

# LA Opinión

MAYO - 95

Ej. gratuito

Nº - 29

Tf: 474 24 60

PEÑUELAS  
ARGANZUELA



## Los vecinos opinan sobre la limpieza en el barrio

**ELECCIONES  
MUNICIPALES:**  
entrevista a  
**José L. Gómez**  
de la Plataforma  
**Humanista**



**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





**La Opinión****DIRECTORA:**

Geni González Alonso

**REDACTORA JEFE:**

Fini S. Pizarro

**REDACCIÓN:**

Choni Soto  
Puri G<sup>a</sup> Calderón  
Berna Chaves Prado  
Carmen Cabal

**MAQUETACIÓN:**

Carlos Cabezas  
Paloma Pérez

**COLABORADORES:**

M<sup>a</sup> 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:

## Elecciones Municipales y Autonómicas 95

Durante estos días tendremos la oportunidad de participar de manera decisiva en la política de nuestro país. Son estas elecciones locales las que nos afectan mas directamente a todos los vecinos. Por tanto, ahora es el momento, en estas elecciones, para hacernos oír y que nuestro barrio adquiera unas bases sólidas para un mañana mejor. Con nuestro voto podemos encauzar nuestro futuro y acertar a dar una solución a los problemas que nos acucian diariamente.

Pero también es cierto que existe una gran frustración entre los vecinos. Se nos ha pedido varias veces el voto, nos han prometido un montón de cosas, pero posteriormente no se nos ha tenido en cuenta a la hora de tomar decisiones. Como ha venido ocurriendo en todas las elecciones anteriores, sólo en estos días parece que todo es posible, todo es fácil, para todo hay dinero. Muchos vecinos se preguntan si después de pasados estos días de animación, no se volverán a agotar los presupuestos tan rápidamente como en las ocasiones anteriores.

Al mismo tiempo, los partidos tradicionales ocupan los grandes medios de comunicación y desde ahí tratan de limitarnos y de hacernos ver que únicamente podemos escoger entre muy pocas alternativas. Pero en realidad, estas 'alternativas' que ellos presentan son como distintas interpretaciones del mismo guión y ese es el problema; el guión ya está escrito con la pluma del capital financiero, y los políticos tradicionales tienen claro con quien tienen que cumplir. Para unos será el dinero y para muchos la justificación, la postergación de las promesas, y el olvido. De ellos podremos esperar un parche aquí o allá, pero no vamos a depositar nuestra confianza en que ellos sean los que nos van a llevar a la transformación en profundidad de esta sociedad.

Las actividades que ha venido desarrollando el Centro Vecinal

desde hace ya tres años en el distrito de Arganzuela han estado orientadas a fomentar la comunicación entre los vecinos, tratando de restablecer el tejido social tan fragmentado por los valores imperantes del aislamiento y el egoísmo. Primero se puso en marcha esta publicación al servicio del barrio, y meses después empezaron las emisiones de "Onda Arganzuela". Al mismo tiempo que se restablecían esas relaciones se ponían en marcha acciones encaminadas a mejorar la Calidad de vida, la Salud y la Educación de nuestro barrio. Hemos estado trabajando y organizándonos con mucha ilusión y ganas para devolver el poder de decisión al barrio, poniendo a los vecinos como valor y preocupación central.

Eso hemos estado haciendo durante los últimos tres años, y no sólo en estos días de campaña electoral. Por ello creemos que tenemos que tomar públicamente una postura en favor de la candidatura que justamente impulsa esta línea de acción: la coalición **Plataforma Humanista**. En ella están incluidos compañeros que han puesto en marcha este Centro Vecinal y llevan trabajando desde su inicio.

Los puntos que proponen (democracia directa, no sólo un voto cada cuatro años; ley de responsabilidad política de los cargos electos; devolución del poder de decisión a los barrios, y poner el vecino como valor y preocupación central), los hacemos totalmente nuestros. En realidad estos han sido siempre los puntos que nos han animado y dado fuerzas desde un principio para trabajar por este barrio, y son los que nos van a seguir impulsando ahora y después de las elecciones para conseguir entre todos un barrio mejor, un barrio más humano, para todos.

**IGUAZU LIBRERÍA PAPELERÍA**  
Alonso del Barco 3. Tf / fax: 539 07 60  
**Fascículos. Sellos de caucho**  
**Encuadernación. Plastificados**  
**SERVICIO DE FAX**

**CORTINAS Y DECORACIÓN**  
**MARY-PILI**  
MIGUEL SERVET, 5  
Tf: 468 06 61

**CAFETERÍA****Los Robles**

**C/ LAS NAVES, 15**  
**TF: 473 90 81**

**ESPECIALIDAD EN PULPO**  
**CHULETAS DE LECHAL**

**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**





ONDA ARGANZUELA

# Las mañanas de María José Losada



Fini S. Pizarro

**¿Sabía usted que hay un programa los Sábados de 11 a 12 en Onda Arganzuela?**



**¿Qué es lo que te decidió a llevar un programa en Onda Arganzuela?**

La fascinación por la radio es lo que me decidió a intervenir en esta emisora; y desde estas páginas quiero agradecer públicamente a los directores Roberto

Espinosa y José Luis Gómez-Plácito la ocasión que me han dado al ofrecerme este programa, con el que tengo la oportunidad de dirigirme a través de los micrófonos de Onda Arganzuela a todas las personas que sintonizan nuestro dial.

**¿A quién va dirigido "Las mañanas de M<sup>a</sup> José Losada"?**

Se hace pensando en nuestros mayores que apenas pueden leer porque ya la vista no se lo permite, y en las amas de casa mientras realizan su admirable y nunca bien ponderada tarea diaria en el hogar.

**¿Con qué espacios cuenta?**

En el programa hay un espacio para la poesía, el teatro, la música y algunos temas de interés general como son las ordenanzas municipales del Ayuntamiento de Madrid, los animales, el medio ambiente, etc...

**¿Quiénes formáis el equipo del programa?**

Lo formamos D. Francisco Azorín, permitiéndome la lectura de sus libros "Leyenda y anécdotas del viejo Madrid" y "El Madrid devoto y romero"; el licenciado José Jorge Salgado, corresponsal en España del Instituto Hondureño de

Cultura Hispánica con el espacio escrito y realizado por él: "Como yo conozco Honduras", donde semana tras semana nos acerca con su prosa elegante a ese bello país lleno de asombrosos contrastes; y en los controles Mohammed Al-Asil.

**¿Quieres añadir algo mas para nuestros lectores?**

Bueno, dar las gracias a todas aquellas personas que sintonizan el programa y que con sus llamadas y cartas nos animan para seguir adelante tratando de superarnos día a día. Muchas gracias por la buena acogida.

**¿Quién es M<sup>a</sup> José Losada?**

Madridense, vecina de Arganzuela, desde muy temprana edad siente inquietud por las Bellas Artes; la danza, el teatro, la música...

Realiza sus estudios musicales en el Real Conservatorio de Madrid. Debuta como tiple cómica, interviene en varias temporadas de zarzuela, y ya como soprano realiza actuaciones en diversas ciudades españolas con mucho éxito. Recitales y conciertos jalonan sus carrera como cantante. Graba un LP "Homenaje a F. García Lorca".

Figura conocida en varios países de América donde es muy querida, como Puerto Rico, México, Honduras donde ha intervenido en el Teatro Nacional, conferencias, radio y TV.



## 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. 3<sup>a</sup>, 3<sup>o</sup>-B Tf: 474 26 81

## GABINETE DE MASAJE

### VITAL CORPORAL QUIROMASAJE DEPORTIVO

- Relajación
- Cervicales
- Lumbalgias
- Artrosis
- Tirones
- Tendinitis
- Esguinces
- Contracturas
- Dolor muscular

CITA PREVIA de 16.00 - 21.00 H. Tf: 317 10 25

c/ Laurel 11, 5<sup>o</sup>-I

## SUPER DEPORTES

DE TODO, PARA TODOS

Ofrecemos buenos precios.

Damos calidad y buen servicio.

Abarcamos prácticamente todo en "tiempo libre" y deporte.

c/ Embajadores 41 - B<sup>o</sup> ext. Telf: 530 52 73  
Ctro. comercial Embajadores Mercado S. Fernando



## 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<sup>o</sup>-B  
(Semiesquina a Gta. Beata M<sup>a</sup> Ana de Jesús)

PREVIA PETICIÓN DE HORA



## MAQUIBORDA S.A.L.

### VENTA Y REPARACIÓN DE TODAS LAS MARCAS

Ronda Toledo, 30 • 28005 Madrid

Tlf: 530 12 30 / 528 95 59

Fax: 528 95 59

- WERTHEIM
- REFREY
- SINGER
- BERNINA
- PFAFF
- SIGMA
- ALFA
- ELNA





Evodio Santos

## Los pensionistas con la "mosca detrás de la oreja"

**T**odos los mayores sabemos que las pensiones están en el punto de mira del sistema dinerario y vemos muy claramente que el objetivo de este conjunto de reglas, al cual pertenece el gobierno de España, es reducir al mínimo las pensiones de los trabajadores.

Este objetivo, de momento, parece que afecta más a los futuros pensionistas que a los que llevamos ya algún tiempo siéndolo, pero ni los unos ni los otros estamos fuera de ese punto.

Desde hace una temporada las declaraciones del ministro Solbes están resultando empalagosas y preocupantes a los pensionistas: un día nos dice que no se recortarán las pensiones, otro día asegura que se recortarán a largo plazo, y otro recomienda a los trabajadores que, de todas maneras, vayan preparándose sus pensiones particulares. Estas declaraciones tan variadas nos parecen cachondeos infantiles y no pensamientos de personas barbicanas como él.

Y para postre, ahora nos sale a la palestra Botín, el gran avaro, banquero grande él, y voz de la mayor fortuna de nuestro país, asegurando que los trabajadores tienen que hacerse su propia pensión si el día de mañana quieren sobrevivir. (Lo de que se la preparen en "el Santander" lo dirá otro día, no nos apuremos).

Pero, ¿alguien con sentido común puede pensar que ese 24% que se halla en paro forzoso, puede pagarse un fondo de pensiones?. ¿Podría pensar alguien que algún trabajador con contrato de aprendizaje, ahorre para la capitalización de ese fondo?. ¿Habrá algún insensato que piense que un trabajador con un contrato de salario mínimo, realice el milagro insólito



to de llevar a cabo su propia pensión?... El caso gordo es que estos señores de tan poca sesera, dicen siempre que su política es la única posible que se puede llevar a cabo y que no hay otras alternativas.

Tienen que haber otras alternativas, Sr. Botín y Sr. Ministro. Y si ustedes no las tienen, a lo mejor alguien menos dispuesto a proteger los despidos disparatados y la precariedad en los contratos, y con más sentido humano y solidario que ustedes, sí que la tienen. Puede que algún día haya gobiernos o capitalistas más humanizados que piensen que si las máquinas sustituyen a los trabajadores, a esas máquinas se las pueda ordeñar un poco, en lugar de aumentar el IVA, cuya idea resulte ser alternativa.

De cualquier manera, Sres. Solbes y Botín, tanto los futuros jubilados, como los pensionistas que desde hace algún tiempo somos, andamos con la mosca tras la oreja por sus declaraciones. No dudamos que los bancos y cajas de ahorro, en cambio, hayan encontrado en el gran jefe de las avaricias y en el gran despistador, los mejores propagandistas para llevar a cabo la desorbitada idea de fabricar pensiones no sociales, no humanas.

## Una lanza en favor del Pensionista (Declaración Renta)



Sara Pastor

presentar la Declaración de la Renta, unas veces, las más, por el miedo a la complicación excesiva por los continuos cambios legislativos en la materia, otras por el "miedo escénico" (como diría Valdano) que provoca el bombardeo de los medios de comunicación con los consabidos mensajes de "Hacienda somos todos", "Si engañas a Hacienda te engañas a ti mismo", etc. un tanto apocalípticos y con un mensaje velado, pero claro y un tanto equivoco (pues, no siempre es así) de que HAY QUE PAGAR, además se remacha bastante en los límites en los cuales no hay obligación de hacer la Declaración para jubilados y pensionistas (curiosamente la gran mayoría está en esta situación) y en letra pequeña o en un lenguaje un tanto técnico e incomprensible se comenta la posibilidad de qué no tener obligación no significa que no se pueda presentar la declaración en caso de que te tengan que devolver, pues bien, todos estos "miedos" le reportan a Hacienda unos pingües beneficios, pues a más del 50% del Colectivo de Jubilados y Pensionistas tendría que devolverle dinero.

A la pregunta de ¿tengo que pagar? ó ¿me devuelven dinero? que todos los pensionistas se harán en estas fechas, nuestro Gabinete se la puede contestar de forma desinteresada, y solo si se encuentra en el segundo de los casos, es decir, que le devuelvan, confeccionarle su declaración si así lo desea.

**Teléfono de contacto: 416.82.54.**  
**En caso de estar interesado en una charla-coloquio sobre el tema contactar con la revista, para conocer el posible aforo necesario. También pueden dejar su teléfono en 474.26.97.**

**L**a experiencia nos dicta que uno de los colectivos digamos más "favorecidos" en el espinoso tema de la Declaración de la Renta de las Personas Físicas es el de los Jubilados y Pensionistas, y esto por varias razones, entre otras, por ser el I.R.P.F. uno de los instrumentos de que dispone el Estado para redistribuir la riqueza, y sin entrar en valoraciones políticas sobre si el sistema actual es el ideal o puede ser mejorado, sino quedándonos en la cruda realidad de lo que tenemos, dicho Colectivo al tener unas rentas de trabajo (pensiones) muy bajas en la mayoría de los casos, unido al hecho de que tras una larga y sufrida vida de trabajo se ha conseguido reunir unos pequeños ahorrillos, a cuyos rendimientos Hacienda se encarga de gravarles con un sabroso porcentaje de retención, está lógicamente en buena disposición en el sentido de que su Declaración sea negativa a devolver (En caso de tener retenciones).

Pero "favorecidos" lo ponemos entre comillas pues en muy pocos casos dicho favor lo obtienen los destinatarios, es decir nuestros jubilados y pensionistas, y en la mayoría de los casos dichos favores engordan las arcas del Estado, pues este colectivo es reactivo a

**ARTES**

**MOBILIARIO  
DECORACIÓN**

c/ MORATINES, 13  
Madrid - 28005

☎ 473 43 97



**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**



**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.



Ana  
Herranz



# Los VECINOS OPINAN

*El estado de las calles y aceras es algo que identifica a un barrio. Y en gran parte esto depende del Servicio de Limpieza. En nuestro barrio contamos con mujeres barrenderas. Hemos querido en esta sección preguntar a los vecinos como está el vecindario desde que ellas se ocupan de su limpieza.*

## ¿Cómo veis las calles desde que empezaron a trabajar las barrenderas?



Creo que han mejorado las calles, pero seguimos teniendo la culpa los ciudadanos de que las calles estén sucias. Me parece muy bien la campaña que está promoviendo el ayuntamiento de "Papá, eso no se hace".



Yo lo veo muy bien, pero no tenía queja de los anteriores. Las calles están más limpias. Yo veo a las chicas todas las mañanas recogiendo y creo que lo hacen bien.



Las mujeres están haciendo un buen trabajo y todo se ve bastante limpio. Se ve más gente ahora en las calles ocupándose de este tema.



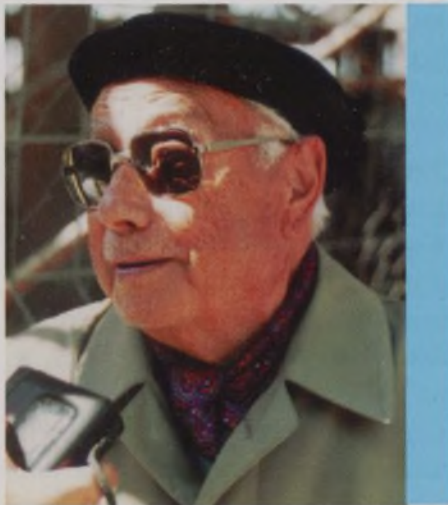
La calle está mucho más limpia. Todos los días pasa un camión mojándola, aparte de las chicas que barren. Las veo en grupos de seis y se lo toman muy en serio. Creo que deberían seguir, porque lo hacen mejor que los hombres



Hace poco que estoy aquí, pero creo que todo está mejor. He visto a las barrenderas y pienso que se lo toman muy en serio. No sé cómo lo harían antes, pero ahora está bien.



Se están preocupando bastante de mantener limpias las calles y quizá están mejor que hace unos años; pero por ser mujeres no implica mejor limpieza que los hombres.



La limpieza de las calles ha mejorado y creo que están mejor que hace unos años. Yo siempre paseo por aquí y no veo nada sucio; estoy contento.



Estoy aquí desde hace cuatro años y siempre han estado limpias estas calles. De vez en cuando se olvidan de recoger las papeleras, pero están bastante bien en general. No me he encontrado nunca la calle sucia.



## CLÍNICA PUERTA TOLEDO

**PROMOCIÓN ESPECIAL EN LIPOESCUPTURA:  
CARTUCHERAS + ENTREPIERNAS + RODILLAS,  
TODO POR SOLO 189.000 PTS**

- **TRAUMATOLOGÍA:** • Cirugía del Pie
- **MEDIC. ESTÉTICA:** • Lipoescultura • Trasplante cabello • Trat. calvicie  
• Mamas: reducción y aumento • Varices • Acné  
• Rejuvenecimiento facial • Aumento labios  
• Tatuajes permanentes • Nariz • Orejas
- **ODONTOLOGÍA:** • Ortodoncia • Endodoncia • Extracciones  
• Empastes estéticos
- **UROLOGÍA:** • Vasectomía • Fimosis • Circuncisión
- **GINECOLOGÍA:** • Exploración mamaria • Revisión ginecológica

CENTRAL: Pº Yaserías, 9. CENTRALITA: 91 - 517 15 37

## 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

## La adoración de los pastores

M<sup>a</sup> Jesús Rodríguez Canora



Entre las obras que posee el Museo del Prado, se encuentran las pinturas de Doménico Theotocopoulos, más conocido por el Greco.

De origen griego, tal y como se desprende de su apodo, el Greco nace en Candía capital de la isla de Creta, en 1541. Tras iniciarse en la pintura bizantina de iconos, marcha a Venecia donde aprende las técnicas de Tintoretto, Veronés, y Ticiano. Más tarde en Roma, el Greco cosecha enemistades dada su crítica a la obra de Miguel Ángel, por lo que decide marcharse a España. Se establece en Toledo, ciudad donde logra el reconocimiento artístico. Allí es solicitado para la realización de retratos de caballeros, así como para encargos eclesiásticos.

A pesar de ello, su éxito fue discutido sobre todo por los entendidos, y no logró ser del agrado del monarca Felipe II.

Una de las obras más conocidas del Greco es "La Adoración de los Pastores", realizada al final de sus días, y destinada a su capilla sepulcral. La pintura, que supera los tres metros de altura, ha sido considerada la obra maestra del final de su vida.

El tema de la Adoración, se divide en dos espacios: el terrenal con la Virgen, el Niño, y los pastores; y el celestial poblado de nubes, ángeles y querubines. Así todo, el Greco ha conseguido la unificación de los

dos mundos y ha representado ambos de forma unitaria, como pertenecientes a una misma realidad. La composición entre circular y romboidal, se centra en la figura del Niño Jesús, de quien irradia la intensa luz que ilumina la escena.

Esta pintura que simula ser "realista" se aleja de todo lo terreno y sensible, para buscar la espiritualidad, lo divino del hecho que se representa. Las imágenes religiosas que dibuja el Greco intentan acercar estos temas al fiel, de manera que éste se sienta contemplando algo sobrenatural.

¿Cuáles son los recursos utilizados por el Greco para crear dichas sensaciones?

Fundamentalmente son tres, y responden a los rasgos que identifican sus obras. Basta contemplar la pintura para percibir el desmedido alargamiento de las figuras, que, como en el caso de los pastores aumentan en musculatura, a la vez que parecen transformarse en llamas ingrávidas, en almas puras. Este rasgo expresionista que es propio de los artistas manieristas adopta en el Greco alturas insospechadas.

El color de la composición nos transporta una vez más a un mundo sobrenatural de colores brillantes, irreales, y puros donde abundan los rojos, los azules, y los verdes intensos.

Pero la utilización de la luz es la verdadera protagonista. Es la luz, que no corresponde a ningún foco natural sino al Niño Jesús la que modela el lienzo de manera fantástica, la luz "divina" ha creado el mundo de brillos y destellos que contemplamos.

El arte del Greco fue olvidado durante años. A finales del siglo XIX, y gracias a la sensibilidad de algunos pintores y críticos se logró su redescubrimiento. Es fácil comprender ante este cuadro la actualidad de su consideración. El Greco fue un visionario, un artista adelantado a su tiempo, no tanto en cuanto al sentir y a la búsqueda de la espiritualidad, como a su técnica extremadamente moderna.

Como alguna vez expresó Eugenio d'Ors: "en el Greco triunfan las que llamaba Pascal "razones del corazón que la razón no conoce".

## Seguridad Vial

## Más circulación Más precaución

Javier Esteban



Con el buen tiempo nos animamos a coger más el coche, entonces al salir mayor número de vehículos a circular, más riesgos corremos en las mismas vías públicas.

Además, nuestro barrio (Arganzuela) es un zona cada día más joven debido a la gran cantidad de viviendas que se están haciendo nuevas, que generalmente son parejas jóvenes las que las compran y se vienen a vivir con nosotros aumentando por tanto día a día el número de vehículos.

Seguimos teniendo el barrio con muchas obras y no se preocupan por avisar las calles cortadas y los desvíos por dichas actuaciones.

En el distrito de Arganzuela, el mayor número de quejas por la circulación coinciden en que los conductores no respetamos lo suficiente los pasos de peatones con o sin semáforo, y en las esquinas al girar con los coches tenemos que respetar y ceder el paso a las personas y animales que los estén cruzando, cosa que tampoco se hace con frecuencia.

Hagamos un buen barrio de circulación, respetando más a los peatones, pero a su vez que éstos crucen por su sitio. En Santa María de la Cabeza, Paseo de la Esperanza, Jaime el Conquistador, Ferrocarril,

Embajadores, Paseo de Acacias, por citar sólo algunos sitios, los peatones no cruzan por donde deben hacerlo, con lo cual el riesgo es mayor tanto para los peatones, como para los conductores.

Hemos dicho varias veces desde esta revista el peligro que tiene la calle Las Naves, frente a la piscina nueva, pues los coches se siguen saltando la señal de obligación, hacen una maniobra prohibida si pensar en el riesgo que esto supone para todos los conductores. Los guardias municipales deberían controlar más estas situaciones y evitar riesgos innecesarios, tanto para el



que conduce correctamente como para el que se salta las señales y no respeta nada.

## CALZADOS Y REPARACIONES

### Amado



c/ Labrador, 12 - Tf: 517 27 46



Javier Esteban Sanz

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

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



## Cartas a la redacción



Manuel Godoy

# El día que llegué al barrio...

Éramos un pequeño grupo de amigos todos jóvenes, aún no habíamos cumplido los veinte años, pero ya estábamos integrados en el mundo de los adultos, por llevar trabajando varios años. Trabajábamos y vivíamos en las "Correderas". Los domingos por la mañana nos gustaba venir al rastro a dar una vuelta y perdernos por sus callejas mirando de puesto en puesto. Con este motivo nos convertimos en asiduos visitantes, pues nos fascinaba aquel mundo de colorido y gracia, no ausente de simpática picaresca. De paso y al término de la visita de nuestro querido Rastro nos tomábamos unos vinos antes de marcharnos para nuestro barrio. También nos gustaba visitar las antiguas tabernas que por aquí había en aquella época; por entonces corrían los años cincuenta.

En otras ocasiones, cuando era la temporada de lucha libre americana, veníamos al Campo del Gas; aquella visita que hacíamos al

barrio de Embajadores era distinta. Aún recuerdo con toda claridad la Glorieta de Embajadores,



surcada por los tranvías y la verja de la antigua veterinaria que daban a aquel conjunto un aire de suntuosidad, y sin proponérmelo ni darme cuenta este barrio ya me había cautivado el corazón. Bastantes años después el destino o el caprichoso azar, vine a vivir a

este barrio, que de joven me gustaba tanto, y a una calle que lleva el nombre de un poeta y militar llamado Alonso de Ercilla y Zúñiga. Y ya va para treinta años que estoy con todos mis convecinos.

¿Qué se puede decir de nuestro barrio?

Mucho es lo que se puede contar de este nuestro barrio, es acogedor, sus gentes sencillas, bien comunicado por donde lo miremos, está bien surtido de comercio donde podemos satisfacer nuestras necesidades de compra, es tranquilo aunque estemos invadidos de coches.

Hay algo que yo he hecho de menos en nuestro barrio,

fue algo que marcó una época, que abrió bienestar y comodidad en nuestra vida cotidiana, fue el gas con su enorme caldera, que a modo de monumento señalaba los límites de nuestro barrio. Debido a su altura lo podíamos contemplar desde la Casa de Campo, la



zona Sur de Madrid y Vallecas. La caldera fue un símbolo, como digo, al mirarla decíamos; "allí está nuestro barrio". Pero a ésta también le llegó su hora y acabaron con ella, así terminó una época decimonónica.

Desde entonces mucho ha cambiado en el barrio y está cambiando aún más. Todo tiene otro aspecto, otro aire, han aparecido cosas nuevas y desaparecido otras. Comprendo que tiene que ser así.

Pero en fin, como dice el dicho popular, de Madrid al cielo, y dentro de ese Madrid está nuestro barrio, y en él estuvo el famoso e histórico "Portillo de Embajadores".

## 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 Yeserías, 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



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

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

Petición de hora tardes:  
Viernes de 6 a 8 h.  
715 84 19





**Una bocanada de aire fresco entre tanta "contaminación"**

## Entrevista a José Luis Gómez-Plácito, número 3 en las listas de la Plataforma Humanista para el Ayuntamiento de Madrid

Carlos Cabezas



**Entrevistamos a José Luis Gómez-Plácito Carrero, 36 años, director comercial, casado, padre de dos hijos y vecino de Arganzuela, donde actualmente desarrolla su actividad social, colaborando con el Centro Vecinal Humanista y apoyando la única radio enteramente de los vecinos, Onda Arganzuela. Es candidato para el Municipio de Madrid por la lista Plataforma Humanista.**



**P.- ¿Quiénes formáis la Plataforma Humanista?**

R.- La forman los partidos Humanista, Futuro Verde y los Verdes Ecologistas. Apoyados por los Centros Vecinales Humanistas de los diferentes barrios de Madrid.

**P.- ¿No pareces un político profesional?**

R.- Ni lo soy, ni pretendo serlo. En la Plataforma Humanista entendemos la política como un servicio; el político tiene que estar al servicio de los vecinos. Al estar este servicio remunerado con dinero público, tiene que existir la contra-

partida de la responsabilidad política. Un candidato electo tiene que comprometer su cargo desde el principio respecto al trabajo a realizar, y esto no se da en la actual democracia.

**P.- La gente piensa que el voto a los partidos minoritarios es un voto inútil.**

R.- El verdadero voto inútil es el que se da a los partidos mayoritarios. No hay más que ver cómo son sus campañas, los miles de millones que requieren de los bancos en formas de créditos. Ahí está el germen de toda corrupción, y a quienes tienen que obedecer posteriormente todos los partidos políticos.

**P.- Pero la imagen que dan a los medios de comunicación es que o ellos..., o el caos.**

R.- Evidente. Lo que ellos no explican es que el caos lo han creado ellos. Y los que están en tela de juicio son ellos. La gente no es tonta y sabe quiénes están a su lado. Nos seducen con promesas que no cumplen, e íntimamente uno sabe que gobiernen los populares o los socialdemócratas casi nada cambiará.

**P.- Los partidos tradicionales se endeudan con**

la banca, ¿de qué manera se financia la Plataforma Humanista?

R.- Cada Centro Vecinal Humanista genera y diseña su propia campaña financiándola con aportaciones económicas de sus militantes y colaboradores ya que la Plataforma Humanista es la expresión política de la labor social que los humanistas desarrollan en los barrios.

**P.- En las propuestas de la Plataforma hay un punto que habla de una banca exenta de intereses ¿Cómo sería esto?**

R.- La "función social" de la banca es el empobrecimiento progresivo de la población y la ruina del pequeño y mediano empresario o comerciante, a través de la usura de los intereses. ¿Quién no vive de cerca esta situación?

Por otro lado, un banco de capital público, exento de interés y dirigido al apoyo y resolución de los principales conflictos como son el paro y la vivienda, es de urgente creación.

**P.- ¿Qué ofrece la Plataforma Humanista frente a los partidos tradicionales?**

R.- El desarrollo de una democracia real y no formal, poniendo a las administraciones en manos de los vecinos, tanto la autonómica como la municipal. Es necesario descentralizar y bajar la toma de consulta y decisiones a los vecinos, creando además una ley de responsabilidad política que garantice el cumplimiento del programa por los cargos electos. Estamos planteando dos puntos básicos: Autogestión Distrital y la entrega del poder a los vecinos.

Me explico. En ciudades como Madrid no se puede gestionar desde un solo Ayuntamiento, sino que es necesario descentralizar, de forma que se puedan atender y resolver los

problemas de la gente, esta autogestión del distrito permite una atención más directa y menos burocrática. Esto ya existe en la mayoría de las ciudades europeas, esto es, un alcalde por distrito. El segundo punto básico es la entrega del "poder municipal" a los vecinos.

**P.- ¿Podrías precisar más este segundo punto?**

R.- Los humanistas proponemos la creación de medios de información distritales como son la TV local, radio, prensa, los cuales traten la problemática vecinal, priorizando los temas de Salud, Educación y Calidad de vida. Respecto a esto se deberían crear medios de consulta permanente. En esta línea es esencial la creación de un foro permanente donde participen vecinos y



distintas asociaciones barriales.

**P.- ¿Quiénes componen la lista de la Plataforma Humanista?**

R.- En nuestras listas no hay profesionales de la política, está compuesta por vecinos voluntarios que ya están trabajando en distintos distritos desarrollando el Plan Humanista municipal. Es de resaltar que hay un 55% de mujeres en ellas.

**P.- Para terminar, ¿cuáles son las razones para votar Humanista?**

R.- Porque somos los únicos que proponemos la democracia directa, la responsabilidad política de los cargos electos, la devolución del poder al barrio, y ponemos al vecino como valor y preocupación central.



**Cabrera-abolsky**

**TIFFANY ART**

**Presupuestos sin compromiso**

**VIDRIERAS ARTÍSTICAS,  
CUARTERONES,  
ESPEJOS,  
ILUMINACIÓN,...**

c/ Arquitectura 2, Bajo-Der. (Plaza Peñuelas)  
Tf: 473 92 66 28005 MADRID



## Medio Ambiente



Eva María Pascual

## De todo, menos para el papel

Desde principios del mes pasado sufrimos la instalación de los 1800 elementos de mobiliario urbano. Según palabras textuales del Ayuntamiento: "decorarían las calles de Madrid".

No sé que entenderá la máxima institución municipal por "decora-

en Arganzuela y los distritos centrales, que obtendrán el 82% del mobiliario.

La novedad, la constituyen los contenedores de pilas, tanto para baterías convencionales como para las de botón, cuya capacidad es de 120 litros. Ante esta nueva

idea puesta en práctica, tenemos, sin duda alguna que felicitar a la Concejalía de Medio Ambiente por la iniciativa, ya que las pilas contaminan miles de litros de agua y tierra, que nunca más se podrán volver a usar.

En cuanto a los contenedores de vidrio, ¡qué vamos a decir! Son los más utilizados por el sector de hostelería y los hogares. Como me decía el otro día Xavier Pastor, y presidente de Green Peace en España, "a mayor número de contenedores, aumentará la

participación ciudadana y, por tanto, los residuos reciclables serán mayores".

Polémica aparte, tanto a favor como en contra, me gustaría volver a llamar la atención de Esperanza Aguirre, Concejala de Cultura y Medio Ambiente, para que en vez de gastarse el dinero en columnas informativas, se lo gastaran en contenedores de papel.



ción", ya que los elementos colocados en las esquinas de nuestras calles son antiestéticos y, en la mayoría de los casos, dificultan la visión de coches y peatones, pudiendo causar accidentes.

Los elementos: columnas informativas, contenedores especiales para la recogida de vidrio y pilas, y soportes informativos, se "plantarán" desde un primer momento

## Consultas Legales

## Parejas de hecho

Carmen Cabrera  
(Licenciada en Derecho)

En la actualidad y cada vez con mayor frecuencia se da el fenómeno de la llamada "familia de hecho" ó "familia no matrimonial", por lo que ha cobrado en los últimos años una gran importancia en la realidad social.

Las condiciones que ha de reunir una "familia de hecho" para considerarse como tal son:

- Cada miembro de la pareja ha de ser mayor de edad.

- Es menester que compartan la existencia, la vivienda, los alimentos, y en una palabra, la vida matrimonial como si de esposos se tratasen.

- Esta convivencia ha de ser estable y duradera, con carácter público y notorio.

Las relaciones personales de estas parejas no producen por sí mismas específicos derechos y obligaciones entre los convivientes. No tienen entre ellos un deber de alimentos en sentido legal y

tampoco un derecho a las contribuciones pecuniarias, por lo que el abandono, sólo en casos muy concretos, podrá pedir resarcimiento al que rompe la convivencia. Tampoco son de aplicación a las parejas no casadas los deberes conyugales típicos de: respeto, ayuda y socorro mutuo, fidelidad, etc...

Respecto a la regulación jurídica de estas "uniones de hecho", la Organización del Consejo de Europa, elaboró una normativa por

la que sugiere a los Estados miembros (entre ellos España), la adopción de las medidas necesarias para que tanto los contratos entre los miembros de las parejas no casadas, como las disposiciones testamentarias entre ellos puedan tener validez. En España todavía no existe una normativa específica sobre estos aspectos.

En el orden patrimonial los miembros de estas parejas deberán regular su situación mediante contrato. En materia de sucesiones nuestro ordenamiento tampoco contempla nada.

Las disposiciones testamentarias serán válidas en tanto no lesionen derechos legítimos (por ejemplo derechos hereditarios de los hijos).

Sólo la disposición transitoria décima de la ley de divorcio de 1981, hace alusión a las uniones familiares de hecho, refiriéndose a los

beneficios de la Seguridad Social y a la pensión correspondiente en caso de fallecimiento de un miembro, en cuantía proporcional al tiempo vivido con el fallecido.

Y la disposición adicional tercera de la ley de 1987 sobre adopción, equipara las uniones de hecho a las uniones matrimoniales, con posibilidad de adoptar simultáneamente a un menor.

(Continuará en la próxima revista)



## 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)



Con mi videncia y tarot, a sus dudas y problemas, encontraré solución.

Tf: 527 05 79



# Remedios naturales contra el acné

Entre las cartas recibidas en nuestro consultorio, son varias las personas interesadas en tratamientos naturales contra el acné, por ello hemos escogido este tema para la revista de mayo.

**Quizás no exista un padecimiento más incomprendido y a la vez más susceptible de producir daño emocional que el acné, ya que se instala en una época crítica del desarrollo de la personalidad.**

Por acné se denomina a la erupción de tipo inflamatorio que suele aparecer en la piel de la cara al inicio de la pubertad y durante la adolescencia, son etapas que traen consigo desequilibrios hormonales que afectan a la secreción de las glándulas sebáceas, induciéndolas a producir grasa en exceso.

En estas circunstancias, la secreción sobrante se seca y solidifica en los poros y los ocluye, la naturaleza trata de liberarlos produciendo una sustancia azufrada que cubre la secreción seca y que ennegrece la parte superior provocando la aparición de puntos negros. Cuando los microorganismos penetran en los puntos bloqueados se producen granitos llenos de pus; se ha instalado un "barro" en el cutis.

Existen dos tipos de acné, la forma llamada acné vulgaris, es la variante más común en el acné juvenil, los granos o espinillas pueden ser negros, cafés o incluso blancos. Otra variante es el acné cístico, que es el siguiente paso del acné vulgaris, y resulta particularmente desagradable por los quistes grandes y rojos que produce, los cuales frecuentemente están llenos de pus. El acné rosácea es la forma más virulenta que se manifiesta con poros gruesos y rojos en la nariz y las mejillas, pudiéndose extender hasta la frente y el cuello. Al infectarse estos poros se transforman en pústulas muy dolorosas y desagradables a la vista.

Cualquiera que sea el tipo de acné que le afecte, el adolescente se siente atormentado no sólo por la erupción sino por el aspecto que le da, y por lo general, se extraen las espinillas o revientan y



exprimen los granos provocando una infección sobreañadida y alguna que otra cicatriz.

Los métodos curativos empleados para tratar el acné son internos y externos, y es preciso a la hora de seleccionarlos tener en cuenta los factores que hacen posible su aparición. Entre las causas más habituales del acné está la constitución, los niños de piel gruesa y poros dilatados son más propensos a padecerlo; la secreción de estrógenos, en las chicas, interviene en la génesis del acné; el desequilibrio en los factores emocionales, existe un tipo de jóvenes que sufren de un acné caracterizado por presentar episodios de angustia, remordimiento y autoacusación; y el estreñimiento entre otros.

Si bien la higiene metódica es imprescindible en todos los casos de acné, el tratamiento natural da magníficos resultados en el acné juvenil, y en el cístico cuando la erupción es moderada; el acné rosácea invariablemente precisa tratamiento médico.

Una buena fórmula es lavar el rostro por la mañana y la noche con agua tibia y jabón de azufre, secar perfectamente la piel y aplicar una loción natural astringente que prepararemos con una parte de alcohol, tres de hamamelis y dos de agua de rosas, que desinfectará, cerrará los poros y ayudará a mantener la acidez de la piel. Dos o tres veces por semana se aplicará una mascarilla de arcilla con un poco

de sal, que absorberá el exceso de grasa, limpiará en profundidad y estimulará la circulación. La forma de aplicar la mascarilla de arcilla es la siguiente: lavarse con jabón de azufre, enjuagar, secar al aire y aplicar fomentos de agua caliente durante cinco minutos. Lavarse con agua tibia y aplicar la mascarilla; dejarla en el cutis durante 20 minutos. Retirarla con agua tibia, secar y aplicar la loción astringente. Cuidar la alimentación procurando que sea lo más natural posible, evitando quesos curados, mantequilla, carnes grasas, pescados grasos, mayonesa, chocolate, embutidos, tocino, fritos, pastelería y bollería fabricada con grasas animales o aceite de coco, bebidas alcohólicas, etc..

Cargar la mano en verduras y frutas frescas, carnes magras (el pollo limpio sin pellejo), pescados blancos a la plancha, hervidos o asados, ensaladas, yogures descremados, leche de soja, etc.

Se recomienda tomar tres tisanas al día de plantas depurativas DEP-4, teniendo en cuenta, si existiera estreñimiento, agregar a la mezcla alguna planta laxante suave. Antes de las comidas tomar dos comprimidos de Vitalid Complex-B, y después dos comprimidos de levadura viva Leciver. Beber al menos dos litros de agua entre comidas.

**Servicio de consulta gratuito: todas las tardes de martes a viernes en INSHERNU, c/ Santa Casilda 5, D. Francisco Ruiz de Sola, destacado herbólogo, atenderá personalmente cualquier consulta sobre tratamientos naturales.**



Francisco Ruiz de Sola

## 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

## 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.



INSTITUTO DE HERBOLOGÍA Y NUTRICIÓN, S.L.

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





## Un paso más

Antonio Pimentel

Ciertamente se va a dar un paso más.

¡Por fin! y después de grandes avatares, se ha destinado una parcelita para poder edificar el Centro Parroquial.

Próximamente, y contando con el marco de esta revista, seguiremos informando de los pasos que se seguirán para unificar las "dos sedes parroquiales" de Ntra. Sra. de Europa. Este Centro Parroquial estará ubicado en la calle de Arganda y dispondrá además de templo, de viviendas para los sacerdotes, locales (despachos, salas de reuniones, de encuentros, de atenciones específicas, etc...)

Hasta este instante, poco más se puede adelantar. Se está trabajando en el proyecto, y esperamos que en la próxima publicación podamos ir informando de lo que será, mejor dicho, lo que se pretende que sea este Centro Parroquial.

### NOTA DE LA EDITORIAL

"La Opinión" está abierta a todos los vecinos para que expresen libremente sus opiniones sean éstas de carácter personal, social, cultural, político o religioso. Solamente ponemos dos condiciones: no plantear la violencia como una forma de conseguir objetivos, y no discriminar a otros. Por tanto, seguiremos estando abiertos a todas las opiniones, coincidan éstas con las mayoritariamente aceptadas, o sólo respondan a opciones más minoritarias entre la población.

## Deportes

# Entrevista a Raúl



Ana Belén Herranz

*Con sólo 17 años, Raúl se ha convertido en la más joven promesa del fútbol español y en ejemplo para miles de chicos que sueñan con él. La popularidad le ha pillado por sorpresa, pero no le asusta la responsabilidad. Es un chico más, que ha visto que su máximo sueño se ha hecho realidad: jugar en 1ª división y nada menos que en el Real Madrid.*

### ¿Cómo es realmente Raúl?

Soy un chico normal que ha tenido la suerte de llegar al Real Madrid, el mejor equipo del mundo, y que tiene que llevar una progresión para alcanzar a la élite del fútbol.

### ¿Qué significa para ti el Atlético de Madrid?

Es el club que me abrió las puertas para ser jugador de 1ª división. Allí me formé durante dos años y he dejado grandes amigos.

### ¿Y el Real Madrid?

Ha sido una subida continua en la que todo el

mundo me ha ayudado para llegar donde estoy. Los compañeros son muy simpáticos y me aconsejan por ser el más pequeño.



### ¿Qué partido ha sido más especial para ti?

Fue el día en el que jugamos contra el Atlético de Madrid, cuando conseguí mi primer gol en la máxima categoría, y me hizo mucha ilusión.

### ¿Cambiarías el éxito por algo?

No.

### ¿Cuál es tu mayor ambición?

Aspiro a ser titular en el primer equipo, que es algo muy difícil.

### ¿Temes al fracaso?

No.

### ¿Qué consejos darías a todos esos chicos que juegan al fútbol en el colegio o en el equipo de su barrio?

Les diría que si les gusta el fútbol se tienen que sacrificar en algunas cosas. Tienen que trabajar mucho desde el principio, intentar mejorar día a día, que no se lo crean, y que no dejen de estudiar.

**Restaurante OVIEDO**

Especialidad en cocina Asturiana

Pº Yaserías, 45 Tel: 474 73 80

**PLADUR**

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

Tf: 474 68 64

**FONTANERIA CALEFACCION GAS**

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

Tf: 474 77 23

**FOTOGRAFIA INDUSTRIAL**

BODAS, COMUNIONES REPORTAJES, BOOKS

Carlos. Tel. estudio: 500 09 97

**~ 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.



## Belleza

# El Bronceado

## Y ALGUNOS CONSEJOS PARA TOMAR EL SOL

Laura  
Rodríguez  
Moya



**A**ctualmente el bronceado puede lograrse por métodos rápidos y seguros, como por ejemplo, con lámparas de rayos U.V.A. Hoy en día podemos encontrar lámparas muy seguras evitando así los



peligros que surgen al tomar el sol en exceso, además del clásico, eritema en la piel, deshidratación, arrugas y envejecimiento prematuro. También las casas de cosmética, que constantemente se van renovando, nos ofrecen toda una gama de productos tratantes para evitar en la mayor parte posible los problemas ya citados. De esta manera, a la vez que se consigue un bonito bronceado, estamos realizando un verdadero tratamiento de la piel. Los bronceadores tienen filtros solares en distintas proporciones dependiendo de la sensibi-

lidad y la pigmentación de la piel.

- Existen dos escalas:
  - Escala Europea o método DIN: va del 2 F.P. al 13 F.P.
  - Escala USA: va del 4 F.P. al 26 F.P.
 De manera que el 24 F.P. de USA corresponde al 12 F.P. Europeo.
- Algunos bronceadores contienen tirosina para acelerar el bronceado, también contienen un factor hidratante para mantener la piel elástica.
- Existen también activadores de la melanina. Su función es la de producir una estimulación de las células melanocíticas para que el bronceado sea más intenso.
- Emulsiones autobronceadoras que contienen un agente autobronceador sin sol (dihidroxiacetona: DHA).
- Leches para después del sol. Su finalidad es calmar e hidratar, y suelen llevar en su composición plantas refrescantes.

### Consejos para tomar el sol:

- 1º Durante las primeras exposiciones al sol, no permanecer largo tiempo.
- 2º Es más aconsejable tomar el sol en movimiento.
- 3º Si se está medicando, tomando por ejemplo sulfamidas, antibióticos o tranquilizantes, pedir consejo al especialista para evitar riesgo de fotosensibilidad.
- 4º Los rayos entre las 11.00 h. y las 15.00 h. son más irritantes que bronceadores; en estas horas hay que protegerse un poco más.
- 5º El factor de protección indica cuantas veces puede ser aumentado el tiempo de exposición. Por ejemplo, si la piel no protegida tolera un tiempo de 10 minutos, con un factor de protección 4, tolera 40 minutos.
- 6º Los niños deben protegerse con un factor de protección alto (12 europeo o 24 USA)

## Salud

# Cáncer de mama

Dra. M<sup>a</sup> Isabel  
García Fdez



*Entre los tumores malignos más frecuentes en la mujer se encuentran el cáncer de mama y el cáncer cérvico-uterino.*

La forma más frecuente de diagnosticar el cáncer de mama es cuando se encuentra una masa (tumor) palpable en alguna de las mamas. Aunque el cáncer de mama puede presentarse en ambos sexos, es mucho más frecuente en la mujer. Para detectar precozmente cualquier tumoración en las mamas es necesario que las mujeres se hagan el "autoexamen de mama", que consiste en la realización de una palpación de las mismas, presionando hacia la parrilla costal, en forma ordenada por cuadrantes, superior externo e interno y el inferior externo e interno. Este examen debe realizarse todos los meses. Aunque todas las "tumoraciones" que se palpan no son malignas, es necesario realizar otras pruebas que permitan hacer el diagnóstico exacto. Estas pruebas son la punción y estudio anatómo-patológico del material obtenido, y si fuera necesario la biopsia de la tumoración. Existen otros estudios que pueden realizar el diagnóstico precoz, como la mamografía, una placa que puede ser de ayuda, por lo que se orienta que se realice anual o bianual si la mujer tiene más de 50 años. También se realiza en menores de esta edad cuando existen factores de riesgo como antecedentes familiares cercanos con cáncer de mama (madres, hermanas), personas obesas, precedentes de mastopatías anteriores, uso de píldoras anticonceptivas y hormonas. La conducta a seguir ante una tumoración de mama es visitar en seguida a su médico que le indicará las investigaciones necesarias. Si se diagnostica como positiva de cáncer de mama, se realiza la extirpación de la misma (mastectomía), y si es necesario se pone tratamientos con citostáticos (medicamentos que actúan contra las células malignas) o se dan sesiones de radioterapia. Sólo el diagnóstico precoz y el tratamiento oportuno permiten la curación del cáncer de mama.

### 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

20 %  
DE DESCUENTO  
AL PRESENTAR  
ESTE ANUNCIO

### GRANDES DESCUENTOS

JOYERÍA - RELOJERÍA  
ARTÍCULOS DE REGALO

**Gar Zon**

Facilidades de Pago

Martín de Vargas, 2 28005-Madrid Tf: 517 34 09



# Decoración: COCINAS

Por Ana Cristina Paratcha  
(ORBEDECO, c/ Las Naves, 24)

La cocina es una de las piezas mas importantes de nuestra casa ya que en ella se unen la funcionalidad y la estética. Hoy en día, los hábitos familiares han variado y la cocina debe de evolucionar con nosotros.

Este es la clave que nos ha obligado a abrir el abanico de posibilidades de los últimos tiempos. En el mercado han aparecido diferentes módulos como por ejemplo paneros, verdule-

ros, botelleros, dispenseros con cestas extraíble, gavetas para la batería, escoberos, vitrinas y un largo etcétera para el ahorro de espacio y tiempo.

Dicho espacio es también un ahorro en el resto de la casa ya que podemos situar en él un lugar para comer, hacer compañía a la cocinera o cocinero, la tertulia e incluso para ver la programación de televisión preferida.

Otros temas a tener en cuenta es el color, el

material y la

textura. Centrándonos en nuestro barrio, donde, como en casi todos los barrios de Madrid, las cocinas son de unas dimensiones un poco reducidas por lo que podemos optar por una gama de tonos claros tales como verdes claros, salmón, grises, azules; bien solos o combinando puertas y costados con tonos

afines, sin quitar amplitud y luminosidad.

Con la mejora de los electrodomésticos y materiales de los muebles nos ahorramos tiempo en la limpieza y conseguimos una mayor duración de la cocina.

Llegamos a la conclusión que la cocina no debe de ser el lugar menos deseado de nuestro hogar, porque para ello nos encontramos cerca de vosotros, aquí en el barrio, para que juntos busquemos una solución cómoda y atractiva, ajustándonos a vuestras posibilidades.



**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

## ILUMINACIÓN YAÑEZ

### LA CASA DE LAS PANTALLAS

MUEBLES Y CUBRE-RADIADORES A MEDIDA

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

### Espejo en Resina

M<sup>o</sup> del Carmen Colmenero



## MATERIALES

- Un espejo
- Pintura al agua de manualidades
- Pinceles de estarcir
- Patinas doradas
- Lija de madera

## REALIZACIÓN

El marco del espejo se lija un poco para que la pintura agarre mejor. Después se pinta de blanco, y después del tono elegido (en este caso un tono de verde), una vez seca esta pintura, con el pincel de estarcir se va estarciendo con otro tono de verde o más oscuro o más claro, y así sucesivamente varios tonos de verde.



Una vez todas estas manos de pintura seca, en los salientes del marco se patina con oro, cobre, etc... y así se termina nuestra magnífica obra de arte.

Que os quede muy bien. Hasta otra.

## CLINICA ORIENTAL

DIGITOPUNTURA

ACUPUNTURA

REHABILITACIÓN

C/ ARQUITECTURA, 5 • 28005 MADRID • TF: 474 84 91 - 504 11 77 • FAX: 504 11 77

- |                       |                         |                             |
|-----------------------|-------------------------|-----------------------------|
| • Artrosis            | • Mareo, Vértigo        | • Migraña, Jaqueca          |
| • Ciática             | • Infecciones repetidas | • Asma, Tos                 |
| • Artritis            | • Falta de inmunidad    | • Diarrea, Estreñimiento    |
| • Lumbago             | • Diabetes, Bocio       | • Tumores, Insomnio         |
| • Desviación columna  | • Parálisis, Embolia    | • Todos los dolores, etc... |
| • Hernia discal       | • Problemas menstruales |                             |
| • Reumatismo          | • Cáncer de mama        |                             |
| • Depresiones, Stress | • Esterilidad           |                             |
| • Hepatitis crónica   | • Frigidez, Impotencia  |                             |





**Marina Godoy**

## MADRID

Madrid, jungla del asfalto,  
tan tirano, tan cruel,  
Madrid, que me roba el alma.  
¡Ay Madrid!, Madrid me mata  
y me da vida a la vez.

Yo te quiero por tu historia,  
por el calor de tus fiestas  
y te llevo en la memoria  
y esté en Murcia o en Segovia  
echo de menos mi tierra.

Aunque me siento española  
donde quiera que me encuentre  
cuando el hacha de la muerte  
descargue su golpe en mí  
quiero que sea en Madrid.

En el Rastro encontrarás  
todo aquello que imagines,  
aquí hay teatros y cines  
la movida cultural  
y lo que tú necesites.

Salas de exposiciones,  
artistas incomprensidos,  
calle de los pintores,  
cuesta de los libros,

Parque de atracciones,  
y si te sientes vencido  
no te rindas, no abandones,  
vete al Parque del Retiro  
donde hay árboles y flores  
y títeres para niños.

Va llegando San Isidro,  
me vestiré de chulapa  
y luciré mi palmito  
a la puerta de tu casa  
Algarabía y verbena  
a orillas del Manzanares  
¡Cómo se cura la pena  
la gente de estos lugares!

Pero si en la mala hora  
te llega el aburrimiento  
echa mano de una bolsa  
y sumérgete en el metro:  
tiendas y cafeterías,  
emigrantes, chabolistas,  
mendigos, contrabandistas,  
gente de toda calaña  
de dentro y fuera de España.

Mas si aún no has satisfecho  
tu ansia de conocimiento  
de esta ciudad que es la mía  
me atrevo a darte un consejo:  
pasea por la Gran Vía,  
desfile de tribus urbanas  
de todas las especies humanas.

## Poesías

Y si aún te quedan ganas  
llega a la Puerta del Sol  
donde suenan las campanas  
al dar las doce el reloj  
la noche que el año acaba.

En Atocha la estación  
recorriendo los andenes  
donde se cruzan los trenes  
hacia cualquier dirección.  
Madrid, que te quiero tanto,  
Madrid, que me das espanto,  
porque me asusta tu ritmo,  
porque no puedo pararlo,  
porque ya casi no vivo  
ni voy para ningún lado.

¡Ay Madrid del alma mía!  
me desbordas de pasión,  
eres ternura y poesía  
eres olvido y dolor,  
realidad y fantasía,  
Madrid, Madrid de mi amor.

Eres faro que me guía  
con su eterno resplandor,  
que me sume en la agonía  
para volverme mejor  
en mil personas distintas  
con un solo corazón.



**José Vázquez**

## TIEMPO DE DUDAS

No encuentro mi destino  
de mi manera  
nunca lograré nada  
con esta espera  
no hay esperanza  
excepto la clavada  
en una lanza.

Tus ojos son los mares  
mares de sombra  
son mares de mi vida  
y mi deshonra  
mares turquesas  
amor sin desamores  
amor a ciegas.

Quisiera conocerte  
no se quien eres  
no se ni donde estabas  
ni porqué vienes  
a mi cabeza  
puede que seas un castigo  
por mi torpeza.

Solo tengo la espera  
del desengaño  
aunque con esa espera  
me acoja el daño  
el sufrimiento  
es mi fiel compañero  
créeme, no miento.

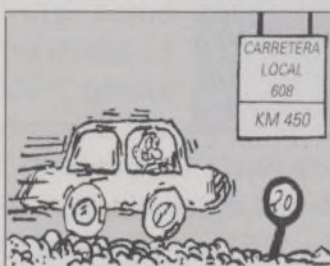
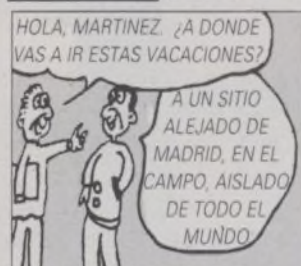
Que me importan las burlas  
de ciertos hombres  
que más da lo que piensen  
algunos nombres  
yo así te siento  
y no hay nadie que pare  
mis sentimientos.

El sentimiento absurdo  
de mi derrota  
apagar el sonido  
de mi alma rota  
no hay nada cierto  
exceptuando una cosa  
y es que te quiero.

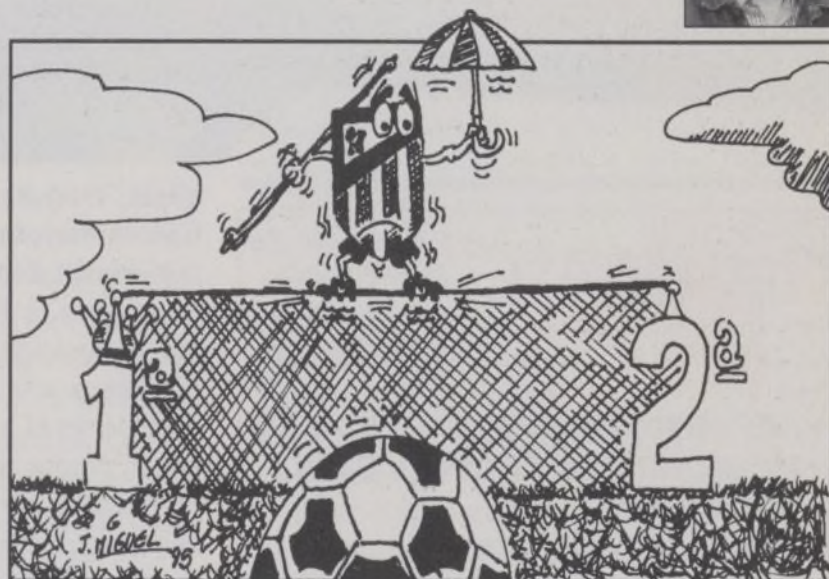


**Fco. José Santos**

## EL PUENTE



**J. Miguel Gómez**

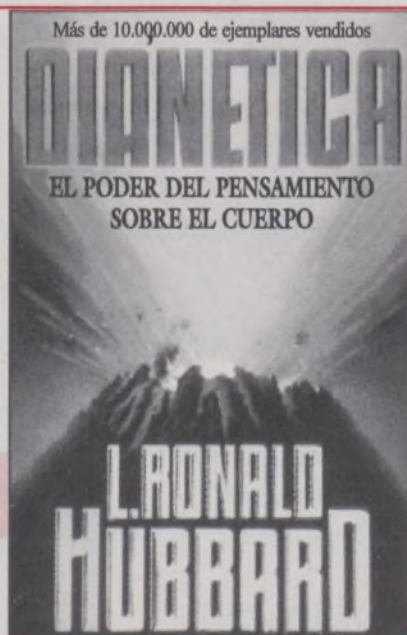


- ¿Cómo puede uno adquirir suficiente confianza para alcanzar sus metas?
- ¿Por qué la gente comete los mismos errores una y otra vez?
- ¿Qué es lo que hace difícil concentrarse?
- ¿Puede la mente influir en tu comportamiento y causarte malestar físico?
- ¿Cómo funciona la mente?

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)



**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



**PISOS, LOCALES Y PLAZAS DE GARAJE**

- Se alquila piso, 2 habitaciones, calefacción central, ascensor, muy luminoso, en Martín Vargas, 23. ☎ 517.05.40 / 517.14.75
- Se alquila piso. Ronda de Toledo. 2 dormitorios, exterior, 4 balcones. 70.000 pts. 4º planta. ☎ 468.30.93
- Se alquila piso, tres dormitorios y garaje. Tardes. ☎ 504.32.85
- Se alquila piso, 110 m², calefacción central, ascensor, gas ciudad. 90.000 pts. ☎ 542.36.24 - Ext: 203
- Se alquila piso amueblado, c/ Melilla, 4 dormitorios. 125.000 ptas. Incluida comunidad y calefacción. ☎ 474.08.93
- Se alquila piso c/Arquitectura, 3 habitaciones, calefacción individual, amueblado. ☎ 473.89.56
- Se alquila local 40 m² aprox. Dos cierres. Jaime el Conquistador, 4. Precio a convenir. Tarde-noche. ☎ 473.03.91
- Se alquila local. Zona Embajadores. Cualquier negocio. Noches. ☎ 539.21.96
- Se alquila apartamento en Benidorm. Playa de Levante. 3 - 4 plazas. Parking y Piscina. ☎ 474.85.85
- Se alquila plaza de garaje, c/ Ercilla, 46. Coche pequeño. 8.000 pts. ☎ 474 60 82
- Se alquila plaza de garaje para moto. c/ Naves, 15. ☎ 473.97.00
- Se alquila plaza garaje c/ Las Naves. 10.000 pts. ☎ 474.55.56
- Se vende piso en Pª Acacias 2 dormitorios, baño completo, calefacción individual. 18.000.000 Pts. Tardes noches. ☎ 468.44.51
- Se vende piso c/ Martín de Vargas, 2 dormitorios. 12.500.000 pts. ☎ 517.11.05
- Se vende piso zona Arganzuela. 3 dormitorios. Aire acondicionado. 2 Wc completos. 3 terrazas. 2 plazas de garaje. 29.000.000. ☎ 474.82.59
- Se vende piso zona Parla. 3 dormitorios. Gran terraza. Cuarto trastero. Orientación levante. 8.500.000. ☎ 474.82.59
- Se vende apartamento totalmente reformado. Bª Salamanca, c/ Béjar. Cocina independiente. Interior 2ª planta. 15.000.000 ptas. ☎ 726 72 26
- Se vende ático c/ Alcalá 2 dormitorios terraza 16 m². 14.500.000 pts. ☎ 467.22.15.
- Se vende plaza de garaje amplia, y doble trastero, junto o individualmente. c/ San Anastasio, 2. ☎ 473.95.56.
- Se vende plaza de garaje. Pª Esperanza. Buen precio. Tardes. ☎ 560.20.98

**VARIOS COMPRA VENTA:**

- Se vende mueble de baño de metalcris, un espejo con tulipa, un sofá cama de 1,20 m. Y un banco para hacer bricolage. ☎ 539.10.33
- Se vende Vespino "AL". Perfecto estado. Regalo "pitón" 65.000 ptas. ☎ 474.94.46 / 474.23.71
- Se vende vestido de comunión. Año 1994. Talla 110. Regalo can-can. ☎ 474.61.58
- Se vende Renault 21 TXE Nevada familiar con asientos abatibles, impecable. ☎ 726.72.26

**(ANUNCIOS GRATUITOS)****DEMANDA TRABAJO:****CLASES PARTICULARES:**

- Licenciada en Ciencia Matemática con experiencia imparte clases de EGB, BUP, COU, FP, Universidad (cálculo y álgebra). Precio 1.000 Pts. Tardes. ☎ 517.16.35
- Equipo psicopedagógico da clases particulares de EGB, (ESO), BUP y COU, todas las asignaturas. Tratamientos de problemas de aprendizaje. Atención adaptada a las dificultades personales. Amplia experiencia. ☎ 711.35.38
- Ingeniero da clases de Matemáticas, Física y Química, todos los niveles. Roberto. ☎ 547.11.71
- Clases particulares de español para extranjeros. Titulada con experiencia. Gramática y conversación. Precios razonables. Sote. ☎ 473.69.87
- Licenciados en Ciencias Empresariales imparte clases todas las asignaturas de EGB, BUP, FP, Contabilidad y Universitarios. María Jesús, ☎ 528.97.87, y Ángel, ☎ 467.42.51
- Licenciado en Matemáticas da clases particulares BUP, COU y FP. Tardes. ☎ 569.69.97
- Licenciada en latín y griego da clases a todos los niveles. ☎ 527.79.60
- Profesora de ingles nativa da clases a todos los niveles. ☎ 527.79.60
- Licenciada en filología inglesa da clases particulares. Tardes noches. ☎ 530.31.80
- Profesora de Educación especial con experiencia da clases de apoyo a domicilio. Pilar. ☎ 517.22.51
- Lda. en Filología Hispánica, da clases de Lengua, Latín, Francés, Inglés, Comentario textos y Español para extranjeros y corrige todo tipo de textos. Paloma. ☎ 474.31.13
- Profesora de EGB da clases particulares, a niños y adultos. (Seriedad). ☎ 467.59.06
- Se imparten clases de piano, solfeo, armónica moderna. Cristóbal Delgado. ☎ 528.83.14

**TAREAS DOMÉSTICAS:**

- Se ofrece auxiliar de clínica, para cuidados de ancianos, personas enfermas, compañía, tareas domésticas... Preferible tardes o noches. Verano, cualquier horario. Noches (Sara). ☎ 474.63.06
- Se ofrece para cuidado de niños y tareas domésticas. Mahassin. ☎ 473.40.25
- Se ofrece para cuidar enfermos, limpieza, etc. Amina. ☎ 303.05.61
- Se ofrece para cuidar enfermos, cocinar, planchar, limpieza... Malika. ☎ 380.17.07
- Se ofrecen para cuidar niños. Mañanas y tardes. Soudiya y Sara (17 años). ☎ 474.24.60
- Se ofrece asistenta por horas. Aissa. ☎ 477.82.07
- Se ofrece señora responsable servicio doméstico, cuidar niños. También sábados. Saida. ☎ 473.40.25
- Se ofrece para cuidar niños o personas mayores por las tardes. María. ☎ 447.47.76.
- Se ofrece para cuidar niños por la tarde. Chelo. ☎ 517.48.74
- Se ofrece señorita para trabajos domésticos y cuidado de niños. Esther. ☎ 517.30.88

- Se ofrece para cuidar niños, estudiante extranjera de 28 años. También para tareas del hogar y clases de inglés. ☎ 317.39.60
- Se ofrece chica para cuidar niños. Mari Nieves. ☎ 528.96.36
- Se ofrece para ayudar a personas enfermas por las tardes (de 5 a 7). Mario. ☎ 473.30.52
- Se ofrece para cuidar niños y ancianos por las tardes. Mª Elena. ☎ 527.77.04.
- Se ofrece señora para tareas domesticas. Amina. ☎ 477.82.07
- Señora para limpieza. Petra. ☎ 606.90.44
- Se ofrece señora para limpieza por horas. Jalesa. ☎ 517.69.34
- Se ofrece señora para limpieza o cuidar niños. Fátima. ☎ 517.69.34
- Trabajos por horas. Wafaa. ☎ 532.34.55
- Se ofrece persona joven para limpieza, cuidar niños. Vecina, responsable. Rocío. ☎ 475.05.30
- Se ofrece señora por horas, colaboradora de esta revista. Carmen. ☎ 517.30.88
- Se ofrece señora responsable para limpieza Manika. ☎ 473.40.25
- Se ofrece para limpieza o cuidar niños. Fátima. ☎ 517.09.93
- Se ofrece señora para limpieza, por horas o todo el día. Responsable. Jalima. ☎ 437.03.65

**INFORMÁTICA:**

- Se ofrece para hacer trabajos en Autocad, 3D-Studio, Photoshop. Antonio. ☎ 468.24.60
- Se pasan trabajos por ordenador, mailing, apuntes, contratos, tesis; y traducciones de todo tipo al francés. Amalia. ☎ 474.25.63
- Se pasan trabajos a ordenador. Mª Carmen. Noches. ☎ 473.70.60
- Ingeniera Industrial realiza trabajos en informática, incluyendo programas. ☎ 473.73.56
- Se ofrece para trabajar como secretaria con conocimientos de programas de ordenador, contabilidad y administración. Belén. ☎ 473.74.10
- Se ofrece chico para realizar trabajos en ordenador o máquina. Alejandro. ☎ 469.15.20
- Se solucionan problemas en su PC (compactación de disco, archivos, virus, etc...) ☎ 517.60.31

**VARIOS:**

- Reparo e instalo aires acondicionados, extractores, botelleros, etc... Juan José (colaborador "Onda Arganzuela"). Contestador: ☎ 473.16.98
- Se ofrece soldador alicatador (en paro). Antonio. ☎ 517.30.88
- Se ofrece modista de alta costura. Pilar. ☎ 473.30.52
- Se ofrece chico para portero o conserje. ☎ 528.96.36
- Se arreglan bajos de pantalones, faldas y cremalleras. ☎ 517.11.25
- Se ofrece vecino conocido para trabajar en el ramo de hostelería, con 20 años de experiencia. (Encargado, camarero etc.) José. ☎ 517.61.11
- Cartas de Tarot, Lectura de Manos, Astrología. Toñi. ☎ 517.07.87

**OFERTA TRABAJO:**

- Busco personas serias. Ofrezco negocio independiente sin riesgo. Mínima inversión. Formación y asesoría gratuitas. ☎ 473.13.81
- Trabajo bien remunerado para señoras responsables. Sra. Indurain. ☎ 563.29.18 / 563.29.01

## CIBELES PIEL

### PELETERÍA

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

**MODA VAQUERA**

*Vaqueros desde  
3.500 pts.*

**FINANCIACIÓN**

**Plz Peñuelas, 3 • Tf: 473 56 53 / 59 47**

**PAPELERÍA CARLA**

Pª Acacias, 11. Tf: 474.69.29

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





# 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 (\*)**

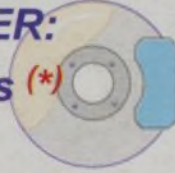


**CAMBIE ACEITE  
ELF - PRESTIGRADE:**

**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 y Multiválvulas)

**\* IVA Y MANO DE OBRA INCLUIDAS**

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

**30% Dto.**



**CAMBIE LAS PASTILLAS  
DE FRENO POR:**

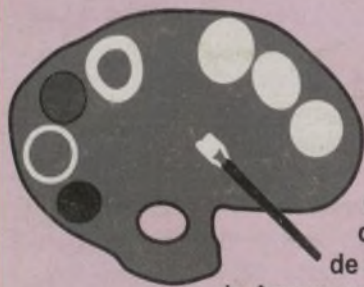
**5.995 pts (\*)**

## ABRIMOS LOS SÁBADOS

**Y POR SUPUESTO, TRABAJAMOS TODAS LAS MARCAS**

**EXPOSICIÓN DE DIBUJO Y PINTURA  
DE LOS ALUMNOS DEL COLEGIO  
SAN EUGENIO Y SAN ISIDRO**

Organizado por el A.P.A.



**Fechas:**  
Del 5 al 16 de  
Mayo de 1.995  
en la "Buhardilla",  
del Centro Cultural  
de la Junta Municipal  
de Arganzuela (Casa del Reloj)

**Horario:** De 9h. a 20h.  
(Lunes a Sábado)

## PASTELERÍA - BOMBONERÍA



# Bovier

TU REPOSTERÍA DEL BARRIO

c/ Ercilla, 11  
Tf: 517 06 53

*Endulza tu vida*

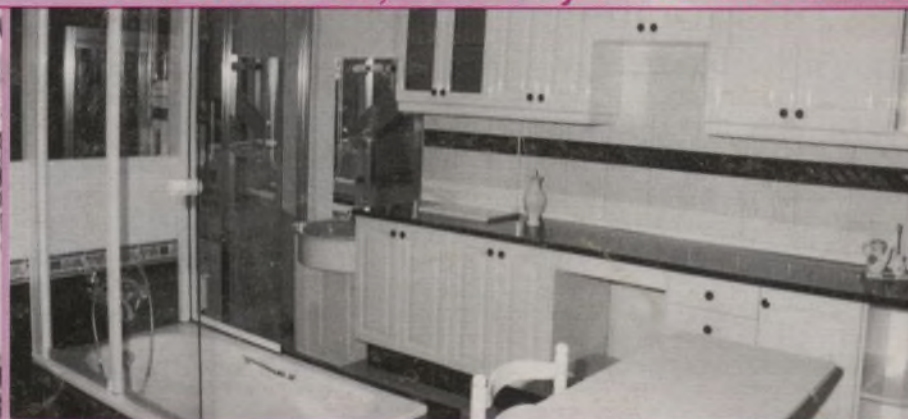
## Construcciones Leirado

**DARIO LEIRADO REY, S.L.**

c/ Moratines, 21. Tf y Fax: 474 33 98



**ALBAÑILERÍA EN GENERAL  
DECORACIÓN EN ESCAYOLA  
PROYECTOS OBRAS  
PROYECTOS DECORACIÓN  
PLADUR - ALUMINIO**



**PINTURA - PARQUET  
CERRAJERÍA  
CARPINTERÍA  
FONTANERÍA  
ELECTRICIDAD**

**EXPOSICIÓN:**  
- MAMPARAS Y MOB. BAÑO  
- SANITARIOS  
- GRES, CERÁMICA  
- MOBILIARIO COCINA

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

### FICHA DE ASOCIADO

**CENTRO VECINAL HUMANISTA DE PEÑUELAS-ARGANZUELA**

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

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

# Hechizo

MODA Y COMPLEMENTOS

BERNARDINO OBREGÓN 19, Local 5  
(PALOS DE LA FRONTERA 3)  
MADRID 28012 TEL: 530 45 06