

BARRIOS DE  
LA ESTRELLA Y  
VALDEBERNARDO

**27 años**  
creciendo  
juntos

CON VOSOTROS  
DESDE DICIEMBRE  
DE 1995 HASTA HOY

# EL INFORMATIVO DE MORATALAZ

Abril 2022 - Año 27 - Nº 290 \* Difusión Gratuita \* Tlf.: 616 73 87 88 \* [www.informativomoratalaz.com](http://www.informativomoratalaz.com)

Encuétranos en.....



[elinformativodemoratalaz](https://www.facebook.com/elinformativodemoratalaz)



[@EMoratalaz](https://twitter.com/EMoratalaz)



[elinformativodemoratalaz](https://www.instagram.com/elinformativodemoratalaz)

## MORATALAZ HOMENAJEA A SUS HÉROES DE LA PANDEMIA



Más de 70 asociaciones y cerca de 100 voluntarios colaboraron con el distrito en esos momentos. Más de 13.000 llamadas telefónicas realizadas a mayores de Moratalaz a través del programa de acompañamiento; más de 280 comidas solidarias distribuidas diariamente; más de 12.000 menús en los primeros tres meses de la pandemia; bonos de alimentos para cerca de 500 beneficiarios; ayudas de emergencia gestionadas por los servicios sociales de la junta con más de 200 beneficiarios... estos son algunos de los números que ilustran el trabajo de las personas que han recibido el homenaje en este día.

➔ Ver más Información en Página: 4.-

### Y ADEMÁS...

#### EL GRAN TRABAJO DE LAS UNIDADES DISTRIALES DE COLABORACIÓN (UDC)



Seguro que en más de una ocasión habréis visto a un grupo de gente, normalmente ataviada con chalecos amarillos reflectantes, realizando distintas tareas por nuestro distrito: pintando una pared de un edificio público en mal estado, limpiando una zona ajardinada, realizando actividades con los niños de Moratalaz... Si os habéis preguntado quienes eran, aquí te los presentamos: son Las Unidades Distritales de Colaboración (UDC)..... [Pág. 6]

¡Tú, no te cortes!  
¡Quiérello todo!

Gafas  
Graduadas  
Completas  
BEMBOO

Montura + Lentes HOYA incluidos  
de sólo

69€

y, además, como lo quieres todo,  
llévate también...

30 días  
de prueba...

triple seguro  
incluido...

pago hasta  
en 12 meses...

más de  
300 modelos  
en stock...

OPTICA  
RUBIO

EXPERTOS EN TODO LO QUE QUIERES...  
SORPRENDEMENTE!

HACIENDA DE PAVONES, 3 / CAMINO DE VINATEROS, 109  
CORREGIDOR DIEGO DE VALDERRABANO, 25 / AVDA. MARQUES DE CORBERA, 35. [www.opticarubio.com](http://www.opticarubio.com)

© 2022. Se permite la reproducción de este artículo en su totalidad. Reservados todos los derechos. No se permite la explotación económica ni la transformación de esta obra. Queda permitida la impresión en su totalidad. Precio de venta al público: 69,00€. IVA incluido. Comisión de apertura: 0,00%. TIR: 0,00%. TAE: 0,00%. Importe total adeudado: 69,00€.

PERIÓDICO DE  
INFORMACIÓN COMERCIAL  
Y LOCAL

Difusión Gratuita  
Año XXVII - Nº 290  
Abril 2022

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

Tlfno.: 616 73 87 88

Publicidad:  
M<sup>a</sup> Carmen Fernández  
publicidad@informativomoratalaz.com

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

Web:  
www.informativomoratalaz.com

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

 distrito  
moratalaz | MADRID

# DETALLITOS DE NUESTRO BARRIO

**N**uestro barrio está repleto de pequeños detallitos que a veces pueden pasar desapercibidos y en otras ocasiones obviamos de donde vienen y lo que representan.

En esta ocasión no vamos a hablar de un lugar, sino de una señora en concreto cuya labor ejemplifica a la de muchas otras personas.

Ella se llamaba Margarita y con sus más de setenta años era muy conocida y querida en el barrio. Oriunda de Sevilla, vivía en Vinateros desde hacía más de 50 años y gestionaba colonias felinas desde más de 30.

Según nos explican sus compañeros Giorgio, Anabel y Alex, luchó muchísimo contra las injusticias y a favor del respeto hacia los gatos. Se enfrentó a sus vecinos y a todas aquellas personas que no respetasen ya no solo las leyes, sino el derecho de los gatos a una vida digna aunque callejera. Y si era posible, buscaba

## “HOMENAJE A NUESTRA MARGARITA DE MORATALAZ”



adoptantes para que pudiesen transcurrir el resto de su vida en un hogar y rodeados de cariños.

Lamentablemente, pese a ser una mujer fuerte, falleció como tantas otras personas sola en un hospital a consecuencia del COVID, el primer día de enero.

Y dejó tras de sí miles y miles de horas de amor incondicional, respeto, ejemplo y sensibilidad hacia unos animalitos que no tuvieron la posibilidad de elegir su destino; pero sí tuvieron la suerte de contar con alguien como Margarita, y como tantas y tantas

personas con un corazón desinteresado.

Este es un homenaje a nuestra Margarita de Moratalaz y, como no podría ser de otra forma, a todas las Margaritas que, silenciosamente, hacen del mundo un lugar un poquito mejor.

 **FOSTER'S  
HOLLYWOOD**  
**EN CASA**

**HAZ TU PEDIDO A DOMICILIO O PARA RECOGER**



**FHENCASA.ES**

**FH MORATALAZ**  
C/ ALCALDE LUIS MARICHALAR, 5-7. 28030 MADRID  
**TELÉFONO: 913 339 028 / 915 040 918**

*Disfruta, seguro®*

FODORA T GRUPO DE RESTAURACION SL. B-86538068 C/ Valle de Toranzo, 1 Madrid 28023.  
Consultar Política de Protección de Datos de carácter personal y el ejercicio de los derechos de los interesados con el establecimiento Foster's Hollywood de referencia. Consultar carta, precios vigentes y condiciones de pedido en fhencasa.es  
Consulta la información de alérgenos en: <http://www.fostershollywood.com/alergenos>

 **FOSTER'S  
HOLLYWOOD**  
**EN CASA**

**ESTÁS A UN MORDISCO DEL  
MEJOR SABOR DE AMÉRICA**

**ESTRENO**



**N. CAROLINA PULLED PORK**

# LENTE DE CONTACTO CÓMO RECONECTAR CON TU LIBERTAD

Las lentillas son a tu libertad lo que las escamas de sal Maldon a la alta cocina: está claro que se puede vivir sin ellas, pero, una vez que las has probado, ya no hay vuelta atrás. **Y es que las lentes de contacto se han convertido en el producto fundamental para disfrutar de una libertad plena en el día a día, y unas grandísimas aliadas en el tema estético, para lucir siempre perfectos.**

Ya sea por desconocimiento (ignoramos la cantidad de beneficios que aporta), por pereza (es necesario "aprender" a usarlas) o por su modo de aplicación (muchísimos mitos las rondan), **lo cierto es que las lentillas han sido siempre las hermanas pequeñas de las gafas.** Pero estamos convencidos de que, una vez que las utilizas, ya no podrás prescindir de ellas.

Sabías que 1 de cada 2 usuarios de gafas de entre 16 y 24 años prefieren llevar lentillas para practicar deporte? Está claro que utilizar lentillas te ofrece una nueva perspectiva y libertad para centrarte en tus metas.

### ¿CÚANDO PUEDES USAR LENTILLAS?

Existen una amplísima variedad de lentillas, en función al tipo de



corrección visual que tengas. Te lo resumimos de la siguiente forma:

- **MIOPIA:** Cuando no puedes ver con calidad los objetos situados en una distancia lejana.
- **HIPERMETROPIA:** Cuando no puedes ver los objetos cercanos con calidad y/o tu sistema visual se sobreesfuerza para verlos.
- **ASTIGMATISMO:** Cuando tu visión es borrosa y distorsionada a todas las distancias debido a alteraciones en la curvatura de la córnea.

- **PRESBICIA:** Cuando experimentas problemas con tareas que exigen ver de cerca, como lectura, normalmente a partir de los 40 años.

### ¿CÓMO SABER CUALES SON LAS MEJORES LENTILLAS PARA TI?

Según nos cuentan en Optica Rubio, existe una amplísima variedad de lentillas a elegir, en función a tu estilo de vida.

Las más destacadas, serían:

- **Lentillas diarias:** Muy fáciles de usar, no requieren limpieza ni

preocupaciones. Te las colocas por la mañana y las desechas por la noche. Así de fácil.

Puedes usarlas ocasionalmente para el trabajo, para el deporte ó para probar una nueva imagen, combinándolas con tus gafas.

- **Lentillas mensuales:** Para vidas ajetreadas, ofrecen comodidad duradera incluso para el día más largo. Las lentillas mensuales de hidrogel de silicona te ofrecen la última tecnología para garantizar tu salud ocular.

Cómodas, seguras y fáciles de usar, las lentillas siguen el ritmo de tu estilo de vida dinámico, para que disfrutes de cada momento.

No esperes ni un día más! En cuanto disfrutes de una visión nítida y un confort refrescante, no querrás volver atrás. Acércate a cualquier centro de Optica Rubio y Lentiya!, donde te asesorarán sobre las mejores lentillas para ti en función a tu estilo de vida, gustos y necesidades, y además, disfruta del primer mes de lentillas gratis!

*Redacción:  
Informativo Moratalaz*

\* AGRADECEMOS AL EQUIPO TÉCNICO DE ÓPTICA RUBIO QUE NOS HA FACILITADO LA INFORMACIÓN DE LENTES NECESARIA PARA ESTE ARTÍCULO.



**FELIX GONZALO**  
CARNICERÍA - CHARCUTERÍA DE CALIDAD  
[www.carniceriafeligonzalo.com](http://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)

**NUEVA APERTURA EN C/ HACIENDA DE PAVONES, 8**  
Tel.: 91 496 14 20 (28030 Madrid - Bº Moratalaz)

**¡¡ AHORRE TIEMPO !!**  
HAGA SU PEDIDO POR WHATSAPP: 640 724 183



**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: 11,50 €**  
POLLO + TORTILLA ESPAÑOLA

**OFERTAS: 11,00 €**  
POLLO + 2 EMPANADAS  
POLLO + ENSALADILLA RUSA  
POLLO + RACIÓN DE PIMIENTOS



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

POLLO RELLENO .....	25,00 €
POLLO ASADO .....	8,00 €
TORTILLA ESPAÑOLA .....	5,50 €
CROQUETAS (Ración) .....	6,50 €
TIGRES (Ración) .....	6,00 €
PATATAS FRITAS (Ración) .....	2,00 €
PATATAS FRITAS GIGANTES ...	3,50 €
PIMIENTOS FRITOS (Ración) ...	4,00 €
AROS DE CEBOLLA (Ración) ...	3,00 €
POLLO CON BOLSÓN DE PATATAS FRITAS...	10,00 €
ENSALADILLA RUSA (Ración) ....	4,30 €
ENSALADILLA RUSA GIGANTE ...	7,50 €
EMPANADA .....	2,20 €
EMPANADA GRANDE .....	14,00 €
CANAPÉS SALADOS (Kg.) .....	15,00 €
PASTELES (Kg.) .....	26,00 €
HELADOS .....	6,75 €
BAGUETTES .....	0,75 €
LATA REFRESCO .....	0,90 €
LATA CERVEZA .....	0,90 €

**EMPANADAS ESPECIALES GALLEGAS**

# MORATALAZ HOMENAJEA A SUS HÉROES DE LA PANDEMIA

“A todos y cada uno de los homenajeados, GRACIAS por vuestra empatía, vuestra solidaridad, vuestro trabajo, vuestra HUMANIDAD. Y a tantos cientos de vecinos anónimos que no se lo pensaron en ayudar en lo que podían y pusieron su granito de arena en un momento donde era tan necesario. GRACIAS por dignificar la a veces tan imperfecta sociedad”.

*Alberto Barberá*

El distrito de Moratalaz ha querido reconocer el trabajo de entidades, empresas, asociaciones y particulares durante los primeros meses de la pandemia en un acto institucional presidido por la Concejala, Almudena Maílo, celebrado el 24 marzo en el salón de actos de la Junta Municipal.

Con este bonito homenaje en un momento donde ya parece que empezamos de verdad a vislumbrar el final de la pandemia se busca poner en valor la solidaridad de muchas personas que, en estos meses de duras restricciones y confinamiento, facilitaron la atención a las necesidades más urgentes y a las personas más vulnerables. Para que no se nos olvide que en los momentos más difíciles es la ayuda entre todos la que consigue una mayor igualdad y no dejar a nadie por el camino.

Más de 70 asociaciones y cerca de 100 voluntarios colaboraron con el distrito en esos momentos. Más de 13.000 llamadas telefónicas realizadas a mayores de Moratalaz a través del programa de acompañamiento; más de 280 comidas solidarias distribuidas diariamente; más de 12.000 menús en los primeros tres meses de la pandemia; bonos de alimentos para cerca de 500 beneficiarios; ayudas de emergencia gestionadas por los servicios sociales de la junta con más de 200 beneficiarios... estos son algunos de los números que ilustran el trabajo de las personas que han recibido el homenaje en este día.

En su intervención, Maílo ha manifestado su orgullo por la ejemplaridad mostrada por el distrito en aquellos meses: "Trabajadores municipales, vecinos, comerciantes, pequeñas empresas, asociaciones... todos ofrecieron de forma desinteresada su tiempo y su ayuda. Gracias es la palabra que mejor resume el sentido y el espíritu de este acto institucional y que mejor refleja el sentimiento de gratitud de tantas personas, familias, niños y mayores que recibieron ayuda cuando más lo necesitaban".



**Estos son todos los homenajeados, que bien merecen uno y cien aplausos:**

- Departamento de Servicios Sociales de la Junta Municipal de Moratalaz.
- Unidad Integral del Distrito de Moratalaz de la Policía Municipal.
- Voluntarios Por Madrid.
- Cuerpo de Bomberos del Ayuntamiento de Madrid.
- Servicio de Samur / Protección Civil del Ayuntamiento de Madrid.
- Centros de Salud de Arroyo de la Media Legua, Pavones y El Torito.
- Servicio de limpieza del Ayuntamiento de Madrid.
- Cruz Roja Moratalaz.
- Cáritas Moratalaz.
- Parroquias del distrito.
- Cocina Solidaria 2020.
- Banco de Alimentos.
- World Central Kitchen.
- Los pequeños comercios del distrito.
- Asociación de Comerciantes y Empresarios de Moratalaz.
- Los Huertos Urbanos del Distrito.

- Asociación Apoyo.
- La Real e Ilustre Hermandad Nuestra Señora del Rocío de Moratalaz.
- La Iglesia de Jesucristo de los Santos de los Últimos Días.
- La Red de Cuidados de Moratalaz.
- La Escuela Deportiva Moratalaz.
- La Asociación de Vecinos Avance.
- La Asociación de Comerciantes Minoristas del Mercado Municipal de Moratalaz.
- El Club Marlins Triatlón.

**Entre las empresas cabe destacar:** el Hotel AB Arganda y el Hotel Meliá Barajas, el Grupo Hola, el Grupo Coca-Cola, Viena Capellanes, Debuencafé, Matequerías Arias, Chocolates Valor, Grupo Helios, Hearst España, Mars Iberia, Heineken, Makro, Pascual, El Quenco de Pepa, Oysho y El Corte Inglés.

A todos y cada uno de los homenajeados, GRACIAS por vuestra empatía, vuestra solidaridad, vuestro trabajo, vuestra HUMANIDAD. Y a tantos cientos de vecinos anónimos que no se lo pensaron en ayudar en lo que podían y pusieron su granito de arena en un momento donde era tan necesario. GRACIAS por dignificar la a veces tan imperfecta sociedad.

**SENARA SUMMER CAMP 2022**

PARA NIÑOS DE 3 A 6 AÑOS  
Y NIÑAS DE 3 A 12 AÑOS

Del 27 de junio al 29 de julio.  
Horario: 9:00 - 14:00 h.

Comedor (opcional): 13:15 - 13:45h.  
Permanencia: Mañana: 7:45-9h. - Tarde: 14:00-15:30h.

SWIMMING POOL

+info:  
[comunicacion@senara.com](mailto:comunicacion@senara.com)  
<https://www.senara.com/summercamp/>

## “SUMMER CAMP SENARA 2022”

Los campamentos de verano representan una maravillosa ocasión para que los niños puedan aprovechar el largo periodo de vacaciones de una forma educativa y divertida. El ámbito más apropiado para fomentar la creatividad y ofrecer a los niños tiempo de juego enriquecedor.

Son una oportunidad única para aprender y reforzar valores adquiridos en casa y en la escuela, donde desarrollar independencia y autonomía. Además aprender a trabajar en grupo y a convivir escuchando y respetando las opiniones de sus compañeros.

Un verano más, compartimos con la misma ilusión de siempre el **Summer Camp Senara 2022**. Durante cinco semanas, en Senara las familias podrán contar con una oportunidad única para sus hijos.

Las actividades que se organizan son: manualidades, cocina, juegos y deportes,

piscina, ajedrez, robótica y posibilidad de reforzar contenidos académicos del curso escolar.

Todas las actividades se trabajarán en **inglés** y mediante **juegos**. Cada semana gira en torno a una temática, todas relacionadas entre sí, y muchas actividades sorpresas.

Está dirigido a **niños** de **infantil**, de 3 a 6 años y **niñas** de 3 a 12 años.

Se admiten inscripciones por semanas o por el conjunto del **Summer Camp 2022**.

Se ofrece **comedor adicional** y ampliación horaria.

Para mayor información, puedes enviar un correo electrónico a [comunicacion@senara.com](mailto:comunicacion@senara.com) o llamando a los teléfonos **91 301 6070 / 638 53 71 22**.

# LA SALUD BUCODENTAL EN PERROS Y GATOS

*Una boca descuidada puede conllevar problemas, hepáticos, renales y cardíacos.*

A estas alturas, como propietario de un perro o un gato, deberías ser consciente de la importancia de la salud bucodental de tu mascota, pero por si aún no lo eres te daremos algunos motivos de por qué debes tenerla en cuenta y pautas de cómo

mantener saludable la boca de tu animal.

Para empezar te diremos que a largo plazo una boca descuidada puede repercutir en problemas hepáticos, renales y cardíacos. Además, los problemas bucales inciden directamente en una mala digestión,

lo que acabará arrastrando problemas digestivos.

### **Causas principales de los problemas bucodentales de nuestras mascotas**

Las causas principales de estos problemas son la acumulación del sarro y la placa bacteriana.

Esta acumulación viene dada por factores como una alimentación inadecuada, falta de una correcta higiene y por factores genéticos. Las razas pequeñas de perros tienen 5 veces más de probabilidad de contraer enfermedades bucales que las grandes, según algunos estudios científicos.

Las patologías más comunes que pueden producir los restos de comida y proliferación bacteriana en la boca son halitosis, gingivitis que puede derivar en perionitoditis, estomatitis ulcerosa. Si la infección afecta incluso a la raíz de las piezas dentales puede llegar a provocar su pérdida o incluso fractura ósea o infección ocular. Éstas pueden afectar a órganos internos si algunas de estas bacterias lle-

gan hasta ellos a través del torrente sanguíneo.

Para evitar todas estas circunstancias, debemos actuar en tres niveles:

1. procurarle una alimentación adecuada, de gama alta, un tamaño de bola que favorezca la masticación y la limpieza
2. mantener un buen nivel de prevención mediante limpiezas sencillas en casa, y la w de colutorios para animales
3. Acudir al veterinario para realizar revisiones periódicas. Cuando ya tenemos la placa de sarro formada y ha aparecido gingivitis es imprescindible realizar una limpieza de boca bajo sedación o anestesia en tu centro veterinario.



**laclínica veterinaria**  
*Mejorando juntos*  
**Desde 1980**

**CALIDAD CERTIFICADA**  
COLEGIO OFICIAL DE VETERINARIOS

**MQ** Marroquina, 26 (lonja)  
28030 Madrid  
Telfs. 91 439 86 30  
91328 07 21

**FC** Avd. Dr. García Tapia 216  
28030 Madrid  
Telf. 91 371 19 58

[www.laclinicaveterinaria.com](http://www.laclinicaveterinaria.com)  
e-mail: [consultas@laclinicaveterinaria.com](mailto:consultas@laclinicaveterinaria.com)

**RV** María Zambrano, 3  
28529 Rivas Vaciamadrid  
Telf. 914990257

[www.laclinicaveterinariarivas.com](http://www.laclinicaveterinariarivas.com)  
e-mail: [consultas@laclinicaveterinaria.com](mailto:consultas@laclinicaveterinaria.com)



# EL GRAN TRABAJO DE LA UDC

Las Unidades Distritales de Colaboración (UDC) es un proyecto del ayuntamiento, subvencionado para todos los distritos de Madrid, es decir, una UDC por distrito, que en Moratalaz es gestionado por la asociación vecinal "Avance". Y su objetivo genérico es la mejora del entorno urbano y la calidad de vida de sus habitantes.

*Alberto Barberá*

**S**eguro que en más de una ocasión habréis visto a un grupo de gente, normalmente ataviada con chalecos amarillos reflectantes, realizando distintas tareas por nuestro distrito: pintando una pared de un edificio público en mal estado, limpiando una zona ajardinada, realizando actividades con los niños de Moratalaz... Si os habéis preguntado quienes eran, aquí te los presentamos.

Las Unidades Distritales de Colaboración es un proyecto del ayuntamiento, subvencionado para todos los distritos de Madrid, es decir, una UDC por distrito, que en Moratalaz es gestionado por la asociación vecinal Avance. Y su objetivo genérico es la mejora del entorno urbano y la calidad de vida de sus habitantes.

**En concreto tiene 4 objetivos::**

- **La regeneración urbana**, en aquéllos aspectos en los que el ayuntamiento no tiene suscrito contrato que lo cubra (como los espacios interbloque).
- **La concienciación ciudadana**, con actuaciones de sensibilización en medio ambiente, respeto por el entorno, limpieza, uso de medios de transporte no contaminante, reciclaje de residuos... Un ejemplo de ello es el acondicionamiento y la formación en huertos urbanos.
- **Colaboración con la Junta Municipal en actividades de carácter social, educativo, cultural...** (como las mejoras en los colegios o la colaboración en las fiestas y acontecimientos en el distrito).



- **La integración socio-laboral de personas desempleadas pertenecientes a colectivos vulnerables** (mujeres, migrantes, jóvenes, mayores, con discapacidad), con un itinerario formativo para mejorar sus posibilidades de empleo posterior.

Por tanto el trabajo de la UDC, comandado por José Luis Zafra, de Avance, es la intervención social, entrelazada con actuaciones de desbroce, pintura, carpintería y lo que vaya surgiendo siempre y cuando sea útil para el distrito. Por ejemplo, si se hace un invernadero en un huerto, el fin es la concienciación medioambiental, y para eso se facilita la labor en los huertos con buenos acondicionamientos.

El espectro de actividades es tan amplio como variedad de actuaciones concretas se llevan a cabo. Todas ellas siempre con la conformidad o solicitud de los responsables de la Junta (Medio ambiente y Participación ciudadana en este caso) y la aprobación de la Subdirección General de Desconcentración, Acción territorial y



Estudios, dependiente del Área de Vicealcaldía. Además, la propia UDC, con fuertes relaciones con el tejido asociativo y vecinal de Moratalaz, recepciona las inquietudes y solicitudes de los propios vecinos y puede ser sujeto propositivo para llevar a cabo diferentes acciones fruto de este análisis, una vez consensuado con Junta y Vicealcaldía.

En resumidas cuentas, donde el propio ayuntamiento o Junta de Moratalaz no puede llegar (por burocracia excesiva, contratos limitantes y demás) la UDC se erige como un equipo de ayuda en el distrito muy cercano a los problemas de los vecinos, y con capacidad para ir poco a poco cambiando la cara a distintas zonas del barrio.

# FERIA DEL LIBRO Y DE LA CULTURA DE MORATALAZ

**Volver a retomar poco a poco eventos de antes de la pandemia nos llena de alegría y esperanza, pues marca la sintomatología de nuestra recuperación social y de las (buenas) costumbres que durante este impasse hemos tenido que ir posponiendo.**

**U**no de estos eventos, que si bien sólo se celebró en el año 2019 sentó muy satisfactoriamente las bases de lo que podría ser en las sucesivas ediciones, es la Feria del Libro y de la Cultura de Moratalaz.

Y es que, en la explanada al lado del parking entre las calles Marroquina y Camino de los Vinateros, se instalaron doce casetas por las que fueron pasando durante horas y horas decenas de vecinos y visitantes que quisieron sumarse a las actividades, para niños y mayores, dentro de la programación de estas jornadas.

Desde talleres, cuentacuentos, pintacaras, gymkanas literarias, juegos de mesa y de rol, lectura de poemas y paseo/acción poética, hasta debates, música en directo

de diferentes estilos y muchas actividades que se desarrollaron en las jornadas del sábado y el domingo.

En la edición de este año 2022 no se van a quedar cortos y habrá innumerables propuestas culturales y de ocio como presentaciones de libros, cuentacuentos, recitales, conciertos o talleres.

Se celebrará también en la llamada Plaza Manuel de la Quintana y será los días 22, 23 y 24 de abril. Organiza la Junta Municipal de Moratalaz, en colaboración con entidades del distrito y la Mesa de Cultura del Consejo de Proximidad.

No podrán faltar las casetas donde estarán las distintas librerías, editoriales y asociaciones de escritores y

donde poder adquirir libros nuevos durante todo el fin de semana.

De forma paralela, a lo largo de toda la semana previa, los centros culturales

también acogerán actividades culturales como teatro, exposiciones o talleres.

**¡Nos vemos en nuestra Feria del Libro!**



# LAS GANAS QUE TIENES DE TAPA A TAPA

¿Lo notas? ¿Has sentido como nosotros el mismo hormigueo recorrer tu cuerpo al ver el cartel de nuevo? ¿A qué te ha recordado? Te gustó la última vez, ¿verdad? Te viene al recuerdo los maravillosos años pre-2020 y todo lo que eso conllevaba... Y a quien no.

**Volvemos.** Otra vez más. Porque el cuerpo nos lo pide. Porque nos gustan las celebraciones en nuestro barrio, con nuestra gente, y más si implica comer.

**Volvemos** porque queremos verte ya, de una vez, yendo de un bar a otro pasando la tarde entre buena comida y buenos vecinos. Porque no hay nada más castizo que tapear y tenemos unas ganas acumuladas de estos 2 años que pa'qué.

**Volvemos** porque ya estamos retomando nuestras costumbres, nuestros eventos, nuestras fiestas y nosotros no podíamos quedarnos atrás.

**Volvemos** porque estamos convencidos que los bares queréis volver, los patrocinadores de otros años queréis volver y sobre todo los vecinos queréis volver.

**Volvemos** a pedirnos que seamos una piña, que entre todos hagamos una nueva edición magnífica y que disfrutemos como siempre.

**ASÍ QUE...**  
¿CONTAMOS CONTIGO?  
¿VOLVEMOS?

## ¿QUIERES PARTICIPAR EN MORATALAZ "TAPA A TAPA IV" 2022



**PATROCINANDO  
Ò CONCURSANDO**  
**Tel.: 616 73 87 88**

**Por e-mail:**  
**publicidad@informativomoratalaz.com**

**¡NOS TRASLADAMOS!**


**IA SOLO 50 METROS!**



**NUEVA DIRECCION  
C/ Arroyo Fontarrón, 47  
910 026 554 - 603 17 54 18**

**MES SIN IVA**

Asociación de Madrid

SE DESCONTARÁN EL 21% EN TODOS LOS ARTICULOS  
\*\* NO ACUMULABLE CON OTRAS OFERTAS.

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

**Librería MILIBRO**

C/ Camino de los Vinateros, 108  
(Moratalaz) - Tel.: 91 163 76 23  
milibrolibreria@gmail.com

Síguenos



**REHABILITACIONES CUTIM, S.L.**

- \* IMPERMEABILIZACIÓN
- \* CUBIERTAS
- \* 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  
info@rehabilitacionescutim.es

**ALQUILE O VENDA, ENFOKE VIVIENDA!!**

Calle Corregidor Alonso de Tobar, 16 Local  
**912 773 273**  
moratalaz@enfokeviviendas.es

VALORACIONES GRATUITAS  
CERTIFICADO ENERGÉTICO  
TRAMITACION DE HERENCIAS

ES TIEMPO DE ENFOCARSE EN LO QUE REALMENTE IMPORTA!  
Llámenos sin compromiso y le informamos.

## ENTREVISTA A NATALIA PUERTA “GUARDIANES DEL VALLE”

• ¿De dónde viene ese amor por la literatura?

Creo que todo se lo debo a mi abuela. Siempre estaba en su casa cuando era pequeña porque mis padres trabajaban todo el día y ella leía mucho. Yo allí no tenía ni ordenador, ni consolas... así que leía los libros que tenía ella en su casa. Imagina a una niña de diez años leyendo a Danielle Steel... pues esa era yo (se ríe).

• ¿Crees que cada vez leemos menos?

Sí, estoy convencida y es una pena. La gente cada vez está más enganchada a la televisión, móviles... sobre todo la gente joven. A mí, por ejemplo, me gusta más leer porque me da mucha libertad a la hora de imaginar como son las cosas. Pero creo que nos estamos acostumbrando a lo fácil, darle al play de la tele y listo.

• *Guardianes del valle* es tu primer libro  
¿Cómo surge la idea?

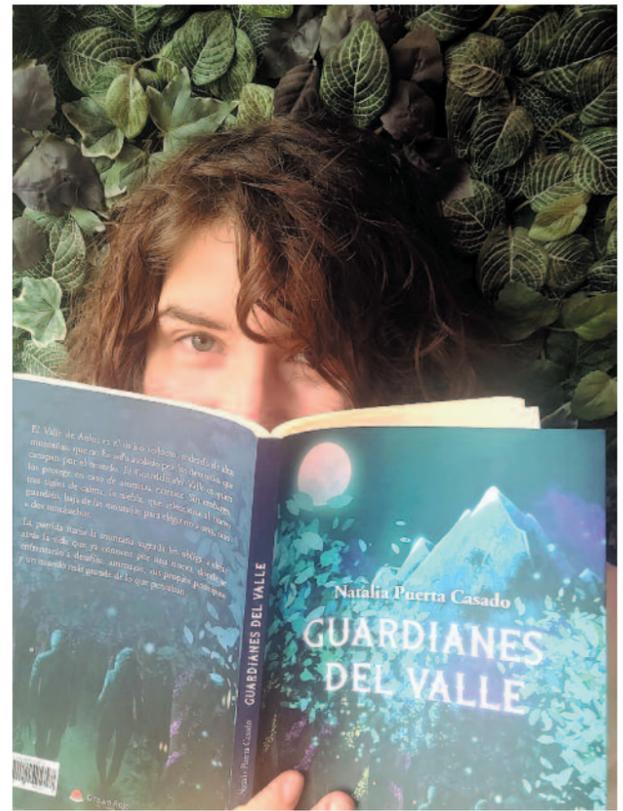
Sí, siempre he escrito, pero nunca he llegado a terminar ninguna obra así que estoy muy contenta. Pues comencé a escribir *Guardianes del valle* durante el confinamiento. Llevaba mucho tiempo queriendo empezar la historia, pero entre el trabajo, las prisas... ¡Así que nada mejor que estar encerrada en casa para hacerlo! Algo bueno tenía que tener el confinamiento.

• Claro, porque aparte de ser escritora tienes otro trabajo...

Sí, también soy correctora de textos. El mundo editorial ahora mismo está muy complicado, hay mucha oferta y es difícil vivir solo de escribir. Ojalá algún día lo consiga, pero de momento me dedico a las dos cosas.

• ¿Sobre qué trata *Guardianes del valle*?

Imagina un valle aislado, rodeado de altas montañas, dónde la gente vive “segura” ya que el mundo exterior está lleno de demonios... Pero claro, alguien tiene que protegerlo en el caso de que algún demonio entre... No quiero hacer spoilers, no vas a tener más remedio que leerlo.



**Natalia Puerta, vecina de Moratalaz  
Presenta su Libro: “Guardianes del Valle”**

• Tu libro es de fantasía, pero ¿qué género te gusta más leer y cuál es tu autor favorito?

Uff eso es muy difícil (risas). Leo muchos géneros diferentes y de cada uno tengo un autor preferido. Por ejemplo, de terror, sin lugar a dudas, me quedo con Stephen King, de romántica Megan Maxwell y si tuviera que elegir thriller, elegiría a Douglas Preston y Lincoln Child... ¡es que leo mucho!

• ¿Dónde se puede conseguir tu libro?

En muchos sitios: Amazon, Corte Inglés, Casa del libro, Fnac... también está disponible en la librería Mi libro, aquí en Moratalaz, y estaré en la feria del libro que hacemos este mes en el barrio. ¡Espero veros a todos allí!

**Don José II**  
CAFETERÍA CERVECERÍA

**LAS MEJORES TOSTAS DEL BARRIO**  
¡Visítenos, le esperamos!

**DESAYUNO DON JOSÉ**  
CAFÉ + BARRITA  
+ ZUMO NARANJA NATURAL  
**3,50€**

**GRAN TERRAZA**  
C/ Hacienda de Pavones, 11 (Junto Plaza del Encuentro)  
Tel.: 91/ 242 64 04 (Moratalaz)

**SU PUBLICIDAD, AQUÍ**  
**616 73 87 88**

# CERTAMEN INFANTIL Y JUVENIL DE RELATO CORTO MORATALAZ 2022

Si bien escribiendo desde un periódico resulta difícil ser objetivo en este aspecto, el arte de juntar palabras y que a partir de ellas salgan poesías, relatos, artículos, verdades y ficciones resulta una auténtica revolución interna y externa, pues, en cierto modo, estás creando de la nada algo valioso y regalándoselo al mundo.

**N**uestros jóvenes acaban de descubrir las primeras pinceladas de este cuadro que nunca se acaba y desde las instituciones públicas se puede hacer mucho por alimentar esta semilla, hacerla grande, retarla y que traspase sus propios límites.

El Distrito de Moratalaz, a través de la Unidad de Actividades Culturales y Ocio Comunitario convoca el Certamen Infantil y Juvenil de Relato Corto Moratalaz 2022, donde se busca fomentar la participación de los chavales en este tipo de actividades creativas y artísticas e incentivar el gusto por la lectura y la escritura entre los vecinos más jóvenes.

Podrán participar los Centros Educativos públicos, privados-concertados y privados de Moratalaz, cuyos escolares estén cursando estudios de Educación Primaria, Secundaria y o Bachillerato en el presente curso 2021/2022.

También podrán participar todas las personas interesadas en cualquiera de las categorías señaladas a continuación:

- **1ª Categoría:** De 12 a 16 años cumplidos.  
Primer clasificado: Lote de libros y diploma  
Segundo clasificado: Lote de libros y diploma.

- **2ª Categoría:** De 6 a 11 años cumplidos.  
Primer clasificado: Lote de libros y diploma.  
Segundo clasificado: Lote de libros y diploma.

Los participantes deberán presentar junto con su obra una autorización de la madre, padre o tutor debidamente firmada.

**¿Qué características han de tener las obras?**

- Se presentará una sola obra por participante.
- Las narraciones serán de tema libre y su extensión no será superior a tres páginas, en formato PDF a doble espacio, por una cara y en DIN-A4, no admitiéndose aquellas que no cumplan con estos requisitos.
- Las obras han de ser originales e inéditas, no premiadas en anteriores concursos y escritas en castellano.

Las solicitudes, debidamente cumplimentadas según el modelo que se obtendrá a través de la **Sede Electrónica (https://sede.madrid.es)** se presentarán, junto con el resto de la documentación exigida, por algunas de las siguientes vías:

- a) **Electrónicamente**, accediendo a la Sede Electrónica del Ayuntamiento, <https://sede.madrid.es>. En ese caso deberá utilizar alguno de los certificados electrónicos admitidos por el Ayuntamiento de Madrid.



b) **Presencialmente**, en cualquiera de los lugares previstos en el artículo 16.4 de la Ley 39/2015. En este caso, las solicitudes deberán dirigirse a la Unidad de Servicios Culturales y Ocio Comunitario - Distrito de Moratalaz - C/ Fuente Carrantona, 8, 28030 Madrid.

c) **En las oficinas de correos**, en un solo envío a la siguiente dirección: Unidad de Servicios Culturales y ocio Comunitario del Distrito de Moratalaz, C/ Fuente Carrantona, 8, 28030 Madrid.

¡Tenéis hasta el 17 de abril para poder entregar vuestras obras! ¿Os animáis a ir un pasito más en este bonito viaje?

**¿TE GUSTARÍA APRENDER INDAGANDO DE UN MODO CIENTÍFICO Y COOPERATIVO?**

**VEN A NUESTRO CENTRO PÍO BAROJA.**



Somos centro STEAM de la red de la Comunidad de Madrid desde el curso 22/23 con metodologías activas y constructivistas. ¡Impulsa tu creatividad!

**JORNADAS DE PUERTAS ABIERTAS 2022**  
CON CITA PREVIA (mediante email o teléfono)



C/ LUIS DE HOYOS SÁINZ, 82. TELÉFONO: 91 773 96 18  
 NUESTRO EMAIL: [cp.piobaroja.madrid@educa.madrid.org](mailto:cp.piobaroja.madrid@educa.madrid.org)  
 NUESTRA WEB:  
<https://www.educa2.madrid.org/web/centro.cp.piobaroja.madrid>

## ¿QUIÉN CUIDA A LOS QUE CUIDAN?

Nuestro distrito ha iniciado una nueva edición del programa "Cuidar a quienes cuidan", dirigido a personas de todas las edades que sean cuidadores principales de personas mayores y dependientes, y que cuenta con profesionales para ayudarte a hacer mejor tu labor, cuyas aportaciones redundarán también en el bienestar de tu familiar.

*Alberto Barberá*

Cuidar a personas mayores y dependientes se trata de una tarea que quien no la haya experimentado no sabrá hacerse una idea de lo duro tanto física como emocionalmente que puede llegar a ser. La responsabilidad del bienestar y los cuidados recae principalmente sobre la persona cuidadora, y por tanto la presión puede llegar a ser en algunos momentos muy dura, así como la amalgama de sentimientos a los que tu implicación te puede llevar, y no siempre positivos.

Dado que somos humanos y no robots, esta tarea puede pasar factura al cuidador: Problemas para dormir, cansancio, pérdida de contacto social, consumo de alcohol y sedantes, cambios en los hábitos alimentarios, dificultades para concentrarse, falta de interés en actividades que antes eran placenteras, susceptibilidad, enfado injustificado, trato desconsiderado hacia familiares y amistades, ánimo triste y llanto fácil, culpabilidad, dolores continuos, ansiedad y estrés... Todas estas son señales que indican sobrecarga en una persona cuidadora. ¿Se reconoce en usted o en alguna persona cuidadora alguna de estos avisos? Sí es así, es posible que necesite ayuda.

Nuestro distrito ha iniciado una nueva edición del programa "Cuidar a quienes cuidan", dirigido a personas de todas las edades que sean cuidadores principales de personas mayores y dependientes, y que cuenta con profesionales para ayudarte a hacer mejor tu labor, cuyas aportaciones redundarán también en el bienestar de tu familiar.

A grandes rasgos consiste en un servicio de valoración, asesoramiento e intervención psicoterapéutica y educativa, a través de sesiones grupales de diferentes contenidos, llamadas telefónicas de captación, intervención y seguimiento, y visitas domiciliarias para una valoración integral de la persona cuidadora, persona dependiente y su entorno.

De forma continua, todos los martes a las 11:00 h en el Centro de Servicios Sociales Fuente Carrantona (número 12) profesionales de psicología, educación social, enfermería, terapia ocupacional, trabajo social y derecho, te esperan para mejorar tu calidad de vida y la de la persona a la que cuidas.

Si estás interesado, puedes inscribirte en el centro a través de las trabajadoras sociales de Moratalaz. Gracias al programa lograrás una disminución de la sobrecarga por el cuidado a nivel personal, familiar, social y laboral.

Con esto se busca ALIVIAR la tensión emocional acumulada a lo largo del tiempo; SALIR del aislamiento habitualmente asociado a la tarea de cuidar a una persona dependiente; APRENDER A PEDIR AYUDA de modo adecuado y eficaz; RECUPERAR las actividades sociales y de ocio, sin sentimientos de culpa y sabiendo cómo establecer los límites adecuados a la tarea de cuidar; COMPRENDER y aceptar sentimientos positivos y negativos derivados de la tarea de cuidar; DAR a la persona dependiente los cuidados más adecuados; y conseguir el REENCUENTRO con ellas mismas y con las demás, restableciendo su identidad.

Acércate al Centro de Servicios Sociales Fuente Carrantona para saber más sobre esta iniciativa y que

tu caso sea valorado por un trabajador social. También puedes solicitar más información en el departamento de Programación, Evaluación y Desarrollo: [pyevaluacionsm@madrid.es](mailto:pyevaluacionsm@madrid.es).

Dirección General de Mayores | familias, igualdad y bienestar social | MADRID

### PROGRAMA CUIDAR A QUIENES CUIDAN

SI QUIERE APRENDER A CUIDARSE PARA CUIDAR Y SENTIRSE MEJOR, ESTE ES SU ESPACIO.



Sesiones grupales para la atención a quienes cuidan a personas mayores dependientes y personas mayores de 65 años que cuidan.

ESTA EDICIÓN SE INICIARÁ EN EL MES DE MARZO. LAS SESIONES SE REALIZARÁN UN DÍA A LA SEMANA DURANTE UNA HORA Y MEDIA.

INSCRIPCIONES ONLINE: [www.madrid.es/mayores](http://www.madrid.es/mayores)  
También en su Centro de Servicios Sociales y en teléfono 900 101 914  
Más información: Teléfono 010 [www.madrid.es/mayores](http://www.madrid.es/mayores)

madrid.es | MADRID

## ¿PENSANDO EN SU FUTURO?



✓ "A este colegio vino mi marido cuando lo abrieron; aquí han estudiado mis dos hijos y aquí está mi nieta" (Charo: coordinadora de comedor).

✓ "Este era mi cole de pequeña, y ahora he vuelto a hacer mis prácticas en Educación Infantil" (Silvia: antigua alumna, estudiante universitaria).

✓ "Es un cole muy familiar; hay muy buen ambiente" (Patricia: Presidenta de la AMPA).



### COLEGIO MENÉNDEZ PIDAL-MADRID

C/ ENCOMIENDA DE PALACIOS, 85. MADRID 28030 TELF:917736781-web: [site.educa.madrid.org/cp.menendezpidal.madrid](http://site.educa.madrid.org/cp.menendezpidal.madrid)



**JORNADAS DE PUERTAS ABIERTAS** CON CITA PREVIA: semana del 28 marzo y el 1 y 21 de ABRIL a las 16:15 horas  
COLE CON JORNADA CONTINUA EN MORATALAZ  
Antiguo "Héroes de Cuba y Filipinas"

**PLAN DE ESTUDIOS**  
Alternativa Bilingüe  
Horario ampliado Lengua Española e Inglesa  
Arts: Plástica en Inglés

**TECNOLOGÍA EN LA ESCUELA**  
Aulas con Pizarras Interactivas  
Aula de Informática y Tablets.  
Programación y Robótica.  
Proyecto: "AYUDA A LA DISLEXIA"

**SERVICIOS DEL CENTRO**  
HORARIO DE 7:30 A 17:30 h.  
Acogida matinal  
Comedor - Ludoteca  
Extraescolares (AMPA)  
Becas y gratuidades (Ayuntam)

**EDUCACIÓN INTEGRAL E INCLUSIVA**  
Emocional - Intelectual - Social - Cívica  
Lectura - Teatro - Música - Danza - Deporte  
Ciencia - Naturaleza - Huerto escolar - Reciclaje  
Ecoembes - Salud y Alimentación: fruta y leche  
Prevención acoso escolar y cyberacoso

**ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD**  
Centro Preferente Autismo  
Pedagogía Terapéutica  
Audición y Lenguaje  
Compensatoria  
Orientación Educativa

# EN RECUERDO DE ÁNGEL RODRÍGUEZ HERMIDA

El distrito de Moratalaz ha querido rendir un homenaje perenne al agente caído y cuenta desde el pasado 15 de Marzo con una placa, un homenaje a Ángel Rodríguez Hermida, que ha descubierto la concejala del distrito, Almudena Maíllo, en la calle de Hacienda de Pavones 164. Se trata de una de las placas del Itinerario de la Libertad, creado por el Ayuntamiento de Madrid en colaboración con la Asociación Víctimas del Terrorismo (AVT).

El 10 de marzo de 1979 el agente de la Policía Nacional Ángel Rodríguez Hermida cumplía servicio junto a un compañero en el barrio madrileño de Moratalaz. Los agentes sospecharon de tres jóvenes que viajaban en un Renault 7 y les dieron el alto en la calle Hacienda de Pavones. Cuando los policías se aproximaron al Renault, los tres ocupantes, miembros de los GRAPO, se bajaron del coche y abrieron fuego. El agente Ángel Rodríguez recibió un disparo que le causó la muerte. Llevaba 16 años en el Cuerpo, era licenciado en Derecho y formaba parte de la brigada de Seguridad Ciudadana.



El distrito de Moratalaz ha querido rendir un homenaje perenne al agente caído y cuenta desde el pasado 15 de Marzo con una placa, un homenaje a Ángel Rodríguez Hermida, que ha descubierto la concejala del distrito, Almudena Maíllo, en la calle de Hacienda de Pavones 164. Se trata de una de las placas del Itinerario de la Libertad, creado por el Ayuntamiento de Madrid en colaboración con la Asociación Víctimas del Terrorismo (AVT).

El acto coincidía con el 43º aniversario del asesinato del agente y al homenaje han asistido la secretaria general de la AVT, Narcisca López Castro; el presidente de la Asociación Plataforma de Apoyo a las Víctimas del Terrorismo, Miguel Foguera, y familiares de la víctima.

Han transcurrido 43 años desde entonces y afortunadamente han cambiado bastante los tiempos,

gracias al inestimable trabajo de las Fuerzas y Cuerpos de Seguridad del Estado y de la sociedad en su con-

junto, que ha sabido mirar hacia delante exigiendo la paz como vehículo de cambio.

## DESCUBRE EL NUEVO CENTRO DEL CENTRO DE MADRID

70.000m<sup>2</sup> que integran todos los modos de movilidad.

Más de 1.000 nuevos árboles.

Menos contaminación atmosférica y acústica.

Una plaza que se abre en círculo para acoger el flujo de la ciudad.



Una nueva red de itinerarios peatonales.

## (RE) DESCUBRE PLAZA DE ESPAÑA

## ¿DÓNDE PUEDO ADQUIRIR EL INFORMATIVO DE MORATALAZ?

### RED:

- . ALQUILE O VENDA, "ENFOKE VIVIENDAS":  
Corregidor Alonso de Tobar, 16 - Local
- . AR VIVIENDA (ROCÍO CASTRO):  
Camino de Vinateros, 146
- . ORTOTEM (ORTOPEDIA TÉCNICA MORATALAZ):  
Camino de Vinateros, 111
- . RELOJERÍA "GRECO" JOYERÍA:  
Camino de Vinateros, 111
- . LOTERÍAS Y APUESTAS DEL ESTADO:  
C/ Marroquina, 70 (El Índalo y la Bruja)
- . GENERALI (SEGUROS):  
C/ Marroquina, 86 - Local 3
- . LOTERÍAS Y APUESTAS DEL ESTADO: Alimentación, Pan, Fruta...  
C/ Pico de los Artilleros, 13
- . LOTERÍAS Y APUESTAS DEL ESTADO:  
C/ Mario Cabré, 31 (Esquina Fuente Carrantona)
- . IGM ORTOPEDIA:  
C/ José Bergamín, 70 (Esquina Fuente Carrantona)

¿Eres un comercio y te gustaría formar parte de esta Red Preferencial? Contáctanos al Teléfono: ➔

**616 73 87 88**

## DEDICADO A TODO AQUEL, QUE SE SIENTA IDENTIFICADO

### "El fenómeno de la Primavera" "Semana Santa a la vista..."

**A**bril, el mes más bonito para mí, aparte de Mayo. Bajo mi punto de vista, salimos de un invierno largo, aburrido y monótono. A partir de ahora, esperemos que se acerque otra etapa más alegre, el fenómeno de la Primavera: los campos estarán preciosos y se llenarán de vida con su color verde, lleno de flores en todo su Esplendor. A los campesinos les pasa como a los osos, se termina de invernar y empiezan a sembrar sus cosechas para tener casi todo el año comida y estar al menos más tranquilos... como se suele decir... "ha llovido desde entonces"... es lo que yo he vivido, aunque ahora no sé si seguirá igual.

La verdad que este precioso mes tiene lo que más me gusta del año: "La Semana Santa". Son días para meditar de ver cómo está cambiando la vida, las gentes y el mundo, que pasan y siguen pasando cosas que no podríamos imaginar, como por ejemplo la continua emigración, personas que no respetan a la mujer ni a su descendencia, ocupas sin escrúpulos, ladrones que mandan más que la policía y que entran en la cárcel por una puerta y salen por la otra... En fin, esperemos que los que nos gobiernan busquen soluciones y hagan fe de todo ello.

Recemos en esta Semana Santa por los pobres hombres, mujeres y niños de la guerra y que se haga justicia, ya que la oración es la única arma de la Iglesia para lograr la paz.

¡¡ FELIZ SEMANA SANTA !!  
Un abrazo

Vicente Gómez Jaras



# I JORNADA DE SALUD MENTAL EN MORATALAZ

Siempre es un buen momento para pensar en nuestra salud mental y tomar las riendas de nuestros sentimientos, emociones y pensamientos. Aquí tenéis una oportunidad para dar un pasito más y aprender.

*Alberto Barberá*

No sólo el cuerpo se resiente con el paso de los años, las vivencias y el paso de muchos "día a día", también nuestra mente, nuestras fuerzas y la manera en la que afrontamos lo que dejamos y lo que está por venir.

El impacto del COVID en nuestras vidas ha supuesto, además, para un número considerable de personas, un golpe a su red de seguridad que les ha puesto en una situación desconocida, que no controlan, en muchos casos llevándoles a la ansiedad y el miedo. No es casualidad por tanto que desde el inicio de la pandemia hayan aumentado las consultas por problemas de salud mental.

Si bien es un tema que cada vez resulta menos tabú en nuestra sociedad, aún hay mucho desconocimiento al respecto y se suelen ignorar las distintas herramientas y palancas con las que puedes contar para afrontar el reto de sanar tu mente.

Por ello, la creación de esta I Jornada de Salud Mental en Moratalaz, organizada por el Proceso Comunitario de Moratalaz y la Comisión de Salud Comunitaria y Vivienda, supone un magnífico acercamiento a las preguntas y sobretodo respuestas que puedan surgir en este proceso interno de cada uno.

El martes 5 de abril a las 9.00h en el Salón de Actos de la Junta Municipal comenzará la

jornada con la recepción y presentación, y se irán sucediendo hasta las 14.00h las distintas ponencias y actividades:

- **La Salud Mental desde los Servicios de Prevención.** *Marina Martín Serra. CMSc Vicálvaro.*
- **Salud Mental en Infancia y Juventud.** *Inés González. Dpto. de Prevención - Madrid Salud.*
- **Recursos de acceso a la Salud Mental.** *Cristina Nespral. Equipo de apoyo sociocomunitario de Moratalaz y Vicálvaro.*
- **Salud Mental y Género.** *María Amores. Hermanas Hospitalarias.*
- **Salud Mental en Discapacidad Intelectual.** **Recursos de acceso**



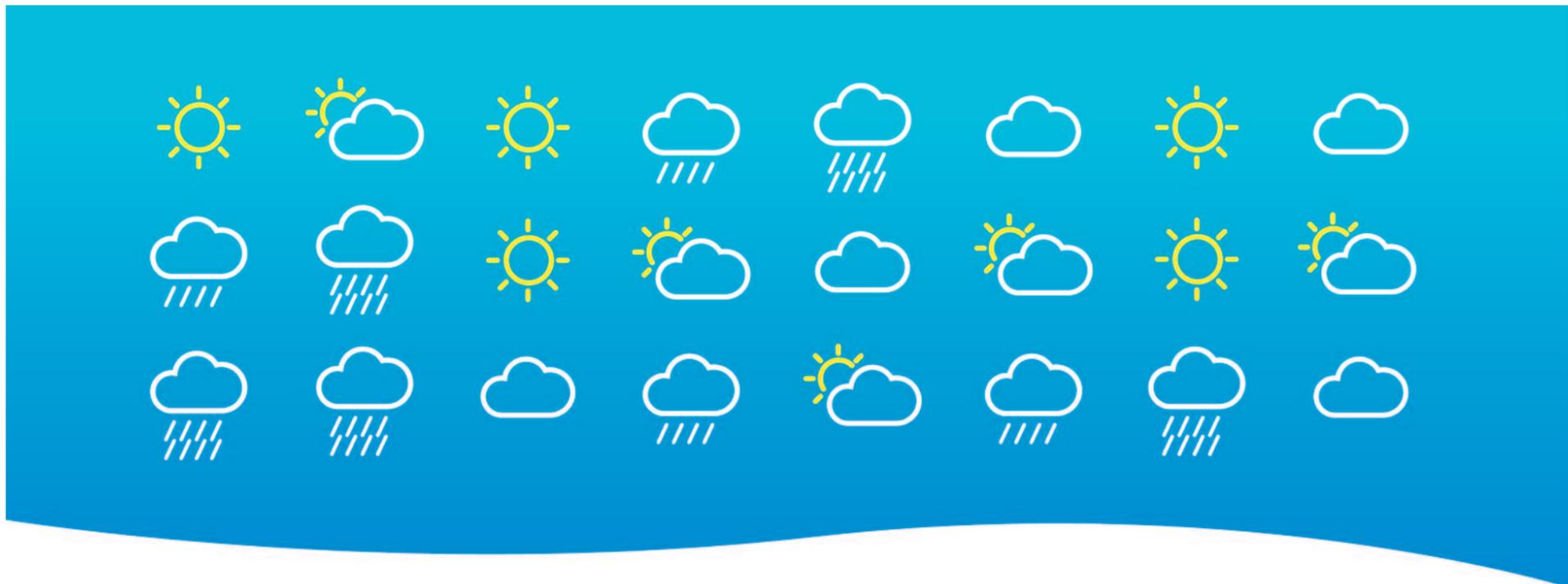
**a la Salud Mental.** *Yolanda Bezares López (ADEMO) y Patricia Roselló Martín (Afaemo).*

• **Proyección cortometraje VOTAMOS.** *Santiago Requejo.*

• **Como intervenimos en la Salud Mental. Precariedad y Familia.** *Mesa redonda.*

- **Conclusiones.**
- **Debate. Turno de palabra.**

Siempre es un buen momento para pensar en nuestra salud mental y tomar las riendas de nuestros sentimientos, emociones y pensamientos. Aquí tenéis una oportunidad para dar un pasito más y aprender.



Las últimas lluvias han ayudado a almacenar agua en nuestros embalses, pero no debemos confiarnos. Ahora y siempre, es tiempo de ahorrar.

La lluvia es muy suya, el ahorro es muy nuestro.

## 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...

### “LAS ABUELAS”

Es muy habitual ver ahora en las ciudades a los abuelos cuidando a los nietos en sus casas y en los parques mientras sus hijos están trabajando.

Esto, que parece o se tiene la impresión que es una cosa de la vida moderna, cuando las mujeres se han incorporado de forma mas habitual al mercado laboral, yo creo que esta situación se daba también antiguamente, al menos en las zonas rurales, donde el trabajo habitual era la agricultura y la ganadería.

En la agricultura y la ganadería el trabajo más duro recaía en los hombres, pero también las mujeres colaboraban en determinadas tareas, dependiendo de la época: recogida de patatas, escardar los sembrados en primavera, recogida de la cosecha, dar de comer o beber a los animales, por citar algunas.



Mientras hacían estas tareas, si las mujeres tenían niños pequeños se hacían cargo de atenderlos las abuelas.

Digo las abuelas porque los hombres no se ocupaban de esas tareas. Aunque tuvieran la edad para jubilarse, seguían trabajando si podían.

Normalmente pasaban parte de las tierras a los hijos, para que las trabajasen ellos y si tenían ganado, también se quedaban con poca cantidad, pero seguían activos.

El cuidado de la casa y los nietos era cosa de las mujeres.



Las mujeres mayores, principalmente por las tardes, se sentaban al sol para coser. Se juntaban un grupo de vecinas en lugares donde diera el sol y estuviese resguardado del aire, sobre todo en primavera y otoño.

Generalmente en los lugares donde se reunían a coser se colocaban algunas piedras lisas pegadas a una pared que servían de asientos o llevaban desde casa, además del cestillo con la ropa, las agujas y el hilo, una silla bajita de enea, donde se sentaban.

Curiosamente tanto las piedras como las sillas eran muy bajitas, que debían de ser mas cómodas para esa actividad que las sillas que utilizamos en las casas en la actualidad.



Allí remendaban los pantalones que se habían roto en el trabajo, los vestidos, las camisas o haciendo jerséis, calcetines, etc., etc.

Entonces no había tanta ropa como ahora y las prendas de vestir tenían que durar mucho tiempo, aparte de que se cambiaban muy poco de ropa. Cuando se ponían otro pantalón, chaqueta, vestido, camisa, etc., era porque era día de fiesta o domingo, que se dejaba un poco el trabajo, o porque se había roto y había que coserlo o remendarlo, para poder seguir utilizándose. Este trabajo recaía mucho en las abuelas.

Además de coser, también charlaban y cotilleaban de las cosas que pasaban en el pueblo, de si las jóvenes tenían o no tenían novio y quien se juntaba con quien.

Una estampa muy común era que los chicos y chicas al salir de la escuela, si las madres estaban ayudando en las labores del campo, acudían donde estaban las abuelas cosiendo.

Allí ellas habían llevado la merienda de sus nietos que normalmente consistía en un trozo de pan con chocolate o con un trozo de embutido. En cuanto llegaban lo recogían y daban buena cuenta de ello mientras jugaban, hasta que llegaba la hora de volver a casa.

Entonces no había coches por las calles por lo tanto no había peligro de que los niños fueran solos de un sitio a otro.

Cuando no había escuela, muchos de los niños acompañaban a sus madres a las tareas del campo y con las abuelas solo quedaban los más pequeños.

Otra cosa que era muy común y que se hacía con las abuelas era cocer el pan.

Antiguamente en algunas de las casas de los pueblos había un horno donde la utilidad principal del mismo era cocer el pan para la familia.



En casa de la abuela de juntaban las hijas y nueras que vivían en el pueblo para hacer pan una vez a la semana o cada dos semanas, porque el pan duraba más tiempo que ahora sin ponerse duro.

Cuando faltaba la abuela, ya era más difícil que las cuñadas se juntasen para cocer el pan.

Recuerdo con especial emoción cuando nos juntábamos los primos en casa de mis abuelos cuando cocían el pan o cuando se hacían las matanzas, pues estábamos jugando por toda la casa y nos consentían hacer mas cosas que en nuestras casas. A veces también nos costaba alguna regañina o algún cachete porque nos desmadrábamos.

La imagen de las abuelas de aquella época era que iban vestidas con ropa negra, pues casi siempre estaban de luto por la muerte de algún familiar.

Como guardaban luto durante varios años por todos los familiares, padres, suegros, tíos, etc., pues lo normal era que fueran enlazando unos con otros y yo creo que ya se acostumbraban a ir vestidas así y ya les resultaba mas cómodo.

Parecían más mayores de lo que realmente eran.

Sirva este humilde escrito como homenaje y reconocimiento a ellas, por su vida sacrificada y abnegada, solo pensando en atender a su familia y sin tener nunca vacaciones ni viajes de placer.

## HOMENAJE AL ACTOR JESÚS GUZMÁN

El próximo 6 de abril a las 19.00h se celebrará un homenaje a nuestro actor morataleño más querido y un ilustrísimo vecino con el que siempre poder charlar animosamente si te lo encuentras por las calles del distrito: Don Jesús Guzmán.

A sus espaldas van más de 300 películas y obras de teatro y una dilatadísima carrera artística que no parece marcarse fin, a raíz de su última nominación a los Goya por mejor actor de reparto con la película “Amalia en Otoño” (2020).

Precisamente esta película, de los directores Anna Utrecht y Octavio Lasheras, será la que se proyecte en el Centro Cultural el Torito como parte de esta fiesta de reconocimiento al actor,

al tratarse de la última obra en la que ha participado. Y con excelentes resultados, algo de esperar viniendo de él, y que demuestra una vez más su raza actoral que ni con 95 años que cumple este 15 de junio le privan de seguir construyendo cine.

También como parte de este reconocimiento se llevará a cabo una tertulia mesa redonda centrada en la figura del actor, donde se hablará de su inestimable papel en el cine y televisión española, así como

de sus personajes más icónicos y su gran repertorio con grandes registros.

Al acto acudirá la familia de Don Jesús y cualquiera que desee estar en este inestimable momento.

Se repartirán como máximo dos entradas por persona y desde una hora antes del comienzo de la actividad.

¡No te pierdas este momento tan emotivo!





# ESTE MUERTO ESTÁ MUY VIVO

**Ahora el Primer Equipo de la ED Moratalaz os necesita más que nunca. La cuenta atrás ha comenzado. Restan cinco jornadas para la conclusión, cuatro partidos para los nuestros que descansan un miércoles y tres de ellos son en casa, tres de ellos ante rivales directos donde hay que sacar de donde sea el orgullo, la casta, el coraje y, por supuesto, nuestro ADN Moratalaz.**

Departamento de Comunicación ED Moratalaz

**O**s acordáis del 23 de mayo del año pasado? La que liamos. Sí sí, cuando estuvimos a un penalti o a un poste de ascender. De ser equipo de Segunda RFEF (antigua Segunda División B). Aquella mañana en Móstoles ocupamos el lateral entero de un estadio esperanzados en conseguir lo más grande en el mundo del fútbol para el barrio. Fuimos en masa a ver a nuestra escuela a la otra punta de la región; como al Urbis en aquellos mágicos partidos de abril y mayo. Aquella primavera que nos hizo soñar...

Pues esta temporada el Primer Equipo de la ED Moratalaz os necesita más que nunca. La situación ha cambiado. La acumulación de partidos del invierno de 2021 nos vino de perlas para luchar por cotas mayores. Esa suma de encuentros de miércoles – domingo

se ha vuelto a repetir en este invierno de 2022 y la moneda ha salido cruz. Nos queda un mes de competición y, a expensas de reajustes, el conjunto de la cuña se encuentra muy cerca de la salvación.

Repetimos, ahora el Primer Equipo de la ED Moratalaz os necesita más que nunca. La cuenta atrás ha comenzado. Restan cinco jornadas para la conclusión, cuatro partidos para los nuestros que descansan un miércoles y tres de ellos son en casa, tres de ellos ante rivales directos donde hay que sacar de donde sea el orgullo, la casta, el coraje y, por supuesto, nuestro ADN Moratalaz.

El Aficionado A, visitará este domingo Alcorcón para enfrentarse al Trival Valderas en un partido que se disputará mientras se imprimen estas páginas. Pero lo más importante viene a continuación... ¡¡¡ Tres jornadas consecutivas en casa !!! El 10 de abril (Domingo de Ramos) recibiremos al Villaverde, un directí-

simo rival por la permanencia. Siete días después, el 17 de abril en Domingo de Resurrección el compromiso clave será ante el Villaviciosa que también lucha por no descender. Y el 24 de abril, sin encuentros de Primera División de por medio, se espera que reventéis La Dehesa en el partido 100 en Tercera RFEF del Primer Equipo, el adversario será el Torrejón. Ese día el Urbis tiene que ser una fiesta y, si no se redondea, se cerrará la temporada el 1 de mayo en Alcalá de Henares contra el Complutense.

Acércate al Urbis, que es gratis. Tres partidos en casa, tres encuentros donde esperemos que Doctor García Tapia se vista de gala y sea el de las tardes de la primavera de 2021. Y son los mismos, ¿eh? Los Yayo, Luismi, Cristian Mora, Rubén Ayuso, Caloto, Palacios, Adnan Arkine, Garci, Sergio, ...., prácticamente los mismos que pusieron en los cielos al barrio el año pasado, ahora son los que tienen, junto con vosotros, ayudar a

que el Primer Equipo de la ED Moratalaz permanezca una temporada más en la categoría privilegiada de Tercera RFEF.

Cinco duelos, cinco finales para un muerto que está muy vivo. **#Seguimossoñando**  
**#ThisisUrbis.**

**4 FINALES PARA SEGUIR SOÑANDO**

- 10 ABRIL: SAD VILLAVERDE
- 17 ABRIL: AD VILLAVICIOSA
- 24 ABRIL: AD TORREJÓN CF
- 1 MAYO: AD COMPLUTENSE

#THISISURBIS



**VALORACIONES GRATUITAS  
TRAMITACIÓN DE HERENCIAS  
CERTIFICADOS ENERGÉTICOS**

**C/ CORREGIDOR ALONSO DE TOBAR, 16 - LOCAL  
TEL.: 912 773 273 (MORATALAZ)  
Email: moratalaz@enfokeviviendas.es**



*La primavera la sangre altera.  
¡Díselo al del tercero primera!*



*Estimados vecinos, las previsiones de cara a 2022 son muy optimistas y hablamos de un optimismo con una base muy sólida y contrastado por la tendencia de los últimos meses.*

*Comprar una vivienda supone un esfuerzo económico considerable. Continuar trabajando cada vez más cerca de ustedes, ya que es un momento clave para aprovechar los cambios del mercado y así darles el mejor soporte y asesoramiento.*

*Estaremos encantados en ayudarle!*



*Don José*

RESTAURANTES

*Jornadas Gastronómicas***ABRIL***Don José*Calle Camino de los Vinateros, 105  
Teléfono 914 371 957*Don José II*Calle Hacienda de Pavones, 11  
Teléfono 912 426 404Del 1 al 3  
Torreznos caserosDe 8 al 10  
Coquinas al ajilloDel 15 al 17  
Croquetas de BacalaoDel 22 al 24 Lacón a la  
Gallega con cachelosDel 29 al 1 de Mayo Zarajos  
a la plancha con ajito*Don José III*Calle Hacienda de Pavones, 7  
Teléfono 918 675 385*Don José IV*Avenida de Moratalaz, 149  
Teléfono 914 304 066  
la perlaAvenida de Moratalaz, 185  
Teléfono 911 384 961Síguenos en  
nuestras redes sociales