

# LA Opinión

MAYO 2.001

Ej. Gratuito

Nº- 92

☎ 91 474 24 60  
c/ Labrador, 18

PEÑUELAS  
ARGANZUELA

25.000  
EJEMPLARES

***El ayuntamiento pretende desviar el tráfico por el Pasillo Verde mientras duren las obras de eliminación del 'escalextric'***



**decoritesa**  
PUERTAS BLINDADAS Y DE INTERIOR. REFORMAS

- Puertas Blindadas y acorazadas.
- Puertas de interior.
- Proyectos y realización de obras.
- Interiorismo.
- Frontes e interiores de armario

C/ Las Cigarreras, 6  
28005 Madrid. ☎ 91 539 6056

**DENTA SALUD XXI**  
**CLINICA DENTAL**

Pº YESERÍAS, 15 ☎ TLF: 91 473 27 28

**PROMOCIÓN ESPECIAL**  
(Ver página 11)



## La Opinión

DIRECTOR:

Geni  
González  
Alonso



SUBDIRECTOR:

Pedro Mateos

REDACTOR JEFE:

Fini S. Pizarro

REDACTORES:

Evodio Santos  
Gabino Domingo  
Héctor Asensio  
Marta García  
M<sup>a</sup> Carmen Palao  
Alberto González

COLABORADORES:

M<sup>a</sup> Carmen Martínez  
Choni Soto  
Laura Rodríguez  
Julián Gustems  
Rafael Bueno Novoa  
M<sup>a</sup> Carmen Caballero  
Javier Rocandio  
Sara Martínez-Garrido  
Pilar del Pozo Yuste  
José Félix García

FOTOGRAFÍA:

Daniel Durán  
(FOTO-SUR)  
Bartolomé Marín  
(FOTORED)

DIBUJO:

Germán Moro

PUBLICIDAD:

Fernando Puerta

FILMACIÓN:

AUTOPUBLISH • Preimpresión ARAN

ESCANER PORTADA:

REPROFOTO

IMPRESIÓN:

LETTERGRAF, S.L.

Depósito Legal: M 36062 - 1992

Esta revista se hace sin fines lucrativos. Todos los que en ella participamos no obtenemos ningún beneficio económico.

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

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

Editada por el Centro Vecinal Humanista de Peñuelas-Arganzuela  
c/ Labrador, 18. ☎ 91.474.24.60

# Editorial

## Comienzan las obras de eliminación del escalextric

Ya tenemos encima las obras de eliminación del 'escalextric'. Tenemos que cerrar los ojos, respirar hondo, y aceptar que nos esperan dos años de atascos, ruidos, humos, cláxones, calles cortadas, imposibilidad de aparcar... y lo que esto suele conllevar: estrés, nerviosismo, irritabilidad... Todo esto que parece muy negativo, también puede tener su lado positivo: puede venir bien para plantearnos formas de transporte alternativo a nuestro habitual utilitario cuando nos movemos dentro del barrio. Podemos probar a andar más, que por cierto es muy bueno para la salud, o a utilizar los tan de moda patines, o a apostar decididamente por viajar más en Metro... Porque dejar de utilizar un poco el coche dentro de una gran ciudad no es perder calidad de vida, sino precisamente todo lo contrario.

Al enumerar las previsibles molestias con las que nos vamos a encontrar, no pretendemos dar a entender que no fueran inevitables en una obra de esta envergadura. Probablemente no haya otra manera de hacerlo. Pero sí queremos puntualizar un par de cosas. En primer lugar, como ya hemos dicho en otras ocasiones, nos parece bien la sustitución del 'escalextric' por un túnel. Pero de lo que se trata es de una cuestión de prioridades.

Como todos sabemos, nuestro barrio ha experimentado un gran crecimiento en los últimos años sobre todo a raíz del desarrollo del proyecto urbanístico Pasillo Verde. Desde antes de esta transformación, los vecinos ya venían recordando que nuestro distrito estaba necesitado de equipamientos sanitarios, deportivos, culturales..., necesidad que lógicamente se ha incrementado a la par que se han ido incorporado nuevos vecinos al barrio. ¿Por qué se ha decidido el Ayuntamiento en acometer una obra tan costosa, larga y molesta como es la eliminación del escalextric antes que atender a este otro tipo de reivindicaciones vecinales? ¿Quizás porque afecta a un mayor número de vecinos, o porque es mucho más vistoso? Da la sensación de que nuestros responsables municipales se preocupan más en realizar grandes obras que pueden ser admiradas por todos, como son túneles y fuentes, que en llevar adelante otras más necesarias pero menos vistosas, que afectan a un número más limitado de vecinos. Es como si el Ayuntamiento estuviera actuando de cara a la galería y se preocuparan más de problemas estéticos que de solucionar los problemas de raíz.

Por supuesto que estamos de acuerdo en la sustitución del paso elevado por un túnel; se va a quitar de en medio un montón de hormigón que afea la vista y que estorba; pero de lo que estamos hablando es de prioridades. Porque no se va a realizar esta costosa obra para mejorar el tráfico o las comunicaciones de la zona, tal y como han reconocido las propias empresas constructoras. Lo que todos esperamos es que al menos la solución decidida del túnel

no estropee el tráfico aún más. No, lo del escalextric no es más que un problema exclusivamente de estética.

¿No será, por tanto, más urgente la construcción de un hospital de distrito para que no tengamos que desplazarnos hasta la Concepción? ¿No será más necesario completar las necesidades deportivas? ¿No será más prioritario cuidar y atender las instalaciones existentes para que estén limpias y en perfecto estado de utilización? Creemos que lo realmente prioritario siempre es invertir en sanidad, deporte, cultura u ocio; es decir, en calidad de vida para los vecinos.

En segundo lugar queremos expresar nuestra oposición al hecho de que para desviar el tráfico que discurre por el escalextric se decida utilizar una zona peatonal como es el Pasillo Verde, y además que para utilizarlo para tal fin haya que acometer una obra importante como es la construcción de una rampa de acceso, la eliminación de una hilera de maceteros y la ampliación de la calzada existente. Una obra que dentro de unos meses habrá que deshacer punto por punto lo realizado para dejarlo exactamente como ahora está.

Cuando se realizó el único tramo peatonal del paseo Vallejo Nágera, los vecinos nos preguntábamos que por qué razón su cimentación, tal y como entonces manifestaron los técnicos municipales, era suficientemente robusta como para aguantar el tráfico rodado, por lo que desde entonces ha existido el temor de que acabarían convirtiéndolo, tarde o temprano, en una vía abierta a la circulación de vehículos. Temor que ahora se ha hecho realidad aunque sea de forma provisional. Nadie quiere pensar que al ayuntamiento se le ocurra mantenerlo abierto al tráfico después de las obras; si esto sucediera, sin duda que se enfrentaría a una contundente reacción vecinal. Desechando de momento esta posibilidad, y pensando en lo que hasta ahora sabemos, queremos manifestar desde este Centro Vecinal Humanista y desde esta publicación, que estamos dispuestos a sumarnos a las acciones que se consideren adecuadas emprender ante estas decisiones de la Gerencia de Urbanismo que como siempre nos las encontramos tomadas sin que nadie nos haya siquiera consultado.

## Asesoría Jurídica Gratuita:

Todos los Miércoles de 18 a 19.30 horas. c/ Labrador, 18

# TOLDOS EMBAJADORES

FABRICACIÓN PROPIA E INSTALACIÓN DE TOLDOS:  
MANUALES • ELÉCTRICOS • AUTOMÁTICOS

LONAS • CAPOTAS • MARQUESINAS, ETC.

CERRAJERÍA DE HIERRO: REJAS • JARDINERAS, ETC.

c/ Cáceres, 38 - Local • 28045 MADRID • Tel: 91 473 33 69 • Fax: 91 473 22 04

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	NUM.	PISO	LETRA
CÓDIGO POSTAL		DNI	
CIUDAD		FIRMA	

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



# Los defensores de todo, por decreto del que manda

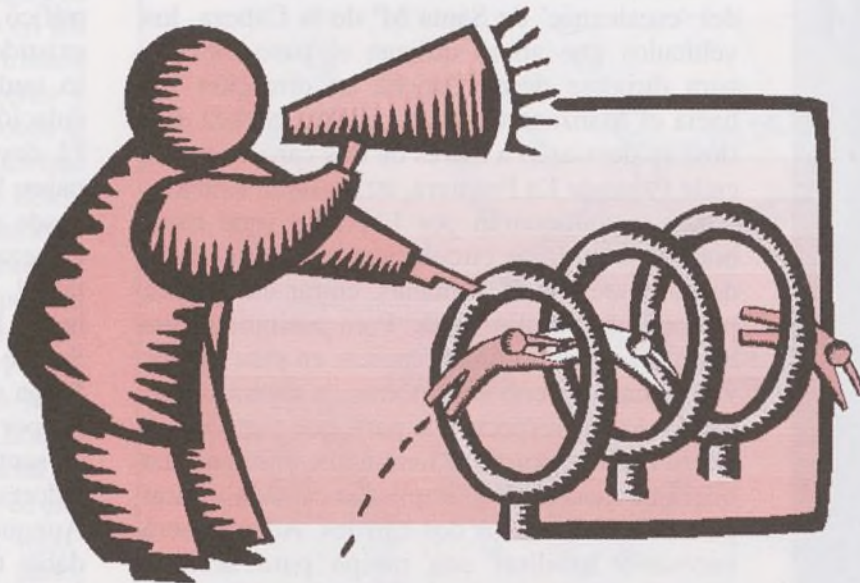


Evodio  
Santos

Tengo la sensación de que a los españoles no nos están saliendo muy bien las cosas. Vengo pensando que si se nos acaba el rollo de las vacas y cerdos aftosos, ya no tendré temas que comentar y me veré obligado a repetirme en algo tan ingenuo como que de vacas blancas sale leche blanca, de negras, negra—como si se tratase de lavar dinero—; de las vacas rojas se sacaba el café con leche y la leche en polvo la daban las vacas que pastan en las llanuras castellanas por donde los camiones, al pasar, levantan polvaradas enormes. ¡Ya, ya!, cada día pasan cosas que dan pie para llenar la radio y la tele de palabras y palabrejas y los periódicos de letras, pero así yo podré hacer mi colaboración.

Me hizo gracia que, en su día, el PP nombrara como Defensor del Pueblo al Sr. Múgica, siendo del PSOE, y yo me preguntaba el porqué. Pasando el tiempo encontraría algunas razones de ese porqué, al verle realizar una labor distinta a la de otros defensores, quedando sorprendido con el rifirrafe que se armó a causa de la Ley de Extranjería. De momento, no nos dijo ni pío, a pesar de tantas y tantas protestas que le llegaron, para luego salirnos con la patada de que era tan guapa y tan constitucional. ¡Múdese ya, señor Múgica! No obstante, tuvo un rasgo que ha dicho algo en su favor al actuar con tanta calma ante la ocupación de su sede por un nutrido grupo de personas del colectivo de inmigrantes, con papeles o sin papeles. Algún otro gobernante habría ordenado utilizar la porra para convencerles de que “el orden con sangre entra”.

Otra cosa que me llama la atención es el hecho de culparse, entre sí, los políticos de los principales partidos. Vemos y oímos sus trifulcas, pero siempre se cierra el telón por los que mandan con la frase: “Y tú, más, puñetero”. Y, siendo verdad lo dicho, también digo que ojalá salgan bien los pactos semisecretos y endebles que preparan para el País Vasco a partir del 14 de Mayo. Me vienen a la memoria unas reflexiones de Bertolt Brecht, que viene a decir, más o menos así: “Fastidiaban a éstos, pero como yo no era ‘éstos’, no me preocupaba, ¡viva la Pepa! Fastidiaban



**“Lo que saca el cliente de Iberia es una tendinitis aguda por mirar el panel de los retrasos y por el descuelgue de músculos al tener que dormir en el banco de la paciencia”**

a los otros, pero como yo no era los ‘otros’, pues ¡viva la Pepa otra vez!, y, fastidiaban a todos, pero como ‘todos’ también era yo, ya era tarde para protestar.” Y en el hipotético caso de que dos, cualesquiera, se uniesen para gobernar, ¿cuánto tiempo tardaría en ser víctima del otro? Y por ley natural, perdería el que menos medios potenciales tuviese. Y es que el cordero nunca se podrá comer al lobo. Ahora no digo, ¡viva la Pepa!, porque aquí se juega mucho.

Estoy contento a medias, pues aunque tarde y mal se ha roto el hielo con lo de las pensiones de viudedad, ya que el aumento del siete por ciento será escalonado y a partir del 2002, cuando la inflación estará pegando fuerte. He hablado de los defensores gubernamentales, pero no son menos chocantes los casos de

los defensores comerciales que también están de moda. Un banco, por ejemplo, se ha inventado el del ‘ahorrador’, pero si alguien se queja de algo, el hipócrita ‘mandao’ le dirá, no antes de los tres meses por supuesto, que se quede tranquilo porque el banquero sólo mira por su dinero. Los sindicatos también actúan como defensores, pero se encuentran con que el gobierno, por un quítame allá esas pajas, les presenta un decretito y todo lo ‘silbaó’ perdido como ocurrió con el pacto laboral.

Las agencias de viajes y las líneas aéreas también tienen defensores para sus clientes, pero, cada dos por tres, te hacen toda clase de puñeterías y luego dicen que la reclamación al maestro armero. En este sentido Iberia se lleva la palma, tiene muchas protestas, pero lo que saca el cliente es una tendinitis aguda por mirar el panel de los retrasos y por el descuelgue de músculos al tener que dormir en el banco de la paciencia. Ellos, los defensores, obedecen a la voz de su amo, quien, por serlo, para nada tiene en cuenta a los que sufren.

## IBERCOLOR LABORATORIO FOTOGRÁFICO

- REVELADO RÁPIDO
- MATERIAL FOTOGRÁFICO
- VIDEO - AUDIO - B/N

c/ Delicias, 14 • 28045 MADRID • ☎ 91 528 48 92

## PELUQUERIA Y ESTETICA

**S.piral**

c/ Laurel, 33 • ☎ 91 474 49 75

Lavado y marcado:	desde 800 pts
Cortar y peinar:	1.500 pts
Lavar, cortar y tinte:	3.600 pts
Mechas, cortar y peinar:	4.200 pts
Por cada 5 marcados, 1 GRATIS	

**Por cada oferta de servicio técnico:  
una espuma L'Oreal GRATIS**

## FOTORED

- REVELADOS
- FOTOESTUDIO
- MATERIAL FOTOGRÁFICO
- REPORTAJES FOTO-VIDEO



**Recordatorios de  
Comunión con  
foto desde 295 pts**

**TRÁENOS TU MÚSICA  
FAVORITA Y TE HACEMOS  
UN VIDEOCLIP EN 5 MIN.  
INFÓRMATE**

Pº Delicias, 10. ☎ 91 539 11 74





Fernando Puerta

## Los coches circularán meses que se emplearán

En cuanto comiencen las obras de eliminación del 'escalextric' de Santa Mª de la Cabeza, los vehículos que ahora utilizan el paso elevado para dirigirse desde Atocha en dirección sur hacia el Manzanares, (unos 50.000 coches diarios) se desviarán a través de dos carriles por la calle Palos de La Frontera, atravesarán Embajadores, y continuarán por Labrador (que cambiará su sentido de circulación) para, a la altura de su cruce con c/ Peñuelas, entrar en la zona peatonal del Pasillo Verde. Para posibilitar esos dos carriles, se prohibirá aparcar en esos tramos y se ganará terreno a las aceras en algunos puntos. En lo que respecta a la parte que transcurrirá por la zona peatonal, se tendrá que eliminar una hilera de maceteros y ampliar la calzada central para dar cabida a los dos carriles. Además será necesario habilitar una rampa para acceder desde Labrador al Pº Vallejo Nágera que se encuentra a mayor altura. Está previsto el cerramiento de esos dos carriles por vallas que aislen la vía y que separen y protejan al resto de la zona peatonal para reducir en lo posible el impacto medioambiental que sin duda se producirá en esta zona tan frecuentada por peatones. No obstante estas medidas, el anuncio de este recorrido ya ha producido protestas entre los vecinos que ven peligrar el escaso legado verde del proyecto urbanístico Pasillo Verde Ferroviario. Ya en su día, cuando se realizó ese tramo del Pasillo Verde se comentó que la cimentación del

paseo era suficiente fuerte como para aguantar el tráfico rodado, por lo que desde entonces ha existido el temor de que acabarían convirtiéndolo, tarde o temprano, en una vía abierta a la circulación de vehículos.

El desvío se completará accediendo desde el paseo Vallejo Nágera al Pº de la Esperanza para desde ahí entrar de nuevo en Santa María de la Cabeza. El flujo de vehículos que utilizan el ramal izquierdo del escalextric para dirigirse hacia Legazpi, se reconducirá por Batalla de Salado. El tráfico de entrada desde le puente de Praga se desviará a través también de dos carriles por la calle Cáceres, que tendrá que cambiar su sentido de circulación para acceder a Embajadores y más adelante al paseo de Delicias. Aunque si es posible, será mucho más recomendable tomar otras alternativas más alejadas de las obras, como son la avenida Ciudad de Barcelona o el paseo de Acacias para acceder a la M-30; y si uno se mueve en sentido contrario, para entrar a la zona desde dicha M-30, será recomendable la salida por Legazpi o por Pirámides.

**Lo mejor será olvidarnos del coche en los próximos dos años.**

Si lo utilizamos, no solamente vamos a quedar atrapados en múltiples embotellamientos, o nos vamos a encontrar con varias calles cortadas, sino que además vamos a tener verdaderos pro-

## por el Pasillo Verde durante los 20 en construir el túnel bajo la glorieta

blemas para aparcar por la zona. Se restringirá (o se eliminará totalmente) el aparcamiento en los tramos por donde discurren los desvíos: tramos de Palos de la Frontera, Labrador, Cáceres y Batalla de Salado. Se cortarán las conexiones al Pº de Sta. Mª de la Cabeza de todas las calles que acceden a esta vía por el lateral derecho desde Atocha hasta Palos de la Frontera, así como el acceso desde Ercilla, Peñuelas y Arquitectura. El túnel que costará 3.100 millones de pesetas tendrá que tener la profundidad suficiente para salvar la línea 3 del Metro y el Ferrocarril del Pasillo Verde. Comenzará a la altura de las calles Marqués de la Valdavia y Murcia, y terminará a la altura de la calle Peñuelas, siendo la longitud total de 910 metros. Serán dos carriles cuyo sentido de circulación será Atocha - Puente de Praga, suprimiéndose el ramal de Embajadores. Por tanto, para tomar esa dirección hacia la plaza de la Beata, habrá que rodear la glorieta en su superficie. Aunque el plazo de ejecución de esta obra se había fijado en un principio en 17 meses, desde la propia Gerencia de Urbanismo ya se habla de una duración no inferior a 20 meses.



Los vehículos que desde Atocha se dirijan hacia el sur tendrán que discurrir por este paseo peatonal

### BOX SERVICES BOX EMBAJADORES

**ASESORES INMOBILIARIOS FINANCIACIÓN Y GESTIÓN**  
COMPRA - VENTA - ALQUILER DE PISOS

**LE OFRECEMOS INFORMACIÓN DE NUESTRA AMPLIA OFERTA DE PISOS CON FOTOGRAFÍAS INFORMATIZADAS.**

<b>PASILLO VERDE</b> 80 m². Altura 6. Antigüedad: 6 años. 2 dormitorios. Baño. Ext. Garaje. Piscina. Tenis. Zonas comun. <b>31.000.000.-</b>	<b>FERROCARRIL</b> 40 m². 1 dormitorio. Antigüed: 25 años. Aire acondicionado. Cocina amueblada. Excelente estado. <b>19.000.000.-</b>	<b>STA Mª CABEZA</b> 70 m². 2 dormitorios. Antigüed: 27 años. Baño y aseo. Trastero. Muy luminoso. <b>28.000.000.-</b>	<b>MARTÍN VARGAS</b> 85 m². 2 dormitorios. Antigüedad: 3 años. 1 baño. Exterior. Gas natural. Excelente estado. <b>31.000.000.-</b>
<b>EMBAJADORES</b> 90 m². 3 dormitorios. Baño y aseo. Exterior. Armarios empotrados. <b>35.000.000.-</b>	<b>EMBAJADORES</b> 68 m². 3 dormitorios. Interior. Luminoso. Altura 5. Ascensor. Cocina amueblada. Aire acondicionado. <b>22.500.000.-</b>	<b>EMBAJADORES</b> Casa indiv. 2 plantas. Interior. Luminoso. 250 m². 6 dormitorios. 4 baños, 1 aseo. Patio interior 65 m². Totalm. reformado. <b>68.000.000.-</b>	<b>EMBAJADORES</b> Local. 60 m² útiles. Planta calle. Despacho, trastero. Reformado. <b>23.000.000.-</b>

*Lo que estaba buscando*

**91 517 81 06**  
EMBAJADORES, 88 • [www.boxservices.es](http://www.boxservices.es)

### SU FLORISTERÍA DEL BARRIO

- Reperto a domicilio
- Ramos de flores
- Centros de flores naturales y secas
- Composición de plantas naturales y artificiales
- Ramos de novia
- Decoración de iglesias
- Coronas
- Decorados de oficinas
- Jardinería general

Arte Floral

Más de 20 años de profesionalidad nos avalan

10% DE DESCUENTO



Pago con tarjetas de crédito:



Pº Sta Mª de la Cabeza, 15  
91 530 88 40 - 91 467 11 17 • Tel y Fax: 91 222 67 77

### DARIO LEIRADO REY, S.L.

MORATINES, 21  
Tlf y Fax: 91.474.33.98  
Construcciones Leirado

ALBAÑILERÍA EN GENERAL  
DECORACIÓN EN ESCALOYA  
PROYECTOS DECORACIÓN  
PROYECTOS OBRAS  
PLADUR - ALUMINIO

GRANDES DESCUENTOS  
EXPOSICIÓN: MAMPARAS Y MOBILIARIO BAÑO.  
SANITARIOS. GRES, CERÁMICA. MOBILIARIO COCINA.

PINTURA - PARQUET  
CERRAJERÍA  
CARPINTERÍA  
FONTANERÍA  
ELECTRICIDAD

**CLÍNICA DENTAL ERCILLA**

**TU SONRISA, NUESTRO OBJETIVO**

- Financiación sin intereses
- Tratamientos garantizados
- Últimas técnicas odontológicas
- Todas las especialidades

OBSEQUIO DE UN CEPILLO CON SU LIMPIEZA BUCAL

C/ ERCILLA, Nº-27  
Tfno: 91 474 54 86



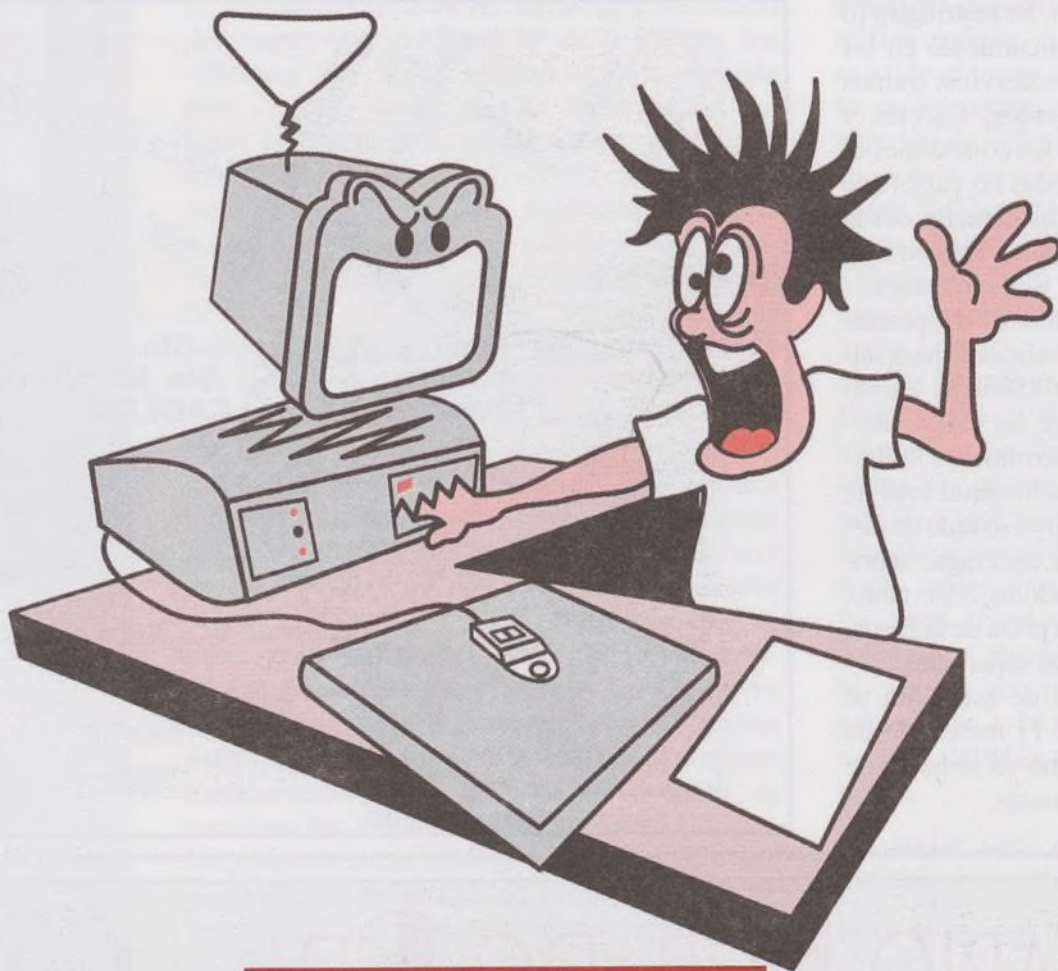


Julián  
Gustems

Ayer me vi atrapado: no funcionaba o no supe hacer funcionar la máquina expendedora de billetes del ferrocarril, no fui capaz de integrarme en sus misteriosas manipulaciones y tomé el tren sin billete. Esto me costó un disgusto, pues el revisor no me creyó, ni tanto así, y me gritó mil perrerías que me avergonzaron ante el resto de los viajeros. No le valieron mis explicaciones; para él yo era sólo un defraudador, alguien merecedor de la cárcel. Para huir de la vergüenza me apeé en la primera estación.

Hoy, para ir por el mundo, uno ha de conocer todos los sistemas con que se apoya la modernización. Uno ha de comprar el billete del tren, o del metro, o del autobús a través de una máquina no siempre comprensible. Y uno ha de procurarse de monedas suficientes, por esto del cambio, y confiar en que va a acertar. En las estaciones ya no hay empleados.

Eso de las tarjetas está muy bien para quien ha crecido con ellas: con la tarjeta se busca el dinero en los cajeros automáticos, se comprueban los saldos de las libretas y se puede comprar con ellas cualquier otra cosa. Vivir con tarjetas es hoy una maravilla, aunque yo



**"Pienso que mi generación se va desdibujando y que pronto seremos considerados analfabetos, pese a la cultura acumulada por tantos años y tantos estudios"**

soy de los que todavía agradece la palabra del empleado del banco, y contar el dinero y saludarle. Ya sé, cada vez somos menos los que llegamos a las ventanillas para sacar dinero: esto es como ser un antiguo, alguien fuera del siglo. Comprar la entrada para el teatro, pedir hora al médico, reservar plaza en el restaurante, y mil cosas más se hacen ya por teléfono o por tarjeta. La vida es así en estos momentos y yo estoy viviendo fuera de tiempo. No llegué a conseguir escribir en el ordenador, ni pongo mis escritos en un correo electrónico. Ni pensar en utilizar Internet, (¿para qué sirve si ya tenemos las enciclopedias?).

Pienso que mi generación se va desdibujando y que pronto seremos considerados analfabetos, pese a la

cultura acumulada por tantos años y tantos estudios.

Me temo que terminaremos enchufados en una máquina de esas, que lo solucionan todo, y no seremos más que una página en eso que han dado en llamar: [www.com](http://www.com).

### CONSULTA DE PSICOLOGÍA

Estados depresivos • Ansiedad  
Miedos • Obsesiones • Pareja  
CONSULTA INICIAL GRATUITA  
☎ 91 474 09 54

### CORTINAS Y DECORACIÓN MARY-PILI

MIGUEL SERVET, 5. ☎ 91 468 06 61

### BUFETE BUENO-RECIO ABOGADAS

• Penal • Laboral • Matrimonial  
**VIOLENCIA DOMÉSTICA**

c/ Martín Soler, 2 • ☎ 91 527 42 93  
(CONSULTA INICIAL GRATUITA) 91 539 60 78

### ANGEL SANZ, S.A.

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

**MECÁNICA, ELECTRICIDAD, CHAPA, PINTURA,  
LUNAS, SONIDO, AIRE ACONDICIONADO**

### SERVICIO RÁPIDO

- PASTILLAS
- DISCOS
- NEUMÁTICOS
- ESCAPES
- BATERÍAS

**ASISTENCIA  
GRUA 24 H.**



**Revisión General PRE ITV**

### OCASIONES DEL MES 1 AÑO DE GARANTÍA

- Audi A4 TDI 110 cv. Full equipé.  
Año 99. 3.275.000 pts.
- Ford Scorpio 2900 24 v. F. eq. (cuero)  
Año 98. 2.175.000 pts.
- Renault Scenic RXE DTI. (13.000 km)  
Año 2000. 2.400.000 pts.
- Volkswagen Golf TDI. Full equipé.  
Año 95. 1.525.000 pts.
- Opel Vectra 2000 DTI. 16 v. Full eq.  
Año 98. 1.950.000 pts.
- Suzuki Vitara 1.900 TD. Aire acond.  
Año 99. 2.025.000 pts.

## FREIDURIA DE GALLINEJAS

c/ Embajadores, 84 • **Cordero lechal únicamente** • ☎ 91 517 59 33

Ayuntamiento de Madrid



# Homenaje a las madres



Fini S.  
Pizarro

Nunca un homenaje fue tan merecido como lo es el que se celebra en el 'Día de la Madre'; ...nuestras madres que nos lo han dado todo sin pedir nada a cambio. ¡Qué madre no ha querido lo mejor para sus hijos! Noches sin dormir... el trabajo... la casa, y aún así siempre dando, siempre cuidando de nosotros.

Incluso en el peor de los casos, el de aquellas madres que no han podido o sabido cuidar de sus hijos, (¡a veces la vida nos pone en situaciones tan difíciles...!), no tenemos derecho a juzgar su comportamiento; el hecho de habernos traído a este mundo ya es un acto de generosidad que les debemos.

En ninguna escuela enseñan a ser madre, se aprende a ser madre por instinto, aunque sea con el ánimo



de la continuación de la especie humana. ¿Es que no es esto lo más hermoso y grande de este mundo?

En esta ocasión me voy a permitir recordar aquellas madres que ya nos dejaron este último año, y, en especial, les dedico este homenaje a dos muy entrañables: Juliana, la madre de mi amiga Conchi, por quien siento un gran cariño, y a Consolación, mi queridísima madre, para quien será el beso más grande de mi vida, el mejor regalo que pueda hacerle a quien me dejó la más grande herencia que pueda tener, como son la bondad y el cariño hacia los demás.

Habrán quien valore todo esto cuando ya se ha perdido, pero yo lo he podido comprobar todo en vida. ¡Gracias mamá! Un beso a todas las madres del mundo.

## BAR GHOST

### Asador de POLLOS

POLLO ASADO CON PATATAS,  
PIMIENTOS Y SU SALSA ..... 900 PTS

Vinos y productos con denominación de origen

c/ Rafael de Riego, 26 • 91 528 54 52  
ABIERTO TODOS LOS DÍAS

## LUNARIA

### TIENDA ESOTÉRICA

ACEITES, TALISMANES, INCENSOS, TAROT,  
ESTUDIOS NUMEROLOGÍA, ASTROLOGÍA, FENG SHUI  
C/ SEBASTIÁN ELCANO, N°-1 (ESQ. EMBAJADORES, 63)  
TEL: 91 539 33 65 - 629 98 25 38

## La Casa de los Tresillos

MOBILIARIO EN GENERAL

## Muebles ComBar

**INAUGURACIÓN  
PRECIOS INCREÍBLES**

Calle Delicias, 6 (Frente Ambulatorio)  
Telf: 91 527 70 36 / 629 666 782

## REMBRANDT GESTIÓN INMOBILIARIA

c/ Labrador, 13, esquina c/ Ercilla. 28005 Madrid.

Tel: 91 474 81 00

**FINANCIACIÓN 100 %**

### PISOS EN VENTA:

**ERCILLA**  
Apartamento.  
Ascensor.  
Sólo pintar.  
Para entrar.

15.500.000

**PLAZA PEÑUELAS**  
50 m², 2 dormitorios.  
Baño completo. Cocina amueblada.  
Gas natural. Totalmente reformado.  
A estrenar. Exterior.

19.000.000

**MARQUÉS DE VADILLO**  
60 m².  
2 dormitorios.  
Baño completo.  
Exterior.

16.500.000

**CALLE ERCILLA**  
60 m², 2 dormitorios.  
Baño completo.  
Ascensor. Exterior.  
Necesita actualizar.

20.000.000

**PLAZA BEATA**  
90 m².  
4 dormitorios.  
Baño. Aseo.

24.300.000

**MARQUÉS DE VADILLO**  
90 m². 4 dormitorios.  
2 baños completos.  
Recién reformado. A estrenar.  
Portero físico. Exterior.

24.500.000

**CALLE JUAN DUQUE**  
90 m².  
3 dormitorios.  
Exterior.  
Para entrar.

27.000.000

**DELICIAS**  
3 dormitorios.  
Baño. Aseo.  
Para entrar.

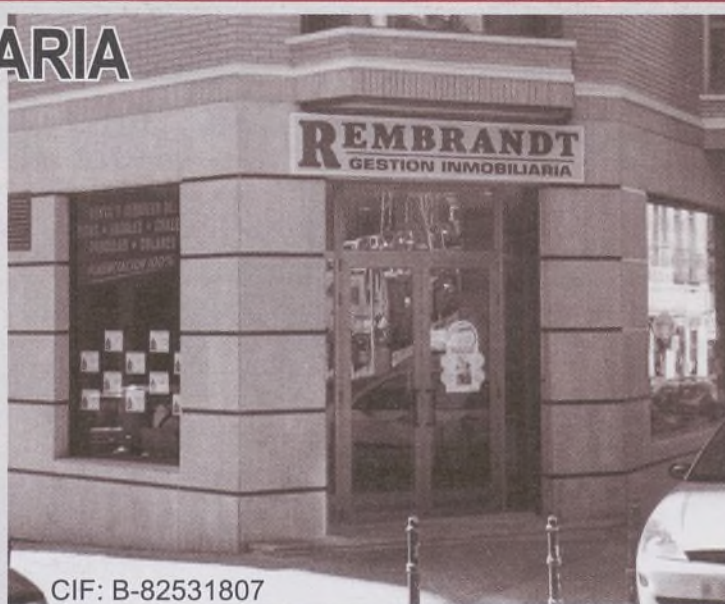
27.500.000

**C/ TORRES MIRANDA**  
90 m².  
3 dormitorios.  
Exterior.  
Reformado.

30.000.000

**GLORIETA SANTA MARÍA DE LA CABEZA**  
105 m² útiles. 4 dormitorios.  
2 baños completos.  
Portería. Exterior. Nada de ruido.  
Finca semilujo.

31.000.000



CIF: B-82531807

**EMBAJADORES**  
90 m². 3 dormitorios.  
Baño completo. Cocina amueblada.  
3 armarios empotrados.  
Portería. Exterior. Finca 20 años.

27.500.000

**DELICIAS**  
Finca señorial.  
107 m². 3 dormitorios.  
Salón de 40 m².  
Baño. Aseo.

35.000.000

Tenemos el cliente que necesita para vender su piso.  
Pase por nuestra oficina donde un equipo de profesionales le atenderá sin compromiso.





Fernando Puerta

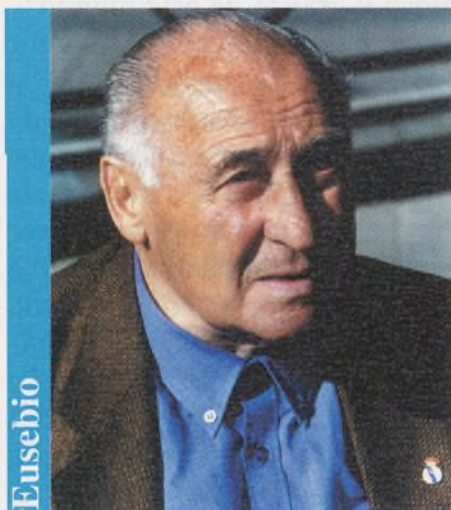
# Los VECINOS OPINAN



Bartolomé Marín

*Nuestro barrio ha experimentado un fuerte crecimiento en los últimos años. Hemos querido preguntar a los vecinos si ya hay demasiadas casas y empiezan a faltar zonas de esparcimiento en algunas partes, es decir, si entienden que haya llegado a poblarse el barrio excesivamente.*

## ¿Crees que el barrio está excesivamente poblado?



Eusebio

"Creo que el barrio ha mejorado mucho y ahora está bastante bien. Coches sí hay muchos, hay exceso, y también es cierto que en este momento hay viviendas de sobra"



Pilar

"El barrio ha ido mejorando y se ha puesto ultimamente muy bien. Lo que no está bien es de limpieza. Por la zona del Pasillo Verde han edificado muchas casas pero son muy caras"



Eugenio

"No, no creo que haya crecido en exceso. No estamos superpoblados, tenemos zonas verdes, parques; hace 15 años sí que estábamos fastidiados y no había tantas casas"



Mariano

"Para mi gusto, el barrio no ha crecido excesivamente. Quizás hay muchas casas pero como pasa en todos los lados. El barrio está bonito, mucho mejor que antes cuando no había Pasillo Verde. Tanto coche no nos gusta, pero está todo Madrid igual. A ver cuando nos quitan el escalextric"



Paco

"Sí se puede llegar a saturar el barrio. Ya en su día, desde el primer proyecto, yo sabía que el Pasillo iba a ser mucho pasillo y poco verde. He vivido muy de cerca todos los proyectos que se han ido sucediendo en torno a esta zona. Pero la verdad es que no creo que el barrio esté demasiado saturado de viviendas; lo que sí haría falta ante este crecimiento de población sería un aumento en los servicios. Pensar en sistemas sanitarios, colegios, guarderías, etc... Qué viene mucha gente joven"



Emilio

"Hay exceso de viviendas en el barrio pero también en Madrid. Tenemos el problema que tiene cualquier gran ciudad: el tráfico y la demografía. Pero el barrio me parece bastante habitable y un buen sitio para vivir. Se podría mejorar pensando en entradas alternativas para el Sur, a las dos únicas vías existentes hasta ahora: Sta. M<sup>a</sup> de la Cabeza y Delicias"



Antonio

"Ahora hay mucha población debido en parte a la inmigración; hay casas en las que viven muchos más de los que deberían... y eso produce una densidad bastante alta. Por lo demás está bien de casas, quizás un poco caras. Lo único que echo de menos es un hospital en condiciones, precisamente cada vez más necesario por lo que están construyendo"



M<sup>a</sup> Asunción

"Lo que faltan son más medios, más servicios, centros médicos,... Muchos espacios que habían previsto para zonas verdes los han dejado para viviendas u oficinas. La verdad es que me gusta el barrio, estoy muy contenta en él; ha ido mejorando en los últimos años, pero se ha ido masificado un poco y hay carencias de servicios. Deberían dotar más espacios para zonas verdes y para servicios imprescindibles"

Todas las fotos publicadas en esta sección se pueden recoger totalmente gratis en El Centro Vecinal Humanista - La Opinión, c/ Labrador, 18.

**Clinica Dental Salud 2000**  
Cuidamos de la Salud DENTAL de su Familia

**Especialidades:**  
Ortodoncia  
Endodoncia  
Odontopediatría  
Medicina oral  
Periodoncia  
Rehabilitación oral  
Estética dental  
Cirugía bucal  
Implantología oral

**Facilitamos el pago de su tratamiento**

C/ BAÑOS DE MONTEMAYOR, 1 • 28005 MADRID  
Tels.: 91 517 65 28 - 91 517 61 77

**GRATIS, PRIMERA REVISIÓN CON VIDEO DIAGNÓSTICO**

**Urantia, s.a.**  
viajes CICMA - 839  
CÁCERES, 35-37 • 28045 MADRID

**VERANO 2001 Precios Especiales de Vacaciones**

**INFORMACIÓN Y RESERVAS**  
902 157 287  
(De 9.30 a 19.30 h.)

Servicio a domicilio

PASAJES DE AVIÓN - TREN - BARCO • ALQUILER DE COCHES  
HOTELES • APARTAMENTOS • CRUCEROS • VIAJES ORGANIZADOS • CIRCUITOS

**Financiamos su viaje hasta en 6 meses sin intereses**



# La vida en comunidad o la 'odisea' contemporánea

El problema de la convivencia no es nuevo. Ya en la Grecia clásica, los más destacados pensadores reflexionaron en torno a la vida en comunidad y a las relaciones interpersonales en el contexto social. Aristóteles ya nos condenó en su momento a la condición de animales sociales, en tanto en cuanto su maestro, Platón, había imaginado el prototipo de ciudad ideal en la *República*. Más tarde llegaría la lapidaria frase que nuestra sociedad actual ha hecho suya: *'El hombre es un lobo para el hombre'*; resumen ultrapesimista del resultado de los más bajos instintos del ser humano.

En nuestra realidad cotidiana el gregarismo es una realidad incontestable; sin embargo, estamos a años luz de conocer y habitar un proyecto de ciudad en el que quepamos todos sin estrecheces, incomodidades ni molestias. La paradoja es terrible, porque si bien nos necesitamos unos a otros para sobrevivir, no es menos cierto que solemos acabar hartos de esa proximidad, la cual, en determinado momento, puede llegar a antojárnosnos 'pegajosa', sobre todo en las grandes ciudades. El caso de Madrid es prototípico, ya que el emigrante, aquel que proviene de núcleos de población más reducidos, establece pronto con la capital una especialísima relación de amor-odio, difícil de superar.

A veces, la misma ciudad, con su eterno compendio de obras, atascos y ruidos varios —sin olvidar el caso, extremadamente grave, de las barreras arquitectónicas para los minusválidos—, se nos revela antipática, destemplada, grosera. No obstante, la contrapartida de estas desventajas reside en una cuestión de perspectiva. Si nos obstinamos en

prestar atención únicamente a ese tipo de elementos negativos, como resultado obtendremos una imagen sesgada de la ciudad en cuestión, con el consiguiente estado de estrés y aversión hacia ella haciendo mella en nuestro ánimo. Por el contrario, si tenemos la inmensa suerte de toparnos en nuestro quehacer cotidiano con personas amables, correctas y desinteresadas, nuestra atención debería tender, por lo general, a 'desviarse' hacia ellas, esto es, hacia el elemento humano que cada ciudad contiene.

Pero la auténtica prueba de fuego de la convivencia y de la fórmula urbana, lo que muchas veces nos impele a retirar dolidamente nuestra fe en el hombre y en su idea de población moderna, es la vida en comunidad. La palabra 'ático' adquiere, así, un poder especial por lo que tiene de evocadora. El último piso de los bloques de viviendas trae a nuestra mente una idea de independencia y sosiego difíciles de alcanzar en la práctica. La institución de 'los vecinos de arriba' acaba por convertirse, pues, en la pesadilla de la mayoría de los 'urbanitas'. Sin embargo, como suele decirse, no



M<sup>a</sup> Carmen Palao



es oro todo lo que reluce, y la perita en dulce del ático puede volverse en contra de sus orgullosos propietarios en forma de pertinaz filtración de agua de lluvia y demás humedades. Luego llega la conversación con el presidente de la comunidad, que convoca la consabida reunión a la que acuden dos o tres vecinos de un total de cuarenta y tantos. Allí se expone el caso y la solidaridad brilla por su ausencia: si usted tiene goteras, aquí servidora no tiene la culpa y, además, hace siglos que he pedido que se me arregle y pinte el descansillo y ni caso. Pero lo más gracioso es que, con frecuencia, el administrador de la finca se pasa de listo y contrata a su cuñado para que instale la tela asfáltica que le hace falta al tejado, estafando con innumerables triquiñuelas a las personas que, con su aportación económica mensual, le dan de comer sin preguntarse en manos de quién han depositado su confianza. Supongo, no sin cierta amargura, que el lector se reconocerá en estas líneas, escritas por una atribulada hija de la vida moderna. Espero que algunos de nuestros vecinos, después de haber leído esto, sean capaces de ponerse, por una sola vez, en el lugar de los que vivimos al otro lado del tabique.



## NOR EDREDON *Placer en el dormir* GRAN LIQUIDACIÓN

POR **CIERRE** DE NUESTRA TIENDA DEL P<sup>o</sup> ESPERANZA  
**¡DESCUENTOS DEL 25 AL 70%!**

FUNDAS SILLÓN O SOFÁ DEL 25 AL 60% DE DESCUENTO. EJEMPLO:  
SILLÓN: DE ~~12.900~~ A 5.160



IMPRESIONANTES ENCAJES,  
ALTÍSIMA CALIDAD EN ALGODÓN  
Y VARIAS MEDIDAS: 30% DE DTO.



FUNDAS NÓRDICAS:  
30, 50 Y 75% DE DESCUENTO



EDREDONES PLUMÓN  
30% DE DESCUENTO



FUNDAS ARTESANALES PARA  
CAMA INDIVIDUAL, BLANCO O  
CRUDO: DE ~~54.000~~ A 21.500

COLCHAS TAPICERÍA MODELO AMERICANO 135 DE ~~28.000~~ A 16.900 EN ESTAMPADOS A 7.500.  
JUEGOS DE SÁBANAS, MANTELERÍAS, CORTINAS, MANTITAS MULTIUSOS, ALFOMBRAS Y MUCHOS  
OTROS ARTÍCULOS MÁS, MÍNIMO 25 % DE DESCUENTO. ¡¡NO SE LO PIERDA!!

P<sup>o</sup> Esperanza 3, ☎ 91 517 34 11 (CENTRAL: c/ Blasco de Garay 36, ☎ 91 593 39 39)





Pedro

## Plan de igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres del municipio de Madrid

El Ayuntamiento de Madrid ha elaborado un Plan de igualdad de Oportunidades entre Mujeres y Hombres en el municipio de Madrid, con el fin de eliminar las situaciones desfavorables.

Se han puesto en marcha 113 medidas para conseguir 23 objetivos todos ellos planteados en su Plan de igualdad de Oportunidades. Estos objetivos pretenden lograr la equiparación de la mujer con el hombre, eliminando la discriminación y las situaciones desfavorables que todavía hoy siguen padeciendo las mujeres. Este Plan se rige por los principios de integración, transversalidad y participación, incorporándose en el conjunto de las políticas y actuaciones municipales desde las diferentes Áreas municipales y utilizando todos los recursos y actividades de los que se disponga para prevenir y erradicar la discriminación de género. Para ello se busca la participación de toda la sociedad y se trata de fomentar el asociacionismo de las mujeres y la creación de proyectos dedicados a éstas. La cuantía de la inversión realizada para llevar a cabo el Plan de Igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres es aproximadamente de unos 33.000 millones. De esta cantidad 3.244 millones serán invertidos en los próximos cuatro años por la Concejalía de Promoción de Igualdad y Empleo destinándose a las siguientes actividades:

- 1360 millones destinados a la creación de nuevos servicios para las mujeres.
- 614 millones a la planificación de nuevos programas que tengan a la mujer como protagonista.
- 400 millones se emplearán en la creación de nuevas prestaciones dirigidas para las mujeres.
- 437 millones serán invertidos en participación social.

- 272 millones se dedicarán a la información, concienciación y sensibilización de la sociedad.

Los 30.000 millones restantes serán aportados por las distintas áreas de Servicios Sociales, Sanidad y Consumo, Educación y Deportes y otras tantas áreas municipales que participarán en el desarrollo de las medidas propuestas por el plan.

Además este Plan recoge en su contenido todas y cada una de las directrices marcadas por Beijing (Sesión Especial de la Asamblea General de las Naciones Unidas donde se trataron los temas de género, igualdad, desarrollo y paz marcando las pautas a seguir para el adelanto de la mujer y su equiparación con el hombre en los distintos ámbitos) y el principio de igualdad contemplado en el Artículo 9.2. de la Constitución Española.

El plan se centrará en las siguientes áreas de actuación:

- Cooperación y participación social.
- Cultura, educación y deportes.
- Formación y empleo.
- Promoción social.
- Promoción de la salud.
- Violencia de género.
- Poder y conciliación.
- Urbanismo, consumo y medio ambiente.

Además este plan se dividirá o articulará entre otros en los siguientes programas: Programa de Conciliación de la Vida Familiar y Profesional, Programa Integral contra la Violencia de Género y Programa Integral sobre la prostitución.

Los recursos más importantes que entrarán en funcionamiento tras la aprobación del plan son 21 centros de igualdad y empleo, un centro integral de violencia

doméstica, un centro de formación para mujeres y la Casa de la Mujer.

Y los resultados que se esperan entre otros son la plena integración de la mujer en el mundo laboral, el incremento del asociacionismo de las mujeres y su participación en los distintos ámbitos de la sociedad, lograr la disminución de la violencia de género y promover la salud entre las mujeres.



**Igualdad es libertad.**



Ayuntamiento de Madrid  
Concejalía de Promoción de la Igualdad y Empleo

**DECORATODO**  
SOLUCIONES PARA EL HOGAR, S. L.  
APLICACION, EXPOSICIÓN Y VENTA DE MATERIALES DEL HOGAR

- ELECTRICIDAD
- ALUMINIO
- PARQUET
- SINTASOL
- CARPINTERÍA
- PAPELES PINTADOS
- MAMPARAS DE BAÑO
- FONTANERÍA Y GAS
- PINTURA EN GENERAL
- ALBAÑILERÍA EN GENERAL
- AIRE ACONDICIONADO
- CORCHO
- MOQUETAS
- ESTORES
- TAPIZADOS
- ESCAYOLA

**REFORMAS DE COCINAS Y BAÑOS**  
PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO  
SE FINANCIA CUALQUIER TIPO DE TRABAJO

C/ Santa Casilda, 3. 28005 Madrid  
Telfs: 91 517 57 41 / 609 28 02 58

**EL RINCÓN DE LA SALUD**  
ORTOPEDIA

VENTA:  
Camas, Sillas de ruedas, Andadores,  
Material Antiescaras, Médico  
y Ortopédico en general, etc.

ALQUILER:  
- Silla de ruedas..... 4.000 pts/mes  
- Cama articulada..... 5.500 pts/mes  
- Andador..... 2.000 pts/mes  
IVA INCLUIDO

SERVICIO A DOMICILIO

c/ Peñuelas, 59 (Semiesq. Pº Sta. Mª Cabeza) • Tf: 91 517 81 93



**HEALTH**  
Fitness Center

AEROBIKE  
AEROBIC  
TAI-CHI  
CHI-KUNG

CARDIOVASCULAR • MUSCULACIÓN  
MANTENIMIENTO • ARTES MARCIALES

Pº Santa María de la Cabeza, 64  
Tel: 91 474 62 81

**press to**

Tintorerías Rápidas  
de Calidad

c/ Palos de la Frontera, 23. Madrid 28045  
☎ 91 539 13 99

**M@TRIX.net PLAY**

INTERNET: 5 pts/minuto  
(300 pts/hora)

JUEGOS EN RED: 400 pts/hora

c/ Laurel, 17  
(entrada Ácacias)

Tel: 91 517 83 81  
28005 MADRID

**PESO FORMA**

La mejor forma de perder peso  
sin pasar hambre y recuperando la salud

INFÓRMATE EN:

**HERBOLARIO  
EL TRÉBOL**

Más de 16 años dando soluciones  
naturales a sus problemas de salud

SERVICIO A DOMICILIO GRATUITO

TODOS LOS MESES DEMOSTRACIONES  
GRATUITAS DE COSMÉTICA NATURAL

Pº YESERÍAS, 33. Posterior. ☎ 91 474 28 30





Javier  
Rocandio



Instituto de Educación Secundaria "JUAN DE LA CIERVA"  
CENTRO COFINANCIADO POR EL FONDO SOCIAL EUROPEO  
CONSEJERÍA DE EDUCACIÓN - COMUNIDAD DE MADRID



Comunidad de Madrid

## Funcionamiento de la bolsa de trabajo

Entre las actividades de Orientación Laboral que se desarrollan en el Instituto funciona, desde hace algunos años, una Bolsa de Trabajo a cuya base de datos se puede apuntar todo aquél que lo solicite, cumplimentando una ficha al efecto que se puede solicitar al profesor Tutor.

Numerosas empresas se dirigen al Centro solicitando ex alumnos, titulados en las diferentes especialidades y ciclos formativos que se imparten. Al primer contacto telefónico que realizan se les solicita que envíen por fax o por correo electrónico el perfil del puesto y las condiciones de trabajo que ofrecen, con los datos para la respuesta. A continuación se extrae de la base de datos un listado de ex alumnos que reúnan los requisitos que demande la empresa (especialidad requerida, servicio militar, carné de conducir, edad y teléfono de contacto) que es enviado a la empresa asimismo por fax o por correo electrónico, con la solicitud que se informe si se realiza contratación de alguno de nuestros ex alumnos. En algunos casos también se tiene en cuenta la experiencia, el nivel de idiomas o formación complementaria. Se insiste en que las preferencias para elaborar los listados son las que solicitan las empresas, de acuerdo al perfil del puesto de trabajo requerido, razón por la cual es imprescindible mantener actualizados los datos de la ficha, por ejemplo,

en materia de servicio militar (SM) o prestación social sustitutoria (PSS), tipo de carné de conducir, cursos de FP Ocupacional que se efectúen, etc. Posteriormente son las empresas las que se ponen en contacto telefónico con los ex alumnos tratando con ellos el resto de la información del puesto, su posible disponibilidad y solicitándoles para participar en el proceso de selección, por lo general, su currículum vitae. Para aumentar la difusión de la oferta, el fax enviado por la empresa es expuesto en alguno de los tableros de anuncios: la vitrina que está en el vestíbulo del edificio B de la calle Caoba o en el tablón de la 3ª planta. En este último se publican, además, las ofertas de empleo dirigidas a estos niveles formativos extraídas del suplemento Negocios del periódico El País de los domingos. En dichos tableros son publicadas las ofertas de trabajo que envían las empresas de trabajo temporal (ETT) y aquellas que ofrecen puestos técnicos comerciales. Por otra parte, se publican las ofertas de Formación Profesional Ocupacional (FPO) del Instituto de Formación de la Comunidad de Madrid, así como las que realiza el IMEFE: Instituto Municipal para el Empleo y la Formación Empresarial; las convocatorias de becas Finnova, y otros cursos de FPO. Como las empresas no siempre comunican las contrataciones efectuadas, a pesar de solicitar reiteradamente listados de ex alumnos, es necesario que el alum-

nado que es seleccionado para un puesto, informe del mismo a la Bolsa de Trabajo. Para mejorar el servicio que se presta, sería conveniente que nos informara, asimismo, acerca de las condiciones ofrecidas por las empresas que nos solicitan ex alumnos titulados, así como de las fases del proceso de selección, para conocer el tipo de pruebas que se exigen, las técnicas de selección implantadas en las empresas, etc. De esta forma se podría filtrar aquellas ofertas que no son de calidad o que encubren puestos no apropiados a estas especialidades.

Dada la inestabilidad en el puesto de trabajo, que alcanza a un 33% de los trabajadores de este país, es conveniente mantener el contacto con esta Bolsa de Trabajo, con los ex compañeros de promoción y con todas las oportunidades de empleo con las que se relacione, para reducir el tiempo de espera entre un contrato y otro.

En el mes de marzo de cada año se realiza una encuesta de seguimiento a los titulados de la última promoción de todas las especialidades del Centro para conocer el tipo de inserción profesional alcanzado y su posterior itinerario formativo. Los datos resultantes del respectivo estudio están disponibles el siguiente curso.

Se agradecerá cualquier sugerencia para mejorar el servicio post-formativo que se brinda. Dirigirse a Departamento de Formación y Orientación Laboral del Instituto, a su hoja Web o a su correo electrónico: ies.juan.de.la.cierva@arrakis.es.

c/ Caoba, 1 - Tel: 91.506.46.10 -  
Fax: 91.467.01.67 - 28005 MADRID  
Web: <http://www.arrakis.es/~ies.juan.de.la.cierva>



**La Amistad**  
COCINAS

Diseños exclusivos

5 años de garantía Aenor

Pº Sta. Mª Cabeza, 47  
Tel.: 91 527 85 55

### REFORMAS ALDAVERO, S.L. Construcciones y Reformas

Albañilería • Fontanería • Electricidad • Pintura

Se compran pisos en mal estado para reformar

Pº de los Pontones, 5 (Local). 28005 Madrid  
Teléfs: 91 517 55 78 - 91 517 12 92 - 91 517 38 32

**DENTASALUD<sup>XXI</sup>**  
Pº YESERÍAS, 15 • TLF: 91 473 27 28

## PROMOCIÓN ESPECIAL DE IMPLANTES DENTALES

DENTASALUD DESCONTARÁ AL PORTADOR

el 50% EN LA PRÓTESIS

DE SUS IMPLANTES Y el 100%

EN LAS PRÓTESIS PROVISIONALES

DENTASALUD P.P.

IMPLANTES (POR UNIDAD)..... 120.000 PTS  
CORONAS SOBRE IMPLANTES..... 50 % DTO.  
PRÓTESIS PROVISIONALES..... SIN CARGO

DENTASALUD LE GARANTIZA POR ESCRITO QUE SÓLO UTILIZA IMPLANTES DE RECONOCIDO PRESTIGIO (FRIALIT-2®, IMZ®, FRIALOC®) AVALADOS POR MÁS DE 25 AÑOS DE EXPERIENCIA





Pilar del  
Pozo Yuste

# Heráldica y Genealogía

## JIMÉNEZ

Apellido patronímico derivado del nombre de Jimeno. Abunda en Navarra y Aragón, donde se encontraban las familias más antiguas. De aquí se extendió a toda la Península e Hispano-América.

Varias personas con este apellido probaron su nobleza en varias Ordenes Militares. Diego Bernardo Jiménez de Morales es Marqués de Santa Rosa en 1723. Nicolás Jiménez Lobatón y Hazaña es Marqués de Rocafuerte en Perú en 1746. José María Jiménez de Vargas y del Río y Álvarez es Conde de Monte Real en 1870. Carlos Jiménez Gotall Hudson y de la Mata es Marqués de Casa Jiménez y Vizconde de Torre Almiranta en 1876.

**Sus armas.** Los de Aragón: escudo con torre de plata en campo de azur, sumada de una cruz de dos travesas de oro, con los remates trebolados y acostada de cuatro flores de lis de oro, dos en cada lado. Los de Navarra: escudo partido, primero en campo de azur tres veneras de



plata, y en el segundo dos fajas de gules en campo de oro.

Personas destacada que han llevado este apellido son: el religioso y escritor Rodrigo Jiménez de Rada (1170-1247), el obispo turoense

Pedro Jiménez de Segura (1204-1277), el explorador y conquistador cordobés Gonzalo Jiménez de Quesada (1496-1579), el pintor sevillano José Jiménez Aranda (1837-1903), el poeta Juan Ramón Jiménez (1881-1958), el jurista y político madrileño Luis Jiménez de Asúa (1889-1970) y el médico madrileño Carlos Jiménez Díaz (1898-1967) entre otros.

Apellidos compuestos: Jiménez de Almodóvar, Jiménez de Allo (navarro), Jiménez de Andosilla (navarro), Jiménez de Bagüés (aragonés), Jiménez de Bohorques (sevillano), Jiménez de Cascante (navarro), Jiménez de los Cobos (madrileño), Jiménez de Embún (aragonés), Jiménez de Enciso y Jiménez-Landi.

## Clínica y Laboratorio Dental San Pedro

Gabinete dental y  
laboratorio unidos  
para mayor rapidez  
en la elaboración  
de prótesis

Composturas  
en el día

Previa petición de hora al telf.: 91 539 45 65

c/ Sebastián Herrera 11, 1º-A • 28012 Madrid

# MUEBLE CONFORT 21

NUEVA EXPOSICIÓN EN DORMITORIOS DE MATRIMONIO

Lo mejor para su casa



GRAN  
SURTIDO  
EN MUEBLE  
AUXILIAR

FINANCIACIÓN  
HASTA 36 MESES  
SIN ENTRADA

MONTAJE  
Y PORTES  
GRATUITOS  
(EN MADRID)

Somos fabricantes



DISEÑO Y PRESUPUESTO SIN COMPROMISO  
ELECTRODOMÉSTICOS A PRECIO SIN COMPETENCIA



EXPOSICIONES: C/ SORIA, 3. B- FAX: 91 467 01 15 ☎ 91 539 98 88



# Lo mejor es comprarse una bici



Gabino Domingo

Después de tantos días lluviosos que hemos tenido este invierno, quise aprovechar una espléndida mañana, llena de sol, para visitar el rastro, siempre sorprendente, como un campo de setas, que por muchas que encuentres siempre queda alguna por descubrir. Pensaba recorrer la Ribera de Curtidores hasta Cascorro para saludar a Eloy Gonzalo, pero encontré tajo nada más empezar. Oí unos ruidos y me acerqué para observar un hombre que daba golpes sobre una bicicleta. Trataba de reparar la dirección a petición de un cliente que acababa de comprarla. Sobre el suelo había extendida una parva de cachivaches, ruinas y desechos que escudriñan y revuelven los sorprendidos visitantes. Tornillos sin cabeza, ceniceros con agujeros, paraguas sin tela, cuadros transparentes, candelabros mancos y aparatos de radio con la garantía de la suerte. Dirige este negocio un ingeniero jefe, bajito, flaco y con mucho bigote, de medio siglo (más o menos), embutido en un mono azul y cubriendo la cabeza con gorro de pana que no le llega a los hombros porque se lo impiden las espléndidas orejas.

Un cliente, cogiendo un móvil cascado le pregunta: ¡Oiga!, ¿Tiene garantía? "¡Huy, garantía! Si funciona ya está, y si no, lo tira y se compra otro. **Pa** garantías estoy yo. ¡Pues vaya mañanita que llevo!" Murmuraba el del mono.

Este licenciado pretendía enderezar la bici dando golpes cada vez más fuertes, mientras ordenaba con energía y poca diplomacia a sus ayudantes: "Pues son quinientas y sino no lo quiere que lo



deje", sin dejar de dar golpes. Arremetía contra los subalternos con voz autoritaria: "¡Qué he dicho que son quinientas y **s'ha** terminao!... A otra cosa, mariposa". Mientras tanto, el cliente que había pagado la bici observaba atemorizado al ingeniero del martillo. Se tapaba los ojos con las manos mirando por los huecos de los dedos para no ver

**"Tornillos sin cabeza, ceniceros con agujeros, paraguas sin tela, cuadros transparentes, candelabros mancos y aparatos de radio con la garantía de la suerte"**

tanta herejía. El sudor empezaba a caerle por la frente a la vez que movía convulsivamente la cabeza como si los martillazos fueran contra él.

El del mono, sin dejar de murmurar, encolerizado de rabia golpeaba la bici con tanta furia que se le desvió el martillo y se machacó el dedo índice de la mano izquierda. Dio un resoplido, le bailó el gorro de pana, lanzó un taco como un obús, y se llevó el dedo a la boca. Nervioso y con la sangre alterada, cogió la maza y machacó la bici sin piedad. Le dio con tal fuerza y saña que en poco tiempo la dejó echa un montón de chatarra. El comprador lleno de asombro, tembloroso y callado ante tanto desatino, miraba con la boca entreabierta y no podía dar crédito a lo que estaba viendo. Pensaba volver a casa en bicicleta y ahora tenía

un saco de chatarra. Con la cabeza a punto de estallar, los ojos desorbitados y húmedos le crecieron como globos empapados por lágrimas de un kilo a punto de reventar.

El ingeniero-jefe, después de vendarse el dedo, miró al cliente y le dijo: "No se ponga **usté** así, hombre, que no es **pa** tanto, si esa bici estaba vieja y no valía **pa ná**. Venga usted mañana y le traigo otra mejor que esa, más nueva, y si tiene algún defecto y hay que arreglarla un poco, pues se arregla y ya está; que **pa** eso estamos".

Estiró la mano en son de paz, pero la escondió rápido para no quedar manco, al darse cuenta que se le abalanzaban sobre él mil kilos de tiburón con dientes de acero y lengua de fuego, que se lo querían merendar.

**TU STILO**  
belleza peluqueros

**PROMOCIÓN DE APERTURA**

LAVAR Y PEINAR	795
LAVAR, CORTAR Y PEINAR	1.495
LAVAR, CORTAR, PEINAR Y TINTE	2.900
LAVAR, CORTAR, PEINAR Y MECHAS	3.400
LAVAR Y CORTAR (HOMBRE)	1.000

c/ Ancora, 1 - Tel: 91 530 29 00

**AUTO MECÁNICA PRAGA**

- TALLERES MECÁNICOS
- REPARACIÓN DE AUTOMÓVILES

c/ Arquitectura, 13  
28005 Madrid. ☎ 91 473 68 74

Dr. Patricio Baeza  
MIEMBRO DE:

**IMPERIAL ESTETIC CONSULTA MÉDICA**

**FACTOR DE CRECIMIENTO EPIDÉRMICO (E.G.F.)**

- Para combatir el envejecimiento y otras desarmonías de la piel (arrugas, manchas, flacidez y estrías)
- Tres días de Control Clínico modifican la estructura de la piel: elimina finas arrugas, reafirma el cuello, modela el óvalo de la cara y reduce el tono de las manchas.

- Rejuvenecimiento facial • Celulitis • Flacidez • Acné
- Liposucción • Varices • Manchas • Cirugía Estética
- Depilación definitiva por láser

Pº Imperial, 91 • Tel: 91 365 67 74 - 91 365 95 66

**INFORMACIÓN GRATUITA**

**arrugas nasolabiales**

antes del tratamiento      después del tratamiento

**arrugas glabellares (arrugas del entrecejo)**

antes del tratamiento      después del tratamiento





Pedro  
Mateos

¡Ay! Si me pudiera colar. ¿Por qué se les habrá ocurrido a todas venir a la vez? No es sólo por la peli, es por Jaime que dirá: "¿dónde se habrá metido ésta?". Me lo imagino, en cuanto vea lo que tardo..., o a lo mejor se entretiene mirando las piernas cruzadas de cualquier pelandusca que haya por ahí cerca. ¡Ay!, las piernas, apriétalas Maripili que se te va a escapar, y si me mojo la ropa luego se notará todo el cerco, ¡qué vergüenza!, además de lo incómodo...

No, si no podré quedarme esperando mucho tiempo, tengo que pedir que me dejen pasar. Los minutos corren y esto no avanza nada, se me escapará, me lo haré encima... Ya verás Piluca, como, al final, te tienes que quitar las bragas y guardarlas en el bolso como en aquella ocasión. Pero mozas, daos prisa, que va a empezar, que es un film muy bonito y os vais a perder los primeros planos... ¡Ay!, me tiemblan las rodillas. Creo que me estoy mojando, después mi hermana dirá que me huele el bolso a pis, como es tan cotilla y siempre me registra.



La mataría, juro que un día de estos la mato. Sobre todo después de lo

## Las peripecias de Maripili

ha confesado alguna vez. De ella también tiene envidia porque es más joven.

Luego, como si yo fuera la única... va y le cuenta cómo me depilo el bigote, ¿es eso una novedad? Y Jaime, venga reírse de sus muecas. Y ella, exagerando los gestos que se le dan muy bien, los viene haciendo toda su vida, ¿de quién he aprendido yo, si no, a quitarme esos pelos? Poquísimos, si los comparamos, que a ella le salen hasta en los pechos. ¡Vaya una hermana que tengo! Y dice que es mi amiga..., si, pues, con amigas así... -te puedes fiar de ella tanto como del diablo-, y encima, sale a la defensiva, con que me quedo escuchando las conversaciones de los demás a escondidas, como que me he dado cuenta, enseguida, por el tono, que allí se hablaba de mí y no de otra. Jaime va a pensar que soy la mujer barbuda, y que llevo mil afeites; anda que si la viera a ella alguna noche, con toda la cara blanca y embadurnada de yogurt caducado...

Pero se va a enterar cuando nos quedemos a solas, si la pillo, con ganas y enfadada, vamos a tener más que una conversación, de mujer a mujer, o de arpía a arpía, como ella guste. Menos mal que no me ha visto entregada a otras actividades propias e íntimas, ¿las contaría también? La temo, porque cie-

rró la puerta del baño, por supuesto, aunque la creo muy capaz de subirse a una banqueta para mirar por la rendija de encima de la puerta y expiar mis movimientos.

¡Ay! Me parece que ya han apagado las luces de la sala. A Jaime se le habrán acabado las palomitas, la bebida... y me estará echando de menos. Me faltan sólo esas dos chicas para pasar. ¿Y si me cuelo en el de caballeros? Ahora no hay nadie... Aguanta un pelo Maripili, que ya entran las de delante y parece que van juntas las dos. Si no se me entretienen acicalándose en el espejito mágico...

de esta tarde en casa, poco antes de salir. Cuando no creía que pudiera estar escuchando, he podido comprobar que se ha pasado al enemigo. Aún me resulta increíble, vamos que, si me lo llegan a decir, no le doy crédito, pero es que lo he visto, bueno, lo he oído por mí misma, nadie me lo ha contado. Y el otro escuchando con cara de asombro y la boca abierta mientras me esperaba. Pues no la pillo a la tía diciéndole a Jaime esas cosas de mí, se lo estaba chivando a mis espaldas en un murmullo, igual que si sintiera envidia, como es tan fea y vieja... ¿Qué tiene ella que decir si me entretengo en el espejo quitándome las espinillas de la nariz y si les pongo vinagre encima? Cochina envidia, eso es lo que me tiene. Si lo hago así es porque me lo enseñó una amiga, claro, si fuera suya, pero no, por eso la odia, lo viene demostrando continuamente, y yo lo sé, lo

**"Si la pillo, con ganas y enfadada, vamos a tener más que una conversación, de mujer a mujer, o de arpía a arpía, como ella guste. Menos mal que no me ha visto entregada a otras actividades propias e íntimas, ¿las contaría también?"**

El colegio público **Joaquín Costa** celebrará, como en años anteriores, su **"Maratón deportivo y cultural"** el próximo día 26 de mayo de 8.30 de la mañana a las 20.30 de la tarde que consistirá en una fiesta de exhibición de actividades extraescolares que se realiza al final de cada curso escolar, y que, como su propio nombre indica comienza con una carrera popular.



## BONACASA INMOBILIARIA

Alberto González. Agente Propiedad Inmobiliaria. Abogado.

**Resolvemos cualquier asunto jurídico relacionado con su inmueble (herencias, desahucios, contratos de arrendamiento,...)**

- **Pº Delicias:** 85 m². Exterior, 4 dormitorios. A reformar. Portero. 23.500.000
- **Pº Delicias:** 140 m². Exterior. 3 dormitorios amplios. Salón de 26 m². Terraza. Baño y aseo. Gas natural. Ascensor. 45.000.000
- **Pº Delicias:** 90 m². Exterior. 3 dormitorios. Terraza. Baño y aseo. G/n y c/c. Ascensor. Conserje. 33.000.000
- **Pº Delicias (Batalla de Salado):** 85 m². Exterior, 3 dormitorios, terraza, g/n, c/c, 4º sin ascensor. 25.000.000
- **Embajadores:** 32 m². Bajo, interior, patio disfrutable, 2 dormitorios. A reformar. 11.000.000
- **Embajadores:** 75 m². Muy luminoso. 4 dormitorios. Baño y aseo. G/n y c/c. Ascensor. 24.000.000
- **Embajadores - Beata:** 35 m². Interior. 2 dormitorios. Para entrar. Semi-ameublado. 14.300.000
- **c/ Tarragona:** 60 m². Exterior, 2 dormitorios. A reformar. Gas natural, 2º sin ascensor. 18.000.000
- **c/ Tarragona:** 75 m². Exterior. A reformar. 3 dormitorios. G/n, 3º sin ascensor. 21.000.000
- **Ronda de Valencia:** 90 m², exterior, 3 dormitorios. C/c. Ascensor y portero físico. Para entrar. 31.000.000
- **Pº Acacias:** 170 m², exterior, 5 dormitorios, 2 baños. Portero. G/n. Ascensor, 2 terrazas. Para entrar. 61.000.000.
- **Pº Chopera:** 92 m². Exterior. 3 dormitorios. Terraza. Baño y aseo. Aire acondicionado. Ascensor. Conserje. Garaje en la finca incluido en el precio. 36.500.000
- **Gta. Atocha:** 36 m². Bajo, interior a reformar. 2 dormitorios. 8.500.000
- **Beata:** 27 m². Estudio exterior, 2 terracitas, cocina independiente. 4º sin ascensor. 10.700.000
- **Jaime el Conquistador:** 40 m². Exterior. 1 dormitorio. 4º sin ascensor. 13.000.000
- **General Lacy:** 33 m². Apartamento. Interior. Amueblado. Cocina a estrenar. Piso bajo. 11.500.000
- **Avenida Albufera:** 90 m². Exterior. 5 balcones a la calle, 3 dormitorios. 2º sin ascensor. Calefacción de tarifa nocturna. 22.000.000
- **Doctor Esquerdo:** 95 m². Exterior. 3 dormitorios. Ascensor. Necesita reforma. 38.000.000
- **Marcelo Usera:** 75 m². Muy luminoso a patio abierto. 3 dormitorios. Terraza. Baño y aseo. Gas natural, y agua y calefacción central. Ascensor. Para entrar. 23.000.000

**BONACASA INMOBILIARIA**  
**Pº Delicias, 4 • 28045 MADRID**

☎ **91 530 03 02**  
**91 539 51 20**



## 'La familia de Pascual Duarte' de Camilo José Cela



Choni Soto



a mí, no las tenía, y esto me ha servido para releerlas, después de muchísimos años de haberlo hecho por primera vez. En el caso de "La familia de Pascual Duarte" recuerdo la primera vez que la leí, me la dejó alguien al que se la habían traído de Méjico, porque por aquella época, aunque a alguien le parezca tonto, había muchos libros a los que no teníamos acceso porque nuestro "Gran Hermano el Generalísimo" y sus censores habían decidido que no eran lecturas que nos convinieran, a lo mejor despertaban nuestras neuronas y empezaban a pensar, cosa que no interesaba ya que nosotros no teníamos que pensar para eso estaban ellos, de lo que se trataba era de obedecer.

Con García Márquez no había ese problema quizá pensaron que era demasiado fantástico como para llegar a convertirle en uno de los mejores escritores de cualquier siglo, da igual la novela de que hablemos, en su club de fans tenemos preferencias pero **desde luego no descartamos ninguna de sus obras**, cada una de ellas en un estilo, desde las de amor, a las políticas o las que como es el caso de la que hablaremos el próximo mes lo que nos transmite es esperanza. Pero esto es la historia del mes que viene.

Creo que ha llegado el momento de poner sobre blanco y negro los sentimientos que ha despertado en mí la novela motivo de estas líneas.

De las novelas de D. Camilo, "La familia de Pascual Duarte" y "La Colmena" son mis preferidas. Cuando he intentado leer otras noto que me sobrepasan, y me produce vergüenza conocer mis limitaciones a la hora de involucrarme en su lectura, (creo que esto no debe pasar jamás), pero afortunadamente no es el caso de Pascual. Este hombre que crece en Extremadu-

ra, una de las regiones más pobres y olvidadas desde Viriato hasta hace relativamente pocos años, en una familia brutal, padre violento, madre alcohólica, inexistencia de principios, la máxima de la familia es "sálvese quien pueda", su único amigo es su hermana Rosario que huye del ambiente familiar para caer en las manos de chulos. Pascual asiste impotente al nacimiento de su hermano, retrasado mental, el cual pierde sus orejas en las fauces de un cochino. Tampoco le ayuda su matrimonio con una mujer tan primitiva como él donde los comentarios malignos de su madre lo único que hacen es aumentar su violencia hacia el mundo. Este entorno hace de Pascual una persona brutal, sin posibilidad de distinción del límite entre una discusión y un disparo o cuchillada lo que le llevan por dos veces al penal de Chinchilla, en la segunda, para convertirse en un inmenso ataúd de piedra, después de haber pasado por el garrote. Aparte de la historia lo más llamativo de la obra es su inicio, el camino que utiliza D. Camino para que Pascual nos cuente su historia, el lenguaje fácil y rico que hace que la novela llegue a cualquier lector.

No quiero terminar sin las palabras de ánimo que de alguna manera me gustaría quedaran fijas, como un pie de página a todas estas reseñas y que tienen un único deseo y camino, el de animaros a leer esta obra que además gracias a El Mundo llega a nuestras manos a un precio muy asequible.

### LA FAMILIA DE PASCUAL DUARTE

Camilo José Cela

Publicadas por el diario El Mundo

No es la primera vez que El Mundo decide lanzar una edición de novelas a un precio módico y que a más de uno nos ayuda a completar una biblioteca, quizás algo pretenciosa, pero que, a los que nos gustan los libros en general, hace que nuestro terrible sentido de la propiedad y el atesorar lo que nos gusta parezca que nos sentimos más a gusto con nosotros mismos, pues somos poseedores de millones de palabras escritas por personas a las que envidiamos, por su poder de expresar lo que quieren, de manera que nos "enganchan" y como nos gustaría hacerlo a nosotros, pero a los que Dios no nos ha tocado con el "lápiz mágico".

A modo de ejemplo he decidido, para este mes y para el próximo, hablaros de dos novelas que estoy segura conocéis pero que a lo mejor os pasaba como

### Despacho TORRALBA & CHARLAN ABOGADOS

ESPECIALIZADOS EN:

- **Dº CIVIL:** Herencias, Separaciones, Divorcios, Nulidades, Comunidades de propietarios, Contratos, Desahucios, Interdictos...
- **PENAL:** Asistencia al detenido, Habeas Corpus, Denuncias y Querellas.
- **LABORAL:** Contratación, Convenios Colectivos y Expedientes de Crisis, Conflictos Colectivos y Huelgas...
- **Dº ADMINISTRATIVO:** Urbanismo, Expropiación forzosa, Extranjería y Derecho de Asilo, Permisos de Trabajo y Residencia, Expedientes Sancionadores y Multas...

C/ Cea Bermúdez nº 14, 4º - Puerta 5. 28003 Madrid  
CITA PREVIA: ☎ 91 533 13 28 - 91 517 30 94

### CENTRAL DEL CORCHO

- Parquet flotante
- Impermeabilizaciones
- Acuchillado de parquet
- Suelos
- Paredes
- Aislantes
- Tableros
- Bolas
- Tapones

POR INAUGURACIÓN: 10% DESCUENTO.

c/ General Lacy, 8 • Teléf.-Fax: 91 539 09 65  
28045 Madrid 607 770 135 - 600 387 298



## LIZARRAN

Tabernas Selectas

### TAPAS

Txaka, Tortilla, Guildas, Cecina, Queso Idiazabal, Pimientos del Piquillo, Rabas, Tigres...

### COMIDAS

Bacalao, Txuletón de buey, Gula del norte...

### VINOS

Rioja, Ribera del Duero, Penedés, Navarra, Sidra, Txacolí y Patxaran.

TENEMOS PINCHOS PARA LLEVAR

Sebastián Herrera, 9. Tel. 91 467 14 06

## CLÍNICA VETERINARIA

EMILIO NÚÑEZ LÓPEZ

- CIRUGÍA
- PATOLOGÍA
- RAYOS X
- VACUNACIONES
- URGENCIAS
- BAÑOS TERAPÉUTICOS
- BAÑOS ANTIPARASITARIOS
- LIMPIEZA ULTRASONICA DE BOCA
- PELUQUERÍA
- ANÁLISIS CLÍNICOS

### HORARIO DE CONSULTAS:

- DIARIO:  
Mañanas: 10 - 2  
Tardes: 5 - 8.30

- SÁBADOS:  
Mañanas: 10 - 2  
Tf: 474 53 82

Tf. urgencias:  
929 - 25 61 41

c/ Divino Vallés, 38  
28045 Madrid





**Laura Rodríguez Moya**

**Profesora de Estética y Naturista**

Es una alteración del tejido celular subcutáneo, que puede ser causado por diferentes causas:

- Problemas hormonales
- Causa constitucional

- Sistema nervioso
- Alimentación inadecuada
- Estreñimiento
- Problemas circulatorios
- Exceso de toxinas en el organismo



## Celulitis

Generalmente tiene lugar un éxasis venocapilar que origina la formación de edema y compresión de capilares, produciéndose una acumulación de desechos metabólicos que no son correctamente drenados, causando una falta de oxígeno y un enfriamiento en la zona, que a su vez deriva en aumento del volumen de los adipocitos por sobrecarga de triglicéridos, aumento del espesor de las fibras colágenas y formación de nódulos por encapsulamiento de dichos adipocitos, dando lugar a la llamada piel de naranja. En estados avanzados de fibrosis pueden producir una compresión de estructuras nerviosas dando lugar a la celulitis dolorosa.

Para combatir esta afección hay que hacer un análisis profundo del problema y determinar qué tipo de terapias serían las adecuadas para cada persona, ya que existen varias formulas, pero el tratamiento iría encaminado, en primer lugar, a mejorar la circulación y deshacer la fibrosis, y a continuación drenar y reafirmar la zona. La forma de actuación sería a nivel externo, realizando un tratamiento en cabina aplicando una metodología personalizada y por lo tanto utilizando las terapias adecuadas para el problema que se nos presente, realizado en todo momento por personal correctamente preparado en la manipulación de las distintas terapias.

Es muy importante destacar la gran ayuda que podemos obtener de fitoterapia (terapia con plantas medicinales) que nos da la posibilidad de poder realizar un tratamiento de base, a nivel interno, sobretodo en los casos más difíciles, asegurándonos de esta manera el éxito del tratamiento.

### CORPORAL

- DIETOTERAPIA
- OBESIDAD Y CELULITIS
- TERAPIAS PARA DOLORES (ARTROSIS, ARTRITIS, CONTRACTURAS, ETC...)
- MASAJES TERAPÉUTICOS
- PEELING • REAFIRMACIÓN
- DRENAJE Y CIRCULACIÓN
- TALASOTERAPIA

### CABINA DE HIDROMASAJE:

- 1 SESIÓN: 2.500 PTS
- BONO 5 SESIONES: 9.000 PTS (DOSIS DE ALGAS INCLUIDA)

### APARATOLOGÍA

- ULTRASONIDOS
- IONTOFORESIS
- TERMO Y ELECTROLIPÓLISIS
- T.E.N.S. (ANALGESIA)
- ELECTRO ESCULTURA
- INDIBA (R. CELULAR)

### ESTÉTICA Y SALUD INTEGRAL

**Laura Rey**

**Mujer Hombre**



**Laura Rodríguez Moya**  
Profesora de Estética  
Diplomada en Naturopatía

c/ Laurel, 6 • 28005 Madrid  
☎ 91 473 66 17  
Acacias - Embajadores

### FACIAL

- LIMPIEZA FACIAL • ACNÉ
- HIDRATACIÓN Y NUTRICIÓN
- ARRUGAS • MANCHAS
- LIFTING (DRENAJE + REAFIRMACIÓN)
- REVITALIZACIÓN
- CICATRICES

### MICROPIGMENTACIÓN

- LABIOS, CEJAS, EYELINER
- TATUAJES

- RAYOS U.V.A.
- DEPILACIONES
- TINTE Y MOLDEADOR DE PESTAÑAS
- MANICURA - PEDICURA
- UÑAS POSTIZAS (PORCELANA Y FIBRA DE V.)
- MAQUILLAJES
- ASESORAMIENTO COSMETOLÓGICO GRATUITO



• ADMINISTRACIÓN DE FINCAS  
• ASESORÍA

c/ Embajadores, 94 • 28012 Madrid  
Tel: 91 517 58 99 - Tel. y Fax: 91 517 60 06  
e-mail: afjimen@teleline.es

### ADMINISTRACIÓN DE FINCAS

- Constitución y administración de comunidades.
- Inspección técnica de edificios.
- Asesoría jurídica.

### AGENCIA INMOBILIARIA

- Venta y alquiler de pisos, locales, chalets y plazas de garaje.
- Gestionamos las mejores hipotecas.
- Contratos.

TOTAL GARANTÍA

**ALVITE**  
INSTALACIONES S.L.

### SERVICIO / TÉCNICO

### AVISOS Y MANTENIMIENTOS

- ~ ANTENAS DE TELEVISIÓN
- ~ ANTENAS SATELITE
- ~ PORTEROS AUTOMÁTICOS
- ~ INSTALACIONES ELÉCTRICAS

☎ 517 60 21 / 517 59 94. c/ Peñuelas, 38



**Merlín Dental**

### ESPECIALIDADES:

- Ortodoncia
- Endodoncia
- Periodoncia
- Cirugía
- Implantología
- Estética dental
- Rehabilitación oral (prótesis)

Servicio de cámara intraoral y visioradiografía





Diplomada en  
Dietética y  
Alimentación  
Humana

Sara Martínez-  
Garrido

## Vitamina D

### FUNCIONES

- Sirve para que formemos fuertes nuestros huesos y dientes.
- Además se encarga de la liberalización de Insulina, esta es una hormona que participa en el mantenimiento de los niveles adecuados de azúcar en sangre.
- Y por supuesto estimula la respuesta inmune, lo que es beneficioso para defendernos de cualquier infección.

### FUENTES

Las únicas fuentes alimentarias ricas en esta vitamina son los aceites de pescado. Pero también constituyen una buena fuente los pescados azules, seguidos de huevos, hígado y mantequilla. Esta última, la mantequilla, lo será siempre y cuando el ganado a partir del cual se ha obtenido haya estado pastando al sol. Porque si se trata de vacas estabuladas no proporcionarán un adecuado aporte en vitamina D, a no ser que este enriquecida, o sea que artificialmente se añada esa vitamina.

Otra fuente fundamental va a ser el tomar el sol, con esto no estoy diciendo que este justificado ponerse todo el verano vuelta y vuelta en una agradable playa levantina. Si no que sobre todo los niños y ancianos, en todas las estaciones del año, incluido el invierno, paseen con alguna parte de su cuerpo expuesta directamente a los rayos solares.

### DÉFICIT

1. Raquitismo; el déficit de vitamina D, conduce a un defecto en la absorción del calcio y fósforo de la alimentación. Se produce un reblandecimiento y crecimiento irregular de los huesos. Las personas afectas van a presentar las extremidades inferiores cortas y arqueadas.
2. Osteomalacia; es una enfermedad caracterizada por reblandecimiento doloroso de los huesos debida a la carencia de vitamina D.

### EXCESO

Como todas las vitaminas liposolubles, si las ingerimos en exceso se acumulan en el organismo. En este caso aparecen problemas gastrointestinales, pérdida de apetito y debilidad.



## Guirnalda policromada



Maricarmen  
Martínez



FOTO: Foto-Sur

### Materiales:

- Pinturas al agua.
- Cera y betún de Judea.
- Guirnalda de resina.
- Oro, plata y cobre líquido.
- Tinte al disolvente nogal.
- Pinceles duros.

### Realización:

Sin dar a la guirnalda ninguna base, comenzamos a teñir con el tinte al nogal con pincel duro. Hay que procurar que quede bien a la primera capa, para no dar más, ya que el tinte, al disolvente, arrastraría la primera capa.

Una vez secado el tinte, pintamos en colores los detalles de la guirnalda: las hojas en verde, flores en colores, que siempre se darán a pincel seco, sin rellenar todo el contorno, es decir, pintamos por la parte de arriba nada más. Seca la pintura, lo patinamos con cera y betún, y sacamos brillo.

Finalizamos el trabajo dando, a pincel seco, plata en el lazo y un poco en las hojas. Por otras partes de la guirnalda cepillamos a pincel seco oro y también cobre, todo ello sin dar demasiado para no tapar los colores dados con anterioridad.

## TAPICERIAS COLCHONERIAS ZAFRA

Especialidad en cortes de piezas para tapizar en goma de poliuretano y látex

VENTA DE:

LONAS • SKAIS • CORTINAS • VISILLOS

Ronda de Toledo, 16 (Galería)  
Pº Acacias, 20 (semiesq. Ribera Curtidores)  
Tlfs: 467 74 36 - 530 42 88

## VAYA TELA

VENTA AL MAYOR Y AL PÚBLICO:

- IMPORTADOR DE CAMISETAS.
- TALLERES PROPIOS DE SERIGRAFÍA.
- FABRICANTES DE SUDADERAS, PRENDAS DEPORTIVAS,... ETC.
- ARTÍCULOS PUBLICITARIOS: MECHEROS, BOLIS, AGENDAS,... ETC.
- ROPA LABORAL Y VAQUERA.
- GUANTES, BUFANDAS, BRAGAS,... ETC.

Pº de la Esperanza, 23 - 25. Madrid 28005  
Tel/Fax: 91 517 32 17 • Móvil: 626 144 065



Es la Institución líder en Europa en la formación de músicos y actores. Mundialmente reconocida.

## CONSIGA EL TÍTULO SUPERIOR DE MÚSICA

El Título Europeo al alcance de su mano con validez académica en cualquier punto de la Unión Europea. Podrá desarrollar sus capacidades musicales con absoluta y garantizada continuidad hasta que obtenga el Título Superior equiparado al de Licenciado Universitario.

GRADOS: ELEMENTAL, MEDIO Y SUPERIOR

- INICIACIÓN A LA MÚSICA
- EDUCACIÓN INSTRUMENTAL POR OCIO

PRESENTANDO ESTE ANUNCIO: 50% DE DTO. EN MATRÍCULA

ACADEMIA DE MÚSICA

c/ Peñuelas, 26. (Zona Embajadores) ☎ 91 517 71 36

## MANUALIDADES Y BELLAS ARTES

Se imparten clases para niños y adultos

- PINTURA AL OLEO
- DECORACIÓN DE LA MADERA
- REPUJADO DE METALES
- FIGURAS DE ESCAYOLA, MARMOLINA Y RESINA
- PAPEL MACHÉ
- PINTURA EN TELAS, ETC...

Matrícula Gratuita

c/ Carvajales, 4

☎ 474 19 66 - 473 55 02



Angelines  
Pascual



### A la primavera

De las cuatro estaciones  
que al año se veneran,  
la que a mí más me gusta  
siempre es la primavera.

Porque en todos los sitios  
y en todos los rincones  
se encuentran los jardines  
llenecitos de flores.

Jazmines, azucenas,  
rosas y margaritas,  
entre todas, no sabes  
cual es la más bonita.

Por su candor, la rosa,  
su perfume, el jazmín,  
y de las azucenas  
¿qué te puedo decir?

Lo cierto es que su olor  
adormece a cualquiera.  
Por eso a mí me gusta  
siempre, la primavera.

Julia  
Sánchez-Caja



### Surge una canción

Risa placentera  
que en mí floreció,  
tú la deshacías  
sin darme un adiós.

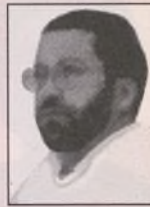
Y... hasta en la distancia,  
con arduo tesón,  
con hilos de plata  
surge una canción.

Si me dejaste por otra  
y tus pasos se perdieron,  
eres como herida abierta  
o como ceniza al viento.

Sin tener presente  
mi luz de ilusión,  
después la apagaste  
sin darme una flor.

Pero en la distancia  
tiene un trono el sol  
y plantas muy bellas  
me dan su esplendor.

Antonio M.  
Contreras



### Viento del oeste

Viento del oeste prefiado  
de preguntas sin respuesta  
llevóme a ti, San Petersburgo,  
más allende la frontera.

Junto al golfo de Finlandia  
y a las orillas del Neva.  
Más al norte, más al este,  
frías y lejanas tierras.

Donde el agua, poema vivo,  
abierto como en un delta,  
por entre fuentes barrocas  
y canales juguetea.

Donde los rancios palacios  
y las casonas egregias  
tienen de bronce el tejado  
y las fachadas de piedra.

Viento del oeste preñado  
de preguntas sin respuesta  
llevóme a ti, menuda niña,  
más allende la frontera.

Y encaminando mis pasos  
por la ciudad de la niebla,  
me empapé de las historias  
de los zares y sus revueltas.

Allí descubrí otro mundo,  
el dorso de la moneda;  
otra forma de libertad,  
de justicia, paz y guerra.  
Te sentí, menuda niña,

de mi corazón tan cerca,  
que donde las noches son blancas  
fueron las más negras.

## HUMOR



¡Cuidado! Sé, positivamente, que  
mi marido me está haciendo vigilar.

### CLASES DE ALFABETIZACIÓN GRATUITAS

Martes de 5 h. a 7 h.  
Grupos de 5 personas máx.  
Apuntarse tardes de 7 h. a 9  
h., de Lunes a Jueves en  
c/ Labrador, 18  
☎ 91 474 24 60

### GABINETE DE MASAJE

VITAL CORPORAL  
QUIROMASAJE  
DEPORTIVO

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

CITA PREVIA: ☎ 670 791 799  
c/ Laurel 11, 5º-I



**COMPRA - VENTA - ALQUILER****PISOS, LOCALES, PLAZAS DE GARAJE****OFERTA ALQUILER - TRASPASO**

- Plaza garaje, amplia. 11.500 pts. Horas de comercio. ☎ 914.680.661
- Plaza garaje en Martín Vargas. ☎ 666.555.659
- Alquiler apartamento en Torreveja para 4 personas con piscina y playa a 100 m. ☎ 607.196.924
- Dos plazas garaje en Divino Valles. ☎ 913.734.001
- Traspaso local, 30 m². Alquiler 30.000 pts mes. ☎ 914.737.317

**OFERTA VENTA**

- Piso y garaje en Residencial Jaime I. Particulares. ☎ 915.175.461
- Chalet en Pedrezuela, Ctra. Burgos km. 43. Residencial Montenegro. A estrenar. 232 m² en parcela 1000 m². Todos los servicios. Seguridad 24 h. Amplias vistas. Polideportivo. Club Social. 31.500.000 pts. ☎ 913.282.637
- Vendo plaza de garaje en calle Majuelo, 6. Llamar noches ☎ 967.170.007
- Local 65 m² equipado ideal oficinas, calle Arganda. 13.000.000 pts. ☎ 914.736.617

**DEMANDA INMOBILIARIA**

- **Compro solar o casa baja** para derribar. Pago al contado. ☎ 639.648.338

**VARIOS COMPRA-VENTA. REGALOS**

- Compro todo lo relacionado con muñecos Geyper Man. ☎ 687.043.061
- Vendo chaqueta negra de cuero estrenar, por 15.000 pts, y cárdigan talla 40, por 5.000 pts. ☎ 914.734.537
- Vendo talonarios y 2 libros a precio económico. Mico ☎ 913.158.403 - 627.310.219
- Vendo cama plegable con colchón de lana. ☎ 914.747.546
- Se vende máquina cortadora de confección, marca Hitaka, industrial, 6 horas de trabajo. ☎ 917.966.381
- Vendo dos mesas de salón 120 X 60 y 50 X 50. ☎ 915.172.367
- Vendo dormitorio de 1,50. Barato ☎ 607.196.924
- Vendo cama nido con colchones. ☎ 915.393.054
- Se vende Seat Marbella seminuevo de tres años, 22.000 kms, radio-cassette con carátula, antena electrónica, 5 velocidades, gasolina sin plomo 95, color verde, seguro todo riesgo. Precio: 525.000 pts. ☎ 914.745.482
- Vendo coche de niño desmontable. Llamar noches. ☎ 915.174.654
- Vendo abrigo de visón, talla grande. 125.000 pts. ☎ 913.642.347

**DEMANDA DE TRABAJO****CLASES PARTICULARES**

- Estudiante de 2º de Bachiller, da clases de E.G.B. y de 1º ciclo de la ESO. Alba ☎ 914.742.751
- Estudiante de Magisterio, da inglés a domicilio. ☎ 914.733.671
- Cursillos intensivos de sevillanas a domicilio. Garantizado. ☎ 609.034.846
- Profesora con experiencia 20 años. Inglés clases individuales o en grupo (máx 4). ☎ 646.699.884

**PERRITA PERDIDA**

Entre Embajadores y Lavapiés.  
Color marrón,  
pelo corto.  
Responde por Niña.  
Se recompensará  
con 50.000 pesetas.  
☎ 915.170.435

- Profesor con experiencia da clases de matemáticas individuales o en grupo (máx 4). ☎ 646.699.884
- Inglés (Master USA), Francés (nativa). Llamar noches. Directora de esta revista. Geni. ☎ 914.745.156 - 651.386.010

**INFORMÁTICA - OFICINA**

- Se hacen trabajos de todo tipo tanto a ordenador como a máquina. ☎ 696.091.148

**TAREAS DOMÉSTICAS**

- Señora se ofrece para interna o por horas, hogar y cuidar niños o mayores. Marlene. ☎ 914.730.027
- Para limpieza o cuidar mayores o niños, sólo mañanas. Blanca. ☎ 914.739.489
- Señora del barrio, limpieza o cuidar mayores. Isabel. ☎ 914.672.860
- Chica seria y responsable para tareas hogar, por horas. ☎ 626.589.114
- Ecuatoriana con experiencia para limpieza o cuidar niños. Tardes. ☎ 686.498.401
- Señora para limpieza o planchar por las tardes y sábados. Patricia ☎ 914.682.431
- Se ofrece para el hogar, o cuidar niños. Tardes. ☎ 915.273.628
- Señora del barrio se ofrece para limpieza o cuidar niños. Tardes y sábados mañana. Araceli. ☎ 916.901.300 - 914.738.040
- Se ofrece como asistente por horas los martes y viernes por la mañana. Amparo ☎ 912.242.781
- Se ofrece señora para limpieza de hogar por horas Saida ☎ 626.048.324
- Chica joven se ofrece para cuidar niños. Alba. ☎ 914.742.751
- Para limpieza o para cuidar mayores o niños. Tardes. Marta. ☎ 914.733.142
- Se ofrece enfermera para cuidar enfermos ☎ 914.742.751
- Se ofrece para limpieza hogar, cuidar ancianos o niños, por horas. Deisy. ☎ 914.684.691
- Señora para tareas hogar por las mañanas. ☎ 600.770.630
- Se ofrece para servicio doméstico y cuidar mayores. ☎ 916.775.171 - 912.252.143
- Señora del barrio, conocida, para tareas del hogar. Malika. ☎ 657.481.697
- Para limpieza hogar, cuidar niños o ancianos. Irene. ☎ 659.986.558 - 914.684.691
- Señora para hogar, interna o externa. Evelín. ☎ 657.254.910
- Se ofrece para cuidar gente mayor, niños, planchar o limpieza. Horas o jornada completa. Mª Ángeles. ☎ 917.953.564
- Señora se ofrece para limpieza del hogar. ☎ 915.522.409
- Trabajo por horas, hogar y cuidado de niños. Sara. ☎ 917.512.502
- Señora ecuatoriana para limpieza hogar. Teresa. ☎ 915.220.506
- Se ofrece asistente por horas. Rosa. ☎ 917.981.329
- Señora del barrio, colabora con la revista, para cuidar enfermos o ancianos, casa u hospital. Marina. ☎ 915.173.752 - 917.061.373
- Señora del barrio para cuidar niños o ancianos. Amparo. ☎ 914.677.126
- Chica se ofrece para interna. Magali. ☎ 679.867.578
- Para limpieza por horas. Pilar. ☎ 914.605.219
- Para limpieza hogar o cuidando mayores. ☎ 630.841.508 - 696.856.665
- Asistente por horas, por las tardes. ☎ 600.883.361
- Señora para limpieza del hogar. ☎ 914.741.735
- Se ofrece señora para limpieza o cuidar niños. Beatriz. ☎ 686.301.289
- Se ofrece para limpieza en casas. ☎ 917.970.158
- Señora para limpieza. Edelmira. ☎ 679.636.331
- Señora se ofrece para limpieza general. ☎ 914.685.209
- Para limpieza o cuidado de niños por las tardes. María Elena. ☎ 616.725.064
- Se ofrece para limpieza hogar. ☎ 696.187.923
- Señora responsable, cuidaría ancianos o enfermos en la zona, noches y festivos. Llamar tardes / noches. ☎ 915.172.011

- Chica, estudiante de psicología, cuidaría niños tardes y fin de semana. ☎ 914.734.295
- Buena plancha (tardes y festivos) llamar tardes / noches. ☎ 915.172.011
- Señora responsable se ofrece para cuidar niños, ancianos o tareas domésticas. Experiencia, llamar tardes. ☎ 914.339.942

**VARIOS DEMANDA DE TRABAJO**

- Se ofrece **pintor** de calidad, de todo tipo de pinturas. Limpieza y rapidez. Presupuesto sin compromiso. ☎ 914.789.353
- Se ofrece para ayudante en la construcción o de pintor. ☎ 651.662.367
- Se hacen todo tipo de prendas de punto a mano, y bebé. Isabel. ☎ 914.739.837
- Se ofrece para toda clase de pintura. Geovany. ☎ 659.986.558 - 914.684.691
- Señorita para cuidar personas mayores o limpieza en bares. ☎ 646.322.479
- Joven se ofrece para cuidar enfermos en hospital o en casa. Noches. ☎ 914.684.691
- Señora para casas y oficinas, limpiar, planchar, cuidar niños. 1000 pts la hora. Llamar noches. ☎ 915.287.824
- Joven se ofrece par trabajar en mecánica con 10 años de experiencia. Noches. ☎ 914.684.691
- Para jardinería, cuidado de niños o mayores. Cléber. ☎ 916.516.106
- Tapicero restaurador, económico. Noches. ☎ 915.307.079
- Se ofrece para cuidar mayores o pasear perros. ☎ 667.864.229
- Señora se ofrece como camarera o ayudante de cocina. Deisy. ☎ 914.684.691
- Para limpieza, jardinería, repartir publicidad. Tardes. ☎ 914.030.057 - 627.310.219
- Se ofrece como portero o camarero. Santiago. ☎ 914.672.860
- Se ofrece fontanero para instalaciones. Rodolfo. ☎ 606.298.411
- Para conductor o cuidar mayores. ☎ 915.308.142
- Se ofrece para recepcionista-telefonista. ☎ 609.034.846
- Se ofrece joven para conserje o vigilante seguridad, pintor, controlador. Tardes. ☎ 914.030.057
- Se hacen arreglos de ropa, bajos, cremalleras, y cortinas. Zona Pasillo Verde. Tarde-noche. ☎ 914.730.590
- Electricista económico del barrio. Antonio. ☎ 914.739.776

**OFERTA DE TRABAJO**

- Organización cultural francesa selecciona **familias** españolas interesadas en **recibir estudiantes franceses**. Remuneración interesante. ☎ 914.685.559

- Se necesitan **repartidores** para pizzería. Alta en seguridad social. Contrato a tiempo parcial. Sueldo fijo más incentivos. Moto de empresa. Buen ambiente de trabajo. Edad: 18 - 26 años. Preguntar por el encargado. ☎ 915.392.800

- Necesitamos personas para venta por catálogo. Artículos regalo y joyería. Importantes ganancias. No necesita experiencia. Compatible otras ocupaciones. ☎ 913.265.900 - 607.824.892
- Se necesita profesora, clases particulares de la ESO. ☎ 913.650.192
- Seleccionamos señoras responsables para trabajo serio bien remunerado. Sra. Ilundain. ☎ 915.781.607
- Busco personas serias. Ofrezco negocio independiente y sin riesgo. Mínima inversión. Formación y asesoramiento gratuito. ☎ 914.731.381 - 600.258.676
- Persona responsable se ofrece para cuidar niños y llevarlos al colegio. Experiencia. Merche. ☎ 699.624.262 - 914.010.898

**RELACIONES Y VARIOS**

- Señora viuda de 53 años, desea amistad con caballero formal y serio. ☎ 913.642.347





PRÓXIMA INAUGURACIÓN  
NUEVO CENTRO EN:  
C/ ANTONIO LÓPEZ, 61



INSHERNU

c/ Santa Casilda, 5 • Tel: 91 517 49 62 - Fax: 91 474 71 61  
28005 MADRID E-mail: salud.es@wanadoo.es

# Salud es



Tu punto de encuentro, naturalmente



## HERBOLARIO

- Plantas medicinales
- Alimentación biológica
- Alimentos especiales para celíacos, diabéticos y de régimen
- Cosmética natural
- Aromaterapia
- Complementos (esencias, velas, inciensos, etc...)



## DEPORTE

- Alto rendimiento deportivo
- Dietas y entrenamientos personalizados
- Preparación física para oposiciones a cuerpos del estado (Bomberos, Policía Municipal, etc...)
- Estudios metabólicos y de composición corporal (cineantropometrías)
- Suplementación deportiva y ayudas ergogénicas
- Ropa deportiva



## CLÍNICA

- Naturopatía / Homeopatía / Iridiología
- Acupuntura
- Recuperación de lesiones
- Osteopatía
- Quiromasaje
- Masaje deportivo
- Gabinete de estética natural
- Kinesiología
- Fisioterapia
- Vital-stress

**VALE**

MASAJE EN SILLA ERGONOMICA, o  
SUCULENTO OBSEQUIO, o  
15% DESCUENTO  
EN TRATAMIENTO  
O COMPRA

## Fernando Gomez

peleteros

DISEÑO Y CALIDAD

- Talleres propios
- Transformaciones
- Cámara de conservación
- Limpieza



Experiencia  
consolidada

C/ Santocildes, 2  
(Gta. Embajadores)  
Tel: 91 506 12 54

Camino Araciles, s/n  
45100 Sonseca (Toledo)  
Tel: 925 38 07 52

**PELETERIA**  
**Fernando Gomez**  
\* TALLERES PROPIOS \* LIMPIEZA  
\* TRANSFORMACIONES \* CONSERVACION

