

EI
Estética Especializada
DARREÑO

LÍDERES EN TRATAMIENTOS DE REJUVENECIMIENTO

☎ 91 430 03 96

BARRIOS DE
LA ESTRELLA Y
VALDEBERNARDO



CON VOSOTROS
DESDE DICIEMBRE
DE 1995

EL INFORMATIVO DE
MORATALAZ

AR VIVIENDA
SERVICIOS INMOBILIARIOS
Su nueva agencia de confianza
ESPECIALISTAS EN MORATALAZ

ROCIO CASTRO

HACIENDO CLIENTES DE UNO EN UNO

Calle Camino de Vinateros 146
TELF: 657824005
TELF: 911694010
www.arvivienda.com

Octubre 2017 - Año 22 - Nº 240 * Tifs.: 91 437 40 43 - 616 73 87 88 * www.informativomoratalaz.com

RESPIRAR AIRE LIMPIO DEPENDE DE TODOS



Aunque Moratalaz es de los distritos con menos contaminación, en parte debido a su gran número y extensión de parques, el Plan A de Madrid, con sus luces y sombras, supondrá mejorar progresivamente la calidad del aire que respiramos.

[Pág.- 4]



DE IZQUIERDA A DERECHA:
PARTE DEL GRUPO HACE DOS AÑOS...

FRANCISCO ALMODÓVAR, FERNANDO GUERRERO,
ALEJANDRO LAYOS, ALBA CHICO, LAURA DÍEZ,
ADRIÁN PÉREZ, DIANA TORRES Y LUCÍA SANTOS

AHORA MADRID EN MORATALAZ

Acabamos la ronda de entrevistas con el concejal-presidente de Moratalaz, Pablo Carmona, al que, dos años después, volvemos a hacerle una entrevista preguntándole por el antes, el ahora y el futuro suyo, de Madrid y Moratalaz.. [Págs.- Centrales]

Y ADEMÁS: "El N° de Moratalaz para estas Navidades ya está a la venta"... [Pág.- 3]

Este otoño

Échale morr
¡Ahórrate una pasta!

Pago Aplazado / Precio Mínimo Garantizado / Prueba Gratuita Sin Compromiso

OPTICARUBIO
EXPERTOS EN CALIDAD Y PRECIO SORPRENDENTES
FACIENDA DE FISIONES, 3 | CAMINO DE VINATEROS, 146 | CONDEADOR DIEGO DE VALDEBERNARDO, 28 | AVDA. MARQUÉS DE CORBERA, 35

lentiya FACIENDA DE FISIONES, 3

Gafas Graduadas
Ray-Ban
Colección 2018
desde sólo
65€

Periódico de Información
Comercial y Local
www.informativomoratalaz.com

Difusión Gratuita
Año XXII - Nº 240 - Octubre 2017

Edita y distribuye:
Merlam Publicaciones D-30, S.L.

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

Director:
Moisés Rodríguez

Publicidad:
Mª Carmen Fernández
publicidad@informativomoratalaz.com

E-mails:
moratalaz@informativomoratalaz.com
prensa@informativomoratalaz.com

Web:
www.informativomoratalaz.com
www.tvdigitalmoratalaz.com
www.youtube.com/user/InformativoMoratalaz

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

Colaboran:
Alberto Barberá
Juan Antonio Barrio
Paulino Monje

Depós. Legal: M. 41.635-1995

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

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

Queda prohibida su total o parcial reproducción

Editorial

“DEMOCRACIA PARTICIPATIVA”



Con el nacimiento de los Presupuestos Participativos pudimos empezar a proponer, votar y elegir como invertir una parte del presupuesto para nuestro distrito y para la ciudad, en un proceso abierto a todos los ciudadanos de Madrid. Con las Consultas Ciudadanas pudimos dar nuestra opinión y elegir qué proyectos nos gustan más para renovar lugares emblemáticos de nuestra ciudad. Con los Foros Locales se dió la posibilidad a los vecinos de agruparse en equipos de trabajo de distintas áreas (Medio Ambiente, Economía, Feminismo, Cultura y Deporte...) y proponer una serie de actuaciones que, si se diera el caso, pasarían al Pleno del Distrito y podrían ser aprobadas.

A diferencia de los Presupuestos Participativos y las consultas, las propuestas que emanan del Foro Local se aprueban en el Foro Local y posteriormente en el Pleno, sin pasar por la consulta y posible participación de los vecinos no presentes en uno u otro lado. Es evidente que por pragmatismo no pasa por este filtro ciudadano, ya que ralentizaría y encarecería este sistema. No obstante, a raíz de la aprobación en el Pleno de Julio de cambiar el nombre de la Plaza Corregidor Sáncho de Córdoba (zona de la gasolinera) por "Maestras de la República" y la de Corregidor Licenciado Antonio de Mena (por encima del campo del Urbis) por "Las sin sombrero"

se ha abierto el debate en el barrio, no tanto quizá por los nombres elegidos, sino más bien primero que no se consensúe antes con los vecinos que viven ahí a los que el cambio de nombre en registros y demás les costará tiempo y dinero, y segundo que, habiendo al menos cinco plazas sin nombre (como la que corta Fuente Carrantera con Avda. Doctor García Tapia) se haya decidido cambiar sin necesidad aparente dos que ya lo tienen. Este tipo de situaciones son los efectos colaterales de la participación ciudadana, los que crea el hecho de haber representatividades vecinales capaces de impulsar iniciativas, que después los filtros políticos clásicos pue-

den aprobar o rechazar. En este caso concreto aprobar. Pero, si se propone hacer un parque la práctica totalidad de los vecinos estarán de acuerdo, lo mismo que si se proponen instalar comedores sociales, o un carril bici mejor iluminado, o hacer más huertos urbanos, u organizar campañas de concienciación. Así que, si se sabe, por qué hay que ser muy iluso para no preverlo, que algo concreto va a generar conflictos, o al menos discrepancias, ¿no sería más saludable para esa democracia participativa, en esa casuística previsible concreta, seguir la estela de las consultas ciudadanas y dar las herramientas a todos los vecinos para juntos debatir y decidir?

LLEGAN LOS BENEFICIOS DE MINDFULNESS A MORATALAZ

Mindfulness, el entrenamiento de la atención plena para combatir el estrés, llega a Moratalaz de la mano de Belén García, instructora de mindfulness y del centro Bacares de terapia Gestalt, situado en la calle Augusto González



belen@coachingcongenero.com

Besada, 14. A partir del 16 de octubre y durante ocho semanas, se podrá disfrutar de este entrenamiento que utiliza la sabiduría del cuerpo y la mente para enfrentarse al estrés, el dolor y la enfermedad y, nos ayuda a vivir más plenamente.

Para más información contactar con Belén en su correo electrónico.

Cafetería - Restaurante

DADOS

Rioja de la casa + TAPA	1,00 €
Jarra de cerveza + TAPA	1,30 €
FINES DE SEMANA	
Arroz Meloso al gusto (para 2 o 3 pax.)	18,00 €
Con verduras, bacalao y gambas, boletus y Negro con chipirones	
Cocido madrileño completo con bebida y postre	13,50 €
Nuestros arroces también para llevar	

C/ Laguna Negra con vuelta C/ Montpellier, 2
Tel.: 91 371 16 10 (Moratalaz)

**EL PREFIJO DE MADRID
ES EL Nº ELEGIDO PARA
ESTAS NAVIDADES 2017**



Ya puedes adquirir el Número de Lotería, reservado por el Informativo de Moratalaz, con vistas a las próximas Navidades. Este año hemos apostado por el 91.525. Todos los décimos, incluyendo todas las series están disponibles ya a la venta por el precio habitual de veinte euros (20 €) y sin ningún tipo de recargo, exclusivamente en la Administración N° 452 (El Índalo y la Bruja) de la Calle Marroquina, 70, aquí, en Moratalaz.

ESTE OTOÑO NO HAGAS "OÍDOS SORDOS" Y EMPIEZA A CUIDARTE

Después de la época estival llega el momento de volver a la rutina. Es momento de nuevos comienzos, proyectos y propósitos, en definitiva, es en septiembre cuando nos planteamos mejorar nuestra vida y adquirir hábitos más beneficiosos que la mejoren. Por eso, igual que decidimos apuntarnos al gimnasio o comer más sano ¿Por qué no aprovechar esta vuelta a la rutina para saber qué tal está nuestra salud auditiva, y volver a oír bien?

Es importante ser consciente que un diagnóstico a tiempo puede evitar graves problemas en el futuro y consecuencias psicológicas importantes. En el caso de los niños a nadie se le escapa que una audición correcta es esencial para su buen desarrollo tanto en el habla, como en el lenguaje y en el aprendizaje. Mientras que en el caso de las personas mayores esta falta de audición puede verse reflejada en depresión debido a la sensación de aislamiento al no poder comunicarse con sus semejantes.

En **Óptica Rubio** te lo ponen fácil. De manera totalmente gratuita é indolora, el mejor equipo de audioprotesistas titulados te harán una entrevista incluyendo análisis y pruebas de audición con tecnología de última generación para unos resultados precisos y personalizados que te permitirán conocer rápidamente como se encuentra tu audición.

Una vez evaluados los resultados, los profesionales y expertos mencionados te ayudarán a superar cualquier anomalía, en caso que exista, mediante el tratamiento correspondiente. Éste puede consistir en el empleo de audifonos. Nuevamente nos viene a la

cabeza **Óptica Rubio**, ya que son los únicos que te ofrecen una prueba de audifonos gratuita durante 30 días sin desembolso ni compromiso de compra, junto con la personalización del mismo, lo cual resulta indispensable para sacarle el máximo rendimiento, en función a tu estilo de vida.

En definitiva, no dejes que tu mundo se silencie y no te pierdas las cosas más bonitas de la vida. Tus amigos, la música, la familia.... Todo merece la pena ser oído.

Acércate a alguno de los centros de **Óptica Rubio**, elige el que más se adecúa a ti, prueba tu audifono perfecto sin compromiso, y paga en 24 meses solo si estás totalmente satisfecho y con total garantía de devolución durante un año.

Cuestión, que si no oyes bien es porque no quieres. Acude a **Optica Rubio**, te están esperando!

**Redacción
Informativo Moratalaz**

** Este artículo ha sido escrito en colaboración con personal técnico de Óptica Rubio, al cual agradecemos su participación en el mismo.*

SU PUBLICIDAD, AQUÍ
91 437 40 43 - 616 73 87 88

FG FELIX GONZALO
CARNICERÍA - CHARCUTERÍA DE CALIDAD
www.carniceriafeligonzalo.com

GÉNEROS DE PRIMERA CALIDAD

- TERNERA ASTURIANA *Xata Roja* "I.G.P. CERTIFICADA"
- AUTÉNTICA TERNERA GALLEGA CON "I.G.P. CERTIFICADA"
- ESPECIALIDAD EN CORDERO LECHAL Y CABRITO DE SORIA
- JAMONES Y EMBUTIDOS SELECTOS

Camino Vinateros, 47 - 28030 Madrid
Tel.: 91 437 35 09 (Moratalaz)

Pollos Asados

LA CAÑADA
La Cañada, 32 - 28030 MADRID

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

91 773 20 26

OFERTA: 11,00 €
POLLO + TORTILLA ESPAÑOLA

OFERTAS: 10,50 €
POLLO + 2 EMPANADAS
POLLO + ENSALADILLA RUSA
POLLO + RACIÓN DE PIMIENTOS

CROISSANTERIE La Cañada POLLOS ASADOS

LOS FINES DE SEMANA: POLLOS DE CORRAL (¡¡¡ MUY RICOS !!!)

POLLO RELLENO	25,00 €
POLLO ASADO	7,50 €
TORTILLA ESPAÑOLA	5,50 €
CROQUETAS (Ración)	5,00 €
TIGRES (Ración)	4,00 €
PATATAS FRITAS (Ración)	2,00 €
PATATAS FRITAS GIGANTES ...	3,00 €
PIMIENTOS FRITOS (Ración) ...	3,50 €
PIMIENTOS ASADOS (Ración) ...	4,00 €
AROS DE CEBOLLA (Ración) ...	2,50 €
ENSALADA (Ración)	5,50 €
ENSALADILLA RUSA (Ración) ...	4,00 €
ENSALADILLA RUSA GIGANTE ...	7,00 €
EMPANADA	2,20 €
EMPANADA GRANDE	13,00 €
CANAPÉS SALADOS (Kg.)	13,00 €
PASTELES (Kg.)	22,00 €
HELADOS	6,50 €
BAGUETTES	0,75 €
LATA REFRESCO	0,75 €
LATA CERVEZA	0,90 €

EMPANADAS ESPECIALES GALLEGAS

OFERTA
1/2 Pollo + Tortilla pequeña **6,50 €**

Tortilla de patata pequeña **3,50 €**

EL "PLAN A" PARA MADRID

Valiente o temerario, muy responsable o muy desconsiderado con algunos, vanguardia o caos. Érase un ser humano pegado a su vehículo... Érase una gran ciudad donde respirar no dañaba tu salud...

El Ayuntamiento de Manuela Carmena ha presentado su Plan de Calidad del Aire y Cambio Climático, llamado Plan A de Madrid, un enorme paso hacia delante que ningún alcalde o alcaldesa hasta la fecha se había atrevido a dar. Atrever en el sentido más amplio de la palabra, pues para unos resulta una auténtica revolución y para otros un atropello a sus derechos como conductores. Lo que es innegable, incuestionable e irrefutable es que mejorará la calidad del aire y que aborda el problema de frente, con transparencia, sin ocultar lo que ha pasado, pasa y podrá pasar, en claro contraste a la época (muy reciente) donde se ponían medidores de aire fuera de la almendra central y en parques, arrojando unos datos que chocaban con la realidad de la "boina".

Claro está, cuando hay cambios disruptivos o se maneja responsable, equitativa, paulatina e inteligentemente o los problemas salen por cada esquina. Y ese es el reto colateral al que se enfrenta el Plan. Pero, ¿en qué consiste este proyecto?

El Plan A tiene como objetivo conseguir, de verdad, una ciudad sostenible, que garantice la salud de la ciudadanía frente al reto de la contaminación atmosférica, reduzca las emisiones de gases de efecto invernadero y fortalezca a la ciudad frente a los impactos del cambio climático. Se compone de 30 medidas que se encuadran en cuatro ejes: movilidad sostenible,



gestión urbana baja en emisiones, adaptación al cambio climático, y sensibilización ciudadana junto con la colaboración de otras administraciones. De hecho las puedes consultar en la página web diario.madrid.es/aire/las-30-medidas.

Como prácticamente todos los países se lo saltan a la torera parece que no hay una legislación europea o unos Acuerdos de París cuyos objetivos son, dicho bruscamente, que no muramos a medio-largo plazo por la contaminación o cambio climático, pero sí, los hay, y debemos cumplirlos.

Estas medidas, algunas de ellas impopulares por el cambio de mentalidad que nos

obliga a hacer, ya han entrado en funcionamiento o les queda menos de un año y está previsto que para 2025 la implementación sea total y se cumpla con todos los objetivos marcados. Pero veamos algunas de ellas siguiendo los cuatro bloques:

Movilidad sostenible

Aquí podremos ver medidas como la cuestionada "Área Central Cero Emisiones", que se implantará en 2018 en el distrito Centro y cuyo acceso quedará reservado a residentes, transporte público, taxis, vehículos comerciales, coches con licencia de chófer VTC, vehículos eléctricos, iniciativas de vehículo compartido como Car2go o Emov, usuarios con plazas de aparcamiento alquiladas y motos en

horario diurno. También se limitará la velocidad en la M-30 y vías de acceso a 70 kilómetros por hora; se creará una red de aparcamientos disuasorios; la EMT tendrá una flota de bajas emisiones en 2020; o se ampliará la red ciclista, entre otras medidas.

Gestión urbana baja en emisiones

Se impulsará la sustitución de combustibles de calefacción contaminantes; se establecerá una hoja de ruta para el desarrollo de las energías renovables; se mejorará el tratamiento de residuos de Valdemingómez; o un cambio en las instalaciones de los edificios públicos basadas en un modelo de emisiones cero y uso de energías renovables.

Cambio climático

Soluciones basadas en la naturaleza, con el desarrollo del programa Madrid + Natural, para incrementar la resiliencia urbana frente al cambio climático, con intervenciones en edificios, barrios y la renaturalización del río Manzanares.

Sensibilización ciudadana y colaboración institucional

Las acciones de sensibilización ciudadana tienen como objetivo aumentar la conciencia sobre la necesidad de cambiar las pautas de la ciudadanía para lograr una mejor calidad del aire.

Todo esto a su vez requiere de la colaboración con otras Administraciones, tanto Ayuntamientos vecinos, como la Comunidad de Madrid y el Gobierno del Estado, para hacer las modificaciones legales y adoptar las medidas de incentivo necesarias para promover de forma coordinada y sinérgica el necesario cambio de los hábitos ciudadanos.

El Plan A contará con un presupuesto para el periodo 2017-2020 de 543,9 millones de euros y permitirá una significativa reducción de emisiones de óxidos de nitrógeno a corto plazo, que se han estimado en aproximadamente el 15 por ciento para 2020, fundamentalmente derivadas del tráfico rodado. Sin embargo, éste es y debiera ser el comienzo de un cambio aún mayor, pero por el momento empecemos con el Plan A.../

Alberto Barberá

NUEVO CENTRO DE TRASTEROS EN MORATALAZ

!!! OFERTA DE APERTURA: 1 MES GRATIS PRESENTANDO ESTA PUBLICIDAD !!!

NEW TRAST

ALQUILER TRASTEROS

Avda. Moratalaz, 40
659 507 614 - 647 505 124

● ECONÓMICOS

● ALARMA VIDEO-VIGILANCIA

● FACILIDAD ACCESO EN COCHE

● ACCESO 365 DÍAS / AÑO

● DE 2 A 12 M2

● DISPONIBILIDAD EMBALAJE

Horario oficina: L-V: 10 a 14 / 17 a 20 S: 11 a 14

Desde mediados del pasado mes de septiembre, tienes a tu disposición en el centro de Moratalaz tu trastero ideal en alquiler, el cual ofrece una solución perfecta para guardar libros, equipaje o deporte favorito, de una forma individual o compartida con compañeros y a la vez disfrutar de las mejores ventajas, recuperando el espacio de tu habitación por muy poco dinero.

Los trasteros que os presentamos son económicos, de 2 a 12 metros con acceso los 365 días del año fácil en coche, con disponibilidad de embalaje y alarma video-vigilancia.

Os esperamos en nuestra oficina de la Avda. de Moratalaz, número 40, en horario de lunes a viernes de 10 a 14 horas y de 17 a 20 horas y los sábados de 11 a 14 horas. Y recuerda que tienes un mes gratis presentando esta publicidad.



!!! VEN A CONOCERNOS !!!

XV
Certamen de Teatro Clásico
La Vida es Sueño
MORATALAZ 2017

Viernes del 15 de septiembre al 17 de noviembre
Centro Cultural El Torito. Av. Moratalaz, 130



Viernes 15 septiembre a las 19.00h

La Loba
Compañía Platea Teatro
(Tomelloso)

Viernes 6 octubre a las 19.00h

**Un tranvía
llamado deseo**
Asoc. A Rivas el Telón
(Rivas Vaciamadrid)

Viernes 27 octubre a las 19.00h

**Mucho ruido y
pocas nueces**
Compañía Grupo Desparpajo
(Tres Cantos)

Viernes 22 septiembre a las 19.00h

**El zorro cazado
en su madriguera**
Compañía Teatroscofia
(Villanueva de la Cañada)

Viernes 13 octubre a las 19.00h

**El largo adiós
y otras historias**
Compañía La Farándula de 1905
(Madrid)

Viernes 3 noviembre a las 19.00h

Yerma
Asoc. ¿Estamos todos?
(San Fernando de Henares)

Viernes 29 septiembre a las 19.00h

Don Juan Tenorio
Compañía Asoc. Youkali
(Parla)

Viernes 20 octubre a las 19.00h

Divinas palabras
Compañía Asoc. Unicornio
Teatro (Madrid)

Viernes 10 noviembre a las 19.00h

La dama boba
Compañía Apuro Teatro
(Alcalá de Henares)

Viernes 17 noviembre a las 19.00h

Clausura

PLANES JÓVENES

QuedaT.com Moratalaz, la oferta de ocio del Ayuntamiento para chavales de entre 14 y 20 años.

A veces ser adolescente y encontrar planes que te hagan salir de casa y conocer gente nueva cuesta un poco. Si a eso le sumas que cada vez estamos más condicionados por las nuevas tecnologías, muchas de las cuales nos aíslan, convierten la oferta de ocio fuera de tus paredes en una tarea complicada.

La calle siempre está ahí, para echar partidos de fútbol o baloncesto, para salir con amigos, ir a ver una peli, una obra o cualquier evento o concierto. Y también hay personas que lo hacen todo más fácil aún,

que no te piden nada a cambio, que te ponen en contacto con más gente como tú y que seguro harán de tus tardes algo más interesante que quedarse en casa. Estas personas son QuedaT.com Moratalaz, la oferta de ocio del Ayuntamiento para chavales de entre 14 y 20 años.

En el local de Calle Corregidor Alonso de Tobar 15 A, al lado del antiguo Correos, todas las semanas hasta la última de octubre estás invitado a las 17.30h a divertirte y salir de tu rutina, a socializar y a disfrutar de unas tardes que todavía saben algo a verano.

_ El 6, 7 y 8 de octubre habrá Pelea de gallos (rap), torneo de Póker y proyección de cortos.

_ El 13, 14 y 15: Cocina, Torneos de Fifa y Just Dance y día de ruedas.

_ El 20, 21 y 22 de octubre: Cumpleaños del mes y actividades grupales.

_ Y por último 27, 28 y 29 de octubre, Halloween y proyecciones de terror.

A esto hay que sumarle que todos los miércoles y jueves a la misma hora también hay deporte y baile. ¿Suena bien? Pues date un paseo hasta ahí o llama al 680 80 18 27 para no perdértelo./

APRENDER A EMPRENDER

La Fundación Nantik Lum es la encargada de impartir diferentes talleres gratuitamente, siendo ésta una entidad sin ánimo de lucro, privada e independiente que trabaja con las microfinanzas y el emprendimiento inclusivo como herramientas de inclusión social, financiera y laboral.



Cuántas veces se oye a día de hoy al hablar del mercado laboral la palabra "emprender"... Parece ser que desde hace unos años goza de una popularidad y una aceptación que rara es la persona que en algún momento no ha pensado, aunque sea fugazmente, en ser emprendedor, y en ciertos casos se desvirtúa su propio significado.

Y es que emprender no es fácil, no consiste en "montar algo" y por el camino ir

improvisando a ver cómo sale. Emprender requiere planificación, requiere estudio, requiere información y requiere aprender, o re aprender en algunos casos.

Por suerte para los vecinos del distrito contamos con un Vivero de Empresas donde además de poder optar a un despacho también cuentas con una serie de profesionales que gustosamente te guiarán en tu camino y tu plan de empresa. De igual modo es un punto de reunión para tra-

bajadores y el lugar idóneo para organizar eventos, impartir conferencias o hacer talleres.

El último de estos talleres comenzó el miércoles de 29 de septiembre y se prolongará hasta el 25 de octubre. La Fundación Nantik Lum es la encargada de impartirlos gratuitamente, siendo ésta una entidad sin ánimo de lucro, privada e independiente que trabaja con las microfinanzas y el emprendimiento inclusivo como herramientas de inclusión

social, financiera y laboral.

Su programa se llama Avanza y está dirigido a personas en situación de desempleo o de inestabilidad laboral, en especial mujeres, personas inmigrantes, jóvenes... ¿Su objetivo?, apoyar a emprendedores que quieran acceder al mercado laboral; ¿cómo?, a través del autoempleo con un itinerario formativo en emprendimiento, asesoramiento personalizado y acceso a financiación a través de microcréditos sociales.

EL OBJETIVO DEL
"PROGRAMA AVANZA"
APOYAR A
EMPRENDEDORES

De 9:30 a 14:30h, en el Vivero de Camino de Vinateros 106, los miércoles, aprenderás a emprender con la siguiente hoja de ruta:

1. Yo y mi negocio
2. Conceptos básicos par emprender
3. Mis finanzas personales
4. Las finanzas de mi empresa
5. Mi modelo de negocio
6. Mi plan de empresa
7. Viabilidad de mi negocio y fuentes de financiación
8. Contabilidad y fiscalidad
9. Cómo conseguir clientes
10. Cómo vender y convencer

¿Necesitas más información? Basta con acudir al Vivero de Empresas, a la web de la fundación (www.nantiklum.org) o llamar al 91 737 48 27.

PREPARA TU PIEL PARA EL CAMBIO DE ESTACIÓN: YA ES OTOÑO

Devuelve el tono y la firmeza a tu piel con el tratamiento Age Expert Matis. Un cuidado excepcional, con un efecto redensificante garantizado, que estimula la regeneración celular y devuelve la uniformidad al rostro gracias a su increíble cóctel de principios activos:

- Ácido glicólico combinado con polisacárido de achicoria
- Azúcar de avena
- Eneldo
- Manteca de Karité
- Extracto de ñame salvaje
- Aceite esencial de jazmín

CIENCIA, EXPERIENCIA Y ALTA TECNOLOGÍA

Centro Especializado en Tratamientos Faciales, Corporales y Depilación Definitiva.



“ESTÉTICA ESPECIALIZADA PARREÑO”
¡¡¡VISÍTANOS EN FACEBOOK!!!

Descarga nuestra app estética especializada parreño en Google Play Store:
<https://play.google.com/store/apps/details?id=net.ays.PROD661443>

EI
Estética Especializada
PARREÑO



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

Tel.: 91 430 03 96

www.esteticaparreno.es

Desde 1993, el Ayuntamiento de Madrid en colaboración con Cruz Roja, persigue año tras año una tarea muy importante para los niños y sus familias que, por su situación de especial dificultad, se encuentran con limitaciones en sus funciones parentales. El objetivo es facilitar la conciliación y evitar los factores de riesgo que la ausencia de padres y tutores puede ocasionar a los menores favoreciendo el desarrollo de habilidades sociales y la adquisición de valores, normas, límites y el respeto mutuo.

CUANDO SE PUEDE IR MÁS ALLÁ DE SU EDUCACIÓN



En 2016, el último año del que se dispone datos cerrados, se atendieron a más de 1.000

familias y más de 1.400 niñas y niños, todos ellos de entre tres y doce años, un 77% de nacionalidad española y un 23% extranjera.

El horario de atención en los días lectivos de colegio es de 16:00 a 20:00 horas. Cada uno de los equipos de trabajo de los 26 centros que hay está formado por tres técnicos y un grupo de monitores y voluntarios.

Este tipo de proyectos, que hoy cuenta con una inversión de más de 2,2 millones de euros, a veces pueden pasar desapercibidos porque quizá no nos toque directamente, pero sin lugar a dudas no lo pasa para aquellos que sí les hace la vida más fácil, y más si estamos hablando de niños./

ARTESOL “DIBUJO Y PINTURA AL ÓLEO”

GRANDES OFERTAS EN ARTESOL EN TODOS LOS PRODUCTOS: EN MADERA, PINTURAS A LA TIZA (CHALK PAINT DE ARTIS) Y EN PAPEL PARA SCRAPBOOKING (MÁS DE 100 MODELOS DIFERENTES)... / Tenemos, además, muchas Novedades y Técnicas nuevas. Grandes **DESCUENTOS** en Decoración con un **40 y 50%**.



- Aplicamos las Técnicas más actuales.
- Todos podemos ser Artistas. Artesol te lo pone fácil.
- Asesoramiento Profesional, con más de 20 Años de Experiencia.

¡¡¡ VEN A VISITARNOS !!!
artcsol2000@hotmail.com



Los mejores
COMERCIOS
están aquí



**COMPRANDO
EN EL BARRIO**

**¡ganamos
todos!**

**PELETERÍA
EMILIO**

Abierto Sábados por la mañana

- ARREGLOS Y TRANSFORMACIONES
- CÁMARA DE CONSERVACIÓN

C/ Arroyo Fontarrón, 39
28030 Madrid (Moratalaz)
Tel.: 91 437 15 03

AR VIVIENDA
SERVICIOS INMOBILIARIOS
Su nueva agencia de confianza
ESPECIALISTAS EN MORATALAZ

**ROCIO
CASTRO**

**HACIENDO
CLIENTES
DE UNO
EN UNO**

Calle Camino de Vinateros 146
TEL: 657824005
TEL: 911694010
www.arvivienda.com

Pollos Asados



LA CAÑADA
La Cañada, 32 - 28030 MADRID

ABIERTO:

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

☎ 91 773 20 26

Tras hablar estos meses atrás con los portavoces de Ciudadanos, Partido Socialista y concejal-presidente Pablo Carmona, del grupo Ahora Madrid, justamente dos años de serie de entrevistas esperamos podáis haberle puesto cara, mensaje y visión a los rep

Alberto Barberá

¿Quién es Pablo Carmona concejal-presidente en comparación con el de hace dos años

Fundamentalmente alguien cada vez más atareado en la cuestión municipal, sobre todo te vas dando cuenta que los problemas que afrontamos al principio de la legislatura según se van resolviendo van apareciendo otros. También evidentemente ha evolucionado todo lo que es la relación con la Administración Pública, que cualquier ciudadano desconoce y cuando entras te pillan muchas cosas de nuevas, todos esos primeros meses del proceso de aprendizaje sobretodo de la maquinaria administrativa. También te haces una idea de algo que considero muy importante que es lo que tienes que transmitir a la gente y que ésta conozca cómo funciona un ayuntamiento.

¿De dónde vienen los integrantes de tu equipo?

Las dos asesoras ya tenían experiencia sobre todo en el campo del urbanismo y arquitectura, incluso más que yo en lo que tiene que ver con la administración pública, y los tres teníamos experiencia con la Administración desde el otro lado de la mesa, pues venimos del ámbito asociativo. Y los vocales, que son vecinos, podrán ver que se ha formado un equipo y que todo aquello que nos preguntaban al principio de si íbamos a ser capaces de formar un partido, con gente nueva, ahora se ve perfectamente que hay un reparto y una organización del trabajo y se está muy presente en los problemas que hay en el distrito.

Casi dos años después del comienzo del gobierno de Ahora Madrid, ¿cuál sería la valoración positiva y negativa tanto en la gestión como en las actuaciones que se han hecho? También en yuxtaposición al partido que ha gobernado durante 24 años Madrid.

La valoración positiva, centrándome en el distrito, es que estamos satisfechos de la capacidad de inversión que hemos lanzado. A mí una de las cosas que más me impresionó cuando llegué a Moratalaz es que por ejemplo los colegios públicos tenían en algunas ocasiones bastantes

deficiencias en cuestiones básicas y en ese sentido el haber podido más que triplicar la inversión para que cada vez tengan un mejor aspecto. Lo mismo sucede con las instalaciones deportivas, que tienen mucha necesidad de inversión y que sobretodo, en estos primeros años en el de La Elipa hemos conseguido cambiar todos los campos de fútbol, arreglar las pistas de tenis y de pádel, ahora se va a entrar con la pista de beisbol, se ha hecho el rocódromo, se van a arreglar las piscinas... Otro aspecto es la limpieza, sin entrar en los niveles que nos gustaría sí que ya, desde hace unos pocos meses, los vecinos nos empiezan a trasladar que sí notan una mejoría en la limpieza en las calles.

En lo negativo, el "debe", yo creo que nos queda algo que era central en nuestro programa político que es la remunicipalización y que sobre todo por algo que te das cuenta cuando entras en el Ayuntamiento de Madrid, el cómo está atada la administración municipal a las políticas que se determinan a nivel estatal. En este caso el no tener la capacidad de contratar a más personal público va cerrando posibilidades de que muchos servicios que debieran ser gestionados por los municipios no podamos llevarlo a cabo.

En qué cambia vuestro modelo con respecto al del partido que ha gobernado durante 24 años Madrid.

Hay dos cuestiones vitales que en el propio Pleno se puede ver: el nivel de exigencia en los parámetros de participación y en la transparencia son altísimos. Y a través de ponerlo en marcha a muchos vecinos les pica el gusanillo y quieren más. Creo que hemos logrado que la ciudad de alguna manera haya despertado en ese aspecto.

¿Y cómo consideras que está funcionando los Foros Locales? ¿No hay decisiones, como el cambio de nombre de dos plazas, que sobre todo afectan a nivel burocrático y económico a los que ahí residen, y quizá debieran consultarse más multitudinariamente?

Sobre los Foros Locales en general, el nivel de gente apuntada se ha mantenido y el nivel de compromiso depende mucho de los momentos, de las comisiones... Lo fundamental es venir a participar, estar presente y hacer un seguimien-



to de lo que pasa. Estar al corriente de qué decisiones se están tomando, conocer el estado del distrito y a partir de ahí expresar su opinión. Sobre el tema concreto que señalas, la Junta ha tomado una decisión que es ese cambio de nombres a propuesta del Foro Local, lo que no quita que podamos tener una reunión para hablarlo con los vecinos, sentarnos... Si se dan dos plazas, a una de ellas no le afecta a nadie, en la otra sí hay un grupo de vecinos y comercios que tendría esa situación, pues perfectamente podernos sentar a hablarlo y discutirlo y ver qué alternativas se pueden encontrar. Eso también es parte de la participación.

Mucho se ha hablado de los contratos de limpieza que acaban en 2021, la sujeción en Madrid y el cumplimiento o no de los mismos, ¿se ha avanzado algo?

Desde luego nuestro objetivo último es conseguir que estas labores de limpieza futura pudieran ser prestadas como servicio municipal. Eso no quita para que en el último año a través de la eliminación de los ERTES, a través de la mejora de los contratos precisamente en el sentido de esa consideración como calles de primera, muchas calles que estaban consideradas de segunda en el ámbito de la limpieza, se haya conseguido que más de 80 trabajadores nuevos entren a formar

ESTIMULACIÓN COGNITIVA A DOMICILIO
PARA ENFERMOS DE ALZHEIMER O
DEPENDIENTES



VALORACIÓN INICIAL GRATUITA

Psicóloga experta en alzheimer y otras demencias y especialista en trastornos del lenguaje

Consulta sin compromiso 660 87 92 15
memorizame@gmail.com

SE HACE TODO TIPO DE
TRABAJO DE IMPRENTA

Talonarios, albaranes, facturas,
folletos, impresos en general

Más de 50 años de experiencia.

Seriedad y profesionalidad

www.imprentas10.com - hola@imprentas10.com - Tel: 691 72 32 39



VEN A CONOCER LOS NUEVOS DISEÑOS DE

GRANÈ

EN MUEBLES DE COCINA A MEDIDA

Arroyo de la Media Legua, 46

28030 Madrid - Tel. y Fax: 91 430 11 99

info@cocinasgrane.com - www.cocinasgrane.com

AL: "AHORA MADRID"

Partido Popular, acabamos nuestra visión general de la política local de Moratalaz con el... después de que le hiciéramos la primera entrevista nada más aterrizar en el cargo. Con esta... representantes electos en nuestro distrito. Ojalá les haya sido de su agrado y utilidad.



to de inversión 3 veces más grande del que manejaba el PP, y con el mismo personal, algunas obras se retrasan unos meses. Respecto a la comisión de seguimiento creo que tiene que ver por no dar un apoyo al presupuesto sin más, sino es también con un compromiso de estar día a día viendo cómo van esos proyectos. En cualquier caso, el primer año que gobernamos completo, en 2016, el nivel de ejecución podría haber ido un poco más regular pero finalmente los datos fueron bastante positivos, en torno al 70% en ejecuciones. Y lo mejor es que este año, donde asumimos un montón de proyectos, la ejecución va a mejorar sustancialmente.

¿Qué está haciendo el Ayuntamiento y la Junta de Distrito para mejorar por un lado el empleo y por otro ayudar al comercio de barrio?

Por un lado todo lo que tiene que ver con la Agencia para el Empleo y en concreto en Moratalaz el Vivero de Empresas, que yo creo que ayudan a dinamizar este ámbito. Por otro lado hay que señalar la multiplicación de los cursos de formación para desempleados. Y con los Planes de Barrio cada vez metemos más cursos por un lado con un criterio de que sean muy útiles para buscar empleo, que formen no sólo en cuestiones básicas sino que permita a la persona avanzar, y metiéndonos en cuestiones como certificaciones profesionales, y todo esto está dando muy buen resultado. Con respecto al pequeño comercio, si bien nosotros tenemos muy pocas competencias, estamos agilizando los trámites y fomentando el tejido asociativo del pequeño comercio.

La reforma del campo de beisbol y el frontón de La Elipa, la Escuela de Música, más huertos urbanos, acabar la Cuña Verde, BiciMad en Moratalaz... ¿Podría ponerse fecha concreta a alguno de estos proyectos?

Del frontón ya sólo falta terminar el suelo, que se hará en este mes. Para primavera empezarán las obras del beisbol, antes van las obras de accesibilidad de La Elipa. La Escuela de Música empezaría en marzo-abril y acabaría en marzo-abril del año siguiente. Los huertos escolares ya están hechos, el de la Salamandra está ya en funcionamiento y faltan, que se harán para la próxima primavera, el que está detrás de la Junta y el de la Cuña Verde. Y de ésta últi-

ma comenzará su fase V a lo largo del 2018. Con respecto a BiciMad estamos peleando para que así sea y lo que no sabemos todavía son las fechas exactas.

¿Qué Madrid y Moratalaz proyectáis si pudiérais completar como mínimo un ciclo de 8 años?

Con 8 años los grandes objetivos en Moratalaz serían finalizar las obras de todos los parques. Estarían pendientes las renovaciones del Parque Darwin y el Zeta, y la finalización de la Cuña Verde. Por supuesto finalizar todo el plan de inversión de las instalaciones deportivas y los colegios. Otra de las cuestiones básicas es todo lo que tiene que ver con la dinámica cultural del distrito, poniendo hincapié en Moratalaz como distrito de la música. También completar el programa completo de participación; hemos abierto un abanico de posibilidades que creo que se tienen que ir ordenando y asentando. Y por último uno de los grandes objetivos sería que dentro de la labor que desarrollan los servicios sociales del distrito pudiésemos atender cada vez con mayor eficacia la enorme demanda social que hay, en aspectos también como la vivienda social, por ejemplo.

Retomando de nuevo el tema de la deuda, ¿consideras justo que el Gobierno de España, le imponga a Madrid, con superávit, un techo de gasto? ¿Cómo puede acabar este pulso con Montoro?

Montoro sigue empeñado en atacar las cuentas de Madrid, lo que en el último extremo supondrían recortes. El año pasado conseguimos hacer los ajustes que nos pedía sin hacer recortes pero evidentemente Montoro está utilizando las cuentas de Madrid como campo de batalla. Lo que es evidente es que una administración que no cumple ni siquiera ella misma los techos de gasto que se ponen, sobre todo de déficit, yo creo que no pueden exigir justo al Ayuntamiento de Madrid, que tiene superávit, lo que no le están pidiendo a un montón de comunidades autónomas que también incumplen. Lo lógico es que si hay estabilidad y ven que estamos cumpliendo con nuestros deberes se pueda hacer toda esa inversión que estamos realizando y que es justo el que quiere atacar el Ministerio de Hacienda./

parte de ese servicio de limpieza, lo cual lo están notando los vecinos y vecinas de Madrid.

¿Y se ha empezado a abordar el proyecto de limpieza para suceder a éste?

Sí, lo que pasa es que dependemos en gran medida de la legislación estatal sobre todo de la Ley de Presupuestos y cuál es el margen de maniobra que va a dejar a las entidades locales los presupuestos futuros. Sin eso es difícil planificar el qué se puede hacer porque no puedes planificar la contratación del personal. Por ejemplo este año sólo puede haber una subida de personal de un 1%, con eso no da para grandes cosas.

La oposición achaca la gran amortización de deuda de estos años en parte a no ser capaces de ejecutar todo el presupuesto, de ahí que el PSOE para aprobar los de este año introdujera una comisión de seguimiento ¿qué opinas al respecto? ¿Cuál es el grado de media de cumplimiento de Moratalaz, Ayuntamiento y Distritos?

Lo que se nos echa en cara siempre es la falta de ejecución. Pero en el caso de Moratalaz este nivel es superior al 95%. Luego hay veces que en esa ejecución, sobre todo porque hay que tener en cuenta que estamos manejando un presupues-

INMORATALAZ
SOLUCIONES INMOBILIARIAS

VALORACIONES GRATUITAS

¿Quieres vender o alquilar su inmueble y no sabe en quién confiar?

VENGA A CONOCERNOS, SALDRÁ SATISFECHO.

Carvalo Soluciones Inmobiliarias S.L.L.
Av. de Moratalaz, 95, 28030 Madrid, España
www.inmoratalaz.com • info@inmoratalaz.com

911 996 171 - 619 915 403

El Palacio de Martina

CONFECCIÓN E INSTALACIÓN
CORTINAS - VISILLOS - ESTORES
PANEL JAPONÉS - ENROLLABLES, ETC.
ROPA DE HOGAR

Síguenos en facebook

C/ Marroquina, 40
Tel.: 91 437 61 84
contacto@elpalaciodemartina.es

CUTIM, S.L.

- IMPERMEABILIZACIÓN
- CUBIERTAS GOTERAS
- TEJADOS
- FACHADAS
- REFORMAS

GARANTÍA 10 AÑOS
FINANCIACIÓN ESPECIAL
COMUNIDADES

C/ Entre Arroyos, 3 - Local
28030 MADRID
Tel.: 914 375 130
Tel. y Fax: 914 370 772
E-mail: cutim@cutim.e.telefonica.net

Librería MILIBRO

INFANTIL / JUVENIL
LITERATURA
NOVEDADES
LIBROS DE TEXTO

Camino Vinateros, 108
28030 Madrid (Moratalaz)
Tel.: 91/163 76 23

la perla
MARISQUERÍA

MARISCADAS • PAELLAS • RACIONES • TOSTAS
MENÚ DIÁRIO • MENÚ FIN DE SEMANA

También para llevar:
PAELLAS • MARISCADAS • RACIONES
Le mejor de nuestra casa directamente a su mesa

CONSULETENOS
T. 91 437 84 02
Avda. de Moratalaz, 185 - 28030 Madrid
TERRAZA TODO EL AÑO

Don José II
CAFETERIA • CERVECERIA

LAS MEJORES TOSTAS DEL BARRIO
¡Visítenos, le esperamos!

DESAYUNO DON JOSÉ
CAFÉ + BARRITA
+ ZUMO NARANJA NATURAL

3,00€

GRAN TERRAZA
C/ Hacienda de Pavones, 11 • 28030 Madrid

ARTESOL

ARTES DECORATIVAS Y MANUALIDADES

AVDA. DR. GARCÍA TAPIA, 147 - 28030 MADRID
TEL.: 91/ 029 96 07 - 600 515 896

YES FOTOMATON

¿QUIERES AÑADIR ORIGINALIDAD Y DIVERSION EN "TU FIESTA DE HALLOWEEN"?

... Alquila nuestro Servicio de Fotomaton para Bodas, Comuniones, Cumpleaños, Fiestas de Empresa, Despedidas de Solter@... ¡¡ y tus invitados, nunca se olvidarán de ese día !!

656 67 24 29
laura@yesfotomatonguadalajara.com

"UNA OBRA UN CREADOR"

Observar un cuadro en muchas ocasiones es como leer un texto en un idioma que chapurreas pero que, honestamente, no entiendes del todo: te pierdes matices, no sabes qué quería decir el autor, malinterpretas los símbolos, careces de un contexto más amplio y al final lo simplificas y reduces tocando la superficie, pero sin poder ahondar en él.

Suerte que haya gente preparada que si es capaz de estar frente a un cuadro horas es porque lo está exprimiendo al máximo, sacándole todo el sentido a cada pincelada y elemento; y suerte que quieran compartir esa "lectura" y más en nuestro barrio, en nuestro Centro Cultural El Torito, sin nada a cambio salvo tu atención. Eva María Jiménez, historiadora del arte y documentalista y Belén García Naharro, historiadora del arte y guía oficial de la Comunidad de Madrid serán esas personas que compartirán los miércoles de Octubre a las 18.30h lo que hay delante y detrás de 4 cuadros, y quienes son sus creadores.

* El 4 de Octubre "Doña Juana La Loca" será el tema, y Francisco Pradilla su creador.



La obra, con una atrayente visión romántica, nos narra el viaje de la reina doña Juana acompañando el cuerpo yacente de su marido en su recorrido hasta Granada, y nos muestra al mejor Pradilla

como ejemplo de lo que fue la pintura histórica del siglo XIX.

* El 11 de Octubre "La Buenaaventura", de Georges de la Tour, nos mostrará la moda típica del momento,

el tipo de personajes concretos que pululaban por las ciudades europeas del Barroco a la vez que se estudiará con detenimiento las miradas, los gestos y actitudes de los personajes que

forman parte de la escena narrada.

* El 17 de Octubre "El Desayuno", obra de François Boucher, retrata en esta obra a los miembros de una rica familia burguesa, quizás la suya, desayunando. Lo que a priori podrá parecer una escena cursi, insustancial, reflejará lo que se considera un verdadero canto a la modernidad en pleno Siglo de las Luces.

* El 25 de Octubre "La gran Odalisca", de Dominique Ingres, nos dará un enfoque del desnudo en el que parece apoderarse del viejo motivo de la Venus reclinada, de un Oriente poetizado y retórico que en la época llenaba la imaginación de los artistas. Se deja seducir por ese mundo al que curiosamente el artista sólo había viajado a través de sus sueños./

Para
Anunciar
Su Empresa,
LLámenos al



91 437 40 43
616 73 87 88

SE BUSCAN VOCES PARA
LA CORAL POLIFÓNICA
"NUESTRA SEÑORA DE MORATALAZ"



No es imprescindible tener conocimientos musicales. Basta con tener buen oído y amor a la Música. Disponemos de amplio repertorio en MÚSICA SACRA, POPULAR, VILLANCICOS, etc. El horario de las audiciones son los Miércoles a las 20:00h y los ensayos los Lunes y Miércoles de 20:00h a 21:45h.- Si estás interesado/a, puedes contactar con el responsable de Relaciones Públicas: ARSENIO MIGUEL QUINTANA, en la calle Entre Arroyos, 19 - o bien llamando al Tel.: 609 07 10 92. Y si lo prefieres al correo electrónico: coralIntra.sra.moratalaz@gmail.com

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, agradecer 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.

J. U.

(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"



**¿QUIERES
AÑADIR
ORIGINALIDAD
Y DIVERSIÓN
EN “TU FIESTA DE HALLOWEEN”?**

... Alquila nuestro Servicio de Fotomatón para Bodas, Comuniones, Cumpleaños, Fiestas de Empresa, Despedidas de Solter@... ¡¡ y tus invitados, nunca se olvidarán de ese día !!



656 67 24 29

laura@yesfotomatonguadalajara.com

"TBC" NUEVA ACTIVIDAD DE SALA PARA ESTA TEMPORADA EN EL POLIDEPORTIVO MUNICIPAL DE MORATALAZ

¿Que es el TBC?

Las siglas corresponden a "Total Body Conditioning" que podríamos traducirlo por acondicionamiento corporal total. Llevado a la práctica, durante las clases de TBC se pretende conseguir un entrenamiento total del cuerpo combinando diferentes tipos de ejercicios de tonificación para trabajar todos los grupos musculares, ayudándose de distintos elementos como gomas, mancuernas, barras, etc



El objetivo es realizar un entrenamiento global, utilizando diferentes sistemas de entrenamiento y diferentes disciplinas como pueden ser circuitos, cross-fit, body pump, Gap, musculación, etc.

Resumiendo, podríamos decir que son muchas actividades englobadas en una sola.

Si lo que buscas es una actividad intensa y ponerte en plena forma, este es tu sitio..

Para mas información puedes dirigirte a nuestras oficinas./

- EL INFORMATIVO DE MORATALAZ, EL MEJOR ESCAPARATE PARA SU NEGOCIO: ¡¡¡ LLÁMENOS A LOS TEL. 91 437 40 43 - 616 73 87 88 !!! -

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...

LA TRASHUMANCIA

Todos hemos oído hablar de la *trashumancia* y de las *cañadas reales*.

La trashumancia consistía en el traslado de los rebaños de ovejas desde el norte, donde los inviernos eran muy duros, con mucho frío y nieve, hacia el sur, donde los inviernos eran más cálidos y había más pastos para el ganado.

Después, cuando llegaba la primavera, el traslado era al contrario, volvían los rebaños hacia el norte donde los pastos eran más frescos.

Los pastores se ayudaban de perros y carneros con cencerros para guiar el rebaño.



El traslado de los rebaños se hacía andando y estaban establecidos y marcados los caminos por donde podían pasar y por ley no les podían prohibir el paso y podían pastar y beber agua en el trayecto. A estos caminos se les llamaba *cañadas reales*.

Los pueblos que yo conozco donde había trashumancia eran los pue-



blos de la sierra de Segovia. Los pueblos de la sierra se dedicaban principalmente a la ganadería y los del llano a la agricultura.

Normalmente los pueblos celebraban las fiestas patronales, dedicadas a la Virgen. En los que la actividad principal era la agricultura, se celebraban al finalizar el verano, después de recoger las cosechas, siendo fiestas con advocación a la Natividad o a la Ascensión al cielo de la Virgen. En los que era la ganadería, se celebraban a primeros de octubre, con advocación a la Virgen del Rosario.

Poco después de estas fiestas era cuando comenzaba el traslado de los rebaños hacia las tierras más cálidas a pasar el invierno. El recorrido que hacían con los rebaños, en algunos casos, era de cerca de 400 Kms.

Tardaban más de quince días en llegar al destino, normalmente a tierras de Extremadura.

Los pastores, que iban con los rebaños, estaban fuera de sus casas más

de la mitad del año. Cuando se iban dejaban en los pueblos a sus mujeres, sus hijos, sus novias,...

Hay una canción popular que habla de esta marcha:

Ya se van los pastores
A la Extremadura
Ya se van los pastores
A la Extremadura
Ya se queda la sierra
Triste y oscura

Ya se van los pastores
Ya se van marchando
Ya se van los pastores
Ya se van marchando
Más de cuatro zagalas
Quedan llorando



La comunicación con las familias en ese tiempo era muy difícil. No había teléfono y debía ser por correo, pero estando en fincas alejadas de los pueblos las cartas tardaban mucho en llegar. Lo normal era que se enteraban a su vuelta de las noticias o sucesos que habían ocurrido en su familia, en su pueblo o en su entorno.

Como los hombres eran los que se iban con los rebaños, una situación dura que se daba era que las mujeres, aparte de quedarse al cuidado de los hijos y la casa tenían que hacer las labores del campo, de las pequeñas y a veces no muy buenas tierras que tenían.



Las mujeres iban a sembrar cereal, a arar, etc., con una yunta de burros o de vacas.

Los rebaños regresaban en la primavera a los pastos de la sierra, que durante el invierno estaba cubierta de nieve y que en verano tenía pastos frescos, debido principalmente a la nieve del invierno.

Los pastores se hacían la comida ellos mismos y uno de los platos típicos de Segovia y su provincia, la *caldereta de cordero*, yo creo que se debe a estos pastores, pues cuando alguna oveja o cordero tenía algún problema (rotura de alguna pata que no le permitiera seguir al rebaño, quedara dañada en el parto, etc..) la mataban y aprovechaban la carne para comer y lo habitual es que se hiciera en caldereta.



Ahora, cuando se hacen comidas para bastante gente, en fiestas, asociaciones, peñas, etc., suele ser un plato habitual y las personas que tienen fama de cocinarlo bien y están bastante solicitados, son los que han sido pastores trashumantes.



Desde hace algunos años se reivindican todos los años por estas fechas las cañadas reales, pasando rebaños de ovejas por calles y plazas de ciudades que eran por donde pasaban las citadas cañadas reales.

EE
Estética Especializada
PARREÑO



CENTRO ESPECIALIZADO EN TRATAMIENTOS CORPORALES, FACIALES Y DEPILACIÓN DEFINITIVA.

www.esteticaparreno.es

¿EL SECRETO DE LA FELICIDAD? SENTIRSE BIEN CON UNO MISMO

Ya llegó el Otoño.

Iniciar o retomar proyectos con ilusión y energía, darán pleno sentido a las vacaciones que hemos disfrutado.

¡Cuídate! ¡Mantén la energía y vitalidad veraniega!

Hay un lugar donde podrás **reencontrar todo tu potencial de belleza y bienestar**; una **figura espléndida**, una **piel de seda** exige un **cuidado especial, continuo y personalizado**.

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

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

Tel.: 91 430 03 96



**“ESTÉTICA ESPECIALIZADA PARREÑO”
¡¡¡VISÍTANOS EN FACEBOOK!!!**

Descarga nuestra app estetica especializada parreño en Google Play Store:
<https://play.google.com/store/apps/details?id=net.ays.PROD661443>

MADRID PRACTICA DEPORTE

La Dirección General de Deportes y los Distritos ofrecen el programa de Enseñanza Deportiva con 150.000 plazas para todos los grupos de edad, compuesto por...

Clases y escuelas

También denominadas “Actividades Dirigidas”, se ofrecen en 106 deportes y modalidades de ejercicio físico, en 61 instalaciones deportivas municipales, para grupos de población desde un año de edad, a las personas mayores de 65 años, incluyendo a las personas con discapacidad. La inscripción se puede realizar en cualquier momento de la temporada, que va de septiembre a junio.

Deporte en la Calle

Con la característica de que la enseñanza se desarrolla al aire libre, se presentan 6 actividades, que también han



comenzado en septiembre y son de gran demanda en la actualidad: Caminar, Correr, Ciclismo, Marcha nórdica, Streetwork- Calistenia y Gimnasia.

Enseñanza para Centros Escolares

Las Escuelas de Promoción Deportiva en Centros Escolares, organizadas con las federaciones deportivas correspondientes, están dirigidas a las alumnas y alumnos de 3º, 4º, 5º y 6º de Enseñanza Primaria (entre 7 y 12 años de edad). Participan 218 colegios, con un total de 580 grupos y 18 deportes y comienzan el 1 de octubre. En las Aulas Deportivas participan grupos escolares con alumnos y alumnas entre 10 y 14 años de edad, que durante una jornada conocen algunos de los 10 deportes que se ofertan: Aire libre, esgrima, piragüismo, escalada, golf, hípica, hockey, BMX, orientación y remo.

MÁS DE 700.000 LECTORES AL MES



EL INFORMATIVO DE
MORATALAZ

Tetuán 30 años

Vallecas VA

GUIA DE ALUCHE
LA PUBLICACION MÁS LEIDA EN EL BARRIO

A VOCES DE CARABANCHEL

VILLAVERDE

AEP PROX MADRID

Asociación de Editores de Prensa de Proximidad

Desde 1991, pioneros en prensa de proximidad



Centro de Yoga y Terapia
ENCUESTRO
Tel.: 91 371 34 61

www.yogaencuentro.com

!!! TE OFRECEMOS UN LUGAR DE ENCUENTRO PARA TU SALUD Y CRECIMIENTO PERSONAL !!!

!!! "ENCUESTRO" CUMPLIMOS 23 AÑOS EN EL BARRIO !!!

EL YOGA es una filosofía de vida no es una terapia, pero estimula poderosamente las fuerzas que bien trabajadas regulan nuestra salud.

Es el estado de Unión que surge cuando tu atención y sentimiento están en lo que tu estas haciendo (en el presente), es un conjunto de técnicas, métodos y actitudes para el desarrollo integral del ser humano y poder llegar así a esa Unión.

A través de las técnicas del Yoga Físico (HATHA-YOGA) como son las Asanas (POSTURAS) y del Pranayama (REGULACIÓN DE LA RESPIRACIÓN), se intenta mantener el organismo en un equilibrio óptimo de salud, donde cuerpo y mente puedan habitar en armonía. Son "herramientas" para vivir esta vida más plenamente y despertar al conocimiento de nuestra verdadera identidad, de ahí surge la labor terapéutica y preventiva del YOGA.

Es un YOGA personal donde cada uno se ejercita y desarrolla según sus capacidades, teniendo como eje



Estamos impartiendo enseñanza de YOGA desde Octubre de 1994 de manera profesional, humana y cercana.

En nuestro CENTRO tenemos un espacio abierto a todas las personas que quieran conocer, practicar y profundizar en el YOGA.

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

"TALLERES"

Las tardes de los viernes, te ofrecemos un espacio para profundizar en distintos temas, con conciertos de cuencos, charlas-coloquios, meditaciones, taller de CHI-KUNG y TAI-CHI etc...

!!! ANÍMATE A PROBARLO !!!

fundamental el Sentido Común y una profunda toma de Conciencia.

Todo ese "trabajo" bien hecho nos va abriendo un espacio que

Centro de Yoga y Terapia **ENCUESTRO**



- YOGA - TALLERES:
- MEDITACIÓN - SEMINARIOS

C/ MARIO CABRÉ, 11 (POSTERIOR)
Colonia Nueva Esperanza - Metro Artilleros
Autobuses: 30 - 32 - 71 - 100 - 140
TEL.: 91 371 34 61
web: www.yogaencuentro.com
e-mail: yogaencuentro@hotmail.com

nos lleva al estado Meditativo donde la Mente se va equilibrando y calmando para llegar al "Silencio", un silencio que no es Callar sino Percibir y Acoger la Quietud en nuestro CORAZÓN.

Después de una sesión de YOGA, se experimenta una vivencia de Serenidad, Relajamiento y una gran PAZ interior.

El camino del YOGA es el camino de la ALQUIMIA, la búsqueda de la fusión de la ENERGIA, la MATERIA y el ESPIRITU para llegar a la Sabiduría Interior.

PARA HACER UNA
PAUSA AL MEDIODÍA,
TENEMOS CLASE DE
YOGA DE 15:30 A 16:30H
!!! DATE UN RESPIRO !!!

DEDÍCATE UN TIEMPO
PORQUE TÚ ERES LO MÁS
IMPORTANTE"

"EL EQUIPO
DE ENCUENTRO
www.yogaencuentro.com
yogaencuentro@hotmail.com

***** ESTAMOS EN C/ MARIO CABRÉ, 11 - POSTERIOR [DETRÁS DEL PORTAL] *****

FUTURAS PROFESIONALES DE BELLEZA

¿Te quieres ver guapa? - Déjate llevar al mundo de la belleza y del bienestar de la mano de futuras profesionales que te van ofrecer técnicas de relajación, energizantes y terapéuticas como el shiatsu, el drenaje linfático y la reflexología podal.

También puedes ser cómplice y participe de tratamientos faciales, corporales. Si quieres conocer este mundo y formar parte de esta experiencia, infórmate en:

estudiantes.de.belleza@hotmail.com

o bien puedes contactar con el Tel.: 657441831



CASA EN VENTA EN SERRANILLOS (ÁVILA)

CASA DE PIEDRA TOTALMENTE
EXTERIOR, SOLEADA "IDEAL PARA
HOTEL, HOSTAL, CASA RURAL, ETC..."

661 93 90 51



41ª edición de la MEDIA MARATÓN POPULAR DE MORATALAZ

Se han abierto las inscripciones para la 41 edición de la Media Maratón Popular de Moratalaz que se celebrará el día 12 de noviembre con dos distancias: los 10 Km y la Media, cuya salida se desarrollará conjuntamente. Los atletas podrán decidir realizar los 10 Km o la Media. Al pasar por la puerta del polideportivo, en la inscripción no habrá que hacer referencia qué distancia se va a correr.

Con el objetivo de poder disfrutar de un día festivo, los 2000 dorsales le permitirá a los atletas correr cómodos sin aglomeraciones tanto en la salida como en la meta.

El reglamento y recorrido se podrá consultar en la página del club aamoratalaz.com. y las inscripciones, también se podrán realizar a través de la misma.

SU PUBLICIDAD, AQUÍ

91 437 40 43 - 616 73 87 88

FINALIZA LA OPERACIÓN ASFALTO

Entre las actuaciones más destacables dentro de nuestro distrito se encuentran la calle Arroyo Fontarrón y la Avda. de Moratalaz

Madrid, 19-sep-'17

El Ayuntamiento de Madrid ha terminado la Operación Asfalto 2017, en la que se han utilizado 125.000 toneladas de mezclas asfálticas. Se han pavimentado una superficie de más de más de 1.166.000 m² de superficie, con un total de 129 calles y diversos tramos de la M-30. Con la ejecución de las obras se mejora la comodidad y seguridad de los usuarios, se disminuyen los niveles sonoros de rodadura y se preserva el patrimonio municipal viario, evitando deterioros que en caso de no intervención obligarían a una renovación completa del pavi-



mento y por lo tanto una inversión mucho mayor. En cuando a la mejora de la M-30, se ha actuado sobre 44 tramos que suman una superficie total de 326.907 m², en la

que se han utilizado 23.000t de mezclas asfálticas en caliente tipo SMA. Entre las actuaciones más destacables se encuentran la Avda. de Moratalaz, la calle Arroyo Fontarrón, la

calles Embajadores, Ferrocarril, Menéndez Pelayo, los carriles Bus de Príncipe de Vergara, Joaquín Costa, María de Molina, Agustín de Foxá, Monforte de Lemos, Sinesio Delgado,

Avenida de Badajoz, Avenida de Córdoba, Avenida de San Luis, Gran vía de Hortaleza, Alcalá, Avenida del Partenón, Avda. de los Poblados, Antonio López, Avda. de la Albufera, Alcocer o la Avda. del Cardenal Herrera Oria.

Por otra parte, está previsto que este próximo otoño comiencen los trabajos de renovación y acondicionamiento del anillo verde ciclista, con una duración estimada es de 18 meses, que incluirán la renovación del pavimento en una superficie de 300.000 m², así como la mejora de intersecciones y eliminación de puntos negros, y trabajos de renovación de mobiliario urbano, alumbrado y señalización./

COMUNICADO DE PRENSA

El próximo sábado 21 de Octubre a las 11:30 el grupo de teatro de Moratalaz Teatros representará su última obra, Momo, en el Centro Cultural El Torito. Se trata de una adaptación de la novela de Michael Ende, realizada por los propios miembros del grupo. La representación es apta para todos los públicos y la entrada será libre hasta completar aforo.

@GrupoTeatros @teatrosgram FB: Grupo Teatros



FORO LOCAL DE VICÁLVARO Encuentro Vecinal

Domingo 8 de octubre 2017 (11,30 horas)
Plaza de Don Antonio de Andrés

- ¿Te preocupan las necesidades del barrio?
- ¿Conoces el Foro Local de Vicálvaro?
- ¿Sabes de su actividad en el distrito?
- ¿Te gustaría participar y colaborar con el Foro?

Este encuentro se lleva a cabo con el fin de que conozcas lo que en el Foro Local de Vicálvaro estamos llevando a cabo, desde el pasado mes de febrero (fecha de su creación) personas residentes en el distrito. Son muchas las cosas que podemos hacer con tu participación y tu opinión sobre lo que el barrio necesita. Queremos contar con tu colaboración en esta interesante tarea. Tus ideas son esenciales para lograr un Vicálvaro mejor.

Tu opinión
¡ Sí vale!

Ven a
conocernos
y participa





redpiso

Servicios Inmobiliarios

ESTUDIO
BARRIO MORATALAZ, S.L.U.
C/ CAMINO VINATEROS, 40
TEL.: 91/ 237 51 09
e.barriomoratalaz@redpiso.es

ESTUDIO
PLAZA DEL ENCUENTRO, S.L.
AVDA. MORATALAZ, 115
TEL.: 91/ 242 41 03
e.plazadelencuentro@redpiso.es

ESTUDIO
MERCADO MORATALAZ, S.L.
C/ CAMINO VINATEROS, 171
TEL.: 91/ 371 33 70
e.mercadomoratalaz@redpiso.es

ESTUDIO
VALDEBERNARDO, S.L.
BULEVAR JOSÉ PRAT, 29
TEL.: 91/ 751 34 83
e.valdebernardo@redpiso.es

LA VIVIENDA SUBE UN 7% EN EL ÚLTIMO CUATRIMESTRE DEBIDO AL EFECTO REBOTE

El segundo cuatrimestre de 2017 cierra con un aumento del 7% en el precio de venta de inmuebles y un 10% en los alquileres

Fernando Carrero

En la calle, en las reuniones familiares y en el trabajo no paramos de escuchar el incremento del precio de la vivienda en nuestro barrio. La causa de este aumento se achaca a una "nueva" burbuja inmobiliaria, pero la verdad es que se debe a un efecto rebote propiciado por la caída de la vivienda en los últimos 10 años. En 2007 el precio de la vivienda en España estaba en 2.048 euros el metro cuadrado llegando a caer hasta los 1.197 euros el metro cuadrado a principios del 2015. Este hecho es el consecuente de provocar una subida paulatina del precio desde 2015. En este último cuatrimestre el precio del suelo se sitúa por encima de los 1.300 euros. Lo que supone un 7% desde que tocase fondo.

El sector inmobiliario está empezando a remontar después de diez años donde se han pagado las consecuencias de una burbuja inmobiliaria. Este efecto rebote es sencillo de explicar. Si tirásemos un objeto desde una tercera planta al caer en el suelo se volvería a elevar unos metros. Esa subida sería de pocos metros pero después del repunte volvería a caer. En este caso el precio de la vivienda ha tenido una fuerte caída a lo largo de diez años y en este momento estamos viviendo la subida a consecuencia del rebote. Es un buen momento para poner en venta su vivienda debido a que en los últimos meses ha aumentado el valor de los inmuebles. Y es un buen momento para comprar si se tiene gran parte del valor ahorrado.



Reloj de Flores de la Plaza del Encuentro (1996)

¿Quiero comprar una casa pero no sé cuánto debo tener ahorrado?

Esta es la pregunta que nos hacemos a la hora de tomar la decisión de comprar una casa. ¿cuánto debo tener para poder comprar?, ¿cuánto dinero me prestarán los bancos?, ¿tengo el perfil para poder adquirir un inmueble?

Tras el estallido de la burbuja inmobiliaria, los bancos vieron que muchos de los préstamos hipotecarios que habían dado no podían ser pagados

por quienes los habían adquirido. La causa de este problema venía precedido de prestar a sus clientes por encima del 110% del valor de la vivienda a perfiles que no tenían un nivel de seguridad de solvencia. Este hecho provocó que en los últimos años haya sido muy difícil poder sacar hipotecas si no se tenía más del 30-35% del valor ahorrado.

En este momento los bancos están empezando a "abrirse" y llegar a conceder hasta el 80% del valor de los

inmuebles. Es un buen momento para comprar pero los pronósticos hablan de que habrá una mayor apertura en los próximos dos años.

Por lo tanto una de las respuestas es que nos podrán otorgar hasta el 80% dependiendo de nuestro perfil que será definido dependiendo de nuestro contrato laboral, ingresos y estabilidad económica.

Aumenta en un 10% el precio del alquiler en Madrid en el último mes

-Tengo dinero en el banco y apenas me dan intereses. Es una de las frases que más se repite en nuestro barrio. Tenemos algo de dinero ahorrado en el banco y no recibimos apenas beneficios. Es un buen momento para invertir esa cantidad de dinero ahorrado en el sector inmobiliario. El precio del alquiler en Madrid ha aumentado en un 10% debido a la gran demanda de alquileres de personas que no pueden comprar por su situación y a la poca oferta que hay en los barrios madrileños. Por ello, comprar para alquilar el inmueble puede ser una inversión que nos podrá dar mensualmente unos beneficios entre el 15% y el 20%. En nuestro barrio, Moratalaz, la falta de alquileres está provocando que el precio del alquiler se sitúe de media en 700 euros mensuales en casas de tres habitaciones.

Por ello, si estás pensando en invertir es el momento idóneo para comprar una casa en Moratalaz



DCREDIT

Servicios Financieros

FINANCIAMOS TU COMPRA !!
LAS MEJORES CONDICIONES DEL MERCADO !!

ASESORAMIENTO FINANCIERO PERSONALIZADO Y GRATUITO

INFÓRMESE: AVENIDA PEÑA PRIETA, 45 * TEL.: 91/ 433 06 78 * c.alvagil@dcredit.es