

EPEstética Especializada
PARREÑO**LÍDERES EN
DEPILACIÓN
DEFINITIVA****91 430 03 96****EL INFORMATIVO DE
MORATALAZ**

E-mail: moratalaz@informativomoratalaz.com - Web: www.informativomoratalaz.com

**BARRIO DE
LA ESTRELLA****CONTROL *psd* ***
* Antiguo *ejb***BARRIO DE
VALDEBERNARDO***mendez*
librerías

www.libreriamendez.com

C/ Hacienda de Pavones, 8
- Locales A y B -
28030 MADRID
Tel. / Fax: 91 439 30 21**LIBRERÍA GENERAL - OFERTAS**
C/ Ibiza, 23 - 28009 MADRID
Tel. 91 573 68 46
Fax: 91 573 30 25

Periódico de Difusión Mensual y Gratuito - Tlf.: 91 437 40 43 - Móvil: 616 73 87 88 - Febrero 2010 - Año 15 - Nº 156

Premio a la creatividad escolar



Más de 600 alumnos y 81 profesores presentan sus proyectos al certamen "Soñar hoy para emprender mañana"

Casi medio millar de propuestas se presentaron al concurso que la Consejería de Empleo y Mujer organizó el pasado día 27 de Enero en el salón de actos del Colegio Gredos San Diego de Moratalaz cuyo objetivo es fomentar entre los más pequeños y en sus profesores valores personales tan importantes como la creatividad, la autonomía, la confianza en sí mismos, la tenacidad o el sentido de la responsabilidad, además de actitudes sociales como el liderazgo, el trabajo en equipo o la solidaridad.

Pág.- 12...**Forges y el
medio ambiente**
Pág . 4**El PSOE,
a pie de calle**
Pág .4**¿Tendrá
Moratalaz su
línea exprés?**
Pág . 15**EL
INFORMATIVO
DE MORATALAZ
SE RENUEVA
EN LA RED
...Proximamente...**

**REBAJAS
INCREIBLES!**

**HASTA UN
60%
DE DESCUENTO**

EN GAFAS GRADUADAS, GAFAS DE SOL
LENTES DE CONTACTO, AUDÍFONOS...

[SOLO HASTA EL 28 DE FEBRERO]

OPTICA RUBIO
Gente con vista

**...ADEMÁS
100%
FINANCIACION
GRATIS
SIN INTERESES
SIN GASTOS**

Hacienda de Pavones, 3 • Carrino de Vinateros, 109 • Hacienda de Pavones, 6 • Corregidor Diego de Valderrábano, 25 • Avda. Marqués de Corbera, 35

Periódico de Información
Comercial y Local
www.informativomoratalaz.com

Difusión Gratuita
Año XV - Nº 156 - Febrero 2010

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

Tlfn.: 91 437 40 43
Tlfn. / Fax: 91 328 15 78

Director:
Moisés Rodríguez

Publicidad:
Mª Carmen Fernández
publicidad@informativomoratalaz.com

Email:
moratalaz@informativomoratalaz.com

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

Colaboran:
Juan Antonio Barrio,
Javier Molina, Alberto Barberá,
Sara Molina, 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

En las últimas semanas un pequeño país de la América caribeña, Haití, se ha convertido, muy a su pesar, en el foco de atención de todos los medios de comunicación mundiales. Un devastador terremoto arrasó esta isla cuya frontera limita con la República Dominicana, dejando un panorama desolador en una de las naciones más depauperadas del mundo. El seísmo provocó centenares de miles de muertos que se apilaron en las calles antes de ser enterrados en improvisadas fosas comunes. Los que sobrevivieron tampoco lo tienen fácil; la falta de ayuda

desesperó a los haitianos que se vieron obligados a saquear comercios para alimentarse. Las imágenes ocupan los informativos y las portadas de los periódicos, pero poco más se sabe de Haití, aparte de que son muy pobres y de que ahora, muchos de sus habitantes han perdido lo poco que tenían. Haití se independizó de Francia en 1804, erigiéndose como primer gobernante Jean Jacques Dessalines y convirtiéndose en escenario del primer caso en la Historia Universal por el que la rebelión de la población esclava condujo a su emancipación y a la abolición de esta forma de explotación humana, sentando un precedente definitivo para la supresión del comercio transatlántico de personas. 40 años más tarde el

Haití antes de temblar



Solidaridad Internacional tiene en marcha una campaña de emergencia para mitigar los efectos del terremoto del 12 de enero en el Sudeste de Haití. (Foto enviada por S/D).

gobierno perdió el control de la parte oriental de la isla, que pasó a llamarse República Dominicana. La inestabilidad política predominante en el país, fue la excusa perfecta para que Estados Unidos invadiera la isla entre 1915 y 1934 ejerciendo un control total.

En 2004, los enfrentamientos entre las fuerzas progubernamentales del presidente Jean Bertrand Aristide y los miembros del Frente de Liberación y Reconstrucción Nacional, que aglutina a los grupos guerrilleros rebeldes opuestos al régimen, obligaron a la deposición y el exilio forzoso de Aristide y la intervención de los Cascos Azules de la ONU.

En cuanto a su orografía, la deforestación ha provocado que el clima

tropical se extreme, siendo más frío en las montañas y cálido en las llanuras. Además la tala de bosques provoca inundaciones como la de 2004, cuando el huracán Jeanne causó más de 1.000 muertos. El punto más alto del país se eleva 2.690 metros sobre el nivel del mar. Los 9 millones de habitantes que pueblan los 27.750 kilómetros cuadrados de Haití, hablan francés y criollo haitiano, y tres cuartas partes de la población entienden el castellano aunque no sea un idioma oficial. Existen 13 universidades en los 10 departamentos en que se divide la república. El 65% de la población está alfabeti-

zada y los alumnos pueden acudir a una de las más de 15.000 escuelas de primaria, supervisadas por ONG's, comunidades u organizaciones religiosas. Un 80% de los haitianos profesan el catolicismo romano, mientras que el 16% se inclina por el protestantismo. Por otra parte, la mitad de sus habitantes practica el vudú.

Wycleaf Jean (miembro de "The Fugees") es el artista musical más conocido a nivel nacional e internacional, de un país que en 1974 se clasificó para jugar el Mundial de fútbol y en el que llegó a imponerse durante algunos minutos a la todopoderosa Italia, concluyendo finalmente en penúltimo lugar sólo por delante del extinto país de Zaire.

**EL
INFORMATIVO
DE MORATALAZ
SE RENEVA
EN LA RED
...Proximamente...**



COLEGIO SAN MARTÍN

Todo un proyecto para una educación en valores

MÁS DE 50 AÑOS NOS AVALAN

Colegio San Martín

5 Aniversario

Cursos: 1958/59 al 2008/09 y seguimos...



SERVICIOS

- * Comedor
- * Gabinete Psicopedagógico
- * Departamento de Orientación
- * Seguro Escolar
- * Gabinete Médico (Diario)
- * Medios Audiovisuales
- * Biblioteca
- * Gimnasio
- * Laboratorios

Ven a mi Cole y forma parte de nuestra familia



El Colegio San Martín fundamenta su acción educativa en una concepción global del hombre y del mundo. Por ello trabaja para la formación de los jóvenes en estrecha colaboración con la familia

- * Educación concertada en todos nuestros niveles
 - ☐ Educación Infantil
 - ☐ Primaria
 - ☐ E.S.O.
- * Enseñanza precoz de idiomas
 - Estudio de inglés y francés a partir de los 3 años
- * Atención individualizada
- * Formación integral
- * Desarrollo de hábitos de estudio
- * Actividades extraescolares y complementarias
 - Judo-Informática-T. inglés-T francés
 - Proyecto Activación Inteligencia, etc.

Avda. Dr. García Tapia, 122 - 124 (Moratalaz) – Información: 91 439 06 24



**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. 2ªC - 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



REFORMAS EN GENERAL

Presupuestos Sin Compromiso

C/ Molina de Segura, 1
C.P. 28030
Tel.: 91 301 51 86

Tarima Laminada · Parquet · Puertas de Seguridad · Puertas interiores ·
Frentes de Armario · Interiores de Armario · Pintura · Aluminio
Mamparas de Baño · Escayola · Griferías · Muebles de Cocina y Baño · Sanitarios

Web: www.decoracionlinneo.es Mail: reformaslinneo@decoracionlinneo.es

**NECESITA OÍR MEJOR? LA IMPORTANCIA DE
CONFIAR SU AUDICION A UN PROFESIONAL**



Juan Cifre
Responsable de
Adaptaciones
Auditivas de
Óptica Rubio

El éxito de la adaptación reside tanto en la correcta elección del audífono como en la labor humana que la lleva a cabo.

En el artículo de este mes, les queremos hablar de la importancia de una correcta labor del profesional de la audiología a la hora de elegir una solución auditiva, ya que esto repercute directamente en nuestra calidad y estilo de vida.

El proceso de adaptación de un nuevo audífono requiere el desarrollo de un protocolo de trabajo individual, detallado y concreto, creado específicamente para cada usuario. De su correcto cumplimiento, y de la exactitud con la que se haga, dependerá el éxito de la adaptación.

sición a ruidos en el entorno laboral y social, y todos aquellos factores que le permitan analizar mejor el problema auditivo.

problema e incluso podrían agravarlo, creando una sensación de incomodidad y desconfianza. Cada oído tiene características distintas y el audífono, para poder cumplir perfectamente su función, debe adaptarse a las necesidades y estilos de vida de cada persona.

El Audioprotesista es el único profesional autorizado oficialmente para adaptar audífonos a las necesidades individuales de los pacientes, aunque el alcance de su labor va mucho más allá. Elabora un estudio completo del paciente y realiza las pruebas pertinentes para valorar cuales son las necesidades específicas y el audífono idóneo para cubririrlas.

Una vez recopilada ésta información, realiza diversas pruebas (videoscopia, timpanometría, audiometría, y todas aquellas otras que sean necesarias) a los efectos de identificar exactamente los umbrales de audición, el grado de pérdida y la calidad auditiva de que dispone la persona. Luego de realizadas todas las pruebas necesarias, que varían en función de cada paciente, el audioprotesista evalúa los resultados y, con ayuda de ordenadores especiales de última tecnología, selecciona el formato de audífono más conveniente, ya que este debe adaptarse a la forma interna del oído, diferente en cada persona.

Finalmente, se ajusta el audífono a las necesidades del paciente mediante un analizador, se coloca en el oído y se realizan nuevos tests para comprobar su correcto funcionamiento.

Según el protocolo de adaptación protésica desarrollado por **Óptica Rubio**, el audioprotesista establece un primer contacto con el paciente y sus acompañantes durante el cual realiza un cuestionario sobre antecedentes familiares, expo-

Un audífono mal elegido ó lo que es peor, mal programado, es comparable a unas gafas con graduación inadecuada o mal ajustadas: no solucionarán el

Por último, y fundamental, se proporciona al paciente consejos de utilización y entrenamiento para ayudarlo en el proceso de adaptación, y facilitarle la tarea, para que la persona pueda recuperar su capacidad auditiva rápida y eficaz.

En **Grupo Optica Rubio**, se aplica el protocolo de adaptación protésica individualizada, que ha desarrollado y exige la Asociación Nacional de Audioprotesistas.

**Desfile de moda en el
IES Valcárcel**



Los focos del salón de actos del IES Valcárcel, iluminarán la pasarela sobre la que el 5 de febrero (19 horas) desfilarán varios modelos luciendo los diseños de jóvenes creadores como Inés Sánchez-Cano & Alfredo Baquero Gago, Marisa de la Fuente Losilla & Marta Carramiñana &

Álvaro Antolín Prado, Bernal Calleja & Laura Arias Velasco pertenecientes a la escuela de moda de la Universidad Politécnica de Madrid (UPM) y de María Jesús Cuevas que se presenta como diseñadora freelance. Los asistentes pueden acudir gratuitamente a esta VI edición de la pasarela de moda



GRANÈ

MOBILIARIO DE
COCINA
A MEDIDA

C/ ARROYO MEDIA LEGUA, 46
28030 MADRID (MORATALAZ)
Tel. / FAX: 91 430 11 99
www.cocinasgrane.com



LA CAÑADA

La Cañada, 32 - 28030 MADRID
Registro Sanitario 20.25600/M

ABIERTO:

* De Lunes a Domingo
sólo por las mañanas:
de 8:30 a 16:00 h.

91 773 20 26

OFERTA: 10,00 €
POLLO + TORTILLA ESPAÑOLA

OFERTAS: 9,50 €
POLLO + 2 EMPANADAS
POLLO + ENSALADILLA RUSA

POLLO RELLENO	20,00 €
POLLO ASADO	7,00 €
TORTILLA ESPAÑOLA	5,00 €
CROQUETAS (Ración)	4,40 €
TIGRES (Ración)	4,00 €
PATATAS FRITAS (Ración)	2,00 €
PATATAS FRITAS GIGANTES ...	3,00 €
PIMIENTOS FRITOS (Ración) ...	3,50 €
PIMIENTOS ASADOS (Ración) ...	3,80 €
AROS DE CEBOLLA (Ración) ...	2,00 €
ENSALADA (Ración)	5,00 €
ENSALADILLA RUSA (Ración) ...	3,80 €
ENSALADILLA RUSA GIGANTE ...	6,50 €
EMPANADA	1,85 €
EMPANADA GRANDE	12,00 €
CANAPÉS SALADOS (Kg.)	12,00 €
HELADOS	6,00 €
BAGUETTES	0,90 €
LATA REFRESCO	0,75 €
LATA CERVEZA	0,90 €

EMPANADAS ESPECIALES GALLEGAS



Todo Mascotas

Avenida de Moratalaz, 101
Tel. 91 328 74 06
Zona de fácil acceso
(frente al Parque Darwin)

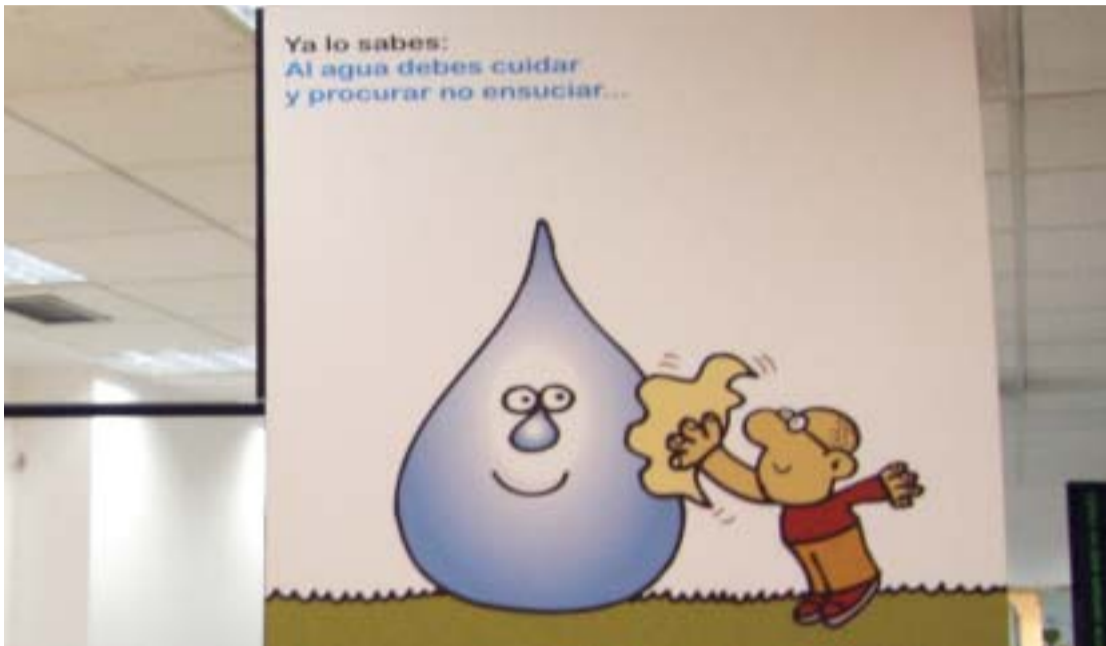
**ALIMENTACIÓN, ACCESORIOS
Y PRODUCTOS PARA
ANIMALES DE COMPAÑÍA**

Principales marcas en pienso para Perros y Gatos.
(HILL'S, ROYAL CANIN, EUKANUBA, ADVANCE, ...)

Accesorios, complementos, juguetes, ropa, snacks, ...

INFORMESE DE NUESTRO SERVICIO DE ENTREGA A DOMICILIO

Forges y Araujo se unen para concienciar sobre el medio ambiente



Joaquín Araujo, durante la inauguración de la exposición, junto a Fernando Martínez-Vidal, Concejal-Presidente del distrito.

La muestra, que podrá visitarse hasta el 26 de febrero en el Centro Cultural Eduardo Chillida (c/Arroyo Belincoso, 9) de 9 a 14 y de 16 a 21 horas, se divide en diferentes cuestiones medioambientales que afectan al aire, al agua, a la tierra, a la energía, a los bosques y los animales y al ser humano. Para analizar cada uno de estos campos los autores se hacen preguntas, diversas preguntas. En el del aire intentan responder ¿qué es?, ¿para qué sirve?, ¿de dónde viene? o ¿cómo se renueva y limpia?. La explicación de Araujo y las ilustraciones de Forges aclaran todas las dudas.

La Obra Social de Caja Madrid ha reunido a estos dos iconos del medio ambiente y del humor respectivamente, para dar a conocer las amenazas que crea el propio ser humano con su irresponsable comportamiento.

El ácido humor de los dibujos de Antonio Forgas "Forges" y las explicaciones del naturalista Joaquín Araujo, componen la exposición "El ambiente siempre está en el medio", que pretende concienciar de una manera didáctica y a la vez divertida sobre la importancia del respeto a nuestra naturaleza.



sensebene
reduce

TU CENTRO DE
ESTÉTICA, BELLEZA
Y SALUD CORPORAL
EN MORATALAZ.

CAMINO VINATEROS 40, 28030-MADRID
Junto a Correos Tel.: 91 439 17 90
Autobús: 20,30,32,113,71 Metro: Vinateros y Estrella

Los líderes del PSOE madrileño resolvieron las dudas de los ciudadanos

El acto sufrió un intento de boicot, al ser colocados carteles por la zona avisando de su suspensión

Tomás Gómez y David Lucas, candidatos a la alcaldía y a la presidencia de la Comunidad de Madrid respectivamente, acudieron el 19 de enero al colegio Martínez Montañés para exponer sus propuestas y resolver cuantas dudas pudieran tener los ciudadanos que allí se dieron cita. Durante ese mismo día uno o varios individuos se dedicaron a colgar carteles con el anagrama del PSOE, avisando de la suspensión del acto, tal y como mostraron los indignados miembros de la agrupación socialista a este periódico.

Al parecer, fueron numerosos los portales que amanecieron con este misterioso cartel por la zona de Pavones

algo que, sin embargo, no mermó la asistencia al evento al que acudieron unas 200 personas.

Ambos representantes socialistas mostraron su lado más cercano en esta conferencia, algo que están repitiendo en todos los distritos de la capital. Gómez aseguró que la cercanía entre los políticos y sus ciudadanos es fundamental: "cuando era alcalde en Parla, era algo que hacíamos cada mes" aseguró.

Los asistentes pudieron resolver todo tipo de dudas, desde el ámbito local al europeo.

No hay fotos del coloquio, ya que la jefa de prensa del PSM, impidió que los medios tomaran imágenes del mismo: "no es la línea que queremos seguir" arguyó.



PARA
CONTRATAR PUBLICIDAD
EN EL INFORMATIVO DE MORATALAZ
91 437 40 43 * 616 73 87 88



MYBIKESPORT

SU TIENDA DE BICICLETAS
EN MORATALAZ

AMPLIA GAMA DE PRECIOS
TANTO EN BICICLETAS
COMO EN ACCESORIOS

TALLER ESPECIALIZADO



MYBIKESPORT

Avd. DOCTOR GARCIA TAPIA Nº 224 TELF. 91 751 46 11
www.mybikesport.es

EL
INFORMATIVO
DE MORATALAZ
SE RENUEVA
EN LA RED
...Proximamente...



ESTRELLA
SEGUROS

HOGAR - AUTOMOVILES - COMUNIDADES
COMERCIO - VIDA - DECESOS - PLANES DE
PENSIONES - AHORRO/JUBILACION

AGENCIA SEGUROS JORGE MUÑOZ SAIZ

TLF. 91 328 14 97
Fax: 91 3285308
C/ Marroquina 86
28030 Madrid
www.jmseguros.com
jm@jmseguros.com

· Esteban Sanz, proyectos, obras y reformas ·



REFORMAS INTEGRALES DE VIVIENDAS Y LOCALES
Avda. Doctor Garcia Tapia, 161 Tlf.- 91 328 29 02

info@esreformas.com

El Informativo de Moratalaz
“El Periódico de tu Barrio y El Mejor Escaparate para tu Negocio”

LO QUE EL BÉISBOL SE LLEVÓ

Las deficientes reformas acometidas en La Elipa, dejan Madrid con su único campo de béisbol impracticable

El polideportivo de la Elipa vio como en el pasado puente de la Constitución, su campo de béisbol comenzaba a renovar su terreno de juego. Lo que nadie podía sospechar, es que esas reformas acometidas por el Ayuntamiento iban a provocar su cierre. Y es que la remodelación se ha hecho tan mal que los jugadores no pueden desarrollar su actividad. Para el lavado de cara del campo de béisbol se invirtieron unos 18.000 euros, si bien no se consultó ni a la Federación Madrileña ni

a la Española de Béisbol sobre los trabajos a realizar. Ante la queja acerca del estado del campo, la Junta ha procedido a cerrarlo, asegurando que a finales de este mes de febrero o principios de marzo los desperfectos ocasionados (por una reforma, paradójicamente) serán subsanados. Este organismo municipal se reunirá próximamente con la Federación de Béisbol y la Dirección General de Deportes para abordar el asunto y que el dinero invertido en arreglar el campo no caiga, de nuevo, en saco roto.



SU PEUGEOT EN MORATALAZ - " MUÑOZAUTO "



Horario ininterrumpido de... Lunes a Viernes: de 8 a 20 horas
Sábados: de 9 a 13 horas

PASTILLAS DE FRENOS "GRATIS" AL CAMBIAR SUS NEUMÁTICOS

"OFERTA VÁLIDA HASTA AGOTAR EXISTENCIAS"

Avda. Dr. García Tapia, 112 - 28030 Madrid * Cita Previa en los Tlfnos.: 91 439 11 11 / 91 430 05 53
e-mail: portillo56@yahoo.es * Servicio de Atención al Cliente de PEUGEOT: 902 366 247

ESCUCHA



En www.informativomoratalaz.com

Correos: algo más que enviar y recibir correspondencia



A parte de enviar cartas y recogerlas, el servicio de Correos tiene más utilidades de las que el usuario normalmente conoce.

La sucursal 39, perteneciente a Moratalaz y dirigida por Florencio Extremera Valdivia (Director) y Juan Núñez Sánchez (Director Adjunto), situada en c/Arroyo de la Media Legua, 56, oferta al igual que el resto de oficinas postales de Madrids el envío de giro inmediato, fax, burofax o telegrafía. Además se pueden adquirir productos parapostales como sobres prefranqueados, cajas y embalajes ecológicos, contratar apartados postales, recargar móviles de cualquier operador o acceder a cualquier tipo de servicio bancario.

También es posible elegir el servicio de paquetería urgente con 'Postal Expres', y mandar dinero a más de 190 países del mundo, a través de Western Union. Igualmente se cobran recibos no domiciliados de

compañías como Gas Natural, Telefónica o Endesa. Las empresas que con cuenta en Bancorreos no tienen necesidad de esperar su turno si es que hubiera gente delante, pueden dejar su documentación y marcharse, correos se encarga de todo. Cualquier usuario puede recargar su tarjeta de móvil, de idéntica forma que sucede con la tarjeta de recarga para hoteles Turcorreos.

Para más información pueden llamar al Tel.: 91 328 59 30 o bien a través de Fax: 91 328 59 31



sensebene
reduce

EL MEJOR REGALO PARA SAN VALENTÍN
Fotodepilación definitiva para ella y para él.
Disponemos de la mejor maquinaria europea y profesional cualificado. Sin dolor y para todo tipo de pelo.

CAMINO VINATEROS 40, 28030-MADRID - Junto a Correos Tel.: 91 439 17 90
Autobús: 20,30,32,113,71 Metro: Vinateros y Estrella

SEMÁFORO VIGILADO



El Ayuntamiento de Madrid instauró en 2005, una red de radares fotográficos distribuidos por toda la ciudad, a fin de evitar que los conductores se salten los semáforos en rojo. Recientemente se ha ampliado el número de semáforos vigilados y uno de ellos se

encuentra en Moratalaz, a la altura del número 47 de Camino de los Vinateros. Deberían respetarse todas las luces rojas y parar, aunque en ocasiones se haga sin ser vistos. Tengan la certeza de que si cometen la infracción en este punto, la multa llegará a sus casas.

CEIP REGIMIENTO INMEMORIAL DEL REY



ENSEÑANZAS

- Enseñanza gratuita de 3 a 12 años.
- Inglés en todas las etapas.
- Informática integrada desde educación infantil.
- Orientación Psicopedagógica.

SERVICIOS

- Comedor con cocina propia.
- "Primeros del cole": 7:30 a 9.
- "Tardes del cole": 16 a 17.
- Actividades extraescolares: piscina, inglés, ludoteca, danza, wushu, fútbol...

INSTALACIONES

- Sala de informática.
- Biblioteca.
- Aula de Psicomotricidad.
- Sala de Pizarra Digital Interactiva.
- Aula de música.
- Gimnasio.
- Sala de audiovisuales.
- Salón de actos.
- Laboratorio.
- Comedor y cocina.
- Patios de recreo independientes por edades.

Si quieres un servicio educativo con todas las garantías de **calidad y control**.

Si quieres un **equipo docente** preparado, **titulado y en constante perfeccionamiento**.

Si quieres un centro con **ambiente familiar, bien equipado**, en el que todos los recursos se invierten en la formación de tus hijos.

ESTE ES TU CENTRO



Día de puertas abiertas
23 de Febrero 16 a 17 h.

Dirección: Avda. de Moratalaz, 51. Teléfono: 91 4390948
Web: www.educa.madrid.org/cp.regimiento.madrid

INGLÉS

Aprender un idioma extiende la imaginación – **SIN LUGAR A DUDAS**

¡Ah!
Y abre puertas en todas las profesiones.

KILKENNY ENGLISH

GENERAL
JUAN VAN HALEN, 1
28030 MADRID
T.: 91 437 78 56
METRO ESTRELLA

kilkenny@almdreams.com
www.almdreams.com

DISTRITO MORATALAZ

ESCUELA DE Teatro 2010

MORATALAZ
GRUPOS DE 15 PLAZAS

DE 6 A 10 AÑOS, (LUNES Y MIÉRCOLES DE 17:30 A 18:30 HORAS)

DE 11 A 15 AÑOS, (JUEVES DE 17:30 A 19:30 HORAS)

ADULTOS DE 16 AÑOS EN ADELANTE (LUNES DE 18:30 A 20:30 HORAS)

INSCRIPCIONES DE 9:00 A 13:30H. Y DE 17:00 A 18:30H.
EN EL CENTRO SOCIOCULTURAL Y JUVENIL MORATALAZ
(C/ FUENTE CARRANTONA, 10 + INFORMACIÓN EN EL TELÉFONO 91 588 04 59).



CADA DISTRITO TIENE SU PUNTO

TU DISTRITO ESTÁ LLENO DE PUNTOS DE ATENCIÓN AL CIUDADANO, SOCIALES, CULTURALES, DEPORTIVOS... ¡DESCÚBRELOS!



LIBROS MÁS VENDIDOS DEL MES

Nº	Título	Autor	Editorial	P. V. P.
1	EL SÍMBOLO PERDIDO	Dan Brown	Paneta	21,90 €
2	LA NOCHE DE LOS TIEMPOS	Antonio Muñoz Molina	Seix Barral	24,90 €
3	CONTRA EL VIENTO	Angeles Caso	Planeta	21,00 €
4	TIEMPO ENTRE COSTURAS	Maria Dueñas	Temas de Hoy	22,00 €
5	SANGRE DERRAMADA	Asa Larsson	Seix Barral	18,50 €
6	LA SOLEDAD DE LOS NÚMEROS PRIMOS	Paolo Giordano	Salamandra	16,00 €
7	CÁIN	José Saramago	Alfaguara	18,50 €
8	UN MUNDO SIN FIN	Ken Follett	Plaza & Janes	11,95 €
9	EL CLUB DE LOS VIERNES	Kate Jacobs	Maeva	10,00 €
10	LA PRINCESA DE HIELO	Camilla Lackberg	Maeva	10,00 €

LIBRERÍA MÉNDEZ

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

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

YOGA MENTAL Y SALUD EMOCIONAL**" EL EQUILIBRIO Y LA LUCIDEZ EN LA VIDA "**

La vida a través de ese universo secreto que es la mente del ser humano tiende a producir desajustes o desequilibrios que alteran nuestra conducta psicológica y emocional, privándonos de saborear y disfrutar de un conjunto de saludables estados de bienestar que todos, si nos lo proponemos, podemos alcanzar. Nadie puede sustraerse a los acontecimientos y hechos que se producen en nuestras vidas de manera continua con alternancias de todo tipo y aunque muchas veces nos es imposible ejercer un control o dominio de lo que acontece en la realidad externa, si que podemos adiestrarnos en el aprendizaje de controlar nuestras reacciones anímicas, que es lo que afecta a nuestro interior psíquico y que refleja nuestros estados mentales y de ánimo.

El aprendizaje del equilibrio frente al desequilibrio no es nada fácil ya que hay que desaprenderse de viejos hábitos y aceptar conscientemente la realidad de las situaciones o vicisitudes cambiantes (salud o enfermedad, pérdida o ganancia, placer o sufrimiento, el elogio y el insulto, si algo tiene remedio se remedia o aceptando lo inevitable, saber relativizar cuando haya que hacerlo, no caer en el desánimo o el desaliento, la depresión, la desesperación, la rabia, los inútiles autocompadecimientos, lamentaciones, etc.). Es decir, que a través de la ecuanimidad que es una poderosísima energía de equilibrio y cordura la hagamos patente en nuestros comportamientos sin generar reacciones neuróticas ni desorbitadas, con un ánimo estable y una mente firme que conllevará una comprensión mucho más amplia y clara, manteniendo un ánimo más estable y una mente más sosegada, más serena. También es muy importante en la



conquista del equilibrio psíquico abandonar los estados y pensamientos mentales negativos o perniciosos cultivando los más saludables y positivos.

Un factor importante que contribuye al desarrollo del equilibrio es la lucidez mental como soporte al logro de la madurez emocional y a través de esa cualidad se va conociendo la visión clara de las cosas y situaciones, conociéndose más a sí mismo con una apreciación más justa y equilibrada, además de establecer una relación distinta con los demás y conectando mejor con las circunstancias vitales. Además, la lucidez va dando paso a que broten las emociones positivas tan reconfortantes como son la alegría, el contento, la generosidad, la simpatía, el deseo de cooperar y realizar nobles acciones, etc. Se trata de un trabajo de ir transformando nuestro aparato psíquico y psicológico para alcanzar una fuente de salud en los niveles físico, mental y emocional que redunde en nuestro bienestar que es al fin y al cabo el propósito que debería regir nuestras vidas. Ni que decir tiene que el yoga desde hace aproximadamente diez mil años, siempre se le ha considerado la técnica más solvente y fiable de equilibrio y armonía a través de su práctica habitual, pero conlleva una disciplina y un esfuerzo, como todo en la vida, si se quiere conseguir algo provechoso o gratificante.

Paulino Monje

Profesor de Yoga Mental y Meditación.
Especialista en Aulas de Mayores de la CAM.
Conferenciante, articulista y tertuliano de radio
Programas humanistas.

mail : paulinomonje@hotmail.com

"El Comentario"

Aprendiendo a Enseñar
"Estrategias sencillas para educar"
(Rocio Ramos y Luis Torres)
Ediciones Paraninfo
P.V.P.....: 29,95.- €



Mi hijo me desborda, insulta de forma habitual, llevo sin dormir desde que nació, no hago carrera de él, parece que todo le da igual, no hay forma de que estudie, desde que me separé no parece el mismo, no es capaz de hacer amigos. Es frecuente escuchar de boca de muchos padres, preocupados por la educación de sus hijos, frases como estas.

Muchas veces, pequeños conflictos se convierten con el tiempo en grandes dificultades, y no es fácil encontrar las soluciones adecuadas. Aprendiendo a enseñar te propone toda una serie de pautas y te explica cómo llevarlas a la práctica de manera sencilla, haciéndote reflexionar sobre los logros que obtienes. Con nuestro método no sólo encontrarás maneras de resolver conflictos, sino también orientación para desarrollar al máximo las capacidades de tu hijo, porque es común que no seamos conscientes del potencial que tienen.

A ser padres se aprende poco a poco, no verás los resultados hoy o mañana, pero te acompañaremos en el camino para que tu hijo, de adulto, pueda echarle la culpa de lo feliz que ha conseguido ser.

Consultar en Librería Méndez

ORACIÓN AL ESPÍRITU SANTO

Espíritu Santo: Tú que me aclaras todo, que iluminas todos los caminos para que yo alcance mi ideal. Tú que me das el don divino de perdonar y olvidar el mal que me hacen y que en todos los instantes de mi vida estás conmigo, yo quiero, en este corto diálogo, agradecerte por todo y confirmar una vez más que nunca quiero separarme de ti, por mayor que sea la ilusión material; deseo estar contigo y todos mis seres queridos, en la gloria perpetua.

Gracias por tu misericordia para conmigo y los míos.

(La persona deberá rezar esta oración tres días seguidos, sin decir el pedido. Dentro de tres días alcanzará la gracia por más difícil que sea. Publicar en cuanto se reciba la gracia.)

"Agradece la gracia alcanzada"

N. L.

ESCUCHA

En www.informativomoratalaz.com

PRÁCTICA DE YOGA Y MEDITACIÓN

Clases de prueba gratis
Todos los niveles y horarios
Abierto fines de semana



Camino de Vinateros, 47 - 28030 Madrid (Moratalaz)
Metro L 9 Vinateros - Buses: 30 - 32 - 71 - 113 y 20
Tel.: 91 430 82 96 - info@mangalam.es - www.mangalam.es

**PARA CONTRATAR PUBLICIDAD
EN LA AGENDA COMERCIAL DE
NUESTRA WEB, ENVIA E-MAIL A:
publicidad@informativomoratalaz.com**

**EUROTRANS
RENT A CAR**

ALQUILER Y
RENTING DE VEHÍCULOS

San Fermín-Orcasur
Línea 3

www.eurotrans.com.es



10 % de Dcto. presentando este ANUNCIO

LIDER EN ALQUILER Y RENTING DE VEHÍCULOS

C/ Santa María Reina, 4 - Local 5 (Esq. Av. Andalucía)
Avenida de los Poblados (frente al 183)
Tel.: 91 552 55 04 - 91 318 20 85 - 607 165 062

TODO SOBRE LA DIABETES

La Asociación de Diabéticos del Área 1 de Madrid (ADA1M) celebrará el próximo día 8 de Febrero, a las 18:30 horas, en el Centro Cultural 'El Torito', de Moratalaz, la tercera conferencia de su Ciclo sobre la Diabetes, que organiza en colaboración con el Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital General Universitario Gregorio Marañón. El objetivo de este ciclo es que los profesionales sanitarios puedan dar a conocer a los diabéticos y a sus familiares información general de esta enfermedad, así como los hábitos saludables que deben seguir los enfermos para convivir con ella.

El acto contará con la participación del profesor jefe del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital General Universitario Gregorio Marañón, Antonino Jara Albarrán, así como de la Doctora Petra Sánchez García-Cervigón y Víctor Andía Melero, médico adjunto del Servicio de Endocrinología y Nutrición y profesora asociada de la Facultad de medicina U. C. M. H.G.U. Gregorio Marañón de Madrid y médico adjunto del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital General Universitario Gregorio Marañón, respectivamente.

En la apertura, el representante de ADA1M, presentará en el acto a la Asociación junto al Profesor



Antonino Jara Albarrán, que pondrá a disposición de todos los diabéticos y sus familias. En su intervención como moderador y ponente, profesor jefe del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital General Universitario Gregorio Marañón, Antonino Jara Albarrán, disertará sobre el tema de la Diabetes Mellitus y generalidades.

Por su parte, la Doctora Petra Sánchez García-Cervigón tratará sobre la educación diabetológica, que se centra en facilitar al paciente una adecuada y completa información, particularmente en el terreno del "autoanálisis" de la enfermedad, el "autocontrol"

(dieta, ejercicio y tratamiento médico) y la "administración" de los medicamentos. Por último, el doctor Víctor Andía mostrará los rasgos de una "dieta para diabéticos que, en realidad, debe ser la dieta para cualquier persona: la dieta mediterránea".

Tras la intervención de Andía, tendrá lugar un interesante coloquio en el que los asistentes podrán obtener respuestas a sus dudas sobre esta enfermedad. La Asociación tiene previsto realizar una nueva conferencia el próximo lunes 15 de Febrero, a partir de las 18.30 horas, en el Centro Cultural "Eduardo Chillida" de Moratalaz (C/ Arroyo Belincoso, 9).

CAE UNA BANDA DE COGOTEROS

La Policía Nacional ha detenido a cuatro delincuentes especializados en atracos mediante el método del "cogotazo", consistente en abordar a personas de avanzada edad que salen del banco después de sacar una cantidad de dinero. Estos atracadores, no dudaban en utilizar la violencia y en varias ocasiones provocaron lesiones en sus víctimas. Los agentes establecieron un dispositivo de seguimiento para localizarlos y proceder a su detención. Estos cuatro individuos son presuntamente autores de tres robos con violencia y siete hurtos perpetrados en los distritos de Moratalaz, Arganzuela, Fuencarral, Usera, Retiro, Hortaleza y San Blas, y en la localidad de Alcorcón.

Por otra parte, según informó la Brigada Provincial de la Policía Nacional en Madrid, este tipo de robos ha descendido en 2009 un 46%, con una cantidad total de 114 frente a los 213 de 2008.

Poda de árboles en las calles del distrito



Los árboles de las calles de Encomienda de Palacios, desde Tacona a Pico de los Artilleros y desde ese punto hasta Camino de los Vinateros, pasando por la plaza Corregidor Conde Maceda y Taboada, fueron podados durante el mes de enero, al hallarse incluidos dentro del Plan de Gestión del Arbolado del Ayuntamiento de Madrid.



sensebene
reduce

PLATAFORMA VIBRATORIA
Ven todos los días que quieras, con nuestra nueva tarifa plana por sólo 50 € mensuales. 10 minutos diarios equivalen a 1 hora de gimnasio. Ideal para todas las edades. Ponte en forma y haz ejercicio cómodamente.

CAMINO VINATEROS 40, 28030-MADRID - Junto a Correos Tel.: 91 439 17 90
Autobús: 20,30,32,113,71 Metro: Vinateros y Estrella

El Informativo de Moratalaz:

.....
Quiere darles las gracias a todos, por compartir su lectura.

PELUQUERÍA
INFANTIL Y
ADULTOS

childrens lounge

ABIERTO de
9:30 a 20:00 h.
Incluido Sábados

"CARNAVALES Y SAN VALENTÍN"



- VEN Y PREPÁRATE PARA CARNAVALES
Por un corte o peinado: ¡GRATIS! MAQUILLAJE DE CARNAVAL
- SAN VALENTÍN:
Regala a tu ser querido un BONO-REGALO de Belleza...
>>>>> Recuerda que en "Childrens Lounge" siempre habrá una sorpresa más para tí... y tu Familia...

C/ Arroyo Belincoso 42 - Local 1 (28030 Madrid) ☎ 91 439 65 41 - 696 041 425 (Moratalaz) 🚗 Vinateros - Línea 9

La vivienda nueva en Moratalaz cuesta lo mismo que el año pasado

Se mantienen los 3.400 euros por metro cuadrado



Los precios de la vivienda han bajado en todos los distritos de Madrid excepto Moratalaz, según el Estudio de Mercado de Vivienda Nueva que desde 1985 elabora la Sociedad de Tasación. En líneas generales, anali-

zando toda la capital los precios han bajado una media del 7,7%, siendo Chamartín con un 18,5% el que más ha abaratado el precio de su vivienda nueva. Del estudio, que no indica el número de viviendas

contabilizadas por distrito, se desprende que Salamanca continúa siendo la zona más cara con 5.780 euros el metro cuadrado, mientras que Villaverde con 2.499 se sitúa en el polo opuesto.

Biblioteca abierta día y noche



La Biblioteca Pública de Moratalaz (calle Corregidor Alonso de Tobar, 5) permanecerá abierta de nueve de la mañana a una de la madrugada ininterrumpidamente, hasta el próximo 15 de febrero. Los estudiantes pueden de esta forma, aprove-

char día y noche para sacar adelante las asignaturas de este primer trimestre. Igualmente, si algún alumno quisiera estudiar durante toda la noche, la biblioteca más cercana abierta durante las 24 horas es la de Retiro, calle Doctor Esquerdo, 189

* * * POEMAS * * * FELICITACIONES * * * POEMAS * * * FELICITACIONES * * *

¡¡¡ ATENCIÓN !!!

Para enviar sus Cartas, Poemas, Cuentos, Felicitaciones, Cartas al Director, etc... pueden hacerlo a través de www.informativomoratalaz.com - moratalaz@informativomoratalaz.com También por correo ordinario: Apartado de Correos 39149 - 28080 Madrid

Para poder publicar cualquiera de estas secciones, en la documentación que nos envíen, debe de figurar su correspondiente Remite y D.N.I.

QUE PRONTO LA VIDA PASA



Octavio Huéllamo (Poeta de Moratalaz)

La vida pasa deprisa sin poderlo remediar; pero ahora bien disfrutamos de esa ya tercera edad.

Y repasando la vida hay que ver como ha cambiado; como se vive hoy en día y todavía nos quejamos.

Lo que hemos conseguido a fuerza de trabajar; en estos humildes versos les voy a versificar.

España un día se vió llena de hambre y miseria; y entre todos conseguimos vencer el hambre y las penas.

Unidos los españoles y a fuerza de trabajar; a nuestra España pusimos en el sitio que hoy está.

Hoy todo el que trabajó vivir dignamente puede; porque aquellos dirigentes aprobaron las pensiones.

Antes todos los mayores que bienes no poseían; tened la seguridad de pena y hambre morían.

A nuestra España querida cuanto costó unificar; y al que el hambre nos quitó no hemos sabido pagar.

A mi me da mucha pena y lo tengo que decir; que a nuestra España querida nos la quieran dividir.

Que nadie consiga esto a Dios yo le pediría; España debe ser grande y estar siempre bien unida.

Que siempre estemos dispuestos a llevarnos como hermanos; en los tiempos que vivimos cuanto lo necesitamos.

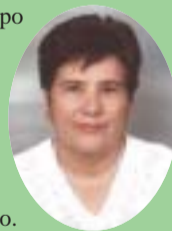
De los hechos a la Tierra nadie lo puede dudar; que tendremos que dar cuentas en nuestro juicio final.

BUSCANDO UN NIDO

Caminando por el campo junto a los matorrales ví pasar un pajarito venía de los trigales.

Yo le seguí despacito ví donde tenía su nido en el pico traía grano que había cogido del trigo.

Me arrimé muy despacito mis manos lo acariciaron y le dije: tienes que crecer para que salgas volando.



- Victorina García -

Quería que fuera libre como las flores del campo que se subiera a las ramas y que volara bine alto.

Vuela, vuela pajarito nunca dejes que te cojan come el trigo si quieres come también las picotas.

Súbete por las ramas y vete por los trigales y protege a tus hijitos que no les moleste nadie.

El Informativo de Moratalaz
"El Periódico de tu Barrio"

HAITÍ

Tembló la tierra despertando el llanto, el día se hizo noche bajo miles de escombros y envolvió todo un viento de tiniebla y quebranto mientras que la inocencia se llenaba de asombro.

Cuerpos desquebrajados perdido su volumen, espíritus vagando sin rumbo ni horizonte, y un clamor general pidiendo al mundo que les diera una guía para encontrar su norte.

Y desde la blancura de mi cama se clavan como agujas sus lamentos, y quiero hacer un hueco entre mis brazos para poder cubrir a tanto huérfano.

No se puede medir tanta tragedia, mas la ciencia que avanza tan deprisa encontrará en su poder todos los medios, para que Haití recupere la sonrisa.

Isabel Toledo



AMELIA SANGREGORIO

Queremos felicitarte por el día de tu cumpleaños. Deseamos que el día 10 de Febrero, te lo pases lo mejor posible junto a todos nosotros. De todo corazón: tus padres, hermanos, sobrinos y demás familia. A continuación queremos dedicarte estos bonitos y sencillos versos

En este mes tan cortito que asoma la Primavera, ha llegado a nuestra casa una rosa tempranera.

Era chiquita y bonita, morenita y sonrosada, era mi niña preciosa que con amor infinito en mis brazos cobijaba.

Era el amor florecido que llenos de alegría, tus padres esperaban. Era un bonito regalo que a las cinco de la tarde del cielo nos llegaba.

¡ Muchas Felicidades !

Tus padres:
Alfredo y Társila



Estética Especializada PARREÑO

Nuestro centro te ofrece un tratamiento complementario en la terapia de "neurodermatitis, psoriasis y couperos": "MED" de La mer: COSMÉTICA MARINA ÚNICA.



DESDE 1989 CUIDANDO DE LA SALUD DE TU PIEL

C/ Cgdor. Diego de Valderrábano, 72
(esq. Dr. Garcia Tapia)
Tel.: 91 430 03 96

Maratón de juegos de mesa en Moratalaz

La Asociación Cofradía del Dragón organiza la I Maratón de Juegos de Mesa el próximo sábado 27 de febrero. La participación es para mayores de 14 años y totalmente gratuita. Se desarrollará en cuatro espacios diferentes: en tres salas que tiene repartidas la asociación entre los Centros socio-culturales de Eduardo Chillida y Vicálvaro así como en el Centro juvenil de Moratalaz; y en la nueva tienda especializada en juegos de mesa y cartas Mi Tesoro.

Por la mañana, las aventuras empezarán en el centro socio-cultural de Eduardo Chillida y en la tienda y, por la tarde, continuarán en la



tienda Mi Tesoro y comenzarán en los centros de Moratalaz y Vicálvaro. Este último

evento organizado por la Cofradía del Dragón se espera que sea bimensual y se intercalará con la Maratón de Rol cuya primera edición se celebró en enero con un éxito total de participantes.

La Cofradía del Dragón es una asociación juvenil sin ánimo de lucro que busca animar a los jóvenes de 14 años en adelante a relacionarse e interactuar con actividades, eventos y jornadas específicas relacionadas con los juegos de mesa, simulación y estrategia, juegos de rol y cartas.

Para más información e inscripciones en www.cofradiadragon.com o en Mi Tesoro (c/ Marroquina, 70).

NOELIA ANTUÑA
psicóloga
psicóloga y coach

ACTIVIDADES

- INTELIGENCIA EMOCIONAL
- RIOTERAPIA
- NEUROLÓGIC
- GIMNASIA MENTAL
- AUTOESTIMA
- CRECIMIENTO PERSONAL
- EXERCICIO CORPORAL
- GESTIÓN DE ESTRÉS
- GESTIÓN EFICAZ DEL TIEMPO

ACTIVIDADES

- TRATAMIENTO DEPORTIVO
- ERGUIERES
- LIMPIAJO
- CERMIOLGIA
- HEMIA DICAL
- CONTRACTURAS MUSCULARES
- RELEIOLGIA PODAL

ACTIVIDADES

- ANXIEDAD
- DEPRELÓN
- ESTRÉS
- FOBIA
- AUTOESTIMA

CITA PREVIA 619 94 81 38

PARA CONTRATAR PUBLICIDAD

91 437 40 43
616 73 87 88

ares azur CONSULTORÍA GLOBAL PARA LA EMPRESA

AUDITORIA
MERCANTIL - CONTABLE - FISCAL

Corregidor Diego Cabeza de Vaca, 4 - Bº A
28030 Madrid (Moratalaz)
Teléfono - Fax: 91 328 24 55 - 626 092 005
www.aresazur.com - ares.azur@gmail.com

Más de 600 alumnos y 81 profesores presentan sus proyectos al certamen "Soñar hoy para emprender mañana" en el Colegio Gredos de Moratalaz

El sonido de dos violines sirvió para inaugurar el acto de entrega de premios "Soñar hoy para emprender mañana". El colegio Gredos San Diego de Moratalaz, acogió a los más de 600 alumnos y 81 profesores que participaron en esta quinta edición. La consejera de Empleo y Mujer, Paloma Adrados, presidió el pasado 27 de febrero la entrega de estos premios que se organizan en colaboración con la Consejería de Educación, y que pretenden fomentar entre los más pequeños la creatividad empresarial.

En su intervención, Adrados, recomendó a los alumnos que cursan sus estudios en Centros de Educación Primaria, Secundaria y Formación Profesional, tanto públicos como privados, de la

Comunidad de Madrid, que sigan poniendo su mejor esfuerzo en estudiar, "porque la formación es fundamental y una oportunidad de éxito en sí misma y un elemento imprescindible para poder llegar a ser un buen emprendedor".

Este año el certamen ha incluido diversas modalidades adaptadas según el ciclo educativo al que pertenecían los participantes, aunque todos los trabajos presentados debían hacer referencia a dos fases: el nacimiento de la idea a desarrollar y alguna cualidad del espíritu emprendedor. Así las cosas,



los niños de Educación Primaria han concursado en las modalidades de "Emprendicuento" (cuentos y relatos cortos con ilustraciones) y "Los emprendedores del barrio" (trabajos sencillos de investigación sobre emprendedores y negocios situados cerca de los respectivos centros escolares), siempre supervisados por sus profesores. Por su parte, en "Una historia emprendedora" los alumnos de Educación Secundaria se han enfrentado a la creación de un texto teatral sobre la historia de un emprendedor y el proceso de generación y puesta en marcha

de su negocio, mientras que "Videoemprende" ha dado la oportunidad a los alumnos de Bachillerato y FP de elaborar un video de presentación de una empresa y su respectivo plan de negocio.



Después de la intervención de diversos cargos políticos y del director del colegio Gredos, tres alumnos representaron una obra teatral en la que mostraban al público la creación y el éxito de sus "Mochilas emprendedoras" y que sirvió como broche final a un evento en el que los alumnos y docentes premiados en las distintas modalidades recibieron diplomas acreditativos y vales canjeables por material didáctico tecnológico. Además, los centros escolares que obtuvieron mayor puntuación en las distintas categorías podrán canjear vales de entre 600 y 1.500 euros para material didáctico.

AGUIRRE INAUGURA EL COLEGIO GREDOS SAN DIEGO "LAS SUERTES"

La presidenta de la Comunidad de Madrid, Esperanza Aguirre, inauguró oficialmente el pasado 15 de enero la sede del colegio Gredos San Diego en Las Suertes, situado en el Ensanche de Vallecas, y que lleva funcionando desde el curso 2007/08 contando en sus aulas con 1.841 alumnos matriculados. Aguirre recorrió las instalaciones del Gredos y conversó con algunos de los docentes que allí trabajan al tiempo que saludó a varios alumnos, como en se puede ver en la imagen, que en ese momento cursaban clase en inglés. Y es que el bilingüismo es seña de identidad desde los 3 años en este colegio. Las Suertes, además de ofertar enseñanza desde Educación Infantil a Bachillerato, acoge cuatro ciclos de Formación Profesional.



BACHILLERATO



Gredos San Diego Moratalaz

Modernas instalaciones.
Equipo directivo y pedagógico experimentado.
Una metodología activa.
Intensa preparación que garantice la elección de la carrera deseada.
Equipo de seguimiento y orientación académica con información periódica a los padres.

COOPERATIVA

25 años educando

PLAZO DE INSCRIPCIÓN ABIERTO

Piscina climatizada
 Pabellón Polideportivo
 Aulas multimedia-Internet
 Biblioteca y laboratorios
 Cocina propia
 Club Deportivo
 Asociación Cultural
 Escuela de Música

OTROS CENTROS GREDOS SAN DIEGO:

Gredos San Diego Alcalá
 Gredos San Diego El Escorial
 Gredos San Diego Las Rozas
 Gredos San Diego Las Suertes
 Gredos San Diego Vallecas
 Gredos San Diego Guadarrama



C/ Luis de Hoyos Sainz, 170
MADRID

Información:

91 772 38 11

www.gredossandiego.com

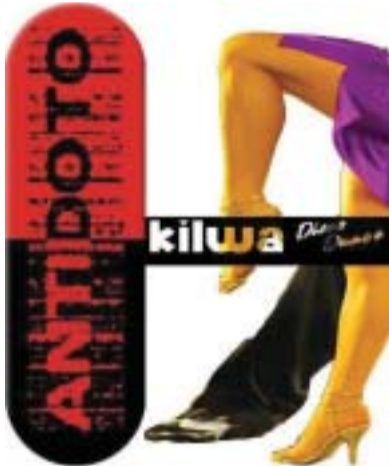
NOVEDADES MORATALAZ

BUENOS TIEMPOS PARA LOS GRUPOS

Difficil son en los tiempos que corren el abrirse hueco en la escena musical nacional para todos aquellos grupos musicales de reciente formación. Poco apoyo, altos costes y muchísimas horas de trabajo y sacrificio son las cuotas que han de pagar la mayoría de estos grupos, los cuales la mayoría tan sólo cuentan con el apoyo de ellos mismos y de el de sus amigos y familiares más cercanos. Además la demanda de conciertos ha crecido en los últimos años enormemente por la aparición de nuevos valores emergentes y la desaparición de muchas salas de actuaciones en vivo que por diversos motivos en el transcurso de los años han ido hechando el cierre. Afortunadamente algunas han sobrevivido, como es el caso de la Sala Silikona y que han seguido y siguen de hecho apoyando la música en vivo durante hace más

de 2 décadas (se dice pronto). La Sala, firme a sus principios y política musical continua ofreciendo su programación habitual de conciertos y además ofrece la posibilidad a todas estas bandas musicales de pasar cada Lunes y Martes por su escenario, a través de su ya emblemático Concurso Pop Rock de Moratalaz. Aunque su nombre marque otra cosa, son válidos todos los estilos musicales y en sus 10 ediciones anteriores amantes y seguidores del rock, punk, ska, heavy, pop, rap, soul, hip hop, canción de autor, etc han podido acudir y disfrutar de estas anónimas futuras promesas. De hecho algunos de los grupos que en concursos anteriores han desfilado por Silikona, han sido catapultados posteriormente a altas cimas musicales, siendo ésta XI Edición que va a celebrarse en las próximas fechas, el perfecto escaparate para todos aquellos grupos que además de rodarse y pasar una noche agradable y satisfactoria quieran tener su oportunidad para hacerse un hueco en este complicado mundillo. Además el aliciente para el público de que pueden ver y además votar a su grupo predilecto, por el módico precio encima de 4 euros (cerveza o refresco incluido), eso sí que son auténticos precios anti-crisis.

Cada Lunes y Martes en Silikona el XI Concurso musical de Moratalaz, y para los grupos que quieran inscribirse y aun no lo hayan hecho que no lo dejen y que se apresuren que el plazo expira en breve. Más información en: info@salasilikona.es - 91 823 10 50



TRADE DJ TOP 10

01. DJ CHUKIE - LET THE BASS KICK IN MIAMI BICH
02. TOTO LA MOMPOSINA - LA MEZCLA
03. AXWELL - SWEET DISPOSITION
04. LADY GAGA - BAD ROMANCE REMIX
05. GURU/ JOSH - ETERNITY
06. JEAN CLOUDE ADES - NITE TIME
07. INNA - LOVE
08. JAVI REINA - I CAN'T STOP
09. PAUL VAN DIK - HOME
10. WALLY LOPEZ - NOCHE SIN LUNA

TOP TEN

PARKIM CHART

01. SHAKIRA - LO HECHO ESTA HECHO
02. LADY GAGA - BAD ROMANCE
03. MILLOW - AYO TECHNOLOGY
04. FITO Y FITIPALDIS - ANTES DE QUE CUENTE DIEZ
05. PITT BULL Y PAULINA RUBIO - NI ROSAS NI JUGUETI
06. RIHANNA - RUSIAN ROULETTE
07. BISBAL - ESCLAVO DE SUS BESOS
08. ALEJANDRO SANZ - LOOKING FOR PARADISE
09. EL CANTO DEL LOCO - QUIERO APRENDER DE TI
10. MARIA VILLALON - LA LLUVIA

TOP TEN

CONCIERTOS FEBRERO 2010

SALA SILIKONA
PLAZA DEL ENCUENTRO, 1.
MORATALAZ. MADRID.
METRO VINATEROS.
(+ INFO: 91 823 10 50)

- JUEVES 04	21:30 h	"TRAFFIK HARDCORE" (Rap) + "RETORIKA" + "D.J. CHAMAN" - 3 Euros
- VIERNES 05	21:30 h	"LIANNAN DUIR" (Folk) + "DO CABO DACOLÁ" - 6 Euros
- SABADO 06	22:00 h	"GUANTANAMO FREE" (Pop Rock Fusion) - 8 Euros
- JUEVES 11	20:00 h	"ARKANO" (Rap) + "REPORTERO DEL RAP" + "ESCALERA DE COLOR" - 5 Euros
- VIERNES 12	22:30 h	"FESTIVAL REC***"
- SABADO 13	22:30 h	"FESTIVAL REC***"
- VIERNES 19	22:00 h	"FUNKOMATIC" (Funk Fusion) - 5 Euros
- SABADO 20	21:00 h	"CIRCUITO NCONCIERTO"
- JUEVES 25	22:00 h	"ALFONSO GAR&CIA" (Cancion de autor) + "AGUA DULCE" - 3 Euros
- VIERNES 26	21:30 h	"OVERDOWN" (Metal) + "FLOWERS TO DEADMAN" + "Art. Invitado" - Precio s.c.
- SABADO 27	21:30 h	"AS LIGHT DIES" (Black Metal) + "JARABE DE PLOMO" - 7 Euros

Kilwa

Sala

Pza del Encuentro, 1.
Moratalaz

FEEL it

Retransmisiones Deportivas 📺 Fiestas 📺 El mejor ambiente

91 439 72 12
ABIERTO TODOS
LOS DÍAS

MORATALAZ QUIERE SU LÍNEA DE AUTOBÚS EXPRÉS

La Junta Municipal aprueba, por unanimidad, hacer la petición a la Consejería de Transportes



Intercambiador de Pavones, anhelada cabecera para la Línea Exprés/ J.M.M

La EMT lanzó a comienzos de diciembre una novedosa propuesta, la puesta en marcha de dos líneas exprés de autobús que conectan la plaza de Felipe II, en Goya, con las estaciones de metro de Las Musas y de Puerta de Arganda respectivamente. Ambas líneas recorren

la prolongación de O'Donnell por un carril propio que acorta notablemente el tiempo empleado para llegar. Sin embargo, a pesar de que la E2 y la E3 pasan relativamente cerca de Moratalaz, nuestro distrito no cuenta con ninguna parada. Es por ello que la Junta Municipal, aprobó en el

pleno celebrado en enero, la petición formal que los tres grupos políticos que la integran harán a la Consejería de Transportes para que valoren la creación de una nueva línea exprés que haga el recorrido Plaza de Felipe II-Intercambiador de Pavones, pasando por Fuente Carrantona..

Un incendio causa un herido grave y cuatro leves en Arroyo de la Media Legua



El fuego se desató por causas que se desconocen en el piso bajo del número 63 de Arroyo de la Media Legua, durante el mediodía del 22 de enero. El dueño del piso, de 75 años de edad, se vio obligado a salir de su casa ante el tamaño de las llamas, cobijándose en el piso de sus vecinos. Al salir corriendo, olvidó cerrar la puerta dejando vía libre para que el humo se extendiese por el hueco de la escalera. Cinco dotaciones de bomberos acudieron a sofocar el incendio, tras

avisar a todos los vecinos de que cerrasen bien puertas y ventanas, dando la orden de que nadie saliera de sus casas. En menos de 15 minutos las llamas se apagaron, aunque el propietario del piso tuvo que ser trasladado al hospital de La Paz con quemaduras de segundo grado en ambos brazos y una más grave por la inhalación del humo desprendido del fuego. Otras cuatro personas fueron atendidas por intoxicaciones leves y crisis de ansiedad, pero no fue necesario su traslado al hospital.



PROGRAMACIÓN

- Febrero -

“Emisión todos los días”

Si eres empresario y quieres pasar a formar parte de nuestra Tienda Virtual, Llámanos al Tel.: 91 437 40 43

Además destacamos los siguientes nuevos contenidos:

- Premio Emprende en el Colegio Gredos (Moratalaz)
- Exposición de Forges y Joaquín Araujo
- Proyecto de Integración Socio Laboral con Población Inmigrantes en Moratalaz.
- Presentación del I Certamen de Cortos Moratalaz



sensebene
reduce

CAVITACIÓN
Equiparable a la liposucción, pero con más ventajas y sin cirugía. Actualmente, la técnica más moderna para reducir volumen.

Combínalo con plataforma y presoterapia **QUE TE REGALAMOS** y verás los resultados rápidamente.

Prueba y diagnóstico gratuitos.

CAMINO VINATERO 40, 28030-MADRID - Junto a Correos Tel.: 91 439 17 90
Autobús: 20,30,32,113,71 Metro: Vinateros y Estrella

75

CENTRO DE PSICOLOGÍA MORATALAZ

PSICOLOGÍA CLÍNICA Y LOGOPEDIA NIÑOS, JÓVENES Y ADULTOS

CONSULTA PREVIA PETICIÓN DE HORA

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

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


PARA CONTRATAR PUBLICIDAD EN EL INFORMATIVO DE MORATALAZ



91 437 40 43

616 73 87 88

SEPARACIÓN, DIVORCIO Y NULIDAD DE CIUDADANOS EXTRANJEROS RESIDENTES EN ESPAÑA.



MAP & ASOCIADOS
ABOGADOS Y CONSULTORES FISCALES

Atención en
línea
Consultenos!

www.map-asociados.es

En los últimos años, el número de extranjeros comunitarios y extracomunitarios residentes en España, ha crecido de forma muy significativa.

Cuando entre matrimonios mixtos, en que uno de los cónyuges es extranjero, o entre matrimonios en los que ambos cónyuges son extranjeros, surge una crisis matrimonial que acabará en un procedimiento de separación o divorcio, es preciso tener en cuenta una serie de cuestiones.

Entre estas cuestiones se encuentra la competencia judicial de los Tribunales españoles para conocer el procedimiento de separación, divorcio o nulidad matrimonial y la ley sustantiva aplicable al proceso.

De forma general, serán competentes los Juzgados españoles para conocer de este tipo de procedimientos, cuando ambos cónyuges tengan su residencia habitual en España al momento de presentarse la demanda, cuando el demandado tenga su domicilio en España y cuando el demandante sea español y tenga su residencia habitual en España.

En los casos en que no hay matrimonio, pero si hijos, y es preciso regular las relaciones paterno-filiales, serán competentes los Tribunales españoles cuando el hijo tenga su residencia habitual en España, o el demandante sea español o resida habitualmente en nuestro país.

En cuanto a la ley aplicable a los efectos de la separación o el divorcio, y de acuerdo con lo dispuesto en el artículo 107 del Código Civil, será de aplicación la ley nacional común de los cónyuges al momento de presentarse la demanda.

Si los cónyuges no tuvieran la misma nacionalidad, se aplicará la ley de la residencia habitual común del matrimonio en el momento de presentarse la demanda.

En todo caso, se aplicará la ley española cuando la separación o el divorcio se soliciten de mutuo acuerdo entre ambos cónyuges y cuando la ley nacional común de los cónyuges no reconozca la separación o el divorcio o sea discriminatoria o contraria al orden público.

En este último caso podrían encuadrarse los procedimientos de separación o

divorcio contenciosos entre ciudadanos de nacionalidad marroquí residentes en España.

La legislación marroquí no reconoce la separación, sólo el repudio y el divorcio, y ha sido considerada como discriminatoria para la mujer y limitadora de sus derechos básicos, por ello, suele aplicarse la ley española en lugar la marroquí.

No obstante, la parte interesada en aplicar la ley extranjera, deberá probar ante el Juez español tanto el contenido del Derecho extranjero como su vigencia al momento de presentar la demanda, lo que no siempre resulta sencillo.

Para ello, es habitual el acudir a las denominadas "comisiones rogatorias", a través de la Subdirección General de Cooperación Judicial del Ministerio de Justicia, lo que implica que, en ocasiones, el procedimiento de separación o divorcio sea más largo que lo habitual.

MAP & ASOCIADOS
C/ Primavera de Praga, 11-
local 11 - 28030 Madrid
91328 86 06

MIS RECUERDOS...

Juan A. Barrio

Siguiendo con los relatos que iniciamos en números anteriores de este Informativo, con relación a los trabajos, herramientas, costumbres, etc., etc., que había en mi pueblo y alrededores, voy a hablar de..

OTROS JUEGOS

En el artículo del mes pasado les hablaba de los juguetes que teníamos en los pueblos en mis años de niñez.

En este les comentaré otros juegos que espero les sirvan de recordatorio a muchos de ustedes y estoy seguro que les hará recordar muchos más.

El burro. Se hacían dos equipos y consistía en que uno de ellos se ponían agachados un chico a continuación de otro, haciendo una fila y los del otro equipo tenían que saltar todos encima de ellos, uno a continuación de otro y quedarse encima.

Si alguno de los que estaban agachados se caía por el peso de los demás o decía me rindo, este equipo perdía y se volvía a repetir el juego.

Si alguno de los que estaban arriba daba con el pie en el suelo o se caía, este equipo perdía. También si alguno del equipo no era capaz de saltar encima. En este caso el equipo perdedor pasaba a ponerse de burro y los otros a saltar.

La estrategia estaba en que el equipo que hacía de burro poner a los chicos más altos en la parte de atrás de la fila para dificultar el salto.

En el equipo saltador, primero saltaban los más ágiles, para saltar lo más adelante posible y no dificultar a los que saltaban después.



Las buenas mayas. Consistía en agacharse según indica la figura y que los demás fuesen saltando. Una vez saltado por todos los agachados se ponían para que saltasen los demás. Así se hacía una larga fila, dependiendo la cantidad de niños jugando. No había equipos, jugaban todos con todos independiente del número de jugadores.



El fútbol. También se jugaba al fútbol, aunque no teníamos porterías como cualquier campo de juego de ahora.

Se ponían dos piedras en el suelo, separadas la distancia que se conviniera, en un extremo del campo donde se jugaba y lo mismo en el otro extremo. Se medían en pies, andando colocando un pie tras otro y contándose. Lo hacía la misma persona para que fuesen iguales las porterías.

Para elegir los equipos, los dos mejores se ponía uno con cada equipo, como si fuesen los capitanes de ahora, e iban eligiendo uno a uno del grupo. Lógicamente iban eligiendo a los mejores y para el final nos solíamos quedar los peores jugadores.

El corro. Era un juego de chicas. Se agarraban de la mano e iban dando vueltas al ritmo de determinadas canciones, a veces agachándose o girando en sentido contrario.

El escondite. Es un juego donde todos menos uno se esconden. Primero se definía la zona donde se podían esconder.

Se echaba a suertes y al que le tocaba era el primero en quedarse. Tenía que contar hasta un número determinado y con los ojos cerrados y de cara a una pared o un rincón para no ver donde se escondían. A este punto se le llamaba base.

Una vez pasado el tiempo determinado se ponía a buscar a los escondidos. Tenía que verlos y volver a la base antes que el localizado. Si uno de los escondidos salía de su escondite y llegaba a la base antes que el buscador, salvaba a todos sus compañeros y había que volver a empezar.

Si localizaba a todos, en juego continuaba quedándose en la base el primero que había sido localizado.

La pelota. Era uno de los juegos mas habituales. En cualquier pared, mas o menos lisa, se marcaba una raya a una altura de algo menos de un metro y servía para que dos chicos o cuatro si iban por parejas y veces tríos echaran sus partidos de pelota a mano.

Las pelotas solían ser de fabricación casera. Con tiras de goma se hacía una bola para que botara. Se iba recubriendo tiras de tela u hilo de lana hasta que tenía el tamaño adecuado. Se solía forrar con una tela fuerte, para que tardara en romperse y la que utilizaban los chicos mayores o los mozos estaba follada con piel de gato y cosida con hilo de bramante.



Era muy habitual que los domingos a la salida de Misa hubiese partido de pelota entre los mozos, dos para dos o tres para tres, en la pared de la Iglesia, que hacía de frontón y se jugaban un porrón de cerveza con gaseosa. Se quedaba bastante gente, sobretodo hombres para verlos jugar y recordar sus tiempos más jóvenes.



LA CIUDAD DE MADRID TIENE SU PUNTO



TU DISTRITO ESTÁ LLENO DE PUNTOS DE ATENCIÓN AL CIUDADANO, SOCIALES, CULTURALES, DEPORTIVOS... ¡DESCÚBRELOS!

Más información en [Lineamadrid](#)

- 010Lineamadrid*
- [munimadrid.es](#)
- [Lineamadridoficinas](#)

* Para llamadas desde el municipio de Madrid, teléfono 010; desde fuera del municipio 91 529 82 10



CADA DISTRITO TIENE SU PUNTO

TU DISTRITO ESTÁ LLENO DE PUNTOS DE ATENCIÓN AL CIUDADANO, SOCIALES, CULTURALES, DEPORTIVOS... ¡DESCÚBRELOS!



Opinión**- Latido diferente -****Opinión**

Somos jóvenes y al mismo tiempo viejos, tenemos ganas de hacer cosas nuevas. No nos conformamos con lo que hay preestablecido, tenemos nuevas inquietudes, nuevos proyectos que llevar a cabo, creemos en un futuro nuevo que rompa con lo que hasta ahora nos han ofrecido. No nos valen que nos digan que somos una promesa para que cuando lleguemos a ser más avanzados nos dejen aparcados en un rincón con todas nuestras ilusiones rotas.

Queremos trabajar para participar en una sociedad con unos nuevos valores y unas nuevas reglas. No deseamos gobernar con promesas falsas que solo conducen a generar conflictos entre unos y otros. Queremos ser nosotros mismos los que podamos llevar el timón de nuestras vidas con nuestro propio aprendizaje y nuestros propios recursos. En nuestro diccionario no existen palabras como separación, desunión, violencia, mentira, odio, envidia. Para nosotros el ser humano y sus verdaderos problemas son en realidad el núcleo al cual sanar en esta vida.

No portamos ninguna bandera a la que rendir obediencia, tampoco ningún himno que cantar todos al unísono.

Creemos en la paz como único lazo de unión entre los hombres. Por supuesto no creemos en las armas ni en los ejércitos, somos ante todo seres pacíficos y pensamos que ningún tanque va en ningún lugar en son de paz y tampoco ningún rifle sirve con sus balas para crear sosiego y equilibrio. No tenemos religión porque creemos que cada uno de nosotros es un dios y que con nuestra fuerza interior podemos amar y ser amados. En nuestros pensamientos tampoco existen fronteras porque pensamos que estas tan solo sirven para crear distancias y diferencias entre unos y otros cuando en realidad todos somos iguales.

Deseamos que el dinero desaparezca del planeta porque creemos que es el principal veneno que ha inventado el ser humano. Ese dinero por el cual mentimos, robamos e incluso matamos sin saber siquiera para con qué fin lo empleamos. Ese dinero por el cual hay ricos y pobres y por el cual nos sentimos avaros. Desde luego no nos gustan las diferencias de clases porque pensamos que todo el mundo tiene la clase suficiente como para ser respetado y tratado de igual a igual.

Creemos fervientemente en el amor porque es el sentimiento más puro que

puede tener el ser humano y por el cual en realidad se mueve el mundo. Pensamos que el mundo va por un sendero equivocado, por eso y pese a nuestra supuesta juventud o vejez, deseamos dar un giro de noventa grados a la dirección por la que va este mundo. Creemos en la experiencia como fuente de sabiduría, pero también creemos en la aparición de nuevas ideas que hagan mejorar el destino de nuestra sociedad. No queremos leyes generales porque generalizar es de estúpidos. Pensamos que cada ser humano es semejante al otro pero al mismo tiempo es completamente diferente, y es que en la diferencia está el enriquecimiento del ser humano.

Nos gustan mucho los antónimos ya que flexibilidad es completamente diferente a rigidez, lo mismo que único lo es a común o lo diferente a igual. No nos gusta ser sumisos porque no creemos en los líderes ni en los superiores. Tampoco somos una masa a la cual guiar porque cada uno de nosotros nos consideramos diferentes. No nos creemos más listos que el resto porque todos tenemos la misma inteligencia y lo único que hay que darse cuenta es que solo hay que despertarla de nuestro interior.

No creemos en las entidades bancarias, ni en las sociedades de seguros, ni en los planes de pensiones. Pensamos que nuestro futuro es hoy y que el mañana no existe. No nos gustan las drogas, ni las de los narcos ni las de los gobiernos. Tampoco creemos en los somníferos, ni los que son para dormir, ni los que los políticos nos ofrecen con sus vanas palabras. No creemos en los manifiestos sean del brazo político que sean. A pesar de todo esto, en lo que si creemos es en la humanidad y en el ser humano porque es lo único real de este mundo. También creemos en la cultura y en el arte porque sin ellos seríamos tan solo animales que hablan. Creemos en la esperanza, en la virtud, en la ternura y en general en cualquier sentimiento humano que sea para hacer bien. Creemos en lo humano como modo de vida y como forma de vivir, también en el ser humano con todos sus defectos y todas sus virtudes. Pero sobre todo creemos en nuestros corazones. Esos corazones, los nuestros, que laten al ritmo de una nueva ilusión y que por supuesto están compuestos de un latido diferente.

Raúl González Martín

*** HORÓSCOPO *****FEBRERO 2010 - "ACUARIO"**

El sol transitará por el signo de Acuario del día 20 de enero al 18 de febrero. Los signos de aire, géminis, libra y acuario serán los más favorecidos por esta posición solar. Astrológicamente este periodo está marcado por una cierta bonanza, podría ser uno de los meses más pacíficos del año. No obstante parece que la Tierra seguirá temblando y podrían producirse además accidentes aéreos, como el choque de aviones en el aire o una caída en picado. Las causas pueden ser múltiples y no hay que descartar actos terroristas. Podrían darse también avances significativos o descubrimientos sorprendentes en el ámbito de las comunicaciones y la salud. El tema de la homosexualidad así como la adopción de niños estará muy potenciado durante este mes.

El signo de Acuario junto con su planeta regente Urano ocupan la casa 11ª en la rueda zodiacal. "Amigos, esperanzas y deseos", son las claves tradicionales para esta casa.

Linda Goodman en su magistral libro "Los astros y el carácter" escribe: [...Sobre la gente de Urano se viene

una forma peculiar de aislamiento, que hace que muchas veces la humanidad no les comprenda; esto se debe a que la humanidad no ha comprendido aun la utopía acuariana. Como el Aguador vive en el futuro y solo vuelve brevemente al presente, a las almas mas mundanas puede parecerles simplemente despistado y, puesto que él lo percibe, esto acentúa su sensación de aislamiento. Pero el hecho de que otros no puedan seguirle el paso no es, en su opinión, motivo para retroceder, de manera que sigue vagando solitario entre las nubes, mientras nosotros, los simples mortales, nos preguntamos qué andará haciendo por allí. Una de las enseñanzas de la astrología es que lo que piensa Acuario es lo que pensará el mundo dentro de cincuenta años. Tal vez sea así, pero no por eso se estrecha, ciertamente, el abismo que hoy separa a los regidos por Urano del resto de la humanidad. Se conoce a este signo como el signo de los genios, y no hay duda de que lo es: la mayor parte de los nombres que figuran en anuarios de personas famosas corresponden a Acuarios o a gente que tiene ascendente Acuario. Por



otra parte, también son de este signo gran número de los internados en instituciones de salud mental o de los que regularmente acuden al psiquiatra. Dicen que es muy tenue la frontera entre genio y locura, y es posible que tus amigos de Urano te hagan pensar a veces en que lado están. En gran parte, la confusión se debe a la tendencia de la humanidad a restar importancia a sus profetas. La común observación de que <<se rieron de Fulton y su máquina de vapor>>, <<pensaban que Edison era un retrasado mental>> y <<querían encerrar a Louis Pasteur>> ejemplifica la actitud del mundo materialista hacia aquellos cuyos sentidos están afinados para ondas de pensamiento superiores...]

ARIES (21 de Marzo al 21 de Abril)
Este podría ser un periodo de cambios o renovaciones. Algunos de tus proyectos verán la luz.
Salud.....los hombres
Dinero.....equilibrio
Amor.....poco movimiento
Tarot.....El Sumo Sacerdote

TAURO (22 Abril a 22 Mayo)
El trabajo y el amor siguen siendo temas sin resolver para muchos de vosotros. Paciencia.
Salud.....ansiedad
Dinero.....bien
Amor.....ilusiones
Tarot.....Los Enamorados

GÉMINIS: (23 de Mayo al 22 Junio)
Periodo de tranquilidad en el que podrás ir madurando tus planes para próximos viajes y encuentros con amigos.
Salud.....revisiones
Dinero.....bien
Amor.....reencuentros
Tarot.....El Carro

CÁNCER (22 de Junio al 22 Julio)
"Un amor te ha dejado con los brazos caídos" como dice el poeta. Te recuperas pronto. Eleva tu autoestima
Salud.....la espalda
Dinero.....bien
Amor.....melancolía
Tarot.....El Colgado

LEO (23 de Julio al 23 Agosto)
En los temas económicos ¡jarraba abajo, caray vaya trabajo! Parece que en febrero respirarás un poco.
Salud.....dolores de cabeza
Dinero.....altibajos
Amor.....tranquilidad
Tarot.....La Rueda de la Fortuna

VIRGO (23 de Agosto al 22 Septiembre)
Este podría ser un periodo muy creativo para ti y podrían reconocer alguno de tus muchos meritos y cualidades.
Salud.....las piernas
Dinero.....pocos cambios
Amor.....encuentros con viejas amistades
Tarot.....El Mundo

LIBRA (23 Septiembre al 22 Octubre)
Tus ganas de amar se derraman por todos tus poros. Tranquilo, el amor llama a tu puerta.
Salud.....mejoría
Dinero.....estable
Amor.....excelente
Tarot.....El Sol

ESCORPIO (23 Octubre a 22 Noviembre)
Modera tu lenguaje y piensa un poco lo que dices en vez de decir lo que piensas, te evitaras malos ratos.
Salud.....las rodillas
Dinero.....gastos
Amor.....discusiones
Tarot.....El Diablo

SAGITARIO (23 Noviembre al 21 Diciembre)
Discreta mejoría en todos tus asuntos. La salud sigue siendo tu caballo de batalla, visitas medicas.
Salud.....pruebas y resultados favorables
Dinero.....estable
Amor.....ilusiones
Tarot.....La Estrella

CAPRICORNIO (22 Diciembre a 21 Enero)
Papeleos, bancos, herencias, cambios de empresa. Periodo para poner en orden asuntos legales.
Salud.....colitis
Dinero.....bien
Amor.....estable
Tarot.....La Justicia

ACUARIO (22 Enero al 19 Febrero)
El sol en tu signo favorecerá cualquier iniciativa que tomes. Tus planes y proyectos verán la luz, incluso un viaje inesperado de placer.
Salud.....bien
Dinero.....bien
Amor.....excelente
Tarot.....La Estrella

PISCIS (20 Febrero al 20 Marzo)
Eres un apersona muy sociable a pesar de tu intensa vida interior. Podrías colaborar en alguna misión humanitaria.
Salud.....cuida la alimentación
Dinero.....justo
Amor.....bien
Tarot.....El Ermitaño.

Hasta el próximo mes (Maite Galiana)

WWW.MORATALAZ.COM

GUIA DE SERVICIOS

MORATALAZ

y Col. de Valdebernardo

670 77 77 57





Estética Especializada
PARREÑO



**CENTRO PIONERO, SIEMPRE
A LA VANGUARDIA DE LA
ESTETICA PROFESIONAL**

Tel.: 91 430 03 96

MESO - VIT

"La mesoterapia en aplicación dermocosmética"

Las mujeres de hoy en día, cada vez más exigentes, quieren encontrar en sus tratamientos cosméticos unos métodos los más cercanos posible a los tratamientos médico-estéticos; Se busca eficacia y resultados rápidos.

MESOVIT A.C.E. es un tratamiento **inscrito en la estética no invasiva**, destinado a tratar las imperfecciones cutáneas de atonía, arrugas, manchas pigmentarias e hiper sensibilidad, con tres efectos:

- "MESO-LIKE" - asociando la acción de nano-partículas de bajo peso molecular y gran poder de penetración con dos instrumentos técnicos: SKINJECTOR Y MICRO-PICK, mimetizando las micro inyecciones practicadas en mesoterapia.
- "MESO-CARE" - Las nano partículas tienen un importante efecto calmante, suavizante y cicatrizante particularmente interesante para complementar las sesiones de mesoterapia médica.
- "VITAMIN BOOSTER" - con el aporte de 3 vitaminas (A, C, E) con propiedades dermo-correctoras.

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

Para mis hijos, el colegio que me hubiera gustado para mí



Sistema de enseñanza completo desde **INFANTIL** hasta **SECUNDARIA**

oferta
educativa

- Infantil (concertado)
- Primaria (concertado)
- Secundaria (E.S.O.) (concertado)
- Inglés, Música y Educación Física desde los 3 años
- Amplia oferta de optativas
- Talleres de padres
- Orientación Pedagógica
- Informática
- Acampadas anuales en todos los cursos

instalaciones
y servicios

- actividades extraescolares
- aula de informática
- aula de música
- biblioteca
- gimnasio
- guardería mañana y tarde
- comedor (cocina propia)
- monitores

Si quieres tener más información, llámanos o pásate por el Colegio

SigloXXI

colegio privado-concertado
Cooperativa madrileña COIS-SIGLO XXI

Calle Lituania, 8
Moratalaz
28030 Madrid
Tel.: 91 437 50 00
Fax: 91 437 44 93
www.colegiosigloxxi.org
info@colegiosigloxxi.org

DE PARTICULAR A PARTICULAR

I N D I C E D E S E C C I O N E S

INMOBILIARIA	REGALOS	TRABAJO	DEPORTE	MUSICA/SONIDO	SERV. DOMESTICO
COMPRA-VENTA Ofertas Demandas	TODO TIPO DE ARTICULOS	OFERTAS - DEMANDAS Cuidado de ancianos, niños, minusválidos, enfermos, etc.	OFERTAS DEMANDAS	Aparatos televisión, aparatos vídeo, aparatos alta fidelidad, instrumentos de cuerda, acordeones, etc.	OFERTAS Solicito empleada hogar DEMANDAS Empleada de hogar se ofrece
ALQUILERES Ofertas Demandas		MOBILIARIO	VESTIDOS/ROPA	VARIOS	ELECTRODOMESTICOS
PISOS COMPARTIDOS Ofertas Demandas	Muebles de cocina, dormitorios, armarios, sillas, objetos de arte y decoración, cuadros, etc.	Ropa de bebé, juguetes, juegos, ropa de mujer, ropa de hombre, trajes de novia, trajes de 1ª comunión.	OFERTAS DEMANDAS	Frigoríficos, lavadoras, lavavajillas, cocinas, hornos, microondas, vitrocerámicas	COMPRA - VENTA Ofertas - demandas ALQUILER Oferta
HUESPEDES Ofertas Demandas					

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

A N U N C I O S E N T R E P A R T I C U L A R E S

INMOBILIARIA

VENDO: PISO / LOCAL / GARAJE...

MORATALAZ.- Se vende plaza de garaje en Dr. Garcia Tapia, esquina con calle Fobos ,con vigilancia de 24h, ascensor. Para más informacion llamar al N° de Móvil: 636.842.553

MORATALAZ.- Vendo local comercial, 125 m² en dos plantas, acondicionado como oficina con 6 despachos, calefacción, aire acondi., lunas de seguridad. buena situación. Tel.: 658.885.806

TORREVIEJA.- Se vende piso, 2 dormitorios, un baño grande completo, terraza grande, planta tercera, edificio con 2 ascensores, piscina comunitaria. Interesados llamar al Tel.: 690.65.78.40

ALQUILO: PISO / LOCAL / GARAJE...

MORATALAZ.- Alquiler habitación en piso compartido,com derecho a todos los servicios. Mensualidad 250 € Tel. 622.266.058 - 91 772.03.56. Llamar por la tarde.

MORATALAZ.- Se alquila habitación para caballero junto al Mercado de Moratalaz. Zona tranquila y bien comunicada. Tel.: 91 430.32.04

MORATALAZ.- Alquiler local comercial, 125 metros en dos plantas, acondicionado como oficina con 6 despachos. calefacción, aire acon, lunas de seguridad. buena situación. Tel.: 658.885.806

MORATALAZ.- Alquiler plaza de garaje en edificio c/José del Prado y Palacio, entrada por C° Vinateros. 90 €/mes. Tel. 656.463.434

MORATALAZ.- Alquiler plaza de garaje cerca de Carrefour Express. Vigilancia 24 horas, facil aparcamiento. Precio económico. Disponibilidad para verla. Tfno: 91 439.37.67

MORATALAZ.- Habitación economica: se alquila habitacion amueblada con gastos incluidos. Derecho a internet wifi, telefono, luz, agua, gas. En el Barrio de Moratalaz y cerca de la Plaza del Encuentro a persona limpia y responsable. 270 € Informes en el 626-269-671 Marta.

GANDÍA.- Alquiler apartamento en playa de Gandía, 2 dormitorios, 4 camas, sofa cama, piscina y todo amueblado. Tel.: 91 773.84.01

CHALET.- En chalet de 3 plantas alquilo habitación en una planta de 50 mts(tiostudio) compuesta de salon, chimenea, cocina americana, aparte aseo 3 baños otra cocina amplisima, patio jardin con barbacon para caballeros tranquilos que deseen vivir en orden, paz, respeto, limpieza y con pocos vecinos. Mas tranquilidad, mayor bienestar. Precio: 300 €+ mas gastos. Te. 691342777

LA MANGA.- Se alquila casa en Villas Caravaning La Manga,con supermercado, piscina cubierta y piscina al aire libre, campos de tenis, de frontón, miinigolf, baloncesto, voleibol, ping-pong, futbol sala, playa privada, parque infantil, aparcamiento (todo estos servicios son gratuitos). Bar-cafeteria-restaurant en la playa. La casa esta dotada de los servicios de suministro de agua y energia eléctrica (gratis). Los interesados pueden llamar al N° de Tel. 636.842.553. Preguntar por Javier. Precio: 400 €por mes. Localización: Cartagena, Murcia. Datos del clasificado Dormitorios: 3. Superficie: 84 m². Anunciante: Particular. Muebles: Amueblado. Informacion en el Tel. 636.842.553

BUSCO / NECESITO / CAMBIO / PERMUTO PISO / TRASTERO / GARAJE...

MORTALAZ.- Busco garaje en alquiler zona Moratalaz cerca Pico de los Artilleros 98. Llamar al Tel. 699.946.071

VARIOS

Vendo 8 plafones de techo ó pared con 2 focos a 6 ? cada uno. Tel. 667.026.204

Vendo lote de enseres de casa compuesto entre otros mas de 1 Tv, freidora, alfombra de bambu, 2 estanterías, lampara 3 puntos de luz., 2 sillas, mueble para zapatero, mesa auxiliar, etc. Tel. 667.026.204

Vendo secador con silón profesional (250 €). Vendo secadora de ropa (150 €). Vendo lava cabezas portatil (100 €). Tel. 91 773.62.54

Vendo portatrajes de viaje, color verde oscuro, perfecto estado. Precio: 35 € Tel. 91 772.66.86

Se Venden dos cubre radiadores de color pino y tapa de marmol de 70x23 y 94x21. Tel. 678.299.185

ROPA

Vendo chaquetón de visón. Muy bonito. Precio: 600 € Llamar al Tel. 91 439.51.23

Vendo vestido de comunion niña talla 12 de organza fantasia, mangas, cuerpo y falda de jaretas y encaje. 80 €. Tel. 667.026.204

Quiero vender cazadora de cuero, clásica tamaño medio, en 350 €. Fabricada en un sitio característico con gran industria del cuero como es Barraco (Avila). (incorpora el cuello de borrego). Tel. 650.037.937

Vendo un traje de caballero de la talla 60 a estrenar, sin utilizar debido a una gran reducción de peso, por el importe de 100 €. Interesados llamar al telefono que aparece en el anuncio. Tel. 649.332.052

Vendo vestido de novia para talla 40, bonito, juvenil y mucha caídaTalla 44-46 (60 €). Vendo vestido de comunión niña para talla 8-9 años, muy bonito (60 €). Tel. 91 504.63.22

MOBILIARIO

Vendo libreria en madera caoba, medidas 2,24 alto x 2,43 ancho x 49 fondo, buen estado. Precio: 500 € Además vendo campana extractora aspes nueva. Precio: 50 € Tel.: 655.446.811

Se vende mueble de comedor, color roble con diversos compartimentos, estanterías, cristalería y demás complementos. Teléfono: 678.299.185

Vendo 4 sillas de comedor, de madera, clásicas con muelles, asientos tapizados en terciopelo de color botella, respaldo de rejilla. Vendo butaca de hall, pedal de hierro de máquina de coser marca Alfa. Llamar tardes o noches al Tel.: 91 730.65.10

Vendo un lote de muebles y diversos enseres de hogar (algunos sin estrenar) por 80€y regalo con todo, un sillón de plumas nuevo y precioso por ser muy ancho, en verde mar y blanco. Enviar email: aliena415@hotmail.com

Vendo 2 mesas redondas (camilla) muy económicas. Ocasión. Regalo faldillas. Tel.: 91 242.58.08

TRABAJO

... Demandas ...

Soy una señora de 59 años prejubilada y no me importaria hacer de canguro fines de semana o a tiempo parcial por las mañanas cuidando niños hasta las 15 horas aproximadamente. A convenir. Buena presencia y me encantan los niños. Tel. 664.175.880

Mujer española, se ofrece por horas en limpieza, cocina, plancha, cuidando niños. Tel. 91 371.94.86. Preguntar por Loli.

Busco trabajo en limpieza por las mañanas de Martes y Jueves. Tengo referencias. Telf: 677.190.420

PUEDEN ESCRIBIR A CUALQUIERA DE ESTAS SECCIONES DE LA SIGUIENTE FORMA:

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

Datos del remitente

Nombre y Apellidos:.....

Domicilio:.....

.....Teléfono:.....

Texto:.....



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

ADMINISTRACIÓN DE FINCAS GRUPO INMOBILIARIO



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



ESTEFANÍA TOLEDANO SUAREZ
COLEGIADA 4599

91 430 14 44

PZA. CDOR. SANCHO DE CÓRDOBA, 3

“PELETERÍA EMILIO”



DESCUENTOS del 20, 40 y 50 %
en Prendas en Existencias (Excepto en encargos o medidas)
TENEMOS TALLER PROPIO PARA SUS ARREGLOS Y TRANSFORMACIONES
¡¡ AQUÍ EN MORATALAZ !!
- Abierto Sábados por la mañana -

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



POMAR

- MUEBLES DE COCINA Y BAÑO
- FRENTES E INTERIORES DE ARMARIOS
- MAMPARAS DE BAÑO

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

Financiamos hasta 12 meses sin intereses

FINANCIACIÓN HASTA EN 36 MESES

OFERTA Mampara de Baño de 1,6 m. 3 hojas correderas 275 € **INSTALACIÓN INCLUIDA**

C/ Fuente Carrantona, 25
Tif./Fax: 91 305 01 18
Artilleros Pavones

WEB: www.mueblespomar.com

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

ANUNCIOS ENTRE PARTICULARES

Auxiliar de geriatría con conocimientos en cuidado de mayores, niños y también en limpieza se ofrece para trabajar de día o de noche. Informes: 626-269671 Marta.

Chica universitaria, responsable, 25 años busca trabajo en servicio doméstico por horas o permanente- limpieza, plancha o cuidado niños. Experiencia y referencias comprobables. Alexandra-667.444.001.

Señora responsable, de confianza, 40 años, busca trabajo en servicio doméstico por horas o permanente- limpieza, plancha, cuidado niños o personas mayores. Experiencia y referencias comprobables. Antoaneta-667.936.236

Chica seria y responsable, 23 años busca trabajo en servicio doméstico por horas o permanente- limpieza, plancha o cuidado de niños. Experiencia y referencias comprobables. Cristina-617.782.250.

Chica seria y responsable, 22 años, rumana, busca trabajo en servicio doméstico por horas o permanente- limpieza, plancha, cuidado niños. Papeles en regla. Experiencia y referencias comprobables. Mary-697.643.358

Chica rumana, seria y responsable, universitaria, 25 años, busca trabajo en servicio doméstico por horas o permanente- limpiar, planchar. Experiencia y referencias comprobables, 3 años de residencia. Adela-667.444.001

Se ofrece chica para trabajar por horas en limpieza a domicilios, oficinas... con experiencia e informes. Tel. 647.152.131

Señora responsable y seria, se ofrece para trabajar por horas en limpieza y plancha. buenas y recientes referencias. Tel. 91 223.56.88 - 625.763.186

Busco trabajo de externa jornada completa soy muy responsable, educada, tengo 24 años, de nacionalidad salvadoreña. Vivo por la zona y tengo experiencia y referencias en cuidado de personas y labores del hogar. Para contactarme preferiblemente llámame al móvil: 635.106.132

Busco trabajo por horas de 11:30 am a 4:00 pm de lunes a viernes tengo referencias y experiencia soy muy responsable y educada gracias. Te. 653.770.349

Señorita 41 años Española busca trabajo, con niños, ancianos, tienda de planta, ayudante de cocina, no fumadora. TEL. 653.197.778. Alis.

Me llamo Alina, tengo 23 años, nacionalidad rumana, llevo 6 años en España...busco trabajo en el servicio doméstico...referencias muy buenas y papeles en regla. Tel. 672.624.371

Señora seria y responsable, se ofrece a trabajar por horas por las mañanas o por las tardes, con buena experiencia cuidando niños o personas mayores también. Tel. 618.173.519 - 630.855.993

Chica, se ofrece para trabajar por horas o jornada completa vivo en Moratalaz con referencias comprobables. Mi Tel. 669.819.220

Señora seria y responsable, busca trabajo por la mañana por horas para lunes y jueves. Te. 671.107.958



sensebene reduce

MESOTERAPIA VIRTUAL
Sin el uso de agujas, con nuestra máquina de electroporación, elimina celulitis, piel de naranja, arrugas, estrías, etc. cómodamente.
Tratamiento tanto facial como corporal.

CAMINO VINATEROS 40, 28030-MADRID
Junto a Correos Tel.: 91 439 17 90
Autobús: 20,30,32,113,71 Metro: Vinateros y Estrella

Chica seria y responsable, busca trabajo por horas en servicio doméstico. Tel. 669.775.395

Señora española, responsable, se ofrece para trabajar en limpieza, plancha, cuidar niños, fines semana, etc. por horas, no fumadora. Tel. 645.892.527

Señora seria y responsable, busca trabajo por las tardes acostando personas mayores, cuidado de niños, limpieza de casas por horas o mes llamar al Tel. 665.427.150 ó al 91 110.56.22

Necesito trabajo por horas o permanente una, dos o tres veces a la semana en tareas del hogar, por la mañana o por la tarde. Experiencia y referencias. Tel. 610.334.567

Señora busca trabajo externa o por horas. Vivo en Moratalaz. Llamar al Tel. 91 439.56.81 - 630.157.551

Familia con el coche propio, busca trabajo para fin de semana en Madrid o fuera de Madrid. Con buena referencia. Tel. 618.17.35.19 - 630.85.59.93

AMISTAD
=====

Tengo 44 años de nacionalidad ecuatoria. Me gustaria conocer un chico hasta 47 años que quiera compartir la soledad en la que me encuentro. Llamar al Tel. 665.427.150

Busco varios amigos hasta 65 años para tomar café, paseo, discoteca. soy extranjera de 59 años, viuda, seria y responsable. Tel. 610.070.679

Busco conocer gente de 35 a 45 años para desarrollar una sincera amistad, gente sin malos rollos, para salir por ahí a tomar algo, pasear, alguna exc teatro, etc, pero sobre todo charlar y compartir nuestras cuitas. Gente seria. Tel. 659.589.861

Me llamo María, tengo 40 años, quisiera contactar con personas máximo unos 47 años, sensibles, con valores personales, espirituales y ganas de comunicación para intercambiar impresiones y con el tiempo una amistad. Por favor, abstenerse bromistas o quien busque pareja. Dejar mensaje de texto, yo contestaré. No respondo a números ocultos o privados. Tel. 676.702.667

Deseo amistad con gente a partir de 30 años que le guste música rock, Acdc, blues, para salir por ahí e ir a alguna actuación en vivo. Tel. 626.533.056

MOTOR
=====

Se vende Renault Supercinco GTS en excelentes condiciones, recién pasada ITV, 161.400 KM. Siempre guardado en garaje, un sólo dueño. Precio: 600 € Teléfono de contacto: 626.01.78.82

Vendo coche Opel Corsa Wins del año 95 con 49.000 Km., recién pintado, color rojo, bien cuidado. Precio: 300 € Tel. 671.416.329 - 91 772.43.25

EL INFORMATIVO DE MORATALAZ SE RENUEVA EN LA RED ...Proximamente...

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




PARKING GRATUITO

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

AMBLÉS SISTEMAS S.L.



MONTAJE Y MANTENIMIENTO DE ASCENSORES E INSTALACIONES ELÉCTRICAS.

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

Drenaje linfático

La técnica de **drenaje linfático manual (DLM)** se conoce desde hace muchísimo tiempo. Hay varios investigadores que aportaron y aportan en gran parte lo que hoy conocemos como drenaje linfático. Entre ellos cabe destacar al Dr. Vooder (Alemania), profesor Leduc (Francia), doctores Földi y Jean Claude Ferrández.

El Sistema linfático es un sistema de recogida de los líquidos del cuerpo, al igual que el sistema venoso. Podemos decir que el sistema circulatorio de retorno se compone del sistema venoso y el linfático. Se sitúa en el cuerpo de manera parecida al sistema venoso, como podemos observar en la foto a la derecha. Pero las características especiales de este sistema son: que recoge además grandes moléculas (como por ejemplo proteínas) y partículas de desecho (grasa y células muertas); también este sistema esta formado por los ganglios linfáticos donde se fabrican los linfocitos T (esto va a ser muy importante porque va a relacionar a este sistema con una función defensiva: la inmunidad).

El drenaje linfático es una técnica de masaje, en la cual los movimientos que realiza el fisioterapeuta producen una estimulación del sistema linfático. Esta técnica no se parece a otras de masaje, ya que se realiza de una forma muy suave y a un ritmo muy lento. Con ella se imita el funcionamiento normal del sistema linfático y se le "ayuda" a mejorar su función en situaciones de aumento del líquido. Por ejemplo podemos citar: **el embarazo, traumatismos, inflamaciones locales articulares por artrosis, retención de líquidos, celulitis.**

El drenaje linfático se encarga de recanalizar el líquido extravasado para volverlo a incluir en el torrente circulatorio y poder ser evacuado. Además contribuye a mejorar el sistema defensivo del cuerpo eliminando toxinas y sustancias de desecho.

En realidad el drenaje linfático puede realizarse en cuello, cara, abdomen, brazos, nuca, zona dorsal, zona lumbar, gluteos y piernas. En algunos casos se

pueden tratar también puntos intrabucales.

Recomendaciones generales para mejorar el funcionamiento del sistema circulatorio de retorno:

- > Beber entre 2 y 3 litros de agua al día.
- > Evitar comidas abundantes y grasas. El llevar una dieta rica en verduras y fibra le ayudarán a regular su organismo al estado óptimo.
- > Realizar una dieta seguida por un endocrino, en caso de ser necesario.
- > Evitar pasar mucho tiempo de pie. En caso de no poder evitarlo, usar medias de compresión el máximo tiempo posible.
- > Evitar cruzar las piernas pues entorpece el drenaje linfático automático del cuerpo y facilita la formación de varices.
- > Evitar llevar ropas apretadas, en especial pantalones, sujetadores, etc.
- > La realización del autodrenaje le ayudara a sobrellevar

MAINOS
Centro de Fisioterapia



91 - 430 25 74

Fisioterapeuta Colegiada

Osteópata

Lumbalgia - Dolor de Espalda - Dolores cervicales - Artrosis - Rehabilitación - Drenaje Linfático - Preparación al parto - Incontinencia urinaria

con cita Previa:
91-430 25 74 639 42 59 51
c/ Arroyo Belincoso, 5 local 1
28030 Madrid - Moratalaz
Metro Vintateros - Línea 9

los días de más calor, y en los que suele sentir más molestias.

> En caso de estar operada de una mastectomía, evitar usar anillos, sujetadores que aprieten y ninguna prenda que pueda obstruir el paso de la circulación de retorno.

> Caminar 1 hora diaria a buen ritmo.

> Incluir 3 horas de ejercicio a la semana, en las actividades de la vida diaria.

> Realizar cada 6 meses entre 10-15 sesiones de DLM. Y un mantenimiento de

1 o 2 veces al mes entre cada periodo.

> Dormir con el final de la cama un poco elevado.

> Llevar medias de compresión todo el tiempo posible en el caso de linfedemas en las piernas y con el manguito de brazo en operaciones de mastectomía en los que sea necesario.

Fdo.
Ana Mª Cruz Crespo
Fisioterapeuta del Centro
MAINOS

Las mujeres de la familia Schwan

Camil: 22 años, estudiante de Bellas Artes y rebelde sin causa.

Se sentó a su lado, con una expresión de dureza en el rostro. Ninguno de sus amigos, en pleno clímax de borrachera festiva, hubiera sido capaz de percatarse de la escena porque aquella noche la plaza del pueblo se encontraba inmersa en una ola de locura transitoria. La amplia gama de sustancias ingeridas horas antes había dado su fruto, y el resultado era el de un mar de personas con rostros desencajados bailando al son de una melodía infernal de la que no parecían percatarse y que se había cobrado como víctimas de la noche a los dos sujetos allí sentados, a la de expresión de dureza en el rostro y a su compañero de escalón, sentado ya tiempo antes de que la otra llegara.

La chica miró a su alrededor mientras se encendía un cigarrillo y de repente lo vio todo claro: Los muertos también bailan.

Entonces, de la expresión de dureza brotaron un par de lágrimas que cayeron suavemente por sus mejillas. Luego una sonrisa ácida. Si alguien la hubiera visto, no habría podido negar que llorar también podía ser un arte.

Luego le dió una profunda calada a un cigarrillo que detestaba y que representaba todo aquello en lo que se había convertido. Exhaló el humo largamente expulsándolo por la nariz y se giró hacia su compañero de adversidades. Al mirarle no

pudo evitar dedicarle una sonrisa cómplice, que por supuesto el otro devolvió no sin cierto aire de ingenuidad.

- ¿Por qué lloras?

- Por cosas tontas de mayores. Cuando te haces mayor, lloras por cosas tontas, ya lo verás. ¿Cómo te llamas?

- Alex

- ¿Y cuántos años tienes Alex?

- Doce y medio

- Este sitio es un rollo. Yo creo que estarías más a gusto en tu casa. Mira, esa de ahí es tu hermana ¿no?, la del cubata. La he visto antes contigo.

- No es mi hermana, es mi cuñada

- Ah, pues dile a tu cuñada que este no es sitio para un muchachote guapo como tu. Convéncela para

que te lleve a dormir

- ¿Tienes novio?

- ¿Novio? los novios no sirven para nada.

Observó divertida la pequeña pistola de perdigones con la que disparaba cansado y aburrido a los minis y vasos de plástico que la gente se había dejado tirados por el suelo.

- ¿Y qué quieres ser de mayor, Alex?

- No sé.

- ¿No sabes? Venga hombre... algo te gustará. ¿Qué prefieres, las mates o la lengua?

- Lengua mejor. ¿Y tú?

- Lengua también, las mates son un rollo

s.molinaj@yahoo.es

Digestión de un cinéfilo



A veces es bueno mirar los toros desde la barrera y saber que vas a estar seguro siendo simplemente el espectador que elige qué ver pero que sólo puede optar a ver aquello que se le ofrece. Sin embargo hay otras ocasiones donde uno tiene esa inquietud, esa vocecita interior que sugiere que nosotros también seríamos capaces de enfrentarnos al toro y que quizá aquellas ideas que se tienen en mente podrían materializarse y convertirse en una historia tan o más interesante que las que elegimos ver: nuestra propia historia.

Dejando atrás los símiles taurinos os planteo la siguiente pregunta: ¿Nunca, a raíz de algo que os ha pasado, que habéis visto o que se os ha ocurrido, habéis pensado que tendríais una buena historia digna de ser contada a través del cine? A mí sí, no os voy a engañar, y es por eso que me gusta el cine y lo practico cuando tengo la oportunidad. Si se tiene una historia en mente ¿por qué guardarla para uno mismo y no aventurarse a hacerla real? Está claro que para empezar a correr hay que andar antes y que para empezar a

andar hay que saber ponerse de pie pero si no te arriesgas a intentar levantarte de la butaca nunca podrás saber que se siente andando y si algún día podrías llegar a correr tanto o más rápido que los que están ahora en la cima del cine.

Seamos claros, os estoy dando mi punto de vista en vez de la crítica de cine de Sherlock Holmes (disponible en digestiondeuncinefilo.blogspot.com) porque ya empieza el II Concurso de Cortometrajes de Moratalaz y, al margen de mi implicación en él, os animo a que os aventuréis en un proyecto tan divertido, gratificante y cargado de cosas buenas como es la elaboración de un cortometraje. No os equivoquéis, aquí no estoy promocionando el concurso de nuestro periódico sino diciendo que la existencia de eventos como éste puede ser vuestra oportunidad, vuestra excusa para ir familiarizándoos con los cortometrajes. Así, también os podría recomendar el concurso de cortos Unifest o Notodofilmfest o cientos de ellos que se reparten por toda España. Pero ya que éste es el que nos toca más de cerca por ser de nuestro barrio es al que os

animo a que participéis dándoos una oportunidad a vosotros mismos para que comprobéis lo que es vivir el sentimiento del cine en vuestras propias carnes.

La pregunta que más me hacen es ¿pero cómo se hace un cortometraje sin apenas medios? Pienso que es más elogiable la originalidad de las historias y la forma de entretejerlas con los planos adecuados que en que esté grabado con un equipo de mayor o menor calidad. No se trata de ser amigo del talonario como James Cameron sino de estrujarse la cabeza, aprender viendo películas y sobretodo disfrutar con la cámara y la gente con la que se graba.

Steven Spielberg es Steven Spielberg, eso está claro, pero no mucha gente sabe que su primer trabajo fue un cortometraje titulado "Amblin" y que lo hizo a la edad de 22. Gracias a él consiguió un contrato con Universal para 7 años y poco a poco fue creciendo hasta que "Tiburón" lo catapultó a la estela que sigue ahora. Él es una prueba documentada de que el hecho de empezar poco a poco es una de las claves para ir puliendo el estilo y por supuesto tener ganas de

aprender, sin querer ser desde un principio una superestrella, sino simplemente por amar lo que se hace.

Por eso os animo a que experimentéis esa satisfacción y esa vorágine de sensaciones que le hacen a uno desconectar de todo y, como decía al principio, poder transmitir una historia que forma parte de nosotros y que también lo puede ser de la gente que lo vea, pues al fin y al cabo el cine tiene algo de eso, de compartir visiones enriqueciéndose todo aquel que se abra a ellas.

El mes que viene se anunciará a bombo y platillo el II Concurso de Cortometrajes de Moratalaz y bueno, después de haberos dado esta primicia, sólo me queda deciros que ya no haré por ahora más escritos de este tipo sino que la siguiente edición mi intención es hablar de "Invictus", del genial Clint Eastwood, el genial Morgan Freeman y el menos genial pero no por ello malo Matt Damon.

¡Mucha suerte y que disfrutéis los que os aventuréis a hacer un corto!

Alberto Barberá Merino
albertobarberam@gmail.com



DISTRITO MORATALAZ

Febrero 2010

Sede del Distrito:
C/ Fuente Carrantona 8
CP-28030

Líneamadridoficinas
C/ Fuente Carrantona 8 • CP-28030

Más información en:
www.munimadrid.es
010.Líneamadrid

Distrito de Moratalaz

CONFERENCIAS

Ciclo "Grandes Pintoras de la Historia"
Centro Cultural El Torito
Avda. de Moratalaz, 130
cceltorito@munimadrid.es
91 328 73 85 / 86

Miércoles 3 de febrero, a las 18:30 horas
Conferencia: Berthe Morissot.
Princesa de la luz
Miércoles 10 de febrero, a las 18:30 horas
Conferencia: Mary Cassatt.
Pintora impresionista estadounidense
Miércoles 17 de febrero, a las 18:30 horas
Conferencia: Camille Claudel. Escultora
Miércoles 24 de febrero, a las 18:30 horas
Conferencia: Natalia Gontcharova.
Pionera en la creación cubista en Rusia

CONFERENCIA DE LA ASOCIACIÓN DE DIABÉTICOS

Lunes 8 de febrero en el C. Socio-cultural Eduardo Chillida y el día 15 de febrero en el C. Cultural el Torito de 18:30 a 20:30 horas

TALLER DE DRAMATURGIA

Fecha de realización: Martes de 17 a 21 horas en Centro Cultural "El Torito" desde el 19 de enero al 29 de junio de 2010.
Inscripciones: A partir del 4 de enero hasta completar el cupo máximo de 25 alumnos
Precio: Gratuito

CIRCUITO ARTES ACTUACIÓN DE DANZA

25 de febrero a las 19:00 horas.
C.C. El Torito
Avda. de Moratalaz, 130
(Pendiente de confirmación)

EXPOSICIONES

C. Socio-cultural Eduardo Chillida
C/ Arroyo Belcoso, 9
cechillida@munimadrid.es
Tfno.- 91 333 91 41 / 42

Hasta el 27 de febrero de 2010:
Exposición de obra Social Caja Madrid.
"El Ambiente siempre está en medio".
Contenidos e ilustraciones de la Exposición a cargo de D. Joaquín Ansujo y el humorista Forges.

Centro Socio-cultural Moratalaz

C/ Fuente Carrantona, 10
ccjmoratalaz@munimadrid.es
tfo.- 91 588 04 59/7435

Del 19 de enero al 2 febrero de 2010.
Exposición de Pintura, Figuras y Paisajes al óleo por Carmen Puigá Ramírez.
Del 4 de febrero al 16 de febrero de 2010
Exposición de Pintura, óleo y acuarelas por Luis David Lorenzo García.
Del 20 de febrero al 6 de marzo de 2010
Exposición de Pintura, técnicas mixtas por Florentino Díez Capcepon

VISITAS Y CONFERENCIAS CULTURALES POR MADRID

Ciclo "Nuevos Episodios de la Historia de Madrid".
C. Socio-cultural Eduardo Chillida
C/ Arroyo Belcoso, 9

CONFERENCIA:

Lunes 22 de febrero, a las 11.00 horas
"Fernando VI, Madrid y la Ilustración"
Aforo: 90 personas. Entrada gratuita

VISITA:

Martes 23 de febrero, a las 10.00 horas
"El Real Jardín Botánico".

EXPOSICIONES TEMPORALES

Ciclo: Exposiciones en Madrid
Salón de Actos de la Junta de Distrito de Moratalaz.

CONFERENCIA:

Lunes 15 de febrero, a las 11:00 horas
Paseo por el siglo XIX español
VISITA: Jueves 18 de febrero. La hora se determinará en la conferencia anterior.

Joyas de la pintura decimonónica en el Prado.

MÚSICA

Sábado 13 de febrero, a las 12:00 horas
Concierto de la BANDA DE MÚSICA MORATALAZ.
Salón de Actos de la Junta de Distrito de Moratalaz.
C/ Fuente Carrantona, 8 1ª planta.
Entrada gratuita. Aforo limitado

VITEMPORADA DE MÚSICA CORAL EN MORATALAZ

Domingo, 21 de febrero a las 20,15 horas
Coral Museo del Ferrocarril y Coral Polifónica Ntra. Sra. de Moratalaz
Lugar: Perroquia de Ntra. Sra. de Moratalaz Entre Arroyos, 19

Viernes, 26 de febrero a las 19:00 horas.
Concierto de ALUMNOS de la ESCUELA DE CANTO DE SIGFREDO
C.C. El Torito
Avda. de Moratalaz, 130

CURSO DE TEATRO 2010

Centro Socio-cultural Moratalaz
C/ Fuente Carrantona, 10
91588 0459/7435
Grupos de 15 plazas
Edades: De 6 a 10 años - Lunes y Miércoles de 17,30 a 18,30 horas
De 11 a 15 años - Jueves de 17,30 a 19,30 horas
Adultos: De 16 en adelante - Lunes de 18,30 a 20,30 horas

ACTIVIDADES INFANTILES

TEATRO INFANTIL SÁBADOS

C.C. El Torito
Avda. de Moratalaz, 130
cceltorito@munimadrid.es
91 328 73 85 / 86

Sábado, 13 de febrero a las 12:00 horas
"EL SECRETO DE MAGUIN" Cia. Taormina
Sábado, 20 de febrero a las 12:00 horas
"LOS CUENTACUENTOS VIAJADEROS" Cia. Kukumarmo Producciones
Sábado, 27 de febrero a las 12:00 horas
"PEQUEÑOS CUENTOS DE BIBLIOTECA"
Cia. Titiriguri

LUDOTECA INFANTIL "EL RINCÓN DEL PEQUE"

Dirigida a niños de 4 a 11 años.
Centro Socio-cultural Moratalaz.
C/ Fuente Carrantona, 10
91 588 04 59 / 74 35
ccjmoratalaz@munimadrid.es

Sábado, 6 de febrero de 10.30 a 13.30 horas
Bienvenida a la Ludoteca.
El espacio y sus juegos
Taller creativo: ANTIFACES DE CARNAVAL
Sábado, 13 de febrero de 10.30 a 13.30 horas
Bienvenida a la Ludoteca.
Los rincones de la Ludoteca
Taller creativo: "MÁSCARAS DE FIESTA".
Sábado, 20 de febrero de 10.30 a 13.30 horas
Bienvenida a la Ludoteca.
Taller creativo: Maquillaje de cara
"DESFILEY CONCURSO DE DISFRACES".
Sábado, 27 de febrero de 10.30 a 13.30 horas
Bienvenida a la Ludoteca.
Jugar y colaborar: Juegos de distensión.

CONCIERTOS PEDAGÓGICOS

Ciclo "APRENDE MÚSICA JUGANDO".
Salón de Actos de la Junta de Distrito de Moratalaz.
Domingo, 14 de febrero a las 12:00 horas.
Música en Comunidad

LA TARDE MÁS JOVEN

Horario: Sábados 20 y 27 de febrero de 16:30 a 21:30 horas.
Edad: de 12 a 18 años
Actividades: Teatro, sala de internet, videoconsolas, zona de juegos, bailes de salón, talleres (tatuajes, malabares, pulseras, karaoke...), Entrada gratuita.

REPRESENTACIONES INFANTILES TÍTERES EN DOMINGO

Salón de Actos de la Junta de Distrito de Moratalaz.
C/ Fuente Carrantona, 8 1ª planta.
Domingo, 7 de febrero a las 12:00 horas
"EL PERFUME DE LA FLOR"
Cia: Teatro de Títeres la Gaviota
Domingo, 21 de febrero a las 12:00 horas
"PEQUEÑOS CUENTOS (para niños sin tiempo)"
Cia: El Retablo de la Ventana.

OFERTA DE PLAZAS EN ACTIVIDADES DIRIGIDAS EN LOS CENTROS DEPORTIVOS MUNICIPALES

C.D.M. MORATALAZ C.D.M. LA ELIPA

ATLETISMO DE 10 a 17 años
BÉISBOL TODAS LAS EDADES
TIRO CON ARCO DE 10 a 16 años
MUSCULACIÓN ADULTOS
BALONCESTO DE 5 a 15 años
ACOND. FÍSICO ADULTOS
PATINAJE DE 6 a 16 años
NATAción (Niveles altos) DE 14 a 17 años

Recursos Municipales

SALAS DE LECTURA Y ESTUDIO

Centro Socio-cultural Moratalaz
C/ Fuente Carrantona, 10.
91 588 74 35 / 04 59
ccjmoratalaz@munimadrid.es
De lunes a viernes de 8:30 a 14:00 y de 16:00 a 21:30 horas
Sábados de 16,00 a 21,00 horas
Domingos de 10,00 a 14,00 horas

SALAS DE LECTURA Y ESTUDIO

Centro Cultural "El Torito"
Avda. Moratalaz, 130 telf. 91 328 73 85/86
cceltorito@munimadrid.es
De lunes a viernes de 9,00 a 14,00 y de 16,00 a 21,30 horas
Sábados de 11,00 a 14,00 horas
Domingos cerrado

AULA MULTIMEDIA

Centro Socio-cultural Moratalaz
C/ Fuente Carrantona, 10.
91 588 04 59 / 74 35
Aulamultimedia.moratalaz@hotmail.com
De L a V de 12,00 a 14,00 y de 17,00 a 21,00 horas
ENTRADA GRATUITA. AFORO LIMITADO.

INFORMADOR JUVENIL

Centro Sociocultural Moratalaz
C/ Fuente Carrantona, 10 91 588 05 10
ccjmoratalaz@munimadrid.es
De lunes a viernes de 12:30 a 14,00 horas y de 17,00 a 20,00 horas.
Servicios: Información sobre actividades, becas, cursos, empleo, etc.
Tfno.- 91 588 05 10
oijmoratalaz@munimadrid.es

BIBLIOTECA MUNICIPAL DE MORATALAZ

De lunes a viernes de 08:30 a 21:00 horas
C/ Arroyo Belcoso, 11
Tfno.- 91 328 73 00
bpmoratalaz@munimadrid.es

AULA MADRID TECNOLOGÍA

Camino de Vinateros, 51
Lunes a Jueves de 10:30 a 14:30 y de 16:30 a 20:30 y V de 10:30 a 14:30 y de 16:30 a 19:30 horas.
Teléfono 91 437.96.11

AGENTE DE IGUALDAD

Centro de Servicios Sociales.
C/ Fuente Carrantona, 12.
Horario: Lunes a Viernes de 9.00 a 14.00 horas.
Teléfono: 91.588.04.64.

CENTROS MUNICIPALES DE MAYORES

CENTRO DE MAYORES NICANOR BARROSO
C/ Encarnación de Palacios s/n
Tel.: 91.772.70.78

CENTRO DE DÍA Y DE MAYORES MORATALAZ
C/ Arroyo Belcoso, 13
Tel.: 91.328.26.56

CENTRO DE DÍA Y DE MAYORES ISAAC RABIN
Avda. de Moratalaz nº 152 posterior
Tel.: 91.328.61.09

CADA DISTRITO TIENE SU PUNTO

TU DISTRITO ESTÁ LLENO DE PUNTOS DE ATENCIÓN AL CIUDADANO, SOCIALES, CULTURALES, DEPORTIVOS... ¡DESCÚBRELOS!





Colegio Sagrada Familia

Servicios del Colegio



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



Todos los BACHILLERATOS (hasta el de Artes)

- * Ciencia y Tecnología
- * Humanidades y C.C. Sociales
- * Artes



modernas instalaciones



ABIERTA LA

Preinscripción

Estamos en Moratalaz
c/ Oberón, 6
www.safamadrid.com

91 301 52 81

(a 300 mts. metro Artilleros
a 200 mts. autobuses nº:
30 - 32 - 71 - 100 - 140 - 142 - 144)



¿FURGONEAS?

EXPOSICIÓN Y VENTA DE VEHÍCULOS NUEVOS YA TRANSFORMADOS.

CREAMOS EN NAVARRA EL ESPACIO MÁS GRANDE ESPECIALIZADO EN "FURGOS" DEL ESTADO, CON MÁS DE 1000M² ENTRE EXPOSICIÓN, TIENDA DE ACCESORIOS Y TALLER. DISPONEMOS DE 8 MODELOS PROPIOS DE TRANSFORMACIÓN.



SOLUCIONES DE TRANSFORMACIÓN DESDE 1500€



VENTA → FURGOS ↑

500M² DE EXPOSICIÓN ↙

250M² DE ACCESORIOS ↑

250M² DE TALLER ↘

FURGOTRANSFORMACIONES

