corazón me palpita.

En una noche de luna
los dos miramos el mar
y nos alumbró una estrella
que el cielo quería cruzar.

¡Ay mi niña, Josefina!
eres tan linda y bonita
y con ese caminar
tu despiertas a las flores
que te miran al pasar.

Tu te acuerdas de aquel día
cuando calentaba el sol
tu tumbadita en la arena
y yo aguantando el calor.

Josefina, niña mía
tu eres estrella y lucero
tienes carita de luna
y por eso yo te quiero.

**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. En este caso hablaremos del...

"EL ACARREO"

* *El acarreo consistía en trasladar las mieses segadas hasta las eras, donde se trillaban y se hacían todas las tareas necesarias hasta separar el grano de la paja.*

Como comentaba en el artículo del mes pasado sobre la siega, las mieses una vez segadas, solían dejarse en pequeños montones (yeros y algarrobos) o en haces recogidos en pequeñas hacinas (haces colocados de forma que se protegiera lo mas posible de las posibles lluvias) el trigo, la cebada, la avena, etc.

En mi pueblo había una Hermandad de Agricultores y Ganaderos que debía defender los intereses de ambos, aunque casi todos eran tanto agricultores como ganaderos, y eran los que iban indicando las zonas de cereal a dejar libre, retirando el cereal segado, para dejar el terreno para que pudieran comer las ovejas.

Se llamaba abrir los rastros. Se indicaba una fecha a partir de la cual debía ya podían entrar las ovejas en esa zona y para entonces había que haber quitado las mieses. Una persona recorría todo el pueblo pregando dicho acuerdo.

Si alguien no retiraba las mieses también debía respetarse y las ovejas no debían de comérselo y si algún rebaño lo comía o deterioraba, debía de abonar el importe, previa valoración por parte de la Hermandad, pero lo mejor era dejarlo libre para evitar problemas.

Una forma de acarrear el cereal era colocando los haces sobre los animales, burros o mulos. A los animales se les aparejaba. Esto era colocarles una albarda (era como una silla de montar). Sobre la albarda se ponían dos palos, que se llamaban amucas y en ellas se colocaban unas cuerdas.



Carro tirado por vacas cargado de mieses

También había que atar con sogas largas, una vez cargados los haces para que no se cayeran en el camino. Había que tener cuidado de que la carga estuviera equilibrada entre la parte delantera y trasera del carro, para que los animales que tiraban del carro lo llevaran mejor. Cuando no iba equilibrado se decía que iba trasero o lantero, dependiendo donde hubiese mas carga.



Foto de una albarda con las amucas.

Los haces se colocaban junto a las amucas, con las espigas hacia abajo y se ataban con las citadas cuerdas, preparas para ello. Se ponían a ambos lados del animal y aproximadamente la misma cantidad, para equilibrar y que no se cayera en el camino. También se colocaban mas haces en la parte de arriba de la albarda y de adelante hacia atrás, para llevar mas cantidad.

Este acarreo solían hacerlo los chavales, incluso de 10 a 12 años o las mujeres. Cargaban los animales en el campo donde se había segado y mientras el resto de la familia continuaba segando, ellos llevaban los animales hasta la era y allí desataban las cuerdas y los haces caían al suelo. Posteriormente recogían las citadas cuerdas y volvían a por otro viaje.

La distancia podía ser de unos 3 o 4 Kms y lógicamente cuando iban cargados había que hacerlo andando, aunque el regreso era mejor y se hacía montado sobre uno de los animales.

Otra forma de acarreo era con los carros. A los carros se les colocaban unos palos largos en los laterales de la caja llamados estacas y así, clavando los haces en las citadas estacas se conseguía colocar gran cantidad de haces en el carro.



Horca

En este caso iban dos personas, una para colocar los haces en el carro y otra para alcanzarle los haces desde el suelo, mediante una horca, para poder elevarlos.

En las cuestas había que ayudar a los animales con el freno (la máquina, si recuerdan el artículo sobre el carro) en las cuesta abajo o subiéndola una persona en las varas o pértiga del carro, para equilibrar el peso hacia delante en las cuestas arriba.

Cuando empezaron los tractores, también se hacía el acarreo con los remolques de los mismos y lógicamente podían transportar más cantidad cada vez.

VERTICAL del **Rotulo**
913 713 059
rótulos y montajes publicitarios

Luminosas
Opacos
Neon
Corporales
Banderas
Lontas
Impresión Digital
Decoración Cristales
Rotulación Vehículos
Placas Grabadas
Señalización
Pantallas 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

AMBLÉS SISTEMAS S.L.



MONTAJE Y MANTENIMIENTO DE
ASCENSORES E INSTALACIONES
ELÉCTRICAS.

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



Estética Especializada
PARREÑO



**LA CALIDAD ES EL LUJO
QUE TE OFRECEMOS DÍA A DÍA.**

Departamento de
Investigación Láser y
Nuevas tecnologías
Aplicadas en depilación.

LA DEPILACIÓN EFICAZ

Ponemos en marcha una **Campaña Especial de Depilación Definitiva** para que puedas ver y disfrutar tu piel libre del vello no deseado.

Aprovecha esta **oportunidad** y un equipo de **Auténticos Expertos** en depilación **Analizarán tu Caso** creando un **Programa a tu Medida**.

**UNO DE LOS MEJORES EQUIPOS DE MADRID
ESPECIALISTAS EN TRATAMIENTOS FACIALES,
CORPORALES, DEPILACIÓN DEFINITIVA
Y MICROPIGMENTACIÓN**

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

Tel.: 91 430 03 96

**RESTAURANTE CERVECERIA
"LA ESQUINITA"**
C/ Corregidor José de Pasamonte, 5
Tel. 91 328 47 74 - 28030 MADRID

Vinateros




<p>Menú Fin de Semana (a elegir) Primeros * Paella * Langostinos a la Plancha * Pimientos Rellenos de Merluza ó con Gambas * Espárragos con Mahonesa * Ensalada de Atún Segundos * Solomillo de Ternera * Chuletón de Ternera * Chuletas de Cordero * Emperador a la Plancha * Pan, Vino, Postre o Café Precio: 20,00 €</p>	<p>Menú Diario * Tres Primeros, Tres Segundos (a elegir) * Pan, Vino y Postre Precio: 8,50 €</p> <p>Paellas de Encargo Conejo al Ajillo * Si les apetece algún otro Menú Háganos la Sugerencia. * Se ruega reserve su Mesa con un día de antelación.</p> <p>Langostinos Plancha N: 4-12 Unidades: 9,00 €</p> <p>Exquisitos Aperitivos Frios y Calientes</p>	<p>Raciones * Chopitos * Lacón a la Gallega * Alitas de Pollo * Exquisitos Calamares * Morcilla * Chorizo a la Sidra * Queso * Jamón * Chorizo * Salchichón Ibérico Bellota * Boquerones en Vinagre * Boquerones Fritos * Pinchos Morunos al aliño Amarillo * Etc...</p>
---	--	---

Nos Avalan 10 años de Buen Servicio, en **Moratalaz**, ofreciendo Productos de Primera Calidad.



Como gerente de "La Esquinita" desde hace una década y con plena dedicación a la hostelería desde hace 30 años, quiero dirigirme a las personas que todavía no conocen mi casa, diciéndoles que, hasta ahora, mi publicidad ha sido el "boca a boca", pero este barrio es muy grande y es fácil que muchos no me conozcan.

Nos caracterizamos por nuestra cocina casera, siendo nuestras especialidades los ricos cocidos preparados a fuego lento, con productos ibéricos y con toque de hierbabuena, nuestros deliciosos guisos de patatas con costillas, los judiones de León con productos asturianos, la paella de marisco..., todos ellos elaborados con productos frescos y de primera calidad por nuestro cocinero Luís del Río que estudió cocina con el prestigioso **chef José Luís**.

Segundos platos preparados a petición del cliente, con un tacto especial para la plancha y fritos; aperitivos calientes, recién hechos y servidos al momento, sin pasar por microondas.

Somos profesionales que cuidamos hasta el mínimo detalle todo lo que ofrecemos a nuestros clientes..... *Les puedo asegurar que el que viene, repite.*

Estamos a su entera disposición en:

C/ Corregidor José de Pasamonte, 5 (Moratalaz) 28030 Madrid (Metro Vinateros)

Un saludo:

Eduardo Bonilla Carvajal
(Gerente)





" INMOBILIARIA "



LA VENTA DE VIVIENDAS Y LOS TIPOS DE INTERES

Como habrán escuchado por los medios de comunicación durante estas últimas semanas, el precio del dinero no hace otra cosa que subir y subir y según las previsiones del Banco de España, subirán más a lo largo de este año 2006, en estos momentos el **EURIBOR** (principal indicador que los Bancos prestan dinero) está al **3,546%**.

Inmediatamente estas subidas de precio, influye en nuestra ya precaria economía, puesto que el préstamo que casi todos tenemos que pagar por la vivienda, se ve afectado por estos ajustes que nos descabalan los bolsillos.

Algunos Datos: el importe medio de las hipotecas que concedieron los Bancos para la compra de viviendas, se situó en **153.500 €** creciendo en el último año un 12,90%, lo que hace que el esfuerzo de los jóvenes compradores dediquen el **53% de su salario** para poder comprarse una de ellas. Según el "Economista" el número de años para adquirir una vivienda en España aumentó el 45,5% entre el año 2.000 y el 2.005, es decir, en ese año, para comprar un piso de 100 m² y con menos de dos años de antigüedad, una familia debía dedicar todos sus ingresos netos durante 4,4 años, sin embargo en el 2.005 por el mismo piso, era necesario **6,4 años**, es decir, la compra de una vivienda aumentó el 12,50% anual, casi el triple de la renta que se situó en el 4,50%.

Para la compra de la primera vivienda, las condiciones de acceso durante este año, seguirán sostenidamente endureciéndose, ya sea por los **altos intereses del dinero**, por la **Capacidad de Endeudamiento** que soportan los compradores y por los **precios de los pisos**.

Los **intereses** para conceder hipotecas han **subido un 25%** en lo que llevamos de año (en Enero estaba en el 2,833% sobre el 3,546%), y la **inflación**



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

interanual se sitúa en el 4% lo que hace que haya menos compradores, por ende, menos demanda unido a la mucha Oferta, por tanto...

Si quiere o ha pensado en Vender su Vivienda, deberá ajustar al máximo el precio que pone, o de lo contrario tendrá que armarse de paciencia hasta conseguir un comprador que reúna los requisitos mínimos para la compra.

El Propietario estaba acostumbrado a vender su Vivienda como particular, pero cuando pasa un mes y otro mes y no se vende, empiezan a ajustar los **precios de venta** a sus expectativas y en la mayoría de los casos, se "conforman" con un importe entre un **15 y un 20% inferior al Precio de Salida** por lo que cuesta más vender la casa, ya no es tan "fácil" como años anteriores, por lo que los Particulares necesitan más a las **Agencias Inmobiliarias** que son Serias, con Nombre, con Garantías, con Experiencia en el Barrio, dando así más valor por su Vivienda debida al conocimiento del Mercado, su problemática y su gestión comercial para asegurarse el cierre con éxito de la Venta.

Según el periódico de economía "Expansión", el 12% de las familias no escuchan las advertencias del Banco de España sobre el endeudamiento y la tendencia alcista de los tipos de interés, **estando dispuestos a comprar un piso** a pesar del encarecimiento que están sufriendo:

NO PIERDA ESE 12% DE CLIENTES DISPUESTOS A COMPRAR SU VIVIENDA

Por tanto, **recomendamos** que antes de poner su Propiedad en Venta, acuda a **Profesionales** que le haga un estudio serio, real y sin maquillaje de cómo venderla en las mejores condiciones. Ello evitará **errores** que más tarde nos puede producir más de un **dolor de cabeza**.

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.

Reservación por: **LOOK & FIND**

Reserva tu participación en este sorteo

17 de los premios: 120, 140 y 170 € - Hacienda de Pavones, 11
91 328 74 74 - 91 328 99 81

- 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
- Nuevo Estilo Hombre: Hacienda de Pavones
- Nuevo Estilo Mujer: Hacienda de Pavones
- Mario Bretto: Hacienda de Pavones
- Tus Zapatos: Hacienda de Pavones
- Javier Torres Zapatería: Hacienda de Pavones
- Benetton: Hacienda de Pavones
- Bar de Alfredo's: Marroquina, 108
- Club Mayores Natividad Ntra. Sra., 3ª Edad: Marroquina, 91

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...ALQUILA...

REF.- 1111. PISO EN MORATALAZ. Piso de 110 m², precioso piso de 3 habitaciones y 2 baños completos, puertas roble, suelos tarima, pintura en liso, calefacción central, salón independiente, frente al Metro. Reforma a estrenar. Precio: 348.000 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 959. PISO EN MORATALAZ. Piso de 80 m², 3 habitaciones, salón independiente, cocina con tendedero y baño, completamente amueblado, buen estado, calefacción individual. ¡Inmejorable zona! - Precio: 278.300 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 717. PISO EN MORATALAZ. Piso de 69 m², piso de tres habitaciones, salón de 18 m², cocina amueblada y equipada, baño completo, aire acondicionado, junto Metro Vinateros. ¡Zona ideal! - Precio: 232.760 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 706. PISO EN MORATALAZ. Piso de 92 m², impecable piso de tres habitaciones, salón independiente, cocina amueblada y equipada, aire acondicionado, calefacción central, terraza ascensor reforma actual. ¡Impresionantes vistas! - Precio: 360.600 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 705. PISO EN MORATALAZ. Piso de 97 m² tipo L-8, tres habitaciones, salón de 25 m², cocina con office amueblada, baño y aseo reformados, calefacción central, portero físico. ¡En la mejor zona! - Precio: 342.000 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 703. PISO EN MORATALAZ. Piso de 4 habitaciones, baño y aseo, salón, cocina amueblada, tendedero, muy luminoso. ¡¡¡Único en la zona!!! - Precio: 264.500 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 2324. PISO EN MORATALAZ. Piso de 2 habitaciones antes 3, completamente reformado, cocina amueblada, baño, salón, trastero, reforma super moderna. Precio: 257.000 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 2024. PISO EN MORATALAZ. Piso bajo, junto al metro, cocina amueblada y reformada, calefacción tarifa nocturna, suelos tarima. No lo deje escapar. Precio: 210.550 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REFL.- 1932. PISO EN MORATALAZ. 100 m², en urbanización cerrada, 3 habitaciones, gran baño, salón independiente, cocina amueblada, parquet, aparcamiento con vigilancia, ascensor. Para entrar a vivir, junto al metro. Precio: 355.000 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 1975. PISO EN MORATALAZ. Piso de 90 m², 3 habitaciones, salón cocina con office, tendedero y despensa, baño y aseo, calefacción central, aire acondicionado, ascensor. Precio inmejorable. Precio: 330.000 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 1929. PISO EN MORATALAZ. 55 m², 2 habitaciones antes 3, calefacción, salón, cocina, baño, aire acondicionado, reformado para entrar a vivir. ¡ Junto al metro! - Precio: 238.050 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 1626. PISO EN MORATALAZ. 100 m², finca de 12 años, 3 dormitorios, 2 baños completos, salón independiente, ascensor, garaje, totalmente exterior. ¡Hay que verlo! - Precio: 395.690 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 2638. APARTAMENTO EN NUEVA CONSTRUCCION EN EL ENSANCHE DE VALLECAS. 51 m² - dormitorio, baño, cocina amueblada, ventanas climait, suelos tarima, climait en ventanas, ascensor, videoportero, garaje, trastero, piscina, zonas comunes ajardinadas, gimnasio, de lujo. Para entrar. Precio: 244.500 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 930. PISO VENTA VALLECAS VILLA NUEVO. 117 m², 4 dormitorios, 2 baños, cocina equipada, amplio salón, suelos parquet, a/ac con bomba de calor, climait en ventanas, ascensor, garaje, trastero, zonas comunes ajardinadas, perfecta distribución. Cerca del Metro Congosto. Precio: 409.000 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

LOOK & FIND - VENDE...ALQUILA...

PISO EN PAVONES de 71 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina con tendedero, distribuidor, 2 dormitorios, 1 baño completo, a/e y calefacción individual g/n. Para entrar a vivir. Ref.: DW 299 LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

PISO EN PAVONES de 71 m², hall, salón-comedor, cocina con tendedero, distribuidor, 2 dormitorios (antes 3), 1 baño completo, 1 aseo (sin sanitarios) y trastero. Ref.: DW 290. Precio: 225.000 € LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

PISO EN FONTARRÓN de 88 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina amueblada con tendedero, despensa, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo, a/e y a/a. Ref.: DW 313. Precio: 310.000 € LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

PISO EN LUIS DE HOYOS SAINZ de 114 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina con tendedero, distribuidor, 4 dormitorios, 2 baños completos y garaje. Ref.: DW 319. Precio: 400.000 € LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

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

REF.- 2023. PISO EN MORATALAZ. Piso de 3 habitaciones, salón, cocina amueblada y equipada, baño. Calefacción individual. Para entrar a vivir. Mejor ver. Precio: 279.300 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 2019. PISO EN MORATALAZ. Piso de 60 m², 2 habitaciones antes 3, salón cocina amueblada y equipada, baño, suelo de parquet. Amueblado. ¡Buena comunicación!. Precio: 247.575 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

REF.- 1931. PISO EN MORATALAZ. 100 m², 3 dormitorios, salón, cocina, gran baño, calefacción individual, muy luminoso, ascensor. Para entrar a vivir. Muy buena zona. Precio: 365.000 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

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

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

Nombre y Apellidos:.....

Domicilio:.....

Teléfono:.....

Texto:.....



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

ADMINISTRACIÓN DE FINCAS GRUPO INMOBILIARIO



COMUNIDADES DE PROPIETARIOS
COMPRA - VENTA - ALQUILER
PISOS - LOCALES - CHALETS...



ESTEFANÍA TOLEDANO SUAREZ
COLEGÍADA 4599

91 430 14 44

PZA. CDOR. SANCHO DE CÓRDOBA, 3

FRAMOS SL
servicios de imagen

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

Clínica Mayo
FISIOTERAPIA REHABILITACIÓN

- * ULTRASONIDO
- * MICRO-ONDAS
- * MAGNETORERAPIA
- * PLESOTERAPIA
- * CINESITERAPIA...
- * MASAJE

PREVIA PETICIÓN DE HORA

C/ Primavera de Praga, 11
28030 Madrid
TI. 91 437 77 50

AGO

unión grupo odontológico

Revisión y Presupuestos Gratis y Sin Compromiso
Limpieza Gratuita Con Todos los Tratamientos

¡¡ VISITANOS !!

30% de Descuento en Blanqueamientos Realizados
Durante el Verano

C/Cordel de Pavones, 16-A - 28032 Valdebernardo - Tel.: 917512187

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

PISO EN ARROYO DE LA MEDIA LEGUA de 75 m², hall, salón, terraza, cocina con tendedero, distribuidor, 2 dormitorios y baño. Ref.: DW 329. Precio: 270.000 € LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

PISO EN JUAN DE BOBADILLA, hall de 73 m², salón-comedor, cocina con office, distribuidor, 3 dormitorios y 1 baño completo. Ref.: DW 305. Precio: 230.000 € LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

PISO EN MARROQUINA, 95 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina con tendedero, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo y aseo. Ref.: DW 307. Precio: 318.000 € LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

PISO EN AVDA. DE MORATALAZ, hall, salón-comedor, cocina, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo y aseo y trastero. Ref.: DW 325. Precio: 325.400 € LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

PISO EN LUIS DE HOYOS SAINZ de 114 m², hall, salón-comedor, cocina amueblada, distribuidor, 4 dormitorios, 2 baños completos, calefacción individual g/n. Ref.: DW 304. Precio: 402.000 € LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

EXCELENTE PISO EN PAVONES de 105 m², hall, salón-comedor, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo y aseo, cocina con tendedero, trastero y garaje. En urbanización privada. Ref.: DW 296. Precio: 406.000 € LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

PISO L-15 de 134 m², hall, salón independiente, terraza acristalada, cocina con tendedero, office, 4 dormitorios, 2 baños, armarios empotrados y parquet. Ref.: DW 287. Precio: 485.000 € LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

EXCELENTE PISO EN ESTRELLA de 145 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina amueblada, distribuidor, 4 dormitorios, 2 baños completos, climalit y garaje. Para entrar a vivir. Ref.: DW 314. Precio: 637.000 € LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

MARINA DOR (OROPESA) NUEVO. Totalmente amueblado y equipado, a 200 metros de la playa, 63 metros, 2 dormitorios, 2 baños, garaje, trastero y piscina. 252.000 Euros. ALFA-MAFYC 91 430 14 44

MORATALAZ.- Alquiler piso en Vinateros de 2 dormitorios, cocina amueblada. 700 Euros. ALFA-MAFYC 91 430 14 44

MORATALAZ.- Se vende piso L-4 zona Artilleros, 65 m². 2 dormitorios, cocina, baño, salón de 18 m. suelos de parquet, c/c. totalmente reformado, metro y bus próximos. 285.000 € TI. 91 773.78.92 y 616.80.24.17

MORATALAZ.- Piso, 74 m. L-4, 4ª planta, 3 habitaciones, baño, cocina con office, reformado, c7c. climalit, a/a, metro Vinateros. 267.000 € Información en el TI. 649.75.96.85

¡ VISÍTENOS !
Presupuestos sin compromiso

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

MORATALAZ.- Se vende piso L-4, zona Artilleros, 2 dormitorios, cocina, baño, salón de 18 m. suelos de parquet, c/c. totalmente reformado, metro y bus próximos. 252.000 € negociables. Tlf.: 91 773.78.92 y 616.80.24.17

MORATALAZ.- Vendo ó alquiler local 40 m. antes peluquería, con mobiliario, aire frío y caliente, valido para clínica, oficina, etc. TI. 635.68.69.15

MORATALAZ.- Se vende local de 44 metros en calle comercial y con salida a puerta calle. TI. 91 773.21.41

MORATALAZ.- Piso de 74 m. 4ª planta, 3 habitaciones, cocina con office, reformado, c/c. climalit, a/a. metro vinateros. 264.000 € negociables. TI. 649.75.96.85

ARGANDA.- Vendo piso, 2 años de antigüedad, 105 m², 3 dormitorios, cocina 9 m² amueblada, 1 aseo, 1 baño completo en el dormitorio principal, salón de 25 m². Doble acristalamiento con climalit en toda la vivienda, pintado hace 6 meses, trastero y plaza de garaje incluidos. Urbanización cerrada con servicio de conserjería 12 h. Acceso directo desde la A-3 salida 28. Zonas comunes ajardinadas con parque para niños, pista de padel y piscina. 299.900 euros. Abstenerse agencias. TI.: 91 873.24.15

RIVAS VACIAMADRID.- Vendo chalet adosado 100 metros, 3 dormitorios, cocina amueblada, 2 baños, salón 30 m. trastero, jardín delantero y trasero, a/a. puerta garaje automática, piscina, tenis, junto al metro, excelente zona. 392.000 € TI. 635.07.52.35

ALFA-MAFYC - VENDE...ALQUILA...

MORATALAZ.- Vinateros. 55 metros, 3 dormitorios, 1 baño. Amueblado. 240.400 Euros. ALFA-MAFYC 91 430 14 44

MORATALAZ.- Artilleros. L8, 3 dormitorios, 1 baño, 1 aseo. Luminoso. 342.000 Euros. ALFA-MAFYC 91 430 14 44

MORATALAZ.- Vinateros. 64 metros, 3 dormitorios, reformado. 259.500 Euros. ALFA-MAFYC 91 430 14 44

MORATALAZ.- Vinateros. 112 metros, 3 dormitorios, 1 baño, 1 aseo, totalmente reformado. Zona residencial muy tranquila con zonas verdes. 480.809 Euros. ALFA-MAFYC 91 430 14 44

VALLECAS.- Nueva construcción viviendas 68 metros, 2 dormitorios. Excelentes calidades. Entrega Julio 2007. Precio: 253.000 Euros. ALFA-MAFYC 91 430 14 44

EMBAJADORES. 55 metros, 2 dormitorios, 1 baño, cocina amueblada. Zona muy tranquila. 240.000 Euros. ALFA-MAFYC 91 430 14 44

INMOBILIARIA PARTICULARES

COMPRA-VENTA DE INMUEBLES

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.- Vendo piso en Ecomienda de Palacios, 61 m², 2 hab entes 3, Reformadísimo para entrar. calefacción ind, aire acondicionado, fotería y electricidad. Trastero de 8 m². PARTICULAR. Lo vendemos por 228.000 € Lllamar 647.77.68.60 ó 647.77.68.61

MORATALAZ.- Vendo precioso piso metro Pavones, 100 m², 2 ascensores, cocina amueblada en roble con electrodomésticos, parquet espiga, baño completo con mampara dorada, azulejos circonio. Salón amueblado en calidades con toldo, calefacción gas natural caldera nueva. Todo reformado. Precio: 315.000.- euros. TI. 619.224.299

ALICANTE.- Torre Vieja, ático 2ª línea de playa a 20 m. del mar, 156 m. 3 dormitorios, 2 aseos, 2 terrazas, salón comedor de 30 m. cocina independiente de 20 m. 198.000 € En la playa del cura. TI. 606.53.04.12

Demandas

MORATALAZ.- Estaría interesada en comprar trastero próximo a mi domicilio (C/ Pico de Artilleros, 53) a 50 metros de metro Artilleros en "Colonia Familia y Hogar". Tel.: 91 751.34.87

ALQUILERES

Ofertas

MORATALAZ.- Alquiler plaza de garaje, a partir del mes de septiembre. garaje lonja, cerca de la rampa y del acceso peatonal. directamente hablar con el propietario, no con los empleados del garaje. TI.: 635.066.720.

MORATALAZ.- Se alquila habitación para caballero junto al mercado de Moratalaz. Bien comunicado, zona tranquila. TI.: 91 430.32.04

Nuevo Opel Astra TwinTop
Amor a primera vista



Motores diesel hasta 150cv y gasolina hasta 200cv

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

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

www.listamotor.com

FOTO PRISMA

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

REPORTAJES COMUNIÓN

- * 14 Fotos + Álbum
- + 20 Recordatorios con Foto.
- Todo por 145,00 €

- * 14 Fotos + Álbum.
- Todo por 99,00 €
- * Solo Recordatorios con Foto y con un mínimo de 10 u.: 4,00 €unidad.

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



* Copias y Ampliaciones Digitales en papel fotográfico proceso químico.

**PARA
CONTRATAR
PUBLICIDAD:**

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

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 ”

MORATALAZ.- Alquiler plaza de garaje, Lonja planta baja. Información en los Tlfs.: 91 439.65.80 y 616.96.36.34

MORATALAZ.- Alquiler plaza de garaje, próxima al C.C. Alcampo, metro Estrella. Vigilancia 24 h. Tl. 91 220.90.08 ó 678.299.185

MORATALAZ.- Alquiler plaza de garaje. Tl. 91 773.84.01

MORATALAZ.- Alquiler plaza de garaje para coche o moto en PAR Vinateros II junto a centro "El Torito". Vigilancia 24h. Coche 90€ Moto 50€ Telf. 630.939.274 ó email: nicezucchini@hotmail.com

VICALVARO.- Piso de 50 m. en Vicalvaro, con dos habitaciones, baño, cocina, salón, armario empotrado, calefacción de tarifa nocturna, tarima en toda la casa, mobiliario y electrodomésticos nuevos. Reforma a estrenar, disponible a partir de Septiembre. Excelente comunicación, frente centro comercial, a 100 m del metro, del ambulatorio y Universidad". Información en el e-mail: romian@hotmail.com

CULLERA (Valencia).- Alquiler apartamento Playa Cullera primera línea, ubicado a veinte metros del mar, en la zona del Faro. Dos habitaciones dobles, cocina recién reformada y plaza de garaje. Septiembre: semana 360; quincena, 500; mes completo: 1000 euros Tl.: 66 16 19 340 Se envían fotos.

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

GANDIA.- Alquiler apartamento con piscina, septiembre. Infomrarse en el Tl. 91 773.84.01

Demandas

MORATALAZ.- Estaría interesada en alquilar trastero próximo a mi domicilio (C/ Pico de Artilleros, 53) a 50 metros de metro Artilleros en "Colonia Familia y Hogar". Tel.: 91 751.34.87

TRASPASOS

MORATALAZ.- Traspaso bar, c/ Arroyo Tontarrón por no tener tiempo para atender, buena clientela, con terraza 20 mesas. Tl. 91 773.07.77

MORATALAZ.- Ocasión. Por jubilación de bar en funcionamiento desde hace 16 años, en locales sin vecinos, con terraza fija todo el año de 20 mesas y comedor de 6 mesas. Tl. 91 773.28.10

AMISTAD

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

* 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. Sra. Rubí - Apartado de correos nº 42063 - 28080 Madrid.

* Se buscan chicos y chicas españoles, de 35 a 55 años que les guste el baile de salón para formar un grupo e ir a bailar bailes de salón, que vivan por esta zona. Ana. Tl. 91 773.07.80 y 686.32.39.90

VESTIDO / ROPA

* Se vende plumas nuevo 40 € Tl. 696.26.94.92

VARIOS

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

* 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, 240 €cada una. Tl. 91 301.58.18 Míguel

* Particular vende de segunda mano: textos de derecho, informática, internet, nóminas y seguros sociales, delineación, contabilidad, industriales y medicina. Además vendo por 10 cms. de euro cada una: revistas de decoración, moda, culturales, viajes, ect... Tl. 91 446.31.97

SERVICIO DOMÉSTICO

Ofertas

* Se busca persona para cuidar niña y hacer alguna tarea en el hogar por las tardes de 16:00 a 19:30 en Valdebernardo. Teléfono 913050072 (mañanas). Tl.: 91 305.00.72

Demandas

* Me ofrezco trabajar mañanas, limpieza, atención niños, ancianos, ayudante de cocina, etc. Tl. 629.28.24.98

* Me ofrezco externa, limpieza, llevo 4 años aquí, tengo experiencia en limpieza y cuidado de ancianos. Tl. 697.29.44.93

* Me ofrezco por las mañanas para el cuidado de anciano y tareas de limpieza por horas. Tl. 91 530.58.75

* Asistenta seria y responsable, se ofrece a trabajar por horas en tareas del hogar y oficinas, con buenos y recientes informes. Tl. 91 371.37.28

MOTOR

* Vendo Renault 18 GTS, con 5 velocidades, totalmente pintado verde metalizado, a toda prueba, siempre en garaje, 76.000 km. 100.000 € Tl. 91 437.20.34

* Vendo coche Opel Vectra, año 95, a/a, d/a, e/e, buen estado. turbo diesel. Precio: 1.900 € Tl. 627.84.92.52

* Vendo Renault 19, año 92, motor 1.4 80CV. gasolina. ITV recién pasada. todo pagado, sin multas.E/e, c/c, Radio CD y cargador CDs. 1.200 € Tfn. 635918007/ 685968460

**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@informativomoratalaz.com**

MOBILIARIO

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

* Vendo dos camas de 90 y 1,05 con colchones y almohadas, muy nuevos. Bajo precio. Tl. 678.147.539

* 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

**GUIA DE SERVICIOS
MORATALAZ
y Col. de Valdebernardo**



• Restaurantes • Tapas
• Bares de Copas • Discotecas...

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



2006



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



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



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



Menú Especial
(de martes a viernes)

Primero
(a elegir)

- * Picadillo de Aranda.
- * Revuelto de Morcilla con Piñones.
- * Ensalada de la Huerta.

Segundo
(a elegir)

- * Cordero Asado.
- * Cochinillo.

*Vino, Agua,
Postre y Café.*

Precio: 25 €
(I.V.A. no incluido)



**GRAN
VARIEDAD
EN
RACIONES**

¡ Visítenos !



ESPECIALIDAD EN MARISCOS CON VIVEROS PROPIOS. CARNES ROJAS.



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





- MARÍA PAZ ARAGÓN.- NATUROPATA - IRIDOLOGA

* Tu eliges!!! - y para ello te brindo una llave, para que abras una nueva puerta.

"Abramos una Nueva Puerta"

La salud está adquiriendo otro tipo de prioridad a nivel mundial, y si en un momento buscamos formar parte de un grupo, como hacemos muchas veces con la moda o el consumo de cosas innecesarias, pues tengamos en cuenta, también que podemos formar parte de un grupo importante que cuando empiezas a conocerlo te sorprenderás del campo tan grande y las posibilidades que tienen en ti mismo.

Ahora ya muchos entre ellos, actores y actrices forman parte de algunos como son los metro espirituales. Su finalidad es adquirir otro tipo de conciencia ante la alud y la tierra, y el mecanismo a utilizar para llegar a ello como son: el yoga, la alimentación ecológica, integral, reflexología - plantas ayurvedicas, fitoterapia, la naturopatia, relajación mental, físico, reiki, sanación, homeo-

patía, acupuntura, la buena convivencia con el ecosistema.

Si te atreves a más y quieres comenzar o continuar nuevos cambios en ti mismo, descubrirás las nuevas sensaciones desde técnicas que practico para ti:

La relajación mental y corporal nos permitirá ser mejores receptores de energía y de su movimiento.

Aprenderemos un nuevo vocabulario psicocorporal con el cual nos adaptaremos y enfrentaremos de una forma más positiva a todo lo que nos rodea.

Hagamos, incorporar el bienestar y la sonrisa en nuestros hábitos diarios.

¿Te atreves a descubrirlo?!!

Feliz mes y Buena Suerte.

"Si quieres hallar en cualquier parte amistad, dulzura y poesía, llévalas contigo. (Georges Duhamel)"

¿Estáis preparados?

¡¡Un nuevo año!! Eso dicen muchos los que comienzan en septiembre, de vuelta del verano vacacional.

- Una nueva vida?
- o - la continuidad???
- La nueva rutina
- o - la esperanza de buenos proyectos??
- Una ilusión nueva
- o - desilusionado??
- En que lugar estás??

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

HERBOLARIO
de María Paz

REGÁLETE LO QUE TE MERECE:

- Masaje corporal
- Reiki
- Iridología
- Regulación energética

¡¡ CONSULTA NUESTRAS OFERTAS !!

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

* Espiritualidad

HORÓSCOPO

Septiembre 2006

"Virgo"

La Reencarnación. Es este un tema bastante controvertido que parte de la aceptación de la existencia del alma, y en torno al cual han ido surgiendo diferentes teorías. En oriente millones de personas creen en la reencarnación vinculándola inseparablemente a la idea del Karma, que supone una relación directa entre las acciones de un hombre y las consecuencias que estas tendrán para una vida siguiente (ley de causa y efecto). Suponen que el Karma es una nueva oportunidad para corregir los errores de la vida pasada. En oriente se piensa que el Karma puede transmitirse de generación en generación hasta que queda totalmente purificado. La teoría occidental difiere de este punto señalando que el hombre es responsable de su destino y no carga, por tanto, con las decisiones tomadas por sus antepasados. Para los cristianos, la idea de la resurrección constituye el regreso del cuerpo a la vida después de muerto, sin tener que cargar con los viejos errores, ya que el poder de liberación de Cristo es mas fuerte que cualquier influencia negativa del pasado.

En mi humilde opinión y respetando siempre todas las tendencias que ayudan a vivir al hombre mas cerca del amor y por lo tanto mas alejado del miedo, me atrevo a afirmar que lo único importante en este concepto es su utilidad, y como dice "Un curso de milagros"-Si se usa para reforzar el reconocimiento de la naturaleza eterna de la vida, es ciertamente útil.

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 Virgo del 23 de agosto al 22 de septiembre. Astrológicamente las tendencias serán muy similares a las de los meses anteriores y la confusión y las crisis, que se veían venir, estarán al orden del día. Los acontecimientos ocurridos en este periodo podrían tener una importancia trascendente por lo que hay que estar muy atentos a los compromisos, y si no estamos seguros dejarlo para mas adelante. Los proyectos altruistas y solidarios podrían tener mucha fuerza en este periodo.

La palabra clave SOLIDARIDAD.

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

- ARIES (Del 21 de Marzo al 21 de Abril)**
Buen periodo para descansar del descanso y pensar en proyectos a corto plazo.
Salud.....cuidate los pies
Dinero.....balance muy positivo
Amor.....tranquilidad
Nº suerte.....33
- TAURO (22 Abril a 22 Mayo)**
Tu fortaleza te ayudara en los momentos de bajón, además sabes que todo pasa y tu vas por buen camino.
Salud.....posibles problemas articulares
Dinero.....pocos cambios
Amor.....ya vendrán tiempos mejores
Nº suerte.....21
- GÉMINIS: (23 de Mayo al 22 Junio)**
Mercurio te proporcionara una gran habilidad para relacionarte y conseguir lo que te has propuesto.
Salud.....podrías tener molestias por posturas inadecuadas
Dinero.....mantén el control
Amor.....bueno
Nº suerte.....15
- CANCER (22 de Junio al 22 Julio)**
No es mucho lo que puedes hacer por los demás, sobre todo por que no se dejan, podrías caer en la codependencia.
Salud.....pareces tener mucha energía
Dinero.....haz bien las cuentas
Amor.....en tu línea.
Nº suerte7
- LEO (23 de Julio al 23 Agosto)**
Podrías tener alegrías inesperadas ya que te quieren mas de lo que piensas a pesar de los momentos duros que vives.
Salud.....No te deprimas
Dinero.....bastante bien
Amor.....te quieren
Nº suerte.....56
- VIRGO (23 de Agosto al 22 Septiembre)**
Todo lo que consigues lleva asociado un gran esfuerzo, este periodo podrías gozar de ciertos beneficios inesperados.
Salud.....problemillas dermatológicos
Dinero.....ingresos fortuitos
Amor.....mucho apoyo familiar
Nº suerte.....35
- LIBRA (23 Septiembre al 22 Octubre)**
Errar es humano, no te preocupes si has cometido algún fallo por que tu sueles rayar la perfección.
Salud.....dolor de cabeza.
Dinero.....te administrar muy bien.
Amor.....Sueños
Nº suerte.....95
- ESCORPIO (23 Octubre a 22 Noviembre)**
Realmente la vida te da ocasiones para poner a prueba tu paciencia. Todo saldrá bien.
Salud.....catarros
Dinero.....No te falta
Amor.....Se paciente
Nº suerte.....75
- SAGITARIO (23 Noviembre al 21 Diciembre)**
¡Que buena gente eres! Cuando quieres. Podrías tener experiencias ciertamente espirituales que transformen tu vida.
Salud.....todo esta bajo control.
Dinero.....te apoyan energías especiales
Amor.....todas las puertas abiertas
Nº suerte.....21
- CAPRICORNIO (22 Diciembre a 21 Enero)**
La familia crece y esto es un motivo de alegría pero también de preocupación.
Salud.....mejoraras con nuevos tratamientos
Dinero.....ascensos en el trabajo
Amor.....buen momento para desmelenarte
Nº suerte.....55
- ACUARIO (22 Enero al 19 Febrero)**
No paran de surgir nuevas oportunidades en tu vida para tu crecimiento personal. Buen periodo
Salud.....cierta debilidad emocional
Dinero.....muy atento a las cuentas
Amor.....momento muy apasionado
Nº suerte.....68
- PISCIS (20 Febrero al 20 Marzo)**
Tus planes y proyectos podrían verse muy pronto coronados por el éxito, el miedo no ha sido nunca tu amigo.
Salud.....molestias en la vista
Dinero.....te apoyaran
Amor.....estable
Nº Suerte.....15.

- LIBRA
- ESCORPIO
- SAGITARIO
- CAPRICORNIO
- ACUARIO
- PISCIS

**SI LO DESEAS, PUEDES CONSULTAR...
TAMBIÉN, TU HORÓSCOPO EN INTERNET**
[\[www.informativomoratalaz.com \]](http://www.informativomoratalaz.com)
[\[www.informativomoratalaz.es \]](http://www.informativomoratalaz.es)

NOVEDADES MORATALAZ

Presentación de la VIII edición del concurso de Pop Rock de Moratalaz.

Con la llegada de septiembre y una nueva temporada de conciertos, la Sala Silikona, como cada año, se enorgullece de presentar la VIII edición del concurso de pop rock de Moratalaz. Sin duda éste barrio de Madrid tiene una vez más la gran oportunidad de ser epicentro y referencia del buen hacer de las bandas madrileñas en ésta nueva edición, y para mostrar su compromiso con la participación que el año pasado tuvimos ésta vez los premios y las opciones de éxito serán mayores. Si el año pasado se sobrepasaron los tres mil euros en premios y se contó con la inestimable aportación de Yamaha ofreciendo dos mesas de la marca a los ganadores, en ésta ocasión se va a aumentar la cifra económica y los premios finales, que al fin y al cabo resulta ser un succulento aliciente más para los grupos noveles y no tan noveles que integran la parrilla de grupos que cada año se apuntan. Aún en la Sala Silikona resuenan los aplausos el pasado 18 de junio en su VII final del

concurso consiguió desbordar todas nuestras expectativas, su éxito fue tal que nada más terminar esa noche ya encontramos en nuestros buzones maquetas para la siguiente edición. Es tal la confianza que las bandas depositan en Silikona y en la organización que el mero hecho de volver a empezar una edición más nos provoca hacerlo con más ilusión que años anteriores y renovando todas nuestras fuerzas para dar lo mejor de nosotros y ofrecerlo a cada uno de los grupos participantes.

Por supuesto todos aquellos interesados podrán acercarse a Silikona (Plaza del Encuentro, 1 en Moratalaz) y pedir información, o bien llamar al 91 212 20 12 donde Rafa resolverá las dudas que puedan surgir.

Alex

Trade DJ'S SCHOOL CHART

- 1 GNARLS BARKLEY - Crazy (Remix)
- 2 PARIS HILTON - Stars.. (Remix)
- 3 CHRISTINA AGUILERA - Ain't no...
- 4 MADONNA - Get together
- 5 SUPERMODE - Tell me why
- 6 MICHAEL GRAY - Bordeline
- 7 DAVID GUETTA - Love don't let me go
- 8 CASSIE - Me & U
- 9 RIHANNA - Unfaithful (remix)
- 10 BOB SINCLAIR - world hold on

LISTA EXITOS MORATALAZ

1. SHAKIRA - Hips don't lie
2. MARY J BLIGE - One
3. ANA TORROJA - Los amantes
4. BLACK E. PEAS - Mais que nada
5. PARIS HILTON - Stars are blind
6. EL CANTO DEL LOCO - Besos
7. RED H. CHILLI P. - Dani California
8. ESTOPA - Malabares
9. AMARAL - Resurreccion
10. NELLY FURTADO Te busqué
11. BEYONCE - deja vu

CONCIERTOS SEPTIEMBRE 2006.

"SALA SILIKONA"

Plaza del Encuentro, 1. Moratalaz

Madrid. Metro: Vinateros

Tlfno.: 91 212 20 12 Rafa

VIERNES	01	- NAWE
JUEVES	07	- WIYDN + INV
VIERNES	08	- LOS NIÑOS DEL BULEVAR + KAINUBAL
SÁBADO	09	- FESTIVAL CANTAUTOR CON: NAU CASAÑAS, EVA Y ANDRÉS, LUIS QUINTANA
JUEVES	14	- LA KLAVE + SWACH SOUNDS
JUEVES	21	- ANOXIA + EL TAMBOR DE ARENA + THE VIRGINAL
VIERNES	22	- PANIC DEMOCRACY
SABADO	23	- LOS CILINDRONES
MIÉRCOLES	27	- 13 SEGUNDOS + FROZEN MINDS
JUEVES	28	- TANGANA
VIERNES	29	- LOS ROBLEDOS

SALA SILIKONA

LAS MEJORES FIESTAS

Miercoles Dia del Socio

Retransmisiones Deportivas (La Liga, Champions...)

DISCO BAR

SILIKONA

MORATALAZ

PLZ. DEL ENCUENTRO N°1 TLFN. (91) 439 72 12

Metro Vinateros.

VIII CONCURSO POP ROCK MORATALAZ

Abierto el plazo de inscripción

(Abierto todos los días)



POLIDEPORTIVO SAGRADA FAMILIA

Fitness

Musculación
Pilates
Stretching
Spinning
Switching
Aerobic
Cardiovascular

Danza
Yoga
Tai chi
Escuela del corredor

Recuperación Deportiva
Fisioterapia
Medicina Deportiva

Salud

Natación

Calle libre
Clases con monitor
Matronatación
Pre-mamá

¡ ANÍMATE Y VEN
A CONOCERNOS !

Natación
Fútbol
Danza
Kárate

Gimnasia rítmica
Club de competición
Curso polideportivo

Infantil



c/Oberón nº 7. 28030. Madrid. 91 3050 110.



1ª RED INMOBILIARIA



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

91 333 99 00

www.lookandfind.es



la vuelta'06
61 edición
vuelta ciclista a España



Piso en Pavones de 71 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina con tendedero, distribuidor, 2 dormitorios, 1 baño completo, a/e y calefacción individual g/n. Para entrar a vivir.
Ref.: DW 299

Piso en Pavones de 71 m², hall, salón-comedor, cocina con tendedero, distribuidor, 2 dormitorios (antes 3), 1 aseo (sin sanitarios), 1 baño completo, y trastero.
Ref.: DW 290 225.000 €

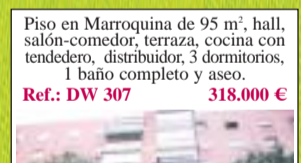


Piso en Arroyo de la Media legua de 75 m², hall, salón, terraza, cocina con tendedero, distribuidor, 2 dormitorios y baño.
Ref.: DW 329 270.000 €

Piso en Juan de Bobadilla, hall de 73 m², salón-comedor, cocina con office, distribuidor, 3 dormitorios y 1 baño completo.
Ref.: DW 305 287.100 €



Piso en Fontarrón de 88 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina amueblada con tendedero, despensa, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo, a/e y a/a.
Ref.: DW 313 310.000 €



Piso en Marroquina de 95 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina con tendedero, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo y aseo.
Ref.: DW 307 318.000 €

Piso en Avda. de Moratalaz, hall, salón-comedor, cocina, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo, aseo y trastero.
Ref.: DW 325 325.400 €



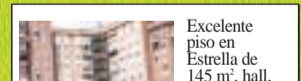
Piso en Luis de Hoyos Sainz de 114 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina con tendedero, distribuidor, 4 dormitorios, 2 baños completos y garaje.
Ref.: DW 319 400.000 €

Piso en Luis de Hoyos Sainz de 114 m², hall, salón-comedor, cocina amueblada, distribuidor, 4 dormitorios, 2 baños completos, calefacción individual g/n.
Ref.: DW 304 402.000 €



Excelente piso en Pavones de 105 m², hall, salón-comedor, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo y aseo, cocina con tendedero, trastero y garaje. En urbanización privada.
Ref.: DW 296 406.000 €

Piso L-15 de 134 m², hall, salón independiente, terraza acristalada, cocina con tendedero, office, 4 dormitorios, 2 baños, armarios empotrados y parquet.
Ref.: DW 287 485.000 €



Excelente piso en Estrella de 145 m², hall, salón-comedor, terraza, cocina amueblada, distribuidor, 4 dormitorios, 2 baños completos, climatit y garaje.
Para entrar a vivir.
Ref.: DW 314 637.000 €

CON MOTIVO DE NUESTRO PATROCINIO A LA VUELTA CICLISTA A ESPAÑA

SORTEAMOS TRES BICICLETAS, ESTANCIAS EN PARADORES Y DOS MENSUALIDADES DE TU HIPOTECA.

ACERCATE A NUESTRAS OFICINAS Y PARTICIPA

Camino de Vinateros, 22

Camino de Vinateros, 105

Hacienda de Pavones, 11

Tel. 91 333 99 00

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