

**EI**  
Estética Especializada  
**PARREÑO**

**DEPILACIÓN  
DEFINITIVA  
DEL PELO**

**91 430 03 96**

# EL INFORMATIVO DE MORATALAZ

e-mail: moratalaz@informativomoratalaz.com - http://www.informativomoratalaz.com

BARRIO DE  
LA ESTRELLA



BARRIO DE  
VALDEBERNARDO

**PODÓLOGO**  
**José Rodríguez**

Tratamiento Podológico de las enfermedades de los pies en Adultos y Niños.

Avda. Moratalaz, 181 - 2º B  
28030 Madrid  
Tel. 91 439 09 02  
Consulta: Previa petición hora

Periódico de Difusión Mensual y Gratuito - Tlf.: 91 437 40 43 - Móvil: 616 73 87 88 - Octubre 2006 - Año 11 - Nº 119

"Antena de Plata" para Fátima Núñez, por su apoyo a los Medios de Comunicación Local.  
..... Pág. 11 .....

## Inaugurada la I fase de la Cuña Verde de "O'Donnell"



\* El alcalde de Madrid, Alberto Ruiz-Gallardón, inauguró el pasado 5 de Septiembre la primera fase de la Cuña Verde, que representa el 10% de su extensión total, en la que la Ciudad de Madrid ha invertido cerca de 3,8 millones de euros. Después de nueve meses del inicio de las obras, más de medio millón de vecinos de Moratalaz, Ciudad Lineal, San Blas y Vicálvaro, pueden disfrutar ya del nuevo parque... **Pág. 6.-**

## El presidente del PP, Mariano Rajoy, visita Moratalaz



\* El Presidente Nacional del Partido Popular, Mariano Rajoy, junto a la Presidenta de la Comunidad de Madrid, Esperanza Aguirre, dentro del itinerario programado, visitaron en primer lugar las instalaciones de la Fundación "Afanias", posteriormente recorrieron algunas calles de nuestro distrito, con gran asistencia de público y finalmente se dirigieron a la sede del PP, donde se realizó una rueda de prensa... **Pág. 4.-**

**mendez librerías**

LIBRERÍA GENERAL - OFERTAS  
C/ Ibiza, 23 - 28009 MADRID  
☎ 91 573 68 46 - Fax: 91 573 30 25

C/ Hacienda de Pavones, 8  
28030 MADRID  
☎/Fax: 91 439 30 21

C/ Claudio Moyano  
(Cuesta Moyano)  
Caseta 8 ☎ 91 429 24 41  
Caseta 20 ☎ 91 429 57 41  
Caseta 30 ☎ 91 429 25 61  
www.libreriamendez.com

La Historia de los Diez Primeros Años del "Informativo de Moratalaz", expuesta en la Junta de Distrito."



\* Este plus añadido a lo comenzado en el pasado mes de Junio, viene a fortalecer nuestro deseo permanente de continuar con la labor gratificante de dar servicio e informar. GRACIAS NUEVAMENTE A TODOS..... **Ver Editorial en Pág. 2.-**

NO SOMOS ÁNGELES...  
**PERO VAMOS A SER BUENOS**  
POR ESO,  
VENDEMOS POR SÓLO

**45€**

**GAFAS**  
GRADUADAS  
ANTIRREFLEJANTES

TODO DE 1ª CALIDAD  
TODO DE RABIOSA ACTUALIDAD

**DDR**  
OPTICA RUBIO

HACIENDA DE PAVONES, 3. TEL.: 91 4300 011 - CAMINO DE VINATERO, 109. TEL.: 91 7734 574  
CORREDOR DIEGO DE VALDEHABANO, 25. TEL.: 91 4304 100 - AVDA. MARQUES DE CERRERA, 35. TEL.: 91 7256 027  
HACIENDA DE PAVONES, 6 - TEL.: 91 4300 634

**LOOK & FIND**  
1ª RED INMOBILIARIA

**PARTICIPE**  
en los Sorteos de Tres Bicycletas, Estancias en Paradores y Dos Mensualidades de su Hipoteca... y además...

**CONSIGA**  
una cena degustación y una noche en la Suite de Lujo en el PALACE DE LA OCHAVA.

TUS COMPRAS...  
Participa GRATUITAMENTE en el sorteo de una cena degustación y una noche en suite de lujo para 2 personas en el magnífico Palace de la Ochava.

Establecimientos colaboradores... (Pág. 18)

**SU P. DIGITAL EN INTERNET:**  
[www.informativomoratalaz.com](http://www.informativomoratalaz.com)  
[www.informativomoratalaz.es](http://www.informativomoratalaz.es)

Periódico de Información  
Comercial y Local.

Difusión gratuita  
Año XI - Nº 119 - Octubre - 2006

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

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

Director:  
Moisés Rodríguez

Moratalaz:  
[moratalaz@informativomoratalaz.com](mailto:moratalaz@informativomoratalaz.com)  
[moratalaz@informativomoratalaz.es](mailto:moratalaz@informativomoratalaz.es)

Publicidad:  
Mª Carmen Fernández  
[publicidad@informativomoratalaz.com](mailto:publicidad@informativomoratalaz.com)

Prensa:  
[prensa@informativomoratalaz.com](mailto:prensa@informativomoratalaz.com)

Información:  
[info@informativomoratalaz.com](mailto:info@informativomoratalaz.com)

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

Colaboran:  
Raúl Arroyo, Mª Soledad Sánchez  
Javier de la Casaa y Paulino Monje

Depós. Legal: M. 41.635-1995

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

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

Queda prohibida su total  
o parcial reproducción

# Editorial

## - Especial Exposición -

"La Historia de los Diez Primeros Años del " Informativo de Moratalaz ", expuesta en la Junta de Distrito."

**E**n el pasado mes de Junio y con motivo de los once años de la andadura profesional de este periódico, la Concejal Presidente del distrito Fátima Núñez Valentin tuvo la deferencia de darnos un emotivo homenaje y nos entregó una bonita placa conmemorativa.

Como agradecimiento por nuestra parte, en dicho acto la hicimos entrega de cuatro tomos con las mejores portadas y noticias de todo lo vivido en los diez primeros años de existencia de nuestro Informativo y que forman parte a su vez, sin ninguna duda de la vida cotidiana del barrio y que, ahora, nos hemos visto agradablemente sorprendidos con su exposición en las dependencias de la Junta Municipal de Moratalaz.



Dichos tomos representan un testimonio importante de informaciones, acontecimientos y vivencias para todos aquellos vecinos que deséis conocer ó recordar, porque con ese motivo principal se concibió la idea y ahí están para que podáis verlos y disfrutarlos, porque son ya parte importante de la hemeroteca de la historia de nuestro barrio.

Gracias nuevamente a todos... y este plus añadido viene a fortalecer nuestro deseo permanente de continuar con la labor gratificante de informar y dar servicio a los vecinos, comerciantes y demás profesionales de nuestro barrio, con cuya confianza nos habeis honrado durante tantos años.

LA DIRECCIÓN

No hemos hecho mucho por el apareamiento del escorpión bicéfalo, pero sí por la financiación de tu coche.



**Chevrolet Matiz**

**MATIZ 0.8 S con AIRE ACONDICIONAD Y 5 AÑOS DE GARANTÍA  
SIN ENTRADA**

**40€ /mes - PRIMER AÑO**

**95€ /mes - 108 CUOTAS RESTANTES**

PLAN PREVER GASOLINA INCLUIDO. **6,3% TAE**

**TUVISA**

Ctra. Valencia, Km 7,3 • Madrid

Tel.: 91 332 23 60

[www.chevrolet.es](http://www.chevrolet.es)



Chevrolet es más.

Modelo Matiz 0.8 S (no se corresponde con el modelo de la imagen) PVP: 8.079€ (Plan Prever gasolina y promoción incluidos) Cuztas: 1ª a 12ª de 40€ y 13ª a 120ª de 95€. Importe total financiado: 10.941,83€. TIN: 5,6%. TAE: 6,3%. Comisión de apertura: 2,5% (201,83€). Oferta no acumulable a otras promociones, válida hasta el 30/09/2006 para Península y Baleares. Financiación: Finanza Banco de Crédito, S.A. RBE: 3264/06. Consumo mixto (l/100km): 5,2-9,6. Emisión de CO2 (g/km): 127-139. Garantía 3 años o 100.000 kms. sin perjuicio de la aplicación de la Ley de Garantías: 23/2003, más 2 años según condiciones de contrato Chevrolet Servicio S.



**MASAJISTA  
OSTEÓPATA**

Masajes linfáticos y reflexología podal.

Para solicitar cita previa, llamar al teléfono

**91 773 79 96**

móvil: 686 45 96 22

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



\* 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

**VIAJES IBERIA**

**¡ ESCÁPATE  
DE PUENTE !  
" PUENTE DEL PILAR "**

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

El consejero Miguel Ángel Villanueva presentó la campaña el pasado 18 de septiembre para que los vecinos opinen sobre sus necesidades y servicios

## Moratalaz participa

Madrid, 18-sept-'06

El consejero delegado del Área de Economía y Participación Ciudadana, Miguel Ángel Villanueva, presentó el 18 de septiembre la campaña "Moratalaz Participa", en la que han colaborado vecinos, responsables políticos y técnicos del distrito. El objetivo es recabar la opinión de las personas que viven en el distrito para que sean ellos quienes quiten a los responsables municipales en la gestión de los asuntos públicos que les afectan de manera directa. "Es una realidad evidente que hoy en día, y sobre todo en el ámbito municipal, no se puede hacer política de espaldas a las necesidades y demandas del ciudadano, ni podemos contentarnos con un sistema democrático que se limite a tomar el pulso de la sociedad una vez cada cuatro años", ha explicado Villanueva en el acto de presentación. Para aprovechar los mecanismos que la sociedad moderna brinda a dirigentes y ciudadanos, el Ayuntamiento cuenta con un "Área de Gobierno dedicada específicamente a temas de participación. Este departamento ha puesto en marcha una serie de actividades para promover en Madrid un sistema de comunicación ágil y fluido, que le sirva al vecino para transmitir sus necesidades y deseos reales a los gestores. Una de estas iniciativas son las consultas en los distritos, que se están realizando desde el año 2004 y que consisten en invitar a los vecinos a expresar sus opiniones y sus prioridades sobre las actuaciones programadas para sus barrios y sobre los servicios que se les prestan desde los órganos de la administración. "Con esta filosofía se han realizado consultas en los distritos de Chamberí, Salamanca en dos ocasiones, y Retiro", ha explicado Villanueva. "Además, en todos los distritos de Madrid, se están realizando consultas específicas sobre los planes de acción distrital de la Agenda 21 Local, planes elaborados y propuestos por la comisión permanente de Agenda 21 de cada uno de los Consejos Territoriales." En este ámbito se enmarca la campaña "Moratalaz Participa", cuyo rigor técnico y metodológico está garantizado por la colaboración de un equipo de profesores de la Universidad Rey Juan Carlos con los profesionales de la Junta Municipal del distrito tanto en el diseño del proyecto como en la recogida de datos y el tratamiento estadístico de los mismos.



cuantitativos. Los vecinos de Moratalaz consultados pueden responder por Internet. Es una forma de incentivar el uso de las nuevas tecnologías y la participación, "un derecho y un deber de cualquier ciudadano implicado en los problemas del entorno en el que vive", insistió Villanueva. Por otra parte, Miguel Ángel Villanueva ha hecho un repaso de otras iniciativas emprendidas por el Área que dirige. El Reglamento Orgánico de Participación Ciudadana, aprobado por el Ayuntamiento, es una herramienta fundamental porque en ella se recoge el marco normativo del modelo asociativo de la ciudad y se contemplan todas las posibilidades susceptibles de ponerse en marcha en relación a la participación ciudadana. En segundo lugar el consejero ha subrayado los Planes Especiales de Inversión, que han contado con la opinión de los vecinos desde el diseño hasta la finalización de cada uno de las 120 actuaciones, que afectan a seis distritos de la ciudad: Latina, Carabanchel, San Blas, Tetuán, Vicálvaro y Villaverde. Los vecinos han sido invitados a consensuar estas actuaciones que atañen a aspectos sociales y a equipamientos e infraestructuras, y que han supuesto en el periodo 2004-2006 una inversión de 300 millones de euros, a los que se sumarán otros 170 millones en 2007. Por último, Villanueva ha citado otros instrumentos que conforman el modelo participativo de Madrid, como los Consejos Territoriales, los órganos de participación ciudadana en las Áreas municipales (que se están constituyendo para abordar temas específicos dentro de la actividad municipal) y el Consejo Director de la Ciudad, máximo órgano estratégico, encargado de orientar y asesorar sobre grandes proyectos, que está en proceso de constitución/

El programa incluye entrevistas en profundidad a informantes clave dentro del distrito, lo que proporcionará una información adicional a los datos meramente

## "SALUD AUDITIVA"

**Juan Cifre**  
Responsable de  
Adaptaciones  
Auditivas de  
Óptica Rubio



### ACERCA DE LA PÉRDIDA DE AUDICION

Muchos de nosotros vivimos en un mundo que sólo parece hacerse cada vez más ruidoso. Nos vemos **asaltados diariamente por el ruido**: el rugido del tráfico automovilístico, los aviones, la maquinaria pesada, los electrodomésticos de casa, los altavoces del pub, los equipos de música y recientemente los IPOD. Todo este ruido tiene un precio para nuestros oídos.

La pérdida auditiva es el tercer trastorno crónico más frecuente en nuestro país. Se calcula que el 15% de los Españoles mayores de 65 años y el 50% de los que tienen más de 75 años, viven con deterioro auditivo, pero no hay necesidad de vivir en un mundo de **sonidos apagados y menos definidos**. En Óptica Rubio, le proporcionaremos explicaciones claras después de un examen de audición, y las **estrategias para manejar la pérdida auditiva en la vida diaria**. Las medidas que usted y nuestros profesionales audioprotesistas tomen, pueden mejorar su calidad auditiva.

### Cómo oye usted ?

En 1802 Ludwig Van Beethoven, escribió una carta a sus hermanos expresando sus más íntimos temores respecto al **deterioro del oído**: "Casi solo, y únicamente mezclándome en la sociedad cuando es absolutamente necesario, me siento forzado a vivir como en un exilio. Si me acerco a la gente, me sobrecoge un sentimiento de intensa ansiedad de que mi problema sea notado" \*. (Es notable que estos sentimientos pertenezcan a un compositor cuya música, más de dos siglos después, brinda todavía tanto placer a la gente en todo el mundo.)

Pero si tiene **problemas de audición**, usted, como Beethoven en su momento, puede sentirse incómodo cuando este en público. No poder oír claramente puede ser frustrante, al intentar entender lo que los demás están diciendo. **Puede producir aislamiento social** cuando usted encuentra más fácil retirarse de las conversaciones que participar en ellas. Este comportamiento podría a la vez hacer que la gente lo considere tímido, arrogante o desconectado, y que dejen de comunicarse con usted.

Entonces, de nuevo, si tiene usted pérdida auditiva, debe saber que hay muchas personas en la misma situación, y que ya han decidido utilizar audífono. Pueden acercarse **sin compromiso**, por nuestro gabinete auditivo de Hacienda de Pavones, 3, y estudiaremos su caso de forma individualizada, **dejándole probar los audífonos sin compromiso alguno**, para demostrarles su eficacia.



**Juan Cifre**  
(Audioprotesista)

\*traducción de "Beethoven's letters"



**GRANÈ**

MOBILIARIO DE  
COCINA Y BAÑO  
A MEDIDA

C/ ARROYO MEDIA LEGUA, 46  
28030 MADRID (MORATALAZ)  
91 430 11 99 y 91 437 75 41  
www.cocinasgrane.com

## TALLERES GARRALDA:

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

**SERVICIO OFICIAL**

¡PREPARE SU COCHE PARA EL INVIERNO!  
Por el cambio de Aceite y Filtro,  
le limpiamos el Circuito de Refrigeración y le  
cambiamos **GRATIS** el Anticongelante (1er. Equipo).

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

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

**ECONOMICAMENTE DINERO HACIENDO SUS REVISIONES CON NOSOTROS**

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

**SERVICIO OFICIAL**  
DIAGNOSIS Y SERVICIO INTEGRAL DEL AUTOMÓVIL

**ESPECIALISTAS EN INYECCIÓN GASOLINA DIESEL DIAGNOSIS POR ORDENADOR**

**NEUMÁTICOS**

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



**VIDEOCLUB  
AZPASOS**

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

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

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

## Visita de Mariano Rajoy al distrito de Moratalaz

\* Resumen del objetivo de la visita según sus propias palabras en la rueda de Prensa: "Tengo que decir que hemos venido a ver más Comunidad de Madrid, hemos comprobado in situ cómo nuestra Comunidad crece y se desarrolla y por tanto, decir que esto es muy reconfortante para todos. Hemos visto, muestras muy importantes, una en la actividad en la sociedad pujante y unos autónomos y unos comerciantes, además de un centro modélico para ayudar a la gente".

Madrid, 26-Sep-06

El Presidente Nacional del Partido Popular, Mariano Rajoy, junto a la Presidenta de la Comunidad de Madrid, Esperanza Aguirre, dentro del itinerario programado, visitaron en primer lugar las instalaciones de la Fundación "Afanías", situada en la calle Encomienda de Palacios, junto a la Junta Municipal de Moratalaz - una Asociación pro personas con discapacidad intelectual, declarada de utilidad pública e inscrita en el Registro de Asociaciones y Fundaciones, y que actualmente la integran aproximadamente unas 1.500 personas. Allí fue recibido por D. Gonzalo Güede Merino, Presidente del Patronato de Afanías; D. Miguel Muñoz, como Gerente y D<sup>a</sup> Raquel Muñoz-Alique, como Directora.

Posteriormente se dirigieron al centro de nuestro distrito, concretamente visitaron la Plaza Corregidor Alonso de Tobar, en la confluencia de la Avda. de Moratalaz y Camino de los Vinateros, desde allí bajaron andando por la Avda. de Moratalaz, dirección Plaza del Encuentro y en el recorrido, fueron acompañados por prensa, radio, televisión y por supuesto muchísima asistencia de público. Además fueron recibidos por los tres Presidentes de las Asociaciones de Comerciantes más representativas de Moratalaz: D. Angel Méndez (Tiendas de Pavones), D. Victor Soto (C.C. Abierto de Vinateros) y D. Lorenzo Bravo (A.C.O. - Avda. de Moratalaz, Lorja y Marroquina) - quienes les invitaron para que visitaran alguno de los comercios y como anécdota en uno de ellos, concretamente en las loterías Bravo, fueron obsequiados con un décimo de lotería.

Finalmente se dirigieron a la sede del PP, donde se realizó una rueda de prensa. En la misma Manuel Lamela, les dio la bienvenida y les agradeció en nombre de toda la Junta Directiva del distrito, su visita. Comentó que Moratalaz es un distrito abierto, que crece, que progresa y que por tanto, estaban dispuestos a trabajar codo con codo. Esperanza Aguirre, en su intervención



Arriba, a su llegada en autocar a la Plaza Cgdor. Alonso de Tobar y... Abajo, reunido con los Presidentes de las 3 Asociaciones, donde Loterías Bravo, le regaló un décimo.



Mariano Rajoy y Esperanza Aguirre, visitando las instalaciones de la Asociación Afanías, donde fueron recibidos por su Junta Directiva.

añadió que es un distrito muy importante dentro de la ciudad de Madrid y Mariano Rajoy ha querido visitarlo y conocerlo y hacerlo en sus calles y en sus plazas y escuchar lo que dice la gente...

El Sr. Rajoy, dió las gracias a todos los presentes por su asistencia a esta convocatoria y añadió: "Estoy muy honrado y muy orgulloso por las visitas que he realizado", pero antes que nada, quiero felicitar a los Príncipes de Asturias y La Casa Real por el anuncio del segundo embarazo de doña Letizia Ortiz". "Nosotros estamos de acuerdo en la igualdad entre el hombre y la mujer - por tanto manifestar que las reformas que haya que hacer, dialogar y pactar, en el tiempo mínimo necesario para los intereses que sea mejor para todos los españoles. Dicho esto, según Esperanza Aguirre, en su intervención anterior y que estoy comprobando in situ, dicen las estadísticas que Madrid es la Comunidad que más está creciendo en estos últimos años, se está creando mucho empleo, que los servicios públicos funcionan cada día mejor, pero todo esto se puede comprobar, simplemente dándose un paseo. Lo he visto hoy en Moratalaz, un distrito limpio, un distrito donde se han hecho inversiones muy importantes, tanto por parte de la Comunidad como por parte del Ayuntamiento; se han incrementado los presupuestos desde el año 2003, según me manifiesta la Concejala del Distrito D<sup>a</sup> Fátima Núñez y por tanto he podido comprobar que da gusto pasearse por este gran barrio de Madrid, Moratalaz".

Quiero hacer algunos comentarios sobre las reuniones mantenidas en el día de hoy. En primer lugar he visitado un centro subvencionado y apoyado por la Comunidad de Madrid, pero llevado por personas con una enorme inquietud y con unas grandes ganas lisa y llanamente de ayudar a los demás. Se ha mejorado mucho en los últimos años en este distrito en ciertas materias, sobre todo en

materia de sanidad, ciertamente muy costoso; se ha mejorado en un servicio público de educación, asistencia social y uno de los grandes retos de futuro es el de atender a las personas que no pueden valerse por sí mismos, con los cuales la sociedad tiene una obligación y creo que lo hemos visto hoy al visitar la Asociación Afanías, son un ejemplo de como se deben hacer las cosas...

En relación a mi visita a los comercios, he de decir que Moratalaz es un distrito de muchos comerciantes, de mucha Pyme, de muchos autónomos y hay un dato que es bueno que todos conozcan y es que el 80% de toda España, son empleados de pequeñas y medianas empresas, y por tanto nosotros tenemos claro que uno de los ejes básicos y uno de los principios básicos de nuestro Programa es el apoyo a los pymes y a los autónomos, ya que con el tiempo y poco a poco, el objetivo del autónomo en sí, es que debe ir asemejando las prestaciones de la seguridad que reciben el resto de los ciudadanos, como es el acceso al seguro del desempleo, es una reivindicación que está ahí... y por tanto, el objetivo básico, y nuestra idea es la de mejorar y que los trabajadores autónomos vayan asemejando sus derechos.

Resumiendo, tengo que decir que hemos venido a ver más Comunidad de Madrid, hemos comprobado cómo nuestra Comunidad crece y se desarrolla y por tanto, decir que esto es muy reconfortante para todos. Hemos visto, muestras muy importantes, una en la actividad en la sociedad pujante y unos autónomos y unos comerciantes, además de un centro modélico para ayudar a la gente"

\* A partir de ahí, se procedieron a diversas preguntas por parte de la prensa, que no vamos a comentar, ya que si bien creemos que son importantes a nivel nacional, sin embargo, en lo que se refiere a nuestro distrito, pensamos que hemos resumido e informado con detalle, el objetivo y línea editorial que tiene nuestro periódico que es el de proximidad con nuestros lectores y vecinos. Esperamos haberlo conseguido.



Manuel Lamela y Fátima Núñez, junto al Sr. Rajoy, a su paso por la Plaza del Encuentro, antes de dirigirse a la Sede del PP.

## "Agradecimiento"

- ENVIADO POR CORREO ORDINARIO -

\* El pasado 28 de Agosto, sobre las 12,15 horas, en la Avda. Doctor García Tapia, mi esposa y yo fuimos objeto de un atraco con violencia por cuatro elementos desaprensivos que fueron en un coche. Varias personas acudieron de inmediato al lugar del incidente. Ello demuestra que no todo es desagradable en este mundo y que nuestro barrio está en primera línea de apoyo al orden y al civismo. Gracias a todos de corazón, a José Enrique en particular y en especial a una señora (posiblemente María del Carmen) que con el mayor

ímpetu de generosidad quiso acompañarnos a tomar alguna infusión y que, por el nerviosismo del momento, no aceptamos su generosidad y tal vez no demostramos nuestro agradecimiento con la bondad de su intención; por eso a través de estas páginas del Informativo de Moratalaz, que seguro tarde o temprano, leerás o alguien en tu lugar lo hará por tí, queremos darte las gracias de corazón, ya que no podemos identificarte.

Felipe García  
(Vecino de Artilleros)

## "In Memoriam"

- DON JUAN GARCÍA DOMINGUEZ -

\* El pasado 8 de septiembre, falleció Don Juan García Dominguez, vocal vecino de la Junta del Distrito de Moratalaz por el Partido Popular desde 1999 a los 63 años de edad.

Su labor política en el Distrito fue muy intensa y valorada, por todas las Entidades Sociales y Vecinales. Desempeño diversos cargos en el Partido Popular de Moratalaz, en el Comité

Ejecutivo y como Secretario General desde 2003 al año 2004. En el último mandato municipal fue miembro hasta su fallecimiento del Consejo Territorial del Distrito.



Juan García, querido por todos siempre, estará presente en la memoria de aquellos que le conocieron y trabajaron junto a él por el Progreso y Bienestar de su querido distrito, el de todos, MORATALAZ.

... es la continuación de lo publicado en Septiembre de 2006 - Nº 118.-



Los expertos están de acuerdo en aconsejar el seguimiento de una dieta variada y equilibrada como clave de una buena alimentación...

### El colesterol es necesario para el organismo

Los niveles de colesterol en sangre dependen de múltiples factores (genéticos, metabólicos, etc.) y no sólo de la dieta. Además, el colesterol en cantidades adecuadas es necesario para el organismo, para la construcción de hormonas y renovación de estructuras del sistema nervioso, por lo que si no se toma bastante con los alimentos, nuestro cuerpo lo tiene que sintetizar. Conviene evitar el tomar cantidades excesivas de colesterol, pero no tiene sentido pensar en eliminarlo de la dieta.

### Alimentos naturales vs. procesados

No todo lo natural es sano (pensemos por ejemplo en las setas venenosas). Los procesos tecnológicos en alimentación, en general, son positivos (por ejemplo: la congelación ayuda a evitar el deterioro de los alimentos, manteniendo estable su valor nutritivo).

Esta información se ha elaborado con el asesoramiento de la Dra. Rosa M<sup>a</sup> Ortega. Dpto. de Nutrición de la Universidad Complutense de Madrid.

McDonald's ofrece una variedad de productos que pertenecen a los seis grupos principales de alimentos necesarios para contribuir una dieta equilibrada y saludable.

- 1/ Productos lácteos...  
- batidos y helados
- 2/ Carnes, pescados, aves y huevos...  
- hamburguesas  
- filetes de pescado  
- palitos de pescado  
- filetes de pollo  
- porciones de pollo rebozado
- 3/ Grasas y aceites...  
- salsas
- 4/ Cereales y leguminosas...  
- panes
- 5/ Hortalizas y verduras...  
- ensaladas y patatas
- 6/ Frutas...  
- zumo de naranja  
- macedonia de frutas

Continuará...



Menú BigMac Grande

+

=

6,45  
€

Elige una opción

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

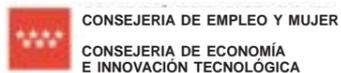
\* C/ Manuel Machado, 6 (Moratalaz) - Tel.: 914 399 250



# ¿tienes un sueño? empréndelo.

Infórmate en el 012 ó en [www.emprendelo.es](http://www.emprendelo.es)

En la Comunidad de Madrid tenemos una idea: tú pones tus sueños y tu esfuerzo y juntos, los hacemos realidad: te asesoramos personalmente y te ayudamos a definir tu plan de empresa. Y todo para que tu sueño, tu proyecto empresarial, siga adelante. ¿Qué te parece la idea?



Comunidad de Madrid



[www.madrid.org](http://www.madrid.org)

PLAN EMPRENDEDORES 2005/07



Próximo 28 de Octubre, en las Instalaciones del Colegio Sagrada Familia (a partir de las 19:00 h.)

## Gran Concierto Musical en Moratalaz

\* Los artistas que se han ofrecido a actuar desinteresadamente son: Javián, Álex y Víctor, de Operación Triunfo, Steve Hogarth, vocalista del grupo británico Marillion, el grupo madrileño Galadriel y "Los Mismos".

### Tercer Concierto Solidario Carumanda

**C**arumanda es una ONG para el desarrollo que desde el año 2000 trabaja para construir un mundo más justo y solidario.

Todos los que formamos Carumanda creemos que es posible un mundo mejor; mejor para los miles de millones de personas de los países del Sur que hoy viven excluidos, forzados a la pobreza por causa de unas estructuras injustas.

Creemos en la justicia, la solidaridad y el derecho de todos los niños, mujeres y hombres del mundo a una vida digna.

#### Para ello realizamos:

- Proyectos de cooperación para el desarrollo en países empobrecidos.
- Campañas de sensibilización y educación para el desarrollo en nuestro entorno más cercano.
- Promoción del voluntariado.
- Formación y envío de voluntarios de larga duración a países del Sur.

Con los objetivos reseñados, Carumanda organiza su tercer Concierto Solidario que tendrá lugar en las instalaciones del Colegio Sagrada Familia el día 28 de octubre a las 19h.

Jose L. Martín  
ONG'd Carumanda - "desde lejos"

**L**os beneficios obtenidos en este concierto se destinarán íntegramente a la construcción de un colegio en la aldea de Puliadithamam, en el distrito de Sivagangai (Tamil Nadu, India). En esta zona, especialmente castigada por la pobreza, existe actualmente un colegio para unos 500 alumnos que carece de los servicios más básicos y se encuentra en peligro de derrumbe. Con el pequeño esfuerzo de todos se hará llegar a estos niños, a sus profesores y a sus familias, recursos para mejorar sus condiciones de vida y unas posibilidades educativas que en el futuro



les permitan continuar lo que a partir de hoy ha comenzado. El coste de este Gran Proyecto asciende a la cantidad de 60.000 €

Participarán en el concierto, y desde estas páginas se quiere agradecer de antemano su colaboración totalmente desinteresada, "Javián junto a su grupo "La Reina" (Operación Triunfo 1ª edición), "Álex (Operación Triunfo 1ª edición), "Victor (Operación Triunfo 4ª edición, "Steve Hogarth (vocalista del grupo británico Marillion), viene desde Birmingham para tocar el piano en su única actuación este año en España, el grupo madrileño Galadriel y "Los Mismos" (grupo de los años 60 y 70).

Para más información, puede consultarse la página web: [www.carumanda.org](http://www.carumanda.org). La venta de entradas se realizará en la entrada del propio Colegio de lunes a viernes entre las 17:30 y las 19:00 y el Precio de las mismas será de 12 € para el Socio Carumanda / voluntarios y de 15 € para No Socios.

\* También es posible colaborar con este proyecto mediante un donativo a la fila O que se ha abierto con este fin. El número de cuenta de la fila O es:  
2100 / 4720 / 33 / 0200051716

¡ ACÉRCATE A COMPRAR TU ENTRADA !  
¡ NO TE LO PUEDES PERDER !

## Una nueva zona verde de 110 hectáreas, una extensión similar a la del parque de El Retiro

### Inaugurada la I Fase de la Cuña Verde de O'donnell

Madrid, 5-sept-'06

**L**a Cuña Verde de O'Donnell es mucho más que un parque, es un proyecto compartido y consensuado entre el Ayuntamiento y los ciudadanos. Completada su primera fase, lo que hace nueve meses era un descampado se ha convertido en un espacio verde de 113.600 metros cuadrados, tres veces más de lo inicialmente previsto. El alcalde, Alberto Ruiz-Gallardón, inauguró el pasado 5 de septiembre esta primera fase de la Cuña Verde, que representa el 10% de su extensión total, en la que la Ciudad de Madrid ha invertido cerca de 3,8 millones de euros. Los más de 570.000 vecinos de los distritos de Moratalaz, Ciudad Lineal, San Blas y Vicálvaro ya pueden disfrutar de un nuevo pulmón verde en Madrid. Las características de la primera fase no pueden ser más atractivas: se han plantado 2.188 árboles de 24 especies diferentes, así como 11.730 arbustos, y la red, tanto de agua potable como reciclada, tiene más de 5,1 kilómetros, además de otros 35 de sistemas de goteo. Una nueva zona verde, de 110 hectáreas, una extensión similar a la del parque de El Retiro, que nace de la unanimidad entre la Administración municipal y los vecinos. Pero no sólo se ha querido construir una zona verde, hay que tener en cuenta las importantes vías de comunicación que discurren por esta zona como la M-30, la M-40, el Nudo de O'Donnell o la carretera de Valencia". El propósito de la Ciudad es que sea "un espacio de convivencia atractivo para los ciudadanos".



La creación de más de 13.000 metros cuadrados de caminos y pavimentos en los que se han empleado materiales como el caucho reciclado; un moderno mobiliario urbano con 79 bancos y 126 farolas; cuatro áreas infantiles; un circuito biosaludable y otro para personas mayores se suman a las instalaciones deportivas ya existentes. "Con todo esto los ciudadanos, sea cual sea su edad, no sólo pueden acceder a la Cuña Verde de O'Donnell para disfrutar de un espacio de alto valor ambiental, sino que, al mismo tiempo, pueden realizar diferentes actividades".

#### II fase de la Cuña Verde

La inauguración del pasado de septiembre ha coincidido con la presentación de una segunda fase cuyos trabajos

comenzarán el próximo noviembre y tendrán un plazo de ejecución de dos meses. La actuación municipal se realizará sobre una superficie de 2,5 hectáreas perteneciente al distrito de Ciudad Lineal y en la que se invertirán 500.000 euros. Este espacio, que incluye desniveles de hasta 4 metros, se transformará en una serie de plataformas que, a modo de terrazas, acogerán una zona deportiva, otra de esparcimiento, y, por último, un área estancial y de juegos infantiles. Habrá también una barrera forestal que sirva de transición con las sucesivas fases que integran este proyecto. Un nuevo circuito biosaludable, 656 árboles o más de 8.500 arbustos son algunos de los elementos presentes en esa nueva zona verde./

## "VANESSA & DAVI'S"

Toda la Moda y todas las Firmas , con sus nuevas propuestas para este Otoño, ya disponible en tus tiendas.

Marroquina, 40  
91 439 10 16

Vinateros, 119  
91 773 23 89

Lope de Rueda, 9  
91 575 84 16

**ADONAY**  
FITNESS CENTER

**2 X 1**

ENTRENAN 2 Y PAGA 1\*  
C/ Vinateros, 110 (Lonja)  
28030 Madrid  
Telefono: 91 437 20 08

[www.adonayfitness.com](http://www.adonayfitness.com)

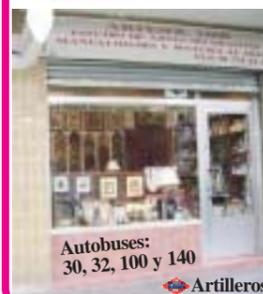
oferta con cuota anual no acumulable a otras ofertas. 100 primeras inscripciones

- Brazilian Jiu-Jitsu
- Sala Fitness
- Aerobic-Step
- Hip-Hop
- Bailes Modernos
- Bailes Latinos
- Regueton
- Capoeira
- Karate Infantil
- Entrenadores Personales
- Kick-Boxing
- Pilates
- Gimnasia de Mantenimiento
- Full>Contact
- Tai-Chi
- Sauna
- Rayos UVA
- Masajes
- Capoeira Infantil
- Servicio de Prensa
- Taquillas

[www.informativomoratalaz.com](http://www.informativomoratalaz.com)  
El Periódico de tu Barrio...



**ESTUDIO DE:  
ARTES DECORATIVAS,  
MANUALIDADES Y  
BELLAS ARTES**



- \* Enmarcación (variedad de modelos)
- \* Espejos \* Cristales \* Láminas
- \* Lienzos (todas las marcas y tamaños)
- \* Pincelería \* Óleos (Titán, Mir, etc.)

#### CLASES DE MANUALIDADES

MATERIALES GRATIS para realizar todos los trabajos de madera, marmolina, cristal, poliuretano, etc.

C/ MÉRIDA, 8 (POSTERIOR) - 28030 MADRID  
TEL.: 91 773 23 13 - MÓVIL: 600 515 896

### CENTRO COMERCIAL MORATALAZ II

2 x 1 de Lunes a Jueves, presentando este Anuncio.

\* No válido ni Festivos, ni Vísperas.

\* No válido de cumpleaños.



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

# “ BLANQUEAMIENTO ”

*\* A finales de la década de 1800, la odontología estética ya se practicaba en los consultorios de los dentistas, realizando recontorneamiento de dientes y aclaramientos, con fórmulas realizadas por el propio profesional en su consultorio.*

*\* En la actualidad, la estética dental, ha evolucionado considerablemente y la sociedad, está más preocupada por su imagen y cuida especialmente su estética dental. Demandando todo tipo de tratamientos.*

**L**os más solicitados, los blanqueamientos dentales. Nuestro ritmo de vida y hábitos como el consumo de tabaco, las bebidas colorantes como café, el té, etc. y una mala higiene dental, hacen que nuestros dientes se amarilleen y pierdan su color natural. En otros casos, el uso abusivo de ciertos medicamentos durante la infancia (tetraciclinas), ha provocado el oscurecimiento de los dientes.

En muchos casos, buscamos una solución rápida a este pequeño problema y compramos cualquier producto que promete blanquear nuestros dientes en poco tiempo, productos milagrosos, que son más perjudiciales que beneficiosos

**CLÍNICA Dental Line DENTAL**

**HORARIO:**

- Lunes, Martes, Jueves: 9:30 - 14:00 y 17:00 - 20:30 h.  
- Miércoles: **TODO EL DIA** - 9:30 - 20:30 h.  
- Viernes: 9:30 - 15:00

**91 437 14 56**

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

*Para cualquier consulta o duda sobre este tema, póngase en contacto con nosotros y le asesoraremos gratuitamente del mejor tratamiento para su caso concreto.*

para nuestros dientes, por los productos abrasivos que llevan.

Para realizar un blanqueamiento efectivo, duradero y seguro, es necesario acudir a una clínica dental, donde estudiarán nuestro caso particular y buscarán el mejor tratamiento que se adecue a nuestras necesidades y hábitos, bien mediante dentríficos blanqueadores, o tratamientos para realizar en casa, suelen ser más largos y más incómodos o tratamientos realizados en la clínica, estos últimos son los más rápidos y en los que en una sola sesión podemos comprobar los resultados.

Le esperamos.  
**Equipo Médico**  
"Dental-Line"

¡ Visítenos ! - además, en la Agenda Comercial de la web del Informativo de Moratalaz: [www.informativomoratalaz.com](http://www.informativomoratalaz.com)

## Las campañas de concienciación del Canal de Isabel II, premiadas internacionalmente

**En el Congreso de la Internacional Water Association (IWA) que se está celebrando en China**

14.sep.06.-

El Canal de Isabel II, empresa pública dependiente de la Vicepresidencia Primera y Portavocía de la Comunidad de Madrid, ha sido galardonada con tres premios en el Congreso Mundial del Agua, organizado por la Internacional Water Association (IWA), que se celebra estos días en Pekín (China). El programa educativo CanalEduca y la campaña de concienciación "Sumate al Reto del Agua" han conseguido el primer y segundo premio en sus respectivas categorías. Además, esta asociación ha reconocido globalmente la labor de comunicación a la sociedad desarrollada por la entidad hidráulica. El Congreso Mundial del Agua, que se celebra cada dos años, ha querido reconocer con el primer premio de "Programa de información educativa", la labor pedagógica que realiza la empresa pública, a través de CanalEduca. Esta iniciativa ha superado a las presentadas por las empresas abastecedoras de agua de Singapur y Viena.

Este proyecto educativo se impartirá gratuitamente en todos los centros de la región que así lo solicite y está adaptado a los ciclos de educación Infantil, Primaria y Secundaria. Para el Canal de Isabel II, la educación es un pilar esencial para fomentar desde una edad temprana los valores relacionados con un uso racional y eficiente del agua, así como el respeto al medio ambiente. Una media de 75.000 alumnos participan

cada año en Canaleduca. Asimismo, IWA ha galardonado al Canal de Isabel II con el segundo premio en la categoría de "Mejor actividad de concienciación y protección del agua", por su campaña "Sumate al Reto del Agua", tan sólo superada por la candidatura de Singapur. Esta campaña de concienciación ha conseguido reducir hasta un 11% el consumo de agua en la región con respecto al pasado año. Finalmente, en este congreso se ha decidido premiar globalmente la labor de comunicación a la sociedad impulsada desde la entidad, frente al resto de candidaturas procedentes de distintos lugares del mundo como Austria, China, Finlandia, Suiza o Australia.

**Asociación de prestigio**

La International Water Association es una entidad internacional sin ánimo de lucro en la que están representados profesionales, empresas e instituciones que pretenden, a través de comisiones de investigación y estudio, una mejor gestión y un desarrollo sostenible del agua. El Canal de Isabel II, entidad creada en 1851, abastece en la actualidad al 96% de ciudadanos de la Comunidad de Madrid repartidos en 164 municipios y a otras ocho poblaciones de las provincias de Toledo, Guadalajara y Ávila. Para proporcionar este importante volumen de agua, se cuenta con las aportaciones de siete ríos de la Sierra del Guadarrama y los principales acuíferos de la región. La entidad dispone de 14 embalses y ha desarrollado sistemas de alto nivel tecnológico para el correcto control y gestión del agua.

## Principales obras en Colegios Públicos de Moratalaz



**Colegio Pio Baroja**  
Julia (Directora) junto a Fátima



**Colegio Real Armada**  
Francisco (Director) junto a Fátima



**Colegio Fco. de Luis**  
Mª Sol (Directora) junto a Fátima

El viernes 8 de septiembre, la Concejal del Distrito, Fátima Nuñez, visitó las obras que se han estado ejecutando durante el período vacacional de los Colegios Pio Baroja, Real Armada y Francisco Luis, además del Conde Arruga, Colegio que no pudo visitar esa mañana. Las actuaciones que se han llevado a cabo han sido las siguientes:

- En el C. Pio Baroja.- Modernización de las instalaciones de la cocina y comedor renovando completamente la instalación eléctrica para adecuarla a la normativa vigente e instalación de portero automático en puerta y control, su inversión ha sido de 93.804,56 €.
- En el C. Real Armada.- Acondicionamiento de los cerramientos y sumideros de patio. Su inversión - 110.639,23 €.-

- En el C. Francisco de Luis.- Acondicionamiento de fachadas y carpintería exterior para conseguir un mayor aislamiento térmico. Su inversión - 106.934,71 €.
- En el C. Conde Arruga.- Impermeabilización de cubiertas y protección de alcantarilla. Su inversión - 54.735,49 €.

Las reformas acometidas en las instalaciones de los colegios han sido fruto del consenso entre las peticiones de los directores de los centros y los criterios técnicos de la Junta. El objetivo es conseguir que la actividad educativa en los Colegios de Educación Infantil y Educación Primaria, se desarrolle dentro de unas instalaciones de calidad, modernas y adecuadas a la función que allí se desarrolla.

<p>REF.- 2023. PISO MORATALAZ</p> <p>3 habitaciones, salón, cocina amueblada y equipada, baño. Calefacción individual. Para entrar a vivir.</p> <p>¡¡MEJOR VER!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>279.300 €</b></p>	<p>REF.- 2019. PISO MORATALAZ</p> <p>60 m<sup>2</sup>, 2 habitaciones antes 3, salón, cocina amueblada y equipada, baño, suelo de parquet. Amueblado</p> <p>¡¡BUENA COMUNICACIÓN!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>247.575 €</b></p>	<p>REF.- 1975. PISO MORATALAZ</p> <p>90 m<sup>2</sup>, 3 habitaciones, salón cocina con office, tendero y despensa, baño y aseo, calefacción central, aire acondicionado, ascensor.</p> <p>¡¡PRECIO INMEJORABLE!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>330.000 €</b></p>	<p>REF.- 1932. PISO MORATALAZ</p> <p>100 m<sup>2</sup>, en urbanización cerrada, 3 habitaciones, gran baño, salón independiente, cocina amueblada, parquet, aparcamiento con vigilancia, ascensor. Para entrar a vivir.</p> <p>¡¡JUNTO AL METRO!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>355.000 €</b></p>	<p>REF.- 1931. PISO MORATALAZ</p> <p>100 m<sup>2</sup>, 3 dormitorios, salón, cocina, gran baño, calefacción individual, muy luminoso, ascensor. Para entrar a vivir.</p> <p>¡¡MUY BUENA ZONA!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>365.000 €</b></p>	<p><a href="http://www.vilsa-asesores.es">www.vilsa-asesores.es</a> <a href="mailto:vilsa@vilsa-asesores.es">vilsa@vilsa-asesores.es</a></p> <p><b>MORATALAZ</b> 91 328 74 74</p> <p><b>VALLECAS</b> 91 757 07 07</p> <p>ARGANDA: 91 875 77 88 ARGANDA: 91 875 75 75 MEJORADA: 91 679 40 40 RIVAS: 91 666 13 17 RIVAS PUEBLO: 91 670 12 18 VALLECAS VILLA: 91-305-26-00</p>
<p>REF.- 1929. PISO MORATALAZ</p> <p>55 m<sup>2</sup>, 2 habitaciones antes 3, calefacción, salón, cocina, baño, aire acondicionado, reformado, para entrar a vivir</p> <p>¡¡JUNTO AL METRO!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>238.050 €</b></p>	<p>REF.- 1481. PISO MORATALAZ</p> <p>Gran piso de 110 m<sup>2</sup>, 3 habitaciones, baño y aseo, calefacción central, cocina con tendero, terraza acristalada y trastero. Garaje opcional.</p> <p>¡¡INFORMESE!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>348.557 €</b></p>	<p>REF.- 1341. PISO MORATALAZ</p> <p>61 m<sup>2</sup>, 3 habitaciones, amplio salón, cocina amueblada y equipada, baño reformado, 2ª altura, metro estrella</p> <p>¡¡PARA ENTRAR A VIVIR!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>241.500 €</b></p>	<p>REF.- 1327. PISO MORATALAZ.</p> <p>62 m<sup>2</sup>, 2 habitaciones antes 3, amplio salón, cocina americana amueblada y equipada, baño, calefacción individual, zona inmejorable.</p> <p>¡¡AL LADO DEL METRO!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>240.000 €.</b></p>	<p>REF.- 1111. PISO MORATALAZ</p> <p>110 m<sup>2</sup>, precioso piso de 3 habitaciones y 2 baños completos, puertas roble, suelos tarima, pintura en liso, calefacción central, salón independiente, frente al metro.</p> <p>¡¡REFORMA A ESTRENAR!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>348.000 €</b></p>	
<p>REF.- 3299. PISO MORATALAZ</p> <p>2 habitaciones, salón, cocina amueblada, baño completo, calefacción, aire acondicionado.</p> <p>¡¡JUNTO METRO ESTRELLA!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>212.000 €</b></p>	<p>REF.- 3246. PISO MORATALAZ</p> <p>Piso L-4, salón, cocina con office y baño completo. Suelos de parquet, calf central, totalmente reformado</p> <p>¡¡IDEAL PAREJAS!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>260.000 €</b></p>	<p>REF.- 3244. PISO MORATALAZ</p> <p>3 habitaciones antes 4, salón independiente, cocina amueblada y equipada, baño completo, exterior.</p> <p>¡¡JUNTO PROXIMA BOCA METRO!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>300.000 €</b></p>	<p>REF.- 3101. PISO MORATALAZ</p> <p>2 habitaciones, salón, baño y cocina amueblada y equipada, suelos de parquet, calefacción individual, gas natural, reformado.</p> <p>¡¡ZONA INMEJORABLE!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>222.000 €</b></p>	<p>REF.- 3153. PISO MORATALAZ</p> <p>3 habitaciones, salón, cocina, baño completo, calefacción individual, ascensor, altura ideal.</p> <p>¡¡EXTERIOR!! Telf.- 91-328-74-74</p> <p style="text-align: center;"><b>333.270 €</b></p>	

# XIX Torneo Internacional de Ajedrez Moratalaz

Madrid, 25-Sep-'06

El lunes, día 25 a las 23:00 h. y una vez concluida la última ronda, se da por finalizado la XIX edición de este famoso torneo de ajedrez conocido como "Open Internacional de ajedrez Moratalaz".

En esta edición han participado 167 jugadores de 6 nacionalidades diferentes y edades comprendidas entre 8 y 85 años, también han jugado trece jugadores con Titulación internacional.

El torneo se ha desarrollado entre los días 18 y 25 de septiembre, jugándose 9 rondas lo que ha supuesto un total de 600 partidas, de las cuales para los que les guste la estadística en 278 ocasiones han vencido las blancas, en 213 las negras y en 109 se han hecho tablas.

Una vez concluida la última partida se procedió a la entrega de trofeos a cargo de D. Ignacio Pezuela, Consejero Técnico de la junta Municipal de Moratalaz, D. Carlos Lozano, Presidente de la Federación Madrileña de Ajedrez, D. Ramón Molina, Presidente del Club de Ajedrez Moratalaz, D. Víctor Soto García, Presidente del Centro Comercial Abierto de Vinateros (Joyería Vinateros) y D. Eduardo López Rodríguez, Director del Torneo.

A continuación pasamos a dar las clasificaciones en sus veinte primeras posiciones. El resto - podrán seguirlo en su periódico digital.....: [www.informativomoratalaz.com](http://www.informativomoratalaz.com)



Jugadores en plena competición



Herminio

Fabiano

## OPEN INTERNACIONAL MORATALAZ

### Final Ranking

Rank	SNo.	Name	MOR Club	Typ	Gr	Pts	BH.	BH.	Fide
1	2	IM HERRAIZ HIDALGO Herminio	CTM		7½	45	54	39½	
2	4	IM CARRIANA Fabiano	MAD	U14	7½	41½	48½	40½	
3	6	IM BARRIA ZUNIGA Daniel	VAL		7	45½	53	38	
4	9	FM ALMAGRO LLANAS Pablo	MAD		7	42	50½	36	
5	12	IM ELISSALT CARDENAS Hector	C.D.V.		7	41½	50½	36	
6	3	IM MORENO RUIZ Javier	MAD		7	40	48	35½	
7	10	VALLES MORENO Ivan	MAD		6½	46	55½	38	
8	7	FM ROA ALONSO Santiago	MAD		6½	44½	53½	37	
9	8	IM MARTINEZ MARTIN David	MAD		6½	43	52	33½	
10	16	RABADAN VELASCO Raul	MAD		6½	42½	51½	38	

## OPEN INTERNACIONAL MORATALAZ

### Final Ranking

Rank	SNo.	Name	MOR Club	Typ	Gr	Pts	BH.	BH.	Fide
11	13	FM FERNANDEZ GARCIA Miguel Angel	MAD		6½	40	47	33½	
12	19	PEREZ MARCO Ricardo	MAD		6½	38	47	34	
13	17	GARCIA RUIDO Ricardo	GAL		6½	36	44	32½	
14	95	MADINA YADAROLA Martin	MAD		6	44½	53	33½	
15	20	WFM TRUJILLO DELGADO Dafne	CAN		6	41½	47½	33½	
16	15	GONZALEZ SOMOZA Oliver	MAD		6	40½	48½	33½	
17	11	FM SERRANO SALVADOR Eduardo	MORATALAZ		6	39½	48½	32	
18	151	FERNANDEZ GARCIA Alberto			<200	6	39½	48	32½
19	24	ANTON VEIGA Juan Carlos	MAD		6	39½	48	31½	
20	31	RUBIO MEJIA Luis Ignacio	MAD	U18	6	39½	46½	31½	

## La concejala de Empleo y Servicios a la Ciudadanía, Ana Botella, visitó las obras del equipamiento de Fuente Carrantona, a punto de finalizar

## Moratalaz contará en octubre con un nuevo centro de servicios sociales

Madrid, 21-sept-'06

El distrito de Moratalaz contará el próximo mes de octubre con un nuevo equipamiento de más de dos mil metros cuadrados dedicados a la atención de los servicios sociales municipales. Esta atención se realiza por el momento en el edificio de la propia Junta Municipal. La concejala de Empleo y Servicios a la Ciudadanía, Ana Botella, recorrió el pasado 21 de septiembre la nueva infraestructura, ubicada en la calle de Fuente Carrantona, y aprovechó para reunirse con los trabajadores sociales y conocer más de cerca las necesidades de este distrito. El presupuesto para la construcción del centro, de 2.132 metros cuadrados, ha superado los tres millones y medio de euros (3.538.590). El edificio tiene cuatro plantas, más semisótano y cubierta, y se integra arquitectónicamente en el conjunto de la Junta Municipal y el Centro Cultural. La obra se encuentra en la fase final y sólo quedan pendientes las acometidas de gas y agua, que deben ejecutar las correspondientes compañías de servicios.



Moratalaz tiene una población relativamente reducida. Ocupa el lugar 18 del municipio. Desde el punto de vista sociodemográfico, manifiesta una creciente tendencia al envejecimiento: un 20,74% de la población (22.218 personas) tiene más de 65 años y un 4,27% (4.576) cuenta con más de 80 años. Los menores (de 0 a 17 años) representan un 15,80% (16.931 personas), mientras que los inmigrantes extranjeros no alcanzan el 10% (el 9,73%, con 10.424 personas). En cuanto a la renta per capita, un 14% de la población del distrito provienen de familias realojadas en promociones de vivienda pública y que presentan importantes carencias sociales

y económicas respecto al nivel medio de renta del distrito. Los Servicios Sociales, además del centro visitado el 21 de septiembre, cuentan con equipamientos especializados, algunos de ellos puestos en marcha en esta legislatura, que son: un Centro Atención a la Infancia y Centro de Apoyo al Menor y un Centro de Día de apoyo al Empleo para jóvenes excluidos. En cuanto a la atención social, los datos más relevantes durante el pasado año se traducen en 2.853 personas atendidas, con una media de 5,8 personas al día; y 3.686 expedientes familiares activos, de los cuales se han puesto en marcha 768 nuevos durante ese año 2005.

Con el objetivo de prevenir la incidencia de problemas y conflictos de convivencia y promover la integración social en los barrios del distrito se lleva a cabo la intervención social individual. También se realizan otras iniciativas sociales, como el proyecto para menores, subvencionado desde la Dirección General de Infancia y Familia, y otros proyectos específicos contratados desde el distrito./

Para contratar Publicidad : 91 437 40 43

## LA CAÑADA



La Cañada, 32 - 28030 MADRID  
Registro Sanitario 20.26600M

**ABIERTO:**

- \* De Lunes a Domingo .....por las mañanas.
- \* De Lunes a Viernes .....por las tardes.

**91 773 20 26**

**OFERTA: 9,50 €**  
**POLLO + TORTILLA ESPAÑOLA**

**OFERTAS: 8,80 €**  
**POLLO + 2 EMPANADAS**

**POLLO + ENSALADILLA RUSA**

**OFERTA: 8,80 €**  
**POLLO + BOLSÓN DE PATATAS**

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

**EMPANADAS ESPECIALES GALLEGAS**

## EUROTRANS RENT A CAR

ALQUILER Y RENTING DE VEHÍCULOS

Pacífico

[www.eurotrans.com.es](http://www.eurotrans.com.es)



10 % de Dcto. presentando este ANUNCIO

LIDER EN ALQUILER Y RENTING DE VEHÍCULOS

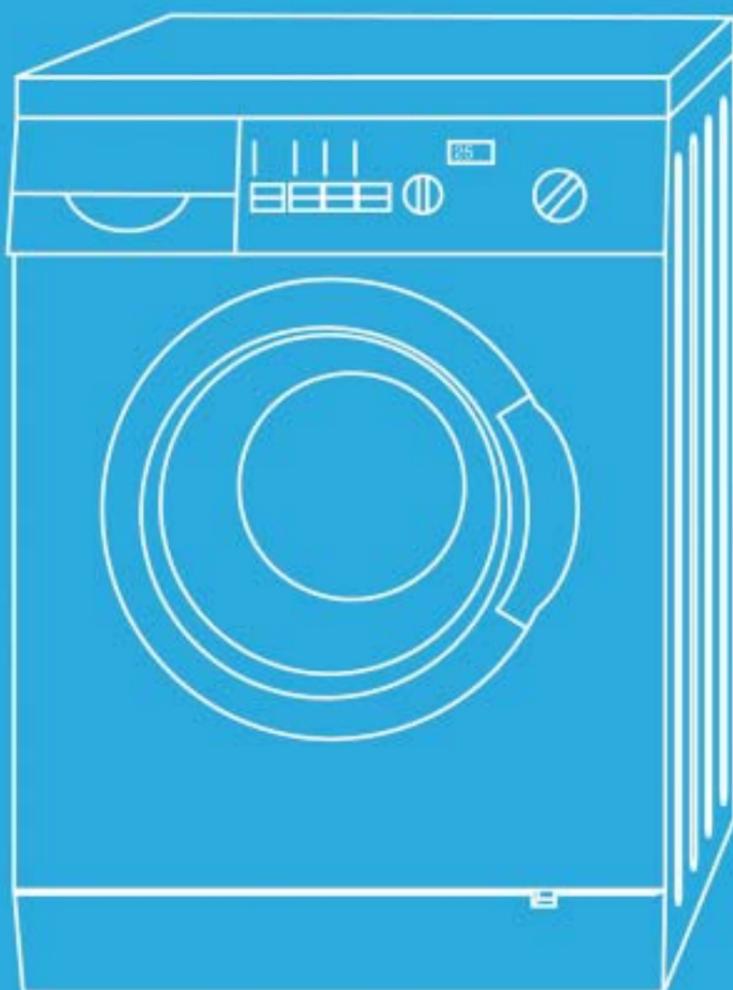
Avenida Ciudad de Barcelona, 190  
Tlfno.: 91 552 55 04 - 28007 Madrid

Cada vez que me utilizas sólo cuando estoy llena, ahorras hasta 30 litros de agua. Si todos los madrileños hacen lo mismo, ahorran 180 millones de litros.



Súmate  
al Reto del  
Agua

MADRID NECESITA MÁS AGUA



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



Canal de  
Isabel II  
*Cuidemos el agua*

**LIBROS MÁS VENDIDOS DEL MES**

Nº	Título	Autor	Editorial	P. V. P.
1	LA CATEDRAL DEL MAR	Ildefonso Falcones	Grijalbo	19,90 €
2	INES DEL ALMA MIA	Isabel Allende	Arete	22,90 €
3	TODO BAJO EL CIELO	Matilde Asensi	Planeta	21,00 €
4	EL VIENTO DE LA LUNA	Antonio Muñoz Molina	Seix Barral	20,00 €
5	EN EL NOMBRE DEL CERDO	Pablo Tusset	Destino	19,50 €
6	BROOKLYN FOLLIES	Paul Auster	Anagrama	18,00 €
7	SUITE FRANCESA	Irene Nemirovsky	Salamandra	19,00 €
8	EN CARNE VIVA	Joaquín Sabina	Ediciones B	17,50 €
9	ADIÓS DEPRESIÓN	Enrique Rojas	Temas de Hoy	19,50 €
10	CELL	Stephen King	Plaza & Janés	21,00 €

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

**"El Comentario"**

Título... **A Tumba Abierta**  
Autor... **Fernando Múgica**  
Edita... **Esfera**  
P.V.P. **22,00.-**

Dejaron morir ahogada a su mujer y ahora quieren matarlo a él. Le han disparado cinco tiros, han destrozado a palos a sus animales y le han llenado el portal de sangre. Es la presión a la que someten al testigo más incómodo del 11-M. Su pecado fue denunciar en el verano de 2001, ante las

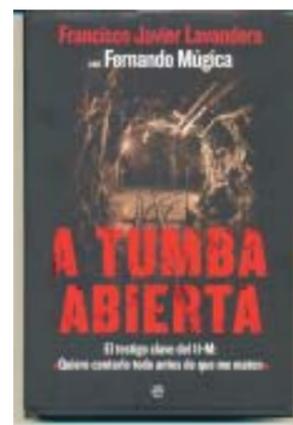
Fuerzas de Seguridad, que Toro y Trashorras intentaban vender grandes cantidades de explosivos y trataban de encontrar a alguien que pudiera fabricar bombas con teléfonos móviles. No sólo no le hicieron caso, sino que varios policías le amenazaron de muerte si volvía a repetir el secreto que calla desde entonces y que ahora desvela en este libro: Toro mantenía una relación directa con ETA y quiso contratarle para que hiciera de correo con los explosivos para la organización terrorista.

Por fin Francisco Javier Lavandera cuenta en estas páginas, de la mano de Fernando Múgica, toda la verdad del entramado asturiano de la dinamita. Repasa su vida: las palizas en el colegio, su periodo

punk, su coqueteo con millonarios golpistas, sus dramáticas vivencias como minero del carbón; transmite, desde su experiencia como vigilante de un club, todos los detalles del sórdido mundo de la prostitución; detalla las relaciones sexuales que ha mantenido con más de cien mujeres y revive las atrocidades que presenció como mercenario en África.

Además, desmenuza los sinsabores de su recorrido por España como testigo protegido, así como el abandono al que ha sido sometido, y por encima de todo demuestra una valentía heroica al dar un testimonio que es imprescindible para acercarse a la verdad del 11-M.

**Consultar en Librería Méndez**

**EL YOGA Y EL CALCIO EN NUESTRO CUERPO**

Su tarea es ingrata, ya que la mayoría de nosotros no se preocupa de la salud de sus huesos.

Los huesos reciben su alimentación a través de la sangre, que aporta las sustancias necesarias para su formación, y elimina todas las sustancias de desecho que se forman en el recambio óseo.

De los componentes que forman los huesos el calcio es especialmente importante, no solo proporciona estabilidad sino que en su forma disuelta, participa en multitud de procesos vitales. Junto con otros factores interviene en la coagulación de la sangre cuando hay una herida. Los nervios y músculos tampoco funcionan bien sin la presencia del calcio.

Hay tres hormonas que regulan el calcio: Paratormona, calcitonina y vitamina D hormona, estas hormonas acompañan al calcio en su camino desde los alimentos a través de la sangre, hasta los huesos, finalmente el calcio se elimina a través del intestino y los riñones.

Hay otros como la hormona sexual femenina (estrógenos) y la masculina (testosterona) que actúan sobre el esqueleto protegiendo al hueso de su destrucción.

Hoy sabemos que una amplia variedad de enfermedades se deben a hábitos incorrectos de vida y alimentación.

Cuando las cantidades de calcio de una dieta son bajas, el organismo toma lo que le falta de los huesos, ya que estos actúan como reserva de dicho mineral.

**Centro de Yoga y Terapia ENCUESTRO****\* GRUPOS:**

- YOGA
- TAI-CHÍ
- TALLERES-SEMINARIOS

**\* INDIVIDUAL:**

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

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

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

Lo mismo ocurre con la vida sedentaria que llevamos. Si no andamos conscientemente todos los días y hacemos ejercicio físico adecuado al menos dos veces en semana, nuestro cuerpo se resentirá negativamente según pasan los años.

Cuando Pedro Duque iba a hacer su primer viaje al espacio, un periodista le preguntó qué cosas "no necesarias" llevaba consigo. Contestó que unas fotos, unas comidas y una bicicleta estática.

El periodista no preguntó el por qué de la bicicleta, dando por supuesto que era para tener algún rato de ocio.

En el primer viaje al espacio, los americanos descubrieron que, cuando los astronautas regresaron de su viaje espacial, habían perdido un 30% de masa ósea.

Así se descubrió que el ejercicio es muy importante para mantener el calcio en el cuerpo.

Los grandes caminantes, los campesinos, se mantienen ágiles hasta entrada la vejez.

Viene esto a cuento para recordarles que el ejercicio es imprescindible y el yoga es uno de los mejores métodos que hay, para personas de cualquier edad, para mantener el calcio de sus huesos y la elasticidad de sus músculos, ya que la persona no se adapta al yoga, es el yoga el que se adapta a la persona, no importa la edad, ni la condición física de partida.

También sabemos que el yoga, además de mantener, y mejorar,



nuestro cuerpo físico, mejora nuestro estado mental y psíquico, que es más importante para sentirnos bien, en este mundo que nos ha tocado vivir.

¡Animaos! ¡Probad!. El yoga puede cambiar nuestra vida.

**EL EQUIPO DE ENCUESTRO**

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

Laminados  
Opacos  
Neón  
Corporales  
Banderas  
Lunas  
Impresión Digital  
Decoración Cristales  
Rotulación Vehicular  
Placas Grabadas  
Señalización  
Pastillas Electrónicas  
Sellos de caucho  
Serigrafía

Exposición: C/ Pico de los Artilleros, 15  
e-mail: [vdr@verticaldelrotulo.com](mailto:vdr@verticaldelrotulo.com)  
[www.verticaldelrotulo.com](http://www.verticaldelrotulo.com)

Presupuestos sin compromiso

Nuevos, Reparación y Mantenimiento

Todo en rotulación

**AMBLÉS SISTEMAS S.L.**

MONTAJE Y MANTENIMIENTO DE ASCENSORES E INSTALACIONES ELÉCTRICAS.

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

**ESCUELA DE MÚSICA Y DANZA**

PIANO  
GUITARRA  
VIOLÍN  
FLAUTA  
SAXOFÓN  
SOLFEO  
CANTO  
ETC...

BAILES DE SALÓN  
DANZA DEL VIENTRE  
METODO PILATES  
GYM-JAZZ  
TAI-CHI

Iniciación musical a partir de 3 años

Jardín Musical para niños de 2 años

Pza. Juan Benet, 7 (Detrás Ambulatorio) Valdebernardo, Vicálvaro  
91 772 28 40 / 605 900 776

**Viajes Hor-Tour**  
AGENCIA ASOCIADA

**VACACIONES DE CALIDAD AL MEJOR PRECIO**

- Viajes de Empresa
- Billetes de Avión: Nacional, Internacional y Vuelos Especiales
- Viajes Programados, Circuitos
- Turismo Activo, Turismo Rural
- Estancias en Playa o Montaña
- Grupos e Incentivos
- Turismo Social (3ª Edad)
- Cruceros - Alquiler de Coches...

**"ESTAS VACACIONES EXIGE LO MEJOR"**

\* ELIGE DESTINO  
\* COMPARA PRECIOS \* CONTRATA CALIDAD

**INFORMACIÓN Y RESERVAS**  
C/ Bulevar Indalecio Prieto, 29  
Local 3 / 28032 MADRID  
TEL.: 91 256 18 78 / FAX: 91 773 05 91  
e-mail: hor-tour@marsans.es

### Elecciones de las Juntas Directivas en los Centros de Mayores



El jueves 5 de octubre tendrán lugar las primeras elecciones en los tres Centros Municipales de Mayores de Moratalaz: Nicanor Barroso, Centro de Día y de Mayores Moratalaz y Centro de Día y de Mayores Isaac Rabin.

La Junta Municipal de Moratalaz de conformidad con lo establecido en el punto primero del Reglamento Electoral de los Centros de Mayores, aprobados por el Pleno de la Corporación Municipal del Ayuntamiento de Madrid el 27 de Enero de 2004 va a convocar elecciones a Juntas Directivas.

El calendario electoral ha sido el siguiente:

- 4 de septiembre (convocatoria Asamblea General).
- 12 de septiembre (Asamblea General).
- Desde el 13 al 19 de septiembre (Presentación de candidaturas).
- Del 21 al 25 de septiembre (Periodo de impugnación de candidaturas).
- 26 de septiembre (Publicación definitiva de candidaturas).
- Del 27 de septiembre al 4 de octubre (Campaña Electoral).
- 5 de octubre (Elecciones).

## "Antena de Plata" para Fátima Núñez, por su apoyo a los Medios de Comunicación Local

El viernes 29 de septiembre, la Asociación de Profesionales de Radio y Televisión, de manos de su Presidente D. Federico Sánchez Aguilar, ha concedido y entregado a D<sup>a</sup> Fátima Núñez, Concejala-Presidenta del distrito de Moratalaz, la "Antena de Plata" que anualmente concede esta Asociación, por su dedicado apoyo a los Medios de Comunicación local, un bonito Premio que quiso compartir con los medios locales presentes con todo cariño y respeto.

D. Federico, quiso resaltar de Fátima tanto sus virtudes políticas como humanas; destacó la gran colaboración y apoyo que presta a todos los medios de comunicación, especialmente a los de su distrito, Moratalaz, ya que siempre tiene abierto su despacho para cualquier periodista, radiofonista, televisionista, etc... que vaya a preguntar sobre cualquier circunstancia.

Es una Concejala próxima, una vecina más del distrito; se la puede ver en el supermercado, en la cafetería, siempre hablando con su gente. ¡Ojalá, hubiera muchos concejales como Fátima Núñez, resaltó"...

Fátima, en su intervención, quiso agradecer a Federico y en especial a la Asociación, tan prestigioso Premio: "Recibo con muchísima ilusión y muy emocionada esta Antena de Plata, sobre todo por o que representan para mí los medios de comunicación local". "Me siento muy alagada, hoy aquí, por acompañarme". "De ellos he aprendido a respetar y valorar su trabajo, ya que aunque a veces tengan dificultades por la falta de recursos, detrás de ello se encuentra un trabajo muy rigurosos, muy profesional, sobre todo cuando creen en lo que están haciendo...es un trabajo de principios tan sólidos que a partir de ahí he aprendido a valorar el periodismo. Ellos



**Fátima Núñez Valentín, Concejala-Presidenta del distrito de Moratalaz, junto a Federico Sánchez Aguilar, Presidente de la Asociación de Profesionales de Radio y Televisión**



**Foto de Familia de la Asociación de Profesionales de Radio y Televisión, quienes se encargaron durante la Gala de entregar diferentes Antenas de Plata a otros Profesionales y compañeros del mundo de la Radio, Televisión, Prensa, Actores, Deporte, etc.**

resuelven sus problemas con mucha imaginación, trabajo, esfuerzo y cariño, y por eso me siento muy orgullosa. Desde aquí, quiero decirles que esta Antena de Plata, os lo debo a vuestra labor, porque gracias a vosotros, los que estamos al otro lado de la política, podemos trabajar, por eso os digo que en lo profesional y en lo personal, tenéis todo mi cariño y respeto".

Desde el Informativo de Moratalaz, queremos daros las gracias a la Asociación, por hacer felices a tanta gente y a la vez cómo no, Felicitaros por tan bonita Gala y vuestra labor.

### La Asociación de Vecinos "Avance" - Informa -



La Asociación de Vecinos "Avance" informa para mediados del próximo mes de octubre, se va a celebrar una Asamblea Informativa sobre la "Cuña Verde"

El lugar elegido para la misma será el Centro Cultural "El Torito" y en la cual está previsto que asistan responsables de la Cuña Verde del Área de Medio Ambiente del Ayuntamiento de Madrid, además de Fátima Núñez, Concejala-Presidenta del Distrito de Moratalaz, representante de la FRAVM y Presidente y demás miembros de la Junta Directiva de la Asociación de Vecinos Avance.

Próximamente, se informará de la fecha exacta de dicha Asamblea en la Asociación de Vecinos "Avance" en la calle Fuente Carrantona. Lo que se les comunica para todos aquellos vecinos interesados que quieran asistir.

**agoo** **aunion grupo odontológico**

ortodoncia - prótesis - estética dental

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

30% de descuento en blanqueamientos realizados durante el verano

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

**DOLOR DE ESPALDA.**

- Dr. San Miguel Bruck -

Centro de Medicina Deportiva y Fisioterapia Oberón.

Más del setenta por ciento de las personas tienen al menos un episodio de dolor de espalda a lo largo de su vida. Además, el dolor lumbar (lumbalgia) es la segunda causa más frecuente de baja laboral.

Se trata, por tanto, de un problema muy frecuente, y que puede ser debido a numerosas causas. Menos del tres por ciento de los casos se deben a un problema grave (tumores, infecciones, problemas abdominales), y lo más frecuente es que se trate de problemas de causa articular o muscular, que pueden resolverse adecuadamente con el tratamiento correcto.

**LUMBALGIA****¿Qué es?**

La lumbalgia es, sencillamente, el dolor de la zona lumbar. Por lo tanto, no se trata de un diagnóstico, sino de un síntoma. La lumbalgia puede deberse a numerosas causas, de las cuales la más frecuente es la lesión o la sobrecarga muscular. Es decir, el lumbago clásico o lumbalgia de origen muscular. Afecta normalmente a personas en la tercera o cuarta década de la vida, principalmente a aquellas expuestas a sobrecarga de la zona lumbar por motivos profesionales, domésticos o deportivos.

**¿Cómo se diagnostica?**

El diagnóstico de la lumbalgia se inicia con la anamnesis (la entrevista del médico con el paciente) y la exploración física. En ocasiones, esto es suficiente para establecer el diagnóstico, pero en determinados casos puede ser necesario realizar pruebas complementarias: la radiografía y la resonancia magnética son las dos pruebas más solicitadas para conocer la causa exacta de la lumbalgia.

**¿Cómo se trata?**

- El tratamiento de la lumbalgia aguda consiste en reposo físico (el mínimo necesario según los síntomas), medicación, aplicación de calor local y fisioterapia (termoterapia, electroanalgesia, masaje y movilizaciones).  
- Una vez superada la fase aguda, y para evitar que el problema se haga crónico, hay que devolver a la zona lumbar su funcionalidad, recuperando la movilidad y la fuerza de todos los músculos de la zona. Para ello, la fisioterapia se complementa con el ejercicio terapéutico (recuperación deportiva en sala de ejercicios y en piscinas, controlado y supervisado por personal sanitario cualificado y con experiencia en este tipo de procesos) como complemento ideal.

**HERNIA DE DISCO****¿Qué es?**

Entre cada dos vértebras de la columna vertebral se encuentra un tejido especializado denominado disco intervertebral. Su función principal es amortiguar y repartir la carga y controlar el movimiento entre las vértebras. Por lo tanto, cuando el disco no funciona bien se producen lumbalgias por sobrecargas en las vértebras al moverse de manera mal coordinada. Si, con el paso del tiempo, el disco se desplaza de su posición normal, puede comprimir la médula espinal o las raíces nerviosas que dan movimiento y sensibilidad a las piernas, provocando la aparición de ciática. Los pacientes con hernia de disco suelen haber tenido episodios repetidos de dolor lumbar, y generalmente se encuentran entre los treinta y los cincuenta años de edad.

**¿Cómo se diagnostica?**

Tras la entrevista del médico y el paciente y la exploración física, la prueba diagnóstica de elección ante la sospecha de un problema discal es la resonancia magnética nuclear, que permite conocer el estado de las estructuras de la columna vertebral.

**¿Cómo se trata?**

El tratamiento de los problemas discales sin compresión de las raíces nerviosas es muy similar al de las lumbalgias de causa muscular. Si existe ciática, debe afrontarse el problema con más cautela, y si persiste a pesar del tratamiento valorar la necesidad de tratamiento quirúrgico.

**CIÁTICA****¿Qué es?**

La ciática es el dolor que se origina en la zona lumbar y se irradia hacia las piernas, normalmente por la parte posterior: según la

raíz comprimida el dolor se distribuirá por unas zonas u otras. En ocasiones, en vez de dolor se producen alteraciones de la sensibilidad (hormigueo o adormecimiento), y cuando el proceso es muy intenso o lleva mucho tiempo de evolución se alteran los reflejos (que se exploran golpeando con un martillo especial los tendones rotuliano y aquileo) y se pierde fuerza muscular.

**¿Cómo se diagnostica?**

El diagnóstico de la ciática se obtiene sencillamente durante la entrevista con el paciente y la exploración física. El siguiente paso es diagnosticar la causa de la ciática, que generalmente es una hernia discal, por lo que la prueba más aconsejable es la resonancia magnética nuclear. Para saber el grado de afectación de la raíz nerviosa comprimida se realiza una prueba especial denominada electroneuromiografía, que valora el funcionamiento del nervio.

**¿Cómo se trata?**

El tratamiento de la ciática es el tratamiento de la causa que la origina, generalmente una hernia discal, por lo que seguirá las pautas ya mencionadas.

**ARTROSIS****¿Qué es?**

Con el paso del tiempo (a consecuencia de lesiones previas en la zona lumbar) se producen cambios degenerativos por desgaste de las articulaciones de las vértebras: esto es sinónimo (de forma simplificada) de la artrosis. Se trata de un problema irreversible, por lo que la actitud frente a este proceso es evitar al paciente las molestias derivadas del problema. Afecta especialmente a personas a partir de la quinta década de la vida, y casi sin excepción a partir de los sesenta años de edad.

**¿Cómo se diagnostica?**

La artrosis en la columna vertebral se sospecha en la entrevista y la exploración física del paciente, y se confirma

mediante técnicas de imagen: normalmente radiografías, escáner o resonancia magnética nuclear.

**¿Cómo se trata?**

Como hemos mencionado, la artrosis es un problema que no puede curarse, pero sí pueden paliarse sus efectos y disminuir la repercusión en las actividades cotidianas de los pacientes. Para ello, el tratamiento idóneo es el que tiene por objetivo devolver a la espalda la mejor funcionalidad posible, recuperando la movilidad y la fuerza de la musculatura de la zona. Con este fin, la recuperación deportiva (ejercicio físico terapéutico supervisado) es una de las mejores opciones. La fisioterapia puede ayudar a mejorar la sintomatología del paciente mediante el tratamiento específico de los problemas asociados con la ayuda de movilizaciones, técnicas de analgesia, masaje de descarga, etcétera.

**ESCOLIOSIS****¿Qué es?**

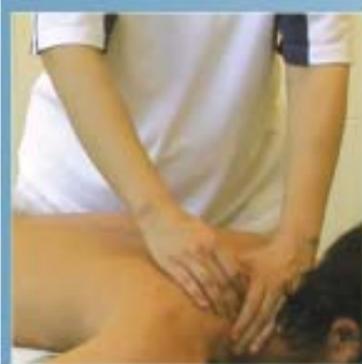
La escoliosis es el aumento de las curvas normales de la columna vertebral en el plano frontal. Al aumentar las curvas, los ligamentos y los músculos trabajan en malas condiciones, y pueden provocar dolor.

**¿Cómo se diagnostica?**

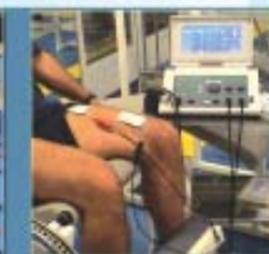
El diagnóstico inicial es clínico, basado en la entrevista con el paciente y, fundamentalmente, en la exploración física. En ésta, la observación de la espalda del paciente muestra signos de asimetría (en la altura de los hombros y de las caderas, por ejemplo) que hacen sospechar el diagnóstico. Para confirmarlo la prueba ideal es la teleradiografía de columna, una radiografía en la que se ve toda la columna vertebral y pueden medirse las curvas presentes para conocer con exactitud su importancia.

**¿Cómo se trata?**

- La escoliosis afecta normalmente a pacientes jóvenes (niños y adolescentes), y cuanto antes se diagnostique más eficaz será su tratamiento. En las curvas muy grandes y que tienden a progresar el tratamiento se basa en el uso de corsés y, ocasionalmente, en el tratamiento quirúrgico (para fijar las curvas y evitar que sigan aumentando).  
- En las curvas menores el tratamiento ideal consiste en la práctica de ejercicio físico para mejorar la flexibilidad y la fuerza de la musculatura de la columna. Si bien la natación es el ejercicio habitualmente indicado, añadir a los estilos convencionales la realización de ejercicios específicos de acuerdo a las curvas de cada paciente supone un valor añadido que puede mejorar la eficacia del tratamiento.

**FISIOTERAPIA**  
general y deportiva**TRATAMIENTOS EN PISCINA**  
y en sala de ejercicios**PRUEBAS DE ESFUERZO**  
con análisis directo de gases

El Centro de Medicina Deportiva y Fisioterapia Oberón ofrece, con el respaldo de la experiencia de varios años en la atención a pacientes y deportistas, una amplia gama de servicios para tratar problemas del aparato locomotor (lesiones articulares y musculares; recuperación postquirúrgica, artrosis, lumbalgias, etcétera) y para mantener o mejorar el estado de salud y el rendimiento deportivo.



CENTRO DE MEDICINA DEPORTIVA Y FISIOTERAPIA OBERÓN

Polideportivo Sagrada Familia. c/Oberón nº 7. 28030. Madrid. 913050110.

## CURAS ADELGAZANTES Y REDUCTORAS TRAS EL VERANO



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

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

**Tel.: 91 430 03 96**

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



Estética Especializada  
**PARREÑO**

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

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

*Uno de los mejores equipos de Madrid*

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



# NOVEDADES MORATALAZ

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

Como llevamos anunciando desde la última nota que se tocó en la final del VII concurso en la Sala Silikona, la siguiente edición se celebraría sin tardar demasiado, sobre octubre. Por fin, podemos decir que, habiendo ya confeccionado el calendario de ésta nueva gran temporada de conciertos, el concurso tomará una importante relevancia, más si cabe, respecto a los años anteriores en los que la música local madrileña tomaba las noches de los lunes y martes y ofrecía increíbles posibilidades a bandas noveles y no tan noveles del panorama musical actual en nuestra capital. La principal novedad será ese aumento de los premios, tanto en metálico como en material aportado por Yamaha, tan necesario como aliciente para todo participante, y tan suculento para cualquier conocedor de lo costoso de los artículos que se ganarían. En relación con la estructura del concurso, se mantendrá en la misma configuración que el año pasado vistos los buenos resultados de público y grupos,

favoreciendo el espectáculo y la competencia, y ofreciendo en definitiva el mejor motivo para oír música pop y rock en Silikona entre semana. Así, el domingo 1 de octubre será la presentación del concurso en la que además de explicar a cada uno de los grupos como será el sistema de participación de una manera más pormenorizada se subirán al escenario los ganadores del VII concurso "Nocturnos". Una semana después, el lunes 9 de octubre comenzará la actuación de los grupos del concurso y Moratalaz asistirá, de nuevo, al gran evento musical del año en el barrio de Moratalaz. Para todos los interesados volvemos a reiterar que la inscripción al concurso continua abierta así como la recepción de maquetas en la propia sala. Para cualquier información adicional se podrá llamar al 91 212 20 12 preguntando por Rafa o bien en Silikona. Os esperamos.

Alex

### Trade DJ'S SCHOOL CHART

- 1 MADONNA - Get together
- 2 BOB SINCLAIR - world hold on
- 3 BEAT FREAKZ - Superfreak
- 4 CHRISTINA AGUILERA - Ain't no...
- 5 GNARLS BARKLEY - Crazy (Remix)
- 6 DARIO G - Ring of fire
- 7 MICHAEL GRAY - Bordeline
- 8 JUSTIN TIMBERLAKE - Sexyback
- 9 PARIS HILTON - Stars.. (Remix)
- 10 SUPERMODE - Tell me why

### LISTA EXITOS MORATALAZ

1. MANA - Labios compartidos
2. JULIETA VENEGAS - Me voy
3. SHAKIRA - Hips don't lie
4. NELLY FURTADO - Te busqué
5. LUCIE SILVAS - Nothing else matters
6. PEREZA - Como lo tienes tu
7. RED H.CHILLI P. - Dani California
8. AMARAL - Resurreccion
9. EVANESCENCE - Call me when...
10. EL CANTO DEL LOCO - Besos
11. DOVER - Let me out

### CONCIERTOS OCTUBRE 2006.

#### "SALA SILIKONA"

Plaza del Encuentro, 1. Moratalaz  
Moratalaz. Madrid. Metro: Vinateros  
(+ Info: 91 212 20 12 Rafa)

DOMINGO	01	- PRESENTACIÓN VIII CONCURSO POP ROCK MORATALAZ + ACTUACIÓN NOCTURNOS
MIÉRCOLES	04	- LOCALES X LA CARA PRESENTA: OBIBASÉ
JUEVES	05	- LA CAJA NEGRA + URBAND
VIERNES	06	- FESTIVAL "UN AÑO SIN ELIO". ANIVERSARIO DE LA MUERTE DE ELIO DE PALMA
SÁBADO	07	- SEVEN SEAS + EMBRACING NEMESIS
MIÉRCOLES	11	- N-JOID + LUNA NEGRA
JUEVES	12	- CALLEJÓN SIN SALIDA + YEBOUNAKOGORZA
JUEVES	19	- VEIN + PEN CAP CHEW + LULLABIES
VIERNES	20	- MY.OWN.MISTAKE + REPTILE PALACE ORCHESTRA
SÁBADO	21	- PRESENTACIÓN DISCO DULCAMARA + DAMIR GEDDERS
MIÉRCOLES	25	- LOCALES X LA CARA PRESENTA: GUDINI
JUEVES	26	- MAREANDO LA PERDIZ
VIERNES	27	- WATTIUM
SÁBADO	28	- CARMEN 113 + NOCTURNOS

# SALA SILIKONA

## LAS MEJORES FIESTAS

Miercoles Dia del Socio

Retransmisiones Deportivas (La Liga, Champions...)

(Abierto todos los días)

DISCO BAR

# SILIKONA

## MORATALAZ

PLZ. DEL ENCUENTRO Nº1 TLFN. (91) 439 72 12

Metro Vinateros.

# VIII CONCURSO POP ROCK MORATALAZ

Abierto el plazo de inscripción



## RE/MAX Clásico, una Joven Inmobiliaria con mucho futuro en Moratalaz

\* Un año después de su apertura, **RE/MAX CLÁSICO**, amplía su oficina, con el fin de poder ofrecer un mejor servicio inmobiliario a sus potenciales clientes, basado en valores humanos, personales y sobre todo profesionales.



El pasado jueves 21 de Septiembre, asistimos a la inauguración oficial de la Empresa Inmobiliaria **RE/MAX Clásico**, situada en la calle Marroquina (Moratalaz), donde pudimos comprobar "in situ" la gran imagen que tiene esta joven Firma Comercial y el gran cariño y simpatía que los asistentes demostraban por estos jóvenes profesionales, todos ellos con una gran ilusión y muchas ganas de trabajar. La oficina consta de 6 Agentes Asociados que están dirigidos por el **Broker Iván González**, premiado como el **Mejor Broker del año**. Recientemente **RE/MAX Clásico**, ha sido galardonada con el Premio Executive de Facturación.

Después de invitar a los allí presentes a un vino español y haber cambiado impresiones unos con otros, una bonita forma de conocerse, su **Gerente Ivan Gonzalez, Broker de RE/MAX Clásico**, dedicó una palabras a los futuros y potenciales clientes. En primer lugar, dió las gracias a los invitados por su asistencia, además de agradecer el apoyo incondicional de su familia. Seguidamente hizo un pequeño resumen de cómo comenzó su vida profesional: "Empecé a trabajar en nuestro distrito, hace nueve años, ejerciendo como agente, de los cuales tres años fueron como Director Comercial. Conseguí abrir mi propia oficina y con ello cumplido mi sueño en 2005 con el nombre comercial de "RE/MAX Clásico" y tan sólo un año después he ampliado la misma con el fin de poder ofrecer un mejor servicio a nuestros potenciales clientes, todo ello basado en principios éticos y con unos grandes valores humanos, personales y sobre todo profesionales". Precisamente dijo que para conseguir el éxito, había contratado a los mejores Profesionales del mercado, tales como: Juan Carlos, Lourdes, Fran, Norma, Manuel y Almudena Sánchez, como Coordinadora. Mencionó con especial cariño a Carmen, ya que la Convención Nacional de Remax, celebrada en Port Aventura la otorgó con el Premio a la Mejor Agente 2005 (Premio de Ventas), por ese motivo, este día, el de la inauguración, se le dió una Placa para recordar el Premio que había obtenido. Además, se le dió también una Placa a Raúl Larrad (Consultor Remax España), por su apoyo personal y profesional a todo el Equipo de **RE/MAX Clásico** desde su apertura en 2005. Finalmente, invitó a los asistentes a que fueran a sus oficinas, en el supuesto de que quisieran comprar o vender. Asimismo, dijo que quien quiera asociarse al mejor equipo humano y profesional, ahora era el momento de llamar... **Tel.: 91 439 92 29**

Como consecuencia de todo lo experimentado esa noche, fué por lo que nos decidimos posteriormente a realizarle la siguiente ENTREVISTA:

**\* Por qué elegiste REMAX?**

- Estos años de atrás había trabajado en otras redes inmobiliarias, cuando decidí abrir mi propia empresa, RE/MAX me presentó un concepto revolucionario del sector inmobiliario.

**\* Qué diferencias encontraste con otras redes inmobiliarias?**

- La gran diferencia radica en que nuestros agentes



inmobiliarios son socios de la Empresa y así de esta manera atraemos y formamos a los mejores profesionales del sector y así conseguimos nuestro objetivo numero uno que es: **OFRECER EL MEJOR SERVICIO INMOBILIARIO DEL BARRIO**, este concepto nos hace únicos.

**\* Cómo un agente puede ser socio de la empresa?**

- Primero pasando un plan de capacitación de 3 meses combinando la teoría y la practica, obteniendo un número de asociado que le permite intermediar en la compra-venta de viviendas, esto y ser la compañía que mas propiedades vende en



el mundo (según auditoria externa), nos permite atraer a los profesionales mas cualificados del sector, compartiendo responsabilidades y así obteniendo una gran fidelización en nuestros clientes, gracias al grado de implicación que el agente asociado tiene con la empresa.

**\* ¿Quién necesita un servicio inmobiliario?**

- **Todo el mundo.** Gestionar la compra-venta de una vivienda no es solo encontrar un comprador. Sin embargo hay dos tipos de clientes: los que saben valorar un servicio y los que no, aquellos que lo valoran su mejor decisión es: **"RE/MAX Clásico"** y para los que no, al conocernos damos un paso más para la estandarización del servicio inmobiliario en la sociedad.

**\* ¿Qué quieres decir con estandarizar?**

- **Pongamos un ejemplo;** si alguien planea unas vacaciones... no se plantea el solo la búsqueda de un hotel, del vuelo, desplazamientos, reservas.. etc.; se acerca a una agencia de viajes para que le den un servicio integral. Bien, hace una década nadie se plantearía vender o comprar una casa con una agencia, sin embargo a día de hoy estamos muy cerca de intermediar en el 50% de todas las transacciones inmobiliarias, en muy pocos años ninguna persona va a vender o comprar una propiedad por si sola, demandará espontáneamente asesoramiento de un profesional inmobiliario que le ofrezca una solución total. A eso me refiero con estandarizar el servicio, en esa dirección trabajamos en **RE/MAX Clásico**.

**\* Entonces qué servicio proporciona RE/MAX Clásico?**

- El agente asociado RE/MAX no trata ni con casas, ni con ladrillos, trata con personas, cada cliente lo consideramos único cubriéndole todas sus necesidades. **Cada cliente una solución**, buscando siempre la excelencia y de esta manera fidelizarlos para toda la vida. Además, hemos creado servicios exclusivos como el "Plan cambio de Casa" y hemos creado un servicio financiero independiente ajustándonos a la situación actual.

**\* ¿Qué tiene que ver ALDEAS INFANTILES CON RE/MAX?**

- **RE/MAX España** ha suscrito un programa de responsabilidad corporativa (**RE/MAX for kids**) con **SOS ALDEAS INFANTILES** en el que todas las oficinas y sus agentes asociados donan un porcentaje de sus honorarios a devolver parte de lo que la sociedad nos da. Asimismo, Remax Clásico colabora con Asión (Asociación infantil oncológica de la Comunidad de Madrid) y aprovecho para invitaros a la **XII GRAN TOMBOLA DE ASION QUE SE CELEBRARA EL PRÓXIMO 8 DE OCTUBRE DE 11:30 A 14:30 EN EL COLEGIO VIRGEN DE ATOCHA AVDA. CIUDAD DE BARCELONA Nº 1, MADRID.**

**\* Suerte, y... que sigan los éxitos.**

- Gracias, igualmente.



## El Abogad@ de tu Barrio

\* A partir del presente mes, cuentas estimado lector@ con los consejos del Abogad@ de tu Barrio. La letrada M<sup>a</sup> Soledad Sánchez contestará a todas las consultas que queráis formularla, contactando con..... [info@informativomoratalaz.com](mailto:info@informativomoratalaz.com)



### EL DIVORCIO EXPRES Y LAS RUPTURAS MATRIMONIALES (I)

“El amor para toda la vida existe, pero hoy los conflictos en las parejas son cada vez más frecuentes”. Lo dice la abogada María Soledad Sánchez y lo corroboran también los datos sobre el número de rupturas matrimoniales del Consejo General del Poder Judicial.

Cambia el modelo familiar: María Soledad Sánchez hace una lectura crítica de las estadísticas: “No actuamos con generosidad. Cuidamos más de los amigos que de la propia pareja, que se convierte muchas veces en la que carga con todos los lamentos y la que tiene que resolver los problemas, en lugar de compartir con ella las alegrías. Todo ello produce un mayor distanciamiento, lo que genera un conflicto tras otro. A pesar de ser la familia una institución que debemos valorar y cuidar donde acunar los valores que se han de proyectar luego en la sociedad”.

Creo que “hablar de crisis del matrimonio es un tópico”, porque las personas “se enamoran igual que antes. El problema surge con la convivencia. Cuando se tiene la sensatez de que la relación ha llegado a un punto final y no hay por qué aguantar más”.

El divorcio “expres” disparó un 80% las rupturas matrimoniales durante 2005.

Cada día se producen en España 408 rupturas matrimoniales, lo que representa que hay una cada 3,5 minutos, según los resultados de un estudio del Instituto de Política Familiar (IPF).

En el último año, y coincidiendo con la extensión de la ley del divorcio implantada en julio de 2005, las rupturas aumentaron un 10,55 % en comparación con 2004. Con este incremento, muy superior a la media de los últimos años (del 7 % aproximadamente), podemos decir que la implantación de la nueva ley del divorcio ha disparado la ruptura familiar. En los últimos diez años, la ruptura familiar ha crecido en más de un 81%, pasando de 82.478 a 149.168 rupturas.

El informe apunta que hasta el año 2004, la separación consensuada presentaba el mayor número de registros pero subraya el hecho de que ahora el panorama ha cambiado a favor del divorcio, que supone un proceso “rápido y directo” sin la necesidad de esperar previamente a la separación, como ocurría antes.

(En el próximo mes de Noviembre, comentaré todo lo que es el proceso de tramitación del DIVORCIO EXPRES)...

Letrada: M<sup>a</sup> Soledad Sánchez Pérez  
(Especialista en procedimientos Penales y Civiles)

## PROFESORA DE FRANCÉS ALICIA GONZALEZ

PARTICULAR O GRUPOS  
- ECONÓMICO -  
BARRIO DE LA ESTRELLA



Tifno.....: 91 574 17 05  
Móvil.....: 690 03 42 21



## MIS RECUERDOS...

Juan A. Barrio

\* Siguiendo con los relatos que iniciamos en números anteriores de este Informativo, en relación a los trabajos, herramientas, costumbres, etc., etc., que había en mi pueblo y alrededores, voy a tratar otro tema. En este caso hablaremos de...

### “LA VENDIMIA ”

\* *El terreno que se dedicaba a las viñas en mi pueblo eran las zonas mas arenosas y que no eran apropiadas para el cereal. Hace unos treinta años, con la emigración de los pueblos hacia las zonas industriales y la baja productividad de estas viñas, dejaron de atenderse y prácticamente han desaparecido.*

Desde cuando las viñas empezaban a echar hojas nuevas hasta que se vendimiaba había nombrados **dos guardas** que eran los que cuidaban de que no entrase el ganado, principalmente ovejas, que pudiera comer y estropear las viñas y las uvas. Había una multa por incumplir la norma aparte del pago de los daños.

Cuando ya estaban las uvas próximas a poderse comer, tampoco podían ir a las viñas ni los propios dueños para coger algún racimo, para evitar posibles robos o deterioros en las viñas próximas, hasta los días de la vendimia. Las personas que incumplían la norma también eran sancionadas.



La Hermandad de Agricultores y Ganaderos era la encargada de nombrar las personas que debían decidir los días de la vendimia, una vez que la uva estaba madura y ya podía ser recogida.

Se establecían tres días de vendimia. El primero para la zona donde había menos concentración de viñas. Había que terminar ese día, porque al día siguiente ya podían entrar las ovejas para comerse la hoja.

Si alguien no había podido terminar, tenía que andar listo al día siguiente y estar en la viña muy temprano para que los pastores vieran que estaba sin vendimiarse y que no entraran las ovejas.



Cestos de mimbre

Desde unos días antes ya se iba notando ambiente de vendimia porque ya se empezaban a limpiar las cubas en los corrales o en la calle, a apretar los aros de hierro que sujetan las tablas, a llenarlas de agua para que se repretara la madera y no se saliera después el vino, etc.

Se sacaban los cestos de mimbre, para limpiarlos el polvo acumulado de todo un año, se mojaban para que los mimbres se hicieran más flexibles y resistentes y se preparaban para transportar la uva desde las viñas a las bodegas.

Los otros dos días eran para el resto de las viñas y también había que terminar en los dos días porque al día siguiente ya podían entrar las ovejas.

Estos tres días eran muy especiales en el pueblo, principalmente para la chiquillería. Se suspendían las clases en la escuela y todos íbamos a vendimiarse.

También se preparaban cestas, cubos, tijeras, navajas y resto de utensilios para vendimiarse.

Los días de la vendimia, por la mañana, era un desfile de carros, burros cargados con cestos, chiquillos, abuelos o la gente andando camino de las viñas. Parecía que se iba de romería o de excursión al campo.



Carro cargado de cestos

Cuando se llegaba a la viña, cada uno con un cubo o una cesta del tamaño de acorde a las fuerzas de cada uno y armado con unas tijeras o navaja se acercaban a las cepas y se iban cortando los racimos y echándolos en la cesta. Cuando se llenaba el cubo o la cesta se volcaban en otra más grande para que los más fuertes del grupo las llevaran a los cestos que estaban en el lugar más próximo a la viña, donde podían acceder los carros o depositar los cestos.

Los recipientes que se utilizaban para transportar las uvas, cestas de varios tamaños y cestos eran de mimbre, entonces no existía el plástico.

Normalmente las mujeres escogían los mejores racimos para guardarlos y comerlos como fruta. Para que duraran más tiempo se colocaban en las casas, encima de la cebada almacenada en el “sobrao” y se iban gastando a lo largo del otoño.

Los días de la vendimia eran de bastante alegría, se solían gastar muchas bromas entre la gente que estaba vendimiando, sobre todo entre los mozos y mozas. Se solían echar los famosos “lagarejos”. Consistía en aplastar un gajo de uvas en la cara de otro. Normalmente eran los mozos a las mozas o chicos a las chicas, porque solían tener más fuerza, pero cuando se juntaban dos o más chicas contra un chico solía terminar bien pringado. Pero se tomaban las cosas con buen humor y se aceptaban muy bien estas bromas.

Con anterioridad a la fecha que yo recuerdo, los días de la vendimia había baile en una plazuela en medio del pueblo (no en la plaza principal). Allí se hacía una hoguera en medio y se bailaba y divertía la gente alrededor de la misma.

La uva se llevaba a las bodegas, normalmente en cada casa había una, y allí se volcaban los cestos de uva y cuando se terminaba de vendimiarse se procedía a elaborar el vino.



Vaciado de la uva en las bodegas

En otro capítulo hablaré de la elaboración del vino...

## “PELETERÍA EMILIO”



LIQUIDACIÓN PRENDAS  
DE NOVACK (PIEL VUELTA)  
SEÑORA Y CABALLERO. RESTOS  
DE TEMPORADA ANTERIOR:

**30 % DTO.**

(Hasta Fin de Existencias)

¡¡ AQUÍ EN MORATALAZ !!



FINANCIAMOS  
HASTA  
EN  
36 MESES

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

## "QUÉ ELEMENTOS AYUDAN A MEJORAR UNA CONVERSACIÓN Y A FOMENTAR UN CLIMA DE CONFIANZA"

Vivimos en una sociedad con interacciones y contactos constantes con el mundo y las personas que nos rodean. No podemos "no relacionarnos" o "no comunicarnos" con los demás.

Los grupos de personas más próximos al niño y con quienes más se relaciona éste son la familia, los amigos, compañeros y profesores.

La base sobre la que se consolida y construye una relación positiva, es una comunicación adecuada. Todos podemos aprender a comunicarnos mejor para favorecer las relaciones con los demás.

- **Escuchar activamente.** Significa dar señales a la otra persona de que le estamos escuchando y no pensando en la cena o en un problema de trabajo; se lo diremos mirándole a los ojos, prestándole atención. Y siendo capaces de entender lo que nos cuenta porque nos ponemos en su lugar, siendo empáticos.

- Mostrar actitud de respeto ante la persona y lo que diga.

- Esperar a que llegue el turno para hablar y no interrumpir su discurso.

- Preguntar, pedir más información, esto dará una señal de que se está escuchando.

- **No anticipar** lo que la otra persona va a decir.

- Pedir lo que se quiere claramente, sin rodeos. Aunque podamos intuir a veces lo que otra persona quiere o necesita, no somos adivinos.

- **No juzgar a la persona**, aunque podamos valorar su comportamiento, en la práctica tendremos mucho cuidado para no crear sentimientos de no querer seguir contando nada más.

- Utilizar mensajes "yo" en la conversación, "yo me siento enfadado por tu conducta..."

- Intentar que no haya grandes

distracciones que acaparen la atención.

- Pedir opinión a la persona con la que se está hablando, que sienta que su opinión es importante.

- Que los argumentos utilizados sean razonables, fundamentados, no un simple "porque lo digo yo y basta"

- **Buscar el momento y el lugar adecuado** para tener una conversación, sobre todo si se trata de algún tema importante o delicado. Dedicarle tiempo, a veces tan escaso.

- Utilizar un tono de voz tranquilo, sosegado; capaz de rebajar tensión.

- Capacidad de ser flexibles; admitir que podemos equivocarnos y rectificar.

### CENTRO DE PSICOLOGÍA **Eber**

Camino de Vinateros, 144 - Bº C  
Tfno.: 91 328 02 10  
www.eberpsicologos.com  
e-mail: info@eberpsicologos.com

Especialistas en  
**Trastornos de la Alimentación**



- \* Trastornos Psicológicos.
- Terapia Individual y de Grupo.
- Niños, Adolescentes y Adultos.
- \* Dificultades de Aprendizaje, Lectura y Escritura.
- \* Cursos y Talleres: Relajación, Autoestima...

PRIMERA CONSULTA DE ORIENTACIÓN  
**GRATUITA**

Todo esto se puede intentar fomentar en las relaciones y conversaciones con vuestros hijos desde que nacen y sobre todo a medida que van creciendo y desarrollándose, practicando con ellos. Prestando un poco de atención a cómo cada uno va

haciendo las cosas e intentando mejorar cada día.

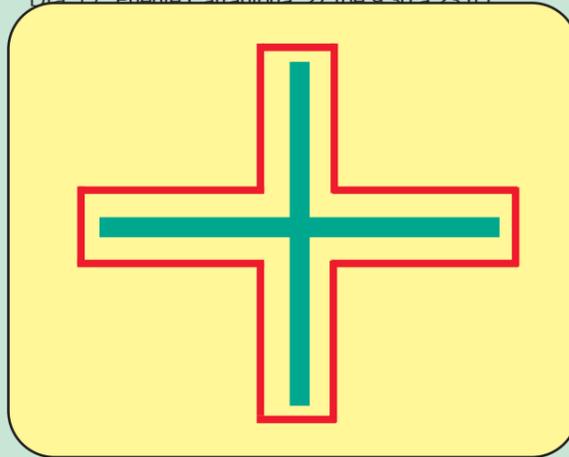
**Marta Fernández Garrido**  
Logopeda  
del Centro Psicología  
**EBER**

Visítenos en la Agenda Comercial de la web del Informativo de Moratalaz. Además podrá ir visitando los diferentes artículos en la Sección de "Salud - Belleza," - en cuyo Sumario se abrirá una Sección de "Salud Psicológica"..... [www.informativomoratalaz.com](http://www.informativomoratalaz.com)

## FARMACIAS DE GUARDIA: MES DE OCTUBRE

- Día 01: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 01: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 02: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 02: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 03: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9, 30 a 23 h.)
- Día 03: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 04: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 05: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 05: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 06: Fuente Carrantona, 27 (de 9 a 23 h.)
- Día 06: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 07: Av. Moratalaz, 101 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 07: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 08: Pico de Artilleros, 27 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 08: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 09: Fuente Carrantona, 27 (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 9,30 h.)
- Día 11: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 11: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 12: Av. Moratalaz, 193 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 12: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 13: Av. Dr. García Tapia, 228 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 13: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 14: Cgdor. Juan de Bobadilla, 10 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 14: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 15: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 15: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 16: Cº Vinateros, 144 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 16: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

Día 17: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 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: Arroyo de las Pilillas, 48 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 18: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 19: Av. Moratalaz, 101 (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: Fuente Carrantona, 27 (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: Cº Vinateros, 4 (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: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 25: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 26: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 26: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 27: Av. Dr. García Tapia, 228 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 27: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 28: Entrearroyos, 23 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 28: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)
- Día 29: Pico de Artilleros, 56 (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: Fuente Carrantona, 27 (de 9,30 a 23 h.)
- Día 31: Fuente Carrantona, 47 (a partir de 23 h.)

## NUEVO CENTRO DE MASAJES Y TERAPIAS NATURALES EN MORATALAZ

Hola amigos, este mes, queremos presentaros nuestro Centro de Salud Natural. Hace unos meses un grupo de profesionales iniciamos esta idea con mucha ilusión y esfuerzo. Primero comenzamos por buscarle un nombre, por aquella manía irremediable, e indispensable que tenemos de calificar todo, (incluso lo que no podemos ver...), y al final, después de muchos tachones y algunas risas, nos salió el nombre de SaKua, que, aunque suene a oriental, es un juego de palabras entre Sur y Agua, vocablos que nos evocan recuerdos gratos a todos los que integramos esta ilusión y aunque no todos seamos de la nombrada latitud, quizás si somos todos, un poco del agua... He de reconocer, y no olvidarme que contamos con la colaboración léxica, e inestimable de algunos niños que asintieron entusiasmados cuando sonó el nombre en cuestión por lo que ya no hubo mas que buscar. Y... dicho esto, os presentamos a nuestro y desde ahora, "vuestro también", **Centro de Masajes y Salud Natural, Sakua.**

Sakua esta integrada por un conjunto variado de terapeutas con experiencia en los diferentes campos de la salud, pero con una línea de trabajo similar en los métodos empleados. Creemos en un estado integral de bienestar, en la que cuerpo, mente y alma son parte, de un todo que nos afecta. Para ello, contamos con distintas opciones además de la medicina tradicional, que siendo de un gran valor probado para todos, no tiene porqué estar reñida con otras terapias adicionales y/o preventivas de bienestar que nos ayuden en esta complicada vida...

Estos conocimientos de los que os hablamos son milenarios, con una consistencia, experiencia y efectividad muy valoradas y reconocidas en otros países, donde se aplican en hospitales con amplios resultados. Estoy hablando, por nombraros algunas, de la **Acupuntura:** Donde se trabaja sobre puntos nerviosos y energéticos reequilibrando nuestro organismo. De la

**Naturopatía:** Por sus grandes conocimientos en el tratamiento y prevención de todo tipo de enfermedades con remedios naturales, por su estudio de la nutrición y la valoración de un peso adecuado para nuestras características personales y únicas, etc. Contamos también con la disciplina de **Kinesiología,** una terapia enfocada al descubrimiento de los desequilibrios en los campos, físicos, mentales, emocionales, químicos, energéticos y corregirlos con el tratamiento mas adecuado para cada caso y persona.

Otro de los servicios que aplicamos son las **Técnicas de Masaje** en todas sus facetas curativas, pues no olvidemos el gran componente emocional que tienen muchas de las molestias que sufrimos físicamente como reflejo de nuestras tensiones internas, como son las sobrecargas musculares por ansiedad y/o exceso de trabajo ya sea mental o físico, los dolores de espalda en general, las lumbalgias, cervicálgias etc., mejoran notablemente con pocas sesiones. Otro aspecto más amplio que no olvidamos es el de las lesiones deportivas. Lesiones más propias de las personas que practican cualquier disciplina en este campo y que son bastante frecuentes y pesadas, como son las tendinitis, contracturas, esguinces, etc.

Contamos también con una especialista en **Reflexología Podal** de amplia experiencia, que tratará los problemas de todos nuestros sistemas y órganos desde los puntos reflejos localizados en nuestros

pies, así como el plano emocional y bloqueos mentales con su variante en manos y cabeza, llamado **Masaje Metamórfico.**

Por último y para terminar, queremos hacer de Nuestro Centro un lugar de encuentro, y con ese fin tenemos preparados diversos **Talleres y Charlas** de las que a través de esta publicación os iremos informando mensualmente. También podéis llamarnos al teléfono **91 439 72 38** y os contamos...

Hasta que vosotros queráis,  
**Fdo. Grupo de terapeutas de Sakua**

**Centro de Masajes y Salud Natural**  
**SaKua**

**Masajes**  
Terapéutico  
Infático  
Deportivo  
Relajante

**Técnicas**  
Naturopatía y Nutrición  
Reflexología Podal  
Acupuntura China  
Kinesiología

**TALLERES Y CONFERENCIAS**  
**INICIACION AL QUIROMASAJE**  
Grupos reducidos, reserva tu plaza

Camino de los Vinateros, 124 Bajo      Información y petición hora  
MT L-9 Artilleros      Tif. 91 439 72 38  
EMT 32-71

## ¿Buscas una oportunidad?

**DESCUBRE LOOK & FIND:**

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

**SI TIENES MÁS DE 25 AÑOS, TE OFRECEMOS:**

- INGRESOS FIJOS + ALTOS INCENTIVOS
- TRABAJAR EN LA 1ª COMPAÑÍA INMOBILIARIA DEL PAÍS (MÁS DE 500 OFICINAS)
- FORMACIÓN A CARGO DE LA EMPRESA.
- FLEXIBILIDAD HORARIA Y EXCELENTE AMBIENTE DE TRABAJO.

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

**+ de 500 oficinas**

**VENDEMOS UNA VIVIENDA**

### Establecimientos

**TUS COMPRAS...**

MEJOR EN LAS TIENDAS DEL BARRIO

Participa GRATUITAMENTE en el sorteo de una cena degustación y una noche en suite de lujo para 2 personas en el magnífico Palacete de la Ochoava.

Participa en este sorteo

Participa en este sorteo

Colaboradores

- Bar de Sito: Camino de Vinateros 99
- Frutería Faustino: Camino Vinateros 89
- Papelería Abaco: Marroquina 102
- Avícola Barco: Dtor. García Tapia 35
- Joyería Oro Roma: Marroquina 70
- Estanco: Marroquina 72
- Saru: Marroquina 72
- Papelería Pepita: Marroquina 74
- Carnicería: Marroquina 76
- Librería Méndez: Hacienda de Pavones 8
- Bar Varadero: Cgdor. Juan de Bobadilla
- Frutería la Tropical: Cgdor. Mendo Zúñiga
- Librería Bodóni: Camino Vinateros 97
- Zapatería S'tylo en Piel: Marroquina 34
- Peluquería Colores: Camino Vinateros 114
- Kiosco Prensa: Camino de Vinateros 89
- Viajes Sudania: Camino Vinateros 105
- Papelería Nota Arte 2002: Cº Vinateros 161
- Colchonería González: Cº Vinateros 101
- Foto Express: Cº Vinateros 103
- La Casa de las Tartas: Hacienda de Pavones 6
- Nuevo Estilo Hombre: Hacienda de Pavones
- Nuevo Estilo Mujer: Hacienda de Pavones
- Mario Bretto: Hacienda de Pavones
- Tus Zapatos: Hacienda de Pavones
- Javier Torres Zapatería: Hacienda de Pavones
- Benetton: Hacienda de Pavones
- Bar de Alfredo's: Marroquina, 108
- Club Mayores Navidad Ntra. Sra., 3ª Edad: Marroquina, 91

**PARA CONTRATAR PUBLICIDAD EN EL INFORMATIVO DE MORATALAZ**

**91 437 40 43 \* 616 73 87 88**

DE PARTICULAR A PARTICULAR					
Estas secciones son gratuitas - INDICE DE SECCIONES - Estas secciones son gratuitas					
INMOBILIARIA	REGALOS	TRABAJO	ANIMALES	MUSICA/SONIDO	SERV. DOMESTICO

**INMOBILIARIAS**

**VILSA VENDE...ALQUILA...**

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

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

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

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

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

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

**REF.- 2023. PISO EN VENTA EN MORATALAZ.** 3 habitaciones, salón, cocina amueblada y equipada, baño, calefacción individual. para entrar a vivir. mejor ver. Precio: 279.300 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

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

**45 CENTRO DE PSICOLOGÍA MORATALAZ**

**PSICOLOGÍA CLÍNICA Y LOGOPEDIA NIÑOS, JÓVENES Y ADULTOS**

**CONSULTA PREVIA PETICIÓN DE HORA**

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

**Cmno. VINATEROS 126, 1º B - 28030 MADRID**

**E-mail: paulasanz@mi.madridtel.es**

**REF.- 647. PISO EN VENTA EN MORATALAZ.** 94 m², 3 dormitorios antes 4, salón de 30 m², baño y aseo, cocina con tendedero, terraza, suelos de parquet, c/i, excelente zona. Precio: 417.703 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

**REF.- 653. PISO EN VENTA EN MORATALAZ.** 84 m², 3 habitaciones lbaño, cocina amueblada y equipada, ascensor, 1 baño, 2a/e, c/c, portero físico, video cámara, excelente comunicación. oportunidad. Precio: 279.312 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

**REF.- 3175. PISO EN VENTA EN MORATALAZ.** L-15, de 130 m², preciosas vistas, 4 dormitorios, 2 baños completos, gran salón, cocina con office, calefacción central, suelos de parquet. ¡Inmejorable zona! - Precio: 440.000 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

**REF.- 3187. PISO EN VENTA EN MORATALAZ.** Gran piso de 120 m², 4 habitaciones, salón independiente, 2 baños completos, cocina amueblada y equipada. suelo de parquet, calefacción individual, garaje. Para entrar a vivir. Precio: 407.330 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

**REF.- 3299. PISO EN VENTA EN MORATALAZ.** 2 habitaciones, salón, cocina amueblada, bao completo, calefacción, aire acondicionado, junto metro Estrella. Precio: 212.000 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

**REF.- 656. PISO EN VENTA EN MORATALAZ.** ¡Piso de lujo! 180 m², 4 habitaciones, 2 baños, pintura en liso y estuco, suelos tarima y barro cocido, cocina 25 m² amueblada, garaje y trastero zona La Estrella. ¡Todo un privilegio! - Precio: 845.000 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

**REF.- 685. PISO EN VENTA EN MORATALAZ.** Gran piso 140 m², 4 habitaciones, 2 baños, uno de ellos en suite, cocina amueblada, c/c, salón 40m²,a/a en toda la casa. ¡Junto al metro! Muy bonito. Precio: 564.000 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

**REF.- 3290. PISO EN VENTA EN PACIFICO.** ¡Estupendo piso en pacífico! - 4 habitaciones, baño completo, con hidromasaje, armarios empotrados, aseo, salón independiente, cocina amueblada, parking. Junto a metro. reformado. Zona privilegiada. Precio: 560.000 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

**REF.- 3153. PISO EN VENTA EN MORATALAZ.** 3 habitaciones, salón, cocina, baño, completo, calefacción individual, ascensor. Altura ideal. Exterior. Precio: 333.270 € Vilsa. Tel.: 91-328-74-74

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

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

**PISO EN PAVONES** de 72 m², hall, salón-comedor, cocina con tendedero, distribuidor, 2 dormitorios, 1 baño completo. Para entrar a vivir. Ref.: DW 340 LOOK & FIND. Tel.: 91 333.99.00

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

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

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

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

**Datos del remitente** Ahora también por el Formulario de la web: [www.informativomoratalaz.com](http://www.informativomoratalaz.com)  
- Ver índice izquierdo - Sección: **Contacto**

**Nombre y Apellidos:** .....

**Domicilio:** .....

**Teléfono:** .....

**Texto:** .....

**Enviar a El Informativo de Moratalaz. Sección: .....**

**De Particular a Particular. Apdo. de Correos 39149. 28080 - Madrid**

**ADMINISTRACIÓN DE FINCAS GRUPO INMOBILIARIO**

**COMUNIDADES DE PROPIETARIOS**

**COMPRA - VENTA - ALQUILER PISOS - LOCALES - CHALETS...**

**MAFYC**

**ESTEFANÍA TOLEDANO SUAREZ COLEGÍADA 4599**

**91 430 14 44**

**PZA. CDOR. SANCHO DE CÓRDOBA, 3**




**FOTO PRISMA**
**SERVICIOS OFRECIDOS**

- \* Revelados en Color en 1 Hora
- \* Copias y Ampliaciones Color
- \* Revelados y Copias en A.P.S. y B/N
- \* Revelado Diapositivas
- \* Copias de Diapositivas a papel
- \* Copias y Ampliaciones Digitales en papel fotográfico proceso químico.



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

Estudio  
Fotográfico

**MORATALAZ**

**VENDO PISO** en la Avda. Doctor García Tapia, frente a la futura Cuña Verde y próximo al metro de Vinateros. Es un bajo-alto, compuesto de 3 dormitorios, baño y aseo, salón y cocina muy amplio, calefacción central, parquet y trastero. Está rodeado de colegios e Instituto Rey Pastor; portero físico y automático.

Totamente reformado

**Precio: 310.000.- €**  
Tl. 665.93.65.98 (Particular)



**POMAR**  
MUEBLES DE COCINA Y BAÑO  
• Electrodomésticos • Marcapisos de baño  
Especialidad en muebles de baño a medida

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

Financiamos hasta 6 meses sin intereses  
**FINANCIACIÓN HASTA 36 MESES**

**OFERTA**  
Mampara de Baño de 1,6 m.  
3 hojas correderas 230 €  
INSTALACIÓN INCLUIDA

ARTILLEROS (L.9)  
Fuente Carrantona, 25  
91 305 01 18

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

**ALQUILERES / Demandas**

**MORATALAZ.-** Necesito encontrar un piso vacío o amueblado para familia seria. Tl. 647.041.870

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

**TRASPASOS**

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

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

**CONTACTO -BÚSQUEDA**

\* Esta consulta es para el guitarrista: no se si se acordará usted de mí, pero cuando estubo en el Rocío tocando la guitarra enseñé el ritmo básico a una niña con ganas de aprender a tocar sevillanas con una guitarra.esa niña soy yo. Me gustaría que me mandase un e-mail con canciones de sevillanas, acordes y alguna explicación. muchas gracias y enhorabuena por su profesionalidad. Me gustaría saber decir a quien me dirijo pero no sé su nombre. de todas formas, publíquelo en el periódico por favor. Si sirve de algo su descripción: era moreno, con gafas... y no recuerdo más. muchas gracias. Mi nombre es Rocío.

**AMISTAD**

\* Español, universitario, soltero de 38 años, educado y cariñoso, busca mujer liberal para relaciones íntimas estables de pareja o esporádica, según el caso, en un clima de sinceridad, pasión, comprensión y respeto mutuos. Tel. 626.31.21.29

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

\* Señora, sensible, sincera, con trabajo estable, desea conocer a caballero culto y con similares características, entre 55-60 años para amistad o relación estable. Abstenerse ligues y aventuras, escribir a: Ait. Srta. Rubí - Apartado de correos nº 42063 - 28080 Madrid.

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

**VESTIDO / ROPA**

\* Se vende plumas nuevo 40 € Tl. 696.26.94.92

\* Accesorios y ropita de bebé nuevos, y en perfecto estado a muy buen precio. Tengo hamacas balancín, cambiador/bañera, maxicosi, mucha ropa bonita, buzos de invierno 6-12m, saquitos de cochecito, etc. Necesito vender por problema de espacio! Tengo mellizas así que tengo dos de muchas cosas. Fotos disponibles. Tl. 626.366.932

**MOBILIARIO**

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

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

**GIMNASIO FEMENINO**

*Sculpture*

UN GIMNASIO PARA LA MUJER, ÚNICO EN LA ZONA

- HORARIO FLEXIBLE - 7 CLASES DIFERENTES AL DÍA ¡ ANÍMATE Y PRUEBA 1 CLASE GRATIS !
- AEROBIC + MANTENIMIENTO + APARATOS (DIARIO): DESDE 30 €.-
- CLASES DE: AEROBIC, STEP, AERO-SALSA, AERO-SAMBA, TWIST, MANTENIMIENTO (CON PESAS, GOMAS, ETC...), FITNESS
- APARATOS (INCLUIDO EN EL PRECIO)

Tel.: 91.328.03.53

Arroyo de la Media Legua, 29, posterior, acceso por Vinateros, 45

**NUEVO:**  
\* **PILATES**

\* Vendo 4 sillas de comedor, de madera, clásicas con muelles, asientos tapizados en terciopelo de color verde botella, respaldo con rejilla. Vendo butaca de hall con antojeras, tapizada en tono pastel. Vendo pedal de hierro de máquina de coser, marca ALFA. Años 60. Tl. 91 730.65.10 (llamar por la tarde o noche)

**VARIOS**

\* Vendo 20 botellas de coñac Peinado con relieves en el cristal y malla de alambre fino, precinto de hacienda de 4 ptas. Del año 1872, tienen 130 años, 240 €cada una. Tl. 91 301.58.18 Miguel

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

**DEPORTE**

\* Vendo patines de rueda en línea, extensibles, azules y grises. Marca: Boomergang. Talla: 39-41, a estrenar. Precio: 75 € (negociables). Tl. 91 730.65.10 (llamar por la tarde o noche).

**SERVICIO DOMÉSTICO**

\* Mujer responsable y con experiencia se ofrece para tareas domésticas, cuidado de niños o personas mayores. (media jornada o por horas). Tel. 647.731.414

\* Madre española y no fumadora que estaría interesada en cuidar a niños con disponibilidad. Me encantan los niños. Mi teléfono es: 659.080.875

\* Chica Hondureña Joven y responsable busca trabajo como empleada del hogar (Interna o externa) a tiempo parcial, por horas para cuidar a personas mayores y/o niños, limpieza, plancha, etc. ponerse en contacto con María Elena al 636.936.917

\* Chica estudiante española y no fumadora que me ofrezco para cuidar a niños por las tardes. Ya he cuidado de niños en ocasiones puesto que me encantan. Mi teléfono es: 662.441.103

\* Chic@s seri@y responsables de 16 años con nacionalidad española se ofrecen para cuidar niños y ayudar en los estudios primarios. Precio económico. Se cobra por horas. Tfn. 628.677.817 (preguntar por Olga). Tfn. 697.339.006 (preguntar por Alba)

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

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

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

**MOTOR**

\* Vendo un ford escort turbo diesel 70cv del año 98 en muy buen estado la correa de distribución recién cambiada las ruedas delanteras y los amortiguadores y la ITV pasada hasta el 2008. Tiene 80300 km. Pueden venir a verlo con mecánicos. El precio son 3000 €negociables. Tl. 659.080.917

\* Vendo Citrën Sara - 2.0 HDI - Exclusive, diesel, octubre 1999, climatizador, elevavolantes eléctricos, 4 puertas, sensor lluvia en limpiaparabrisas, etc. Un soño dueño. Siempre en garaje. Precio: 4.000 € Tl. 619.665.701

\* Vendo RENAULT 19, 1.4, 80C.V. Año 92. Gasolina 95. ITV hasta julio 2007. Todo pagado, sin multas. 170.000Km. RadioCD. Cierre centralizado, elevavolantes eléctrico. Mejor ver. 950€ Telf: 635.91.80.07 / 685.96.84.60

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



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

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



**2006**



**EE** Estética Especializada  
**PARREÑO**

**¡ELIGE LA TEXTURA DE TU PIEL!**

Descubre el placer de ver y sentir tu piel libre, gracias a la Depilación Definitiva.

Electrología y Laserterapia se unen para obtener los resultados que siempre has soñado:

*Una piel luminosa y suave.*

*Uno de los mejores equipos de Madrid*

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

**Tel.: 91 430 03 96**

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

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



C/ San Andrés, 1 y 3 MAJADAHONDA TELF.: 91 639 04 72  
Avda. Reina Victoria, 14 MADRID TELF.: 91 533 45 29  
C/ Independencia, 2 MADRID TELF.: 91 542 48 97



**Menú Diario**

- \* 10 Primeros, 10 Segundos (a elegir)
- \* Pan, Vino y Postre
- Precio: 12,00 €**

**Nuestras Tapas**

- \* Revuelto de la Casa (Puerros, Gulas y Gambas)
- \* Tortilla Española
- \* Callos a la Madrileña
- \* Pulpo a la Gallega
- \* Gambas a la Plancha
- \* Ibérico de Primera Calidad
- \* Etc... y además descubra nuestra excelente variedad

**Menú Fin de Semana**

- \* 10 Primeros, 10 Segundos (a elegir)
- \* Pan, Vino y Postre
- Precio: 15,00 €**

**Especialidades de la Casa**

- \* Arroz con Bogavante
- \* Arroz con Carabineros
- \* Merluza a la Madrileña
- \* Bacalao a la Madrileña
- \* Carnes Rojas

**Menús Especiales para Grupos y Empresas para Navidad**

**YOGA MENTAL Y SALUD EMOCIONAL**

Una vez comentado en anteriores artículos la metodología de las enseñanzas del Yoga de la Meditación, es el momento de pasar a la práctica de sus técnicas meditativas porque el yoga, ante todo, es ejercicio, para conseguir alcanzar las metas que nos proponemos de mayor bienestar físico, psicológico y emocional. En definitiva, más calidad de vida que nos permita vivir con sosiego, armonía, ecuanimidad, contento y lucidez de mente que nos ayudará, asimismo, a enfrentarnos a las vicisitudes existenciales con más energía y acciones más diestras a través del despertar de la consciencia.

**"LA PRÁCTICA DEL YOGA DE LA MEDITACIÓN" (1)**



para enfocarla sobre la respiración y observar atentamente con la mente libre de ideas y en lo posible de distracciones, como el aire viene al inhalar y parte al exhalar, sintiendo su flujo y reflujo, como un oleaje (Imaginemos cuando nos sentamos a la orilla de una playa y observamos atentamente como la ola viene y parte, viene y parte.....). En este caso, contemplamos placida y sosegadamente una ola mucho más cercana: la de nuestra propia respiración. Hay que tratar de convertirse en observadores muy atentos del aire viniendo y el aire partiendo.

Los beneficios que reporta la práctica de este ejercicio de meditación son de una extraordinaria importancia, resaltando de manera especial que seda enormemente el sistema nervioso, pacificando todas las emociones; concentra y calma la mente, haciéndola menos reactiva y ayuda, por tanto, a superar la agitación, el estrés, así como la inestabilidad mental y emocional. Beneficia la unidad psicósomática..... etc.

El tiempo que se puede dedicar a la práctica del ejercicio, en principio, hasta que se tenga la experiencia necesaria es de quince minutos, confiando en que aquellos lectores/as que se animen a ello con voluntad y constancia, puedan notar una mejora en sus estados emocionales para una vida más saludable y armónica. Estoy seguro de ello.

**Paulino Monje**

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

paulinomonje@hotmail.com

Los ejercicios de meditación conviene hacerlos en una estancia en donde, a ser posible, no seamos molestados, con luz tenue, sentados con las piernas cruzadas en una alfombra, esterilla o silla para aquellas personas que no puedan hacerlo en el suelo y una actitud receptiva atendiendo a tres condiciones indispensables: 1) La postura, con la cabeza y el tronco erguidos sin forzar, es decir, sin tensión ni rigidez alguna y muy pendientes de que así permanezca en todo momento; 2) La respiración, nasal siempre, sintiendo el devenir y el partir de la misma (lenta, pausada, uniforme); y 3) La atención mental, que debe estar desconectada de todo lo cotidiano para enfocarla hacia el ejercicio de meditación y dada su propensión a huir o alejarse cada vez que nos distraigamos, en ese momento, atraerla las veces que sean necesarias de manera insistente e incansable al ejercicio.

Comenzaremos la primera lección, practicando uno de los ejercicios de las técnicas de ATENCIÓN A LA RESPIRACIÓN, contemplando el curso del movimiento de la misma. Se realiza de la siguiente forma: Hay que desconectar la mente de todo

**Un millón de ciudadanos, entre inmigrantes y jóvenes, tienen su primera cita con las urnas**



Madrid, 22-sept-'06

Si vives en la Ciudad de Madrid y tienes más de 16 años, votas. Este es el mensaje que ha transmitido el teniente de alcalde y concejal de Empleo y Servicios a la Ciudadanía, Ana Botella, durante la presentación de las Mesas de Diálogo y Convivencia Distritales que tendrán lugar en los 21 distritos el día 19 de noviembre. "Todos los madrileños, con independencia de sus orígenes, tienen una cita en los colegios electorales, con las papeletas y las urnas", ha dicho Botella. Son 2.800.000 residentes mayores de 16 años. Pero uno de cada tres, es decir cerca de un millón, participa por primera vez en unas elecciones vecinales en España. Son los inmigrantes y los menores. Los jóvenes también tienen un importante papel en estas elecciones ya que "ellos son el futuro, pero el mañana se construye desde el presente".

Más información en el siguiente número de noviembre...



## - MARÍA PAZ ARAGÓN.- NATUROPATA - IRIDOLOGA

\* Si quieres una regla de oro que sirva para todo, hela aquí: "No tengas en tu hogar nada que no sea de utilidad o que, según tu juicio carezca de belleza." (William Morris).

Para comenzar a cambiar, ¡qué mejor idea, que nos da William Morris. Estaría bien que observáramos todo lo que tenemos a nuestro alcance; en la habitación, en el armario, el bolso, el coche... ¿Te parecen lugares acogedores? ¿Te gusta todo lo que guardas? ¿Por qué lo guardas? Me pregunto a mí misma, cuando hablando con amigas oigo hablar que nos mantenemos "cosas" que nos incomodan, que estas a disgusto con ellas, que están pasado de moda, o rotas... hay "cosas" que te son indiferentes o no te placen, es demasiado valioso para tirarlo, guardarlo en un armario y bien sería regalarlo

a un amigo. Rodéate de cosas que te gusten. ¿Quiéno no quiere intentar rodearse de lo que le gusta!? Ahí está el valor del desapego, el desapego.

Un día de estos hablando con las amigas comentamos lo "típico" cuando hace calor y frío... los armarios están llenos de ropa mezclada del verano y otoño; decíamos que a penas nos entra la ropa, y las "cosas" que guardas (claro que depende del armario o de las "cosas" que guardas) - pero coincidíamos que muchas de esas "cosas" no utilizas, y no tiras porque te trae recuerdos, por sentimientos por lazos, por miedo por, por... la historia es... que son un caos los armarios. Solo hay que ver cuando nos cambiamos de casa el mogollón que organizamos. Comente: que si alguna vez serian capaces de quedarse en el armario solo con aquellas "cosas" que se utilizan porque a uno le gusta, y lo demás regalarlo o darlo.

¿Sabéis que contestaron mis amigas? Que si.A mí me alegró porque me cuesta

### "NUEVOS HÁBITOS, NUEVA VIDA"

hacerlo. Estaría bien que empezara a hacerlo. ¿te atreves?.

El objetivo es que tu casa sea el reflejo de tu persona. Puede que tus posibilidades sean limitadas pero hay muchas posibilidades. ¿Queréis hacerlo? Te imaginas la casa, el coche, el trabajo, el bolso con armonía, es posible... he conocido gente a lo largo de mi vida (porque en verdad cuesta hacerlo) pero las hay con mucho coraje y he visto como han empezado y a mitad del proyecto han conseguido lo que buscaban, y no sólo eso sino que se sorprendían y se llenaban de alegría y de otras buenas que no esperaban.

Tu puedes. ¿Te imaginas que la casa fueras tú?? y que fuéramos a hacer limpieza de lazos con personas que no nos quieren o que ya no necesitamos si nos necesitan,

te imaginas desechar, condicionamientos, prejuicios que no nos dan felicidad... ¡¡VAYA LIBERACIÓN!! - ¡¡Que no pienses más - Lánzate a hacerlo AHORA!! - porque es ahora lo que importa... será la semilla del mañana de tu futuro y no sólo te ayudarás a ti mismo, si no a los que te rodean y a las nuevas generaciones.

Darse cuenta de la oportunidad que nos muestra la vida - ya es un paso muy grande. Es muy importante no pensar en uno mismo como si estuviera enfermo o débil, cuando algún sintoma o problema nos está afectando. Con mucha frecuencia la diferencia depende de la actitud.

Os habéis fijado la cantidad de veces que nos quejamos al día? "por pitos o por flautas" nos quejamos continuamente... y me pregunto ¿os habéis preguntado si alguna vez

ante algo que nos molesta hemos cambiado la actitud y la forma de hacerlo? O será que esperamos que "eso" cambie en vez de nosotros? Uno mismo.

En fin... hoy creo que me he puesto manos a la obra. ¿Queréis compartirlo? ¿Queréis ayuda? En lo que pueda ayudaré...

Relajación físico y mental; falta de memoria, poca concentración, naturopatía y alimentación, regulación energética, respiración, cambio de actitud, flores de bach, terapias de guía para el cambio, talleres y tertulias con prácticas de temas específicos... y vuestras ganas de hacerlo.

Buena suerte en este otoño y que sean muy felices.

**HERBOLARIO**  
de María Paz

REGÁLETE LO QUE TE MERECE:

- Masaje corporal
- Reiki
- Iridología
- Regulación energética

¡¡ CONSULTA NUESTRAS OFERTAS !!

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

Visítenos en la Agenda Comercial de la web del Informativo de Moratalaz: [www.informativomoratalaz.com](http://www.informativomoratalaz.com)

## \* Superación personal.

# HORÓSCOPO

Octubre 2006

"Libra"

Grupos de autoayuda. En los últimos años los grupos de autoayuda han ido aumentando considerablemente y ha surgido entre nosotros una poderosa fuerza al margen de las instituciones sanitarias, en extremo frías y despersonalizadas. Los grupos de autoayuda ofrecen a sus miembros la oportunidad de reconstruir su identidad personal y mejorar su autoestima, ofrecen la ayuda necesaria para el manejo de las dificultades relacionadas con los problemas de salud física, mental o espiritual.

Existen grupos para jugadores, para familiares de jugadores, para alcohólicos, para familiares de alcohólicos, para adictos a las drogas y para familiares de adictos, para víctimas de incesto, de malos tratos, de abusos en la infancia, para adictos al sexo y el amor romántico, para los que comen mucho, para los que comen poco, para los obesos, para los que sufren cáncer, SIDA, diabetes, esclerosis múltiple, para las viudas, las personas codependientes, los deprimidos, y los esquizofrénicos, solo por nombrar unos cuantos.

El poder de estos grupos de apoyo mutuo se deriva de la combinación de varias propiedades fundamentales: No están profesionalizados, sus miembros se implican intensamente, los principios del programa de apoyo tanto individual como grupal, el compromiso en la ideología del grupo, el anonimato de sus miembros y el lema básico subyacente en todos ellos "NO ESTÁS SOLO".

Paz para todos los corazones

Maite G.G.

**MAITE GALIANA**  
**TAROT**

TU FUTURO, TU SUERTE,  
VIDENCIA.  
IMPOSICION DE MANOS.  
CURSO PRACTICO DE TAROT  
TEL 91 773 7925

El sol transitará por el signo de libra del 23 de septiembre al 22 de octubre. Contrariamente a las cualidades positivas y amigables que el signo de libra confiere a sus nativos, este periodo estará cargado de tensiones y falta de tacto a la hora de negociar salidas aceptables en cualquier ámbito, esto recrudescerá aun más las posturas encontradas y habrá nuevas ocasiones para la guerra. Catástrofes naturales podrían ser el colofón a unos aspectos astrológicos bastante duros.

La palabra clave PACIENCIA.

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

**ARIES (Del 21 de Marzo al 21 de Abril)**

Algún miembro de tu familia podría necesitar cuidados, no te estreses, tendrás ayuda.  
Salud.....tensión muscular  
Dinero.....mejoras económicas  
Amor.....recuerdos del pasado  
Nº suerte.....58

**TAURO (22 Abril a 22 Mayo)**

Asegúrate de que tus proyectos son adecuados o tendrás que dar marcha atrás.  
Salud..... agotamiento psicológico  
Dinero.....demasiados gastos  
Amor.....bájate del pedestal  
Nº suerte.....54

**GÉMINIS: (23 de Mayo al 22 Junio)**

Parece que tendrás un nuevo comienzo en tus actividades y que estará muy bien espectado.  
Salud.....visitas al dentista  
Dinero.....buenas negociaciones  
Amor.....mariposas en el estomago  
Nº suerte.....26

**CANCER (22 de Junio al 22 Julio)**

Tus emociones te pueden y deberías de ser un poco mas practico o tus finanzas harán aguas.  
Salud.....molestias en el oído  
Dinero.....administrate bien  
Amor.....vacío  
Nº suerte.....54

**LEO (23 de Julio al 23 Agosto)**

Con lo bien que tu haces las cosas no deberías comerte el coco, sabes que todo saldrá bien.  
Salud.....visitas al oftalmólogo  
Dinero.....bastante bien  
Amor.....celos  
Nº suerte.....47

**VIRGO (23 de Agosto al 22 Septiembre)**

No terminas de salir del bache pero vienen tiempos mejores, tranquilidad.  
Salud.....varices  
Dinero.....justito  
Amor.....sin movimiento  
Nº suerte.....49

**LIBRA (23 Septiembre al 22 Octubre)**

Un periodo con muy buenos augurios para ti que serás el protagonista indiscutible. Podrías cambiar de "look".  
Salud.....Dolores de cabeza  
Dinero.....ingresos extras  
Amor.....No hay quien se te resista  
Nº suerte.....15

**ESCORPIO (23 Octubre a 22 Noviembre)**

No terminas de encontrar el equilibrio emocional que tanta falta te hace. Busca un grupo de apoyo  
Salud.....cuidado con las caídas  
Dinero.....pocas novedades  
Amor.....falsas ilusiones  
Nº suerte.....84

**SAGITARIO (23 Noviembre al 21 Diciembre)**

Júpiter en tu signo va a darte muchas satisfacciones este mes. Es tiempo de compartir en grupos o con amigos de siempre.  
Salud.....momento positivo  
Dinero.....entrada inesperada  
Amor.....apertura feliz  
Nº suerte.....35

**CAPRICORNIO (22 Diciembre a 21 Enero)**

Podrías abrirte alas nuevas tecnologías y salir un poquito de tu encierro  
Salud.....depresión ¡no gracias!  
Dinero.....gastos  
Amor.....contactos  
Nº suerte.....14

**ACUARIO (22 Enero al 19 Febrero)**

Tú vales demasiado, tus ideas son geniales, eres divertido y amoroso, por favor, confía que todo saldrá bien.  
Salud.....demasiados líquidos  
Dinero.....No te falta  
Amor.....Pon interés  
Nº suerte .....31

**PISCIS (20 Febrero al 20 Marzo)**

Nueva etapa con proyectos interesantes que se concretaran si estas atento y negocias con sabiduría.  
Salud.....torceduras  
Dinero.....inversiones  
Amor.....bueno  
Nº suerte.....36

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

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



madrid

JUNTA DEL DISTRITO DE MORATALAZ

# PROGRAMACIÓN CULTURAL MORATALAZ OCTUBRE: 2006

## CENTRO CULTURAL EL TORITO

Avda. Moratalaz s/n

## MUSICA EN MORATALAZ

**Jueves 5, a las 19.30 horas**  
RECITAL DE PIANO  
A cargo de EUGENIA GABRIELUK

**Jueves 19, a las 19.30 horas**  
DUO VIOLIN Y PIANO  
A cargo de ELENA MIKHAILOVA (violín)  
y VICTORIA MIKHAILOVA (piano)

**Jueves 26, a las 19.30 horas**  
TRIO ANDAINA  
A cargo de ANDREA SZAMEK-NAGY (violín),  
ELENA VÁZQUEZ (arpa celta) y CARLOS  
MARTÍNEZ DE IBARRETA (teclados-piano)

## OTOÑO CULTURAL

### TEATRO

**Viernes 6, a las 19.00 horas**  
PAREJA ABIERTA, de Darío Fo  
Compañía Máscara Laroye

**Viernes 20, a las 19.00 horas**  
ROSA DE DOS AROMAS, de Emilio Carballido  
Compañía Ateneo de Pozuelo

### ACTUACIONES MUSICALES

**Viernes 13, a las 19.00 horas**  
DUENDE (Espectáculo de música española)  
Compañía Albaicín

**Viernes 27, a las 19.00 horas**  
ECOS DE ORIENTE (Danza oriental, cubana,  
contemporánea...). Compañía La Quilombola

## CENTRO JUVENIL Y CULTURAL MORATALAZ

C/ Fuente Carrantona 8

## LUDOTECA "EL RINCÓN DEL PEQUE"

Entrada Libre. Todos los sábados de 10.30 a 13.30 y  
dirigida a niños entre 4 y 8 años

**16 de septiembre**  
PRESENTACIÓN DE LA ACTIVIDAD:  
"BIENVENIDA A LA LUDOTECA"  
JUEGOS DE PRESENTACIÓN  
DECORACIÓN DEL ESPACIO

**23 de septiembre**  
JUEGO LIBRE  
EL TREN DE LOS JUEGOS Y JUGUETES  
TALLER DE CREATIVIDAD:  
"EL CALENDARIO DE LA LUDOTECA"

**30 de septiembre**  
LA RULETA DE LOS JUEGOS  
CANCIONES DE ANIMACION  
TALLER DE CREATIVIDAD:  
"EL GUSANITO DE COLORES"

## CERTAMEN JOVEN DE CREACIÓN LITERARIA

Inscripciones hasta el 10 de noviembre  
Centro Cultural y Juvenil "Moratalaz"  
De lunes a viernes de 11 a 14 y de 17 a 18 h.

## CERTAMEN JOVEN DE FOTOGRAFIA

Inscripciones hasta el 10 de noviembre  
Centro Cultural y Juvenil "Moratalaz"  
De lunes a viernes de 11 a 14 y de 17 a 18 h.

## AULA MULTIMEDIA

**Horario:** Lunes a Viernes de 10.00 a 13.30 horas y de  
Lunes a Viernes de 16.00 a 20.00 horas. El Servicio  
permanecerá cerrado los primeros martes y jueves de  
mes. Servicios: Conexión a Internet, Trabajos de orde-  
nador, Fonoteca, Viaje teca, consulta de revistas, etc.

## INFORMADOR JUVENIL

**Horario:** Lunes a Viernes de 12.30 a 14.00 h. y de  
17.00 a 20.00 h. Servicios: Información sobre  
actividades, becas, cursos, empleo, etc.

## RECURSOS MUNICIPALES

### SALAS DE LECTURA Y BIBLIOTECAS

**Sala de Lectura**  
Centro Cultural y Juvenil - C/ Fuente Carrantona, 8  
Lunes a Viernes de 9.00 a 14.00 h. y de 16.00 a 21.00 h.  
Sábados de 10.00 a 14.00 h. y de 16.00 a 20.00 h.  
Domingo de 10.00 a 14.00 horas

**Biblioteca Municipal de Moratalaz**  
C/ Arroyo Belincoso, 11

### MAR de Moratalaz

Centro de acceso Público a Internet  
Camino de Vinateros, 51

### AGENTE DE IGUALDAD

Centro Cultural y Juvenil. C/ Fuente Carrantona, 8  
Horario: Lunes a Viernes de 9.00 a 14.00 horas  
Requisitos: Residentes en Moratalaz  
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 Esq. C° Vinateros  
Tel.: 91.328.26.56

**Centro de Día y de Mayores Isaac Rabin**  
Avda. de Moratalaz nº 153 - Tel.: 91.328.61.09

## MORATALAZ DESTACA

### VIAJES CULTURALES

**SIERRA DE CAZORLA Y ALCARAZ**  
28 y 29 de octubre de 2006. Precio: 60 €  
Incluye: Transporte, alojamiento en hotel en Pensión  
Completa, Comida, Guía y Seguro de Accidentes  
Preinscripción: Del 2 al 6 de octubre  
Exposición de lista de admitidos: 9 y 10 de octubre  
Negociado de Participación Ciudadana  
Centro Cultural Juvenil (C/ Fuente Carrantona, 8)  
Tel: 91.588.74.44 / 41

**TRUJILLO Y MONASTERIO DE GUADALUPE**  
18 Y 19 de noviembre de 2006. Precio: 60 €  
Incluye: Transporte, alojamiento en hotel en Pensión  
Completa, Comida, Guía y Seguro de Accidentes  
Preinscripción: Del 23 al 27 de octubre  
Exposición de lista de admitidos: 2 y 3 noviembre  
Negociado de Participación Ciudadana  
Centro Cultural Juvenil (C/ Fuente Carrantona, 8)  
Tel: 91.588.74.44 / 41

### CICLO DE CONFERENCIAS "AMORES DE CINE"

Salón de Actos de la Junta de Distrito de Moratalaz, a  
las 19,30 horas

**Miércoles 4 de Octubre**  
Humphrey Bogart y Lauren Bacall  
**Miércoles 11 de Octubre**  
Richard Burton y Liz Taylor  
**Miércoles 18 de Octubre**  
Spencer Tracy y Catherine Hepburn  
**Miércoles 29 de Octubre**  
Frank Sinatra y Ava Gardner  
Entrada Libre. Aforo Limitado

### CICLO DE CONFERENCIAS DEPORTIVAS

Salón de Actos de la Junta de Distrito de Moratalaz, a  
las 19,00 horas

**Martes 17 de Octubre**  
Deporte y vida sana  
**Martes 24 de Octubre**  
Alimentación y materiales a emplear  
**Martes 31 de Octubre**  
Entrenamientos, buena salud y competición  
Entrada Libre. Aforo Limitado

### CONCIERTO DE

### LA BANDA DE MUSICA DE MORATALAZ

Salón de Actos de la Junta de Distrito de Moratalaz  
C/ Fuente Carrantona, 8  
**Sábado 21 de Octubre**, a las 12.00 horas  
Entrada Libre. Aforo Limitado

## DISTRITO ARTES "DANZA"

**Domingo 15, las 13,00 horas**  
C/ Fuente Carrantona (entre C/ Encomienda de  
Palacios y Hacienda de Pavones)  
DESTINATION de Marina Donderis

## Club SUPERPEQUE

### CINE INFANTIL Y JUVENIL

Salón de Actos de la Junta de Distrito de Moratalaz, a  
las 12.00 horas

**Viernes 6 de Octubre** Garfield  
**Viernes 13 de Octubre** Pinocho 3000  
**Viernes 20 de Octubre** Doce fuera de casa  
**Viernes 27 de Octubre** Bob Esponja  
Entrada Libre. Aforo Limitado

### ESPECTÁCULOS INFANTILES

Salón de Actos de la Junta de Distrito de Moratalaz, a  
las 12.00 horas

**Domingo 8 de Octubre**  
LOS INSTRUMENTOS DE LA EDAD MEDIA  
con Compañía Baladí  
**Domingo 22 de Octubre**  
EL TEATRO DE LA SELVA  
con Marimba Marionetas  
**Domingo 26 de octubre**  
SIN DETERMINAR  
Entrada Libre. Aforo Limitado.

## TALLERES EN CENTROS CULTURALES

### Centro Cultural Eduardo Chillida

TALLER	DIAS	HORARIO
Acuarela	Martes	10:00 / 13:00
Aeróbic I	Martes y Jueves	19:30 / 20:30
Aeróbic II	Martes y Jueves	20:30 / 21:30
Alemán I Iniciación	Lunes y Miércoles	19:00 / 20:00
Alemán II Avanzado	Lunes y Miércoles	20:00 / 21:00
Baile de Salón I	Lunes y Miércoles	19:30 / 20:30
Baile de Salón II	Lunes y Miércoles	20:30 / 21:30
Bellas Artes	Jueves	10:00 / 14:00
Bolillos I	Viernes	10:00 / 13:00
Bolillos II	Viernes	17:00 / 20:00
Bolillos III	Jueves	17:00 / 20:00
Cata de Vinos (Trimestral)	Jueves	19:00 / 21:00
Conocer Madrid I	Martes	10:00 / 13:00
Conocer Madrid II	Miércoles	10:00 / 13:00
Conocer Madrid III	Jueves	10:00 / 13:00
Conocer Madrid IV	Viernes	10:00 / 13:00
Corte y Confección-Patronaje	Miércoles	10:00 / 13:00
Creación Literaria	Martes	20:00 / 21:30
Cuenta cuentos Adultos (Trim.)	Miércoles	19:00 / 21:00
Encuadernación	Martes	17:30 / 20:30
Francés I	Martes y Jueves	18:00 / 19:00
Francés II	Martes y Jueves	19:00 / 20:00
Gimnasia Mantenimiento I	Lunes y Miércoles	09:30 / 10:30
Gimnasia Mantenimiento II	Lunes y Miércoles	10:30 / 11:30
Gimnasia Mantenimiento III	Lunes y Miércoles	11:30 / 12:30
Gimnasia Mantenimiento IV	Lunes y Miércoles	12:30 / 13:30
Gimnasia Mantenimiento V	Lunes y Miércoles	17:30 / 18:30
Gimnasia Mantenimiento VI	Lunes y Miércoles	18:30 / 19:30
Gimnasia Mantenimiento VII	Martes y Jueves	09:30 / 10:30
Gimnasia Mantenimiento VIII	Martes y Jueves	10:30 / 11:30
Grandes Civilizaciones -	Viernes	10:00 / 13:00
Guitarra Infantil 6 a 12 años	Martes	17:30 / 19:00
Historia del Arte I Moderno 2	Lunes	10:00 / 13:00
Historia del Arte II Nivel I	Martes	16:00 / 19:00
Historia del Arte III Nivel II	Miércoles	16:00 / 19:00
Historia del Arte IV Moderno 1	Jueves	16:00 / 19:00
Inglés I Nivel 1	Lunes y Miércoles	18:00 / 19:00
Inglés II Nivel 2	Lunes y Miércoles	19:00 / 20:00
Inglés III Nivel 3	Lunes y Miércoles	20:00 / 21:00
Inglés IV Nivel 2	Martes y Jueves	10:00 / 11:00

Inglés V Conversación 1	Martes y Jueves	19:00 / 20:00
Inglés VI Conversación 2	Martes y Jueves	20:00 / 21:00
Música Clásica (Trim.) Inic. -	Lunes	18:30 / 20:30
Italiano Nivel I	Martes y Jueves	19:00 / 20:00
Italiano Nivel II	Martes y Jueves	20:00 / 21:00
Juegos de Estrategia y Rol -	Viernes	17:00 / 20:00
Manualidades Nivel I	Lunes y Miércoles	17:00 / 19:00
Manualidades Nivel II	Lunes y Miércoles	19:00 / 21:00
Pintura I	Lunes y Miércoles	10:00 / 12:00
Pintura II	Lunes y Miércoles	12:00 / 14:00
Pintura III	Lunes y Miércoles	17:00 / 19:00
Pintura IV	Lunes y Miércoles	19:00 / 21:00
Pintura V	Martes y Jueves	19:30 / 21:30
Pintura VI	Viernes	10:00 / 13:00
Pintura VII	Viernes	17:00 / 20:00
Pintura Infantil I 7-9 años	Martes	17:30 / 19:30
Pintura Infantil II 10-13 años	Jueves	17:30 / 19:30
Restauración de Muebles I -	Lunes	10:00 / 13:00
Restauración de Muebles II	Miércoles	10:00 / 13:00
Restauración de Muebles III -	Lunes	17:30 / 20:30
Restauración de Muebles IV -	Martes	17:30 / 20:30
Restauración de Muebles V -	Jueves	17:30 / 20:30
Tai-Chi Nivel I	Lunes y Miércoles	12:00 / 13:00
Tai-Chi Nivel I	Lunes y Miércoles	19:30 / 20:30
Tai-Chi Nivel II	Lunes y Miércoles	20:30 / 21:30
Tai-Chi Nivel I	Martes y Jueves	11:30 / 12:30
Tai-Chi Nivel I	Martes y Jueves	17:30 / 18:30
Tai-Chi Nivel II	Martes y Jueves	18:30 / 19:30
Tai-Chi Nivel I	Martes y Jueves	20:00 / 21:00
Talla de Madera	Miércoles	17:30 / 20:30
Yoga I	Lunes y Miércoles	09:30 / 10:30
Yoga II	Lunes y Miércoles	10:30 / 11:30
Yoga III	Lunes y Miércoles	16:30 / 17:30
Yoga IV	Lunes y Miércoles	17:30 / 18:30
Yoga V	Martes y Jueves	10:30 / 11:30
Yoga VI	Martes y Jueves	11:30 / 12:30
Yoga VII	Martes y Jueves	17:00 / 18:00
Yoga VIII	Martes y Jueves	18:00 / 19:00
Yoga IX	Martes y Jueves	19:00 / 20:00
Yoga X	Viernes	09:30 / 11:30
Yoga XI	Viernes	11:30 / 13:30
Yoga XII	Viernes	17:30 / 19:30

## INFORMÁTICA TRIMESTRALES

Windows Básico	Lunes y Miércoles	09:30 / 10:30
Informática Principiantes -	Lunes	10:30 / 12:30
Word Básico	Lunes	16:00 / 18:00
Excel Básico	Martes	11:30 / 13:30
Access Básico y Correo Electrónico	Miércoles	10:30 / 12:30
Informática Principiantes	Miércoles	16:00 / 18:00
Power Point y Photoshop Básico	Miércoles	18:30 / 20:30
Word y Excel Avanzado -	Lunes	18:30 / 20:30
Photoshop, PowerPoint y Access Av.	Martes	09:30 / 11:30

## PLAZOS DE INSCRIPCIÓN

### C.C. EDUARDO CHILLIDA

#### Presentación de solicitudes:

Del 5 al 11 de octubre 2006, en horario de 9:30  
a 13:00 horas y de 17:00 a 18:30 horas.

#### Exposición de listas por orden alfabético:

Del 18 al 20 de octubre de 2006.

#### Plazo para alegaciones:

Del 18 al 23 de octubre de 2006.

#### Exposición de listas definitivas:

25 de octubre de 2006.

#### Sorteo público:

26 de octubre de 2006 a las 10:00 horas en el Salón  
de Actos de la Junta Municipal de Distrito de  
Moratalaz (c/ Fuente Carrantona, 8 1ª planta).

#### Exposición del resultado del sorteo:

27 de octubre de 2006, en horario de tarde.

#### Formalización de la matrícula:

Del 10 al 23 de noviembre de 2006.

#### Cursos trimestrales:

Los cursos de periodicidad trimestral comenza-  
rán en el segundo trimestre.

Puedes visitar además esta Programación en la web  
del Informativo de Moratalaz, tu Periódico local en  
Internet (pdf - pág. 23.-):

[www.informativomortalaz.com](http://www.informativomortalaz.com)  
[www.informativomortalaz.es](http://www.informativomortalaz.es)

# POLIDEPORTIVO SAGRADA FAMILIA

## Fitness

Musculación  
Pilates  
Stretching  
Spinning  
Switching  
Aerobic  
Cardiovascular

Danza  
Yoga  
Tai chi  
Escuela del corredor

Recuperación Deportiva  
Fisioterapia  
Medicina Deportiva

## Salud

## Natación

Calle libre  
Clases con monitor  
Matronatación  
Pre-mamá

¡ ANÍMATE Y VEN  
A CONOCERNOS !

Natación  
Fútbol  
Danza  
Kárate

Gimnasia rítmica  
Club de competición  
Curso polideportivo

## Infantil



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



1ª RED INMOBILIARIA



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

91 333 99 00

www.lookandfind.es



la vuelta'06

61 edición  
vuelta ciclista a España

Piso en Pavones de 72 m<sup>2</sup>, hall, salón-comedor, cocina con tendedero, distribuidor, 2 dormitorios, 1 baño completo. Para entrar a vivir.  
Ref.: DW 340

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

Piso en Juan de Bobadilla, hall de 73 m<sup>2</sup>, salón-comedor, cocina con office, distribuidor, 3 dormitorios y 1 baño completo.  
Ref.: DW 305 230.000 €

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

Piso en Marroquina de 95 m<sup>2</sup>, hall, salón-comedor, terraza, cocina con tendedero, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo y aseo.  
Ref.: DW 307 318.000 €

Piso en Fontarrón de 88 m<sup>2</sup>, hall, salón-comedor, terraza, cocina amueblada con tendedero, despensa, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo, a/e y a/a.  
Ref.: DW 313 310.000 €

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

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

Excelente piso en Pavones de 105 m<sup>2</sup>, hall, salón-comedor, distribuidor, 3 dormitorios, 1 baño completo y aseo, cocina con tendedero, trastero y garaje. En urbanización privada.  
Ref.: DW 296 406.000 €

Piso en Pavones de 60 m<sup>2</sup>, hall, salón, terraza, cocina, 3 dormitorios y baño completo. Para reformar.  
Ref.: DW 338 216.400 €

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

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

CON MOTIVO DE NUESTRO PATROCINIO A LA VUELTA CICLISTA A ESPAÑA

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

ACERCATE A NUESTRAS OFICINAS Y PARTICIPA

Camino de Vinateros, 22

Camino de Vinateros, 105

Hacienda de Pavones, 11

Tel. 91 333 99 00

VISÍTENOS EN LA WEB DEL INFORMATIVO DE MORATALAZ: [www.informativomoratalaz.com](http://www.informativomoratalaz.com) - [www.informativomoratalaz.es](http://www.informativomoratalaz.es)