



LA PUERTA del Carmen



Revista editada por la Asociación de Vecinos Puerta del Carmen

www.puertadelcarmen.com



Ya de vuelta



Colabora:

JUNTA MUNICIPAL CENTRO



Zaragoza AYUNTAMIENTO

MIEMBROS DE LA JUNTA RECTORA



PRESIDENTA
Marisol Pardos Solanas



VICEPRESIDENTE
José Carlos Terrer Muñoz



TESORERO
Carmelo Alcalde Sanz



SECRETARIA
Virginia Pellejero



VOCAL
Matilde Ibarz Cordón



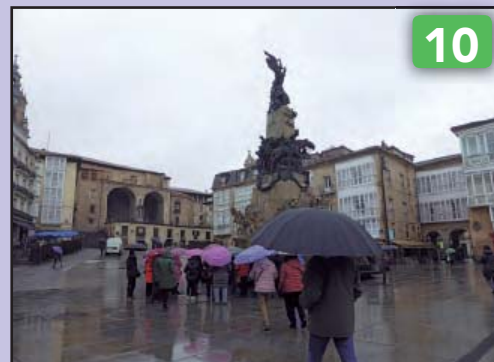
VOCAL
Isabel Pérez Antón



VOCAL
Pilar Lafuente Sola

SUMARIO

Teléfonos de interés	4
Editorial	5
Las aficiones de nuestros socios	6-7
Vuelven las Actividades.....	8-9
Álava y La Rioja, nuestro último viaje antes de.....	10
...la Pandemia.....	11
Compra en comercio de proximidad	12-13
Cuento de una comunidad	14
Visita a la iglesia de la MAGDALENA.....	15
El amor es una necesidad fisiológica	16
Cartas a la asociación	18
Hoja de inscripción.....	19



Edita

Asociación de Vecinos
"Puerta del Carmen"
Hernán Cortés, 33
Tel. 976 726 112

Año 2021 N° 57

Dirección

Mary-Sol Pardos

Diseño y Maquetación

A.V. Puerta del Carmen

Redacción

Virginia Pellejero

Fotografía

Francisco Betoré

Colaboradores

Fernando, Virginia,
María, Isabel, María Pilar,
Jorge, Dora

Depósito Legal: Z 1683-1996
Imprime: Gráficas Notivol

ESTA ASOCIACIÓN **NO**
SE HACE RESPONSABLE DE
LOS ARTÍCULOS FIRMADOS



A.V.V.
PUERTADEL CARMEN
976 726 112
654 520 348
654 520 347



BOMBEROS
080



**SOS
ARAGÓN**
112



**URGENCIAS
MÉDICAS**
061



AMBULANCIA
902 110 112



**POLICÍA
NACIONAL**
091



**POLICÍA
LOCAL**
092



**PROTECCIÓN
CIVIL**
976 721 669



**MUJER
MALOS TRATOS**
016



**AYUDA
AL MENOR**
976 556 565



**FARMACIA
DE GUARDIA**
902 170 196



**TELEFONO
MUNICIPAL**
010



TELETIEMPO
906 365 650



**ATENCIÓN
CONSUMIDOR**
900 12 13 14



**CEMENTERIO
ZARAGOZA**
976 388 012

**TELÉFONOS
PARA TENER
SIEMPRE A MANO**

HOLA VECINOS

Hace ya más de año y medio que irrumpió en nuestras vidas la pandemia, cambiando completamente nuestras costumbres y hábitos.

Durante este tiempo hemos vivido el confinamiento absoluto y luego las sucesivas olas, hasta seis, que hemos tenido que soportar.

El Fatídico Covid-19 se ha llevado por delante algunos de nuestros vecinos, que sentimos de verdad sus pérdidas irreparables

La vida cambió en muchos aspectos: Todas las actividades culturales, visitas guiadas, viajes, excursiones y cursos, tuvieron que ser aparcadas esperando una vuelta a la normalidad, que parece que vamos camino de alcanzar.

No obstante hemos de ser pacientes y tener prudencia con la apertura de la normalización de costumbres. Las Autoridades Municipales y Sanitarias han ido asignado plazas, aunque todavía restringidas, para el uso de las salas donde se celebran las actividades.

La Junta de la Asociación, ya que no se han podido realizar actividades lúdicas ni reivindicativas, acordó destinar una parte del dinero que se destinaban a ellas para colaborar con asociaciones benéficas como el Refugio, Ainkaren, etc., ante el incremento de las necesidades de las personas que lo están pasando muy mal.

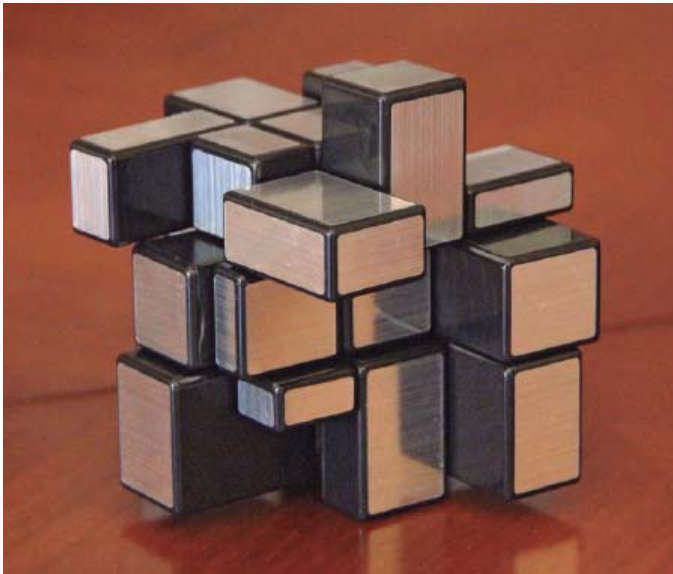
Agradecemos a la corporación municipal que se están tomando verdadero interés en arreglar algunas calles y jardines de nuestro distrito y en especial la calle Ricla que hemos reclamado durante bastantes años, haciendo que Zaragoza presente una cara más amable.

Sin embargo todavía queda pendiente la recalificación de los terrenos del antiguo Colegio de Jesús y María que lleva más de veinte años esperando para la construcción de viviendas que ayudarían al comercio de la zona y el ansiado Centro Cívico, casa de juventud etc., ofrecido por la constructora para el uso y disfrute de nuestros vecinos, ya que no disponemos de ninguno en este Distrito y cuyo proyecto sigue aparcado.

Otra cuestión a analizar con nuestros representantes municipales es el gran número de veladores que la hostelería ha instalado en nuestras calles con motivo de la normativa sobre consumo en bares y restaurantes por el Covid-19 y sobre todo los que ocupan las plazas de aparcamientos. Entendemos que se ayude a estos negocios durante la pandemia pero también que se piense en los sufridos vecinos que no disponen de garaje y que no pueden aparcar sus vehículos, por lo que no entendemos que la normativa no tenga plazo de vto. y que hasta ahora sea ilimitada esta autorización.

Esperamos poco a poco poder volver a la normalidad aunque os tenemos que pedir apoyo y paciencia mientras tanto. Estamos a vuestra entera disposición.

LAS AFICIONES DE NUESTROS SOCIOS



Hace unos cuatro años estando en una tienda de juguetes con mi nieto, vi unos cubos de Rubik y le propuse comprarle uno para que a la vez de distraerse trabajara la mente, le pareció bien. Una vez en casa lo sacamos y me encontré que a él de momento no le apetecía jugar, por lo que me puse un poco cabezota y empecé a explicárselo consiguiendo que, a él no le interesara demasiado y a mí me enganchara de tal forma que con algún altibajo, aún sigo envenenado con ello.

Unos habrán oído hablar de él, otros no sabrán de que hablo y alguno suelto por ahí, un poco tocado de la chimenea como yo, me comprenderá por haberlos saboreado y disfrutado. La verdad es que "engancha".

El cubo de Rubik, que se llama así porque el señor Ernő Rubik, arquitecto de nacionalidad húngara, le dio por hacer un rompecabezas en forma de cubo compuesto por piezas cuadradas, poniéndole un color a cada cara de dicho cubo e hizo que las piezas giraran en todas las direcciones, lo cual hace que se descompongan y compongan estos colores con unos movimientos concretos llamados "algoritmos".

¿Cuántos tipos de cubos hay?, pues inicialmente este señor hizo el 2x2x2, 3x3x3, 4x4x4, etc., según el número de cuadraditos que tenga cada arista del cubo. El más común es el 3x3x3. Luego, cuando se comercializó en masa, salieron con muchas más piezas e incluso con formas tan raras como podamos

imaginar. Yo en la actualidad tengo doce, alguno repetido, yendo desde el 2x2x2 al 7x7x7 además del FISHER, MIRROR y el llamado HUEVO, obedeciendo, estos nombres a sus características según sus piezas, colores, etc. Para mí este último es el más complicado de los que tengo, ya que sus piezas no son iguales en su forma pero sí en su color, haciendo muy complicado situarlas en su sitio y con su orientación, pues estos son muy concretos y las referencias muy limitadas.

He hablado de movimientos concretos (algoritmos), que nos sirven para conseguir un objetivo, a saber, desplazar u orientar los distintos cuadrados allá donde nos interese. ¿Cuántos y cuáles son estos movimientos?, pues aquí es donde radica la dificultad y curiosamente lo que puede provocar la afición. Empezamos porque hay varios métodos y cada método contiene bastantes algoritmos, con lo que nos encontramos que existe muchísima variedad de éstos y según en la situación dada, escogemos aquel que nos interese para la construcción del mismo. Cuando ya se tiene más habilidad, se busca conseguir mayor velocidad.

Sin extenderme mucho voy a comentar que como métodos podemos hablar a modo de ejemplo, del Petrus, Roux, Fridrich, etc., todos ellos obedecen al nombre de quien los ha creado. Yo con el que he aprendido, por su adaptación a los principiantes y porque también cuando se domina es bastante rápido, es el Fridrich, que se lo debemos a una mujer Jessica Fridrich, de nacionalidad checa y que es profesora en la Universidad de Binghamton de Nueva York. Este método contiene para hacernos una idea, unos 56 movimientos o algoritmos.

Estos algoritmos divididos en fases, básicamente son:

- 1ª "La cruz", fase por la que comienzan todos los métodos. (7 algoritmos)
- 2ª "F2L", iniciales en inglés, "primeras dos capas", que consiste en formar como su nombre indica, las dos primeras capas. (28 algoritmos)
- 3ª "OLL", "orientación de la última capa", para conseguir que esta tenga todos sus cuadrados orientados con el mismo color hacia arriba.

ba, aunque no estén colocados en su sitio. (9 algoritmos)

- 4ª "PLL", "permutación de la última capa", que consiste en ubicar cada cuadrado en su sitio. (12 algoritmos)

Lógicamente no hay que utilizar todos ellos siempre que resolvamos el cubo, pero sí hay que llevar el orden estricto de las fases de construcción que antes he indicado, aplicando luego en cada una de ellas el algoritmo correspondiente según la situación en la que nos encontremos. Sabiendo resolver el 3x3x3 tendremos la base fundamental para construir la mayoría de los demás cubos.

Al principio le dediqué muchas horas hasta que aprendí todos los movimientos y adquirí cierta velocidad, luego algo menos, dependiendo del estado de motivación. Una vez que se dominan los movimientos se trata de superar tus propios records de velocidad. Para que os hagáis una idea el record del mundo está en 4,75 segundos, record que espero

conseguir en la otra vida. La velocidad es importante ya que trabajas la mente y los reflejos. Mi familia me ha regalado alguno, eso sí, mirándome con caras raras cuando les he propuesto de jugar un poco con ellos, pero no pierdo la esperanza de conseguirlo algún día.

Esto lógicamente, requiere de mucha paciencia y que te guste, pero sinceramente merece la pena pues aporta habilidad y agilidad mental, sobre todo cuando dominando lo más sencillo, te atreves con otros más complicados. Debido a su moderado precio te permite a lo largo del tiempo poder seguir trabajándolos sin que nunca encuentres el final.

Aquí tenéis una dirección de la resolución del 3x3x3 para que, aquel que se atreva lo practique:

<https://www.youtube.com/watch?v=GyY0OxDk5II>

Si con este modesto artículo consigo un solo aficionado, me doy por satisfecho.

Fernando García-Casarrubios Sainz



BELTRÁN
COLCHONERÍA
COLCHONES • ALMOHADAS • SOMIERES
CAMAS • CANAPÉS • COMPLEMENTOS
Cortes de Aragón, 30 • Zaragoza
Tel. 976 220 578 • www.colchoneszaragoza.com

Admón. de Loterías n.º 16
Fdo. El Católico, 2, Bajo
(entrada por Goya)
50005 Zaragoza • Tel. 976 557 259

VUELVEN LAS



ACTIVIDADES



Álava y La Rioja, nuestro último viaje antes de...

Con la ya inminente amenaza del coronavirus y la lluvia sobre nuestras cabezas nos fuimos el puente de la cincomarzada a conocer estas tierras. Ninguna de las dos cosas consiguió impedir amargarnos el viaje ya que aunque la lluvia sí que hizo acto de presencia íbamos preparados con paraguas y chubasqueros y a falta de ello el chino que teníamos enfrente del hotel nos proveyó de ellos.

Nuestra primera parada fue Elciego con sus numerosas bodegas de arquitectura contemporánea, destacando el complejo de Marqués de Riscal que fue el que visitamos, con su hotel de titanio virado en tonos burdeos, dorados y plateados recordando, como nos explico el guía, los distintos vinos que dan nombre a la marca.

Laguardia nos esperaba con un buen plato de judías con secretos (oreja de cerdo) que nos calentó el cuerpo y preparó para el relajante paseo que nos descubrió sus calles empedradas, las casas solariegas y su muralla que se mantiene en casi todo el recorrido. La iglesia de Santa María de los Reyes con su pórtico policromado del siglo

XIV único en el mundo que configura una de las joyas artísticas de Álava.

Siguiendo nuestro itinerario y después de un buen descanso en el hotel de Vitoria conocimos a Olivia, nuestra guía turística cuyo amor por su tierra, sus gentes, sus costumbres y gastronomía hizo que a lo largo de esos días también nosotros fuésemos amándola poquito a poco. El Casco medieval con su trazado en forma de almendra, diversos palacios, la casa del Cordón, el museo del Rosario de Cristal (que nos recordó mucho al nuestro de Zaragoza), la Catedral de Santa María y la Iglesia de San Miguel, donde se guarda la Virgen Blanca (patrona de la ciudad).

Y el punto fuerte de este día, la comida en la sidrería Araia ¡que decir! La sidra insuperable, la comida increíble y por supuesto los trabajadores de la misma totalmente profesionales y siempre con una sonrisa en la boca atendieron todas nuestras peticiones y necesidades.

Tercer día de nuestro viaje, visita panorámica por los nuevos barrios de Vitoria para contemplar sus trazados sostenibles y con todos los servicios que un barrio de estas características necesita, complejos deportivos, carril bici, supermercados, todo ello plagado de zonas verdes y parques que hacen que Vitoria haya sido reconocida con los títulos de Capital Verde Europea 2012 y Global City Green 2019. La ermita de San Prudencio, patrón de Álava en el barrio de Armendia y un recorrido por el Paseo de la Senda, donde se encuentran casas tan emblemáticas como El Palacio de Ajuria Enea, dieron por terminada oficialmente nuestra estancia en Vitoria, dando paso a una tarde libre en la que cada uno disfruto de la ciudad a su aire.

Tras pasar de largo por Haro, siguiente visita que teníamos programada y que tuvimos que anular a causa del Covid que ya empezaba a mostrar sus garras, hicimos parada en Logroño con visita guiada a la ciudad y en la que no podía faltar el vermut en la zona de la calle Laurel.

Y de vuelta a Zaragoza, nos esperaba...



...la PANDEMIA

Ni en nuestros peores sueños podíamos imaginar la amenaza que nos esperaba a la vuelta de este viaje, si volvemos la vista atrás se hacen realidad esa multitud de refranes que pueblan nuestra rica lengua castellana "Dios aprieta pero no ahoga", "No existe el mal tiempo, solo ropa inapropiada", "Si algo no es de tu agrado adáptalo a tu gusto". Un desafío de primera magnitud para nuestra capacidad de adaptación.

13 de abril de 2020, el Gobierno declara en España el estado de alarma, yo personalmente y después de varios intentos de reunir a la familia para celebrar mi cumpleaños tenía reservado un restaurante para comer. La semana anterior fue de locos ya que nos dividíamos entre los optimistas "va, que tontería, seguimos con los planes" y los pesimistas "anulemos la comida, nosotros no vamos" y cuando me llamo

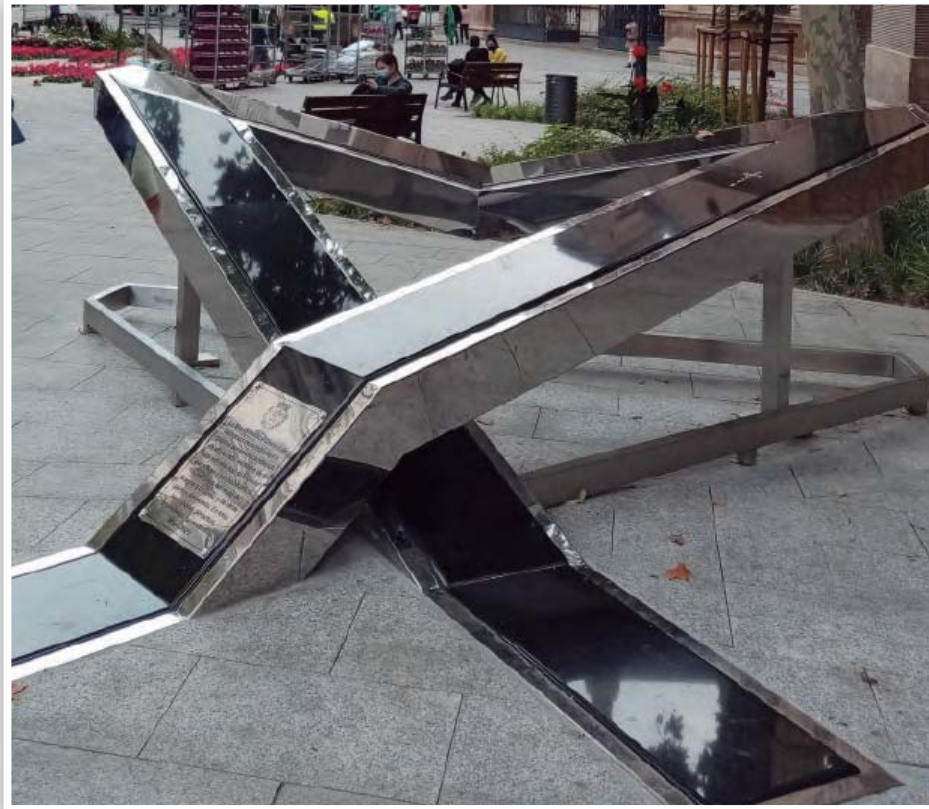
mi hijo el viernes diciéndome "yo me recluyo en casa todo el fin de semana con mis hijos" me empecé a preocupar, ni menos que podíamos pensar que el fin de semana iba a ser algo más largo de lo normal.

Cuantas veces nos hemos dicho a lo largo de la vida que es muy corta y debemos aprovecharla, que en cualquier momento nos viene un revés, que no hagamos muchos planes a corto plazo, pero seguimos viviendo como esto no fuese con nosotros, como si fuésemos inmortales "nada puede destruirnos" y llega un virus de no se sabe dónde y paraliza el mundo entero "ahí es na" 219.000 millones de contagiados y 4,55 millones de muertos.

Pero la vida sigue y hay que encararse con ella y aunque ya nada ni nadie seremos igual puesto que hemos ido perdiendo algunas cosas y seres queridos por el camino, sí que es cierto que tenemos que aprender a reflexionar, aceptar y superarnos en esta etapa tan dolorosa. Por lo pronto tenemos que aprender a convivir con este virus y con las limitaciones que nos exige. Tenemos que comenzar a ser creativos y volver a plantearnos metas diarias que sean realizables para de esta manera recuperar la autoconfianza.

Desde la asociación vamos a intentar volver a la normalidad en la medida de lo posible, quizá tengamos que poner un plus de imaginación, algo más de adaptabilidad y un esfuerzo extra para poder dar el tanto por ciento más elevado factible de las actividades que os ofertábamos, pero con la ayuda y la paciencia de todos vosotros en un tiempo no muy lejano esto no llegara a ser más que el peor sueño que se hizo realidad.

Quiero tener un recuerdo muy especial para aquellos de nuestros socios que han pasado por este trance sufriendo la enfermedad, conviviendo con las secuelas que la misma conlleva, o formando parte del número de fallecidos.





COMPRA EN DE



aravisión

Centro óptico auditivo

Para socios:

- * Revisión de la vista y toma de tensión visual gratis
- * 20% Dto. en todas sus compras (excepto promociones)
- * Revisión auditiva gratis

tel. 976 440 404 audilogia@aravisionoptica.com Avda. César Augusto, 5
 fax. 976 440 033 www.aravisionoptica.com 50004 Zaragoza

FLORISTERIA

¡Porque cada momento es único!

Pide un Deseo

PASEO TERUEL, 32

COMERCIO PROXIMIDAD

ZARAGOZA ÓPTICOS

25% GAFAS GRADUADAS 15% GAFAS DE SOL

graduación gratuita lentes de contacto
 datos graduados especialistas en progresivos
 gafas de sol www.zaragozaopticos.com

50% DTO. TODA ABERTURAS DE MARCA Y LENTES INIGO

Avda. San José, 167 Paseo Teruel, 22 Compromiso de Caspe, 101 Pablo Gargallo, 82
 Tel. 976 09 67 68 Tel. 976 40 49 22 Tel. 976 42 20 42 Tel. 976 40 47 74

paseoteruel@zaraopticos.com

Chocolatería Cortes de Aragón

Cortes de Aragón, 6 - 50005 Zaragoza
 Tel. 976 747 200

Lunes a Viernes: 7:00 a 13:00 / 16:00 a 20:30
 Sabado y Domingo: 7:30 a 13:00

Cuento de una comunidad



Erased una vez una Comunidad de Vecinos cuya ubicación estaba en el barrio del Carmen, en su reunión de primeros de año mostró su deseo de adecentar la fachada del edificio incluyendo la entrada a los garajes. Ya tenía algunos años y con el paso del tiempo, la polución y los amigos de utilizar lo ajeno para hacer ostentación de lo que podríamos llamar "arte bastante dudoso" mostraba un aspecto sucio y lamentable, lo cual afeaba el entorno del barrio.

Después de unos cuantos intercambios de opiniones, algunas de ellas en voz un poco más alta de lo que sería de desear, se procedió a la votación democrática de la propuesta y el resultado fue de acometer los trabajos y limpieza pertinentes, para alegría de bastantes de los vecinos y preocupación de algunos de ellos, ya que la derrama que supondrían estos trabajos les iba a producir un descuadre bastante considerable en sus cuentas mensuales, pero la democracia es la democracia y hay que acatarla.

Cuando llegó la hora de arreglar la entrada al garaje hubo que sacar los coches del mismo por unos días, buscarse otro garaje o dejarlo aparcado en la calle ¡otro gasto añadido a las pertinentes derramas! Todo sea por el bien del edificio y del barrio.

Y por fin aquello terminó, acabaron las derramas, acabaron los trabajos, acabaron las molestias, los coches volvieron a sus lugares y los vecinos salían de su casa y se plantaban delante de la fachada con la sensación del trabajo bien hecho. Esta sensación solo duró 2 días, en la mañana del tercer día los amigos de lo ajeno habían plantado "su arte de dudoso gusto" en aquel blanco lienzo y habían utilizado aquellas limpias esquinas del garaje como urinarios.

En la siguiente reunión de vecinos, con gran pesar de todos ellos y descuadre de las cuentas de la mayoría, se decidió por unanimidad poner puertas automáticas en la entrada del garaje. Comenzaron las derramas, comenzaron los trabajos, comenzaron las molestias

Y colorín, colorado, este cuento tan real ha terminado.

Virginia

- ORGANIZACIÓN TÉCNICA DE VIAJES NACIONALES E INTERNACIONALES.
- ESPECIALISTAS EN GRUPOS, VIAJES A MEDIDA.
- AUTOBUSES PROPIOS.
- SOCIOS Y ACOMPAÑANTES EN PRODUCTO PROGRAMADO 6% DESCUENTO.

Avda. Goya, 23
50006 Zaragoza
Tel. 976 380 011
Fax. 976 387 678
sergio@aneto.es

viajes
Aneto

Visita a la iglesia de la MAGDALENA

Visita muy demandada y esperada por todos los socios, no solo por la expectativa de todo el tiempo que ha requerido su restauración sino porque para muchos de nosotros esta iglesia forma parte de la historia de nuestra vida, unos fueron bautizados en ella, otros recibieron la Primera Comunión, para algunos era la parroquia de misa y confesión por proximidad a su domicilio, en fin, que no nos es ajena.

Además de La Magdalena a esta iglesia se le conoce como "parroquia del gallo" por la veleta que corona la torre, paradigma del arte mudéjar y deudora de las torres mudéjares turolenses de San Martín y el Salvador. Dentro de nuestra visita pudimos ascender por ella comprobando que su estructura responde al modelo de alminar almohade. Los motivos ornamentales exteriores son los tradicionales en la arquitectura mudéjar aragonesa, enriquecidos en este caso con piezas de cerámica vidriada. Desde su pasillo superior Zaragoza se extendía a nuestros pies y reconocimos algunos de los edificios más emblemáticos de la ciudad.

En el interior sobresale el conjunto escultórico del Retablo Mayor y las imágenes situadas en la nave, obra de José Ramírez de Arellano (siglo XVIII), autor de las esculturas de la Santa Capilla del Pilar. La iglesia poseyó un retablo de Damián Forment que hoy se conserva troceado en dos capillas del templo.

La actual restauración se inició en el año 2002 y ha permitido su entrada al público el 17 de febrero de 2019, recuperando la imagen barroca de la parroquia y conservando pequeñas catas que dejan a la vista restos mudéjares y de otras reformas anteriores del templo.

La principal actuación se ha realizado sobre las humedades que hacían peligrar la estructura del edificio y que descubrieron debajo del presbiterio una cripta llena de restos óseos que han sido depositados en cajas estancas en la misma cripta ya restaurada.

No debemos olvidar que solo va a quedar pendiente para una fase posterior la restauración del órgano, que es tan singular que se sitúa sobre un voladizo e incluso da nombre a la calle adyacente.

María



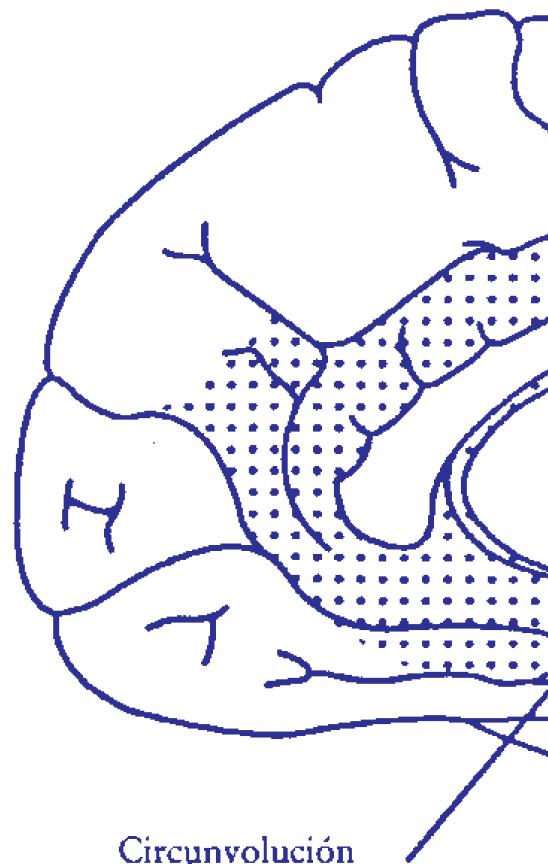
An advertisement for a pet store named "yellowstone" located at "CENTRO GRAN VIA". The store's facade is white with a yellow sign above the entrance. The sign features the "yellowstone" logo and the text "CENTRO GRAN VIA". Below the sign, there are four sections labeled "CENTRO VETERINARIO", "TIENDA ESPECIALIZADA", "PELUQUERIA CANINA Y FELINA", and "ANIMALES". The store's entrance is large and glass-fronted, showing shelves stocked with various pet supplies, including toys, food, and accessories. At the bottom of the advertisement, the address "YELLOWSTONE GRAN VIA. C/ PRINCESA, 11 - 13. ZARAGOZA. 976 211 614" is displayed in white text on a black background.

EL AMOR ES UNA NECESIDAD

Afecto, según la Wikipedia, es la expresión del amor a otro ser. Las ciencias que estudian la felicidad de los seres humanos han observado que los bebés de los mamíferos, el escalón superior de los seres vivos, necesitan la atención constante de sus padres para sobrevivir. Los bebés humanos son más inmaduros y necesitan esa atención por más tiempo.

Al evolucionar el cerebro de los adultos ha desarrollado un instinto que le hace responder a las necesidades de sus crías, dándoles lo necesario para la supervivencia de la especie. La base de la comunicación oral se asienta en los primeros sonidos que emiten estos bebés para relacionarse con el mundo exterior, principalmente con sus padres, chillidos, llantos, maullidos, quejidos... mostrando su desamparo. Nuestro cerebro emocional está constituido para emitir y recibir a través del canal del afecto. Este contacto emocional es una auténtica necesidad biológica para los mamíferos.

Por el año 1980 en una Unidad de Neonatología de Francia se prohibió al personal tocar a los niños prematuros, pero ocurría que estos no desarrollaban debidamente hasta que no eran entregados a sus padres. En la misma Unidad estadounidense se observó que los niños crecían con normalidad, para asombro de los médicos descubrieron que durante el turno de noche una enfermera, desoyendo esa prohibición, acariciaba dulcemente la espalda de los bebés para calmar su llanto.



Circunvolución parahipocámpica

Una fotografía del interior de una tienda llamada 'Dietas Sport Herboristería'. El espacio está repleto de estanterías con productos deportivos y naturales. En primer plano, cuatro mujeres, tres de ellas con delantales púrpura, están atendiendo a un cliente. El logo de la tienda, una flor de lotus, está en la parte superior izquierda.

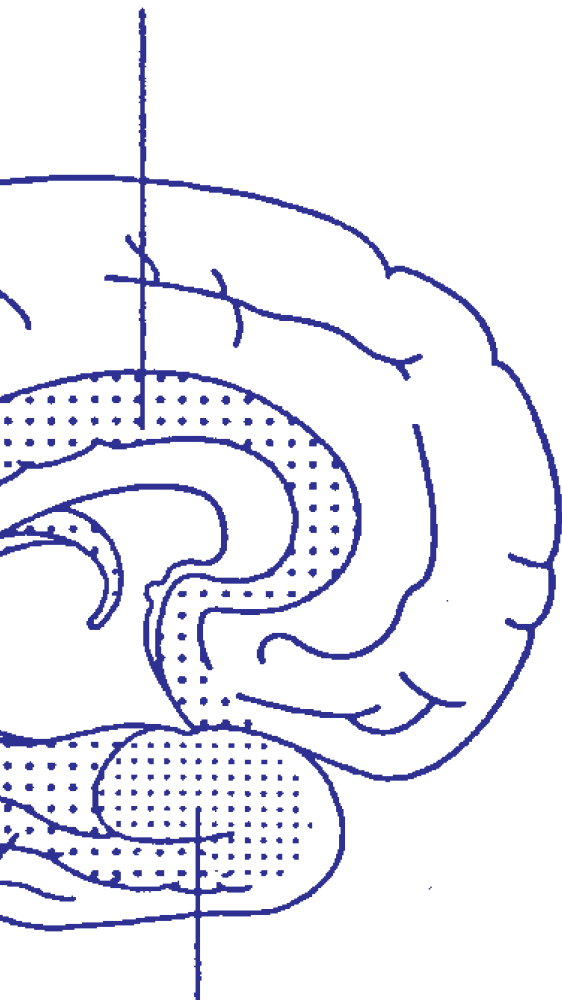
Dietas Sport
Herboristería

Cuidamos de ti

Avda. de Madrid, 120 • Tel. 976 963 692 • 50010 Zaragoza / Pº Teruel, 7-9 • Tel. 976 237 772 • 50004 Zaragoza

NECESIDAD FISIOLÓGICA

Corteza cingular



Amígdala

En los orfanatos a principios del siglo XX, donde los niños no recibían un mínimo de cariño, estos sucumbían frecuentemente a las enfermedades y los que no morían llegaban a la edad adulta con el cerebro emocional atrofiado. La presencia de la madre afecta hasta a quince funciones fisiológicas distintas e incluso mejora la actividad del sistema inmunitario.

No solo entre los niños, se ha demostrado que aquellos adultos que viven en un ambiente en que predomina el afecto, pareja, hijos, seres cercanos e incluso mascotas (el poder sanador de los animales de compañía está ampliamente demostrado), sufren con frecuencia muchas menos enfermedades y tienen una mayor esperanza de supervivencia.

Los doctores Lewis, Amini y Laumon, tres psiquiatras de reconocido prestigio de la Universidad de San Francisco, en su libro "A GENERAL THEORY OF LOVE" concluyen: La relación afectiva es un concepto tan real y determinante para lograr la curación de los pacientes, como cualquier medicina e intervención quirúrgica. Pero esto no hace vender medicamentos.

En conclusión: hemos desarrollado nuestra capacidad de transmitir afecto, dejando que emociones y sentimientos tales como la compasión, la gratitud, el cariño y en definitiva el amor emanen de nuestras acciones y nuestra conducta.

Isabel



Odontología General y Preventiva



Cirugía Bucal
Implantes



Periodoncia

dp
CLÍNICA DENTAL
Doctor Portolés
Paseo Teruel 26-28, 1º A
Tel. 976 21 56 26
www.clinicadentalportoles.es

Estética Facial y Dental



Blanqueamiento



Endodoncia



Prótesis

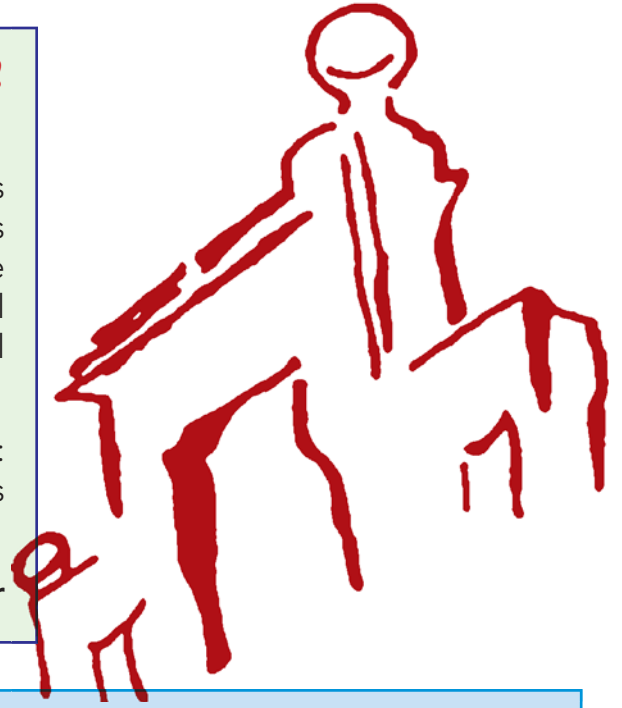
CARTAS A LA ASOCIACIÓN

!!!APOYA AL PEQUEÑO COMERCIO!!!
!!!APOYA A LA TIENDA PEQUEÑA!!!

Desde estas líneas os animo a comprar en las tiendas de nuestro barrio, con ello aportamos vida a nuestras calles, trabajo para personas cercanas a nosotros que con este tiempo de pandemia lo han pasado muy mal y un trato personal que en un gran centro comercial no tendríamos.

Seguro que tienen lo que buscas y como reflexión: ¿Habéis pensado como serían nuestras calles sin esas tiendas pequeñas que las iluminan?

María Pilar



Ya sé que es algo que se ha pedido muchas veces pero me gustaría volver a intentarlo, a ver si el nuevo ayuntamiento nos hace algo más de caso. En este barrio hacen mucha falta más equipamientos. Solo hay un centro donde las personas mayores deben de compartir su espacio con todos los demás vecinos y la gente joven no tiene ningún lugar donde acudir en sus ratos de esparcimiento.

Lo único que quieren es sacar dinero de los terrenos que pertenecen al Consistorio, que piensen un poco más en los vecinos y donen alguno para su uso.

Jorge

Mi madre vive en el Paseo de Teruel, han habilitado un trozo de carril para el bus, que si aun tuviese continuidad se podría entender, pero siendo solo unos cuantos metros.

La entrada y salida de los garajes se ha complicado bastante y en ocasiones el bus tiene que ocupar el único carril que existe de circulación precisamente por esta circunstancia. Me parece una medida absurda y que no conlleva ninguna solución.

Dora

ASOCIACIÓN DE VECINOS PUERTA DEL CARMEN

FOTO



HERNÁN CORTÉS, 33 (EDIFICIO MUNICIPAL)

50005 ZARAGOZA

976 726 111 - 654 520 347 - 654 520 348

DÍA DE ATENCIÓN PERSONAL:

MARTES DE 18 A 20

info@puertadelcarmen.com

www.puertadelcarmen.com

SOCIO Nº:

FECHA ALTA:

Apellido 1º	
Apellido 2º	
Nombre	
Profesión	
DNI	Letra/
Dirección	
C. Postal	
Población	
Ciudad	
Teléfono Fijo	
Teléfono móvil	
Fecha nacimiento	
Correo Electrónico @	
Nombre y Apellidos de la pareja	

HOJA DE INSCRIPCIÓN

YO, D. _____

CON DNI : _____ LETRA: ___ Y DOMICILIO : _____

CODIGO POSTAL: _____ POBLACIÓN: _____

DESEO DOMICILIAR EL PAGO DE MI CUOTA ANUAL COMO MIEMBRO DE LA ASOCIACIÓN DE VECINOS PUERTA DEL CARMEN Y POR ELLO AUTORIZO A DICHA ASOCIACIÓN A PRESENTAR EL CORRESPONDIENTE RECIBO POR UN IMPORTE DE 12€ A LA ENTIDAD BANCARIA QUE SE SEÑALA A CONTINUACIÓN:

LIBRETA / CUENTA CORRIENTE (LOS 24 DÍGITOS)

IBAN		ENTIDAD				OFICINA				DC	NÚMERO DE CUENTA													
E	S																							

Y doy conformidad del uso de mis datos personales para los fines propios de la Asociación.

EN ZARAGOZA, A: ___ DE _____ DEL 20__

FIRMADO:

SALA DE CELEBRACIONES

VALDESPARTY

¡En Valdesparty no pagas por persona,
sino por el alquiler de la sala!

Cumpleaños
Fiestas infantiles

Bautizos
Comuniones

Reuniones
familiares...

- Parque de bolas gigante (capacidad para 30 niños)
- Futbolín
- Máquina recreativa Arcade
- Mesas y sillas para niños y adultos
- Zona de relax con sofás

- Office con nevera y microondas
- Diana electrónica
- Canasta con contadores
- Aseos para caballeros y señoras
- Smart TV 55 pulgadas



Nosotros ponemos la sala
¡TÚ PONES LA FIESTA!

Tel. 682 317 887

www.valdesparty.es

 valdesparty