

EPEstética Especializada
PARREÑO**LÍDERES EN
DEPILACIÓN
DEFINITIVA**☎ **91 430 03 96****EL INFORMATIVO DE
MORATALAZ**E-mail: moratalaz@informativomoratalaz.com - Web: www.informativomoratalaz.com**BARRIO DE
LA ESTRELLA****SOLICITUD DE CONTROL
ACEPTADA POR PGD****BARRIO DE
VALDEBERNARDO****mendez**
librerías

5% DTO. y REGALO DE UN LIBRO

LIBRERÍA GENERAL - OFERTAS

C/ Ibiza, 23 - 28009 MADRID

☎ 91 573 68 46 - Fax: 91 573 30 25

C/ Hacienda de Pavones, 8

28030 MADRID

☎/Fax: 91 439 30 21

C/ Claudio Moyano

(Cuesta Moyano)

Caseta 8 ☎ 91 429 24 41

Caseta 20 ☎ 91 429 57 41

Caseta 30 ☎ 91 429 25 61

www.libreriamendez.com

Periódico de Difusión Mensual y Gratuito - Tlf.: 91 437 40 43 - Móvil: 616 73 87 88 - Julio 2009 - Año 14 - Nº 150

El Cine resurge en Moratalaz con un Festival de Película



Llegó el tan esperado día y la respuesta del público superó las previsiones más optimistas. Más de 300 personas acudieron a la gala de entrega de premios del "I Concurso de Cortometrajes de Moratalaz". En ella, los

espectadores siguieron con gran atención la exposición de los cortos finalistas que, a pesar de rodarse con pocos medios, fueron muy del agrado del público. El cine resurgió en Moratalaz

Pág 12 y 13

Meeting de Madrid

Los mejores atletas del mundo llegan a Moratalaz

Pág. 4

Fiestas de Moratalaz

Varios miles de personas vinieron a nuestro distrito

Págs. 8 y 9

Un año más, en Preferente

Objetivo cumplido: la E.D.Moratalaz salva la categoría

Pág. 19**AHORA SUS
GAFAS DE SOL GRADUADAS
¡AL MEJOR PRECIO!****¡SI NO LAS TIENE TODAVÍA,
AHORA ES EL MOMENTO!**

- MÁS DE 50 MODELOS DIFERENTES DE GAFAS.
- LAS ÚLTIMAS TENDENCIAS DEL MERCADO EN MODA.
- LENTES DE MÁXIMA CALIDAD.
- 12 COLORES DE LENTES A ELEGIR.

**12
COLORES
DE LENTES
A ELEGIR****69** €**GAFAS COMPLETAS
ANTES ~~115~~ €****OPTICA RUBIO**
GENTE CON VISTAHacienda de Pavones, 3 • Camino de Vinateros, 109 • Hacienda de Pavones, 6
Corredor Diego de Valderábano, 25 • Avda. Marqués de Corbera, 35**91 430 00 11****Y ADEMÁS
LLEVATE UNAS
LENTE DE CONTACTO
DE REGALO!**CON TUS NUEVAS GAFAS
DE SOL GRADUADAS

Periódico de Información
Comercial y Local.

Difusión Gratuita
Año XIV - Nº 150 - Julio - 2009

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

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

Director:
Moisés Rodríguez

Publicidad:
Mª Carmen Fernández
publicidad@informativomortalaz.com

Email:
mortalaz@informativomortalaz.com

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

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

Depós. Legal: M. 41.635-1995

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

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

Queda prohibida su total
o parcial reproducción

Editorial

Estilo Jackson

"El mejor artista de la historia" o "El rey del pop" son dos de los sobrenombres por los que era conocido Michael Jackson. Otros le recordarán por su disco "Thriller", que compraron más de 100 millones, alcanzando una marca que jamás será superada.

Pero Jackson fue mucho más que una etiqueta o una cifra. Desde luego, marcó una época y creó una idiosincrasia. Desde sus pegadizos temas a sus eléctricas coreografías, pasando por sus espectaculares y vanguardistas indumentarias. Todo eso llevaba su sello. Un perfeccionista nato que comenzó su andadura musical con sus hermanos, junto a los que formó los "Jackson Five", creadores de "Blame it on the boogie" una canción sin fecha de caducidad, jamás pasará de moda. Esa fue otra de sus cualidades: por alguna razón dentro de 20 años, los jóvenes que salgan por la noche y escuchen "Black or White", "Beat it" o "Billie Jean" por poner algún ejemplo, tararearán su letra y bailarán intentando imitarle.

Michael soportó una infancia de locura. Convertido en una celebridad desde muy corta edad, su vida se



redujo a galas, eventos y entrevistas. Un precio demasiado alto que a la larga le pasó factura. Se vio envuelto en multitud de escándalos, como cuando asomó a un balcón su bebé amagando con tirarlo o cuando fue acusado de pederastia. Empezó a pigmentarse la piel blanqueándola. Había comenzado su declive pero aún así siguió contando con el respaldo de la mayoría de sus fans. Le idolatraban y le idolatran.

Este verano quería decir adiós, quizá temiéndose lo que ha sucedido. Su precario estado de salud contrastaba con los 50 conciertos que tenía comprometidos. Faltaban menos de dos semanas para comenzar pero su cuerpo no aguantó. Se vio incapaz de afrontar ese maratón y su corazón se paró antes de que comenzase la primera función. Pero aunque él prefiriera una despedida sobre los escenarios, puede descansar muy tranquilo. Vivió toda su vida dedicado en cuerpo y alma hasta formar parte de su historia. Y es que parte de la música, eres tú Michael. Gracias.



**PROGRAMACIÓN
- JULIO -**

"Emisión todos los días"

* **Si quieres pasar a formar parte de nuestra Tienda Virtual, llámanos al Tel.: 91 437 40 43**

* **Además destacamos los siguientes nuevos contenidos:**

- Todos los cortometrajes presentados a concurso, un total de 25.
- Entrevista con los ganadores de ambas categorías (juvenil y adultos).
- Fiestas de Moratalaz 2009. Mercado Medieval, Misa Rociera,... etc.
- Conoce a la Asociación Flamenca Los Verdiales
- Meting-Madrid Atletismo vuelve a Moratalaz (Resumen Informativo).



NUEVO RENAULT SCENIC dCi
DESDE **15.900€***



APROVECHA EN RENAULT EL PLAN 2000E. AHORA SÍ.

AHORA, PRESENTANDO ESTA REVISTA, TE REGALAMOS
UNA SILLA ISOFIX** POR LA COMPRA DE UN SCENIC O GRAND SCENIC
EN TU CONCESIONARIO RENAULT MOTORLAZ.

Es hora de acercarse a **Motorláz**, tu concesionario Renault, y disfrutar de su oferta de vehículos nuevos y de ocasión. Además, si lo necesitas, tienes a tu disposición el mejor servicio de mantenimiento, reparación y servicio rápido de Renault Minuto al mejor precio.

www.renault.es / 902 333 800

NUEVO RENAULT SCENIC. PARA TODAS LAS FAMILIAS.

• CARMINAT Tom Tom • Radar de proximidad con cámara • Tarjeta manos libres • Tablero de a bordo con tecnología TFT • ESP • Regulador y limitador de velocidad • Climatizador automático bizona • Radio CD MP3 Bluetooth

* PVP recomendado en la Comunidad de Madrid, para nuevo Renault Scenic Authentique dCi 85. Incluye IVA, impuesto de matriculación, transporte, promociones y Plan 2000E. Oferta válida para vehículos comprados y matriculados hasta el 31/07/09, aplicable a particulares y autónomos. No compatible con otra oferta o promoción. Modelo visualizado: nuevo Renault Scenic Privilege. consultar precio. **Silla Isofix Grupo 1 (de 1 a 4 años < 18 kg) por la compra de un Renault Scenic o Grand Scenic. Oferta válida hasta 31/07/09 en Motorláz.

Gamma Nuevo Renault Scenic: consumo mixto (l/100km) desde 4,9 hasta 7,7. Emisión de CO2 (g/km) desde 130 hasta 184.

MOTORLAZ PLAZA CORREGIDOR SANCHO CORDOBA, 5 (junto a gasolinera). TEL. 914 390 088. MADRID



Renault **CFR**



**MASAJISTA
OSTEÓPATA**

Masajes linfáticos y reflexología podal.

Para solicitar cita previa, llamar al teléfono

91 773 79 96

móvil: 686 45 96 22

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

**IMPRESIONES
GOTIA, S.L.**

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

GOTERAS

**GARANTÍA 10 AÑOS
FINANCIACIÓN ESPECIAL
COMUNIDADES**

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

PERGO **Roca**
WITEX **UNIARTE**

LA MARCA DE SELECCIÓN

Presupuestos Sin Compromiso

REFORMAS EN GENERAL

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

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

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

**1.500 euros para
gastar en Moratalaz**



Manuela Gómez, residente en Moratalaz desde hace más de 40 años, ha sido la ganadora de un cheque de 1.500 euros para gastar en las tiendas asociadas al Centro Comercial abierto de Vinateros. Su papeleta fue la escogida entre las más de 50.000 que recogieron los comerciantes, que intentan potenciar la compra en sus pequeños

comercios a través de esta iniciativa.

“No me lo podía creer cuando me avisaron”, dijo Manuela (en la imagen entre su marido y Víctor Soto, presidente de la asociación), que ya ha comenzado a comprar, “unas cortinas, unos muebles y algo de joyería y me quedan aún más de 1.000 euros”.

**¿Todavía no usas lentes de contacto??
¡Ahora es tu momento!**



Gema Serrano
Responsable del
Departamento de
Contactología de
Óptica Rubio

Hoy en día no es necesario escoger entre gafas o lentillas sino que lo apropiado es usar en cada situación la solución que mejor nos convenga.

- Existen muchos motivos desde el punto de vista óptico por los que debemos usar lentes de contacto desde una edad muy temprana, es más, no existen limitaciones salvo las del propio paciente para el uso de las mismas. En muchos casos se aconsejan las lentes de contacto porque pueden:
- Paralizar la miopía
 - No alteran el tamaño ni las distancias de los objetos.
 - Conservan el campo visual íntegro.
 - Permiten una mejor agudeza visual.
 - No limitan los juegos de los niños ni la práctica de deportes.
 - Protegen la córnea.
 - No estorban ni se empañan.

Todo esto es especialmente importante en el caso de los niños ya que mejora la atención selectiva (mantenida y flexible), mejora la memoria y la percepción visual, permite un rendimiento escolar con menos esfuerzo y facilita el estudiar y esto se traduce en más tiempo y ganas de jugar, mas alegría, mas satisfacción, en definitiva un camino más feliz para llegar a la adolescencia.

En los adolescentes y jóvenes el concepto de sí mismos, la autoestima, la imagen y el éxito personal pasan a ser los criterios a puntuar. Estos criterios permanecerán de por vida, tomando una especial relevancia a los 40-50 años. Cuando somos mayores... las primeras arrugas, unas gafas de cerca, unos kilos que se empuñan en acomodarse en las partes más visibles, cansancio, hijos mayores que terminan la carrera, que se casan, que nos hacen abuelos..., todo se empuña en hacernos mayores.

Existen cientos de tipos y colores de lentes de contacto, que corrigen todas las graduaciones y problemas de visión y nos proporcionan una mejor calidad de vida.

El acné del adolescente hipermetrope y las arrugas del presbita se ven mucho más grandes con gafas que con lentes de contacto. La realidad es que son más pequeños y no tienen importancia, son fruto de un cambio maravilloso que certifica que hemos vivido una etapa y pasamos a la siguiente... con lentes de contacto, mucha autoestima y enormes ganas de vivir.

Existe todo un mundo de imágenes y sensaciones a nuestro alrededor. Y para estar seguro de que las disfrutas plenamente, Óptica Rubio te ofrece una **completísima gama de lentes de contacto**, con la última tecnología que existe en el mercado. Para **miopía, hipermetropía, astigmatismo y vista cansada**, dispondrás de las lentes de contacto que mejor se adaptan a tus necesidades.

Olvídate del concepto de lentes de contacto que conocías de hace unos años. Esas lentes a las que uno se tenía que “acostumbrar” porque molestaban al principio, que no podías usar más de 8 horas seguidas o que requerían de un sistema de limpieza ciertamente engorroso y caro. Este tipo de lentillas ha desaparecido prácticamente, dejando paso a los **nuevos materiales y diseños de las lentes de contacto**, que han experimentado un gran avance tecnológico, de tal forma que suponen un gran salto en la adaptación en materia de salud y comodidad de uso.

Igualmente, si eres un antiguo usuario de lentes de contacto y tuviste que dejar de usarlas, ahora es tu momento: podrás volver a usarlas con toda comodidad sin ningún tipo de problema.

Gracias a la gran variedad de lentes de contacto disponemos de las más adecuadas para cada momento, lugar, situación, edad del usuario o graduación.

NO TENGAS MIEDO. Es mucho más fácil de lo que crees. ¿Todavía no sabes que lente de contacto son las más adecuadas para ti? ¡No hay problema! Cuéntanos tus necesidades y nosotros te recomendaremos las lentes que más se ajusten a tu día a día.

En Óptica Rubio disponemos de toda la gama de lentes de contacto de última generación como por ejemplo las fabricadas a base de **Hidrogel de silicona** que **permiten una oxigenación total del ojo permitiendo prolongar las horas de uso.** Además podrás probarlas **gratis y sin compromiso.**

La gama **CLARITY**, exclusiva de Óptica Rubio, te ofrece la posibilidad de usar unas lentes de contacto de última generación con la **más moderna tecnología de fabricación y diseño de materiales.**

- Ven y haz la prueba! Coge una, ábrela y veras como te sorprende:
- Son muy fáciles de poner y quitar.
 - Son tan suaves que casi no notarás que las llevas.
 - No pican ni irritan.
 - Cuestan mucho menos de lo que te imaginas.
 - Tus ojos se verán más sanos y naturales.

Trae tus antiguas lentes de contacto y compara, te sorprenderá la diferencia de confort y comodidad. Volverás a olvidarte de que llevas lentes de contacto durante por todo el día.

Con la garantía de Óptica Rubio y con la **mejor relación calidad-precio** que puedas encontrar en el mercado.

GRANÈ

MOBILIARIO DE
COCINA
A MEDIDA

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

arreglos transformaciones

CENTRO COMERCIAL ALCAMPO M-30
Arreglos en prendas de vestir,
seda, ante, punto y cuero

C.C. Alcampo M-30
Camino de Vinateros s/n
MORATALAZ

91 430 19 95

TALLERES GARRALDA:

E-mail: taller@talleresgarralda.com * Web: www.talleresgarralda.com

Vaya preparando su Coche para el Verano y revisando su Aire Acondicionado. “Sustituya sus Frenos, Aceite y Filtro, dándole servicio de Chapa con todas las Compañías”.

TALLER ESPECIALISTA FRENOS

REVISIÓN INTEGRAL DE SEGURIDAD

MANTENIMIENTO Y REPARACIÓN GENERAL DEL AUTOMOVIL

- CAMBIO DE ACEITE
- FILTROS
- TUBOS DE ESCAPE
- CORREA DE DISTRIBUCIÓN
- MECÁNICA
- ELECTRICIDAD
- INYECCIÓN DIÉSEL
- INYECCIÓN ELECTRÓNICA

* FRENOS * RADIADORES * PUESTA A PUNTO

DIAGNOSIS DE AVERÍAS POR ORDENADOR

ESPECIALISTAS EN SISTEMAS BOSCH

C/ ARROYO MEDIA LEGUA, 29 (POST.) - TLFS.: 91 439 25 88 - 91 437 85 04
Actualmente: C/ General Juan Van Halen (Esq. Primavera de Praga)

Los mejores atletas del mundo compiten en Moratalaz

El Meeting de Madrid, reunirá a las principales figuras del atletismo mundial

La élite mundial del atletismo desembarca en Moratalaz. Está confirmada la presencia de atletas de primer nivel en el panorama internacional como el discóbolo lituano Virgilius Alekna al que intentarán derrotar los nacionales, Mario Pestano y Frank Casañas; la saltadora de triple rusa, Tatyana Lebedeva que competirá con la plusmarquista nacional, Patricia Sarrapio, que además se formó en la A.A.Moratalaz al igual que Arturo Casado que libraré un interesante 800m con su habitual contrincante en 1.500m Juan Carlos Higuero. En los 800 femeninos el protagonismo es para la keniana Pamela

Jelimo, invicta en la distancia desde 2008. Volará Stacy Drágila, la veterana pertiguista estadounidense que, a sus 38 años, continúa siendo de las mejores en su especialidad. La velocidad la pondrán Francis Obikwelu y Mark-Lewis Francis a los que Ángel David Rodríguez, el atleta más rápido de España intentará seguir de cerca. Y por supuesto, se verá en escena a la incombustible Marta Domínguez que recientemente ha batido el récord nacional de 3.000 metros obstáculos, aunque en esta ocasión disputará los 1.500, contra la plusmarquista nacional de la distancia, Natalia Rodríguez.

Además, el Meeting de Atletismo Madrid 2009 y la organización ponen en marcha una iniciativa que permitirá a los atletas de todas las edades, federados y populares, compartir escenario con las grandes estrellas del atletismo internacional. Al igual que en años anteriores se programarán pruebas de 800, 1.000 y 1.500 metros al inicio del Meeting, tanto en categoría masculina como femenina.

El programa de estas pruebas locales comenzará a las 18:00 con la disputa de un 1.000 popular para mujeres, continuará a las 18:15 con 1.000 popular hombres. Luego será



el turno de los 800 metros ya para atletas federados, a las 18:40 el de mujeres y a las 18:50 el de hombres. Por último, a partir de las 19:00 se disputarán los 1.500 metros para hombres federados y a las 19:10 el 1.500 para mujeres.

A su término comenzará la competición oficial que durará hasta las 22.15 horas, cuando los 1.500 metros masculinos pongan punto y final a a este Meeting de Madrid 2009.

ENTREVISTA CON ARTURO CASADO

Nuestro protagonista es hoy uno de los grandes nombres del atletismo español en los 1.500 metros y además mantiene una vinculación especial con el distrito de Moratalaz puesto que se ha formado como atleta en la Agrupación Atlética de Moratalaz. Cuatro veces campeón de España de esta distancia (dos en pista cubierta y dos al aire libre) y medallista de bronce en el Campeonato de Europa de Birmingham'2007, Arturo Casado será una de las grandes figuras del Meeting de Atletismo Madrid 2009, que se celebrará el próximo 4 de julio en el Centro Deportivo Municipal de Moratalaz.

-Arturo eres uno de los atletas más destacados del atletismo español actual, ¿qué representa para ti el Meeting de Moratalaz y qué objetivos tienes para el día 4?

El Meeting de Moratalaz es para mí uno de los más especiales ya que me he criado como atleta en Moratalaz y en el club Agrupación Atlética Moratalaz. Por tanto esta prueba tiene un valor muy importante para mí personalmente por este motivo. El día 4 me planteo como objetivo bajar mi marca de 800 metros, que registré aquí el año pasado con 1:45.69.

-Eres un atleta formado en Moratalaz, has militado en el club A.A.Moratalaz, conociendo perfectamente el barrio, ¿qué representa para ti que el Meeting de Madrid se celebre en el Centro D. Municipal de Moratalaz?

Destacaría que es un éxito que el meeting se celebre aquí por toda la gente que trabaja tanto por el atletismo, tanto la gente de la instalación como del club, desde hace muchos años.

-A lo largo de tu carrera has conseguido cuatro títulos nacionales entre pista cubierta

y aire libre, ¿con cuál de estas victorias te quedarías?

Cada victoria es diferente y cada una ha sido muy especial, de la que tengo muy buen recuerdo es de la de pista cubierta de 2008 en Valencia. Creo que hice una de mis mejores carreras tácticamente y además pude celebrarlo con los míos en la pista del Palau Luis Puig, donde después se disputaría el Mundial.

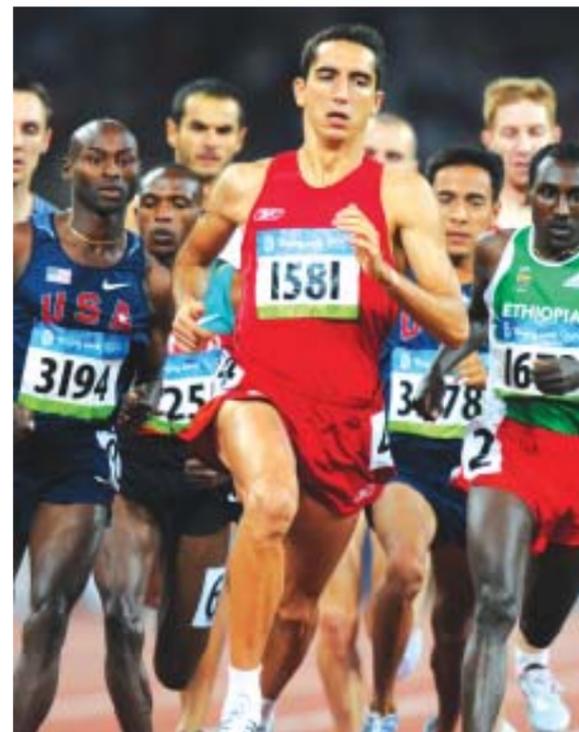
-También has participado en las competiciones más importantes del atletismo internacional (Ctos. De Europa, Ctos. Del Mundo, Juegos Olímpicos...) estando muy cerca de las medallas en alguna de ellas, ¿de cuál guardas un recuerdo más especial?

El recuerdo más especial que guardo es cuando conseguimos el triplete en Birmingham porque no fue un logro individual sino algo colectivo, éramos tres amigos, bastante amigos, y es una sensación que es muy difícil de igualar en el atletismo, que es un deporte individual.

-Los 1500m en España siempre ha sido una prueba de alto nivel, ¿cuáles son tus principales rivales ahora mismo? ¿Qué destacarías de ellos?

Mis principales rivales son Higuero, Diego Ruiz y ahora esta viniendo muy fuerte Alvaro Rodríguez y también Reyes Estévez.

De Higuero destaco su capacidad para correr en carreras rápidas, es el mejor de todos con diferencia. Diego es muy completo porque es rápido pero también ha mejorado mucho por arriba, Alvaro para lo joven que es destaca corriendo también carreras rápidas como en los mitines, está para hacer una marca muy buena para su edad, y Reyes cuando está en forma es muy difícil de batir, realmente muy difícil.



-El año pasado mejoraste tu marca en 1500 con 3.33.14, ¿ves factible algún día correr por debajo de 3.30?

Sinceramente lo veo muy complicado, pero yo voy a pelear por conseguir la mejor marca que pueda.

-Por último, ¿qué mensaje le mandarías a los aficionados que acudan el día 4 al Centro Deportivo Municipal de Moratalaz?

Les diría que disfruten de un deporte que es diferente, pero que es muy sacrificado para el que lo practica y que también puede ser muy divertido ver como los atletas nos dejamos la piel en la pista.



¿FURGONEAS?



EXPOSICIÓN Y VENTA DE VEHÍCULOS NUEVOS YA TRANSFORMADOS.

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

VENTA → FURGOS ↑

500M² DE EXPOSICIÓN ↙

250M² DE ACCESORIOS ↑

250M² DE TALLER ↘

FURGOTRANSFORMACIONES

www.furgokaravanning.com

Pol. Ind Ezkabarte Calle V, Nº 6 31194 Orikain Navarra / Navarra Tel: 948 31 78 39



**AUTO-ESCUELA
PARQUE**

¡¡ ESTA ES LA MEJOR OFERTA !!

CURSO COMPLETO: 85 €

QUE INCLUYE: {

- * CLASES DE CIRCULACIÓN
- * TRAMITACIÓN 1º EXPEDIENTE
- * MATRÍCULA Y LIBROS

- TASAS e I.V.A. APARTE -

¡¡ LA MEJOR RELACIÓN CALIDAD - PRECIO !!

ADEMÁS ...

LOS HORARIOS MÁS FLEXIBLES
EXCEPCIONAL PORCENTAJE DE APROBADOS
Y EL TRATO AMABLE Y CORDIAL DE SIEMPRE

- ¡ PASA E INFÓRMATE ! -

AVDª DE MORATALAZ, 166
TL.: 91 773 20 01

· ESTEBAN SANZ - PROYECTOS - OBRAS - REFORMAS ·



ALUMINIO - CLIMATIZACION
PINTURA - PARQUET - TARIMA
PUERTAS - ARMARIOS
ALBAÑILERIA - SOLADOS - ALICATADOS
PLADUR - ESCAYOLA
FONTANERÍA - GAS - CALEFACCION



**REFORMAS INTEGRALES DE VIVIENDAS
TODO PARA EL BAÑO**



OFERTA EN MUEBLES DE BAÑO

AVDA. DOCTOR GARCÍA TAPIA, 161
TLF.: 91 328 29 02

25 % DTO. EN MAMPARAS DE BAÑO

info@esreformas.com



Ayudando, a pie de calle



Fotos: J.M.Méndez



Servicios de acogida y orientación a los colectivos más vulnerables como mayores, mujeres y menores son algunos de los proyectos que Cáritas desarrolla en Madrid. A través de talleres formativos de diversas temáticas, esta organización intenta ayudar mediante sus voluntarios a las personas que más lo necesitan. Así las cosas, los componentes de la delegación de Moratalaz, salieron a la calle el pasado 9 de junio para dar a conocer sus iniciativas e impulsar la captación de voluntarios. El parque Dionisio Ridruejo fue el escenario en el que Cáritas instaló sus carpas y donde los asistentes

podieron disfrutar de unas sevillanas (en la imagen) y de las canciones de David Sarabia, un joven cantautor que deleitó al público con temas propios como "Rescátame". Los más pequeños se pintaron la cara y se entretuvieron con juegos grupales que fomentaban el trabajo en equipo. Este año el tiempo acompañó y con una agradable temperatura, varios centenares de vecinos se acercaron a interesarse por las posibilidades de colaboración que ofrece Cáritas. Si quieren conocer las sedes que hay en el distrito y sus horarios, pueden visitar www.caritasmadrid.org

AGENTE PEUGEOT EN MORATALAZ AMPLIA SUS INSTALACIONES



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



Avda. Dr. García Tapia, 112 - 28030 Madrid * Tl.: 91 439 11 11 - Fax: 91 333 90 08
e-mail: lonjauto@mixmail.com * Servicio de Atención al Cliente de PEUGEOT: 902 366 247

Perdón, ¿cómo dice?

Óptica Rubio imparte una conferencia sobre la prevención de la sordera

Lleno hasta la bandera. Así se encontraba el pasado 3 de junio el Centro de Mayores de Moratalaz (Arroyo Belincoso). Los allí presentes escucharon con interés y en total silencio la conferencia impartida por Juan Cifre, responsable de adaptaciones auditivas de Óptica Rubio.

En ella, Cifre repasó la historia de los audífonos mostrando en una pantalla los rudimentarios artefactos con forma de trompetilla, que antaño se usaban como audífonos. Además animó a todas las personas que sufren problemas de audición a que se sometan a una revisión que Óptica Rubio, ofrece de forma gratuita y que puede solicitar cualquier persona sin compromiso alguno. "Es un problema que poco a poco aumenta y que se puede solucionar fácilmente con los aparatos de ahora" apuntó, remarcando que "la sordera no afecta exclusivamente a las personas mayores, cada vez nos encontramos con más jóvenes que han perdido audición por el volumen de sus auriculares".



El Centro de Mayores de Moratalaz cierra por vacaciones

Pedro López

Se acabó la temporada y con ella las numerosas actividades impartidas por el voluntariado del Centro. Para celebrarlo se celebraron varios actos entre los que destacamos los siguientes :

En la mañana del martes día 26 nos honró con su presencia el Concejal Presidente de la Junta Municipal de nuestro barrio, D.Fernando Martínez Vidal que inauguró la exposición en la que se mostraban los trabajos realizados en los diferentes talleres. Allí departió con la Presidenta del Centro Sra. Alba y el Monitor de Pintura Sr. Cobo. El Concejal dedicó gran parte de la mañana intercambiando opiniones con los alumnos y profesores que exponían sus trabajos. Comenzó su visita en el taller de pintura al óleo, interesándose por la ejecución de las obras de arte que allí se exponían, deteniéndose también a contemplar, el resto de los talleres, como el de Manualidades que dirige Aurora Iglesias.

Ya el jueves día 28 se celebró un gran festival en el Teatro del Centro. Allí brillaron la música a cargo de Augusto y Pedro, la canción española con Alberto, los bailes castizos a cargo de Antonio y Pilar y como no podía ser menos los grupos de sevillanas que dirigen Nora y



Diego. Comenzó el espectáculo con la "Pasarela Moratalaz" donde las alumnas del taller de corte que dirige Pepita Montes lucieron en brillante desfile todos los "modelos" que ellas mismas han creado.

Seguidamente Augusto, con su armónica, deleitó a la concurrencia con escogidas obras de su repertorio, estando siempre acompañado a la guitarra por Pedro.

No podían faltar en estos días tan cercanos a San Isidro el casticismo del viejo Madrid, tan arraigado en todos nosotros. Terminó el espectáculo a modo de apoteosis final, con el cante

de todos los que actuaron, del famoso pasodoble "Y viva España", siendo coreado por todos los asistentes.

Finalizaron estas celebraciones el viernes día 29 con una tarde de teatro a cargo del Grupo que dirige Aurora Fernández.

Pusieron en escena tres populares sainetes. En primer lugar interpretaron "Lo que inventan las mujeres". A continuación "Fablilla del Secreto bien guardado", para terminar con "La echadora de cartas". Y con este espectáculo el Centro de la calle Arroyo Belincoso, cerró un curso que francamente puede calificarse de muy provechoso y brillante.

Susarón

Cervecería Susarón

Susarón

* * * * *

GRUPO: MIEL y CANELA

* * * * *



**GRAN TERRAZA
MENÚS CASEROS
COMIDAS POR ENCARGO
TRATO PERSONALIZADO**



C/ Fuente Carrantona, 55 - 28030 Madrid) - Tel.: 91 751 07 55 (Moratalaz)



**PARA QUÉ
LLENAR
TU PISCINA SI PUEDES
~
BAÑARTE
EN LA DEL VECINO**

DA LO MISMO CÓMO LO HAGAS,
LO QUE IMPORTA ES AHORRAR AGUA.



Canal de
Isabel II



Agua de Madrid. Orgullo de todos.

www.aguademadrid.org

FIESTAS PARA TODOS LOS GUSTOS



Varios miles de personas se pasaron por Moratalaz con motivo de sus fiestas, celebradas entre el 18 y el 21 de junio.

Los principales reclamos fueron las actuaciones de Tam Tam Go! y Nena Daconte, que en la noche del viernes y el sábado respectivamente tocaron en un recinto abarrotado hasta los topes, con jóvenes y no tan jóvenes tarareando sus principales éxitos.

Pero no fueron las únicas actividades ni mucho menos. Los aficionados al cine tuvieron su Gala (ver págs. centrales). El Mercado Medieval estuvo de lo más concurrido durante todo el fin de semana. Las caracterizaciones estuvieron muy trabajadas y los morataleños pudieron sentirse por momentos, paseando por un escenario propio de la Edad Media.

Los más pequeños se divirtieron con Moratalpark, donde se impartieron talleres y pudieron participar en diversos juegos. Además hubo todo tipo de actividades deportivas: partidos de 3 contra 3 organizados por la E.M.F Águilas y amistosos contra el Atlético de Madrid en varias categorías, por parte de la E.D.Moratalaz. Igualmente se disputaron torneos y exhibiciones de pádel, natación, hockey patines, kárate, judo, gimnasia rítmica, tenis y baloncesto.

La Lonja fue el escenario elegido para la concentración de 600, una vistosa iniciativa enmarcada dentro de "Vive los 70" que contó con otras actividades organizadas por varios comercios.

También se entregaron los premios de los certámenes de pintura rápida, fotografía y literatura en el Centro Sociocultural Moratalaz. El Cuerpo de Bomberos y la Sección Canina de la Policía Municipal realizaron sendas exhibiciones ante la perplejidad de los allí presentes.

Bien entrada la noche, los DJ's seguían pinchando mientras un grupo de chicos les seguían con movimientos robóticos, mientras se decían entre sí "lo buena gente que somos, tío". A esa hora, en las casetas de las agrupaciones políticas y de la Asociación de Comerciantes de Moratalaz podían verse a varios de los vocales vecinos, despachando bocadillos y bebidas a todo el que pedía. El fin de fiesta llegó el domingo, con la actuación de Los Mustang, que cantaron varias de sus españolizadas versiones de Los Beatles.

"Ya podían hacer esto más a menudo, por lo menos que nos pusieran un sitio donde estar tranquilos, hablando con los colegas mientras tomamos unas cervezas al aire libre" le confiaba una amiga a otra. Está visto que la Ley Antibotellón, no dejará de ser tema de conversación.

Instantes después el cielo de Moratalaz se tornó de varios colores con los fuegos artificiales que pusieron el colofón a esta edición de 2009.

ENSEÑANZAS IMPARTIDAS EN EL I.E.S. MORATALAZ

C/ Corregidor Diego de Valderrabano, nº 35 - Tel: 91 430 68 09



CICLOS DE GRADO MEDIO:

- Equipos Electrónicos de Consumo
- Gestión Administrativa.
- Farmacia y Parafarmacia.
- Cuidados Auxiliares de Enfermería.

CICLOS DE GRADO SUPERIOR

- Sistemas de Telecomunicación e Informáticos.
- Secretariado.
- Administración y Finanzas.

- Anatomía Patológica y Citología.
- Laboratorio de Diagnóstico Clínico.
- Audiología Protésica.

BACHILLERATO:

- Bachillerato de Ciencias y Tecnología

PROGRAMAS DE CUALIFICACIÓN PROFESIONAL INICIAL:

- Operaciones auxiliares en sistemas microinformáticos

LAS FIESTAS EN IMÁGENES



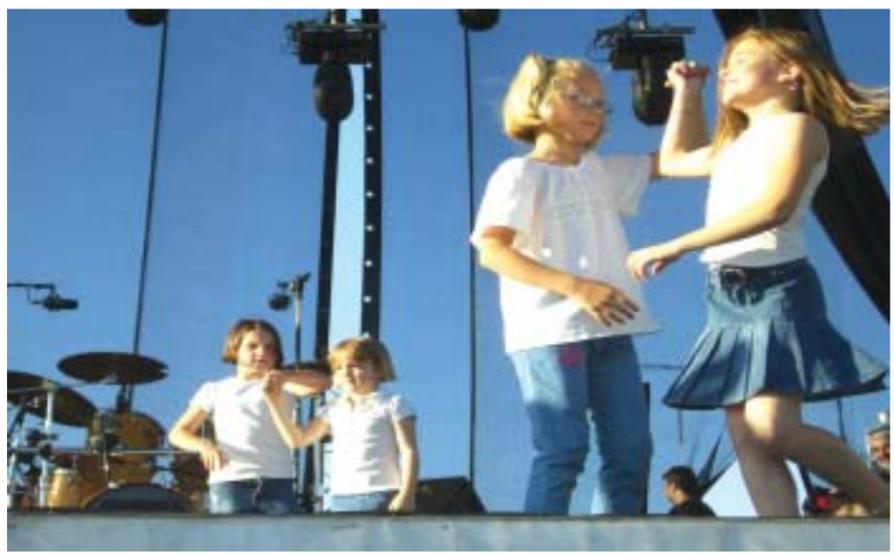
Pintura Rápida



Misa Rociera



Gustavo A. Garrote, Gerente de Bacchvs (Vive los 70)



Actuación de Sevillanas (Asociación Vecinos Este Avance)

II TORNEO DE BRIDGE DE MORATALAZ "ALFREDO QUINTANO"

- Clasificación General:**
- Primera Pareja: Señores de Gómez Morán
 - Segunda Pareja: Vida Llorente - villegas
 - Tercera Pareja: Élices Lòpez - Gallardo

En cuanto a los Asociados Amigos, la clasificación fue la siguiente:

- 1º José Barragán - Martín Alvaro
- 2º Esperanza Velasco - Francisco Olías
- 3º Antonia Rochina - Quite León
- En el Sorteo del Bono Cheque Hotel fué para Rosa Ituriaga
- En el Sorteo de la Prenda de Piel (Peletería Siller) fue para Mercedes Vida Llorente
- Premio Librería Méndez: Carmen Coimbra y Margarita Alfonso / Luís Llorente y Antonio Villafranca
- Cafetería Pub "Azoguejo": Esperanza Velasco y Francisco Olías

También se puede jugar al Bridge hasta los 200 años



Asador Cruz Nevada

Dirigido por la Familia ALBA, antiguos Regentes de la Cafetería-Restaurante Pavones

POR FIN EN MORATALAZ,
LO QUE ESTABAS ESPERANDO:

"GRAN ASADOR CON HORNO DE LEÑA"
"GRAN TERRAZA DE VERANO"
"GRAN VARIEDAD DE RACIONES"
- CENA A LA CARTA A DIARIO -

Reservas - Tel.: 91 371 49 21 (Moratalaz) * C/ Valdebernardo, 26 (28030 Madrid)

LIBROS MÁS VENDIDOS DEL MES

Nº	Título	Autor	Editorial	P. V. P.
1	LOS HOMBRES QUE NO AMABAN	Stieg Larsson	Destino	22,50 €
2	LA CHICA QUE SOÑABA CON UNA CERILLA	Stieg Larsson	Destino	22,50 €
3	LA NIETA DE LA MAHARANI	Maha Akhtar	Roca	19,00 €
4	LOS CONFINES	Andrés Trapiello	Destino	19,00 €
5	CAUTIVA EN ARABIA	Cristina Morato	Plaza & Janés	19,00 €
6	LA SOLEDAD DE LOS NUMEROS PRIMOS	Paolo Giordano	Salamandra	16,00 €
7	EL PAÍS DEL MIEDO	Issac Rosa	Seix Barral	19,50 €
8	HACIA EL AMANECER	Michael Greenberg	Seix Barral	18,00 €
9	LA CRISIS NINJA	Leopoldo Abadía	Espasa	17,90 €
10	UN DÍA DE CÓLERA (BOLSILLO)	Arturo Pérez Reverte	Punto de Lectura	9,95 €

EN LIBRERÍA MÉNDEZ: 5% DE DESCUENTO Y REGALO DE UN LIBRO

C/ Hacienda de Pavones, 8 - Locales A y B - 28030 Madrid

Tlf.: 91 439 30 21. www.libreriamendez.com

VISÍTENOS EN LA AGENDA COMERCIAL DE LA WEB DEL INFORMATIVO DE MORATALAZ:

www.informativomoratalaz.com

YOGA MENTAL Y SALUD EMOCIONAL**" EL SECRETO ESTÁ EN PARAR "**

(Dedicado a Cristina, Raquel, Amanda y M^a. Angeles, eficientes y amables empleadas de la Kutxa en la plaza del Encuentro, 1 de Moratalaz)

Este viejo adagio de la sabiduría oriental tiene más actualidad que nunca en nuestra sociedad de hoy, porque nos da a entender que aunque se lleve a cabo una intensa actividad hay que procurar estar en el centro interno del sosiego. Detenerse no es solamente aquietar el cuerpo, que de por sí ya es difícil sino que la verdadera ciencia de la detención se fundamenta en estabilizar el cuerpo, tranquilizar las emociones, tratar de desconectar de todo y de manera especial silenciar la mente.



La meditación es la técnica que cuenta con más experiencia en el discurrir de varios siglos, mediante la cual se consigue lograr un estado más equilibrado de la mente, porque va depurando adherencias mentales de todo tipo y proporcionando firmeza, lucidez, ecuanimidad y otros estados reconfortantes de salud psicomental. Se consigue entrenándose en el arte de la detención física y emocional, sin lugar a dudas.

Estamos ya en pleno periodo de las vacaciones estivales y es el tiempo de parar en nuestras obligaciones laborales o cualesquiera que sea la actividad, para acercarnos a la playa, la montaña o simplemente viajar a alguna parte, es decir, es el ocio esperado y deseado que trataremos de disfrutar al máximo, pero no es menos cierto también que continuaremos manejando mentalmente preocupaciones, sentimientos y emociones.

Ello obedece, principalmente, a que se ha perdido la sabiduría del ser y del estar y aunque no hagamos nada la mente caprichosa y bulliciosa sigue haciendo su juego, no habiendo aprendido a detenernos, estar tranquilos y a ejercer la sabia actitud de parar, estando necesitados de adiestrarnos psíquica y mentalmente para hallar un espacio en otra dimensión de la mente, con un ánimo más armónico y fecundo para nuestra relación con los demás en un grado más expansivo y tolerante.

Esta es mi modesta reflexión para quienes sientan la necesidad de buscar ese espacio de quietud y aprovechando el caluroso verano que nos ha llegado, dedicar al menos unos minutos diarios para ese reencuentro realmente tan satisfactorio como es liberarse del desasosiego, los pensamientos perniciosos y emociones insanas acumuladas, para alcanzar una sedativa armonía que trasciende a sentir la vida de manera distinta.

¡ Felices vacaciones a todos los lectores del " Informativo de Moratalaz " ¡

Paulino Monje

- Profesor de Yoga Mental y Meditación.
- Especialista en Aulas de Mayores de la CAM.
- Conferenciante, Articulista y Tertuliano de Radio
- Programas Humanistas.

e-mail : paulinomonje@hotmail.com

"El Comentario"

Título: La Mano de Fátima
Autor: Ildelfonso Falcones
Editorial: Grijalbo
P.V.P.....: 24,90.- €

En la opulenta Córdoba de la segunda mitad del siglo XVI, un joven morisco, desgarrado entre dos culturas y dos amores, inicia una ardiente lucha por la tolerancia religiosa y los derechos de su pueblo.

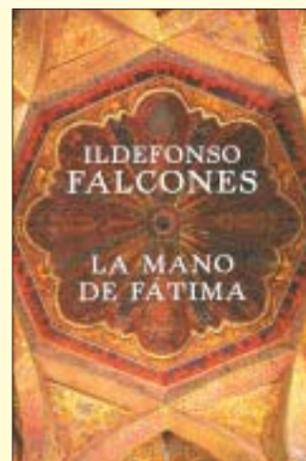
En 1568, en los valles y montes de las Alpujarras, ha estallado el grito de la rebelión: hartos de injusticia, expolios y humillaciones, los moriscos se enfrentan a los cristianos e inician una desigual pugna que sólo podía terminar con su derrota y dispersión por todo el reino de Castilla.

Entre los sublevados se encuentra el joven Hernando, Hijo de una morisca y el sacerdote que la violó, es rechazado por los suyos, debido a su origen, y por los cristianos, por la cultura y costumbres de su familia.

Durante la insurrección conoce la brutalidad y crueldad de unos y otros, pero también encuentra el amor en la figura de la valerosa Fátima, la de los grandes ojos negros. A partir de la derrota, forzado a vivir en Córdoba y en medio de las dificultades de la existencia cotidiana, todas sus fuerzas se concentran en lograr que su cultura y religión, las de los vencidos, recuperen la dignidad y el papel que merecen. Para ello deberá correr riesgos y atreverse con audaces y muy peligrosas iniciativas...

Los lectores de *La Catedral del mar* encontrarán en esta segunda novela de su autor las mismas claves que llevaron al éxito a la primera: la fidelidad histórica, que se entrelaza con un apasionado relato de amor y odio, de ilusiones perdidas y esperanzas que dan sentido a la vida y la lanzan por los caminos de la aventura. De ese modo, su autor construye una trepidante novela que pretende reflejar la tragedia del pueblo morisco, ahora que se cumple el cuarto centenario de su expulsión de España, y que también relata una vida singular, la de un hombre fronterizo y enamorado que nunca se resignó a la derrota y luchó por la convivencia.

Consultar en LIBRERÍA MÉNDEZ

**LA CAÑADA**

La Cañada, 32 - 28030 MADRID
Registro Sanitario 20.26000M

ABIERTO:

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

☎ 91 773 20 26

OFERTA: 10,00 €
POLLO + TORTILLA ESPAÑOLA

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

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

EMPANADAS ESPECIALES GALLEGAS

**EUROTRANS
RENT A CAR**

ALQUILER Y
RENTING DE VEHÍCULOS



Pacífico

www.eurotrans.com.es



10 % de Dcto. presentando este ANUNCIO

LIDER EN ALQUILER Y RENTING DE VEHÍCULOS

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



Estética Especializada
PARREÑO

INNOVACIÓN Y EXPERIENCIA

DEPILACIÓN DEFINITIVA

Belleza y Confort



¡ Haz tu sueño realidad !
Eliminar el vello requiere un tratamiento personalizado realizado por profesionales especializados.
¡ Descubre la sensualidad de tu piel !

UNO DE LOS MEJORES CENTROS DE MADRID DESDE 1989

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

Tel.: 91 430 03 96

**EN EL 012 MUJER
ESTAMOS A TU LADO
PARA AYUDARTE A SALIR
DE LOS MALOS TRATOS.**

Si eres víctima de malos tratos, estamos a tu lado en el 012 Mujer. Allí encontrarás toda la información sobre los recursos que la Comunidad de Madrid pone a tu disposición. Te podemos informar sobre los programas de apoyo psicosocial, orientación y asesoramiento jurídico, ayudas económicas y programas de inserción socio-laboral. Te animaremos a dar el primer paso para empezar de nuevo.



A LA PRIMERA, LLÁMANOS



A Moratalaz, le gusta el cine

El público responde y acude en masa a la gala de entrega de premios del I Concurso de Cortometrajes

Javier Molina

En los años 70, era frecuente que los jóvenes y las familias de Moratalaz, acudieran a los cines que se levantaban por aquel entonces, en las cercanías de la Plaza del Encuentro. 30 años después, nuestro distrito pudo volver a disfrutar del séptimo arte. Y no era una superproducción de Hollywood lo que iban a ver, no había ninguna alfombra roja por donde desfilan, ni se habían enterado del estreno por un anuncio de televisión.

Los espectadores se disponían a presenciar la gala de entrega de premios del "I Concurso de Cortometrajes de Moratalaz" de la que sabían, por haber leído el periódico de su barrio, "El Informativo de Moratalaz" (organizador del evento en colaboración con la Junta Municipal).

Esta es la crónica de lo que pasó.

Una media hora antes de comenzar el acto, algunos vecinos, los primeros en llegar, se asoman tímidamente al salón de actos. Nada hace presagiar lo que sucederá en menos de veinte minutos: decenas de personas abarrotan la entrada preguntando por la hora de comienzo. Mientras en el escenario,

se organizan los últimos detalles, la gente toma asiento.

El telón se abre: lleno absoluto.

El público ha respondido y está, cuanto menos, intrigado por saber qué se va a encontrar en la Cúpula de Pavones.

Paulino Monje, presentador del acto toma la palabra. Comienza a ser una realidad la idea que tuvieron Moisés Rodríguez, director del Informativo, y Alberto Barberá hace más de medio año.

Las intervenciones se suceden: Fernando Martínez-Vidal, concejal-presidente de Moratalaz remarca "la insistencia que habéis tenido en vuestro proyecto" e ironiza "cuando nos referíamos a que la Junta os daría una calurosa acogida, desde luego que no nos referíamos a esto". Y es que el calor fue sofocante, Los aparatos de aire acondicionado estaban estropeados, haciendo aún más meritoria la permanencia de todos los asistentes.

Por fin, se bajan las luces y empieza la función: el turno es para los cortos finalistas de categoría juvenil. Talento e imaginación, se unen en todas ellas,



Agradecimiento especial a Silvosa Hermanos (Floristería). Además queremos expresar nuestro Agradecimiento a los siguientes patrocinadores: - Polideportivo Sagrada Familia - - Vanessa & David's (Zapatos y Bolsos) - Librería Méndez - - Cámara Arte (Enmarcación y Bellas Artes) - Joyería Vinateros - - Cafetería Pub "El Azoquejo" - - Socket 7 (Informática) - - C.C. Moratalaz II - - Amblés Sistemas (Montaje y M. de ascensores) - - Peletería Emilio - - Pollos La Cañada - - Fotógrafos Mora - - Peluquería Canina Marisa - - El Pasaje del Tapeo (Bar Restaurante) - - Clínica Dental Dr. Fco. Javier Rojas - - Trasteros: www.seloguardo.com

A Moratalaz, le gusta el cine

El público responde y acude en masa a la gala de entrega de premios del I Concurso de Cortometrajes



Foto: Almudena Cortés.



rodadas por alumnos de los diferentes colegios del distrito. Y el ganador es... Séptimo Cielo, una obra creada por estudiantes del Senara.

Seguidamente llega el turno de los adultos, con victoria para "Carne de Cañón", una historia que arranca una sonora ovación del público. La calidad de los cortos sorprende a todos por igual. Los premios los entregan dos grandes actores como Jesús Guzmán y Alberto Ferreiro, a los que es de agradecer que colaborasen en nuestro pequeño gran proyecto. En su intervención, Guzmán apunta "detrás de esta gala hay muchísimo trabajo y organización, y así se consiguen grandes cosas. Cuando empezó, el festival de San Sebastián no lo conocía nadie y mirad ahora". Ambos formaron parte del jurado junto a Manuel Sánchez Cid (docente universitario experto en medios audiovisuales), Pedro Loeb (director de cine, guionista y actor), José Antonio González (responsable de eventos culturales de la Junta) y los ya mencionados, Moisés, Paulino y Alberto. Estos últimos, junto a Sara Molina, entregaron además otros premios en diferentes categorías.

Los acordes de Talkin' About amenizaron el final de una gala que concluyó con un pequeño tentempié. Mientras probaba la tortilla, una señora comentaba a su marido "menudas películas tan estupendas, espero que el año que viene podamos repetir". Estaremos encantados de que así sea.

Los Premios tanto como los cortometrajes los podréis ver en nuestra página web: www.informativomoratalaz.com en Radio-Tv Digital Moratalaz.

HABLAMOS CON LOS PROTAGONISTAS DE...**SÉPTIMO CIELO****¿Cómo os enterasteis del concurso?**

Fue gracias a nuestra profesora de procesos de comunicación, Ana Rivera que se entera de todo lo que ocurre en Moratalaz. Ella nos mandó hacer un corto para su asignatura aprovechando la ocasión y de paso nos animó a que lo presentásemos al concurso.

¿Cómo se os ocurrió el argumento de vuestra película?

En principio queríamos reflejar algún problema social, hablar de las drogas o el alcohol pero poco a poco el asunto fue derivando y todos empezamos a aportar ideas para la historia (que habla de un desengaño)

¿Esperabais un resultado así en el concurso?

Para nada, fuimos allí por ver los demás cortos aprovechando que habíamos participado pero no queríamos que viniesen nuestras familias, les dijimos que era una tontería y de repente ¡ganamos!, con toda la gente que participó, no nos lo creíamos.

¿Qué aspecto destacaríais de la gala de entrega de premios?

El calor (risas). No, hacía mucho calor, pero estuvo muy bien. Estaba lleno de gente, pensamos que estarían los responsables del periódico, los de la Junta y los que presentábamos una película con algún familiar pero la cantidad de gente que asistió fue increíble.

**CARNE DE CAÑÓN****¿Cómo os enterasteis del concurso?**

Estábamos en una productora haciendo unas prácticas de audiovisual y nuestro jefe, que es de Moratalaz lo vio en el periódico y nos lo dijo.

¿De dónde sale la idea de esta película?

La idea básica surgió hace dos años, mientras estudiábamos nuestro módulo. Nos acordamos de él y como en su momento nos gustó decidimos presentarlo.

“Carne de Cañón” ha sido un éxito, además del de Moratalaz, acabáis de ganar otro concurso en Almería. ¿Podíais esperar algo así?

No lo esperas. Lo que intentas es poner la máxima ilusión esperando que guste a la gente nuestro trabajo. Además, disponemos de pocos medios y estos premios nos demuestran que el público valora el esfuerzo que hacemos. Es nuestro segundo corto, en el primero (Waiting Room) también nos fue muy bien y cuesta creerlo, pero con una buena idea y trabajo puede conseguirse esto.

¿Qué aspecto destacaríais de la gala de entrega de premios?

El público fue una pasada, y el ambiente y la predisposición de la gente para ver los cortos fueron muy buenos. Nos gustó mucho.

- LA GALA EN IMÁGENES -

Moisés Rodríguez, director del Informativo Moratalaz y Paulino Monje, presentador, durante la gala./ J.M.M



Fernando Martínez-Vidal, concejal presidente del Moratalaz, durante su intervención./ J.M.M



Alberto Barberá y Sara Molina, presentadores del / J.M.M.



La música de Talkin' About puso punto y final a la gala./ J.M.M

NOVEDADES MORATALAZ

X CONCURSO POP ROCK SILIKONA

La X edición del Concurso Pop Rock de Moratalaz continúa viento en popa cada noche de Lunes y Martes, tras el cierre del plazo de inscripción y eso se nota en el último "arreón" de grupos que con un cierto retraso deseaban participar en este tradicional certamen madrileño. En este año se han modificado normas, bases, sistemas de puntuación, etc desde la entrada en Febrero del nuevo equipo de programadores de la Sala, teniendo entre los mismos grupos inscritos, foros y revistas especializadas unas críticas y aceptación muy positivas. Como ya sabéis el concurso se desarrolla cada Lunes y Martes a partir de las 21:00 horas, valiendo cualquier estilo musical, tocando 4 bandas en la primera fase, 20 minutos cada una de ellas, y clasificándose 2 por la votación de un jurado y un tercero por el voto popular del público, que va depositando su veredicto en una urna mediante el ticket de entrada. En una segunda fase, 3 son los grupos que actúan, tocando 30 minutos cada uno de ellos, clasificándose para la tercera fase, uno por votación del jurado y otro por el voto del público. Hasta el momento del cierre de inscripciones las actuaciones se han desarrollado en días alternos primera y segunda fase,

comenzando la tercera ronda (con la misma mecánica que la segunda) a partir del mes de Julio. En agosto descansaremos para que los "supervivientes" cojan fuerzas para unos cuartos de final y semifinales que se auguran emocionantes y que tendrán lugar en el mes de Septiembre. Grupos como: James Bonzo, P-Satori, Phenomenal Cat, Black Eiler, The Burning Bullets, Cromatica Pistona, Somos Nadie... no son más que algunos de los que se citarán en el escenario de Silikona.

Todos han dejado ya su buen hacer y sello de identidad en las primeras eliminatorias y buscan con ilusión y trabajo junto al resto de los grupos clasificados un puesto en la gran final del próximo mes de Octubre, donde seguramente mas de uno podrá tener la posibilidad de abrirse nuevos senderos dentro del panorama musical.

Para cualquier tipo de información al respecto, adicional o la programación general de conciertos:

info@salasilikona.es
jltaberna@fluge.es

91-823.10.50 (Jorge o Jose Luis)



Trade DJ'S SCHOOL CHART

- 1 GURU JOSH - Infinity 2009
- 2 LOONA - Por La Noche (rmx)
- 3 LILY ALLEN - The fear (rmx)
- 4 DAVID GUETTA - Distortion
- 5 R.I.O - When the sun comes down
- 6 ENRIQUE IGLESIAS - Takin Back... (Remix)
- 7 SORAYA - La noche es para mi
- 8 ALLISON HINDS - Roll It Gal
- 9 SASH ft STUNT - Raindrops
- 10 LADY GAGA - Just Dance (H. 'Choo' remix)

LISTA EXITOS MORATALAZ

- 1 - CARLOS BAUTE - Colgando en tus manos
- 2 - PIGNOISE & MELENDI - Estoy enfermo
- 3 - REBECA JIMENEZ - Solo quiero...
- 4 - ALESHA DIXON - the boy does nothing
- 5 - MACACO - Moving
- 6 - LADY GAGA - Just dance
- 7 - KILLERS - Human
- 8 - BEBE - Me fui
- 9 - BEYONCÉ - Halo
- 10 - EFECTO MARIPOSA - Por quererte
- 11 - KATE PERRY - Hot & cold

CONCIERTOS JULIO 2009

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

- MIERC. 01	21:00 h	"EPIDEMIA SIN RUMBO"	
- JUEVES 02	22:00 h	"CONFUSION"	
- VIERN. 03	21:00 h	"LAS CHEERLEADERS ASESINAS" + "FRUTAS Y VERDURAS" + "VEREDA"	
- SABADO 04	22:00 h	"IMPULSO"	
- LUNES 06	21:00 h	"CONCURSO POP ROCK"	2ª Fase - 4 Euros
- MART. 07	21:00 h	"CONCURSO POP ROCK"	2ª Fase - 4 Euros
- JUEV. 09		"ALIOT"	
- VIERN. 10	21:30 h	"KUDAI" + "NAZCA"	
- SABAD. 11	21:00 h	"ÍRAKA" + "ESTADO OSKURO" + "MORENO DEL METAL"	
- LUNES 13	21:00 h	"CONCURSO POP ROCK"	3ª Fase - 4 Euros
- MART. 14	21:00 h	"CONCURSO POP ROCK"	3ª Fase - 4 Euros
- SABADO 18	20:30 h	"DEATH SURRECTION" + "ION"	
- DOMING 19	21:00 h	"MOON TEMPLE"	
- LUNES 20	21:00 h	"CONCURSO POP ROCK"	3ª Fase - 4 Euros
- MART. 21	21:00 h	"CONCURSO POP ROCK"	3ª Fase - 4 Euros
- DOMIN. 26	21:00 h	"SNAKE CHARMER" (Rock Clasico) + "P.L. GIRLS"	

DISCO - BAR SILIKONA

Sala de Conciertos

Plaza del Encuentro, 1. Moratalaz - Madrid

ABIERTO TODOS LOS DÍAS

Tlf. 91 439 72 12 / 91 823 10 50

www.salasilikona.es

EL INCUMPLIMIENTO DEL RÉGIMEN DE VISITAS POR PARTE DEL PROGENITOR CUSTODIO Y LA POSIBILIDAD DE MODIFICAR LA ATRIBUCIÓN DE LA GUARDA Y CUSTODIA.

MAP & ASOCIADOS

ABOGADOS Y CONSULTORES FISCALES
www.map-asociados.es

Cuando necesites que alguien alce tu voz...
Consulta a profesionales especializados

Tel. 91 328 86 06
C/ Primavera de Praga, nº 11 loc.11, 28030 Madrid
e-mail: info@map-asociados.es

Siempre que existan hijos menores de edad o incapacitados, las sentencias dictadas en los procedimientos de separación, divorcio o relaciones paterno-filiales, tanto de mutuo acuerdo como en la vía contenciosa, deben establecer un régimen de comunicaciones y visitas a favor del progenitor al que no se le atribuya la guarda y custodia de los hijos.

El derecho a visitar a los hijos, comunicar con ellos y tenerlos en

su compañía, es un derecho que el artículo 94 del Código Civil atribuye al progenitor no custodio, siendo además una obligación no pecuniaria inherente a la patria potestad y que incumbe a ambos progenitores. No obstante lo anterior, debe considerarse fundamentalmente un derecho de los hijos a poder mantener una relación normalizada con ambos padres.

En no pocas ocasiones, los progenitores son incapaces de mantener una relación

cordial por el bien de sus hijos y, lamentablemente, los menores son utilizados como un instrumento para hacer daño o castigar de alguna manera al otro progenitor.

Entre estas conductas negativas destaca la llevada a cabo por el progenitor que tiene atribuida la custodia de los hijos, conducta consistente en obstaculizar e incumplir reiteradamente el régimen de visitas establecido judicialmente.

Si esta conducta se lleva a cabo de forma reiterada, los menores perderían su derecho a mantener una relación normal y satisfactoria con el progenitor con el que no conviven, situación que puede originar graves perjuicios en su desarrollo afectivo y emocional, llegando a darse en los casos más graves y, especialmente en los niños más pequeños, el denominado Síndrome de Alienación Parental.

Los niños en los que se aprecia este síndrome, desarrollan un rechazo y desprecio hacia el progenitor con el que no conviven, de forma que no quieren mantener ningún contacto con él. Este rechazo no está justificado en ninguna conducta que haya podido llevar a cabo el progenitor no custodio y se debe únicamente a la influencia, consciente o inconsciente, que el progenitor custodio ejerce sobre el menor para que llegue a desarrollar estos sentimientos negativos.

Como siempre sucede en estas situaciones, los hijos son siempre los mayores perjudicados y en aras de garantizar el interés superior de los menores, el ordenamiento jurídico trata de garantizar el cumplimiento del régimen de visitas y comunicaciones en la forma estipulada en el convenio regulador o en la sentencia.

Por ello, la Ley de Enjuiciamiento Civil establece incluso la posibilidad de modificar el régimen de custodia, atribuyéndola a favor del otro progenitor, en caso de incumplimiento u obstaculización reiterada de dicho régimen de visitas por parte del progenitor custodio.

Ante estos incumplimientos, el progenitor no custodio nunca deberá incurrir a su vez en incumplimientos de otras medidas a las que él esté obligado, como la de abonar la pensión de alimentos estipulada, y en caso de que no quede más remedio que acudir a la vía judicial para frenar los incumplimientos, deberá iniciar un procedimiento de ejecución de sentencia.

Este procedimiento puede culminar, tras la celebración de una vista, con una resolución que condene al progenitor que incumple el régimen de visitas al pago de una multa coercitiva, y lo que es más importante, modificando cautelarmente la

atribución de la guarda y custodia de los hijos menores o incapacitados.

Sin perjuicio de lo anterior, el progenitor que se esté viendo afectado por el incumplimiento puede iniciar un procedimiento judicial de modificación de medidas, procedimiento en el que una vez ponderado el interés supremo de los menores, puede llevarse a cabo un cambio de custodia, de forma que los menores pasen a convivir con el progenitor al que inicialmente no se le había atribuido la guarda y custodia.

En este sentido se ha pronunciado recientemente la Audiencia Provincial de Sevilla en su Sentencia de 1 de abril de 2009, sentencia que estima oportuno el cambio de custodia de una menor a favor del padre, debido a los reiterados incumplimientos del régimen de visitas por parte de la madre.

Además, esta conducta está sancionada en el propio Código Penal por lo que puede tener consecuencias penales si se opta por denunciar en esta vía, pudiendo llegar a ser condenado el progenitor incumplidor del régimen de visitas por un delito de desobediencia a los mandatos judiciales.

Mónica Escolar
Abogada
MAP & ASOCIADOS

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..

EL VERANO Y LA SIEGA



La llegada del verano ahora es sinónimo de estar pensando en vacaciones, la playa, la piscina, las fiestas, etc.

Antiguamente en los pueblos que vivían de la agricultura la llegada del verano era la llegada de la época dura de trabajo para toda la familia. Era la recolección de la cosecha.

La siega era la tarea más importante con la que comenzaba la recolección.

Con anterioridad había que preparar los útiles y herramientas para la siega: hoces, zoquetas, hoceros, piedras de afilar, etc.,

Se solían comprar en el mes de mayo o junio en los mercados de los pueblos de alrededor o en las romerías que solían haber en esos meses. Solían haber puestos de venta de estos utensilios, además de vasijas para el agua, serones, alforjas (para llevar la comida y la bebida encima de los animales).

La siega consistía en cortar la mies con la hoz, que se llevaba en la mano derecha y se iba cogiendo con la mano izquierda.

Cada puñado de llamaba manada (maná) y se iba colocando en el suelo.

En la mano izquierda se llevaba colocada la zoqueta, que es una pieza de madera donde se metían tres dedos y parte de la mano, quedaban fuera el índice y el pulgar. Era para proteger la mano de cortes de la hoz.

Con varias manadas juntas se hacía un montoncito que se llamaba gavilla. Se ataba con paja (6 u 8 pajas para cada una) de centeno mojadas y entonces se llamaba haz. En otra ocasión les contaba como se sacaba del centeno la paja más larga para que sirviera para atar las dijes. Esta paja se llama bñlago. Por la noche se dejaba en remojo para que estuviese listo para el día siguiente.

Para transportar las hoces, se metían en una especie de bolsa de esparto, con la forma curva de las citadas hoces que se llama hocero y se llevaba colgada al hombro de una forma segura.

Tampoco podía faltar la piedra de afilar para repasar el filo de la hoz de vez en cuando para que cortase mejor.



Para la siega se madrugaba mucho, se salía de noche de casa para llegar al tajo cuando apenas se veía, para aprovechar las horas de menos calor. Se iba montado sobre mulos, llevando en un saco largo el bñlago para hacer los haces de mies, las alforjas con la bebida (vino y agua) y la comida.

Se solían parar sobre las ocho de la mañana un rato para almorzar, sentados a la sombra, si había, y se continuaba hasta mediodía. Aquí se volvía a casa a comer y después de una siesta de una hora, más o

menos, se volvía a por la tarde a la siega hasta que se hacía de noche.

Alguna gente se quedaba el tiempo de mediodía a comer ya la siesta en el campo, para ahorrarse el tiempo de desplazamiento, pero las horas estas, si no había una buena siesta, hacían mucho calor y no se descansaba.

Se iba a segar desde muy pequeños, sobre los 10 años los chicos, aunque lógicamente el rendimiento era menor que el de un adulto. Yo recuerdo que con esa edad, levantarnos sobre las cuatro de la mañana y montar en un mulo con mi padre o en un burro con mi madre y llegar al lugar de la siega siendo aún de noche. Allí, como iba con mucho sueño, me acostaba sobre una gavilla en el suelo y arropado con una manta y me despertaban cuando ya había salido el sol.

A veces había que buscar jornaleros para que ayudaran en la siega. Podían ser de la zona o de fuera. Solían venir por mi tierra gente de Galicia a la temporada de siega. Si venían un grupo de 5 o 6 personas querían segar solos, no mezclarse con los que les contrataban. Ellos llevaban la gente que segaba y los que iban

atando. Podían acordar el precio por la siega de un terreno o por días de trabajo.

El trabajo de segar era muy duro, pues había que ir segando casi siempre agachado y los riñones solían doler mucho.

Recuerdo cuando empezaron a meterse máquinas segadoras tiradas por mulos. La máquina iba segando y con unas aspas colocadas la mies para que la cortasen unas cuchillas y se iba colocando en una especie de cajón. Cuando estaba lleno una de las aspas lo vaciaba en el suelo, como una gavilla, y después se ataba como cuando se segaba a mano. Quitaban mucho trabajo y se avanzaba más.

Actualmente ha cambiado totalmente este trabajo con la entrada de las cosechadoras. Ya incluso en los pueblos totalmente agrícolas el verano no se parece en nada a los de antes. Solo se parecen en el calor que hace. Afortunadamente el trabajo es mucho menos duro y los niños no tienen que ir a trabajar como antes para ayudar a la familia.

Que tengan FELICES VACACIONES y volveremos en septiembre.

DISTRITO MORATALAZ

LA CIUDAD DE MADRID TIENE SU PUNTO



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

Más información en Lineamadrid

- 010Lineamadrid*
- munimadrid.es
- Lineamadridoficinas

* Para llamadas desde el municipio de Madrid, teléfono 010; desde fuera del municipio 91 528 60 10



CADA DISTRITO TIENE SU PUNTO

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



MORATALAZ FLASH**Noticias Breves****Exhibición canina en el “San Martín”**

Varios perros amaestrados por su dueño “Mariano Martín Sancho”, realizaron una exhibición en el colegio San Martín a principios del mes de junio, que dejó con la boca abierta a todos los escolares que la presenciaron. No importaba el obstáculo ni el recorrido que tuvieran que hacer, cualquier dificultad la solventaban sin ningún problema. Los canes hicieron demostración de su rapidez y agilidad ante un público pequeño en edad pero enorme en su respuesta. Cada ejercicio fue recompensado con fuertes aplausos mientras la incredulidad podía verse en sus rostros.

**El ruido de la M-30 y la M-40, a debate**

Los vecinos de Moratalaz que viven en las proximidades de la M-40 tienen serias dificultades para descansar. Todos los grupos políticos coinciden en que el aislamiento de vegetación que existe en algunas zonas es del todo insuficiente y así lo sustentan varias mediciones de ruido en la zona. El PP solicitó hace dos meses pantallas de protección acústica al Ministerio de Fomento, una petición que ya se ha hecho en otras ocasiones, al que culpan del retraso. Por su parte, el PSOE apuntó a la existencia del mismo problema en la M-30, resaltando que “después de gastarse una millonada, es increíble, que no haya presupuesto para proteger a los vecinos”. Mientras unos y otros se ponen manos a la obra, los sufrientes vecinos seguirán intentando sobrellevar el incesante zumbido de los coches.

Mejores aceras en el “Conde de Arruga”

Los 341 escolares que cursan sus estudios en el C.P. Conde de Arruga, situado en Hacienda de Pavones, 105, han visto ensanchadas sus aceras de cara al próximo curso. De esta manera se intentarán reducir las aglomeraciones de padres y madres esperando a sus hijos a la salida del centro. Además se ha instalado un muro de contención para evitar que el espacio, por el que acceden vehículos y servicios de emergencia, se embarre en época de lluvia. Igualmente la Junta ha solicitado a Patrimonio Verde el ajardinamiento de esta zona. Por otro lado, se han instalado badenes en el paso de cebrá próximo al I.E.S. Felipe II, que cada día cruzan unos 500 estudiantes, tal y como solicitó su directora, Pilar García.

*** HORÓSCOPO *****JULIO 2009 - “CÁNCER”**

Lectura y curso práctico de **TAROT**
Si deseas aprender a leer cartas o necesitas una lectura de Tarot, infórmate en el
Tel.: 917737925.
Acupuntura y meditación a domicilio.
Moratalaz - MAITE GALIANA.

El Sol transitará por el signo de Cáncer del 22 de junio al 22 de julio. Los signos de agua (Cáncer, Escorpio y Piscis) estarán muy favorecidos por esta posición solar.

El signo de Cáncer está regido por la Luna y por todos es sabido que la Luna afecta, de manera muy especial, nuestras emociones y sentimientos. Tendremos Luna llena el martes 30 de junio, para esta fecha recomiendo no abusar del alcohol porque se podría meter la pata considerablemente. Por otra parte la Luna estará en Cáncer los días 20, 21 y 22 de julio. Los sentimientos estarán muy a flor de piel y conviene reflexionar antes de decidir nada. Será un buen periodo para el descanso y el disfrute de la vida familiar, si se puede, pero sobre todo contar hasta 100 y valorar si realmente vale la pena intervenir en determinados asuntos.

Tendremos también una conjunción entre Júpiter y Neptuno que podría exaltar todo lo relacionado con la vida espiritual y los ideales, además, la interacción positiva de Venus con estos dos planetas favorecerá todo lo relacionado con la vida sentimental y el amor. Podrían surgir romances y amores de donde menos se sospeche.

Cáncer ocupa la 4ª casa en la rueda del zodiaco, íntimamente relacionada con el hogar. De ahí que Hestia sea la diosa mitológica más cercana a este signo.

[...]La gloria de Hestia consiste en que es la única de los grandes Olímpicos que nunca interviene en guerras o disputas. Además, como Artemis y Atenea, ha resistido siempre todas las invitaciones amorosas de los dioses, Titanes y otros, pues después del destronamiento de Cróno, cuando Poseidón y Apolo surgieron como pretendientes rivales, juró por la cabeza de Zeus permanecer siempre virgen. Por ello Zeus, agradecido, le concedió la primera víctima en todos los sacrificios públicos, pues había mantenido la paz del Olimpo.

Priapo, borracho, trató en una ocasión de violarla en una fiesta campestre a la que asistían los dioses, cuando todos se habían quedado dormidos por hallarse ahitos; pero un asno rebuznó fuertemente. Hestia se despertó, gritó al ver que Priapo estaba a punto de echarse sobre ella y le hizo huir corriendo presa de un terror cómico.

Es la diosa del Hogar y en todas las viviendas particulares y casas municipales protege a los suplicantes que acuden a ella en busca de protección. Hestia es objeto de una veneración universal, no sólo por ser la deidad más benigna, recta y caritativa de todas las olímpicas, sino también por haber inventado el arte de la construcción de casas; su fuego es tan sagrado que si se enfría un hogar, ya sea por accidente o en señal de duelo, se reavivan las llamas con la ayuda de una rueda de encender.

ARIES (Del 21 de Marzo al 21 de Abril)

Podrías estar un poco melancólico, deja atrás el pasado, este es un precioso momento para disfrutar.

Salud.....bien
Dinero.....escaso
Amor.....añoranza
Tarot.....La Luna

TAURO (22 Abril a 22 Mayo)

Tendrás que prestar más atención a la alimentación.

Los hijos requieren tu cuidado
Salud.....ojo con los tóxicos
Dinero.....gastos
Amor.....bien
Tarot.....El Mago

GÉMINIS: (23 de Mayo al 22 Junio)

No te sorprenderá que las cosas no salgan según lo previsto, te has esforzado poco y lo sabes.

Salud.....mala circulación
Dinero.....bien
Amor.....regular
Tarot.....El Colgado

CÁNCER (22 de Junio al 22 Julio)

Parece que reinara la paz en este periodo y tus miedos quedarán difuminados. Mejoría en el trabajo

Salud.....nervios
Dinero.....Bien
Amor.....bien
Tarot.....La Estrella

LEO (23 de Julio al 23 Agosto)

Podrías viajar y al tiempo tener una sensación de insatisfacción procura estar presente en cada momento para ser feliz.

Salud.....visitas médicas
Dinero.....bien
Amor.....excelente
Tarot.....La Fuerza

VIRGO (23 de Agosto al 22 Septiembre)

Periodo muy importante para hacer amistades o conocer a esa persona especial que estabas esperando. Atrévete.

Salud.....la piel
Dinero.....bien
Amor.....excelente
Tarot.....La Rueda de la Fortuna

LIBRA (23 Septiembre al 22 Octubre)

Andas un poco confundidillo, el trabajo, la familia, la economía, el amor, relájate que todo va por buen camino.

Salud.....obsesiones
Dinero.....bien
Amor.....bien
Tarot.....El Emperador

ESCORPIO (23 Octubre a 22 Noviembre)

Los hijos seguirán dándote algún disgusto. Parece que tus expectativas económicas no se realizan de momento.

Salud.....ansiedad
Dinero.....bien
Amor.....frio
Tarot.....La Templanza

SAGITARIO (23 Noviembre al 21 Diciembre)

Después de un periodo bastante revuelto parece que la paz llega a tu vida. Evita las recaídas emocionales.

Salud.....las manos
Dinero.....bien
Amor.....tranquilidad
Tarot.....La Sacerdotisa

CAPRICORNIO (22 Diciembre a 21 Enero)

La pareja y las reuniones sociales, el cuidado de los hijos o los padres, ocuparan gran parte de tu tiempo.

Salud.....Los pies
Dinero.....bien
Amor.....te quieren
Tarot.....La Emperatriz

ACUARIO (22 Enero al 19 Febrero)

Procura comer alimentos muy frescos y bien lavados. Viajes con amigos en los que surgirá el amor si aun no lo hay en tu vida.

Salud.....gastroenteritis
Dinero.....justo
Amor.....excelente
Tarot.....La Justicia

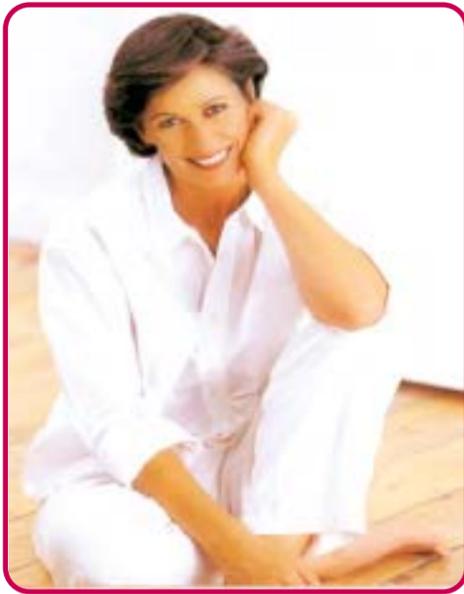
PISCIS (20 Febrero al 20 Marzo)

Periodo dedicado al trabajo. Te vendría bien un poco de meditación, dedícate algo de tiempo.

Salud.....la espalda
Dinero.....bien
Amor.....bien
Tarot.....El Sumo Sacerdote



Estética Especializada
PARREÑO



**CENTRO LÍDER, SIEMPRE
A LA VANGUARDIA DE
LA ESTÉTICA PROFESIONAL**

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

CONTRA EL AUMENTO DE PESO ABDOMINAL: VIENTRE LISO DHEA



Tratamiento vanguardia, capaz de reactivar los principales mecanismos, de **rejuvenecimiento** de las mujeres.

El uso de **fórmulas** enriquecidas con **fitohormonas** (DHE) asociadas a un potente **activo adelgazante**, permite la lucha contra el aumento de la **grasa abdominal** característica de la **menopausia**. (Los estrógenos ejercen una acción doble en la fabricación de las grasas: activación de la lipólisis e inhibición de la lipogénesis. Con la menopausia, la acción de los estrógenos en las grasas desaparece, el cuerpo se transforma).

**INNOVACIÓN y EXPERIENCIA
(DESDE 1989)**

Tel.: 91 430 03 96

SALVADOS

La Escuela Deportiva Moratalaz consigue mantener la categoría tras una notable temporada

“Nuestro objetivo es mantener la categoría y no va a ser nada fácil con los equipos que hay”. Estas fueron las declaraciones de José Pombo, entrenador de la E.D. Moratalaz, al comienzo de la temporada. En ellas expresaba el sentir de todo el club, el deseo de mantenerse en Preferente después de haber conseguido un trabajado ascenso la campaña anterior. Competía un equipo novato en la categoría, con una plantilla joven y con menos medios que la mayoría de sus rivales. Eso sí, con un cuerpo técnico y unos jugadores convencidos de sus posibilidades.

Terminada la temporada su confianza se ha visto reflejada con la salvación. Los negros, que han conseguido una más que meritoria 12ª posición con 40 puntos, disputaron la última jornada sabiendo que fuese cual fuese el resultado, el descenso no podía alcanzarles. Esas cuatro plazas con billete de vuelta a



Primera Regional serán ocupadas por Atlético Leones-Castilla, C.F. Gandario-Sanse, C.D. Montijo-San Antolín y S.A.D. Galáctico Pegaso Tres Cantos.

Los de Pombo llegaron a la penúltima jornada después de encadenar dos derrotas consecutivas. Jugaban en casa, bajo el calor de su público y

además de ganar debían esperar que la Unión Adarve venciera al Alcalá “B”. Estas dos condiciones se produjeron y “La Dehesa” se convirtió en una fiesta, con afición, jugadores, cuerpo técnico y directiva celebrando juntos una hazaña para la que todos han aportado su granito de arena

Las torres de tendido eléctrico se soterrarán

Un poste eléctrico, situado frente a los portales de las calles Cañada, 15 y Hacienda de Pavones, 81 debe ser soterrado.

Es una reivindicación vecinal, pero no la única ya que hay otros postes de tendido eléctrico por el barrio, construidos con los primeros edificios de Moratalaz, que tendrían que ser soterrados siguiendo la legislación vigente. Así lo reconoció el concejal-presidente, Fernando Martínez Vidal, durante el pleno del pasado mes de junio. La oposición se encargó de recordarle a Vidal la necesidad de su retirada y el peligro que pueden entrañar resaltando que “ya lleva usted dos años en el distrito y algo más podría haber hecho, como el concejal del barrio de Salamanca que ya se ha reunido con las empresas pertinentes (Iberdrola y Unión Fenosa) y ha hecho desaparecer este obsoleto tendido”.

El concejal replicó diciendo que “ya me he reunido con Unión Fenosa en varias ocasiones y si fuese tan fácil ya no existiría ningún poste, pero se deben seguir unos trámites para su soterramiento”.

DE PARTICULAR A PARTICULAR

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

INMOBILIARIA

REGALOS

TRABAJO

DEPORTE

MUSICA/SONIDO

SERV. DOMESTICO

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

El Informativo de Moratalaz:
"El Periódico de tu Barrio"*Muchas gracias a todos
por compartir su lectura.***"FELICITACIONES"**

QUEREMOS FELICITAR A NUESTRO PAPÁ ANTONIO QUE ES SU CUMPLEAÑOS, DE SUS HIJOS ANGEL Y CARLOS. "TODOS TE QUEREEEMMOOSSS"

VENDO:
PISO / LOCAL / GARAJE...**MORATALAZ.-** Vendo local para negocio. Sala de espera con recepción, office y tres despachos completamente equipados. 45m Planta baja con acceso desde la calle. Junto a metro Artilleros. Precio negociable. Tfno 607.281.032**MORATALAZ.-** Vendo piso 9º de 163 m2 con 4 dormitorios, 2 cuartos de baño completos, cocina con office, gran salón, 2 terrazas, a/a, 6 armarios empotrados, todo exterior, piscina, paddel, zona infantil, garaje y trastero. Vigilancia 24 horas. 7 años de antigüedad. 450.749 € Tfno.- 605.364.606**MORATALAZ.-** Se Vende Piso en C/Marroquina (L8), tres habitaciones dos cuartos de baño sala n independiente, office, cocina y plaza de garaje incluida en el precio. Precio: 270.000 € Tel.: 605.968.597**MORATALAZ.-** Vendo plaza de garaje, Parking La Lonja, C/ Marroquina: 16-20, vigilancia permanente. Tel.: 629.360.426**ESTRELLA (Barrio).-** Se venden trasteros de 20 m2, totalmente reformados de suelo y pintura. Tel.: 651.04.74.29**ALQUILO:**
PISO / LOCAL / GARAJE...**MORATALAZ.-** Alquiler local para negocio. Sala de espera con recepción, office y tres despachos completamente equipados. 45m Planta baja con acceso desde la calle. Junto a metro Artilleros. 600 euros comunidad incluida. Tfno 607.281.032**BARRIO DE LA ESTRELLA.-** Alquiler plaza de garaje muy grande a pie de ascensor en calle Los Astros en el Barrio de la Estrella al lado de la galería comercial. Vigilancia 24 horas. 90 euros llamar al 619.23.97.86**MORATALAZ.-** Alquiler plaza de garaje en el parking de la lonja, calle marroquina. Coche mediano. Vigilancia 24 horas. 95 euros. Llamar hasta 21 horas al Tel.: 635.066.720**MORATALAZ.-** Alquiler piso en moratalaz. Zona centro. Junto al centro cultural el Torito. Semiamueblado. Tres habitaciones, cocina y baño. Nómina. Tel.: 653.684.860. Precio: 700 euros**MORATALAZ.-** Se alquila piso en Moratalaz. 75 m2, 3 habitaciones / 1 cuarto de baño. 3ª planta sin ascensor. Calefacción central. Tel.: 636.611.152 - 91 773.36.33**MORATALAZ.-** Se alquila habitación para caballero en zona bien comunicada y tranquila. Tel.: 91 430.32.04**MORATALAZ.-** Sea alquila piso en Vinateros, Urbanización Osa Menor, al lado de Hacienda. Piso de 2 habitaciones, totalmente reformado. Precio: 700 € al mes. Necesito nómina y aval. Tel.: 91 437.20.34**ASTURIAS (Ribadesella).-** Alquiler apartamento, 2 dormitorios, casco histórico, cerca playa, económico. fines de semana desde 70 € Puentes: 110 € Quincenas: 250 € Tel.: 600.658.400**LOPAGAN (Mar Menor).-** Alquiler apartamento amplio con 3 dormitorios dobles a 80 metros de la playa. Tel.: 91 437.04.51 - Móvil: 679.665.883**ALCOCEBER (Castellón).-** Alquiler apartamento la quincena del 11 al 25 de julio 2009: piscinas, zonas ajardinadas, servicios y limpieza. Económico. Tel.: 91 301.42.30 - Móvil: 616.32.96.15**GANDÍA.-** Alquiler apartamento playa de Gandía, 2 dormitorios, 4 camas y un sofá-cama, piscina, todo amueblado. Tel.: 91 773.84.01**GANDÍA.-** Alquiler estudio 3-4 plazas. Económico, piscina, equipado, 150 m. playa. Quincenas/semanas. A partir del 30/08, antes ocupado. Tel.: 649.77.68.11**CULLERA (Valencia).-** Se alquila piso de 3 habitaciones, amueblado, tv, lavadora, exterior con terraza. Económico. Cualquier época del año. Tel.: 91 730.65.10 (Llamar tardes y/o noches).**ROPA**

Vendo corte de tela de visillo en blando para confeccionar muy bonito. Medidas 5,50 por 3 m. Precio a convenir. También vendo manpara de baño para ducha frontal de 90 cm en tres hojas. Blanca con espejo central. Acrílico. 100 € Tel.: 667.026.204

Vendo traje de esquí, talla 38, nuevo, chaqueta y pantalón (predomina color amarillo). Pantalón esquí talla 38 azul marino estrecho. Tel.: 696.576.870

MOBILIARIO

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

Colchones (3), marca Pikolín: 225 € Otro marca Aspol: 110 € Colchón Flex Junio: 90 € Impecable estado. Tel.: 91 772.35.92

VARIOS

Vendo bicicleta para niño/a de 5 a 8 años ruedas 20" (500 mm), frenos v-brake, sillin y manillar regulables en altura, cierre rapido rueda delantera, portabidón. Perfecto estado. Precio 36 euros. Contactar con el Tel.: 91 430.69.98

Vendo trona marca chico, nueva, plegable, bandeja extraíble, varias posiciones, reclinable. Precio: 40 € negociables. Tel.: 696.576.870

CENTRO
DE PSICOLOGÍA
MORATALAZPSICOLOGÍA CLÍNICA Y LOGOPEDIA
NIÑOS, JÓVENES Y ADULTOS

CONSULTA PREVIA PETICIÓN DE HORA

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

Cmno. VINATEROS 126, 1º B - 28030 MADRID
E-mail: paulasanz@mi.madridtel.es**"VANESSA & DAVIS"**

Las Mejores Rebajas en todas tus Firmas

TOMMY HILFIGER
CLARKS
GEOX
STONEFLY
JAIME MASCARÓ
PEDRO MIRALLES
.....ANTES DE IR AL CENTRO, VISITA TU TIENDA:
"TODAS TUS FIRMAS MÁS CERCA DE TÍ."Marroquina, 40
91 439 10 16**SUPER-REBAJAS**Vinateros, 119
91 773 23 89**WWW.MORATALAZ.COM**

GUIA DE SERVICIOS

MORATALAZ

y Col. de Valdebernardo

670 77 77 57

AMBLÉS SISTEMAS S.L.



MONTAJE Y MANTENIMIENTO DE ASCENSORES E INSTALACIONES ELÉCTRICAS.

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



POMAR

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

Financiamos hasta 12 meses sin intereses

FINANCIACIÓN
HASTA EN
36 MESES

MUEBLES DE COCINA Y BAÑO
- FRENTE E INTERIORES DE ARMARIOS
- MAMPARAS DE BAÑO
TODO A MEDIDA

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

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

WEB: www.mueblespomar.com

Vendo un PC Pentium II, económico, 2 impresoras lexmark económicas y bastantes revistas de informática con CD'S. Tel.: 91 439.45.38

Máquinas de escribir manuales (2) marca Olivetti una modelo Studio 46 y otra letrea 10, ambas con sus maletines. Precio a convenir. Tel.: 91 772.35.92

Vendo Electro-Estimulación, con Ionización de "SORISA" con sus placas: 260 € Fundidor cera grande 2 senos con su mesita: 125 € Vapor pie: 70 € Regalo Camilla, estantería, mesa auxiliar biombo 2 cuerpos, tocador en balcón nuejvo de 2,42 m. de largo y un espejo de la misma medida todo viselado. Tel.: 91 430.21.98 - Móvil: 696.57.55.51

TRABAJO

... Demandas ...

Se ofrece chica para trabajar por horas en limpieza de domicilios, oficinas, etc. Con experiencia. Llamar al Tfno. 647.152.131 (por las tardes).

Se ofrece chica para limpiar por horas en domicilios, oficinas..... Con experiencia e informes. Tfno. 676.152.131 (por las tardes).

Señora seria, responsable con buenos informes se ofrece para trabajar por horas en limpieza, plancha llamar al 91 223.56.88

Señora ucraniana con experiencia y permiso de trabajo, busca trabajo en servicio doméstico por horas, miercoles y jueves por la mañana. Referencias. Tel.: 654.698.177

Chica búlgara muy responsable busca trabajo por horas o externa en tareas domesticas... Tel.: 620.746.843

Chica rumana 25 años busco trabajo por la mañana, por la tarde o jornada completa en tareas domesticas, cuidado de niños o personas mayores. Disponibilidad inmediata. Nº de Tel: 687.176.277

Se ofrece chica para trabajar por horas en limpieza a domicilios, oficinas... con informes y experiencia. Tel.: 647.151.132

Señora española, responsable, con experiencia, se ofrece para planchar o cuidar niños los fines de semana. Tel.: 91 772.11.81 - Móvil: 645.892.527

Necesito trabajar como externa por la mañana o por la tarde, como limpieza o plancha, cuidado de niños o mayores. Tel.: 660.745.982

Chica auxiliar de enfermería cuida ancianos o personas mayores a domicilio. También realiza limpieza a domicilio y plancha. Referencias. Llamar al Tel.: 925.52.45.20. Preguntar por Mariela.

Señora seria y responsable, busca trabajo a partir del viernes de las 13:30 horas y todo el fin de semana, en limpieza o cuidado de personas mayores. Contactar con Mary al Tel.: 622.792.597

Chica rumana, 24 años, seia y responsable, diplomada en Educación Primaria, con carnet de conducir, busca trabajo en cuidado de niños, limpieza, plancha por horas o permanente. Tengo experiencia y referencias comprobables. Adela-667.444.001.

Señora seria y responsable busca trabajo por horas. Tel.: 669.785.395

Chico rumano, 26 años, seio y responsable, busca trabajo como carpintero, tengo herramientas y coche propio, experiencia de 4 años y referencias comprobables; también como peon, ayudante en construcciones, vigilante o lo que surja. Urge. Nicolas-664.638.955

Chico sero y responsable, busca cualquier trabajo. Tel.: 669.785.395

AMISTAD

=====

Señora, sensible, sincera, con trabajo estable... desea conocer a caballero culto y con características similares entre 55-60 años para amistad. Abstenerse ligues y aventuras. Escribir a Srta. María, C/ Cañon del Rio Lobos, 7 E - 4º C - 28030 Nadrid o dirección de correo electrónico: marilunadelcarmen@yahoo.es

MOTOR

=====

Vendo Ford Sierra. Impecable interior y exterior. Con itv pasada, seguro hasta el mes de octubre, con impuesto de circulación recién pagado. Gasolina. Menos de 100.000 km. Precio negociable. Tel.: 647.148.581

Se vende Renault 4L, color rojo. 22 años. Precio: 1000 € Tel.: 91 751.28.35 - Móvil: 630.680.653

Vendo Hyundai-110, seminuevo, año 2008, 5 puertas, techo solar, aire acondicionado, dirección asistida, airbag, cierre centralizado, elevallunas eléctrico, llantas de aleación, cargador de CD y MP3. Llamar al Tel.: 661.93.90.51

SABOR ASTURIANO EN MORATALAZ



Una sidrería asturiana a más no poder. Es lo que van a encontrarse todos los vecinos que acudan a la inauguración el viernes 5 de junio (a las 20.30 horas) a "LA SIDRERÍA", en Fuente Carrantona, 55. El ambiente, los interiores cuidados al más mínimo detalle y los productos les harán sentir como si estuviesen en cualquier sidrería de Asturias. A partir de ahora ya lo saben, si quieren ver en primera persona el auténtico childe asturiano, no hace falta que salgan del barrio.

EL PASAJE DEL TAPEO

TAPAS - RACIONES

MENÚ DEL DÍA - MENÚ FAMILIAR CON TRES PLATOS

MENÚ INFANTIL - CARNES Y PESCADOS FRESCOS

SELECCIÓN DE VINOS DE CALIDAD

C/ Munich, S/Nº (Esq. C/ Laponia, 1)
MORATALAZ 91 772 14 22



OFERTA TEMPORADA 2009:
1 Ensalada del Pasaje y
12 Chuletillas de Lechal:
Precio: 20 €

MARISCO GALLEGO DE
ENCARGO. "HACEMOS
PRESUPUESTO"

ADMINISTRACIÓN DE FINCAS GRUPO INMOBILIARIO



COMUNIDADES DE
PROPIETARIOS

COMPRA - VENTA - ALQUILER
PISOS - LOCALES - CHAETS...



ESTEFANÍA TOLEDANO SUAREZ
COLEGÍADA 4599 91 430 14 44

PZA. CDOR. SANCHO DE CÓRDOBA, 3

FARMACIAS DE GUARDIA: MES DE JULIO

Día 01: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)

Día 01: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 02: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 02: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 03: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)

Día 03: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 04: Fuente Carrantona, 47 (de 9,30 a 9,30 h.)

Día 05: Av. Moratalaz, 101 (de 9,30 a 23 h.)

Día 05: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 06: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 06: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 07: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)

Día 07: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 08: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 08: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 09: Cº Vinateros, 4 (de 9,30 a 23 h.)

Día 09: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 10: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 10: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 11: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)

Día 11: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 12: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)

Día 12: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 13: Av. Moratalaz, 101 (de 9,30 a 9,30 h.)

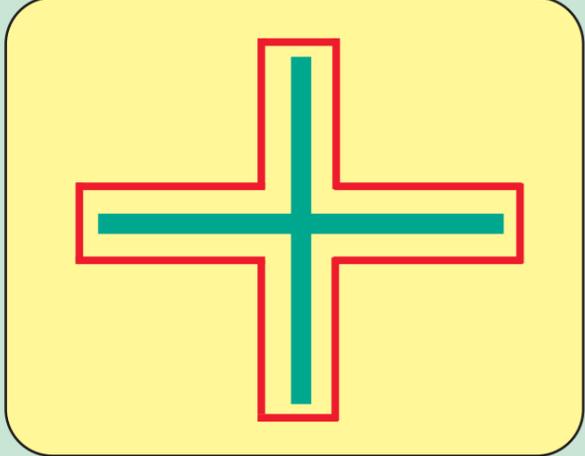
Día 14: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 9,30 h.)

Día 15: Pico de Artilleros, 56 (de 9,30 a 23 h.)

Día 15: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 16: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 16: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)



Abierta 24 horas:
Fuente Carrantona, 47

Día 17: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 17: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 18: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 18: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 19: Laguna Negra, 13 (de 9,30 a 23 h.)

Día 19: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 20: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 20: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 21: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 21: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 22: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 22: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 23: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 23: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 24: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 24: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 25: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 25: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 26: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 26: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 27: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 27: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 28: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 28: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 29: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)

Día 29: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 30: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 30: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 31: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)

Día 31: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Tratamiento del dolor de espalda con fisioterapia

Si usted nos consulta por un **dolor de espalda** el primer paso sería recoger toda la información sobre su problema actual, antecedentes, estado de salud general...etc, en lo que nosotros llamamos "anamnesis". Este paso es muchas veces incomprendido por el paciente y menospreciado por la medicina actual, pero para mí resulta de vital importancia extraer los datos de manera correcta, ya que en ellos encontraremos la base para que nuestro trabajo sea efectivo. Por ejemplo, las características del dolor (nocturno, diurno, constante, difuso, localizado, punzante...etc) nos dicen si se trata de un proceso inflamatorio, mecánico o si se trata de un dolor que nosotros identificamos como una "red flag" (bandera roja en español). Así sabré si puedo ayudarle con su problema o si debo derivarle a otro profesional sanitario.

Desde el inicio la anamnesis nos está orientando claramente en una dirección u otra de tratamiento. Además, obtenemos datos de la salud general del paciente, de sus factores de riesgo según su estilo de vida o de los factores que pueden

estar agravando el problema. Ejemplos de estos factores son la postura, el trabajo, factores psicológicos y emocionales propios, si realiza o no ejercicio físico habitualmente, grado de afectación en sus actividades diarias, etc.

Después realizo una inspección visual en la que vamos a observar la postura global de la persona, desequilibrios musculares, color de la piel, sudoración, etc.

Yo personalmente observo la movilidad. Pero no sólo la cantidad de movimiento, sino la manera en la que se mueve, intentado buscar el movimiento que resulta dificultoso. En este punto hay que explicar que los movimientos pueden ser de dos clases: efectuados libremente por el paciente o efectuados por el fisioterapeuta sobre el cuerpo del paciente pero sin que éste intervenga. En ambos casos puede suceder que los movimientos estén limitados o que exista un exceso de movimiento que comprometa la estabilidad de la articulación. Este punto es muy importante ya que, se ha demostrado con diversos estudios clínicos, que es muy

importante el estado en que se encuentra la musculatura de la columna, tanto a la hora de mantener la postura, como al realizar los movimientos que le son propios.

Y aquí comienza su trabajo, cuando yo le propongo una serie de ejercicios que pueden ser de fortalecimiento de determinados músculos o de estiramiento en los casos necesarios. En el caso concreto del dolor de espalda, según mi experiencia, que es de once años de trabajo y en un país como España, la salud aquí se entiende como algo externo a la propia persona y que es responsabilidad exclusiva de los profesionales sanitarios, ya sea el fisioterapeuta, médico, etc.... Pero yo creo que para conseguir que todas las personas gocen de un estado de salud óptimo es necesario que participen activamente. Por todo esto, conseguir que los pacientes comprendan su problema de salud, saber los factores que pueden hacer que mejoren o empeoren y responsabilizarse de mantener su cuerpo y su mente en perfecto estado, es mi objetivo principal.

Fisioterapeuta Colegiada

MAINOS
Centro de Fisioterapia



91 - 430 25 74

Osteópata

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

con cita previa:
91-430 25 74 o **639 42 59 51**
c/ Arroyo Bellinoso, 5 local 3
28030 Madrid - Moratalaz
Metro Vintateros - Línea 9

No se trata de realizar un tratamiento de manera correcta y obtener buenos resultados a corto plazo, sino de realizar también prevención y promoción de la salud para que el problema se repita lo menos posible. A medio y largo plazo esto es tener éxito en un tratamiento de fisioterapia, conseguir que el paciente lo maneje correctamente por sí mismo y sólo acuda a tratamiento de manera puntual para mantener y revisar su evolución. El ejercicio físico de manera controlada resulta ideal en estos momentos donde los dolores de espalda, y concretamente las lumbalgias son el motivo principal de baja laboral.

Es necesario que comprendamos que una vida sedentaria no resulta beneficiosa para nadie, independientemente de su edad. En nuestro centro nos preocupamos de esto con clases de yoga y danza del vientre para mujeres y para mujeres embarazadas.

En el próximo número hablaré sobre las lumbalgias y su relación, entre otros, con un músculo abdominal muy importante que es el transverso del abdomen. .

Fdo. Ana Mª Cruz Crespo
Fisioterapeuta de
Centro de Fisioterapia
MAINOS



AFAEMO ESTRENA WEB Y DIRECTIVA



Ya han transcurrido cuatro años, tenemos nueva Junta Directiva y nueva Presidenta. Concepción Gascuña le pasa el testigo a Pilar Sánchez que ha sido elegida Presidenta con motivo de las elecciones realizadas en Junta General el día 13 de mayo.

Ahora, haciendo un balance, tenemos que darle las gracias a Concha (como la llamamos todos) por estos fructíferos años de dedicación y continuos desvelos en beneficio de nuestra Asociación, siempre acompañada de Sagrario (la Secretaria), ambas, a la busca y captura de subvenciones y,



aparte de las actividades y talleres que durante este mandato se han realizado, ha habido mejoras, como el cambio de local y reforma del nuevo y un largo etc., que por no cansar se puede ver reflejado en las

memorias de estos años. También es de agradecer la ayuda que han prestado el resto de la Junta saliente y algunos usuarios. Otra noticia importante es, que ya tenemos **web..... en la Asociación**

www.afaemo.org, ésto ha sido gracias a las gestiones realizadas por Miguel Martínez con C2 Intelligent Solution, quienes nos han permitido que tengamos un medio para poder ser más visibles

a través de esta página y darnos a conocer como Asociación, con el fin, siempre, de poder ayudar a este colectivo tan vulnerable, necesitado de comprensión y a la vez agradecido.

Sólo nos queda, dar la bienvenida a la nueva Junta Directiva, que esperamos siga con el mismo entusiasmo con que se ha trabajado en los periodos anteriores, Presidencia de Josefina Aneiros y la siguiente de Concha Gascuña.

¡Feliz Verano!
a todos nuestros vecinos;
socios y usuarios.

Fútbol total



José Manuel Grande

Nadie podía imaginar el enorme equipo en que se iba a convertir el Barcelona este año. Bajo la batuta de Pep Guardiola, al que muchos consideraban poco preparado para el cargo, los azulgranas han vencido y convencido. Grandes intérpretes en una orquesta que semana tras semana, aburría con su juego a cualquier rival. Copa, Liga y Champions han sido la tarjeta de presentación del entrenador catalán en su primer año en la élite del fútbol mundial. Bravo

www.comoulises.es.tl





DISTRITO MORATALAZ

Julio 2009

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

Línea **madrid** oficinas
C/ Fuente Carrantona 8 • CP-28030

Más información en:
www.munimadrid.es
010 Línea **madrid**

C.C. El Torito

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

CONFERENCIAS

Ciclo "El impresionismo, un nuevo concepto de luz"
Miércoles 30 de Septiembre, a las 18:30 horas
Conferencia: El impresionismo. Conocer un Estilo

C. Sociocultural Eduardo Chillida

C/ Arroyo Belincoso, 9
ccechillida@munimadrid.es
Tfno.- 91 333 91 41 / 42.

EXPOSICIONES

Del 2 al 14 de julio:
"Tres miradas pictóricas femeninas en el Verano del Chillida": Begoña Sancho (España), Vaga Ferracini (Italia) y Nila Pereira (Brasil).

Del 16 al 30 de julio:
Exposición de Pintura de Don Manuel Martínez Tornero.
Entrada gratuita. Aforo limitado

Visitas y conferencias culturales por Madrid

Ciclo "Nuevos Episodios de la Historia de Madrid".

CONFERENCIA:
Lunes 28 de Septiembre a las 11.00 horas
"Crimen y castigo en la corte de los Austrias"
Aforo: 90 personas

VISITA:
Martes 29 de septiembre, a las 10.00 horas
"La fuente castellana".
(Salida en autocar desde el Centro Sociocultural Eduardo Chillida a las 9,30 hrs)
Aforo 50 plazas

Junta Municipal de Distrito de Moratalaz

Negociado de Participación Ciudadana
C/ Fuente Carrantona nº 8 planta baja de 9 a 14 horas.

SÁBADOS CULTURALES POR ESPAÑA

"Ciclo de viajes"
Inscripciones gratuitas:
Tel: 91.588.04.74 / 91 588 74 44

Sábado 19 de septiembre
LA GRANJA DE SAN ILDEFONSO Y RIOFRÍO (Segovia)
Incluye: Transporte, comida, guía y seguro de accidentes.
Salida desde la Junta Municipal de Moratalaz a las 8:00 h.
Inscripción: Día 7 de septiembre
Sorteo: Día 8 de septiembre

Exposición de lista de admitidos:
Día 9 de septiembre
50 plazas. La asignación de las plazas se realizará mediante sorteo.

Actividades infantiles

Salón de Actos de la Junta de Distrito de Moratalaz.

CONCIERTOS PEDAGÓGICOS

Ciclo "aprende música jugando".
Domingo, 27 de septiembre a las 12:00 horas.
"Como suena Europa".

CINE INFANTIL

Viernes, 25 de septiembre, a las 18:00 horas
"Bolt"

Representaciones infantiles títeres en domingo

Lugar: Parque Z (confluencia de las calles Cº Vinateros y Marroquina)

Domingo, 5 de julio a las 12:00 horas
"CUANDO EL MUNDO ERA JOVEN TODAVÍA" (Cuentacuentos)
Compañía: Teatro del Guayacán

Domingo, 12 de julio, a las 12:00 horas
"LA FLAUTA ENCANTADA" (Música)
Compañía: Farundalarte

Recursos municipales

SALAS DE LECTURA Y ESTUDIO
Centro Sociocultural Moratalaz
C/ Fuente Carrantona, 10 91 588 74 35 / 59
ccjmoratalaz@munimadrid.es

Julio
De lunes a viernes de 8:00 a 14:00 y de 16:00 a 21:30 horas
Sábados y Domingos cerrado

Agosto
De lunes a viernes de 8:30 a 14:00 horas
Sábados y Domingos cerrado

Septiembre
De lunes a viernes de 8:30 a 14:00 y de 16:00 a 21:30 horas
Sábados de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 21:00 horas
Domingos de 10.00 a 14.00 horas

Aula multimedia

Centro Sociocultural Moratalaz
C/ Fuente Carrantona, 10 91 588 74 35 / 59
Aulamultimedia.moratalaz@hotmail.com

Julio: 1 al 10 de julio: De 12:00 a 14:00 y de 17:00 a 21:00 horas

Septiembre: A partir del 14 de Septiembre de 12:00 a 14:00 y de 17:00 a 21:00 horas
Servicio: Conexión a Internet, trabajos de ordenador, fonoteca, consulta de revistas, etc.
Tfno.- 91 588 74 96
ENTRADA GRATUITA. AFORO LIMITADO.

Informador juvenil

Centro Sociocultural Moratalaz
C/ Fuente Carrantona, 10 91 588 05 10
ccjmoratalaz@munimadrid.es

Julio y Septiembre
De lunes a viernes de 12:30 a 14.00 horas y de 17.00 a 20.00 horas.
Servicios: Información sobre actividades, becas, cursos, empleo, etc
Tfno.- 91 588 05 10 e-mail: oijmoratalaz@munimadrid.es
Agosto cerrado

La tarde más joven

Horario: Sábados de 16:30 a 21:30 horas.
Edad: de 12 a 18 años
Actividades: Teatro, sala de internautas, videoconsolas, zona de juegos, bailes de salón, talleres (tatuajes, malabares, pulseras, karaoke...), consumiciones sin alcohol, taller de DJ's y de cine
Julio: Sábados 4, 11, 18 y 25
Agosto cerrado
Septiembre: Sábados 19 y 26

Biblioteca Municipal de Moratalaz

Julio, Agosto y del 1 al 15 de Septiembre, de lunes a viernes de 8:30 a 14:00 horas y de 14:30 a 20:30 horas
Del 16 al 30 de septiembre, de 08:30 a 21:00 horas
C/ Arroyo Belincoso, 11
Tfno.- 91 328 73 00
bpmoratalaz@munimadrid.es

Aula Madrid Tecnología

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

Agente de igualdad

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

Centros Municipales de mayores

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

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

CENTRO DE DÍA Y DE MAYORES ISAAC RABÍN
Avda. de Moratalaz nº 153
Tel.: 91.328.61.09

CADA DISTRITO TIENE SU PUNTO

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



MADRID!

POLIDEPORTIVO SAGRADA FAMILIA

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

www.psfmadrid.com

Fitness

- Musculación
- Pilates
- Stretching
- Spinning
- Switching
- Aerobic
- Cardiovascular
- Danza
- Yoga
- Tai chi
- Escuela del corredor

ABIERTO
MANTENIMIENTO
SUAVE
PARA MAYORES
MATINAL



Natación

- Calle libre
- Clases con monitor
- Matronatación
- Pre-mamá
- Club de competición

Infantil

- Natación
- Fútbol
- Danza
- Kárate
- Gimnasia rítmica
- Curso polideportivo

Salud

- Recuperación Deportiva
- Fisioterapia
- Medicina Deportiva

BENEFÍCIATE DE LAS VENTAJAS DE LAS CUOTAS MATINAL, ANUAL, FAMILIAR, Y DE NATACIÓN NOCTURNA.. Y ADEMÁS ESTE MES "MATRÍCULA GRATUITA"

Don José CAFETERIA CERVECERIA



Las Mejores Tostas de Moratalaz

- Salmón
- Anchoa
- Ventresca
- Queso Manchego
- Gambas Ali.Oli
- Cangrejo
- Sobrasada
- Lacón Gallega
- Jamón Ibérico

Todos estos
Productos
son de
Primera
Calidad



Camino de Vinateros, 105
Tel.: 91 437 19 57

CAFETERÍA - La Perla - CERVECERÍA

¡¡¡ Rompemos los Precios !!!

-50%

EN TODAS LAS RACIONES de 6 de la tarde a cierre (de Lunes a Jueves)... y que sea lo que Dios quiera.

* **Excepto días Festivos.** Con la misma calidad de siempre y el mismo servicio.

* **Oferta válida sólo para consumición en el Local.**



Desde 1984

Parrillada = 60 € Mariscada = 60 €

- 4 Cigalas, 4 Carabineros
- 12 Langostinos, 20 Gambas, 10 Navajas
- 1 Buey de Mar, 1 Ración de Nécoras, 1 Ración de Gambas, 1 Ración de Langostinos, 1 Ración de Percebes, 1 Ración de Bígamos

Raciones

- Oreja y Bravas
- Gambas Plancha y Calamares
- Langostino Plancha y Tigres
- Morunos y Lacon
- Pulpo y Sepia
- Lacon, Oreja y Bravas

Más de 65 Combinaciones

Paellas

- 6 Personas - 35,50 €
- 4 Personas - 28,50 €
- 3 Personas - 23,50 €
- 2 Personas - 18,50 €

Ensalada y Paellera de Regalo

Avda. Moratalaz, 185 ☎ 91 437 84 02