



# V MUESTRA DE CINE EFÍMERO

**USO DE PATINETES  
EN LA VÍA PÚBLICA**

**PREGUNTAS Y  
RESPUESTAS SOBRE  
MORALREUTILIZA**



**MORAL&TÚ**  
MORALZARZAL NOS UNE

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



# CLÍNICA DENTAL MIRAFLORES

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

## CLINICA DENTAL **MIRAFLORES** ODONTOLOGÍA GENERAL

Rx. Panorámica Digital  
Implantes  
Estética Dental  
Urgencias  
Ortodoncia  
Prótesis  
Endodoncias



VIVIAN REYES VIVAS  
DRA. / COLEGIADA Nº 5117



**C/ Iglesia, 19**  
**Moralzarzal**  
**91 842 73 26**



# SUMARIO

4 Ayuntamiento · 9 Asociaciones · 14 MoralSaludable  
16 Cinefímero · 18 Mayores · 20 Cultura · 24 Deportes

## REVISTA DE INFORMACIÓN MUNICIPAL DE MORALZARZAL

### Edita:

Ayuntamiento de Moralzarzal

### Coordina:

Área de Comunicación

### Dirección:

Plaza Constitución, 13 - Moralzarzal

prensa@moralzarzal.es

www.moralzarzal.es

### Diseño de Cabecera:

Idea Hotel (ideahotel.es)

### Imagen Portada:

Ayuntamiento de Moralzarzal

### Tirada:

6.500 ejemplares

### Depósito Legal:

M19371-1393

### Impresión

Editorial MIC (www.editorialmic.com)

### Contratación Publicidad

Jesús Pérez

Tel. 91 896 62 76 • 676 924 762

jesus@editorialmic.com

### Ejemplar Gratuito



**MORAL&TÚ**  
MORALZARZAL NOS UNE

www.moralzarzal.es f ▶ ▶ ▶

## DE INTERÉS



# USO DE PATINETES EN LA VÍA PÚBLICA

EN LOS ÚLTIMOS MESES HA AUMENTADO EL NÚMERO DE VEHÍCULOS DE MOVILIDAD PERSONAL (VMP) POR LAS CALLES DE NUESTRO MUNICIPIO. POLICÍA LOCAL RECUERDA A TODOS LOS VECINOS SU REGULACIÓN DE USO

Los VMP son vehículos, dotados generalmente de motor eléctrico, que están cambiando el modelo de movilidad urbana. Entre ellos, se encuentran los hoverboards, segways, monopatinés y los patinetes eléctricos.

Es tal el boom de estos últimos que se estima que su demanda ha crecido en España un 1000% en el último año, según datos ofrecidos por el comparador de precios idealo.es.

Ello ha supuesto que nos encontremos estos vehículos por carre-

teras, calzadas y aceras. Nuestro municipio, obviamente también se está viendo afectado por este cambio en la movilidad urbana.

Este crecimiento exponencial ha cogido por sorpresa a las autoridades reguladoras. Con el fin de avanzar en su ordenamiento, la Dirección General de Tráfico (DGT) ha publicado una normativa regulatoria transitoria que establece una serie de reglas dirigidas tanto a los usuarios como a los ayuntamientos y a los agentes de la autoridad.

De este modo, se ha establecido una velocidad máxima de 25 km/h, así como multas que oscilan entre los 500 y 1.000 euros por circular con los patinetes bajo los efectos del alcohol. Las sanciones por conducirlos utilizando el móvil pueden llegar hasta los 200 euros.

Por otro lado, los usuarios de un VMP están obli-

gados a pasar un test de alcoholemia o drogas, si son requeridos a tal fin por las autoridades. En caso de dar positivo, se podrá inmovilizar el vehículo. Es importante señalar que los patinetes eléctricos sólo pueden circular por la calzada, y que está prohibido que lo hagan por aceras y zonas peatonales.

Asimismo, se ha establecido que la capacidad del



vehículo es de solo una persona. En caso de incumplimiento y llevar más de un ocupante la sanción será de 100 euros. Si se circula por la noche, debe ha-

cerse con ropa reflectante y/o con alumbrado. La multa puede elevarse hasta los 200 euros.

Los auriculares y otros sistemas de comunicación están totalmente prohibidos mientras se circula con un VMP. En cuanto al casco, la normativa establece que la obligación de su uso dependerá de cada municipio.

En el caso de que las infracciones sean cometidas por menores de edad, serán los padres o tutores legales quienes tengan que hacer frente a la posible sanción.

Por su parte, el Ayuntamiento de Moralarzal, que está trabajando en un Plan de Movilidad Urbana Sostenible (PMUS), desarrollará de manera paralela una serie de medidas en sus ordenanzas para facilitar la convivencia entre conductores, peatones y estas nuevas formas de movilidad.



## PREGUNTAS (Y RESPUESTAS) SOBRE EL WALLAPOP MUNICIPAL

YA ESTÁ FUNCIONANDO EN EL PUNTO LIMPIO MUNICIPAL MORALREUTILIZA, UN SERVICIO GRATUITO CUYO FIN ES DAR NUEVA VIDA A ESOS OBJETOS QUE ESTÁN EN BUEN ESTADO PERO YA NO UTILIZAS

### ¿Qué es MoralReutiliza?

Es una iniciativa del Ayuntamiento de Moralarzal para impulsar la economía circular mediante el intercambio de objetos entre vecinos, donde podrás dejar los que ya no utilices y obtener otros que te interesen.

A través del catálogo de la plataforma, se pueden conocer y reservar los productos disponibles, y añadir otros nuevos.

### ¿Cómo me registro?

Debes entrar en la web [www.moralreutiliza.es](http://www.moralreutiliza.es) y rellenar el formulario con tus datos. Recibirás un email de confirmación y ya podrás reservar productos en el Catálogo de objetos y añadir productos.

### ¿Tengo que pagar algo?

No. MoralReutiliza funciona con un sistema de puntos. Los usuarios registrados podrán acumular puntos y canjearlos por objetos.

### ¿Cómo consigo puntos?

Al realizar el registro en la web, recibirás 100 puntos. Al entregar un objeto, recibirás 100 puntos. Y al retirar un objeto, restarás 50 puntos de tu saldo.

### ¿Cuánto tiempo tengo para recoger un objeto reservado?

Una vez realizada la reserva dispones de 7 días naturales para recoger el objeto en el Punto Limpio municipal.

### ¿Qué pasa si no acudo a recoger el objeto reservado?

Si no has recogido el producto o cancelado la reserva en el plazo válido serás penalizado con 7 días sin que puedas realizar una nueva reserva y el objeto pasará a estar disponible para el resto de usuarios.

### ¿Qué productos puedo llevar al centro MoralReutiliza?

Podrás llevar artículos de deporte y ocio, juguetes y accesorios infantiles o artículos de hogar, entre otros.

### ¿Qué productos no puedo llevar?

No está permitido el intercambio de los siguientes objetos: ropa y calzado, objetos eléctricos y electrodomésticos, alimentos, bebidas y plantas. Sin embargo, sí puedes obtener puntos por la entrega de pequeños electrodomésticos que se encuentren operativos.



## INICIADAS LAS OBRAS DE AMPLIACIÓN DEL CEMENTERIO

**Y**a han comenzado los trabajos de construcción de 60 sepulturas, 80 nichos y 50 columbarios en el Cementerio Municipal.

Las obras se han adjudicado por un total de 98.000 euros más IVA. En una segunda fase se remodelarán tanto el tanatorio como el parking de acceso.

## PANELES DE INTERPRETACIÓN

**E**n 2017, tras un intenso trabajo previo, se aprobó el Catálogo de Patrimonio de Morzarzal. Fue el primer paso para la realización de una serie de actuaciones enfocadas a la recuperación, conservación y divulgación de patrimonio de nuestro municipio.



veros de la ladera de Matarrubia, etc.

Como continuación de estos trabajos, en diciembre se han instalado dos paneles interpretativos de madera cuyo objetivo es dar a conocer el patrimonio de la Ladera de Matarrubia y, al mismo tiempo, rendir

un merecido homenaje a los vecinos de Morzarzal que crearon estos elementos y a los que se están encargando de su protección y recuperación.

Durante estos años, varios vecinos, de forma voluntaria y con la colaboración de la Consejería de Medio Ambiente de la Comunidad de Madrid y del Ayuntamiento, han trabajado en la recuperación de fuentes y manantiales, chozos, antiguos vi-

Además, estos paneles se incluyen en las 11 rutas peatonales de Morzarzal Saludable, que han sido presentados recientemente en FITUR.

# ACTIVIDADES DEL 8 DE MARZO

UN AÑO MÁS CELEBRAMOS EL DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER, UNA FECHA QUE SIRVE PARA CONMEMORAR LA REIVINDICACIÓN DE LA MUJER POR SU PARTICIPACIÓN EN PIE DE IGUALDAD CON EL HOMBRE EN LA SOCIEDAD



Las actividades darán comienzo el viernes 6 de marzo con un concierto del grupo musical Magara, un cuarteto de mujeres con una instrumentación poco común: voces, ukelele, acordeón, flauta travesera, contrabajo y percusión. La cita será a las 8 de la tarde en el Teatro Municipal.

Al día siguiente, la biblioteca acogerá un recital de poesía para mujeres a las 12:00 en el Hogar.

El viernes 20 de marzo a las 8 de la tarde en el Teatro Municipal se representará la obra Alma. Esta actividad contará con servicio de Ludoteca.

El sábado 21 se ha preparado una ruta que, con el nombre de Montaña en Femenino, recorrerá 13 kilómetros por el Valle de la Barranca. El nivel de dificultad es medio y se estima que durará cinco horas.

Las actividades terminarán en jueves 2 de abril con más teatro a las 12 de la mañana en el Centro Cultural, en esta ocasión para el alumnado de secundaria y bachillerato del IES Carmen Martín Gaité, Leonardo da Vinci y Laude Fontenebro, que asistirán al montaje No sólo duelen los golpes.

ESTACIÓN DE SERVICIO  
**MORALZARZAL**

*Te ofrecemos los siguientes servicios...*

*Pan recién hecho • Autolavado*  
*Tienda (hielo, prensa...)*  
*Lavado a presión • Aspiradores*  
*Multiproductos... diesel Star, Óptima*  
*Gasolina Óptima 95 y 98*

**CEPSA**

**JUNTO A**  
**URBANIZACIÓN LA HERRADURA**  
**TLF. 91 857 62 52**

# LA HORA DEL PLANETA

**HORA DEL PLANETA.** Por quinto año consecutivo, Moralarzal se unirá de nuevo a La Hora del Planeta, una iniciativa surgida en 2007 de la mano de WWF y que es la mayor campaña a nivel mundial de lucha contra el cambio climático.

La cita tendrá lugar el sábado 28 de marzo entre

las 20:30 y las 21:30 horas. Moralarzal apagará las luces de diferentes edificios municipales como acto simbólico para llamar la atención sobre el problema del cambio climático.

Aprovechamos para hacer un llamamiento a nuestros vecinos para que secunden esta iniciativa.

**MÁS TRANSPARENCIA.** El Ayuntamiento ha habilitado el acceso de los grupos municipales de la oposición a todos los expedientes del Consistorio.

Se trata de un paso más en la transparencia y un caso inaudito en los ayuntamientos de nuestro país, ya que son muy pocos los que facilitan de este modo toda la información disponible. Hasta ahora, el acceso a los expedientes se realizaba bajo demanda, es decir, los grupos de la oposición solicitaban un expediente y éste se les facilitaba. Desde hoy, ya no tienen que pedirlo, ya que pueden acceder a él de manera directa.

Aunque en Pleno se rechazaron sendas mociones del Partido Popular y del PSOE, el Equipo de Gobierno ha trabajado en la fórmula que ha hecho posible este acceso, con las restricciones legales en cuanto a protección de datos y expedientes sensibles, que se aplican también a los concejales del Gobierno.

Los expedientes se gestionan a través de la aplicación GestDoc, que graba todos los pasos que se llevan a cabo. Según sus creadores, la decisión tomada por Moralarzal es inaudita entre los Ayuntamientos que utilizan esta herramienta de gestión documental.

**GARANTÍA EN LA AVENIDA DE LA SALUD.** El contrato para el arreglo de la Avenida de la Salud, realizado hace dos años, incluía una novedosa cláusula de garantía total de la obra durante un periodo de cinco años.

De este modo, desde su finalización, los técnicos municipales vienen haciendo un seguimiento de su estado y recientemente detectaron el hundimiento de un bordillo y una serie de desperfectos puntuales en la capa de rodadura.

Tras informar a la empresa constructora, Seranco SA, durante estos días se han subsanado de manera rápida y efectiva dichas deficiencias.

Es la segunda ocasión en la que se recurre a esta garantía total, gracias a la que también se reparó el hundimiento de unos sumideros.

**CERO EMISIONES.** El Ayuntamiento ha licitado el nuevo contrato de suministro de energía eléctrica de espacios públicos, que se ha adjudicado a Aura Energía.

Como en el anterior, se ha exigido la certificación de uso exclusivo de fuentes de energía renovable, por lo que las emisiones de CO2 son cero.

Asimismo, gracias al cambio de LED en la iluminación urbana, se ha pasado de pagar 221.000 euros en 2017 a 70.000 en 2019.



# SENDEROS DEL AGUA: RECUPERANDO LA HISTORIA

EL 8 DE FEBRERO SE PRESENTÓ UNA NUEVA ASOCIACIÓN CULTURAL EN NUESTRO MUNICIPIO, UNA INICIATIVA VECINAL QUE NACE CON LA INTENCIÓN DE RECUPERAR, MANTENER Y DAR A CONOCER PARTE DE LA HISTORIA DE **MORALZARZAL**

**P**ara ello, se han propuesto recuperar, rehabilitar y mantener el funcionamiento de todas las fuentes que durante siglos saciaron la sed y cubrieron las necesidades más básicas de los vecinos.

Hacer funcionar las fuentes servirá también para ponerlas en valor para los vecinos, a través de la organización de rutas y charlas. Los 27 socios fundadores han comenzado su labor apadrinando las diferentes fuentes.

También se darán a conocer los distintos refugios de

pastores, denominados chozos, y que también están siendo rehabilitados. Similar es el caso de las cruces territoriales y las piedras orientativas que llevan acompañándonos siglos sin que la gran mayoría de la población las conozca.

Los interesados en conocer las labores de Senderos del Agua o de formar parte de esta asociación pueden escribir a [contacto@senderosdelagua.org](mailto:contacto@senderosdelagua.org).

Facebook: @SenderosdelAgua. Twitter @AguaSenderos. Web: [www.senderosdelagua.org](http://www.senderosdelagua.org)

Obras y Reformas  
en general

## EL PALETA .com

**¡Precios Inmejorables!**

ARREGLO DE GOTERAS E IMPERMEABILIZACIONES

Tel y Fax: 91 857 67 68 | Móvil: 667 741 706/ 7

Consultanos antes de decidirte  
Precios sin competencia



## SEGUIMOS SU CAMINO

**E**l acceso de las mujeres a puestos de trabajo remunerados siempre ha sido difícil. A finales del siglo XIX, había en Madrid algunas que consiguieron acceder a puestos de telefonistas, aunque



cobraban la mitad que los hombres, no solían estar sindicadas y su conflictividad era casi nula.

Los gobiernos más radicales elaboraron proyectos de ley del trabajo femenino y del niño. La más importante fue la de Eduardo Dato, de 1899, que protegía en especial a la mujer embarazada. Posteriormente y gracias a la presión obrera, se irían consiguiendo derechos hasta entonces ignorados.

Concepción Arenal, que tuvo que vestirse de hombre para llegar a ser una de las pioneras en la Universidad española, dirigió el periódico “La Voz de la Caridad”. En un Madrid sin televisor ni radio, tan solo quedaba el teatro, y en él destacaron actrices como Teodora Lamadrid, Matilde Díez, María Tubau y María Guerrero.

En estos años, las cifras del analfabetismo femenino eran escalofriantes. Lentamente, fueron surgiendo grupos de

clara ideología liberal que comprendieron la necesidad de que la mujer pudiera estudiar y alcanzar puestos de relevancia social.

Todo el final del siglo XIX fue una incansable lucha de la

mujer para acceder a las instituciones culturales, aunque las primeras valientes tuvieron que sufrir la falta de respeto de sus compañeros y la burla general.

María de Maeztu participó en el nacimiento del “Lyceum Club Femenino”, una especie de Ateneo en el que se reunían a oír conferencias, debatir temas candentes del momento, estudiar en la biblioteca o simplemente pensar en común.

Todas estas mujeres nos abrieron el camino, pero aún nos queda mucho por conseguir.

La unión de más mujeres hace la fuerza de mujerESmás.

*María del Carmen de la Calle Álamo  
 (socia de mujerESmás)  
 con apuntes de P. Fernando Quintanilla)*

### Clases de Neurodanza En Moratzarzal

**Libera tensiones**

**Mejora tu agilidad, coordinación, fuerza y flexibilidad**

**Expresa tus emociones**

**Potencia tus capacidades psicomotrices**

**Descubre lo que el movimiento natural puede hacer por ti**

**Disfruta de vivir la alegría de moverte de forma fácil y sencilla**

**Comparte lo mejor de ti**

Tlf: 630 01 67 99 [info@neurodanza.es](mailto:info@neurodanza.es)



# ¿HA NACIDO UNA ESCRITORA?

Una vez más, los cebolleros, ya sean de nacimiento o de adopción, nos sorprenden. En el tiempo que llevo integrada con vosotros había observado que todos los años La Mancomunidad THAM convoca concursos de relatos cortos. Este año, el de Moral lo ha ganado una de nuestras vecinas. Se llama Maite Moreda Herranz y lleva con nosotros 14 años.

Me pongo al habla con ella para conocerla mejor y poder contaros todas esas pequeñas cosas que nos gustaría saber sobre su faceta de escritora.



Cuál es mi sorpresa al comentarme que no solo ha ganado este, sino que también ha ganado el de Cercedilla, que se ha fallado un poco antes y que ha sido seleccionada para ser incluida en un libro coral de Diversidad Literaria, certamen en el que ha participado a través de Internet y que está abierto a todos los hispano-hablantes.

## ¿Has participado con el mismo relato?

No, la propuesta de los temas eran diferentes: el de Cercedilla “Piedra, papel y tijera”, el de internet, “Ellas” y el de Moral, sobre la “Violencia de género”.

## ¿Te puedo preguntar la edad?

Sí, tengo 64 años.

## ¿Siempre has escrito?

No, llevo escribiendo solo tres años. Cuando me incorporé al pueblo, puse una tienda de ropa infantil en uno de los locales de la Plaza de Toros.

## ¿Y cómo se te ocurrió?

Una amiga y yo nos apuntamos a uno de los talleres literarios que se nos ofrecen y me di cuenta de que me gustaba y me ayudaba a llenar mi vida.

## ¿Piensas seguir con algo más complejo, como la novela?

Sí, ese es mi siguiente paso, aunque lo veo muy difícil.

## ¿Cómo definirías tu estilo?

La verdad no me siento capaz de definirme...

Como yo la he leído os puedo asegurar que, desde mi punto de vista, es muy personal, directo y libre.

## ¿Cuándo sacas tiempo para hacerlo?

Al asistir a diferentes talleres, no tengo mucho tiempo, así que por las tardes, pero

sobre todo los fines de semana.

## ¿Qué opinan tu familia, tus hijos?

Me animan y apoyan. Una de ellas además me hace la crítica.

## ¿Y tú como te sientes?

Feliz, y entregándome cada día más a esta nueva afición.

Maite empezó a escribir por casualidad y ha encontrado dentro de ella algo que ni siquiera conocía pero que la ha enriquecido. A veces nos viene la idea de hacer alguna cosa, pero no nos atrevemos y dejamos pasar el tiempo sin hacer nada. Nos decimos que somos mayores para empezar. No seamos tontos, hagámoslo, en el peor de los casos sólo nos va a servir para conocernos mejor o para hacernos más observadores, y siempre, siempre, nos va a ayudar a ser más felices, pues estamos empleando nuestro tiempo en aquello que nos gusta, ayudándonos a analizar mejor todo lo que nos rodea.

Hagamos como Maite, luchemos por aquello que nos atrae, sin importar si es pronto o tarde, sólo conseguiremos ser felices con nuestras pequeñas victorias y si un día se convierten, con nuestro esfuerzo, en grandes, mejor que mejor.

*Amparo Jiménez Arias*

En el CEIP El Raso, el lema del mes de febrero es “hábitos saludables”. Como punto de partida, nuestra enfermera está realizando talleres de “Mecánica Postural” con todos los grupos: pesando mochilas, colocando “gomets” en la columna vertebral de los compañeros/as... aprendemos a cuidar nuestra espalda de una forma divertida.



Tampoco nos olvidamos de la alimentación, así que también estamos llevando a cabo la actividad “desayunos saludables” de primero a sexto, para evitar el exceso de azúcar y promover la ingesta de fruta. Estas actividades son las propuestas iniciales para que cada curso continúe profundizando, y es que sabemos que para un buen rendimiento intelectual, el cuidado de nuestra salud es primordial.



Con el fin de que las nuevas familias interesadas puedan conocer su proyecto educativo y la metodología de trabajo en las aulas de infantil, el **Laude Fontenebro School** ha organizado una Jornada de Puertas abiertas para el viernes 6 de marzo, que comenzará a las tres de la tarde

Las características principales de su proyecto educativo, centrado en el desarrollo de habilidades y destrezas, son: atención personalizada, bilingüismo y refuerzo en pronunciación con teaching assistants nativos, metodología activa, psicomotricidad y natación, educación emocional y filosofía lúdica, educación musical, entorno agradable, seguro y con un magnífico equipo de profesionales implicados y motivados para lograr la mejor educación y bienestar de cada alumno.

Más información e inscripciones a la Jornada en [admisiones@laundefontenebro.com](mailto:admisiones@laundefontenebro.com) o en el teléfono 91 857 89 42.

La enseñanza obligatoria es gratuita y según la legislación vigente debe desarrollarse durante un horario lectivo de 25 horas semanales en Educación Infantil y Primaria (en las que se incluyen las dos horas y media de recreo) y de 30 horas semanales en ESO.

Las actividades complementarias estables constituyen el complemento formativo del **Colegio Leonardo da Vinci** y suponen un enriquecimiento significativo del currículo básico en la legislación vigente. El hecho de disponer de una jornada con cinco sesiones semanales más que la ordinaria (que configura nuestro horario escolar), nos permite incorporar y ampliar contenidos en áreas como inglés, ajedrez, artes escénicas, programa de desarrollo personal o natación. Estas actividades se imparten dentro del horario escolar y son de carácter voluntario y no lucrativo para el Centro.

Este enriquecimiento curricular difiere en cada etapa en función de las necesidades propias de la edad y es una realidad gracias al equipo de profesionales que pretende cubrir con la mayor amplitud las necesidades pedagógicas y lúdicas que van más allá del simple cumplimiento de los objetivos académicos al uso.



# PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR

COMO EN AÑOS ANTERIORES, EL AYUNTAMIENTO DE MORALZARZAL, JUNTO CON SUS CENTROS PÚBLICOS, ESTÁN TRABAJANDO EN EL PROGRAMA DE PREVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR Y FOMENTO DE LA MEDIACIÓN

Este programa comenzó en 2015 como un proyecto para la mejora de la convivencia, dotando de estrategias al alumnado para que sean ellos mismos los protagonistas en la resolución de conflictos entre iguales.



bién acompañada de actividades recreativas ofrecidas por #JuventudMoral.

Las mencionadas estrategias que trabajó el alumnado durante las jornadas, junto con dinámicas y talleres impartidos en los propios centros

Además de la importante función que están realizando los equipos de mediación para aprender a gestionar conflictos del día a día, cabe destacar el interés y dedicación de cada centro escolar: CEIP El Raso, CEIP San Miguel Arcángel e IES Carmen Martín Gaité, que están llevando a cabo una serie de talleres y actividades para la consecución de los objetivos del proyecto.

Valga un ejemplo: durante el fin de semana del 17 de enero, los alumnos del IES Carmen Martín Gaité participaron en unas intensas jornadas sobre mediación escolar en Mataelpino. La formación fue tam-

bién acompañada de actividades recreativas ofrecidas por #JuventudMoral. Las mencionadas estrategias que trabajó el alumnado durante las jornadas, junto con dinámicas y talleres impartidos en los propios centros por el personal especializado, equipo docente y talleres de la THAM (Mancomunidad de Servicios Sociales para los Municipios de Torrelodones, Hoyo de Manzanares, Alpedrete y Moralzarzal), pretenden dotar de las estrategias necesarias al alumnado para una buena gestión emocional, una comunicación asertiva y la prevención y detección del acoso escolar.

Iniciativas como estas pretenden mejorar la comunicación con vistas a la convivencia de generaciones que, en un futuro próximo, ostentarán la responsabilidad de corregir muchos errores y desmanes de las generaciones pasadas.

Los alumnos del **Ceip San Miguel Arcángel** participan en los talleres socioeducativos de la Mancomunidad THAM, sobre educación emocional.

El objetivo es lograr dotar al alumnado de herramientas para la gestión de emociones y el autoconocimiento desde el Mindfulness y el clima emocional.

El Departamento de Física y Química del **IES Carmen Martín Gaité**, junto con el Departamento de Geografía e Historia, viajarán con un grupo de alumnos de 4º ESO del 16 al 19 de marzo a Ginebra y Lyon.

La visita a Ginebra gira en torno a la visita de la Organización Europea para la Investigación Nuclear (visita guiada al CERN que opera el laboratorio de física de partículas más grande del mundo) y al palacio de la ONU. El viaje se completa con la visita a Lyon.



## LA FRAGILIDAD (EN LOS MAYORES)

PONEMOS EN MARCHA UNOS TALLERES ENCAMINADOS A MANTENER LA INDEPENDENCIA EN EL AUTOCUIDADO Y EL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES BÁSICAS DE LA VIDA DIARIA DE LAS PERSONAS MAYORES

Aunque la vejez no es sinónimo de dependencia, en las personas mayores, debido a los cambios fisiológicos y sociales originados por el envejecimiento, se producen con frecuencia modificaciones en el organismo.

Esta longevidad se acompaña generalmente de un aumento de enfermedades crónicas y degenerativas que ocasionan disminución de la capacidad física, mental y afectiva de la persona mayor, con el consiguiente riesgo de pérdida de autonomía personal.

La situación funcional y la autonomía del mayor es uno de los mejores indicadores de su estado y un buen predictor tanto de morbi-mortalidad, como de dependencia y discapacidad.

La dependencia se clasifica según el grado de actividades básicas e instrumentales de la vida diaria (ABVD) que una persona realiza por sí misma, que son: comer, asearse, vestirse, subir escalones, deambular, usar el inodoro y controlar la micción y la deposición.

Prevenir la discapacidad es posible, actuando sobre la fragilidad, ya que esta última se puede detectar y es susceptible de intervención.

La fragilidad es un predictor de discapacidad y de aumento del riesgo de caídas, de deterioro de la movilidad y de pérdida de autonomía y funcionalidad.

La valoración de la fragilidad en las personas mayores nos permite identificar a las que son independientes pero de manera inestable y que se encuentran en situación de riesgo de pérdida funcional.

Las personas frágiles son vulnerables y tienen problemas de salud a corto, medio y largo plazo. Las caídas en las personas mayores son consecuencia de la fragilidad.

El 30% de estas personas se caen una vez al año, y la mitad se vuelve a caer en el mismo año. El 70% de estas caídas tiene consecuencias graves, como fracturas de cadera y al menos el 50% de estos pacientes no recuperan su nivel funcional previo ni su autonomía, lo que deriva en una situación de dependencia y pérdida de calidad de vida.

La prevención de la incapacidad y la reducción de los factores de riesgo son un elemento básico para poder añadir calidad de vida a los años vividos de los mayores.

Para reducir la fragilidad hay que actuar sobre su principal factor de riesgo, la inactividad.

Las intervenciones basadas en la actividad física son eficaces para retrasar e, incluso, revertir la fragilidad y la discapacidad.

También mejoran el estado cognitivo y fomentan el bienestar emocional y las relaciones sociales en la persona mayor.

En Moralarzaral, se van a realizar una serie de talleres encaminados a mantener la independencia en el autocuidado y el desarrollo de las ABVD de las personas mayores.

Los objetivos que nos planteamos con estos talleres son implementar medidas para prevenir la dependencia, promover el envejecimiento activo y saludable, prevenir el deterioro funcional, fomentar la autonomía y los autocuidados, además de mejorar el estado mental y las relaciones sociales de nuestros mayores.

El taller consiste en realizar ejercicio multicomponente adaptado a la edad. Los objetivos son mejorar la resistencia aeróbica, el equilibrio, la flexibilidad, la agilidad, la fuerza muscular, la prevención de caídas y el mantenimiento de la seguridad en el hogar. En definitiva, para el mantenimiento de la mayor calidad de vida libre de incapacidad en los mayores frágiles de nuestro municipio.

El primero se pondrá en marcha desde el 1 de abril hasta el 27 de mayo, y el segundo desde el 7 octubre al 25 de noviembre.

Para participar en estos talleres, es fundamental la valoración del grado de movilidad y capacidad funcional de cada persona. Si tienes interés en participar ponte en contacto con tu profesional de enfermería del centro de salud.

**Lorena López Castañón**  
**Servicio Madrileño de Salud**  
**Miembro de la estrategia MoralSaludable**

# TALLER DE MECÁNICA, CHAPA Y PINTURA

## DEL AUTOMÓVIL



**Polígono Industrial  
La Encinilla  
C/ Guadarrama, 20  
Moralzarzal**

**tifs. 91 857 76 90**

**627 715 036 - 650 135 011**

**[www.lomillosberrocosa.es](http://www.lomillosberrocosa.es)**

*"En Lomillos Berrocosa tu coche no es cualquier cosa"*

Taller concertado



**MUTUAMADRILEÑA**

Taller distinguido



**MAPFRE**

Taller colaborador



# LO NUNCA VISTO EN EL CINE

EL ACTOR Y DIRECTOR CARLOS IGLESIAS VUELVE A MORALZARZAL CON LA V EDICIÓN DE LA MUESTRA DE CINE EFÍMERO, UNA SEGUNDA OPORTUNIDAD A PELÍCULAS ESPAÑOLAS RECIENTES QUE HAN PASADO DESAPERCIBIDAS POR TAQUILLA

**D**el 14 al 22 de marzo, el Teatro Municipal vuelve a su cita anual con el cine español y sus creadores.

El verdadero valor de esta iniciativa no está solamente en la posibilidad de ver grandes títulos recientes a los que la taquilla no ha dado oportunidad, sino en poder mantener una charla con directores, actores y otros responsables de estas películas.

En esta edición, hemos trasladado las proyecciones a sábado y domingo, para facilitar la asistencia del público.

La Muestra se inaugurará el sábado 14 con *Madre*, de Rodrigo Sorogoyen, una película cuyo origen está en el cortometraje de mismo título que compitió en los Oscar 2019. Al día siguiente podremos ver *Reevolution*, un intenso thriller con una factura impecable y que, según se anuncia en el arranque, costó menos de 6.000 euros. Su di-

rector, David Sousa y los actores Fele Martínez y Gorka Otxoa han confirmado su asistencia al debate posterior.

Para la semana siguiente quedan 70 *Binladens*, con Hugo Silva y Emma Suárez, y el cierre, fuera de concurso, con uno de los títulos más recientes de Carlos Iglesias, *@buelos*, dirigida por el debutante Santiago Requejo, que acudirá junto al protagonista al coloquio posterior a la proyección. La Muestra cerrará con el anuncio de la mejor película, votada por el público asistente.

Tras cada sesión se servirá un ágape como punto de encuentro con los protagonistas. También se ofrece servicio gratuito de ludoteca para que las personas con hijos pequeños puedan disfrutar de las películas.

Y recuerda que si publicas una foto en tus redes sociales hecha en nuestro photocall, te puedes llevar una camiseta de la Muestra.

**MADRE**  
de Rodrigo Sorogoyen

**Sábado 14 de marzo - 19:00 horas**

Año 2019.  
Duración: 129'.  
Guión: Rodrigo Sorogoyen, Isabel Peña.  
Reparto: Marta Nieto, Jules Porier, Àlex Brendemühl, Anne Consigny, Frédéric Pierrot, Raúl Prieto, Álvaro Balas, Blanca Apilánez.



**REEVOLUTION**  
de David Sousa Moreau

**Domingo 15 de marzo - 19:00 horas**

Año 2019.  
Duración: 98'  
Guión: David Sousa Moreau.  
Reparto: Leandro Rivera, Fele Martínez, Gorka Otxoa, Hovik Keuchkerian, Jordan Bayne, Juan Pablo Shuk.  
Género: thriller-acción.



**70 BINLADENS**  
de Koldo Serra

**Sábado 21 de marzo - 19:00 horas**

Año 2019.  
Duración: 100'.  
Guión: J. F. Echániz, Asier Guerricaechevarría, Juan A. Gil Bengoa.  
Reparto: Emma Suárez, Nathalie Poza, Daniel Pérez Prada, Hugo Silva, Bárbara Goenaga, Fernando Albizu.



**@BUELOS**  
de Santiago Requejo

**Domingo 22 de marzo - 19:00 horas**

Año 2019.  
Duración: 98'.  
Guión: Javier Lorenzo, Santiago Requejo.  
Reparto: Carlos Iglesias, Roberto Álvarez, Ramón Barea, Ana Fernández, Lara Corrochano, Clara Alonso, Raúl Fernández, Eva Santolaria.



# PROGRAMA DE VIAJES PARA MAYORES 2020

**R**ecientemente se ha presentado el programa de Viajes 2020 para Mayores de 60 años del municipio y sus parejas. La principal novedad es que los destinos se han confeccionado en base a la encuesta realizada entre noviembre y diciembre y en la que han participado más de un centenar de personas.

La oferta está compuesta por un total de 12 propuestas. Todos los viajes incluyen actividades variadas como visitas a monumentos, museos, playas y excursiones y rutas de montaña.

Las inscripciones se harán en las fechas indicadas para cada viaje en El Hogar de Los Mayores, en el

horario de atención al público.

Los viajes son los siguientes:

Zaragoza y Monasterio de Piedra  
21 y 22 de marzo

Maravillas Manchegas  
17, 18 y 19 de abril

Sicilia  
Del 24 de abril al 1 de mayo

Jaén y Córdoba  
Del 6 al 9 de mayo

Asturias y Cantabria  
Del 13 al 18 de junio

Pirineo y Lourdes  
Del 4 al 7 de julio

Gerona  
Del 13 al 18 de septiembre

Crucero MSC por las Islas Griegas  
Del 20 al 27 de septiembre

Costa Vasca  
Del 20 al 25 de octubre

Levante  
Del 1 al 6 de noviembre

Gran Canaria  
Del 19 al 23 de noviembre

Se ha publicado un completo folleto con toda la programación, que puede consultarse también en la web <http://viajesmayores.morlarzarzal.es>.

**Construimos tus proyectos  
Proyectamos tus ideas**



**CIMASA**

[www.cimasasl.com](http://www.cimasasl.com)  
Calle Arroyo 4, bajo C, 45006 Toledo  
Tlf. 925 108 106  
[estudios@cimasasl.com](mailto:estudios@cimasasl.com)






**25 años**  
conduciendo  
tus ideas



Editorial MIC  
902 271 902  
[www.editorialmic.com](http://www.editorialmic.com)





## MARTES DE CINE

El Consejo Sectorial de Mayores ha puesto en marcha una nueva actividad denominada Cine para Todos.

De esta forma, y con periodicidad quincenal, se proyectará a las seis de la tarde una película en la sala de audiovisuales de El Hogar de Los Mayores con un coloquio posterior sobre la misma.

Los títulos, que serán seleccionados por los organizadores, recrearán hechos relevantes de la historia de los dos últimos siglos.

La actividad está abierta a la participación de personas de cualquier edad. Durante la presentación de la misma, se anunció también la intención de crear nuevas propuestas culturales para los martes intermedios.

La programación de las películas se irá anunciando a través de folletos con breves reseñas sobre las mismas y referencias históricas.

PREPÁRATE PARA VIVIR MEJOR

# Bfit

el invierno ya está aquí ¿estas preparado?

En Bfit-Moralzarzal nos embarcamos en un proyecto para la mejora de la salud de las personas a través del ejercicio y la diversión. Nuestro objetivo es que el hecho de ir al gimnasio se convierta en toda una experiencia, dirigida por profesionales cualificados y totalmente orientado a disfrutar de todas las actividades.

En un mundo donde la salud, el bienestar y la estética encabezan las prioridades de las personas, Bfit-Moralzarzal ha utilizado toda su experiencia para ofrecerte lo en las mejores condiciones.

C/ Capellania, 11  
91 842 02 67 - 608 789 184  
Moralzarzal  
[www.bfit-moralzarzal.es](http://www.bfit-moralzarzal.es)

**MIPERROSABE**  
Educación y Adiestramiento Canino

**FORMACIÓN CANINA**  
Adiestramientos Individuales  
Actividades y Charlas en Colegios  
Educación Canina Adaptada

**INTERVENCIÓN ASISTIDA CON PERROS**  
Apoyo en Terapia Ocupacional y Psicológica  
Ámbito Escolar Trastorno Espectro Autista

[www.miperrosabe.es](http://www.miperrosabe.es) - Tel. 629 880 896 - [info@miperrosabe.es](mailto:info@miperrosabe.es)

**Eva Álvarez Paz**  
ABOGADO

Contratos, arrendamientos accidentes  
Familia, menores, herencias  
Violencia de género  
Penal, laboral, respon. civil  
Muftas, medio ambiente

[www.evapalvarez.es](http://www.evapalvarez.es)  
Tel: +34 669 10 22 97  
Fax: +34 91 182 03 49  
[evapalvarez@outlook.es](mailto:evapalvarez@outlook.es)



## BIBLIOSALUD

DESDE HACE UNAS SEMANAS, LA SALA DE ESPERA DEL CENTRO DE SALUD DE MORALZARZAL CUENTA CON UNAS ESTANTERIAS QUE CONTIENEN LIBROS PARA TODAS LAS EDADES

Leer tiene una serie de beneficios contrastados para nuestra salud: reduce el estrés, frena el deterioro cognitivo, mejora el sueño, aumenta la capacidad de memoria y combate la depresión, entre otros. Por eso, desde el proyecto municipal MoralSaludable, hemos pensado que es una buena idea llevar la lectura a la sala de espera del Centro de Salud.

Allí, encontrarás una colección de libros y revistas de

diferentes géneros literarios y materias seleccionados para la ocasión para todo tipo de usuarios, con el fin de que puedas llenar el tiempo de espera con interesantes lecturas, mejorando de esta forma tu bienestar emocional.

Los libros y revistas, que solo son de lectura en sala, se irán renovando cada cierto tiempo en función de su uso y las demandas de las personas que los utilicen.

## TALLER DE NARRACIÓN ORAL: EL PODER DE LA PALABRA



¿Te gustaría aprender a hablar en público? o ¿aprender a contar cuentos?

Si tienes más de 16 años, la Biblioteca Municipal te brinda la oportunidad de descubrir y desarrollar tu

habilidad para hablar en público, ya sea para aplicarla a tu vida diaria o para contar cuentos, ya sea de forma profesional o amateur.

Durante el taller El poder de la palabra, el actor y narrador oral Pingüi te irá descubriendo la magia de las palabras y las diferentes formas de enfrentarse y relacionarse con un texto, así como dominar el escenario para llegar al público de una manera distinta, donde lo único que te separa del espectador es la palabra.

El taller, que es gratuito, tendrá lugar los sábados 29 de febrero, 7, 14, 21 y 28 de marzo y 4 de abril de 10:30 a 13:30 en la Biblioteca Municipal. Inscríbete ya.

# ¡VIVA EL TEATRO!



**Y**a están a la venta las entradas para la versión teatral de la conocida novela de Gabriel García Márquez, *El Coronel no tiene quien le escriba*, dirigida por Carlos Saura y protagonizada por Imanol Arias. Llegará al teatro municipal el domingo 17 de mayo a las 18:30 horas. Las entradas pueden adquirirse en la web [www.entradas.com](http://www.entradas.com) a 24 euros.

Bastante antes, el sábado 7 de marzo, vuelve Yllana al Teatro Municipal con su último espectáculo cómico musical: *Pagagnini 2*, que incorpora a otro viejo co-

nocido de Moral, el violinista Jorge Strad, que ha actuado recientemente sobre nuestro escenario. Las entradas están agotadas.

El sábado 28, por su parte, será el turno de *Mr. Train*, un montaje con actores y marionetas que cuenta la relación entre un perro vagabundo y un viejo solitario que vive en una estación de tren donde nunca pasa nadie. Un espectáculo apto para toda la familia.

Precio de las entradas: general 4 euros y reducida 3 euros.

## ESCUELA DE MÚSICA

**E**n el mes de enero comenzamos las clases del método Máx y Mía de música en la infancia, donde podrás compartir las clases con tu peque y disfrutar en familia de los beneficios de la música. Y si tu peque es mayor de 4 años, podrá disfrutar de la música igualmente en las clases de Música y Movimiento.

Nunca es tarde para tener una afición como la música. Si estás interesado en algún instrumento, no dudes en pasarte

por la secretaría de la escuela para informarte. Como siempre, estaremos encantados de recibirte e informarte de todo.

Así que, si ya tocas algún instrumento, animate a formar parte de una agrupación para compartir experiencias musicales, te ofrecemos: Banda, Orquesta, Combos de Música Moderna, Agrupación de Guitarras Clásicas y Coro/Batucada. En cualquiera de ellas puedes venir a probar.

### CINE DE ESTRENO

Permanece atento a la web y las redes sociales municipales, donde anunciaremos las películas de Cine de Estreno, que trae a Moralarzal las últimas novedades de la taquilla. Próximas sesiones los domingos 8 y 29 de marzo y 5 y 26 de abril

## ¿DINOSAURIOS EN MORALZARZAL?

**D**el 20 al 22 de marzo, en la plaza de la Constitución podrás disfrutar de una divertida jornada en familia con un Mercado de Fantasía en el que, además de puestos de artesanía, habrá pasacalles, malabaristas de fuego, atracciones infan-

tiles y unos invitados muy especiales: dinosaurios y un dragón.

¿Te imaginas la cara que pondrán los peques de la casa?



### DIRECTORIO ONLINE DE COMERCIOS Y EMPRESAS

Próximamente, la web municipal contará con un Directorio Online de Comercios y Empresas de Moralarzal. Un proyecto del Área de Comercio y Desarrollo Local cuyo objetivo es dar visibilidad y apoyo a los negocios del municipio.

Si tienes un comercio o empresa y quieres formar parte del Directorio, háznoslo saber en [comercio@moralarzal.es](mailto:comercio@moralarzal.es).

### II FERIA ECOARTESANA

Tras el éxito de la primera edición, repetimos esta iniciativa, que se celebrará en el interior de la plaza de toros el sábado 25 de abril entre las 10.30 y las 20:30 horas.

Como novedad, junto a los productores ecológicos y artesanos, añadimos expositores artísticos, que cobrarán un papel protagonista.

Además, habrá talleres para todas las edades, charlas, un foodtruck y la celebración del Concurso "EndulzaMoral", que busca la elaboración de un dulce típico de Moralarzal.

Una iniciativa para poner en valor los oficios y tradiciones promoviendo los valores culturales, ecológicos y el respeto por el medio ambiente.



## FORMACIÓN PARA COMERCIO Y EMPLEO

El jueves 19 de marzo celebraremos un networking entre empresarios y comerciantes de Moralarzarzal, en el marco de las acciones formativas para el emprendimiento y la promoción empresarial y comercial.

Además, se abre el plazo de inscripción a un Itinerario de cuatro sesiones de motivación, información y asesoramiento para emprender un negocio, definir

objetivos y alcanzar las metas (destinado a personas emprendedoras).

Infórmate en: Área de Desarrollo Local, Comercio, Empleo y Turismo, Ayuntamiento de Moralarzarzal  
Dirección: C/ Antón, 40 (Edificio El Hogar, primera planta). CP: 28411 Moralarzarzal.

Tel.: 667 254 446.

Email: [dinamizamoral@moralarzarzal.es](mailto:dinamizamoral@moralarzarzal.es).

**Villalba**  
m u d a n z a s  
91 849 34 05

*Todo lo que necesita para instalarse en su nuevo hogar o negocio  
Servicio de mudanza, guardamuebles, trasteros y material embalaje  
Ofrecemos descuento al indicamos que nos conoció por este anuncio*





## TORNEO DE PROMOCIÓN DE FÚTBOL FEMENINO

El martes 24 de marzo se celebra en el campo de fútbol del polideportivo la cuarta edición de esta fantástica iniciativa para la promoción del deporte femenino en el municipio.

El torneo está organizado por la empresa Play Out junto con el Ayuntamiento de Moralarzal. La anterior edición fue todo un éxito de participación, con más

de 300 niñas que disfrutaron de un gran día de fútbol.

Están invitados a participar en el torneo los centros escolares de Moralarzal. Cada colegio formará equipos de niñas de categoría infantil (de 10 a 14 años) y juvenil (de 15 a 18 años). El formato será de liga en fase previa, y eliminatoria directa en fase final.

## COMPETICIÓN ADS DE GIMNASIA RÍTMICA

Más de 300 gimnastas pertenecientes a 60 conjuntos de las escuelas de gimnasia rítmica de la Sierra del Guadarrama competirán en el Torneo ADS de gimnasia rítmica, organizado por el Área de Deportes del Ayuntamiento.

Esta competición corresponde a la primera fase de Nivel Precompetición de la temporada deportiva 2019-2020 de la Agrupación Deportiva de la Sierra.

Las categorías y pruebas serán las siguientes: Prebenjamín y Benjamín con manos libres, alevín con 5 pelotas, infantil con 3 pelotas y 2 aros, cadete con 5 aros y juvenil con 3 cuerdas y 2 pelotas.



Recuerda, domingo 15 de marzo, a partir de las 16:00 horas en el pabellón de la Ciudad Deportiva Navarria de Moralarzal.

# CAMPEONATO DE EUROPA

LOS CAMPEONES NUNCA TIRAN LA TOALLA. ES EL CASO DE JOANA PASTRANA QUE, TRAS PERDER LA POSIBILIDAD DE LUCHAR POR EL TÍTULO MUNDIAL AL CAER CON KATIA GUTIERREZ, ASPIRA DE NUEVO A LA CORONA EUROPEA



La cita será de nuevo en el pabellón deportivo cubierto de Moralarzal, el sábado 28 de marzo. En esta ocasión, la tres veces campeona del mundo y dos de Europa se enfrentará a la jerezana Catalina Díaz, dos veces campeona de Europa. La velada promete ser apasionante, ya que la ganadora del combate será la primera española en la historia del boxeo en ganar tres campeonatos de Europa.

Como previa, se disputarán varios combates profesionales y amateur en los que medirán sus fuerzas los mejores boxeadores del panorama nacional del momento.

El precio de las entradas, que pueden adquirirse a través de la web [marcaentradas.com](http://marcaentradas.com), oscila entre los 22 y los 63 euros.

## Clases y Sesiones de Coaching Personal y Corporal

Aprende a elaborar planes de acción para alcanzar tus objetivos

Haz consciente tus creencias limitantes y capacidades para lograr tus objetivos

Potencia tu seguridad, confianza y autoestima y desactiva tus miedos

Desarrolla tu inteligencia emocional y aprende a gestionar las emociones

Descubre cómo el movimiento corporal puede ayudarte en este proceso

Saca la mejor versión de ti

En Moralarzal

Tlf. 630 01 67 99

[info@javierdelasen.com](mailto:info@javierdelasen.com)



# CAMPAMENTOS DE VERANO

NOS PONEMOS EN MODO CASI VERANO PARA OFRECERTE LOS CAMPAMENTOS DE JUVENTUD, UNA PROPUESTA MUY VARIADA PARA LOS PEQUES Y LOS JÓVENES CON GANAS DE DISFRUTAR



## **SurfCamp 2020 (Loredo - Cantabria)**

*Del martes 23 al domingo 28 de junio. Para jóvenes de 13 a 17 años.*

Precio 295 €. Incluye: Alojamiento en pensión completa, autobús, seguro RC y accidentes, monitores de acompañamiento del Área de Juventud, clases de surf diarias, dos tardes de «Free Surf» supervisado, clases de LongSkate, visita a Santander en Ferry, ruta de senderismo a Langre y este año como novedad, visitaremos las Cuevas del Soplao.

## **Vive La Aventura 2020 (Aviados - León)**

*Del miércoles 1 al miércoles 8 de julio. Para niños de 7 a 11 años.*

De la mano de los monitores de CODATUR y de la visita de los monis de Juventud.

Precio 295€, con alojamiento en el Albergue Fuente del Oso con pensión completa, monitores 24 horas del día, actividades de rapel y espeleología en Aviados, ruta en barco por Riaño, excursiones a Montuerto y León Histórico, talleres de educación ambiental y de género, seguros RC y accidentes; y autobús.

## **Multiaventura 2020 (Aviados - León)**

*Del miércoles 8 al miércoles 15 de julio para jóvenes de 12 a 17 años.*

Una propuesta similar a la anterior pero adaptada a la edad de los participantes.

De la mano de los monitores de CODATUR y de la visita de los monitores de JuventudMoral.

Precio 295€, con alojamiento en el Albergue Fuente del Oso con pensión completa, monitores 24 horas del día, actividades de escalada y espeleología en Aviados, rafting en Boñar, excursiones a Montuerto, al León Histórico y al Museo de la Mina de Sabero, talleres de educación ambiental y de género, seguros RC y accidentes; y autobús.

## **El Clan (Miraflores de la Sierra - Madrid)**

Del lunes 29 de junio al viernes 3 de julio los peques de 6 a 10 años disfrutarán de una aventura diferente sin alejarse de la Sierra madrileña.

Precio 180€, que incluye pensión completa, monitores especializados, actividades y seguros de RC y accidentes.

El lunes, 9 de marzo, abrimos las pre-inscripciones para todos los campas, a partir de las 12 de la mañana.

Pásate por el Espacio Joven o llámanos al teléfono 650 350 959 para apuntarte al campamento que más te guste.



## OCIO Y TIEMPO LIBRE

**T**oma nota de las actividades que te ofrecemos para las próximas semanas. Y recuerda consultar la web municipal y las redes social para nuevas propuestas.

Scaperoom en familia: "El Escritorio de Carlos Fuldner", el viernes 6, 20 y 27 de marzo de 5 a 8 de la tarde (pases cada 30 minutos).

Potencia tus habilidades personales con los juegos de mesa. Próxima cita, el viernes 27 de marzo. Una experta Coaching imparte un taller en el que potenciará todas vuestras habilidades personales con divertidos y originales juegos de mesa. Dirigido a jóvenes de 12 a 16 años. Imprescindible

inscripción previa. Actividad gratuita.

### Juventud Junior (de 9 a 12 años)

Salida a los Cines Yelmo: Onward, de Disney. Precio de 5,50€ incluye entradas al cine y monitores de acompañamiento. Viernes 13 de marzo.

### MoralJoven (de 13 a 17 años)

Patinaje sobre hielo. Precio 10 euros. Sábado 21 de marzo.

### + 18

Salida a Córdoba en AVE. Toda una experiencia cultural y divertida a una de las ciudades con mayor encanto. Sábado 25 y domingo 26 de abril

## CONÓCETE Y DECIDE

¿Aún no sabes qué estudiar? ¿Te da miedo, pereza y cada vez lo tienes menos claro? #JuventudMoral piensa en ti y ha diseñado un programa exclusivo para ayudarte a tomar la mejor decisión

Durante el mes de marzo, la Casa de Juventud estrena las "Jornadas de Orientación a estudiantes y padres", que te ayudarán a conocerte mejor y aclarar todas tus dudas sobre cuál puede ser tu futuro profesional.

Toma nota de las fechas: el lunes 2 y el miércoles 4 de marzo semana dirigido a jóvenes de 3º y 4º ESO y el jueves 5 de marzo "Taller de orientación para padres/madres".

El lunes 9 y miércoles 11 dirigido a jóvenes de 1º de bachillerato y 2º de bachillerato. Y el jueves 12 "Taller de orientación para padres/madres"

Tercera semana dirigido a jóvenes de Formación Profesional.

Cuarta semana "Servicio de asesoría personalizada", del lunes 23 a viernes 27 de marzo de 17:00 a 20:00 horas, puedes solicitar tu cita con un experto que te ayudará a resolver tus dudas de manera más personalizada.

Todas las charlas, tanto de jóvenes como de padres, tienen las plazas limitadas. El servicio es gratuito y requiere inscripción previa.

# AGENDA

## MARZO

### Domingo 1

10:00 horas

V Concurso Nacional Canino de Moralarzal. Plaza de Toros cubierta. Entrada gratuita.

### Lunes 2

17:00 horas

Empiezan las charlas de orientación en grupos para jóvenes que no tengan claro qué decisión académica tomar. Centro de Bienestar Social. Organiza: #JuventudMoral. Segundo turno a las 18:30 horas. Gratuito. Plazas limitadas. Se repiten todos los lunes y miércoles del mes de marzo. Y los jueves 5 y 12 de marzo, se realizan para los padres y madres.

### Viernes 6

15:00 horas

Jornada de puertas abiertas en el colegio Laude Fontenebro.

17:00 horas

Scaperoom en familia: "El Escritorio de Carlos Fuldner". Centro de Bienestar Social. Pases cada 30 minutos hasta las 20 horas. Organiza: #JuventudMoral.

20:00 horas

Concierto del grupo musical Magara, con motivo de las celebraciones del 8 de marzo. Teatro Municipal.

### Sábado 7

19:00 horas

"Maestrissimo", de Yllana, en el Teatro Municipal. Entradas agotadas.

### Domingo 8

17:00 horas

Cine de estreno en el Teatro Municipal. Película por confirmar. Segunda sesión a las 19:30 horas.

### Lunes 9

12:00 horas

Se abren las pre-inscripciones para todos los cam-

pamentos organizados por #JuventudMoral. Consulta toda la oferta de campamentos en la página 26 de la revista.

### Viernes 13

17:00 horas

Salida a los Cines Yelmo con #JuventudMoral: Onward, de Disney. Precio de 5,50€ incluye entradas al cine y monitores de acompañamiento.

### Sábado 14

19:00 horas

V Muestra de Cine Efímero de Moralarzal. "Madre", de Rodrigo Sorogoyen. Teatro Municipal. Entrada gratuita hasta completar aforo. A su conclusión, coloquio con algunos de los protagonistas.

### Domingo 15

16:00 horas

Competición de gimnasia rítmica de la Agrupación Deportiva de la Sierra. Pabellón Cubierto de la Ciudad Deportiva Navafría. Entrada gratuita.

19:00 horas

V Muestra de Cine Efímero de Moralarzal. "Reevolution", de David Sousa. Teatro Municipal. Entrada gratuita hasta completar aforo. A su conclusión, coloquio con algunos de los protagonistas.

### Viernes 20

Todo el día

Mercado de Fantasía en la Plaza de la Constitución. Además de puestos de artesanía, habrá pasacalles, malabaristas de fuego, atracciones infantiles y unos invitados muy especiales: dinosaurios y un dragón. Hasta el domingo 22.

17:00 horas

Scaperoom en familia: "El Escritorio de Carlos Fuldner". Centro de Bienestar Social. Pases cada 30 minutos hasta las 20 horas. Organiza: #JuventudMoral.

20:00 horas

Teatro: "Alma", con motivo de las celebraciones del 8 de marzo. Teatro Municipal.

**Sábado 21**

---

**Horario por confirmar**

Salida con #JuventudMoral: patinaje sobre hielo. Precio: 10€.

18:00 horas

Ruta por el valle de la Barranca: Montaña en Femenino, con motivo de las celebraciones del 8 de marzo.

19:00 horas

V Muestra de Cine Efímero de Moralarzal. "70 Binladens", de Koldo Serra. Teatro Municipal. Entrada gratuita hasta completar aforo. A su conclusión, coloquio con algunos de los protagonistas.

**Domingo 22**

---

19:00 horas

V Muestra de Cine Efímero de Moralarzal. "@buelos", de Santiago Requejo. Teatro Municipal. Entrada gratuita hasta completar aforo. A su conclusión, coloquio con los protagonistas.

**Martes 24**

---

10:00 horas

IV Torneo de promoción de fútbol femenino. Ciudad Deportiva Navafría. Participan equipos femeninos de fútbol de los colegios del municipio. Entrada gratuita.

**Viernes 27**

---

17:00 horas

Scaperoom en familia: "El Escritorio de Carlos Fuldner". Centro de Bienestar Social. Pases cada 30 minutos hasta las 20 horas. Organiza: #JuventudMoral.

**Horario por confirmar**

Taller: Potencia tus habilidades personales con los juegos de mesa. Dirigido a jóvenes de 12 a 16 años. Previa inscripción. Gratuito. Organiza: #JuventudMoral.

**Sábado 28**

---

18:00 horas

"Mr. Train", montaje con actores y marionetas para todos los públicos en el Teatro Municipal. Entradas: general 4€ y reducida 3€.

19:00 horas

Boxeo en el pabellón cubierto de la Ciudad Deportiva Navafría. Combate estrella: Joana Pastrana vs Catalina Díaz, por el Campeonato de Europa EBU. Entradas a la venta en marcaentradas.com.

**Domingo 29**

---

17:00 horas

Cine de estreno en el Teatro Municipal. Película por confirmar. Segunda sesión a las 19:30 h.

**ABRIL****Jueves 2**

---

12:00 horas

Teatro en el Centro Cultural, con motivo de las celebraciones del 8 de marzo: "No sólo duelen los golpes", para el alumnado de secundaria y bachillerato del IES Carmen Martín Gaité, Leonardo da Vinci y Laude Fontenebro.

**Sábado 4**

---

Hasta el martes 7

Viaje a Salou: PortAventura y FerraryLand con #JuventudMoral. Precio: 180€ para jóvenes de 13 a 17 años. Y plazas limitadas para jóvenes de 18 a 35 años. Consultar precio.

**Domingo 5**

---

17:00 horas

Cine de estreno en el Teatro Municipal. Película por confirmar. Segunda sesión a las 19:30 h.

**Sábado 25**

---

Hasta el domingo 26

Salida a Córdoba en AVE. Organiza: #JuventudMoral.

10:30 horas

II Feria EcoArtesana de Moralarzal. Hasta las 20:30 horas. Plaza de Toros cubierta. Entrada gratuita.

**Domingo 26**

---

17:00 horas

Cine de estreno en el Teatro Municipal. Película por confirmar. Segunda sesión a las 19:30 h.



## UN ARBORETO EN MORALZARZAL

¡Árboles!  
 ¿Habéis sido flechas caídas del azul?  
 ¿Qué temibles guerreros os lanzaron?  
 ¿Han sido las estrellas?  
 Vuestras músicas vienen del alma de los pájaros,  
 De los ojos de Dios,  
 De la pasión perfecta.  
 ¡Árboles!  
 ¿Conocerán vuestras toscas raíces mi corazón en  
 tierra?

FEDERICO GARCÍA LORCA

Escribía Stefan Zweig en su libro “El mundo de ayer”, que el lugar donde se plantan árboles se convierte en un espacio de felicidad, refiriéndose a la serenidad imperante en la tumba de León Tolstói. Pues bien, en Moralzarzal ha nacido un Arboreto; se ha construido un espacio de árboles y arbustos propios de la Sierra de Guadarrama.

Si deciden visitarlo, les parecerá una caricatura de parque por la juventud de los ejemplares plantados, pero conviene saber que mientras esos árboles se consolidan, los escolares de nuestros colegios y de otros municipios colindantes aprenderán a plantar semillas en el invernadero y una vez germinadas se harán cargo de los plantones. Aprenderán a distinguir un roble de una encina y un olmo de un fresno. Aprenderán a mirar el paisaje con afecto y respeto, a trabajar en equipo por una sociedad más sostenible y un aire más limpio.

Es un proyecto a largo plazo. Un proyecto que no se hace pensando en réditos cortoplacistas, que irá com-

pletándose con nuevas aportaciones y con actividades encaminadas al conocimiento y cuidado de la flora autóctona. Naturalmente que estoy contento, porque los árboles son el soporte indispensable para los pájaros: su fuente de alimento, su dormitorio, sus lugares preferidos para construir el nido, para protegerse de los depredadores, en fin, un árbol es un ser vivo imprescindible para la vida. Mi amiga, la poeta Pilar Aranda, se abraza a un viejo plátano cuando alguna desgracia escuchada o leída, le quiebra el ánimo. Cuentan del abuelo del Premio Nobel portugués, José Saramago, que antes de ser ingresado en un hospital del que no volvería, fue abrazando uno por uno los árboles de su huerto, despidiéndose de tan sólidos y generosos amigos. Los árboles como fieles acompañantes de la vida.

Colaboraré con ilusión y mis humildes conocimientos en cuántas actividades me requieran, para dotar de vida este espacio algo desangelado todavía, considerando además que estamos en una época de invernación y reposo. Recuerdo cuando se inauguró el Parque de las Naciones o de Juan Carlos I en 1992. Hice observaciones durante veinte años identificando ciento dieciocho especies de aves. Ahora es un hermosísimo parque con ejemplares de casi treinta años. Piensen en sus hijos, en sus nietos, en su implicación con el crecimiento de los ejemplares plantados y en la satisfacción dentro de unos años, de haber contribuido al desarrollo de un espacio plétórico de vida y serena felicidad. Sinceramente, estamos de enhorabuena.

TEXTO: Miguel A. Llanos

CIUDAD DEPORTIVA NAVAFRÍA · MORALZARZAL (MADRID)

SÁBADO  
**28**  
DE MARZO



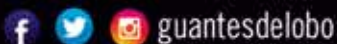
CAMPEONATO DE EUROPA EBU

**JOANAPASTRANA**

VS

**CATALINADÍAZ**

ENTRADAS A LA VENTA EN



guantesdelobo



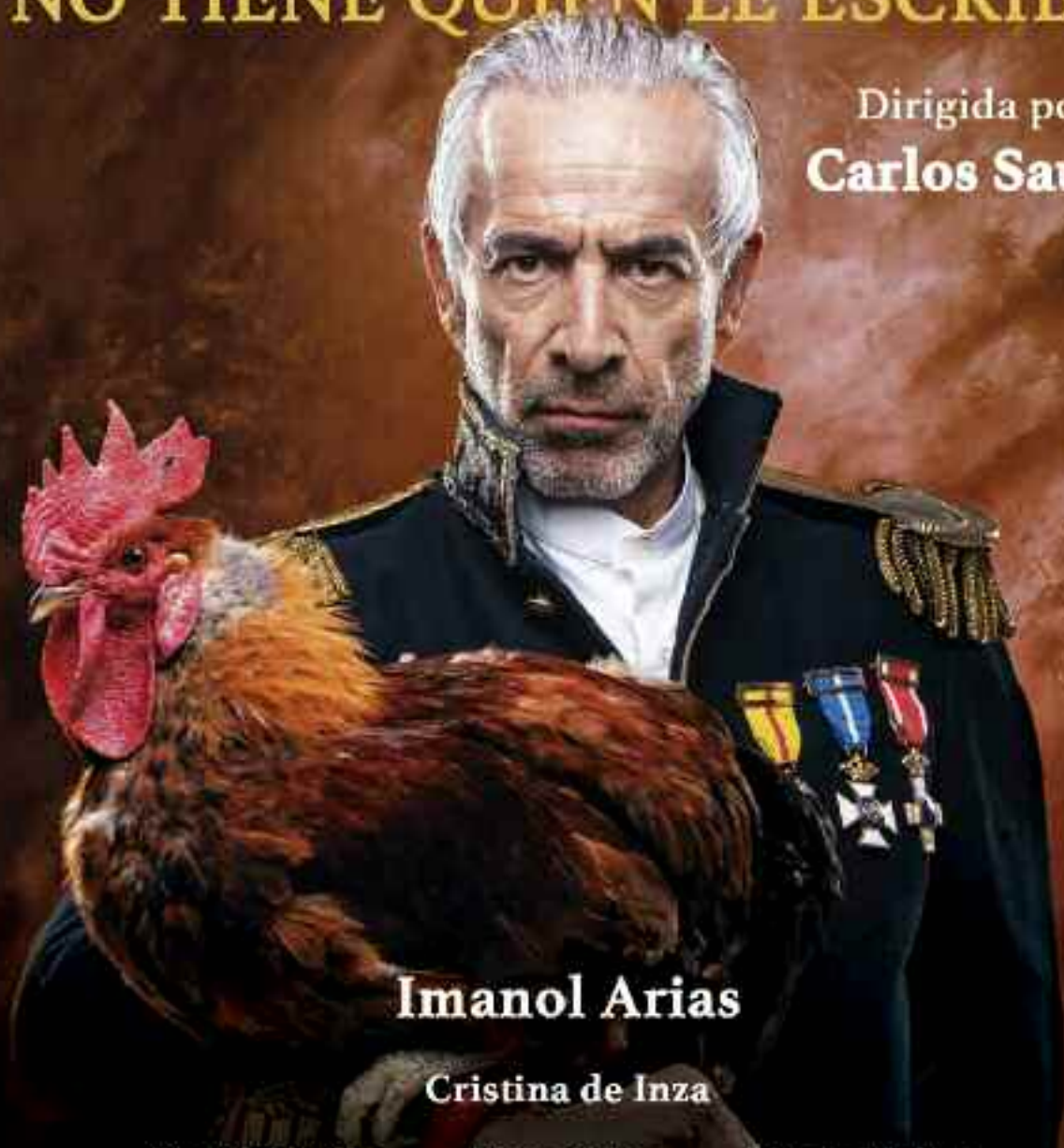
+34 689 521 727

Basada en la novela de **GABRIEL GARCÍA MÁRQUEZ**

Adaptación de Natalio Grueso

EL  
**CORONEL**  
NO TIENE QUIEN LE ESCRIBA

Dirigida por  
**Carlos Saura**



**Imanol Arias**

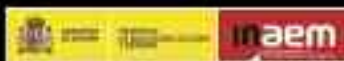
Cristina de Inza

David Pinilla · Fran Calvo · Marta Molina

**Domingo 17 de mayo · 18:30 h. · Teatro Municipal de Morzarzal**

OKAPI.

EL CORONEL  
TEATRO



Comunidad de Madrid



@coronelmadrid



@coronelmadrid



@coronelmadrid