

LA Opinión

ABRIL - 95

Ej. gratuito

Nº- 28

Tf: 474 24 60

PEÑUELAS
ARGANZUELA



Campaña: "Compra en el barrio"

**(Plano
comercial
en las pag.
centrales)**



CERVECERÍAS EL GRAN VUELO
EL REY de las PULGAS
LA JOYA de los BAGUETTE

LA BOUTIQUE DEL APERITIVO

Viernes y Sábados
abierto hasta las 2.30

Se preparan toda clase de aperitivos
para fiestas en general

Reservas tf: 517 62 32. Moratines, 10. Miguel Servet, 4

Ayuntamiento de Madrid



La Opinión**DIRECTORA:**

Geni González Alonso

**REDACTORA JEFE:**

Fini S. Pizarro

REDACCIÓN:

Choni Soto
Puri Gª Calderón
Berna Chaves Prado
Carmen Cabal

MAQUETACIÓN:

Carlos Cabezas
Paloma Pérez

COLABORADORES:

Mª Carmen Martínez
Mari Isabel García
Conchi Esteban
Julia Gracia
Evodio Santos
Isabel Andino
Laura Rodríguez
Montse Plaza Díaz

FOTOGRAFÍA:

Carlos Reboul (Tf. 500.09.97)
Daniel Durán (FOTO-SUR)

CORRECTORES:

Paloma Fragua
Carlos A. González

DIBUJO:

José Manuel Fernández
Juan Miguel Gómez
Fco. José Santos Rico

PUBLICIDAD:

Fernando Puerta

FILMACIÓN:

AUTOPUBLISH • CUATRICOMÍA

ESCANER PORTADA:

REPROFOTO

IMPRESIÓN:

IGRÁFICAS

Depósito Legal: M 36062 -1992

Esta revista no se identifica
necesariamente con las opiniones que
libremente expresan los vecinos.

Esta revista se hace sin fines lucrativos.

Agradecemos públicamente la
colaboración prestada por los vecinos y
comerciantes del barrio que hacen
posible esta publicación y su tirada de
25.000 ejemplares (Control de tirada por
la Asociación de Comerciantes).

Editada por el Centro Vecinal
Humanista de Peñuelas-Arganzuela
c/ Labrador, 18. Tf: 474 24 60

Editorial: En el año internacional de la tolerancia, renace la inquisición.

He de confesaros queridos vecinos, que hace pocos días, viendo un programa de esos de "información objetiva" en TVE-1, me quedé absolutamente perplejo y estupefacto ante la pantalla. Se nos acusaba a los humanistas de ser "un grupo peligroso", con todos los aderezos propios del retorcimiento mental tan a la moda últimamente. No podía dar crédito a lo que estaba viendo y oyendo. Por unos instantes tuve la sensación de estar en un mundo al revés.

Pude sentir como esa mezcla de estupor, enojo e indignación me recorría todo mi cuerpo, para después convertirse esa sensación en el mayor sentimiento de impotencia que he tenido.

Nunca había imaginado que la manipulación informativa pudiera llegar a esos niveles. Cuando en un medio de comunicación se muestran y se dicen falsedades, injurias y medias verdades fuera de contexto, junto a juicios de valor totalmente descalificadores, la llamada "información objetiva", no es otra cosa que la difamación disfrazada de carnaza, con el único objetivo de elevar los índices de audiencia. Por tanto, la actitud de quienes inducen, realizan y colaboran en ese tipo de desinformación es baja y despreciable.

Cuanta mala fe hay en la injuria, y que ruin es el calumniar impunemente a cuantos vecinos estamos trabajando en romper ese individualismo esquizofrénico puesto de moda por quienes les interesa que estemos aislados, que nos ocupemos solo de nuestras cosas personales, porque así somos más fáciles de domesticar, haciéndonos creer que participar junto con otros vecinos por mejorar el barrio, que fomentar la solidaridad, son cosas raras y peligrosas.

Los humanistas somos peligrosos porque estamos empeñados en cohesionar y unir a los veci-

nos, por insistir en crear vías de participación y medios de comunicación que están en sus manos y donde libremente exponen lo que piensan y sienten. Somos peligrosos por poner al ser humano como valor y preocupación central, por afirmar la libertad de ideas y creencias, la igualdad de todos los seres humanos, y por asumir un compromiso de lucha contra la discriminación y la violencia.

Cercar a las personas generando la sospecha por medio de la difamación es propio de actitudes intolerantes, violentas y perversas. Va en contra del mismo principio de libertad el no tolerar otras formas de opinión y organización, imputando falsamente delitos a gente voluntaria.

Por último, quiero testimoniar personalmente que la calumnia, desanima y entorpece la acción de muchas personas que están poniendo lo mejor de sí en una tarea que se hace a base de esfuerzo personal, sin subvenciones, ni comisiones, ni sueldos, ni fondos reservados, y se lleva a cabo por gente genuinamente voluntaria. Dudo mucho que las motivaciones de los inquisidores actuales sean tan desinteresadas.

El franquismo se fue, pero la inquisición no ha muerto sino que se ha modernizado. Hoy se quema a la gente en los medios de comunicación, vía satélite. Son exactamente las mismas actitudes de siglos atrás sólo que con los sistemas del momento. En el Centro Vecinal Humanista, c/ Labrador 18, está a disposición de todos vosotros unas hojas de adhesión para responder a estas injurias. También se están recogiendo fondos para iniciar las acciones judiciales y de esclarecimiento necesarias para que atropellos como este no se vuelvan a repetir nunca más.

José Luis Gómez-Plácito



CAFETERÍA
Los Robles

C/ LAS NAVES, 15
TF: 473 90 81

ESPECIALIDAD EN PULPO
Y
CHULETAS DE LECHAL

PUB TROPPO



Disfruta con tu pareja y amistades de un tentempié a medianoche, en un ambiente agradable.
Toma una copa y prueba nuestro surtido de aperitivos variados y caseros.

TAPAS Y RACIONES:

- Cerveza de importación con "troppitos"
- Pulpo gallega y vinagreta
- Matanza ibérica
- Sandwiches, hamburguesas...

y los domingos... ¡FÚTBOL!

Durante este mes prueba estos combinados:

TROPPO MIX

- BOQUERONES EN VINAGRE
- PULPO A LA VINAGRETA
- ENSALADA PIMIENTOS (con anchoas y bonito)

¡SOLO POR 975 PTS!

MIXTROP

- SALCHICHÓN IBÉRICO
- CHORIZO IBÉRICO
- QUESO DE OVEJA

¡SOLO POR 750 PTS!

Pº Sta. Mª Cabeza 79, posterior, entrando por Torres Miranda o Aguilón. Tf: 474 43 52



ONDA ARGANZUELA

Cuéntame que te pasó

Marina Godoy



A partir del mes de Marzo vio la luz un nuevo programa: "Cuéntame que te pasó"

¿Cómo surgió este programa?

Viendo la necesidad de hacer un programa cercano al barrio, en el que participe la gente, comentando sus ideas, sus inquietudes, sus necesidades.

¿Quiénes sois los fijos?

Somos cinco personas. Choni, Fini, José M^a, Carmen y Teresa



¿Por qué ese título?

Pensamos que invita claramente a la gente a contar lo que les pasa

¿Qué horario tiene y qué día se emite?

Los miércoles de 7 a 8. Invitamos a todos los vecinos a participar y a presenciarlo

¿Qué temas habéis tocado hasta ahora?

Empezamos el día 7 de Marzo dos personas con la presentación. En el siguiente ya éramos cinco y se tocó el tema de emigrantes. Tuvimos dos vecinas invitadas marroquíes Rachida y Saida, las cuales les agradecemos su participación.

El tercer programa fue de lujo, tuvimos como invitado a uno de nuestros vecinos ilustres: José Merce, que nos dio una lección de humildad y saber estar, respondiendo a todas nuestras preguntas con cariño y sinceridad. Aprovechamos para solicitar a nuestra Junta Municipal que para las próximas fiestas de la Melonera podamos traerlo como broche final.

¿Qué preparáis para los próximos programas?

Hemos invitado a amas de casa que nos cuenten cómo viven, cómo se divierten y sobre todo, como se las apañan con la triple jornada de educadoras de hijos, trabajadoras asalariadas y amas de casa. También queremos traer ante estos micrófonos a estudiantes, asociaciones o cual-

quier colectivo que quiera contarnos algo en esta radio del barrio: ONDA ARGANZUELA en el 87.8 de la FM.

¿Queréis decir algo más?

Pues sí, desde aquí queremos hacer un llamamiento a todo el que necesite algo y quiera hacer participe a todos los vecinos de sus experiencias, a que se pase por el Centro Vecinal, en la C/ Labrador 18, el horario es de 18h. A 21h. o bien llame al 474.24.60.

Los jueves es el día que dedicamos a la preparación del programa, que no tengan reparos en ponerse delante de un micrófono porque cuando se coge el gusanillo es fabuloso. Os esperamos a todos los que tengáis gusto por la radio será un placer para todos.



CONSULTORIO MEDICO

- ANÁLISIS CLÍNICOS: 9 - 10 h.
- PEDIATRÍA Y PUERICULTURA: 11 - 12.30 h.
- MEDICINA GENERAL: 16 - 17 h.
- PRACTICANTE A.T.S.: 17.30 - 19 h.

Sociedades Médicas: ASISA, ADESLAS, CAJA SALUD, SANITAS, etc.
c/ Cáceres 51, entrepl. (Semiesq. P^o Sta. M^a Cabeza) Tf: 473 88 20 / 381 25 41

T TOLDOS EMBAJADORES

FABRICACIÓN
PROPIA E
INSTALACIÓN

MANUALES
ELÉCTRICOS
AUTOMÁTICOS

PRESUPUESTOS GRATIS

c/ Eugenio Selles, 3
Tel: 473 33 69

28045 MADRID
Fax: 473 22 04



CLÍNICA de PODOLOGÍA

- AFECCIONES Y ENFERMEDADES DEL PIE
- RAYOS X
- PLANTILLAS ANATÓMICAS CORRECTORAS
- CIRUGÍA DEL PIE

Tf: 517 32 21

c/ Guillermo de Osma 2, 1^o-B
(Semiesquina a Gta. Beata M^a Ana de Jesús)

PREVIA PETICIÓN
DE HORA

ASÓCIE y gratuitamente: 1^o) Recibirás la revista mensualmente, 2^o) Tendrás prioridad en el asesoramiento jurídico, 3^o) Recibirás información de actividades.

FICHA DE ASOCIADO

CENTRO VECINAL HUMANISTA DE PEÑUELAS-ARGANZUELA

NOMBRE	TELÉFONO
PRIMER APELLIDO	FECHA NACIMIENTO
SEGUNDO APELLIDO	PROFESIÓN
DIRECCIÓN	DNI
CÓDIGO POSTAL	FIRMA
CIUDAD	

Enviar a: Centro Vecinal Humanista. c/ Labrador, 18. 28005 Madrid

Actualidad en el barrio



Anselmo Estébanez

Un tramo a debate

Ante la apertura del nuevo tramo abierto al tráfico rodado en la plaza de las Peñuelas, nosotros, principalmente los vecinos que vivimos en el número 11 de la plaza, sólo pedimos más medidas de seguridad y por supuesto más medidas de precaución por parte de todos los vecinos del barrio así como los demás usuarios de dicho tramo.

Tal vez muchos de nosotros hubiéramos preferido que el tramo siguiera como ha estado en los últimos años, para que nuestros hijos disfrutaran más de la plaza, tal vez ya estábamos acostumbrados, tal vez...

Pero tampoco vamos a ser ni radicales ni egoístas, sabemos que el tramo abierto beneficia por igual a todos, tanto a la distribución de los comercios como a las salidas de los garajes y, como no, por supuesto, a nosotros mismos que nos beneficiaremos de los bomberos, así como la posible necesidad que pueda tener algún vecino de los demás servicios de los que podamos beneficiarnos.

Por eso no vamos a entrar en discusiones que no conducen a ninguna parte como las que se produjeron en la reunión que se celebró en el bar Somolinos. Por lo tanto, puesto que la coherencia es patente y puesto que nos beneficiamos todos, también creo que entre todos deberíamos pedir una serie de medidas de prevención para evitar en el futuro alguna desgracia que pudiera producirse.

Porque como todos sabéis, la plaza es un lugar de recreo, muy frecuentado por los niños y también por los mayores. Los niños muchas veces, y más acostumbrados como estaban, cruzan de una acera a otra tal vez sin la debida precaución. Por eso, pedimos a todos los vecinos del barrio que alguna vez puedan utilizar dicho tramo tomen todas las precauciones posibles al circular con su vehículo.

También desde esta revista, solicitamos del ayuntamiento que se coloquen estratégicamente bandas sonoras a lo largo del tramo, así como barras en las aceras para impedir que los vehículos aparquen en ellas como ya viene siendo habitual.

Puesto que sabemos de la sensatez de todos los vecinos del barrio sólo pedimos: sentido común y moderación al circular por el tramo, además de vuestro apoyo para las medidas de seguridad que solicitamos.

Atentamente y dándoos las gracias a todos por vuestra comprensión para lo que solicitamos, se despide un vecino.



Fernando Puerta

Uno de los objetivos del Centro Vecinal Humanista, y en consecuencia de la revista "La Opinión" editada por el Centro, es el de facilitar y apoyar cualquier intento de diálogo y de intercambio de ideas entre los vecinos.

Mucho mejor nos irían las cosas en el barrio si siempre hubiéramos optado por esta vía de la comunicación y del fomento de las reuniones vecinales, en vez de optar, como hacemos muy a menudo por expresar privadamente nuestras opiniones y no ir abiertamente al intercambio de ideas.

En este sentido apoyamos en su momento a la convocatoria de la reunión para tratar del posible cierre del tramo de Arquitectura a su paso por la Plaza de Peñuelas, al igual que facilitaríamos cualquier otra reunión para tratar sobre cualquier otro aspecto del barrio, pero desde luego esto no significa que el Centro Vecinal como tal tome partido por la opción de los convocantes o por cualquier otra. Nuestra única opción es la de servir al barrio como mejor sabemos, luchando junto con los vecinos por todas aquellas cosas que mayoritariamente signifiquen una mejora para el conjunto.

Porque el juntarnos alrededor de una mesa para dar nuestras opiniones, y lo que es más importante, para escuchar las opiniones de los otros, es la condición necesaria para intentar resolver las discrepancias, y aunque los resultados no sean en un principio espectaculares, representan el primer paso ineludible para encontrar la mejor solución para el conjunto.

Y en honor a la verdad hay que decir que gracias a la reunión y al debate posterior, las posturas que parecían irreconciliables se han aproximado hasta coincidir en una propuesta conjunta: mantener el paso de automóviles por el tramo, pero pidiendo a los conductores mucha precaución al circular por él, y demandando al Ayuntamiento la colocación de bandas sonoras para reducir la velocidad de los vehículos, así como también la puesta de pivotes para impedir su estacionamiento en la acera.

Ojalá todas las discrepancias las pudiéramos resolver de esta manera.

PAPELERÍA CARLA

Pº Acacias, 11. Tf: 474.69.29

- Material Escolar
- Material de Oficina
- Libros de Texto
- Imprenta, Encuadernación



Nuevo Estilo

Tf: 473 13 81

Pº Esperanza, 23

Horario: 9.30 h. - 18.30 h.

PELUQUERÍA UNISEX

- ★ Depilación a la cera normal y nueva técnica individual, sin calor ni dolor.
- ★ Tratamientos Faciales y Corporales.
- ★ Vendas frías.
- ★ Últimas técnicas en Estética.



RESTAURANTE - CAFETERIA

El Rincón de Simón



- Embutidos especiales
- Verduras de temporada
- Pescados y mariscos del Cantábrico
- Carnes rojas del país
- Deliciosos y variados postres

Tf: 473 80 79

C/ Moratines 15 (esquina a c/ Ercilla)



CENTRO OPTICO ARGANZUELA

c/ Las Naves, 6. Tf: 473 34 25
(Junto al Parque Arganzuela)

Ponemos a tu disposición los mejores servicios:

- Graduación gratuita por ordenador
- Gran variedad de monturas a precio reducido
- Lentes de contacto de todas clases y colores
- Fotografía

VEN A CONOCERNOS Y APROVECHA NUESTRA OFERTA DE PRIMAVERA:
20% DTO EN GAFAS DE SOL GRADUADAS

Carlos Cabezas



Los VECINOS OPINAN

Habida cuenta de los accidentes producidos en el paso de peatones de Sta. M^a de la Cabeza a la altura del P^o de Esperanza, los vecinos han recogido firmas que se han entregado al concejal del distrito, para que se tomen las medidas necesarias.

¿Sabéis de la peligrosidad del semáforo de Sta. María de la Cabeza?



Maite Cotilla

Está muy cerca del final del scalextric y vienen los coches muy lanzados y no pueden frenar y así corremos mucho peligro, nosotros y los niños porque el colegio está muy cerca.



Palmira Heras

Yo vivo en Sta. M^a de la Cabeza y veo que ese semáforo tiene mucho peligro. Tendrían que tomar alguna medida porque por aquí cruzamos mucha gente y el semáforo dura poco para los peatones, y no nos da tiempo a cruzar.



Fali García

Este semáforo está muy mal. Está en una zona de muchos colegios. Pasan niños y no se les puede dejar que crucen solos, ya que tiene una duración muy corta. Pido a las autoridades que tomen alguna medida



Maite Montero

En este semáforo ya se han producido muertes y el mes pasado un niño fue arrollado, todo debido a la poca duración para los peatones, ya que no da tiempo a cruzar. Lo ideal sería poner un policía, a la entrada y salida de los colegios para que controlara el tráfico debidamente.



Manuela Marín

Pienso que esta calle es una de las más transitadas de Madrid y cada año, el tráfico, va en aumento. No existe ninguna medida de seguridad para las personas que la cruzamos. Cada vez que tenemos que cruzar exponemos la vida. Se tiene que tomar una medida drástica porque los accidente son mortales.



Amparo Ruiz

El semáforo tiene muy poca duración y esto para cruzar implica riesgo y peligro para todos los que cruzamos por aquí.



Cristina López

Este semáforo está muy mal y es peligroso, tendría que haber una llamada de atención en el puente indicando aminorar la velocidad.



M^a Luz García

En este semáforo te aburres esperando y cuando vez que te toca cruzar estás en la mitad cuando se pone en rojo, y claro ocurren los accidentes. Además los coches que vienen desde arriba, embaldosados, si pueden, se lo pasan en rojo.



RECORDATORIO DE COMUNION

Pase e infórmese

REVELADO: 1 HORA
CARRETE, ALBUM Y AMPLIACIÓN

FOTO ~ SUR

P^o Sta. María Cabeza, 74. Tf: 474 75 48

OFERTA REVELADO:

COPIA DE 10 x 15:
28 pts + IVA (24 horas)

• 24 FOTOS
+ Revelado + IVA
1.006 pts

• 36 FOTOS
+ Revelado + IVA
1.395 pts

EJEMPLOS

MANUALIDADES EN VIDRIO

En sus horas libres aprenda a crear sus propias:

- ↳ Lámparas
- ↳ Espejos
- ↳ Cajas
- ↳ Vidrieras, etc.

Se imparten clases:

Maquimetal, s. a.

c/ Ercilla, 15

Tf: 517 42 30 y 517 50 15



Cultura

Choni
Soto

Gran éxito del concurso de Canción Española

Durante estos dos últimos meses se ha celebrado en la Nave de Ternerías de la Junta Municipal el primer Concurso de Canción Española. Ha sido acontecimiento muy popular y debido a esto hemos realizado una entrevista a una de las responsables de la Unidad de Servicios Culturales.

Los ganadores han sido:

- 1º: Paz Díaz
- 2º: Antonio José Trenada
- 3º: Esther Herenas

¿Cómo surgió la idea?

Hace 2 ó 3 años se celebró un festival

y tuvo un gran éxito por lo que este año, a sugerencia de D. Clemente, decidimos afrontar el reto de preparar un concurso. El mayor problema que teníamos era de fechas, pero al fin dimos con este hueco en el primer trimestre y nos lanzamos.

¿Dónde habéis

buscado colaboración?

Lo primero que hicimos fue ponernos en contacto con Ana Cadenas de Radio Olé y partir de ahí todo fue más sencillo, pues ellos nos presentaron al maestro Bazán que ha sido la persona que nos ayudó a redactar las

bases del concurso y contactar con las personas del jurado. También han colaborado la casa discográfica KMC, el Hipercor y, finalmente toda la Junta se ha volcado por sacar adelante el concurso.

¿Cuántos artistas se han presentado?

En total han sido 46 y han actuado todos.

¿Quieres aprovechar para hacer algún comentario?

Bueno pues, decir que muchos de ellos han sacado provecho del concurso, porque la ganadora, creo que ya tiene representante, y los diez primeros clasificados han sido contratados por la sala de fiestas Pasapoga para hacer actuaciones, y por último recordar a todos los vecinos que el próximo año estaremos aquí de nuevo.



Los "cuernos" del Tendero

Alicia
Paratcha

Hablar de este tema, tan delicado a veces, puede que en otras circunstancias tenga una punta de ironía y hasta de humor.

En este caso no quiero referirme al tema de los cuernos clásicos, esos que todos conocemos y de los que hablamos poco por una cuestión de respeto personal hacia el sufridor.

Los cuernos a los cuales me refiero son de tipo profesional. No implican rupturas familiares, tampoco grandes tragedias, pero sí mucho pesar, pues entrañan el hacer de cada día en el terreno profesional de un gran número de personas.

Todos recordaremos, bien por experiencia propia, bien por historias contadas por nuestros mayores, como no hace tantos años y cuando la sociedad de consumo tan despiadada a veces no había llegado a nuestros hogares, como la figura del tendero de nuestra calle o barrio, formaba parte de nuestras vidas, naturalmente en lo cotidiano. Eran tiendas donde entrábamos y reconocíamos a los que nos atendían, al vecino que estaba en esos momentos comprando y donde se comentaban varios aspectos de nuestro quehacer diario; se cambiaban impresiones sobre la subida de los precios, comentábamos orgullosos los logros de nuestros hijos, las bodas, los nuevos nacimientos en la familia, nos conocíamos por nuestros nombres o apellidos y cuantas y

cuantas veces, ese tendero nos echaba una mano cuando el dinero del mes no llegaba para terminarlo. ¡Apúntamelo en mi cuenta, señor Paco! Y el señor Paco apuntaba. Qué libreta tan gorda y cuántos apuntes.

Era otra cosa. Hablábamos con nuestros iguales, sin una máquina entre los dos. Las máquinas no tienen libreta para apuntar.

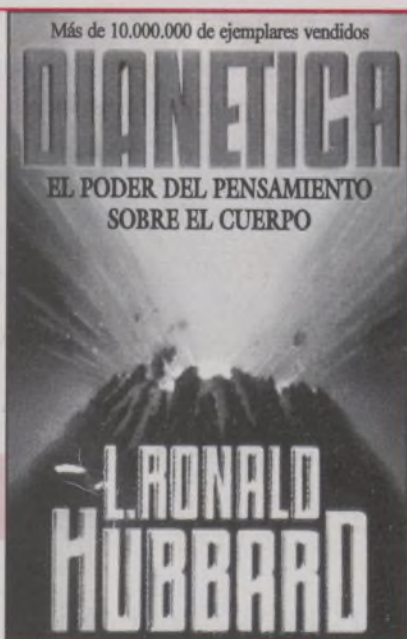
Ya sabemos que los tiempos cambian. ¡Qué lastima! De repente ha llegado a nuestras vidas la Gran Dama, la rubia platino perfumada, despampanante, acicalada, moderna, poderosa en el conocimiento de sus encantos, y todos hemos caído rendidos. No nos importa que no nos hable, que nos engañe continuamente con sus ofertas. Nos es indiferente que nos envuelva con sus trucos, que sea dueña de los días de cada uno de nosotros, de los que consideremos que ir a visitarla es como dar un paseo. Y allí nos arrastra a toda la familia. La mamá con el niño en el cochecito -para que vaya aprendiendo el camino-; el papá que protesta, pero acaba rendido a sus encantos; los abuelos, a todos nos atrae. Es "ella" LA DIVA. Sabe como cobrarnos esa embriaguez que produce y sabe hacerlo tan bien que no nos damos cuenta que hemos abandonado a nuestro tendero de toda la vida y le hemos puesto los cuernos con ella: "LAS TIENDAS DE LOS GRANDES ALMACENES".

- ¿Cómo puede uno adquirir suficiente confianza para alcanzar sus metas?
- ¿Por qué la gente comete los mismos errores una y otra vez?
- ¿Qué es lo que hace difícil concentrarse?
- ¿Puede la mente influir en tu comportamiento y causarte malestar físico?
- ¿Cómo funciona la mente?

Adquiérela ahora mismo en:

Asociación Civil de DIANÉTICA
c/ Montera 20, 1º-dcha. 28013 Madrid
Tf: (91) 532 87 59

Deseo me sea enviado un ejemplar contra reembolso (1.600 pts + gastos de envío)



MAQUIBORDA • S.A.L.

• WERTHEIM

• REFREY

• SINGER

• BERNINA

• PFAFF

• SIGMA

VENTA Y REPARACIÓN
DE TODAS LAS MARCAS

Ronda Toledo, 30 • 28005 Madrid

Tlf: 530 12 30 / 528 95 59

Fax: 528 95 59

• ALFA

• ELNA

Cartas a la redacción

Mari
Carmen

“Este barrio rebosa humanidad”

¡Hola!. Soy una nueva vecina del barrio, que acabo de afincarme en uno de los edificios recién construidos en el tan traído y llevado “Pasillo Verde” como apunta D. Evodio Santos, en su artículo “Atención a la población anciana” del mes de Febrero.

He tenido la oportunidad de conocer vuestra revista, a través de un amigo que me lo proporcionó al principio de llegar al barrio, y me ha gustado mucho por su gran contenido y por el entusiasmo que demostráis por él y sus problemas.

Estoy contenta y creo he caído en un barrio “majo” por lo que respecta a sus gentes. Me parece son entrañables, simpáticas, acogedoras y sobre todo, rebosan humanidad.

Esto es una cualidad muy hermosa y además creo es imprescindible para poder convivir con los demás, máxime hoy en día, que por desgracia parece que va desapareciendo entre los humanos. Hoy que mucha gente (no toda, a Dios gracias), se deshumaniza y tiende al individualismo y a vivir en suma, “su propia vida”.

Es hermoso como digo, que en un barrio madrileño, exista este deseo de preocupación, ayuda a los demás y sobre todo hacerlo con el corazón.

Si en esta sociedad o época que nos ha tocado vivir, en la que parece que “todo vale”, hay alguien que no comulga con esta afirmación y cree desde dentro de sí, que “no todo vale”, como en este caso este barrio y sus componentes... ¡Enhorabuena! y ¡adelante!

Estoy con vosotros y si me aceptáis como una vecina más, yo os prometo que colaboraré con vosotros en lo que pueda. Es bonito y hace mucha falta, tomar conciencia de los problemas y tratar de solucionarlos lo mejor que se pueda y os aseguro que “el que quiere, puede”.

Me congratulo de haber tenido tanta suerte, y deseo ser vuestra amiga y colaboradora, aunque no sea más que brindaros ánimo, entusiasmo y muchas, muchas ganas de trabajar. Por mi situación física, no os puedo ofrecer más, pero creo que me aceptaréis para lo que valga, o pueda hacer. ¿Vale?...

Me parece que para una primera presentación y ofrecimiento a la revista y a mi “nuevo barrio”, me he pasado de extensa, pero quería deciroslo y ya lo he hecho. ¡Perdón!

Saludar a la simpática Redactora Jefe: Srta. Fini S. Pizarro ¡Gracias y un besote para todos...!

Problemas de contaminación en una Comunidad de vecinos

Mariano
Clemente

A continuación reproducimos parte de la carta enviada por vecinos de la calle Melilla, 12, al alcalde de Madrid, exponiéndole los problemas que tienen en su comunidad con el concesionario de automóviles Ford-Automilsa:

“En el sótano del edificio en que habitamos existe un concesionario de automóviles Ford-Automilsa el cual ventila sus instalaciones por los “shunts” de nuestros baños y aseos, entrando en la vivienda gases de combustión y escape y otras materias tóxicas. Ante las denuncias presentadas por nosotros, los técnicos municipales comprobaron su existencia por primera vez hacía cuatro años. El informe pasó a la Casa del Reloj, distrito de Arganzuela. Al poco tiempo nos entrevistamos con el concejal D. Clemente Torres, el cual nos prometió que intervendría. Poco tiempo después, Ford-Automilsa pretendió construir una chimenea de ventilación por el patio de luces de la finca de 2 m x 70 cm. A lo cual la comunidad se negó. Por lo que le pusieron un pleito.

Hay que hacer constar que esta empresa lleva instalada en la finca más de quince años. El pasado año se efectuó el juicio, siendo la sentencia favorable a la comunidad. El pasado 13 de febrero volvió a ser revisada por técnicos municipales la instalación, y se pudo comprobar que seguían saliendo gases por los mismo sitios, últimamente, además, también por las cámaras de aire de los tabiques (se acompaña informe).

Como hasta el día de la fecha no tenemos ninguna solución, a pesar de que parece ser hay una orden de paralización de actividad, es por lo que le solicitamos encarecidamente tome usted las medidas oportunas, ya que nuestra salud está en peligro.

Sin otro particular, y agradeciendo el interés que no dudamos dará a este asunto, y a la espera de sus noticias, le saludan: **Mariano Clemente y Eulogia Serrano**”

CLÍNICA VETERINARIA

EMILIO NÚÑEZ LÓPEZ

- CIRUGÍA
- PATOLOGÍA
- RAYOS X
- VACUNACIONES
- URGENCIAS
- BAÑOS TERAPEÚTICOS
- BAÑOS ANTIPARASITARIOS
- LIMPIEZA ULTRASÓNICA DE BOCA
- PELUQUERÍA
- ANÁLISIS CLÍNICOS

HORARIO DE CONSULTAS:

- DIARIO:

Mañanas: 11.30 - 2

Tardes: 5 - 8.30

- SÁBADOS:

Mañanas: 11.30 - 2

Tf: 474 53 82

Particular: 574 31 77

c/ Divino Vallés, 38
28045 Madrid

TINTORERÍAS

COSMO VERDE

Paseo de Yserías, 49

Tf: 474 02 89

28005 MADRID

TINTORERÍA

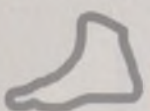
- LIMPIEZA EN SECO (bacteriológica).
- Planchado de prendas de hogar y vestir.
- Servicio GRATUITO de recogida y entrega a domicilio.
- Prendas de vestir, pieles, alfombras...

ARREGLO DE PRENDAS DE VESTIR

- Arreglamos prendas de vestir.
- Transformamos, modificamos, estrechamos y acortamos todo tipo de prendas de piel y tela.

CLÍNICA PEÑUELAS

A.T.S. Y
PODÓLOGO



Acuerdos con Sociedades Médicas

Horario:
Tardes: 6 a 8
(Excepto Sábados)

Peñuelas, 20
Galería Comercial
Tf: 517 24 29

RUIZ Y BARCELÓ

- ASESORÍA JURÍDICA
- SERVICIO INTEGRAL DE EMPRESAS

c/ Moratines 22, 4º-D, Esc 2ª (MADRID)

Tf: 474 73 11 - Fax: 517 58 34

GABINETE TERAPEÚTICO

c/ Mallorca 4, bajo, puerta 3

QUIROMASAJE

- Reflexoterapia podal
- Masaje general
- Lumbalgias
- Dolores de espalda y cervicales
- Relajación, reducción del dolor y depresión

MASAJE

- Fatiga general
- Relajación muscular (stress)
- Dolores de espalda
- Celulitis
- Lumbago, ciática
- Esguinces, etc..

Petición de hora:
Todos los días de 8 a 11 h.
473 13 49

Petición de hora:
Viernes de 6 a 8 h. (tarde)
715 84 19



1	ÓPTICA COLLADO Moratines, 5 ☎517.00.44	FOTOGRAFÍA CARLOS REB. ☎500.09.97	REFORMAS PLADUR ☎474.68.64	FONTANERÍA IGG ☎474.77.23	REPARACIONES OK SERVICE Nicolás Usera 16 ☎476.84.49	HERBOLARIO INSHERNU Sta. Casilda 5 ☎517.49.62	MAQ. COSER MAQUIBORDA Ronda Toledo 30 ☎530.12.30	PEDIATRA DR. J. HERN. Melilla, 5 ☎474.26.81	CLÍNICA PODOLÓGICA Guiller. Osma, 2 ☎517.32.21	VIDRIO HOBBY TIME J. Conquistador 6 ☎473.10.39	CLÍNICAS DESAGA Sebast. Herrera 9 ☎539.20.16	SUPER DEPORTES Embajadores 41 ☎530.52.73	GABINETE TERAPÉUTICO Mallorca, 4 ☎473.13.49	REPUESTOS ANDREU Ferrocarri, 4 ☎467.72.82	VETERINARIO EMILIO NUÑEZ Divino Vallés 38 ☎474.53.82	TOLDOS EMBAJADORES Eugenio Selles 3 ☎473.33.69	AUTOESCUELA JAVA Torres Miranda 14 ☎473.94.40	BABY PARTY Fernando Poo 23 ☎539.38.85	52	
2	PINTURAS ROSÁN Moratines, 8 ☎517.55.44																			51
3	TINTORERÍA DOLIX Moratines, 9 ☎517.47.09																			50
4	CERVECERÍA EL GRAN VUELO Moratines, 10 ☎517.62.32																			49
5	MUEBLES ARTÉS Moratines, 13 ☎473.43.97																			48
6	RESTAURANTE RINCÓN SIMÓN Moratines, 15 ☎473.80.79																			47
7	GIMNASIO BODHIDHARMA Moratines, 18 ☎517.28.16																			46
8	CONSTRUCCION. LEIRADO Moratines, 21 ☎474.33.98																			45
9	ASESORÍA RUIZ Y BARCELÓ Moratines, 22 ☎474.73.11																			44
10	ASADOR POLLOS MÁLAGA Peñuelas, 7 ☎517.15.75																			43
11	CLÍNICA PEÑUELAS Peñuelas, 20 ☎517.24.29																			42
12	INSTALACIONES ALVITE Peñuelas, 38 ☎517.59.94																			41
13	VEHÍCULOS LARGO AUTOM. Peñuelas, 51 ☎473.56.86																			40
14	TALLERES PEÑUELAS Peñuelas, 53 ☎517.37.00																			39
15	AG. VIAJES FUTURO TOUR Peñuelas, 59 ☎517.01.52																			38
16	SANEAMIENTOS CERRO Ercilla, 9 ☎517.61.54																			37
17	PASTELERÍA ROVIER Ercilla, 11 ☎517.06.53																			36
18	VIDRIERAS MAQUIMETAL Ercilla, 15 ☎517.42.30	PANIFICADORA ERCILLA Ercilla, 27 ☎517.05.84	RELOJERÍA GARZÓN Martín Vargas, 2 ☎517.34.09	VIDEO CLUB DÁVILA Martín Vargas, 34 ☎474.25.20	VIDRIERAS CABRERA-AB. Arquitectura, 2 ☎473.92.66	FLORISTERÍA TRIANA Arquitectura, 4 ☎473.04.14	ZAPATERÍA AMADO Labrador, 12 ☎517.27.46	MANUALIDADES GOMAR Carvajales, 4 ☎474.19.66	CIBELES PIEL Pz Peñuelas, 3	PELUQUERÍA NUEVO ESTILO Pº Esperanza 23 ☎473.13.81	RENAULT ANGEL SANZ Pº Esperanza 37 ☎473.65.48	CLASES MÚSICA CONTRAPUNTO Sta. Mª Cabeza 39 ☎527.64.31	FOTOGRAFÍA FOTO-SUR Sta. Mª Cabeza 74 ☎474.75.48	PUB TROPPOS Sta. Mª Cabeza 79 ☎474.43.52	RESTAURANTE OVIEDO Pº Yeserías, 45 ☎474.73.80	TINTORERÍA COSMO VERDE Pº Yeserías, 49 ☎474.02.89	CRISTALERÍAS YESERÍAS Pº Yeserías, 51 ☎474.52.80	FIAT LANCIA THEMAMOTOR Pº Acacias, 3 ☎517.68.44	35	

BARRIOS DE ARGANZUELA	
	ACACIAS
	CHOPERA
	PALOS DE MOGUER
	DELICIAS
	ATOCHA
	IMPERIAL
	LEGAZPI

CAMPAÑA: "COMPRA EN EL BARRIO"

La Opinión

ABRIL - 95 c/ LABRADOR, 18 TEL: 474 24 60 Peñuelas Arganzuela

A CENTRO VECINAL HUMANISTA
Peñuelas-Arganzuela
c/ Labrador, 18 474.24.60

B ONDA ARGANZUELA (87.8 FM)
c/ Peñuelas, 1 517.23.37

EN PRIMAVERA, LA ALERGIA, LA SALUD ALTERA



Raimundo
Largo

Los recientes estudios epidemiológicos en la UE, han confirmado que **de un 12 a un 15% de la población, sufre algún tipo de enfermedad alérgica**, especialmente la polinosis que aparece en primavera y que nos hace sufrir las consabidas rinitis, conjuntivitis y asma.

La alergia es una enfermedad insidiosa debido a la variedad y un tanto confusa sintomatología de los procesos alérgicos, que en no pocos casos no se identifican como tales, y que sólo después de una larga peregrinación por médicos y especialistas, se logra atribuir a la alergia.

La alergia es la capacidad del organismo de fabricar anticuerpos que puedan reaccionar ante un antígeno determinado. Cuando el organismo entra en contacto con una sustancia que le es extraña -antígeno- en ocasiones, produce unos elementos que tienen la propiedad de atacar a los antígenos. Estos elementos se les da el nombre de anticuerpos.

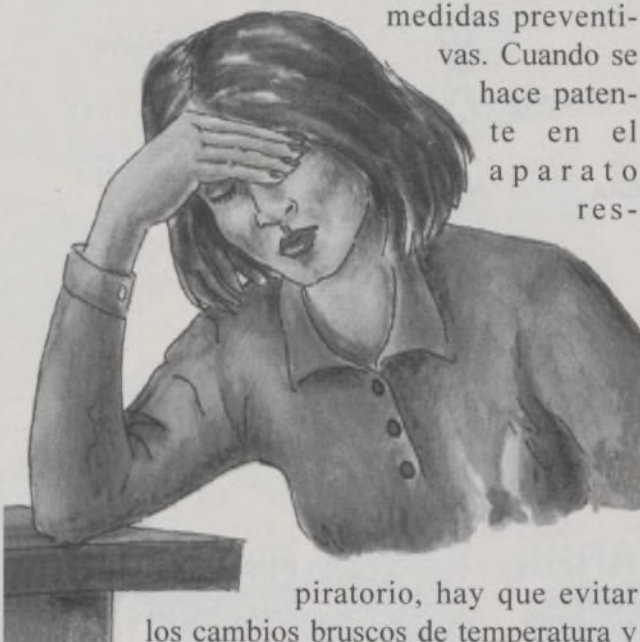
Estas reacciones más o menos virulentas producen una serie de síntomas, localizados en el lugar donde están situados los anticuerpos.

Si las células que contienen los anticuerpos pertenecen a los bronquios, un ataque de asma será la consecuencia en su enfrentamiento con los anticuerpos; si están en las células de la piel, aparecerá un eccema; si están en las paredes de los vasos se producirá un brote de urticaria. Y así los innumerables tipos de alergias.

A determinados grupos de personas predis-

puestas, la alergia se les puede presentar por muchos elementos, los mas frecuentes son el polvo y el polen.

El tratamiento natural de una alergia supone el ir tomando una serie de medidas preventivas. Cuando se hace patente en el aparato res-



piratorio, hay que evitar los cambios bruscos de temperatura y las bebidas y alimentos muy fríos, así como los lugares contaminados por humos, olores fuertes, aerosoles, etc. Respecto al polvo casero si es posible utilizar pulverizaciones de Medivac en alfombras, ropas de cama, etc; limpiar con aspiradores de filtro antiácido, y el polvo con paños húmedos, evitando las paredes con papeles o pinturas irregulares, tipo gotelé.

Entre los alimentos pueden producir alergias: la

leche de vaca, los pescados azules, el marisco, los huevos, ciertas sustancias que actúan por contacto, como colorantes, cremas, y demás artículos de belleza e incluso de limpieza casera.

Durante la primavera, las personas alérgicas al polen deben evitar salir al campo y frecuentar zonas ajardinadas o de parque; no deben subir en motos, bicicletas y viajar en coche con las ventanas subidas. Esconveniente airear las habitaciones a primera hora y mantenerlas cerradas el resto del día.

Para tratar las alergias de forma no agresiva y con el fin de potenciar el sistema inmunológico, sería recomendable 3 veces al día una infusión de las siguientes plantas mezcladas en partes iguales: echinace angustifolia, thymus vulgaris, silybun marianum y ribes nigrum, a la que agregaremos quince gotas de Combiner 17. Dos cápsulas de propóleo con la comida y cena, y una cucharada de Alerki antes de comer y cenar.

Sin dejar de tener en cuenta que todo tratamiento de medicina natural debe de ir acompañado del control o seguimiento del médico habitual.

A partir de este número, "La Opinión" mantendrá en la pagina de Salud Natural un consultorio abierto a todos sus lectores a cargo de los especialistas del Instituto da Herbología y Nutrición, pudiendo dirigir sus consultas bien por correo o directamente en mano a INSHERNU, calle Santa Casilda, 5. 28005 Madrid.

Acérquese a lo Natural

¿Sabía que aquí, muy cerca de usted, dispone de:

**HERBOLARIO - PARAFARMACIA
CONSULTORIO DE MEDICINA ALTERNATIVA,**
con servicios de:

- NATUROPATÍA IRIDOLOGÍA.
- ORIENTACIÓN PSICOL. PSICOTERAPIA
- OSTEOPATÍA, QUIROMASAJE.
- ACUPUNTURA.
- HERBODIETÉTICA.
- AROMATERAPIA (flores de Bach).



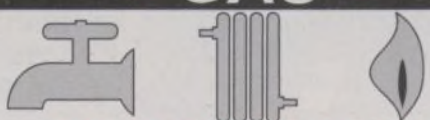
No lo dude

Llámenos o visítenos.
Le atenderemos gustosamente.



Sta. Casilda, 5
28005 Madrid
Tel. 517 49 62

• FONTANERIA • • CALEFACCION • • GAS •



Instalador autorizado de gas nº- 1.660
I.G.G. SERVICIOS

Tf: 474 77 23



Somos tus vecinos,
te trataremos bien.
¡¡Llámanos!!

Tf: 474 68 64

CENTRO DE PELUQUERIA Y ESTETICA



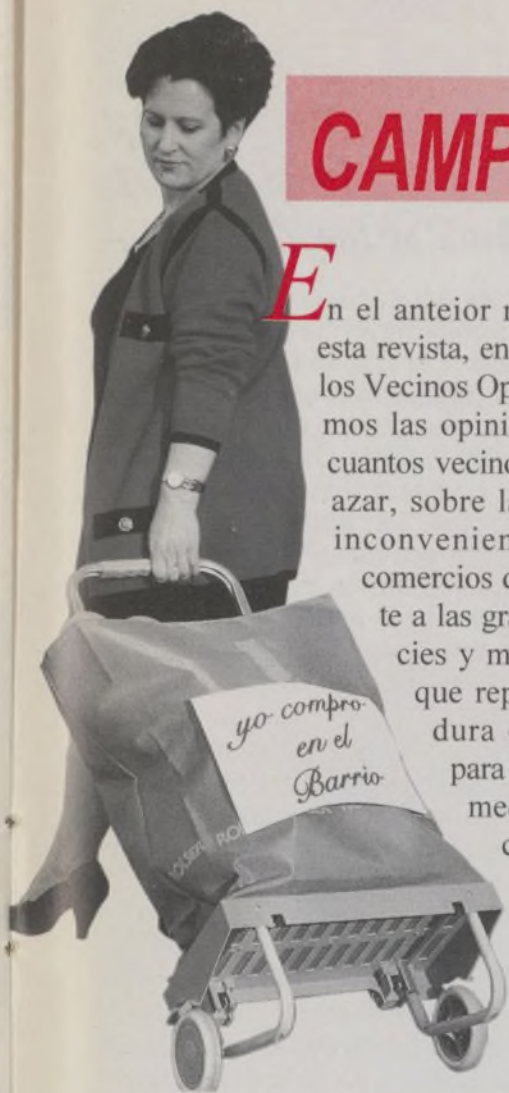
Salones
independientes
atendidos por
personal
especializado

SEÑORAS • CABELLEROS • NIÑOS

c/ LAS NAVES, 6

Horario: 10 - 20 h. (Sábados: 9.30 - 13.30)
Sugerimos reserva de hora al tf: 474 66 38

CAMPAÑA: "Compra en el Barrio"



En el anterior número de la esta revista, en la sección de los Vecinos Opinan, publicamos las opiniones de unos cuantos vecinos, elegidos al azar, sobre las ventajas e inconvenientes de los comercios de barrio frente a las grandes superficies y multinacionales que representan una dura competencia para el pequeño y mediano comercio de la zona.

Las opiniones expresadas iban desde el apoyo a los comercios

del barrio hasta la preferencias por los "hiper", opiniones todas ellas válidas y respetables.

Nosotros, "La Opinión", también queremos dar a conocer nuestro parecer, y éste es totalmente claro: tomamos partido decididamente por el comercio de barrio. En primer lugar porque gracias al comercio de barrio existe esta publicación, así como otras del distrito. Si no fuera por su colaboración no se podría haber editado una solo ejemplar de "La Opinión"; ya

que al no tener ningún tipo de subvención, la revista está totalmente financiada por los comercios que en ella se anuncian.

Pero hay muchos motivos más para apoyar al pequeño y mediano comercio de la zona, como son el trato personalizado, o la cercanía y comodidad que supone, o la vida que da el barrio, entre otras muchas. Pero además podemos añadir otros motivos más ideológicos: ¿qué ocurriría si el comercio barrial desapareciera? Los barrios se convertirían en lugares donde la gente va a dormir y a pasear. La identidad de barrio, la solidaridad entre vecinos y la unidad para resolver los problemas sufrirían un durísimo golpe.

Además se estaría acentuando el proceso de concentración económico en pocas manos: las de las grandes superficies, que en muchos casos son además multinacionales, cuyos intereses se mueven a muchos kilómetros de aquí.

Hay que denunciar públicamente la competencia desleal que presentan las grandes superficies y multinacionales. Se les ofrece un trato fiscal favorable, se les da todo tipo de facilidades argumentando la necesidad de inversión

internacional, y mientras se ahoga al pequeño comerciante con impuestos excesivos. Por si esto fuera poco, cuando esas multinacionales tienen problemas chantajea al Gobierno amenazando con cierre y despedidos masivos, pidiendo descaradamente a cambio apoyo del dinero público. ¿Quién ha ayudado a la gran cantidad de comercios de barrio que han tenido que cerrar en los últimos meses?

El Centro Vecinal Humanista, y la revista "La Opinión" va a realizar todo lo que esté en sus manos para apoyar al comercio barrial. Seguimos impulsando la creación de asociaciones de comerciantes porque nos parece que así, conjuntamente, es la mejor manera de que defiendan sus derechos. Nos hemos sumado decididamente a la campaña iniciada por "Onda Arganzuela" de "Compra en el Barrio". No vamos a ahorrar esfuerzos en explicar a nuestros vecinos la necesidad de que opten por el comercio de la zona. Y también vamos a pedir al conjunto de medios de comunicación y de asociaciones de la zona que igualmente apuesten decididamente por apoyar esta campaña, porque en definitiva así nos estaremos apoyando a todos nosotros.

~ TALLERES PEÑUELAS, S.L. ~

c/ Peñuelas, 53 (semiesquina Pº Sta Mª de la Cabeza, 74) Tf: 517 37 00

Se acercan las vacaciones:

**Piense en revisar su
automóvil con tiempo.**

**Montaje de autorradios, alarmas,
y tercera luz de "stop" homologada.**

- PUESTA A PUNTO: INYECCIÓN y CARBURACIÓN
- AMORTIGUADORES
- CAMBIOS de ACEITE desde 3.500 (5 l.)
- MONTAJES de BATERÍAS desde 8.490

REVISAMOS su COCHE para la I.T.V.

**Restaurante
OVIEDO**

Especialidad en
cocina Asturiana



Pº Yeserías, 45

Tel: 474 73 80

FOTOGRAFIA

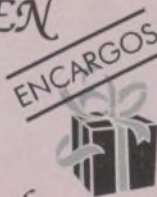


**INDUSTRIAL
BODAS, COMUNIONES
REPORTAJES, BOOKS**

Carlos. Tel. estudio: 500 09 97

Elaboración de todos los
productos de panadería y
bollería - pastelería

**ESPECIALISTAS EN
HOSTELERÍA**



Cien Años junto a usted
calle Ercilla, 27 - 28005 Madrid

Tf: 517 02 68* / 517 05 84 / 517 04 56
(* Contestador. Fax: 517 29 16)

**Panificadora
Ercilla
S. L.**

Belleza

Obesidad, Celulitis, Flaccidez

ALGUNAS TÉCNICAS DE TRATAMIENTO

Ya en números anteriores, hemos tenido la oportunidad de descubrir y explicar, qué eran estos problemas. Por eso creo oportuno hablar de algunas de las terapias que puedes encontrar en centros especializados para ayudar a combatirlos.



Muchas veces obesidad y celulitis vienen acompañados. En este caso, empezaremos con una dieta hipocalórica y lo compaginaremos con varias terapias, siempre dependiendo de las necesidades de cada organismo. Hay que recordar que no todos somos iguales, y lo que sirve para unos no es bueno para otros.

Elaboraremos un tratamiento personalizado viendo varias terapias y actuando según va respondiendo cada persona.

TERAPIAS TÉRMICAS

- **Termo-lipólisis:** Consiste en aplicar localmente unas bandas que difunden rayos infrarrojos a través de los tejidos, que producen una estimulación local y de terminaciones nerviosas que aumentan la circulación sanguínea y linfática, estimula la actividad enzimática y el metabolismo, eliminando grasa y toxinas.
- **Termo sauna.** Emplasto con arcilla, algas y aceites esenciales. Tiene un efecto parecido a la Termo-lipólisis.
- **Cremas de calor.** Activan el riesgo sanguíneo en la gama de aplicación, facilitando la absorción de otras sustancias.
- **Indiv o recuperación celular:** disuelve nódulos celulíticos.
- **Masaje.** Ayuda a ablandar el tejido adiposo, activa la circulación y tonifica.
- **Corriente galvánica.** Ayuda a introducir ciertas sustancias, en este caso disolventes de la grasa en capas más profundas, produciendo una disociación de iones en el producto.
- **Mesoterapia.** Infiltraciones de sustancias para disolver grasa y celulitis, activar circulación, reafirmante, etc. Se pueden tratar varios problemas a la vez.
- **Gimnasia pasiva.** Nos ayuda en los tratamientos de flaccidez, dando tono a los músculos deseados.
- **Crioterapia.** Vendas frías, ayuda a moldear la figura, activa circulación sanguínea y linfática y tonifica tejidos.

Laura Rodríguez Moya



Salud

Cáncer: Tumores Malignos

Dra. M^a Isabel García Fdez



En los países desarrollados los Tumores Malignos constituyen la segunda causa de muerte. En España una de cada cuatro muertes tiene como causa el cáncer. Esta enfermedad se produce cuando algunas células de nuestro cuerpo comienzan a crecer en forma desorganizada, y tiene características anormales, son grandes con núcleos enormes, etc. y provocan la aparición de lo que se ha llamado tumor maligno. Pueden salir en un órgano pero invaden otros órganos y tejidos a través de los vasos linfáticos o de la sangre produciéndose lo que se denomina metástasis.

Aunque todavía la causa exacta del cáncer no se conoce con exactitud se piensa que influyen factores externos (tabaco, alcohol, traumas mantenidos, radiaciones solares en exceso, etc.) y factores internos (como la herencia o predisposición de algunas familias a padecer de enfermedades cancerosas). Como en todas la enfermedades lo mas importante es prevenir su aparición, esto se logra eliminando los factores de riesgo, es decir, aquellas cosas que sabemos pueden provocarla: el hábito de fumar, la ingestión de alcohol, la exposición excesiva al sol, la ingestión de sustancias alimenticias: Se recomienda no fumar, no ingerir alcohol, consumir alimentos ricos en fibras, cereales, legumbres, frutas, verduras, no tomar excesivas radiaciones solares.

Si no podemos evitarlo, es muy importante hacer el diagnóstico precoz o sea lo antes posible, ya que existen algunas localizaciones que permiten detectarlo a tiempo y hacer el tratamiento indicado ya sea para eliminar o para alargar la vida del paciente en mejores condiciones.

El cáncer mas frecuente en la mujer es el de mama y el del cuello del útero. en el hombre el de pulmón y próstata. En ambos sexos es frecuente el cáncer de colon.

Los tratamientos de que se dispone son la cirugía, la radioterapia y la quimioterapia. Después del tratamiento los pacientes tiene que tener revisiones periódicas para controlar la reaparición o recaída de la enfermedad.

En el próximo mes hablaremos de las formas de hacer el diagnóstico precoz en cada tipo de cáncer.

Javier Esteban Sanz

c/ Torres Miranda, 14
28045 Madrid
Tf: 473 94 40



*La Auto-Escuela
que se adapta
a tus necesidades*

CENTRO DE ESTETICA Y SALUD

Marta Rey

☎ 473.66.17

c/ Arganda 14, Local-5
(detrás de la biblioteca)

Directora Técnica: Laura Rodríguez Moya

- Tratamientos corporales, Obesidad, Celulitis
- Tratamientos faciales, Acné, Arrugas
- Depilación eléctrica, Cera fría y caliente
- Rayos U.V.A., Bronceados rápidos
- Tratamiento dolores de espalda, Artrosis
- Dietas personalizadas

DIAGNÓSTICO
GRATUITO



Ana María González

Decoración: ILUMINACIÓN

Una cosa que tenemos que tener muy en cuenta a la hora de decorar una casa es una buena iluminación que pueda resaltar las cosas bonitas que tenemos en un salón, un dormitorio, etc., ya que la luz de una habitación se puede disponer de muchas maneras, ya sea de forma práctica para leer, de forma ambiental, de forma funcional, clásica, etc.



Hoy en día tenemos muchas formas de iluminar una casa, pero una de las que más se impone es la iluminación halógena, quizás por ser una luz muy natural, más blanca que la luz convencional, o porque las bombillas halógenas duran mucho tiempo sin perder su claridad. También nos ofrecen una gran variedad de formas, ya sean lámparas funcionales, clásicas, en plafones, plafones de focos, regletas, carriles que dan la oportunidad de mover los focos según nuestras necesidades, flexos, sobremesas, pies de salón que generalmente llevan incorporados reguladores de luz para dar la necesaria en cada momento, apliques, luces empotradas en el techo. En defini-



tiva, es una forma de iluminación que se puede adaptar a cualquier estilo en el hogar. Algo que nunca podemos olvidar a la hora de iluminar una casa son las pantallas, ya que con ellas decoramos y damos nuestro toque personal a cualquier rincón del hogar. Al tener tanta variación en colores, materiales y modelos podemos crear una iluminación de ambiente acogedor, clásico, etc. Asimismo da muchas opciones, el cambio de una pantalla en un pie, como el ponerlas de la misma tela que las cortinas o con remates de pasamanería, o plisadas de tela, con galones, etc. Parece mentira pero podemos tener un pie de lámpara que no nos guste o que tenemos guardado hace mucho tiempo, y si le ponemos una pantalla bonita, original o de distinta forma y color al que tenía anteriormente, hemos logrado cambiar el pie por completo. Tenemos una lámpara nueva. Otra variante de las pantallas que se está poniendo muy de moda son las pinzas -las pantallas pequeñas que van enganchadas encima de la bombilla- para las lámparas de brazos, esto es algo que está teniendo mucho éxito tanto en las lámparas clásicas de cristal, que se ponen plisadas, como en las lámparas de forja o madera tipo rústicas que tanto se llevan ahora.

Manualidades

Peces de Coral

Magdalena Aguirre



MATERIALES

- Pasta de alabastro
- Óleos. Barniz
- Conchas marinas.

REALIZACIÓN

Realización de la pasta de alabastro: Un vaso de pasta de alabastro. Un vaso de cola Rakol. Dos dedos de agua. Una cucharada de glicerina. Una cucharada de vaselina. Dos cucharadas de porcelanizador.

Realización del trabajo: Una vez hecha la masa y cocida, se le irá dando forma, primero a la base y al soporte, creando con nuestras manos una especie de coral.

Con la misma pasta haremos los peces, moldeándolos y picándolos con el objeto de formar escamas. También haremos hojas como algas y pequeñas plantas.

Todo aquello lo iremos colocando al gusto, procurando que quede una composición proporcionada y armónica. Ya todo colocado nos disponemos a pintarlo, para lo cual utilizaremos óleos en colores: amarillo, ocre, verde y blanco; todos combinados en la composición según nos vaya gustando.

Respecto a las conchas marinas, pegaremos estas en la base, dándole al fondo una sensación marina. Finalizaremos el trabajo dándole al conjunto una o dos manos de barniz brillante. Nos quedará una obra preciosa para nuestra casa.



ILUMINACIÓN YAÑEZ

LA CASA DE LAS PANTALLAS

MUEBLES Y CUBRE-RADIADORES A MEDIDA

- 20 % de descuento en lámparas de Strass
- Focos
- Apliques
- Pantallas de encargo
- Plafones
- Halógenos

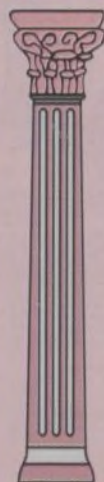
ABRIMOS SÁBADOS TARDE

c/ Las Naves, 10 - 28005 MADRID - Tf: 473 07 08



OFERTA:
- 6 Bombillas: 300 pts
- Plafones: 1.995 pts

MANUALIDADES Y BELLAS ARTES



- PINTURA AL OLEO
- ENMARCAJE DE CUADROS
- ESCAYOLAS
- ESMALTES
- ACUARELAS Y OLEOS
- GRABADOS
- PASTAS MODELABLES



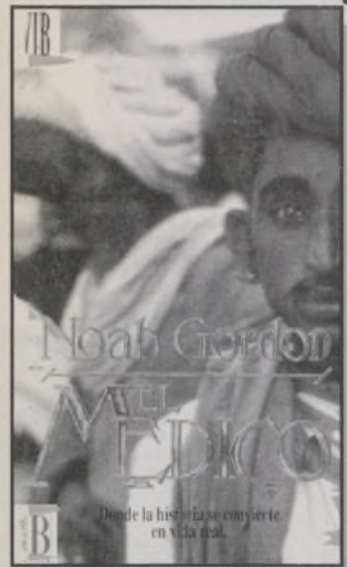
c/ Carvajales, 4

474 19 66 - 473 55 02

Literatura



Choni
Soto



Aunque este libro tiene ya unos cuantos años, en su momento fue y sigue siendo uno de los más leídos. Es muy fácil saber por qué. Su lectura es fácil, combina sentimientos, historia e intriga lo que le hace muy atractivo para cualquier tipo de lector, a pesar de ser un libro "gordo" y atemorizar al principio por la cantidad de páginas.

En "El Médico" nos encontramos con la historia de Rob Cole, londinense del siglo XI, chiquillo huérfano con una gran pasión por encontrar los remedios y conocimientos necesarios para sanar a sus semejantes. Al principio aprende, en compañía de un charlatán y sacamuelas, a conocer las enfermedades que asolan a sus compatriotas. Gracias a un don que le ha sido otorgado y a sus grandes deseos de satisfacer su curiosidad se hace pasar por judío para poder estudiar en la mítica Ispahan, cuna de la ciencia médica de la época. A lo largo de sus viajes conocerá a Avicena y todos los estudiosos orientales que están experimentando con las primeras armas de la medicina moderna.

La galería de personajes que se asoman a estas páginas enriquecen el relato y lo acercan a nosotros hasta el punto de hacernos partícipes de cada una de sus emociones y sentimientos. Las aventuras que rodean la vida de Rob Cole nos permiten conocer las tradiciones y los hechos históricos que se producen y que van ampliando los conocimientos de nuestro protagonista.

Un libro interesantísimo que sugiero leáis y si os quedáis con ganas, no os preocupéis, Noah Gordon amplió la historia de la familia Cole con otro libro del mismo corte que este y del que quizás hayáis oído hablar o incluso hayáis leído, titulado "CHAMAN". Espero que una vez más mis sugerencias os sirvan para amenizar esos ratos de ocio y que nos demuestran que somos capaces de pasar sin la televisión.

EL MÉDICO
Noah Gordon
Ediciones B
Págs 895



Marina Godoy

Perdido en un diseño armónico

Perdido en un diseño armónico, en medio de un silencio básico, vibrando en una atmósfera vívida, llorando en una sombra drástica. Encerrado en una prisión esporádica pensando en una vida auténtica al abrigo de un amor platónico en una habitación cálida y sórdida. El rostro raro, lívido y pálido con un alrededor sólido y plástico queriendo recuperar lo perdido volviendo a los perfiles del pasado. Preguntando al mañana en la nostalgia qué pasará con este mundo mágico plagado de palabras incoherentes que gritan en el eco de unos labios. Bañándose en un vaso de cerveza al lado de una gente carismática que lucha por llenar el vacío tópico de una indiferencia misteriosa. Al fondo de un interminable precipicio con la mente dormida en sueño cósmico llena de ideas mórbidas y bélicas que alimentan la duda de un paso fatídico. Soledad trágica, estática y fantástica llena de mentiras absurdas y cómicas en una alineación un tanto excéntrica dentro de un surco frío y húmedo, callando, al sentir que no es verídico que vivas, al morir aletargado.



Con un alrededor fatuo y desértico que está predestinado a desintegrarse en manos de un ejército de locos que no hacen más que dar pasos en falso y que hablan sin rasgo de cordura de un mundo atómico y acabado. Sin querer ser la presa de un vacío simbólico, irracional, sólido y plástico que consume una esperanza que se pierde en la estética razón de ser mortal. Y luego de estas cavilaciones maquiavélicas escritas en un tono triste y cándido me despierto, porque me encontraba ausente de hechos tan prolíficos y destacados, que al coger el bolígrafo yo escribo más de lo que pienso, más de lo que amo.

José María
Cáceres



Dedicado al hijo de José Mercé

Ya no puedo más llorar
pues lágrimas ya no me quedan
las he derramado todas
con tu muerte traicionera.
La vida en ti había puesto
por verte siempre crecer
y ahora ya no te tengo
que Dios te ha llevado con él,
¿por qué tan pronto te llamó?
Es difícil de pensar
que ya no escuche tu voz
y en la vida yo me quedo
sin lágrimas y roto el corazón.

**Rectificamos la
información
aparecida en el
número anterior
(Marzo 95, n°
27), en
referencia a la
entrevista a los
APAS de SESI,
en donde se
publicó que su
presidente es
Mari Monje,
siendo en
realidad:
Vicente Sánchez**

FORD - CITRÖEN - NISSAN - MERCEDES



LARGO AUTOMOCION

Vehículos industriales. Automóviles

EXPOSICION Y VENTA:
Peñuelas, 51 (semiesquina al Pº Sta. Mª Cabeza)
Tf: 473 56 86 - 473 05 18

Humor



J. Miguel
Gómez



NOCHES DE CINE



Fco. José
Santos



(ANUNCIOS GRATUITOS)**PISOS, LOCALES Y PLAZAS DE GARAJE**

- Se vende piso en P^a Acacias 2 dormitorios, baño completo, calefacción individual. 18.000.000 Pts. Tf: 468.44.51, Tardes noches.
- Se vende piso c/ Martín de Vargas, 2 dormitorios. 13.500.000 pts. Tf: 517.11.05
- Se vende piso zona Arganzuela. 3 dormitorios. Aire acondicionado. 2 Wc completos. 3 terrazas. 2 plazas de garaje. 29.000.000. Tf: 474.82.59.
- Se vende piso zona Parla. 3 dormitorios. Gran terraza. Cuarto trastero. Orientación levante. 8.500.000. Tf: 474.82.59.
- Se vende piso 150 m². Salón 3 dormitorios, garaje opcional. Tf: 517.07.58. Juan José. Noches
- Se vende piso c/ Aldea del Fresno, perfecto estado, 130 m². Todo exterior, 4 dormitorios, 2 baños completos. Calefacción y agua caliente individuales. Piscina, sauna, antena parabólica. Plaza garaje opcional. Tf: 468.59.33 (Ana) Mañanas.
- Se vende apartamento totalmente reformado. B^o Salamanca, c/ Béjar. Cocina independiente. Interior 2^a planta. 15.000.000 ptas. Tf: 726 72 26
- Se vende ático c/ Alcalá 2 dormitorios terraza 16 m². 14.500.000 pts. Tf: 467.22.15.
- Se vende local 119,12 m². Precio: 19.654.800 ptas. c/ Chile. Leganés I. Tf: 680.07.62. Noches.
- Se vende plaza de garaje doble (dos coches o camión pequeño) en Centro Industrial Legazpi. c/ Hierro, 9. Tf: 468.59.33 (Ana) mañanas.
- Se vende plaza garaje. P^o Esperanza. Tf: 560.20.98.
- Se vende plaza de garaje. P^o Esperanza. Buen precio. Tf: 560.20.98 (Tardes)
- Se alquila piso c/ Embajadores, ideal oficinas o clínicas. Muy comercial, está situado sobre un supermercado. 160 m². Tf: 539.21.96. (Noches)
- Se alquila piso amueblado, c/ Melilla, 4 dormitorios. 125.000 ptas. Incluida comunidad y calefacción. Tf: 474.08.93
- Se alquila piso c/ Arquitectura, 3 habitaciones, calefacción individual, amueblado. Tf: 473.89.56
- Se alquila piso, moderno y amueblado, 3 habitaciones, con calefacción. Tf: 473.89.56. Tardes.
- Se alquila piso ático, 2 dormitorios, semi amueblado, calefacción gas. 85.000pts. c/ Ercilla, 37. Tf: 365.68.69.
- Se alquila plaza de garaje, para coche pequeño. c/ Ercilla, 46. Tf: 474.60.82
- Se alquila plaza de garaje, c/ Ercilla, 46. Coche pequeño. 8.000 pts. Tf: 474 60 82.
- Se alquila plaza de garaje para moto. c/ Naves, 15. Tf: 473.97.00.
- Se alquila plaza garaje c/ Las Naves. 10.000 pts. Tf: 474.55.56.
- Se alquila plaza de garaje. c/ Peñuelas. Tf: 666.33.63.
- Se alquila plaza de garaje para moto. c/ Peñuelas, 38. Tf: 517.60.31
- Se alquila plaza de garaje en P^o Esperanza c/ Gargantilla (zona nueva). Tf: 474.20.88
- Se traspasa tienda en C^o Viejo de Leganés. Tf: 439.39.84 / 565.08.73 (De 18 a 20).

VARIOS COMPRA VENTA:

- Se vende Vespino "AL". Perfecto estado. Regalo "pitón" 65.000 ptas. Tf: 474.94.46 / 474.23.71
- Se vende vestido de comunión. Año 1994. Talla 110. Regalo can-can Tf: 474.61.58
- Se vende Renault 21 TXE Nevada familiar con asientos abatibles, impecable. 726.72.26
- Se venden trajes de comunión modelo "Almirante" en azul y en blanco crudo. Tf: 517.11.25
- Se vende mural de salón, cuatro cuerpos de 80 cm., con librería, bar y vitrina, y mesa extensible de 150x250 con 6 sillas, mural y mesa a juego de madera de teka. Tf: 517.11.25
- Se vende bicicleta de mujer. A estrenar. Tf: 527.00.79.

DEMANDA TRABAJO:**CLASES PARTICULARES:**

- Ingeniero, da clases de Matemáticas, Física y Química, todos los niveles. Roberto. Tf: 547.11.71
- Clases particulares de español para extranjeros. Titulada con experiencia. Gramática y conversación. Precios razonables. Sote. Tf: 473.69.87.
- Licenciados en Ciencias Empresariales imparte clases todas las asignaturas de EGB, BUP, FP, Contabilidad y Universitarios. M^a Jesús, Tf: 528.97.87 y Ángel Tf: 467.42.51.
- Licenciado en Matemáticas da clases particulares BUP, COU y FP. Tf: 569.69.97. Tardes
- Licenciada en latín y griego da clases a todos los niveles. Tf: 527.79.60
- Profesora de inglés nativa da clases a todos los niveles. Tf: 527.79.60
- Licenciada en filología inglesa da clases particulares. Tardes noches. Tf: 530.31.80
- Inglés, profesor con experiencia, colaborador de esta revista, da clases de EGB, BUP, COU. Tf: 527.77.04.
- Inglés nativa, licenciada, todos los niveles, 8 años de experiencia. Marina. Tf: 473.35.06.
- Licenciada en Filología inglesa, con título por Escuela Oficial de Idiomas, clases particulares. Tf: 530.31.80.
- Se dan clases de primaria y EGB en mi domicilio o en su domicilio. Tf: 474.03.16. Sara. Tardes, noches.
- Profesora de Educación especial con experiencia da clases de apoyo a domicilio Tf: 517.22.51. Pilar
- Lda. en Filología Hispánica, da clases de Lengua, Latín, Francés, Inglés, Comentario textos y Español para extranjeros y corrige todo tipo de textos. Tf: 474.31.13. Paloma.
- Profesora licenciada en Inglaterra, vivencia 20 años en USA, da clases partic. 1.500 pts. María. Tf: 517.40.81
- Profesora de EGB da clases particulares, a niños y adultos. (Seriedad) Tf: 467.59.06
- Ingeniera industrial da clases de matemáticas, física e informática. Isabel. 473.73.56
- Profesora titulada da clases (EGB y BUP): matemáticas, física-química, inglés... Tf: 473.02.44.
- Se imparten clases de piano, solfeo, armónica moderna. Cristóbal Delgado. Tf: 528.83.14.

VARIOS DEMANDA TRABAJO:

- Se ofrece asistenta por horas. Aissa. Tf: 477.82.07
- Se ofrece señora responsable servicio domestico, cuidar niños. Saida. Tf: 473.40.25
- Se ofrece para cuidar niños por la tarde. Chelo. Tf: 517.48.74
- Se ofrece señora para limpieza por horas. Jalesa. Tf: 517.69.34
- Se ofrece señora para limpieza o cuidar niños. Fátima. Tf: 517.69.34
- Se ofrece señora para tareas domesticas. Amina. Tf: 477.82.07
- Se ofrece persona joven para limpieza, cuidar niños, vecina, responsable. Rocio. Tf: 475.05.30
- Se ofrece señora por horas, colaboradora de esta revista. Carmen. Tf: 517.30.88
- Se ofrece señora responsable para limpieza Manika. Tf: 473.40.25
- Se ofrece para limpieza o cuidar niños. Fátima. Tf: 517.09.93
- Se ofrece señora para limpieza, por horas o todo el día. Responsable. Jalima. Tf: 437.03.65
- Se ofrece señora para trabajo de casas, interna. Amina Berraisoul. Tf: 477.82.07
- Se ofrece señora para trabajar de asistenta por horas y también cuidaría enfermos. Pilar. Tf: 467.81.46.
- Se ofrece chico para portero o conserje. Tf: 528.96.36.
- Se ofrece para cuidar niños, estudiante extranjera de 28 años. También para tareas del hogar y clases de inglés. Tf: 317.39.60.
- Se ofrece chico para realizar trabajos en ordenador o máquina. Alejandro. Tf: 469.15.20
- Reparo e instalo aires acondicionados, extractores, botelleros, etc... Tf: 473.16.98. (Contestador). Juan José (colaborador "Onda Arganzuela")
- Se solucionan problemas en su PC (compactación de disco, archivos, virus, etc...) Tf: 517.60.31
- Se ofrece solador alicatador (en paro). Antonio. Tf: 517.30.88
- Se ofrece modista de alta costura. Pilar. Tf: 473.30.52
- Se pasan trabajos a ordenador. M^a Carmen. Tf: 473.70.60 (Noches)
- Se ofrece chica para cuidar niños. Mari Nieves. Tf: 528.96.36.
- Ingeniera Industrial realiza trabajos en informática, incluyendo programas. Tf: 473.73.56.
- Se arreglan bajos de pantalones, faldas y cremalleras. Tf: 517.11.25
- Se ofrece señora responsable para dar desayunos, cenas y acompañamiento noches a personas mayores o enfermos. Tf: 517.18.61. Berna
- Se ofrece vecino conocido para trabajar en el ramo de hostelería, con 20 años de experiencia. (Encargado, camarero etc.) José. Tf: 517.61.11
- Me ofrezco para ayudar a personas enfermas por las tardes (de 5 a 7). Tf: 473.30.52 (Mario)
- Se ofrece señorita para cuidar niños y ayuda domestica. Tf: 517.18.61. Cristina
- Se ofrece para cuidar niños o personas mayores por las tardes. Interesados llamar al. Tf: 447.47.76. Preguntar por María.
- Se ofrece auxiliar de clínica para trabajar en clínicas o residencias. Ana. Tf: 468.30.93.
- Cuido niños y ancianos por las tardes. M^a Elena. Tf: 527.77.04.
- Se ofrece ama de casa responsable, para cuidar ancianos por las tardes. Tf: 462.45.01
- Se ofrece chica para limpieza y llevar niños al colegio. Pilar. Tf: 474.17.61 ó 517.41.79.
- Se ofrece profesional de hostelería, experiencia: 19 años, para trabajo en hoteles, restaurantes. Cocina, office, barra. Tf: 473.35.61. Pita
- Cartas de Tarot, Lectura de Manos, Astrología. Toñi. Tf: 517.07.87

OFERTA TRABAJO:

- Busco personas serias. Ofrezco negocio independiente sin riesgo. Mínima inversión. Formación y asesoría gratuitas. Tf: 473.13.81
- Trabajo bien remunerado para señoras responsables. Interesadas llamar al Tf: 563.29.18 - 563.29.01. Sra. Indurain.

CIBELES PIEL

PELETERÍA

- **FABRICACIÓN PROPIA**
- **TRANSFORMACIONES**
- **ARREGLOS**
- **SERVICIO A MEDIDA**

MODA VAQUERA

*Vaqueros desde
3.500 pts.*

FINANCIACIÓN

PLAZA DE PEÑUELAS, 3



RENAULT

MINUTO

ANGEL SANZ, S.A.

Pº Esperanza 37-39 . Tf: 473.65.48. Fax: 473.05.11

EXPOSICIÓN DE VEHÍCULOS NUEVOS Y DE OCASIÓN

**CAMBIE EL ACEITE
Y EL ANTICONGELANTE
POR SOLO:**

7.990 pts (*)



**CAMBIE ACEITE
ELF - PRESTIGRADE:**

3.495 pts (*)

**PUESTA A PUNTO
CON CAMBIO DE ACEITE,
BUJÍAS, FILTRO DE AIRE Y
CONTROL DE CONSUMO
CON REGLAJE**

EN TESTER:

8.990 pts (*)



(Excepto Turbos, 16 válvulas y 6 cilindros)

*** IVA Y MANO DE OBRA INCLUIDAS**

**OFERTA:
NEUMÁTICOS, BATERÍAS
AMORTIGUADORES,
ESCAPES:**

30% Dto.



**CAMBIE LAS PASTILLAS
DE FRENO POR:**

5.995 pts (*)

ABRIMOS LOS SÁBADOS

Y POR SUPUESTO, TRABAJAMOS TODAS LAS MARCAS



Tintorería Dolix

- SUPERLIMPIEZA EN SECO ASÉPTICA Y BACTERIOLOGICA.
- CONSERVAMOS TODO TIPO DE PRENDAS FUERA DE TEMPORADA SIN RECARGO.
- TRABAJOS GARANTIZADOS EN PELETERÍA FINA, ANTE, NOBUCK Y CUERO.
- SERVICIO URGENTE EN 8 HORAS

**RECOGIDA DE ALFOMBRAS
A DOMICILIO**



PASTELERÍA - BOMBONERÍA



Rovier

TU REPOSTERÍA DEL BARRIO

c/ Ercilla, 11
Tf: 517 06 53

Endulza tu vida

ORBEDECO S.L.

c/ Las Naves, 14
28005 MADRID

Tf: 517 58 40

Fax: 517 36 47

- REFORMAS DE PISOS Y LOCALES
- MOBILIARIO DE COCINA Y BAÑO
- PERSIANAS
- ELECTRODOMÉSTICOS

PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO



PEDIATRA

Especialista en Aparato Digestivo
y Nutrición Infantil

(Dr. Javier Hernández González)

*El pediatra es el buen
amigo de los niños*

c/ Melilla 5, esc. 3ª, 3º-B Tf: 474 26 81



MOBILIARIO DECORACIÓN

c/ MORATINES, 13
Madrid - 28005

Tf: 473 43 97