

Los Mayores de Perales Disfrutan en la Celebración de Día del Mayor



- » EDITORIAL
- » PROTAGONISTAS DE PERALES
- » LOS MAYORES DE PERALES DISFRUTAN DE LA CELEBRACIÓN DEL DÍA DEL MAYOR
- » AMPLIACIÓN DE HORARIOS EN LA CASA DE NIÑOS
- » NUEVA EXPLOTACIÓN DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS "LOS PRADILLOS"
- » ¡UN VERANO MUY DEPORTIVO!
- » LA DIRECTORA GENERAL DE PATRIMONIO VISITA PERALES
- » EL PROGRAMA "DROGAS O TU" INFORMANDO A LOS JÓVENES
- » FORMACIÓN EN MEDIO AMBIENTE Y EDUCACIÓN AMBIENTAL PARA LOS JÓVENES
- » FINAL DE TEMPORADA DEPORTIVA
- » V CERTAMEN DE NOVILLADAS LA RIBERA DEL TAJUÑA
- » OBRAS DE MEJORA EN LAS CALLES DE PERALES
- » PERALES CON LA CULTURA
- » LAS FIESTAS DEL MES DE MAYO
- » UN MERCADO MEDIEVAL VISITÓ PERALES
- » SEMANA SIN HUMO
- » RECOMENDACIONES DE SALUD
- » INFORMACIÓN SESIONES PLENARIAS
- » BREVES

Edita: Ayuntamiento de Perales de Tajuña Plaza de la Constitución, 1
Teléfono 91 874 80 04

Diseña y Maqueta: Yolanda Hernández Ayuso
Fotografía: Raúl Barbero, El Arte no tiene Edad y
Ayuntamiento de Perales de Tajuña
Depósito Legal: M-10119-2007

» EDITORIAL

El primer año de legislatura

Queridos vecinos, ya ha pasado un año de legislatura y con estas palabras quiero manifestar mi gratitud por vuestra confianza.

No hay duda de que se trata de un gran reto, un trabajo y dedicación continua al municipio que nos ha visto nacer a muchos y que nos ha acogido a otros. La nueva corporación municipal, se puso a trabajar desde el primer día y desde mi investidura como Alcaldesa, no hemos cesado ni frenado la actividad por difíciles que sean las circunstancias, con el único objetivo de mejorar las situación de nuestro municipio y de sus vecinos, de trabajar para potenciar cada una de las virtudes de Perales y hacer revivir la esperanza por un futuro mejor.

Desde todas las Concejalías se ha hecho un gran esfuerzo por continuar con el trabajo que nos precedía optimizando lo máximo posible tanto el gasto como los recursos con los que contamos, que como todos sabemos no son los de otras épocas. Pero aún así podemos ser autosuficientes si nos concienciamos que todos tenemos que poner de nuestra parte.

Es un honor poder seguir trabajando para mi pueblo y para mis vecinos, y desde estas líneas os deseo un buen verano y unas Felices Fiestas.

Yolanda Cuenca Redondo
Alcaldesa del Ayuntamiento de Perales de Tajuña

PROTAGONISTAS DE PERALES

El Peraleño y la Peraleña homenajeados en el Día del Mayor

Filomena Martínez Sánchez de 97 años y Ángel Alarcón Carrasco con 92, han sido los dos peraleños homenajeados por el Día del Mayor, ya que se trata de los dos vecinos más longevos de nuestro municipio. Filomena que nació en 1914, abrió las puertas de su casa para recibir de manos de la Alcaldesa, Yolanda Cuenca y del Concejal de Área Social, Vicente Rodríguez, un obsequio recuerdo de Perales. A sus 97 años, Filomena les contó que había llevado una posada en la Plaza en una época muy difícil porque tenían que lavar las ropas de toda la posada a mano en el río, les transmitió la larga vida que tiene a sus espaldas de trabajo y dedicación a su familia, siendo madre de tres hijas, abuela y bisabuela.

Ángel Alarcón, a pesar de los años, continúa siendo una persona muy activa y llena de energía, que se acercó hasta el Ayuntamiento y nos contó parte de su larga vida, su época en la guerra, luego trabajando en Marruecos y como chófer de altos cargos políticos. Todas las anécdotas que nos contó las recuerda fielmente con gran sentido del humor. Hoy pasa sus días entre la residencia de Tielmes y Perales, el pueblo que le vio nacer.

Desde aquí nuestra felicitación a todos los mayores peraleños y en particular a Filomena y a Ángel por su simpatía y por habernos recibido con tanta amabilidad.



Ángel Alarcón, posa orgulloso con su Risco de la Cuevas en el Ayuntamiento.



Filomena, en su casa junto a la Alcaldesa y Concejal de Área Social.

Los mayores de Perales disfrutan de la celebración del Día del Mayor



El día 23 de junio, la Concejalía de Área Social preparó una jornada especialmente dedicada a los mayores de Perales, celebrando así el Día del Mayor.

A las 20:00 horas se celebró una misa solemne en la Parroquia de Nuestra Señora del Castillo, dedicada a los mayores peraleños.

Tras la misa, todos los que se habían inscrito previamente en el Ayuntamiento pudieron asistir a una cena en las pistas deportivas del colegio. La noche estuvo muy animada, ya que pudieron disfrutar del partido de fútbol de la Eurocopa España-Francia y disfrutaron todos de la victoria de la selección española entre amigos.

A la cena también asistió el Párroco D. Eusebio y los voluntarios del móvil te ayuda, ya que gracias a ellos, muchos mayores de Perales cuentan con una atención las 24 horas en



Nuestros mayores durante la merienda-cena.



Yolanda Cuenca y Vicente Rodríguez junto a los componentes del grupo "El Arte no tiene edad".

caso de que suceda cualquier emergencia y por ello se les quiso agradecer todo su esfuerzo y dedicación voluntaria a los mayores de nuestro municipio.

La Concejalía de Área Social preparó obsequios para todos, gracias a la colaboración de la Cooperativa Eléctrica Popular y a la Farmacia de Joaquín Ayuso.

Al finalizar la cena y el partido, comenzó la música en directo a cargo del grupo "El Arte no tiene Edad" que deleitó a todos los asistentes con la música y el baile español y animaron a todos los asistentes. Finalmente, un rico chocolate cerró la gran noche de celebración del Día del Mayor.

Este año la Concejalía de Área Social ha conseguido realizar esta celebración con un ahorro del 50,18% con respecto al año 2011.

Ampliación de Horarios en la Casa de Niños



Exterior de las instalaciones de la Casa de Niños.

La Concejalía de Educación continúa trabajando para adecuar y facilitar los horarios escolares y tener servicios que faciliten la conciliación de la vida laboral y familiar. Por este motivo desde el pasado mes de mayo la Casa de Niños de Perales ha contado con un servicio de ludoteca gratuito para todos sus alumnos, el horario establecido han sido todas las tardes de lunes a viernes de 16:00 a 17:30h.

También se ha programado a partir de septiembre un horario ampliado para todos los niños de la Casita en horario de 7:30 a 9:00 para poder facilitar así la entrada al trabajo de las familias y ha realizado un sondeo entre los padres de los alumnos del Colegio Ntra. Sra. del Castillo por si también estuvieran interesados en este tipo de ampliación de horario.

La Concejalía de Educación también está trabajando para poner en marcha el servicio de comedor para los niños y niñas alumnos de la Casa de Niños.

Nueva Explotación de las Instalaciones Deportivas "Los Pradillos"

Con el fin de potenciar el uso de las instalaciones deportivas "Los Pradillos" y de unificar la gestión y el mantenimiento de estas instalaciones, el Ayuntamiento sacó a concurso la concesión administrativa para la explotación de todas las instalaciones de forma conjunta, el campo de fútbol 11, las pistas polideportivas, la piscina municipal y el aparcamiento exterior.

La empresa adjudicataria va a mantener a su cargo los servicios de apertura y cierre, vigilancia, limpieza y mantenimiento, alquiler de las pistas polideportivas, gestión de la taquilla de la piscina, explotación del kiosco y como novedad se incorporará un nuevo servicio de alquiler de bicicletas.

Algunos de estos servicios estarán disponibles también en la temporada de invierno. De esta manera el Ayuntamiento ha querido ampliar y facilitar el acceso a estos servicios para todos los vecinos.



La piscina municipal abrió sus puertas el 23 de junio.

¡Un verano muy deportivo!



Las pistas polideportivas "Los Pradillos" se podrán alquilar durante todo el verano.

Este verano puedes disfrutar en Perales de la piscina municipal y también se pueden reservar las pistas de las distintas instalaciones deportivas en el teléfono 91 874 85 38 (horario de verano: de lunes a viernes de 12:00 a 21:00h, sábados y domingos de 10:00h a 21:00h) y así poder practicar tus deportes favoritos como el pádel, el tenis, el fútbol sala y el fútbol 11.

También se está desarrollando durante el mes de julio un curso de natación para adultos y se va a celebrar el III Torneo de Pádel de Perales, además de todos los torneos deportivos que se celebran previos a las Fiestas Patronales.

Durante el mes de julio se han puesto en marcha las Colonias Urbanas para que los más pequeños pasen un divertido verano lleno de actividades como juegos, dinámicas en inglés, cursos de natación, deportes y talleres en el polideportivo y en la piscina municipal.

Desde la Concejalía de Deportes se han organizado éstas y más actividades deportivas para tener un verano saludable dedicado al deporte tanto para grandes como pequeños.

» La Directora General de Patrimonio visita Perales

El día 14 de junio Laura Ribera García de Leaniz, Directora General de Patrimonio Histórico de la Comunidad de Madrid visitó nuestro municipio para conocer de cerca algunos de los lugares más emblemáticos de Perales como el Risco de las Cuevas, considerado monumento nacional desde 1931 y las ruinas de Ermita de San Isidro construida sobre los cimientos de una antigua ermita medieval en ofrenda a San Bartolomé.



Laura Ribera, fue recibida en el Ayuntamiento por Yolanda Cuenca.

El motivo de la visita de la Directora General, es el trabajo que está gestionando el Ayuntamiento para la mejora y el acondicionamiento de ambos lugares. Desde la Concejalía de Cultura se está trabajando para mejorar la conservación del Risco y evitar su deterioro; y también están comenzando a trabajar en el proyecto de rehabilitación de la Ermita de San Isidro, para ello ya se está manteniendo el contacto con la Diócesis de Alcalá y con la Dirección General de Patrimonio.

Estos proyectos tienen como finalidad el cuidar la riqueza cultural e histórica con la que cuenta Perales y potenciar así turísticamente el municipio.

Ese mismo día visitaron Perales el Director General de Urbanismo, D. José Trigueros y el Viceconsejero de Medio Ambiente y Ordenación del Territorio D. Luis Asúa Brunt para informar a los Alcaldes de la zona, del trabajo que se está realizando en lo referente a los Planes Generales de Ordenación Urbana.

» El programa “Drogas o Tú” informando a los jóvenes

El pasado mes de mayo visitó Perales el Servicio Itinerante de Prevención de las Adicciones “Drogas o Tú”. Los niños de 5º y 6º de Primaria del Colegio Ntra. Sra. del Castillo participaron en las actividades propuestas por el servicio y la Concejalía de Educación y Juventud informó a todos los padres para que pasasen por la unidad móvil ya que este servicio está dirigido tanto a los jóvenes como a los padres y educadores para dar una información veraz y científica sobre las drogas, fortalecer la capacidad preventiva de las familias y promover una actitud de rechazo frente al consumo de drogas.



Jóvenes peraleños participaron en las actividades de Prevención “Drogas o Tú”

» Formación en medio ambiente y educación ambiental para los jóvenes



Desde MISECAM, la Consejería de Medio Ambiente y la obra social la Caixa se va a llevar a cabo un Programa de formación en medio ambiente en el Sudeste de Madrid.

Se trata de un proyecto de formación en medio ambiente y educación ambiental para jóvenes que se realizará desde el mes de septiembre hasta diciembre.

Los chicos y chicas de 18 a 25 años podrán participar y formarse en la naturaleza del nuestro entorno, para el diseño de rutas medioambientales con talleres prácticos, actividades de educación ambiental, uso de nuevas tecnologías y manejo de recursos medioambientales (fotografía digital, video, internet, etc.), posibles salidas laborales relacionadas con el medio ambiente, etc.

El martes 17 de julio tuvo lugar en Villarejo la primera sesión informativa donde se informó a todos los asistentes en qué va a consistir este programa de formación ambiental.

FINAL DE TEMPORADA DEPORTIVA

Final temporada 2011-12 Escuela Municipal de Fútbol Sala

El pasado sábado 26 de mayo finalizaron las competiciones de Deporte Infantil de la Comunidad de Madrid organizadas por la Sub área del Tajuña. La Escuela Municipal de Fútbol sala de Perales participó esta temporada con cuatro categorías y éstos fueron sus resultados:

- Categoría Prebenjamín (6 y 7 años): Tercera posición en la Liga y quinta en Copa.
- Categoría Benjamín (8 y 9 años): Tercera posición en el Liga.
- Categoría Alevín (10 y 11 años): Tercera posición en Liga y quinta en Copa.
- Categoría Infantil (12 y 13 años): Segunda posición en Liga y segunda en Copa.

Un año más dar nuestra enhorabuena a todos los niños y a sus entrenadores puesto que el objetivo principal es el aprendizaje de este deporte. Y dar las gracias a todos los padres y madres que han apoyado y animado a los equipos durante toda la temporada.



El Equipo Fútbol Sala Infantil junto al Coordinador de Deportes y sus trofeos

Escuela Municipal de Gimnasia Rítmica



Escuela Municipal de Gimnasia Rítmica junto a la Alcaldesa y la Concejal de Deportes.

Un año más las competiciones y exhibiciones de la rítmica se ha concentrado fundamentalmente en los meses de primavera y las gimnastas peraleñas han participado en numerosos torneos, competiciones y exhibiciones no sólo a nivel comarcal y de federación, también la participación en diferentes torneos de clubes de toda la Comunidad que nos invitan debido al nivel de nuestras gimnastas.

Uno de los principales eventos ha sido la celebración del V Campeonato de Gimnasia Rítmica "Excmo. Ayto. de Perales" en el que participaron 11 clubes de diferentes puntos de la Comunidad cuyas gimnastas tenían un alto nivel y calidad en la práctica de este gran deporte.

El C.D. Perales se llevó varios trofeos: en categoría prebenjamín conjunto dos conjuntos se llevaron trofeo, uno como segundo y otro como primero; en la categoría mini prebenjamín individual Paula Jiménez obtuvo el segundo puesto, el mismo puesto obtuvieron Julia Anguita en la categoría alevín pelota y Ruth González en cadete pelota, un tercer puesto en alevín individual manos libres de M^a Carmen Cañas y un primer puesto de Luisa Fernanda Muñoz en la categoría infantil aro.

Desde aquí queremos dar la enhorabuena y felicitar a todas las niñas, tanto a las que fueron premiadas como a las que no, a Úrsula Mateo por su labor como entrenadora de rítmica y a todas las madres y padres que han ayudado y apoyado en diferentes aspectos de la organización de este evento.



Participantes en el V Campeonato de Gimnasia Rítmica.

Final de Temporada para el C.D. Perales Fútbol 11



El C.D. Perales Fútbol 11, el día de la presentación de su equipamiento.

El domingo 3 de junio se disputó la 34ª jornada que cerraba la temporada en el grupo nº 9 de tercera de aficionados. El partido se jugó en el Campo Municipal de Perales con el resultado de 3-0 contra el Sporting Belmonteño.

El equipo ha mejorado mucho en la segunda vuelta y no sólo por los resultados, también por su juego.

De 18 equipos que participaban el C.D. Perales quedó en la decimoprimer posición. La liga la ganó La Meca de Rivas que ascendió junto con la Escuela de Fútbol de Tielmes.

Enhorabuena a todos los jugadores y al entrenador y delegados, esperamos que el equipo siga esta progresión el año que viene.

V Certamen de Novilladas La Ribera del Tajuña

Este año celebramos ya el V Certamen de Novilladas La Ribera del Tajuña, cinco años para un certamen lleno de éxito y prestigio entre los aficionados a la fiesta taurina en la que participan las jóvenes promesas de distintas escuelas nacionales e internacionales.

El trabajo conjunto de los Ayuntamientos de Valdelaguna, Tielmes y Perales junto con la colaboración de Taurodelta S.A., el Centro de Asuntos Taurinos de la Comunidad de Madrid y la Escuela de Tauromaquia "Marcial Lalanda" han hecho consolidar este Certamen y protagonizar las fiestas patronales de los tres municipios.

Este año el Certamen comenzó el día 14 de julio en Valdelaguna con novilleros de las escuelas de El Juli, Morzarzal y Colmenar Viejo que a su vez participarán en otro certamen "Camino hacia las Ventas", la segunda y tercera de las novilladas tendrán lugar en Tielmes los días 7 y 8 de agosto, donde podremos ver a novilleros de las escuelas de Madrid, Badajoz, Valencia y Nimes (Francia).

Aquí en Perales podremos disfrutar de la cuarta novillada y la Gran Final, durante las Fiestas Patronales en honor a Ntra. Sra. la Virgen del Castillo, serán los días 16 y 18 de agosto respectivamente donde participarán novilleros de las escuelas de Madrid, Málaga y Alicante y la Gran Final la compondrán los tres novilleros mejor valorados por el jurado.



Obras de mejora en las calles de Perales

El Ayuntamiento está trabajando y realizando un gran esfuerzo para continuar con la mejora de las calles y plazas del municipio. Durante el mes de julio se han realizado diferentes obras de adecuación, asfaltado, acerado, etc. en diferentes puntos del municipio.

Entre estas obras podemos destacar la de la calle **Mayor Alta**, en la que se ha procedido a su asfaltado desde la entrada, en el entronque con la N-III hasta la altura del número 147, además del acerado que se ha realizado en la zona de acceso al municipio.

También se ha asfaltado la **conexión** de esta calle con la **C/ Almendros**, con la **C/ Enmedio** hasta **C/ Cuatro Esquinas** y parte de las **Plazas del Matadero y de la Mariblanca**.



Detalle de tramo asfaltado en la conexión de la Plaza de la Mariblanca con la Calle Mayor Baja.

Entre estos trabajos, destacamos también, el parcheado de distintas zonas como el Camino de **Los Pradillos**, zonas de la **C/ Calvario**, **C/ Duende**, **Avda. de la Paz** frente al Polideportivo, la **C/ Enmedio** esquina con **C/ Imperial**, etc.

Otro de los trabajos de mejora y adecuación se están realizando en la zona del **Camino de la Vereda de la Ermita de San Sebastián**, donde se dejará una zona habilitada para el aparcamiento de vehículos.

Además de todos estos trabajos se ha procedido a la **renovación de las plantas ornamentales** en distintas zonas del municipio para embellecimiento de calles, plazas y parques.

La Concejalía de Urbanismo y Mantenimiento continuará trabajando para mejorar la accesibilidad, adecuación y embellecimiento de las calles de Perales.

Perales con la Cultura

Del 19 al 29 de abril Perales celebró la **Semana Cultural**. Durante estas jornadas culturales se han llevado a cabo muchas actividades, todas ellas han tenido gran éxito de participación. **El Concurso de Pintura Rápida**, es una de las actividades que cuenta con más éxito todos los años y a él acuden artistas de diferentes localidades de España. Este año se ha celebrado ya su séptima edición y a pesar de que el día amaneció lluvioso, los artistas no tuvieron problemas a la hora de reflejar en sus lienzos el bonito paisaje peraleño bajo el gris del cielo y la humedad de la lluvia. Todas las obras ganadoras del certamen estuvieron expuestas en la Ermita de San Sebastián donde pudimos apreciar la gran calidad con la que se contaba en esta edición. Además, en la Ermita de San Sebastián, también se realizó la **exposición de las pinturas de Tania Sánchez Ortiz**, vecina de Perales que mostró su gran calidad artística en cada uno de sus lienzos.



Detalle de la Exposición de Pintura de Tania Sánchez Ortiz.



Actuación del Grupo de la Escuela Municipal de Baile y Danza.

La Semana Cultural contó con muchas más actividades entre las que destacamos la **excursión "Madrid y sus Monasterios"** donde se visitaron algunos de los más emblemáticos monasterios de la capital, la actividad **"Bailando se divierte el Mundo"** que organizó el grupo de Acogida/Bienvenida de Perales donde se mostraron los bailes tradicionales de los países de origen de algunos vecinos de Perales. También se organizó un **taller de defensa personal para mujeres** y otro **taller de desarrollo personal**. El **Grupo Municipal de Baile y Danza de M^a José Huertas** realizó una fantástica exhibición de baile en el Salón de Actos del Centro Cultural San Blas. Han sido muchos los colaboradores que han hecho que este año la Semana Cultural haya contado con una gran participación de público y por eso la Concejalía de Cultura quiere agradecer toda la ayuda y colaboración con la que ha contado y felicitar a todos los participantes de las actividades programadas.

Las Fiestas del mes de Mayo

En Perales el mes de mayo es un mes festivo ya que todos los años, gracias a las Hermandades de la Virgen y de San Isidro, disfrutamos de unas fiestas de arraigada tradición.

La **Hermandad de la Virgen** comenzó el día 30 de abril con el canto de los Mayos a la Virgen en la puerta de la Iglesia Parroquial Ntra. Sra. del Castillo y en el pabellón polideportivo pudimos ver los bailes seguidillas y jota peraleña. Entre las actividades programadas por la Hermandad, destacamos los distintos actos religiosos llenos de emoción y devoción a la Patrona de Perales; el XVII Trofeo de Tiro de Codorniz y la representación de la obra de teatro "La Venganza de la Petra" a cargo del Grupo de Teatro San Blas que hizo reír a todo el público asistente.



La **Hermandad de San Isidro** organiza también unas fiestas llenas de alegría y diversión muy esperadas por todos los peraleños que disfrutan de todas las actividades que organiza la Hermandad, la música, las actuaciones y la esperada paella gigante en las inmediaciones de la Ermita de San Isidro.

Por eso, en el mes de mayo, Perales tiene aire de celebración y fiesta, gracias al trabajo que para ello hacen las Hermandades de la Virgen del Castillo y de San Isidro.



Miembros de la Hermandad de San Isidro posan junto a la gran paella realizada.

Un Mercado Medieval visitó Perales



El primer fin de semana de mayo la Concejalía de Cultura organizó en Perales un mercado medieval en la Plaza del Matadero, con música, artesanía, gastronomía de la época y actividades para niños. Es el primer año que Perales acoge este tipo de evento y todos los que lo visitaron quedaron gratamente satisfechos al poder contar con otra nueva oferta de ocio en el municipio.

A pesar del mal tiempo nadie quiso perderselo y poder curiosear entre los puestos pasando un divertido fin de semana medieval.

Semana Sin Humo

El Centro de Salud y el Ayuntamiento de Perales se han unido a la campaña "XIII Semana sin Humo" organizada por la Sociedad Española de Medicina de Familia y Comunitaria, que este año tenía como lema ¡Tú lo dejas, tú ganas!. Las actividades, planteadas por esta campaña tienen como objetivo sensibilizar de la importancia del abandono del tabaco para la salud, informar a los fumadores de los recursos de los que disponen para ayudarles a dejar el hábito y sensibilizar a la población de lo perjudicial que es lo que conocemos como tabaquismo pasivo. Además, los niños del Colegio Ntra. Sra. del Castillo han participado en las actividades educativas de la Semana sin Humo, entre las que se ha realizado un concurso al mejor "dibujo para dejar de fumar" destinado a los alumnos de 1º, 2º y 3º de Primaria y los alumnos de 4º, 5º, y 6º de primaria han podido participar con el mejor "lema para dejar de fumar" o la "mejor carta abierta dirigida a un fumador".



El Concejal de Área Social y la Directora del Colegio, junto a alguno de los niños participantes en las actividades de la XIII Semana sin Humo.



Recomendaciones de Salud.

MEDIDAS DE PREVENCIÓN Y PROTECCIÓN DE LA SALUD A TENER EN CUENTA EN VERANO.

Hidratación • Protección Solar • Alimentación

Recomendaciones para una buena hidratación

1. Estar bien hidratado es siempre esencial para la salud, se realice o no actividad física y en cualquier época del año.
2. El balance hídrico de nuestro organismo debe ser equilibrado: la cantidad de líquido aportada tiene que ser la misma que la perdida o eliminada.
3. Es preciso beber al menos 2,5 litros de líquido al día. Diariamente perdemos entre 2 y 3 litros de líquido a través del sudor, la orina, la respiración y la transpiración de la piel.
4. Si se realizan actividades y esfuerzos físicos notables conviene aumentar estas cantidades, o si se vive en zonas con clima cálido y húmedo.
5. Evitar las pérdidas excesivas de líquidos y no pasar largos períodos de tiempo sin ingerir bebidas. En épocas de calor no exponerse al sol innecesariamente ni realizar ejercicio físico en las horas centrales del día.
6. Los niños son muy vulnerables a la deshidratación: hay que asegurar que beban en abundancia agua y otras bebidas.
7. Las personas mayores, al presentar una menor sensación de sed, y las personas dependientes también son especialmente sensibles. Controlar que ingieran líquidos regularmente.
8. Incluir el mayor número de bebidas posible ayuda a que la ingesta total de líquidos sea la adecuada. Para las personas sanas y dependiendo de la edad y de la actividad física, además de agua, consumir infusiones, refrescos, zumos, lácteos, caldos etc., puede ayudarles a conseguir la cantidad de líquidos que necesitan. El sabor de las bebidas también estimula un mayor consumo de líquidos.



» INFORMACIÓN SESIONES PLENARIAS

Con fecha 30 de marzo de 2012 se celebró la Sesión Ordinaria del Pleno en la que cabe destacar los siguientes puntos:

1. Información sobre donación de retribución económica del Concejal Juan José Navas Ramírez a la partida de festejos populares.
2. Aprobación de la rectificación del inventario de bienes del Ayuntamiento correspondiente al ejercicio 2011. (Acuerdo por unanimidad)
3. Solicitud de resolución de convenio y devolución de cantidad instada en segunda instancia por la mercantil Segundo Priego, S.A., ya fue desestimado en Pleno de 13.05.11, por lo que no procede admitir a trámite.
4. Demolición de obras consistentes en instalación de estructura soporte de valla publicitaria en A-3 PK 35,5.
5. Deslinde de parcela 9014 del polígono 18, respecto de las parcelas 192 y 195. (Aprobado por mayoría)
6. Aprobación definitiva del convenio entre el Ilmo. Ayuntamiento de Perales de Tajuña, la Comunidad de Madrid y el Canal de Isabel II para la prestación del servicio de alcantarillado, para la gestión integral del servicio de distribución de agua de consumo humano y para la incorporación del Ayuntamiento de Perales de Tajuña, al futuro modelo de gestión del Canal de Isabel II. (Aprobado por mayoría)
7. Dictámenes instados por el grupo municipal de Izquierda Unida-Los Verdes sobre pago de plusvalías de terrenos de naturaleza urbana a familias obligadas a entregar su vivienda habitual a los bancos, para modificación de ley de haciendas locales en lo referente a la exención del IBI de la iglesia, y se inste al parlamento español para que se deroguen o incumplan los acuerdos del estado con la Santa Sede, para la paralización de la aplicación del real decreto ley 3/2012 de reforma del mercado laboral y apertura de mesa de negociación con agentes sociales y fuerzas políticas y sobre las duplicidades de la gestión en la administración pública. (Desestimados por mayoría)
8. Aprobación del Plan de Ajuste del Ayuntamiento de Perales de Tajuña, previsto en el RDL 4/2012. (Aprobado por mayoría)

» BREVES »

TALLER DE CONSERVAS

El pasado 14 de Junio se realizó en Perales un taller de conservas vegetales donde de forma práctica se repasaron las principales técnicas de conservación de alimentos de la huerta a través de procedimientos tradicionales. El taller estuvo organizado por: programa de formación en medio ambiente en el sudeste de Madrid, Servicios Sociales de MISECAM, la Consejería de Medio Ambiente y Ordenación del Territorio de la Comunidad de Madrid y la Obra Social La Caixa.

PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES (FEMASE)

La Federación de Asociaciones Empresariales del Este de Madrid (FEDESMA) pone a disposición de sus asociados un servicio gratuito de asistencia técnica en materia de prevención de riesgos laborales. Este servicio realizado por los técnicos de Laboris Prevención y Consultoría.

CAMPAÑA DE VERANO DE DONACIÓN SANGRE

Agradecemos a todos los vecinos que han participado en la Campaña de Verano de Donación de sangre que como todos los años, ha organizado el Centro de Transfusión de la Comunidad de Madrid el pasado 10 de julio consiguiendo en total 18 donaciones.

TALLERES DE VERANO EN LA BIBLIOTECA Y AULA NTIC

Si tienes entre 4 y 12 años puedes pasarte durante el mes de julio por la biblioteca/aula ntic de lunes a viernes de 17 a 19 horas para realizar distintas actividades como informática educativa, fiestas de disfraces, lectura de cuentos, manualidades, juegos en red, pintura, etc.

PERALES CON LA SELECCIÓN ESPAÑOLA DE FÚTBOL

Todos los peraleños celebraron la victoria de la selección española de fútbol que ha ganado la Eurocopa por segunda vez consecutiva. La afición peraleña celebró en las calles del municipio esta victoria con gran alegría y desde aquí queremos felicitar a los Campeones de Europa y del mundo de Fútbol.



AGENDA

AGOSTO							SEPTIEMBRE						
L	M	X	J	V	S	D	L	M	X	J	V	S	D
		1	2	3	4	5						1	2
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30

15 de Agosto Festividad de Santa María del Castillo.

Del 1 al 12 de Agosto Actividades Previas a las Fiestas Patronales.

Del 13 al 19 de Agosto Fiestas Patronales.

TELÉFONOS DE EMERGENCIA

Bomberos Arganda del Rey	91 871 90 00 - 085
Canal de Isabel II (Atención al Cliente)	900 36 53 65
Centro de Salud	91 874 90 90
Centro NTIC	91 874 82 77
Eléctrica Popular S.COOP.MAD.	91 874 85 63 -Averías 685117059
Emergencias	112
Guardia Civil Perales de Tajuña	91 874 80 65
Hospital del Sureste (Arganda del Rey):	91 839 40 00
Hospital Gregorio Marañón	91 586 80 00
Policia Local BESCAM	639 93 35 96
Pto. Mun. de Atcion. Violencia de Género	918743583-626223592
Retevisión Averías	902 50 22 22
Servicio Tanatorio de Perales	918731103-659629117
Servicio Permanente Guardia Civil	062
Unión FENOSA (Averías)	901 40 40 40

TELÉFONOS DE INTERÉS

Argabus	91 871 25 11
Auto Res	902 02 09 99
Atención al Ciudadano de la Comunidad de Madrid	012
Bibliobus CAM	659 46 95 42
Casa de los Niños	91 874 85 87
Centro Joven de Salud Área 1	91 281 73 15
Colegio Publico Ntra. Señora del Castillo	91 874 81 22
Empresa Ruiz	91 468 08 50
Escuela de Adultos	91 874 24 70
Farmacia Perales de Tajuña	91 874 83 74
Iglesia Parroquial Santa María del Castillo	91 874 80 63
Oficina Forestal -Villarejo de Salvanes	918745083 900181628
Oficina INEM Arganda del Rey	91 871 69 16
Piscina Municipal	639 93 43 47
Servicios Sociales (MISECAM)	91 874 43 79
Taxi Perales	91 8719735 - 639200462 - 629759792

FARMACIAS DE GUARDIA.

- Del 27 de julio al 3 de agosto Perales (Avda. de la Paz, 15).
Telef.918748374
- Del 3 al 10 de agosto Tielmes (Puerta del Sol, 2). Telef. 918746027
- Del 10 al 17 de agosto Valdilecha (C/ Mayor, 31).Telef. 918738392
- Del 17 al 24 de agosto Orusco (C/ Del Puente a Chaflán a Travesía de la Iglesia). Telef. 918744184
- Del 24 al 31 de agosto Carabaña (C/ Real, 28). Telef. 918723031
- Del 31 de agosto al 7 de septiembre Tielmes (Puerta del Sol, 2).
Telef. 918746027

SERVICIOS MUNICIPALES

AYUNTAMIENTO

SERVICIO	HORARIO	TELÉFONO
Atención al público Secretaria Agente de Desarrollo local Información "El Móvil te Ayuda" Trámites e Información de Actividades Deportivas	Lunes a Viernes de 09:00 a 14:00	91 874 80 04 Fax 91 874 90 30
Arquitecto Municipal	M y J de 10:00 a 14:00	
Técnico de Medio Ambiente	Miérc. de 12:00 a 14:00	
Oficina de Recaudación	Miérc. de 09:15 a 13:45 y de 15:30 a 18:15	91 874 80 04
Trabajadora Social	Mart. de 9:30 a 12:30	9 1874 80 04
Técnicos de Inmigración	Cita Previa	91 874 43 79

DEPENDENCIAS MUNICIPALES CARRETERA DE MORATA, 7

SERVICIO	HORARIO	TELÉFONO
Oficina Judicial (Cita Previa)	M y J de 9:00 a 13:00	91 835 39 14
Juzgado de Paz (1ª Planta. Oficina Judicial)	Juez M y J de 17:30 a 18:30	91 835 39 06
	Secretaria M y J de 17:30 a 18:30	91 835 39 07
Oficinas de partidos políticos	Lunes y Miér. de 10:30 a 12:30	91 876 42 84
Policia local. BESCAM Dependencias municipales Carretera de Morata, 7		639 93 35 96 (El teléfono estará operativo en horario de servicio)

CENTRO CULTURAL SAN BLAS

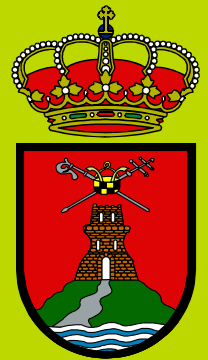
SERVICIO	HORARIO
Biblioteca Municipal	L a V de 17:00 a 20:00
Hogar del Jubilado	M a Dom. De 17:30 a 21:30
Escuela de Adultos	Martes de 15:00 a 17:00
Español para extranjeros	Jueves de 9:30 a 11:30
Escuela de Música	L de 18:00 a 21:00, M de 17:00 a 19:30 y Mi. de 17:00 a 21:00
Escuela Municipal de Baile	Mi. de 16:00 a 18:00 y V de 16:00 a 18:00
Centro de acceso público a Internet. TIC	De L a V de 17:00 a 20:00
Espacio Joven	Vier. Sáb. y Dom. de 17:00 a 22:00

VERANO EN PERALES



Foto: Raúl Barbero

Las fiestas patronales son el evento más esperado todos los veranos en Perales, cultura y tradición llenan las calles donde disfrutan vecinos y visitantes



Ayuntamiento
Perales de Tajuña