



MONTEALTO ALUMNI

Queridas Montearto Alumni

Querida Alumni;

En las difíciles circunstancias que vivimos, queríamos expresar a través de este Boletín Montearto Alumni y del vídeo de agradecimiento a nuestros profesionales sanitarios, que las antiguas alumnas de Montearto somos mucho más que un grupo de personas con una circunstancia biográfica común (nuestros años en el colegio): somos una familia.

Porque son tiempos de incertidumbre. Porque muchos lo están pasando mal. Porque necesitamos sentirnos acompañados. Porque hay que echar una mano. Porque estamos más unidos que nunca. Porque es momento de demostrar que llevamos en nuestras vidas lo que recibimos en nuestra infancia.

Losa años vividos en el colegio quedan para siempre y el amor con que se hacen las cosas, también. Y lo habéis demostrado en esto momentos tan duros. GRACIAS por todas vuestras aportaciones, iniciativas y entrega personal ante esta pandemia.

Un fuerte abrazo para cada una de vosotras.

Begoña Mateo

Presidenta Montearto Alumni

yo
me quedo
en mi
casa



MONTEALTO
ALUMNI



BOLETÍN MAYO – En tiempos de Coronavirus - Siempre a vuestro lado

En esta ocasión este boletín está centrado en esta época que nos ha tocado vivir.

Una vez más, el ser humano se crece ante las adversidades y lo hace a lo grande y muestra de ello han sido nuestras alumni, que con sus generosidad e ingenio han sacado adelante proyectos e ideas para combatir esta pandemia.

- Desde un curso online para cuidar el amor confinados.
- Pasando por post interesantísimos y precioso de dos alumni y su visión de la vida, una vez pasada la enfermedad.
- Así también propuestas para hacer el confinamiento más llevaderos, con ideas de cocina, películas, historias....
- Así como la solidaridad de muchas.
- Hasta empresas alumni que te hacen la vida más fácil.

Unidas más que nunca desde la oración, os mandamos un fuerte abrazo.

Equipo Montevalto Alumni



MONTEALTO ALUMNI



2^a Sesión:

Trabajamos los dos dentro y fuera de casa



Primer curso online con Nacho Tornel ¿Querernos ahora?

¿Es una oportunidad para la relación en pareja este confinamiento?

Tras el éxito de la primera sesión, os recordamos las dos sesiones que quedan y que te van a encantar.

Ponente: [Nacho Tornel](#) (mediador familiar y experto en relaciones de pareja): quedan 2 sesiones

- Fechas: 14 y 21 de mayo
- A través de zoom y en nuestro canal de youtube
- A las 21.00 h.

[ENLACE DEL ZOOM](#)

→ **CONTRASEÑA: MONTEALTO**

[ENLACE YOUTUBE](#)



MONTEALTO ALUMNI



POST BLOG – TERESA ROBLES [@PONUNDOWNENTUVIDA](#)

Después de todo lo que han pasado: ¡llegó el coronavirus!

El terror se apoderó de mí. En pocos minutos pensé en que no me había despedido, que no les había dicho a cada uno que les quería y lo mucho que me importaban. Y que me parecían un regalo en mi vida. No les había mirado a los ojos para llegar a su alma....

Aquí tenemos el espectacular testimonio de Teresa Robles (Promoción 16) que nos cuenta en primera persona lo que ha supuesto esta enfermedad en su casa.

Primero ella y luego su hijo Jose María, protagonista de la cuenta [@ponundowntuvida](#) y cuya historia de lucha y superación son una pasada

No te pierdas sus palabras y su vivencia.

[LEER POST](#)



MONTEALTO ALUMNI



POST BLOG – CARMEN DE LA TORRE

Cómo vivir la enfermedad en tiempos de coronavirus

Y aquí tenemos el preciosísimo testimonio de Carmen de la Torre, donde generosidad, preocupación, confianza, miedo y familia han hecho que todo haya valido la pena.

Tanto Carmen como su marido pasaron por la enfermedad, con ingresos de por medio e hijas generosas dándolo todo por sus padres.

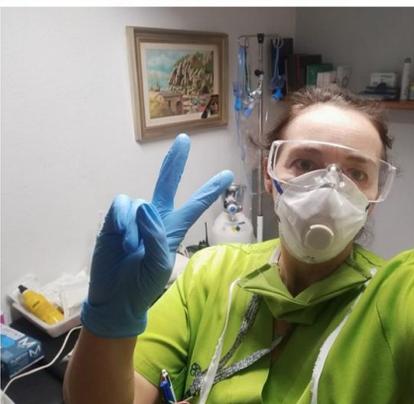
A él le diría ¡¡Que grande eres chiquitin!!!, después de 42 años de matrimonio, ni coronavirus, ni historias, seguir juntos contra viento y marea, ha sido nuestro mayor logro

Si queréis saber más... os dejo el link del post. ¡Gracia Carmen! Alumni valiente donde las haya.

[LEER POST](#)



MONTEALTO ALUMNI



VIDEO HERÓES ALUMNI

Los héroes del Siglo XXI llevan mascarilla y muchas son Montevalto alumni

Si no has podido ver el video de agradecimiento a nuestras alumni, te lo recordamos aquí.

Desde la Asociación de Antiguas Alumnas de Montevalto, queremos dar las gracias a todo el equipo de personas que están en primera fila de la batalla, dándonos esperanza, aliento y salud.

[VER VÍDEO](#)



MONTEALTO ALUMNI

Parent's Academy



In partnership with  **empantallados**.com



14.V.20

19:00 H.

“Ideas para el entretenimiento de tus hijos (con y sin pantallas)”

JOSÉ MARTÍN AGUADO

VUELVE EMPANTALLADOS CON LOS PARENT'S ACADEMY

¡Este jueves 14 vuelve Parent's Academy de Zona from Facebook! ¡Y ahora podrás participar estés donde estés! Sigue la sesión en directo, el jueves a las 19:00 en el Instagram de empantallados. Apúntate la cita en tu agenda.

[SIGUE A EMPANTALLADOS](#)



MONTEALTO ALUMNI

PATRICIA NÚÑEZ DE AYSA

Jóvenes contra el COVID – La juventud sigue moviendo montañas



Jóvenes contra el covid es una plataforma online, detrás hay #montealtoalumni entre otros, que mediante correo electrónico jovenescontraelcovid@gmail.com y las redes sociales @jovenescontraelcovid, están gestionando la donación de material de protección a médicos y sanitarios en hospitales españoles para apoyar la lucha contra el coronavirus Covid-19.

No dudes en seguirlos y ayudar en lo que se pueda.

[AYUDA](#)



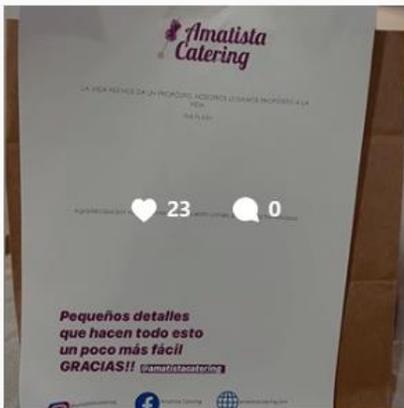
MONTEALTO ALUMNI

ALEJANDRA TRAVESÍ

AMATISTA CATERING - entrega de comida casera elaborada en el día



Cuerpo del mensaje:
Saludos!
Soy teaca en la Urgencia del 12oc.
Quería agradeceros personalmente
vuestras bolsas repletas con algo más que
comida rica..los mensajes que ponéis, ese
cariño.. Muchas gracias.
Afortunadamente ha mejorado algo la
situación, a los pacientes ya no les falta su
tentempié ni su dieta,los médicos pueden
ir a comedor y los demás a nuestra casa u
hotel
No se nos olvidará vuestro apoyo
Muchas gracias



Entrega de comida casera a todos aquellos que lo están dando todo por todos.

PEDIDO E INFORMACIÓN EN amatistacatering@amatistacatering.com

O en el 653 42 81 02

[¿CÓMO PUEDO AYUDAR? AQUÍ](#)



MONTEALTO ALUMNI

LAURA Y LOLES PUIG

Mascarillas caseras hechas con todo el cariño.



Gracias a todas y a cada una de nuestras alumni solidarias, que sabemos sois muchas por vuestra labor para batallar esta pandemia.

Aquí Loles y Laura Puig haciendo mascarillas y complementos sanitarios para quienes más lo necesitan. #orgulloAlumni

¡GRACIAS!



MONTEALTO ALUMNI

MARTA DURÁN

**Restaurante Tonteria Montecarmelo: Comida a domicilio.
Llevamos lo que necesites a tú casa**

-SERVICIO A DOMICILIO-
Pedido Mínimo 30€
PVP con IVA.

HORARIO DE REPARTO:
Miércoles a Domingo
12:00-16:00
20:00-00:00

91 750 91 51
608 05 83 80

Envío GRATIS a Mirasierra
y Montecarmelo (resto 3€)

Almejas en salsa verde

Zamburiñas al grill

Tonterías de pollo

Tartar pez mantequilla

Tomate rosado

Sepia al grill con alioli

Tontería restaurante
www.restaurantetonteria.com

El conocida Restaurante Tonteria de Montecarmelo ofrece servicio de comida a domicilio a buen precio y riquísimo.

Comer rico y bien también se puede durante la cuarentena.

[VER POSIBLES MENÚS](#)



MONTEALTO
ALUMNI

CARMEN MESQUIDA OLIVER

FUNDACIÓN SENARA: Apadrina a una familia

FUNDACIÓN
Senara

CRISIS COVID19

APADRIN@ A UNA FAMILIA

En Fundación Senara más de 200 familias te necesitan.

Únete a nuestra iniciativa y llena su carrito de la compra.

Más información:
paularoux@fundacionsenara.org

648 800 386

www.fundacionsenara.org

Me llamo Paula Roux Mesquida, soy responsable de formación de la Fundación Senara. También soy hija y sobrina de antiguas alumna. Os quería pedir si podéis hacer difusión de está iniciativa, entre las antiguas alumnas del colegio. Para cualquier duda me podéis llamar al 648800386 (El teléfono del cartel)



MONTEALTO ALUMNI

COVADONGA DE LA RICA

Yo cocino para ti, rico y variado



Me llamo Covadonga de la Rica y desde el año 88, tras finalizar los estudios en Le Cordon Bleu en París, me dedico en cuerpo y en alma a la Cocina.

La Comida que te ofrezco es sana y saludable -lo que conocemos por cocina casera o tradicional-, con ingredientes de calidad y con productos locales. Encontrarás verduras y legumbres; carnes y pescados...

Mi teléfono es el **625484332**, donde te resolveré cualquier duda que tengas, y también lo utilizaré para atender tus pedidos escritos a través de WhatsApp

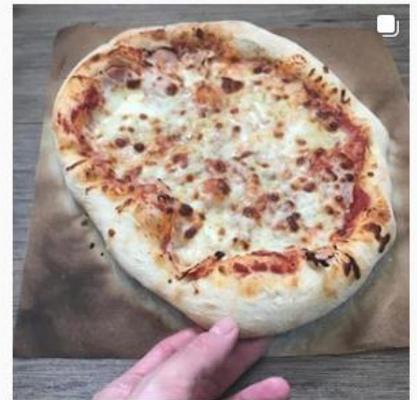
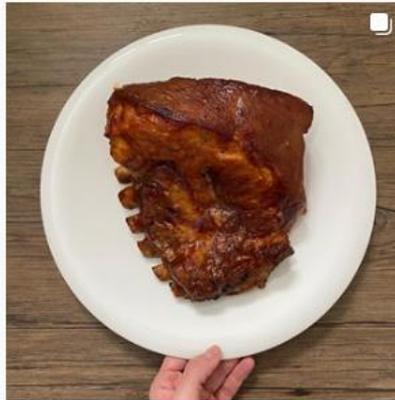
[VER MENÚS](#)



MONTEALTO ALUMNI

PALOMA COLÁS

sos_nada en la nevera: Mi primer libro de recetas en formato E-Book



¡Ya está aquí!

Descubre una selección de más de 100 recetas que he publicado en los últimos dos años en mi cuenta de Instagram [@sos_nadaenlanevera](https://www.instagram.com/sos_nadaenlanevera).

Espero que lo disfrutes, lo compartas y te sirva para cocinar rico y fácil con: recetas que sí salen.

Esta es una época propicia para aprender fácil y riquísimo.

[EBOOK CON 100 RECETAS](#)

[TODA LA INFO](#)



MONTEALTO ALUMNI

ALMUDENA YANES

VOLUNTARIADO ALUMNI, acompañar a mayores a través de llamadas



Como muchos sabéis, esta situación del Covid_19 ha dejado a muchos mayores aislados y sin las necesidades primarias, por miedo, incapacidad o desconocimiento, por eso desde Desarrollo y asistencia han habilitado una red de llamadas a personas necesitadas, que a veces solo quieren hablar, otras tienen alguna necesidad o puedes aportarles algo.

Almudena Yanes, coordinador del Voluntarias alumni, os pondrá en contacto con este voluntariado. Ayudar es fácil cuando sabes cómo

ALMUDENA YANES: 629 17 56 50



MONTEALTO ALUMNI

ALMUDENA YANES

VOLUNTARIADO ALUMNI, repartir comida a los que más lo necesitan



Voluntariado de la Parroquia Edith Stain: desde la parroquia, atendemos a 63 familias dándoles la comida básica. En las últimas semanas y debido a las grandes dificultades que están viviendo muchas familias, se nos han duplicado las peticiones y tenemos falta de alimentos.

Os agradeceríamos de corazón si pudieras ayudarnos haciéndonos llegar a la parroquia de **11.00 a 12.30 y de 19.30 a 21.00** estos 4 productos básicos que son tan necesarios: Legumbres, leche, galletas y azúcar.

Si preferís cooperar económicamente, nosotros nos encargaremos de la compra, podéis realizar vuestra donación a la cuenta: **ES41 2038 1965 8060 0036 9819**. Os agradecemos de antemano vuestra ayuda y que ¡Dios os lo pague!.

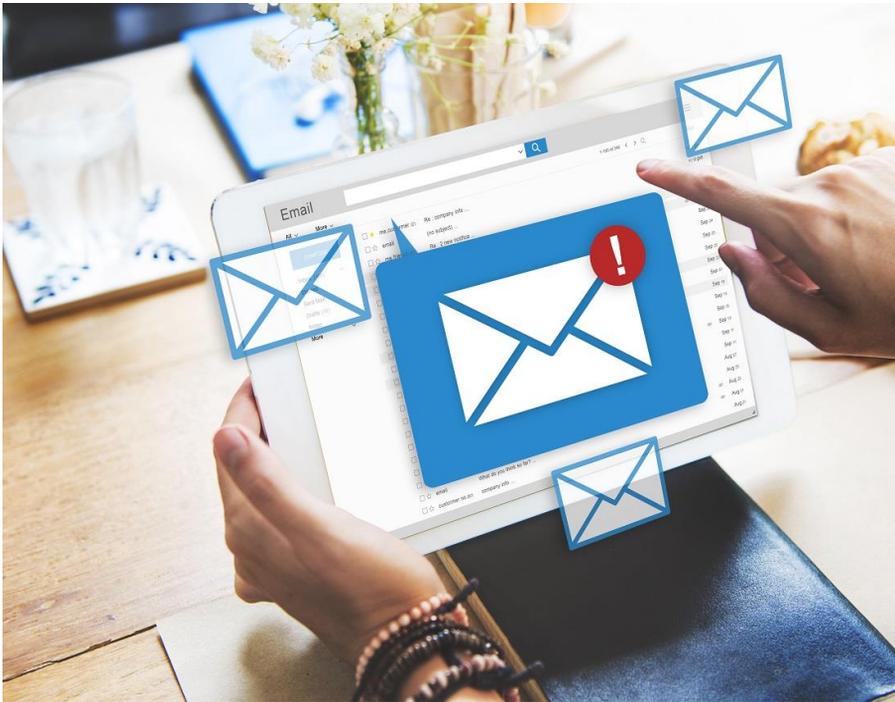
ALMUDENA YANES: 629 17 56 50



MONTEALTO ALUMNI

LOURDES MARIJUAN

MEDICO DE FAMILIA – asistencia de dudas en tiempos de confinamiento



Hola, soy Lourdes Marijuan , médico de familia residente en Bilbao.

Dentro de las actividades que podría realizar sería asesorar dudas médicas vía email. Contestación de forma rápida.

EMAIL LOURDES: arco_27@yahoo.es



MONTEALTO ALUMNI

MARTA SABATER

Cuidadores PREMIUM a domicilio

Cuidadores **PREMIUM** a Domicilio

**COCOON
GOLD**

Ayudamos a nuestros **mayores y dependientes** a vivir de forma segura y cómoda en su propio hogar brindando atención de confianza, transparente y de alta calidad.

¡Mi madre no me aguanta pero no puede estar sola!



Mi padre está hospitalizado y no sé qué hacer cuando vuelva a casa



Tengo un pinzamiento lumbar y ya no puedo cuidar igual de mis padres



Me preocupan mis padres y no puedo ir a ayudarles todos los días



Cada situación es diferente, pero todos se quedan bloqueados al no saber cómo abordar el problema.

Tenemos la **SOLUCIÓN**
para tu caso

 **919 912 130**
www.cocoongold.com

91 99 12 130

www.cocoongold.com



MONTEALTO ALUMNI

NATALIA GARCÍA - BRAZALES

OPORTUNIDAD DE ALQUILER EN MIRASIERRA



Nos habéis escrito muchas si sabíamos de alguna oportunidad de alquiler, pues en estos tiempos las cosa se había parado .

¡Oportunidad de alquiler en Mirasierra!

¿Estás buscando un nuevo hogar en una de las mejores zonas de Madrid, donde disfrutar de amplias zonas verdes, cerca de todos los servicios y a poca distancia del Colegio Montearlo? Alquilo piso en Mirasierra, en la C/ Cerro del Castañar. Se trata de un inmueble de 100m², en 3ª planta, muy luminoso, totalmente reformado recientemente con todas las comodidades:

- 3 habitaciones.
- 2 baños completos.
- Cocina amueblada (incluye zona de despensa).
- Salón con terraza incorporada.
- Zona videovigilada.
- Aire acondicionado (bomba frío/calor).
- Calefacción central.
- Una plaza de garaje en superficie.
- Piscinas comunitarias y varios parques infantiles.

Si es de tu interés, quieres conocer más detalles y recibir más información (fotos, concertar visitas, precio...) estaré encantada de atenderte en el siguiente número de teléfono:

608 80 32 11



MONTEALTO ALUMNI

YELENA MATEO

ENTREGA DE COMIDA A IFEMA por parte de NyB catering



A las pequeñas empresas les ha tocado reinventarse y sobre todo ayudar a quien más lo necesita, por eso muchas de nuestras alumni, entre ellas **Yelena Mateo** con su catering NYBCatering, haciendo un reparto a uno de los hospitales de campaña más profesionales del mundo en IFEMA.

GRACIAS NYBCATERING



MONTEALTO ALUMNI

YELENA MATEO

ENTREGA DE COMIDA A DOMICILIO – Cocina para ti



NYB CATERING, cocina para tí y te lo lleva a casa ultracongelado en formato individual o familiar (8-10 pax)

Nuestros platos se elaboran en un ambiente ozonizado y siguiendo los más altos estándares de limpieza y seguridad alimentaria. Lo sometemos a un proceso de ultracongelación (con nitrógeno líquido) ampliando así la vida del producto sin perder nada de calidad. La caducidad es de 1 año desde la fecha de fabricación en congelado y una vez descongelado, 10 días a temperatura 2-4 grados siempre que se mantenga cerrado el envase.

Una vez en tu domicilio, puedes colocar las bandejas que vayas a consumir durante la semana en tu nevera, y el resto guardarlo en el congelador.

Para consumir tus platos, tan solo tendrás que descongelarlos, Y sin abrir ni perforar el envase, caliéntalo 2 minutos en el microondas a máxima potencia. Las croquetas freir directamente congeladas y.... listo para comer!!.

[MIRAR MENÚS](#)

[PIDELO AQUÍ](#)



MONTEALTO ALUMNI

NURIA MATEO

REPARTO DE COMIDA A LOS NECESITADOS - Una casa para los pobres



Ya que no podemos ejercer nuestra actividad de catering y organización de eventos, estamos repartiendo comidas de forma gratuita colaborando con la asociación: "Una Casa para los Pobres", un hogar para gente sin techo en Madrid. Y atienden y acompañan a su vez a muchas familias en situaciones de necesidad. A raíz de esta crisis, la situación de los pobres que viven en su casa así como la de las familias, ha pasado a ser de extrema necesidad con muchísimas familias enfermas, en el paro y sin acceso a alimentos básicos.

De ahí surgió el proyecto de apoyo a estas familias llevándoles una compra a sus casas cada 15 días durante los meses de abril y mayo. Aquí os pongo el reto que levantamos en ihelp el sábado pasado para recaudar fondos para el proyecto. <https://ihelp.org.es/es/project/ayudar-casa-de-los-pobres-en-el-covid-19>

GRACIAS NUMAT EVENTOS



MONTEALTO ALUMNI

GEMA DE LA TORRE

NUEVA CANAL ALUMNI DE IG PARA APRENDER A COCINAR

[@cocinacongemama](https://www.instagram.com/cocinacongemama)



La cuarentena ha dado la posibilidad de ejercitar las habilidades de nuestras alumni y sacarlas a relucir, como por ejemplo Gema de la Torre:

“Soy GEMAMA, tengo 10 hijos y más de 25 nietos. Un marido maravilloso al que llaman PAPACO. El resto de la historia, os la iré contando...”

[VISITA SU PERFIL Y A DISFRUTAR](#)



MONTEALTO ALUMNI

CRISTINA MARTINEZ ALLUÉ

Entrevista a nuestra alumni y su familia sobre como llevar las medidas que se avecinan

ABC EDUCACIÓN

Buscar

Inicio sesión | Registro

«No nos preocupan las medidas ante el Covid-19: en el confinamiento los niños han demostrado ser muy responsables»

- Esta familia recurrirá a los campamentos si se celebran porque para ellos conciliar en los periodos de vacaciones para esta familia es casi «misión imposible»



Como para la gran mayoría de las familias españolas, las vacaciones escolares son un verdadero reto para los padres de Santiago de 12 años, Rocío de 10 años y Macarena de 7 años: niños que no pueden quedarse solos y abuelos que ya no dan a basto porque su edad y su situación frente al coronavirus no les permiten quedarse con tres nietos....

[VER ENTREVISTA](#)



MONTEALTO ALUMNI

CAMINO DE SANTIAGO



MONTEALTO ALUMNI



SE POSTPONE A FINALES DE JUNIO – Pendiente confirmar fecha, según avance la desescalada.

No sabemos qué pasara y si se podrá, pero en principio puede ser posible siguiendo las medidas de protección e higiene que de un tiempo a esta parte se tendrán que adquirir.

Por lo que, si se pudiera, iremos. Será un camino de Santiago diferente, pero desde luego, será inolvidable y con unas vistas espectaculares.

Aprovecharemos para pedirle al santo por el fin de esta crisis y que la enfermedad desaparezca de todo el mundo.

[APÚNTATE AQUÍ](#)



MONTEALTO ALUMNI



MONTEALTO EN CASA: mención especial a nuestro cole, por adaptarse en época de Coronavirus.

Muchas gracias Montevalto por trabajar sin descanso hasta conseguir contactar con todos los alumnos y ofrecer las mejores clases online.

Ha sido un reto, pero lo habéis hecho de lujo y todas las alumni, madres de colegios de fomentos y profes alumni os lo queremos agradecer.

Ser profesor es un tesoro y esta época, lo ha sacado a relucir.

GRACIAS MONTEALTO, GRACIAS PROFESORAS



MONTEALTO ALUMNI



EL PRADO EN CASA: mención especial al colegio El Prado, por adaptarse en época de Coronavirus. Chicken wings - D. Pedro's kitchen at home!

¿Ya no sabes qué puedes cocinar? ¿Has agotado todo el libro de recetas de tu abuela y de tu suegra? Tranquilos... porque ha llegado D. Pedro's kitchen at home! Dale un nuevo aire a tu cocina. No te pierdas todas las recetas que se suben semanalmente a la página web de <https://soyelpradoencasa.es> y que pueden salvar tu día.

Dale un toque internacional a tus recetas narradas en un perfecto inglés británico.

Hoy podemos chuparnos los dedos con las alitas de pollo... pero también puedes encontrar brownie, pancakes, smoothie, pizza, pan, pancakes, ...

[VER A PEDRO](#)

[SOY EL PRADO EN CASA](#)



MONTEALTO ALUMNI



Jerónimo José Martín

Crítico de cine de Cope y 13 tv

EL PRADO EN CASA: mención especial al colegio del Prado, por adaptarse en época de Coronavirus.

¿Cansado de dar vueltas por Netflix, Disney+, Prime, HBO, Movistar+... y no saber qué ver?

No te preocupes porque Jerónimo José Martín, crítico de cine, nos ha hecho una selección de lo mejor de esta semana. Si quieres ver qué ha recomendado las anteriores semanas entra en <https://soyelpradoencasa.es> y échale un vistazo a los anteriores vídeos.

Sigue a El prado en casa para poder enterarte de cosas muy interesantes, qué ver con tus hijos y todo el potencial

[VER A JERÓNIMO](#)

[SOY EL PRADO EN CASA](#)



MONTEALTO ALUMNI



MONTEALTO ESTRENA NUEVA WEB

Montealto estrena nueva web. Queremos contarte de una manera muy visual el proyecto educativo de [@colegiomontealto](https://www.colegiomontealto.com).

Podrás conocer nuestros proyectos de innovación y de bilingüismo en todas las etapas.

[NUEVA WEB MONTEALTO](https://www.colegiomontealto.com)

CARMEN ARIAS

Clínica Dental Arias: abierto a tus necesidades dentales con cita previa

**CLÍNICA DENTAL DR. ARIAS**Centro de Especialidades Odontológicas

Normativa Clínica Dental Dr. Arias

Protocolo actuación ANTIcovid19

1. Debe llamar previamente a la clínica para concertar su cita.



No venga sin cita

**Cita Previa
915708495**



MONTEALTO ALUMNI



MONTEALTO ALUMNI

DÍA DE LA ANTIGUA ALUMNA



Recordaros que si queréis publicar anuncios, novedades o empresas, solo tenéis que poneros en contacto con nosotras y os contaremos qué hacer.

Y si por favor, tenéis alguna historia que merezca la pena contar, por que estáis fuera de España o de superación o con moraleja, no dudéis en pasárnoslo para poder compartirlo con toda esta gran familia alumni que está desenado saber de ti y conocer lo bueno y lo mejor de quien ha sido y siempre será Montealto.

¡Muchísimas gracias a todas por todo!

Alumna hoy, alumni siempre.

**¡JUNTAS PODEMOS
CON TODO!**



**SOMOS
#MONTEALTOALUMNI**