

# LA Opinión

DICIEMBRE 2.001 Ej. Gratuito Nº- 97

☎ 91 474 24 60  
c/ Labrador, 18

PEÑUELAS  
ARGANZUELA



**Los comerciantes  
se organizan ante las  
pérdidas ocasionadas por las obras**

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

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



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

## SUMINISTROS ELÉCTRICOS MANZANARES



PRECIOS ESPECIALES  
PARA:

- Profesionales
- Comunidades de vecinos



SUMINISTROS ELÉCTRICOS MANZANARES  
VENTA DE MATERIAL ELÉCTRICO  
TEL: 91 517 81 30 - FAX: 91 517 81 31

Pº Esperanza, 18 Tel: 91 517 81 30  
28005 Madrid Fax: 91 517 81 31

Ayuntamiento de Madrid



**La Opinión****DIRECTOR:****Geni  
González  
Alonso****SUBDIRECTOR:****Pedro Mateos****REDACTOR JEFE:****Fini S. Pizarro****REDACTORES:****Evodio Santos  
Gabino Domingo  
Héctor Asensio  
Marta García  
Mª Carmen Palao  
Alberto González****COLABORADORES:****Mª Carmen Martínez  
Choni Soto  
Laura Rodríguez  
Julián Gustems  
Rafael Bueno Novoa  
Mª 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 necesaria-  
mente con las opiniones que libremente  
expresan los vecinos.****Agradecemos públicamente la colabo-  
ración prestada por los vecinos y  
comerciantes del barrio que hacen posi-  
ble 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

## Final del 2.001

Termina el año y con él se ven cumplidos para algunos los proyectos, y para otros comienzan; para unos el balance será de muchas alegrías, para otros de penas y llantos.

Es verdad que no es un año que, a nivel histórico, se vaya a caracterizar por buenos acontecimientos a favor del desarrollo humano. Más bien ha sido un año de odio, de guerras y de fanatismos. Pero de todo, hasta de lo más negativo o doloroso se aprende, y lo que este año vemos es que así no vamos a ninguna parte, de seguir en la misma dirección vamos a acabar en un mundo completamente gris y en la nada.

Las nuevas generaciones no encuentran su camino, es verdad que algunos son algo violentos, pero pensemos por un momento qué les estamos enseñando, qué mundo les estamos construyendo. Prediquemos con el ejemplo: una caricia a tiempo o un diálogo constructivo creará mejores comportamientos. Hay que dejar que se expresen y, en todo caso, orientarles para que todo ese potencial joven no se desperdicie. Otro tema que creíamos estar erradicando, pero que no se acaba de conseguir, es el problema de las drogas. No hagamos caso a esos que se fingen amigos y nos comentan: "tómame esto, colega, verás qué bien te sientes". Ese no es tu amigo, es alguien que quiere enriquecerse a costa de ti y de otros, aunque para eso te destruya la vida. No te fíes y huye de ellos. Existen actividades que te darán más satisfacciones que todo eso, búscalas y las encontrarás. Qué bien se siente uno al no tener ese tipo de dependencias.

Los malos tratos a las mujeres también es otro tema significativo de este año. ¡Ya basta! ¡Plántate y deja de sentir miedo! El miedo te paraliza. No te quiere el que te maltrata. Y la ley te ampara aunque tú no lo creas. No permitas que otro que te humille y amargue tu vida, eso no es amor, eso tiene otro nombre totalmente distinto.

Por si fuera poco, para este 2001 que termina, encontramos que el terrorismo es más violento cada día, ya no mata de uno en uno, ahora lo

hace de miles en miles. Pero si no fueran ya suficientes muertos sobre la conciencia de este planeta, se llevan a cabo guerras de represalia sin enemigos concretos, en las que para castigar al supuesto culpable, se lanza todo el arsenal de las armas más destructivas del ejército más poderoso del mundo sobre un pobre país y sin recursos que está convirtiendo a la zona en un erial y está provocando también miles de muertos, muchos directamente a consecuencia de las bombas, y otros muchos de hambre y de enfermedad entre los refugiados que vagan de un lado a otro tratando de huir de la guerra.

¿Dónde está la cabeza y el corazón del ser humano? ¿Para qué sirve un poder teñido de tanta sangre e injusticia?

Tenemos que hacernos una propuesta: paremos este mundo tan violento. Estamos a tiempo de poder llevar a cabo la construcción de un mundo mejor. Los que somos positivos, no queremos este mundo hacia donde va. Esta será la victoria del 2002, el proyecto de un mundo sin guerras, ¡podemos conseguirlo!, el futuro tiene grandes esperanzas y el mundo puede ser menos gris. No es difícil si todos nos sumamos a ello, súmate a un mundo sin violencia y con igualdad de oportunidades para todos. Trabajar en este proyecto conseguirá una humanidad mejor. Desde este Centro Vecinal Humanista ya nos hemos sumado. ¿Y tú?

## ASESORÍA JURÍDICA GRATUITA:

**Miércoles de 18 a 19 h.  
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**

## 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: 10 - 2  
Tardes: 5 - 8.30

**- SÁBADOS:**  
Mañanas: 10 - 2

**☎ 91 474 53 82**

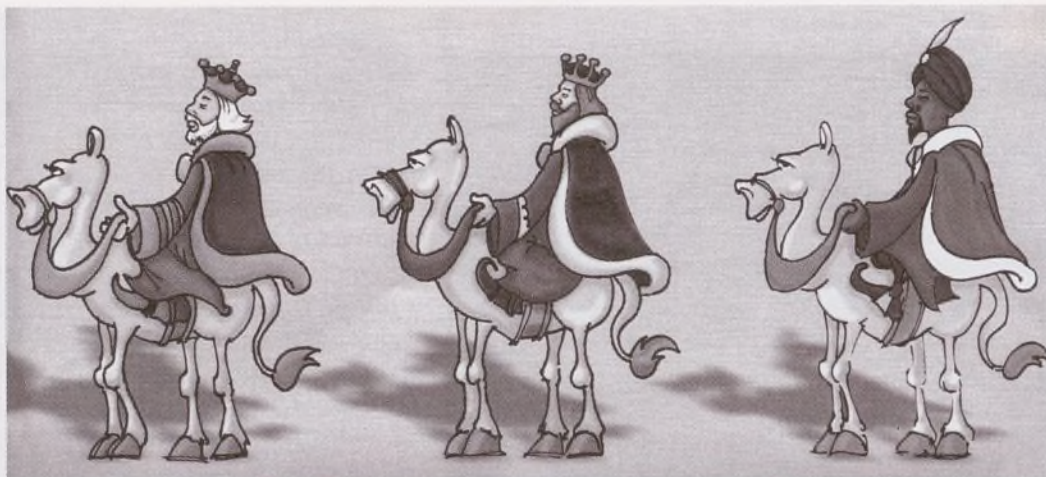
**Tf. urgencias:  
629 256 141**

**c/ Divino Vallés, 38  
28045 Madrid**



# Hay mentes dementes

"El que no está conmigo, está contra mí". Son palabras de ese poderoso apóstol y señor de la guerra, llamado Bush, quien a falta de vocabulario razonado, utiliza, cual talibán enfebrecido, frases fanfarro-nas y fundamentalistas, aunque huecas, porque hueca es la idea de valorarse a sí mismo, al tiempo que desprecia y persigue las ideas de los demás. Es como si dijera: "Viviendo yo y los míos, no me importan los demás"; y hueca es la idea de acabar con el terrorismo a base de chantaje de conciencias, produciendo hambrunas, bombardeando hospitales o preparando otras guerras. Los hombres de la guerra hoy, actúan todos con el mismo lema: fuerza y terrorismo. Los EE.UU., a toda costa, quieren implantar la globalización y el poder para dominar a las naciones del mundo, para que los gobiernos se rindan y se supediten. Bush será un César más poderoso si consigue el imperio total del universo. Es verdad que esta guerra, aunque preparada de antemano, vio la luz a raíz de un tremendo acto terrorista producido, quizás, por venganza de anteriores abusos de poder, que no cabe mencionar. Ello nos llevaría a sufrir miedo a nuevas venganzas con medidas anunciadas, que ya tuvieron lugar en Vietnam y en otros campos de batalla, donde no sólo causaron estragos en las tropas enemigas, sino que también en la población civil y en los propios soldados norteamericanos. Posiblemente eso hizo que los súbditos de otro emperador anterior consiguieran el final de aquella locura. Observo que las frases cortas, jaculatorias y profecías de Bush (acaso por efectos de importación o exportación) son exactas a las que constantemente nos repite Aznar. Si aquel dijo: "el que no está conmigo es terrorista"; éste ha



Evodio Santos



Según nos cuentan los del Corte Inglés ya estamos en navidades, y yo, como buen español, no quiero pasarme al papá Noel de los americanos porque pienso, que mi regalo me lo van a traer Melchor, Gaspar o Baltasar, con sus camellos y sus pajes, que fueron siempre nuestros ilusionistas preferidos. Seré un iluso, pero yo les escribo.

**"Que toquéis con la varita mágica el cogote de nuestros políticos para que se les borre la idea de privatizar la Seguridad Social"**

dicho hace unos meses: "quienes no están conmigo, son unos desmemoriados", y, en una ocasión reciente apostilló: "quien no crea lo que digo yo, es un miserable". ¿No son dichos de la misma catadura?, bueno, deben ser lapsus de presidentes, les daremos la importancia que les tenemos que dar y no otra.

Lo importante para mí sería que Bush dejase el oficio de crear miseria por donde pasa. Y en cuanto a Aznar, que dice que el resto de los españoles somos fruta verde, puedo pensar que él es fruta pasada. Lo importante ahora, es que deshoje la margarita, sobre si "me presento o no me presento", la última hoja será siempre que sí, porque tendrá que acabar con todo lo verde, y porque piensa que es único y el único hombre capaz de acabar con los miserables de este país de desmemoriados; con esto parece que no se hubiera acabado aún el antiguo régimen.

## Queridos Reyes Magos de Oriente:

Aun haciéndome cargo de vuestra preocupación, por eso de que no sabréis si ponerlos a favor de Oriente o de Occidente, supongo que dejareis a un lado tanto el terrorismo como la guerra, y, en las próximas fiestas, seguiréis haciendo felices a los niños aunque sea por un día.

Dicen que los mayores nos parecemos a los niños y yo, al menos hoy, quiero parecerme a ellos y me pido cinco cosas.

**Primera:** La paz a toda costa, o sea sin contemplaciones porque es muy bonita ella.

**Segunda:** Que toquéis con la varita mágica el cogote de nuestros políticos para que se les borre la idea de privatizar la Seguridad Social.

**Tercera:** Un contador de mentiras para cada uno de los gobernantes, o que les crezca la nariz.

**Cuarta:** Un toque mágico con bocina especial que señale a todos los complicados en los Fondos Reservados y en Gescartera: vendría muy bien para que todo el mundo sepa quienes son.

**Quinta:** y para mí me pido un globo terráqueo en color y con luz para poder situarme en cualquiera de esos puntos del mapa que los Bin, los Bush y todos los demás fanáticos intentan dominar.

## CONSULTA DE PSICOLOGÍA

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

## REHABILITACIÓN Y MASAJE TERAPÉUTICO FISIOTERAPÉUTA

- Recuperación en traumatología y cirugía  
- Alteraciones de la columna vertebral  
- Lesiones deportivas

Noelia. ☎ 91 473 98 84

## Escuela de Baile



"Berta Guerrero"

MATRÍCULA GRATUITA  
DESCUENTOS ESPECIALES  
PROFESORES TITULADOS

- Danza Española
- Ballet Clásico
- Flamenco
- Sevillanas
- Bailes de Salón
- Tango - Funky
- Ritmos Latinos
- Mantenimiento
- Biodanza
- Tai-Chi - Yoga

CLASES PARA NIÑOS Y ADULTOS • HORARIOS MAÑANA Y TARDE

c/ Torres Miranda, 17 • Tlf: 91 473 05 40

## CORTINAS Y DECORACIÓN

MARY-PILI

MIGUEL SERVET, 5. ☎ 91 468 06 61

## 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

## CAFE DE YESERIAS

CAFE - BAR HELADERIA

Batidos naturales • Raciones  
y Tapas variadas • Canapés  
Tartas • Helados  
Cocktelería tropical

Paseo de Yaserías, 15 • 28005 Madrid  
Tlf: 91 474 21 89

## SALSERÍAS I y II

PRIMERA CASA EN ESPAÑA

- Las mejores salsas artesanas
- Salsas para Fondée
- Especialidad en patatas fritas
- Carnes y salchichas alemanas
- Platos para llevar

Ronda Toledo, 2 - Pº Olmos, 4 (Puerta Toledo)  
28005 Madrid. Tlf: 91 474 12 42





Fini S. Pizarro

# Los comerciantes quieren crear una asociación que les dé fuerza moral y legal para tomar las medidas oportunas ante los organismos competentes

FOTO: Fotored



Hablamos con un grupo de comerciantes que con motivo de las obras del Pº de Santa María de la Cabeza y sintiéndose perjudicados económicamente por las mismas, han tomado la iniciativa de promover la creación de una asociación de comerciantes que les dé fuerza moral y legal para tomar las medidas oportunas ante los organismos competentes y poder exigir de esta manera sus derechos.

nadie se acercó a comentarnos nada, y entendemos que debería haberse personado alguien de la administración para contactar con nosotros, alguien a quien hubiéramos podido exponerle nuestra situación y explicarle la repercusión que iban a tener estas obras, que pueden provocar el hundimiento del pequeño comercio de la zona y como consecuencia que nuestros trabajadores se queden en la calle" "Que nadie crea que estamos en contra de la obra en sí, al revés, pensamos que quedará bien y será además bueno para el barrio, pero se tendría que haber hecho de otra manera, teniendo en cuenta a los vecinos y a los comerciantes"

**Los comerciantes nos cuentan**  
"En el tiempo que llevan las obras se han producido pérdidas en las ventas de más de un 60%. El Ayuntamiento debería haber tenido en cuenta todos los problemas que derivan de esta situación. Nadie nos avisó, sólo vimos unas placas grandes tapadas, y diez días antes la policía municipal pegó notas en los portales comunicando el cierre de las calles. En los comercios

**Asociación de comerciantes**  
Se convocó una asamblea el pasado 15 de Noviembre a la que asistieron 68 comerciantes afectados por las obras, en la que se debatió sobre la preocupante situación existente y en la que se llegó a la conclusión de la necesidad de asociarse. En este momento se encuentran en conversaciones con el Mercado de Santa María de la Cabeza



FOTO: Fotored

con el fin de crear la Asociación de Comerciantes de Arganzuela. Aunque el nacimiento de esta asociación sea a consecuencia de las

obras, no pretenden hacer un planteamiento restringido únicamente a este problema, sino que intentan que tengan cabida en ella todos los

comerciantes de la zona, y que se convierta en una asociación con futuro y proyectos en muchos campos. Entre otras reivindicaciones,

uno de los temas que ya han surgido es el problema del paro entre los autónomos, porque se encuentran totalmente desamparados en este campo. Lo que proponen es unirse todos, contactando con otras asociaciones, para ser, en definitiva, más solidarios y crear un plan conjunto, porque saben que los autónomos tienen sus obligaciones, pero también tienen sus derechos.

## Los empleados de estos establecimientos hablan

Según nos han manifestado trabajadores de estos comercios afectados por las obras, "este problema no sólo atañe a los empresarios, sino también a nosotros, los empleados, porque al tratarse de pequeñas empresas, se está llegando a situaciones insostenibles por la falta de ingresos, teniendo en cuenta el hecho de que hay que hacer frente a gastos fijos, como son el pago de nuestra Seguridad Social y de las nóminas. Vemos en peligro nuestro puesto de trabajo debido a que estos pequeños negocios no pueden aguantar con esas calles cerradas hasta el final de las obras"

**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

**TELEFONÍA MÓVIL**

**REVELADO ESTÁNDAR (48 HORAS)**

- 24 FOTOS - 6,00 € (998 PTAS)
- 36 FOTOS - 8,40 € (1.398 PTAS)

DISPONEMOS DE SERVICIO URGENTE DE REVELADO EN 1 HORA

**amena** **Airtel** **Telefónica** **Movistar**

**OFERTA SIEMENS A36:**  
95,56 € (15.900 pts) más 42,07 € (7.000 pts) en llamadas  
OFERTA VÁLIDA HASTA AGOTAR EXISTENCIAS

**TELÉFONOS LIBRES**  
NOKIA - ERICSSON - ALCATEL  
LIBERALIZACIÓN DE TERMINALES

RECARGAS MOVISTAR DESDE 1000 PTS.  
TAMBIÉN PUEDES RECARGAR TU MÓVIL AMENA Y AIRTEL

**GRAN SURTIDO EN ACCESORIOS DE TELEFONÍA**

**Foto-Sur desea Felices Fiestas a todos nuestros clientes**

**Pº Sta. Mª de la Cabeza, 74**  
91 474 75 48 • Madrid 28045

**ARMUSIC**  
DISCO TIENDA LATINA LOCUTORIO

Una gran variedad de lo último en Música Latinoamericana

**DESCUENTOS ESPECIALES A DJS**

SALSA • MERENGUE • BACHATA CUMBIA • VALLENATO Etc...

c/ Sebastián Elcano 21 • 28012 Madrid  
Tel: 91 527 18 60. Fax: 91 527 49 83  
jrmusic21@hotmail.com

**SETEL S.A.**  
EQUIPAMIENTO SISTEMAS OFIMÁTICOS  
DISTRIBUIDOR OFICIAL EN MADRID

**ALQUILER Y VENTA DE COPIADORAS**  
**SERVICIO TÉCNICO**

**AGFA MINOLTA LANIER TOSHIBA**

Jaime el Conquistador, 24  
Tlfs: 91 517 71 00 91 517 03 58  
Fax: 91 517 56 80 28045 Madrid

PRESENTANDO ESTE ANUNCIO 10% dto.



**RESTAURANTE ASIÁTICO TAINICHI**  
c/ Las Naves, 19 • Tel: 91 474 43 01 - 91 474 98 55

Único restaurante en la zona donde podrá degustar los mejores platos de las más reputadas cocinas asiáticas: JAPONESA, TAILANDESA, VIETNAMITA, CHINA



**CENA ESPECIAL DE NOCHEVIEJA:**

- Entremeses calientes (Rollito vietnamita, Pescado frito, Rollito tailandés, Langostino frito japonés)
- Bogavante con ajo en salsa especial
- Marisco variado
- Vino y cava

PRECIO PARA DOS PERSONAS: 15.000 Pts (90,15 €) (IVA INCLUIDO)  
Reservas por teléfono antes del 29/12.

- Menú Asiático (3 platos+bebida+postre): 950 pts (5,71 €)
  - Menú Tainichi (3 platos+bebida+postre): 1.650 pts (9,92 €)
- (De Lunes a Viernes, excepto festivos, a mediodía)

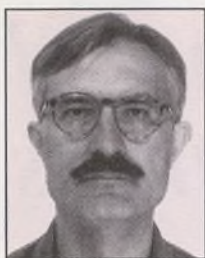


Salones privados para grupos de 8, 10, o más.  
Horario: 12 a 16:30 h. - 20 a 0:30 h.

Admitimos:

PRESENTANDO ESTE ANUNCIO 10% dto.





Ángel  
Pomares

### ¿Por qué no un Rai de administradores de fincas?

Lo mismo que existe un RAI o

Asnef, que es una relación de personas físicas ó jurídicas que incumplen sus compromisos de pago y pueden ser consultadas por

## Cartas al director

los bancos o empresas, o como en la Cámara de la Propiedad un registro de inquilinos morosos, sería muy útil que las Comunidades de vecinos pudiesen tener información previa del Administrador que contratan, ya que, junto a buenos profesionales hay otros cuyas actuaciones rayan en lo delictivo, pero difícilmente demostrable, como llevarse comisiones de las obras que se realizan en la finca, o inflar presupuestos con el mismo fin.

Se puede argumentar que existe la posibilidad de echarlos, pero los perjuicios han sido realizados, y además, en la práctica resulta difícil, ya que se han encargado de hacer favores a ciertos vecinos en perjuicio, a veces, de toda una Comunidad. Existe también el erróneo fatalismo de "para qué cambiar si todos son iguales". Mi propio caso, que relato a continuación, es por la instalación de un ascensor en la Plaza de la Beata 10, en la que vive mi madre minusválida.

Tras solicitar una junta al administrador Miguel A. Borges Sangino (Administraciones Colón), tarda dos meses en realizarla, se produce una votación favorable de los asistentes y pretende dar por válido un voto nulo de los no asistentes en contra de la opinión del Pre-

sidente de la Comunidad y de la propia Ley. Después de exigirle el Presidente que redacte el acta definitiva, incluso por escrito, durante mas de dos meses pretende sacar un acta desfavorable a la instalación con la ocultación de dos votos que se computan a favor.

Con estas y otras maniobras dilatorias, que han durado un año, ha conseguido que las obras a realizar por la ITE se junten con la instalación del ascensor, lo que ha hecho dudar y cambiar de opinión a vecinos favorables a su instalación. Casualmente las empresas que han presentado presupuesto para la ITE han sido enviadas por el mismo Administrador, y ninguna de las cuatro empresas para el ascensor habían sido enviadas por él. Con sus manejos me ha obligado a acudir a los Tribunales para hacer valer mis derechos, con el resultado de enfrentamientos entre vecinos y gastos judiciales que se van a producir, todo ello se hubiese evitado con una aplicación objetiva de la Ley Horizontal.

## GESTIÓN HOGAR

Inmobiliaria

### PISOS

Inmobiliaria

#### PASILLO VERDE

Piso de 70 m<sup>2</sup>.  
3 dormitorios. Luminoso.  
Cocina americana.  
Para entrar a vivir.  
☎ 91 539 19 91  
**24.100.000 pts**

#### STA. M<sup>a</sup> CABEZA

Apartamento. 45 m<sup>2</sup>.  
Todo reformado. Amueblado.  
☎ 91 468 43 02  
**16.000.000 pts**

#### JAIME CONQUISTADOR

Piso exterior de 65 m<sup>2</sup>.  
2 dormitorios.  
5ª planta con ascensor.  
Para actualizar.  
☎ 91 539 19 91  
**23.300.000 pts**

#### STA. M<sup>a</sup> CABEZA

Piso 65 m<sup>2</sup>. Finca señorial.  
2 dormitorios grandes.  
Exterior. Bomba frío/calor.  
Para entrar a vivir.  
☎ 91 539 19 91  
**32.000.000 pts**

#### MÓSTOLES-FUENLABR.

(Loranca Ciudad Jardín).  
Chalet de 4 años de construc.  
2 plantas más una 3ª  
abuhardillada. 4 dormitorios.  
3 baños. Materiales de calidad.  
Garaje. Terraza delantera y  
patio trasero con jardín.  
☎ 91 468 43 02  
**46.000.000 pts**

#### RONDA DE ATOCHA

Piso reformado de 65 m<sup>2</sup>.  
Tres dormitorios.  
3ª planta con ascensor.  
Finca rehabilitada.  
☎ 91 468 43 02  
**28.000.000 pts**

#### ZONA DE ATOCHA

Estudio. Cocina amueblada.  
Calefacción eléctrica.  
Para entrar a vivir.  
☎ 91 468 43 02  
**13.000.000 pts**

#### C/ FERROCARRIL

Estudio para entrar a vivir.  
Cocina americana.  
25 m<sup>2</sup>. de vivienda.  
☎ 91 539 19 91  
**11.000.000 pts**

#### Pº DELICIAS

Altura de Palos Frontera.  
Piso 60 m<sup>2</sup>. 2 dormitorios.  
2ª planta. Cocina amueblada.  
Salón independiente.  
Completamente reformado.  
☎ 91 468 43 02  
**22.500.000 pts**

#### AV MANZANARES

Altura de Antonio López.  
Piso 80 m<sup>2</sup>. 3 dormitorios.  
Cocina amueblada. Trastero.  
2 terrazas. Finca señorial.  
Excelentes vistas.  
☎ 91 539 19 91  
**27.000.000 pts**

Ferrocarril, 14  
☎ 91 468 43 02  
Fax: 91 468 69 56  
28045 Madrid

Mtnez. de la Riva, 11  
☎ 91 478 42 57  
Fax: 91 478 60 97  
28053 Madrid

NO TIRES TU DINERO.  
SERÁS PROPIETARIO,  
NO INQUILINO.  
FINANCIACIÓN  
HASTA EL 100 %

ABRIMOS SÁBADOS POR LA MAÑANA



**Interiorismo  
Diseño  
Decoración**

RENOVA

Tapicerías de diseño • Moquetas  
Cortinas • Estores • Mueble auxiliar

Gran Vía San Francisco 5 • 28005 Madrid  
Telf: 91.364.06.38 • Fax: 91.366.09.36  
e-mail: renova@arrakis.es



**SEAT**

#### • Comercial:

Carmen Cobeña, 18  
(semiesquina Pº Yeserías, 9)  
Tel: 91 474 80 55

#### • Sucursales:

Ferraz, 8. Tel: 91 547 52 91  
Juan Duque, 26. Tel: 91 364 38 80

#### • Talleres y Recambios:

Juan Duque, 28. Tel: 91 364 38 80



Razones para seducir.

OFERTA ESPECIAL PARA  
TODOS LOS LECTORES  
DE ESTA REVISTA

## FREIDURIA DE GALLINEJAS

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

Ayuntamiento de Madrid





Psicólogo

Alberto Calleja

Habitualmente estamos acostumbrados a relacionar la ansiedad con algo negativo, que nos perjudica y nos dificulta tanto nuestra actividad como nuestro razonamiento, pero esto, en la gran mayoría de los casos no es así.

**"Ansiedad tenemos desde el momento que nos levantamos hasta que nos acostamos"**

La ansiedad es un mecanismo de respuesta de nuestro cuerpo ante cualquier eventualidad o situación que necesite un mayor aporte de nuestras capacidades. La ansiedad nos dota de mayor atención, mejora los reflejos... en definitiva nos dota de una mayor activación, nos prepara para una situación que se sale de lo normal y nuestro organismo detecta que es necesario aumentar nuestras capacidades habituales. Hasta aquí esto puede parecer todo lo contrario a lo que estamos acostumbrados a escuchar acerca de la ansiedad. El problema radica en que la ansiedad es buena en punto óptimo, ni en exceso ni en defecto, es decir, a lo largo del día necesitamos un nivel de ansiedad medio para ser lo más eficaces posibles en todas las activi-

dades diarias. Los problemas surgen cuando hay desajustes importantes en este nivel de ansiedad. Si estamos demasiado ansiosos o muy poco activados tendremos menos garantías de afrontar las cosas con éxito.

Los trastornos de ansiedad pueden surgir por tener miedo a la propia ansiedad, notamos una serie de síntomas en nuestro cuerpo (los cuales la mayoría de las veces son normales) pero tendemos a hacerles una interpretación de que son algo malo que nos está pasando, cuando no es así. Estos síntomas básicamente se pueden clasificar en tres grandes grupos:

- **pensamientos:** preocupaciones continuas, pensar demasiado las cosas incluso cuando no tienen ya solución, dificultad para concentrarse...
- **fisiológico:** dificultad para respirar, latidos del corazón más rápido de lo normal, sudoración, molestias en el estómago...
- **motor:** movimientos nerviosos repetitivos, fumar comer o beber en exceso, llorar habitualmente,...

Realmente si nos paramos a pensar en ello,



todos estos síntomas, en determinadas ocasiones son normales, pues hay ocasiones en las que por sucesos que transcurren en nuestras vidas es lógico tener cualquiera de estos síntomas. Debemos saber que éstos son perjudiciales cuando aparecen sin sentido aparente o afectan a nuestra vida de forma significativa, cuando hay cosas de nuestra vida que no las vivimos con normalidad,

es entonces cuando podría darse un caso de un trastorno de ansiedad, los cuales, es importante decirlo, son bastante habituales entre la población.

En muchos casos sólo con una pequeña información de qué es realmente la ansiedad, basta para que estos problemas disminuyan de una forma importante, esto es porque asimilamos que lo que nos pasa no es malo, empezará a serlo si lo interpretamos de forma negativa y desproporcionada.

Ansiedad tenemos desde el momento que nos levantamos hasta acostarnos, y debemos aprender a no tenerla miedo, sino a saber utilizarla cuando sea necesario.

## GABINETE PSICOLÓGICO

• Luz Rodríguez. Psicóloga Master en psicología clínica y salud  
• Alberto Calleja. Psicólogo Master en ansiedad y estrés

**PRIMERA CONSULTA GRATUITA**

Varios despachos. ☎ 678 563 774 - 627 379 870

## REMBRANDT GESTIÓN INMOBILIARIA

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

Tel: 91 474 81 00

**FINANCIACIÓN 100 %**

### PISOS EN VENTA:

**ANTONIO LÓPEZ**  
Apartamento 37 m².  
Ascensor. Porter físico.  
Reformado a estrenar.  
**12.500.000**

**JAIME CONQUISTADOR**  
47 m².  
2 dormitorios.  
Reformado recientemente.  
**17.500.000**

**Pº ESPERANZA**  
Apartamento 50 m².  
Exterior. Gas natural.  
Reformado a estrenar.  
**19.000.000**

**MARQUÉS DE VADILLO**  
Lujo. 70 m².  
2 dormitorios.  
6ª planta con ascensor.  
Para entrar.  
**22.000.000**

**DIVINO VALLÉS**  
60 m². 2 dormitorios.  
Salón de 22 m². Ascensor.  
Portería. Reformado hace 3 años.  
**25.000.000**

**GTA. STA. Mª CABEZA**  
83 m². 2 dormitorios.  
Cocina con office y tendedero. Exterior.  
Para entrar.  
**28.000.000**

**RONDA DE ATOCHA**  
75 m² útiles. 3 dormitorios.  
Baño completo. Ascensor.  
Portero físico. Exterior.  
Reformado a estrenar.  
**29.000.000**

**PASILLO VERDE**  
80 m². Lujo. 2 dormitorios.  
Salón con mirador.  
Finca de 5 años.  
Para entrar.  
**31.000.000**

**GTA. EMBAJADORES**  
Ático. 118 m².  
4 dormitorios.  
Terraza de 18 m².  
**33.000.000**

**c/ ERCILLA**  
Lujo. 118 m². 3 dormitorios  
dobles. 2 baños mármol.  
Cocina, tendedero. Exterior.  
Finca 8 años. Para entrar.  
**38.000.000**

**GENERAL PALANCA**  
115 m². 3 dormitorios.  
Salón de 27 m². 2 baños.  
4 ascensores. Exterior.  
Jardines. Garaje.  
**38.500.000**

**JAIME CONQUISTADOR**  
Finca señorial. 100 m² útiles.  
4 dormitorios. Baño, aseo.  
Portería. Jardines. Exterior.  
Impecable.  
**42.000.000**

**GENERAL PALANCA**  
85 m² útiles. 3 dormitorios.  
Salón de 24 m². Baño y posibilidad de aseo.  
4 ascensores. Portería.  
Jardines. Para entrar.  
**36.700.000**

**Pº ACACIAS**  
Lujo. 132 m². 3 dormitorios  
dobles. 2 baños. Portería.  
Exterior. 4 ascensores.  
Garaje. Para entrar.  
**45.000.000**

**PUENTE SEGOVIA**  
Superlujo. 220 m². 5 dormit.  
Salón 50 m². Cocina 30 m².  
3 baños. Exterior. Garaje.  
Excepcional.  
**95.000.000**

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

Ayuntamiento de Madrid





Fernando Puerta

# Los VECINOS OPINAN

Se acercan las Navidades, y con ellas se acerca la época de los regalos. ¿Si uno fuera un Rey Mago, qué es lo que regalaría a nuestro distrito?. En definitiva, ¿qué es lo que necesita el barrio?



Bartolomé Marín

## ¿Qué regalo necesita el barrio en estas fiestas?



Rulo

No vivo por aquí, pero siempre que paso por esta zona hay mucho tráfico. Y también obras. Con este alcalde desde luego no nos podemos quejar de túneles. Harían falta más bibliotecas. Antes uno podía apuntarse a muchos cursos, pero con el PP se han recortado. La famosa Marcha Madrileña está un poco de capa caída"



Nelly

"Haría falta más limpieza. Que tengan más cuidado cuando saquen a pasear a los perros para que no se ensucie la ciudad. Que no te hagan dar muchas vueltas para cruzar, que se facilite el movimiento al peatón, y que si hiciese falta que se hagan pasos subterráneos. También serían necesarios más parques para los niños"



Pilar

"Más zonas verdes, seguro que hacen falta. Más zonas de esparcimiento para niños y para mayores. Creo que es un barrio muy duro para la gente mayor. Mi padre ha tenido que salir de aquí porque hay pocos sitios adecuados. Y lo poquito que hay, nos lo fastidian los excrementos y la orina de los perros"



Isidoro

"Que acabaran cuanto antes con estas obras. Hacen falta quizás los arreglos de siempre. Por ejemplo, hay unos pasadizos que dan a Fernando Poo que no los limpian casi nunca porque se está en discusión sobre si son privados o municipales, y está bastante sucio. Yo haría más parques porque para los críos no hay casi nada"



Ángel

"Haría falta más limpieza, me refiero sobre todo a la juventud con las copas, que se pasa mucho, dejan muchas botellas y botes de cerveza. Lo peor es el ambiente que se crea, las discusiones y las peleas. Se meten con el mobiliario público, destrozan todo, para hacer gracia, para divertirse. Pero esta situación no es tan difícil de arreglar. Hoy en día los padres son muy permisivos y de ahí se genera todo"



José César

"Tal vez cultura. Faltan bibliotecas. Está la de Pio Baroja pero está muy alejada de esta zona más céntrica. (No sé si en el Centro Dotacional está ya en marcha otra biblioteca). En general es necesaria más actividad cultural"



Mª Carmen

"Pondría unos recintos repartidos por la calle para que los perros hagan sus necesidades. Que se colocaran más adornos navideños en estas fiestas. Y también en general que se embellezca la ciudad: más árboles, flores,..."



Ramón

"Que las obras desaparecieran, y que se quitara toda la porquería que hay por aquí porque lo primero que necesitamos es poder caminar. Seguro que después va a quedar muy bien y muy bonito, la prueba la tenemos en Atocha, lo bien y estético que quedó. Pediría una boca de Metro, o al menos un acceso desde aquí (G<sup>ta</sup> de S<sup>ta</sup> M<sup>a</sup> de la Cabeza) y algo más de zonas verdes. Quitaría las gasolineras porque son un peligro."

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



VIDEO  
COMPRA V.G.V. VENTA  
CAMBIO

El mayor surtido en películas comerciales y xx

Disponemos del mejor surtido en DVD para su venta y cambio

También cambiamos sus películas y DVD

Plaza Campiño Mundo Nuevo, 8 (esq. c/ Arganzuela) • Tf: 91 468 78 98



Diseños exclusivos

5 años de garantía Aenor

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



## Exposición de pintura de Antonio Fuertes

Cuando un pincel se mueve con arte crea una gran obra que adquiere vida propia. Esto es lo que se aprecia en los cuadros de Antonio Fuertes tal y como hemos podido comprobar en la exposición realizada del 20 de Noviembre al 7 de Diciembre en la Galería de Arte Castelló 120.



## Heráldica y Genealogía



Pilar del Pozo Yuste

### ORTIZ

Unos autores opinan que es originario de Cantabria, y otros que proceden de la zona de Normandía, y que desde allí vinieron los primeros portadores del apellido en la época de la Reconquista, a Navarra y a Vizcaya. Fundaron casas solares en el valle de Carriedo y en Espinosa de los Montes, Villarcayo, Burgos. Probaron su limpieza de sangre en Distintas Ordenes Militares. Carlos I concedió en 1540 al vecino de Cuzco Juan Ortiz su propio escudo de armas. Domingo Ortiz Rozas (1680-1756) fue Gobernador y Capitán General del Río de la Plata, Gobernador de



Chile y Conde de las Poblaciones (1754)

Sus armas: los de Castilla, escudo con bordura de plata con

ochos rosas de gules, y en campo de oro una estrella de azur. Los de Asturias, en campo de Azur, un león rampante de oro, y bordura como los castellanos. Los de Extremadura, un lucero de oro en campo de azur.

Llevaron este apellido el religioso y escritor de Villarobledo Alonso Ortiz (1432-1503), el compositor toledano Diego Ortiz (1510-?), el marino Íñigo Ortiz de Retes (s-XVI), el conquistador de Orduña Juan Ortiz de Zárate (1521-1576), el conquistador sevillano

Francisco Ortiz de Vergara (1524-1574), el escritor sevillano Diego Ortiz de Zúñiga (1633-1680), el dramaturgo Cristóbal Santiago Ortiz (s-XVII), el médico santanderino José Ortiz de la Torre (1857-1928), el poeta de Jaén José Ortiz de Pinedo (1881-1959) y la novelista madrileña Lourdes Ortiz (1943) entre otros.

**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)	1.200

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

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

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

- 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
- ESCAJOLA

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

**VITROMARÁL**  
Cristalería & Decoración en Vidrio

- Lunas y espejos color
- Vidrios templados
- Vidrios de seguridad
- Tapas de mesa
- Doble acristalamiento
- Instalaciones comerciales
- Termosellado
- Marcos, molduras
- Frentes de armario
- Mamparas de baño

c/ Pedro Unanue, 13  
28045 Madrid

Telf: 91 539 98 28  
Fax: 91 539 46 26

**ESPEJOS ANTIVAHIO**

Dr. Patricio Baeza  
MIEMBRO DE:

SOCIEDAD ESPAÑOLA DE MEDICINA Y CIRUGÍA COSMÉTICA

**IMPERIAL ESTETIC CONSULTA MÉDICA**

**DEPILACIÓN MÉDICA POR LÁSER**  
Máximo 5 sesiones (1 cada dos meses)

*Definitiva*

- Rejuvenecimiento facial
- Celulitis • Flacidez • Acné
- Liposucción • Varices
- Manchas • Cirugía Estética

**INFORMACIÓN GRATUITA**

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

**BRAZOS (MUJER)**

ANTES DESPUES

**MUSLOS (MUJER)**

ANTES DESPUES

**MENTÓN (MUJER)**

ANTES DESPUES





Mª Carmen  
Palao

Todos los años, desde 1990, el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo (PNUD) ha encargado el "Informe sobre Desarrollo Humano" a un grupo de expertos independientes con el propósito de analizar cuestiones importantes de interés mundial. Dicho informe no sólo mide el progreso humano a través de datos como los ingresos per cápita, sino que también fija su

atención en factores como la esperanza media de vida, la alfabetización y el bienestar general. Finalmente, se afirma que, en última instancia, el desarrollo humano es "un proceso de ampliación de las opciones de las personas".

El informe del presente año lleva un subtítulo que pone de manifiesto la clara voluntad del PNUD de

fomentar el uso y la mejora de las nuevas tecnologías: "Poner el adelanto tecnológico al servicio del desarrollo humano". De este modo, las NTI (Nuevas Tecnologías de la Información) se configuran, dentro de esa concepción innovadora y hasta ahora poco explotada, como un arma eficaz contra la pobreza que asola cientos de naciones y miles de millones de individuos en todo el mundo.

Durante la cumbre del G-8 celebrada el año pasado, los manifestantes que acudieron a las puertas del evento se burlaron de las acciones



internacionales para encauzar la tecnología hacia las necesidades de los pobres. "No podemos comer computadoras", se quejó el líder de un grupo que propugnaba la condonación de la deuda exterior de los países en vías de desarrollo. "La gente se está muriendo", añadía. Como colofón de su acto de protesta, miembros del grupo incendiaron un ordenador portátil en una playa de Okinawa.

Actitudes como éstas se comprenden e incluso se comparten con facilidad. Hoy por hoy, las tecnologías son un bien de consumo más y sólo están al alcance de los países ricos, y dentro de estos, de las personas con un mayor nivel adquisitivo. Es obvio que una persona que muere de hambre no se plantea cuestiones filosóficas sobre el ser o el no-ser; del mismo modo, parece evidente que los países pobres tienen cuestiones más importantes que plantearse

que poner al alcance de sus ciudadanos los últimos adelantos informáticos. Este argumento, totalmente respetable

y defendible, se revela un tanto simplista. Un ordenador no puede solventar la necesidad inmediata de un individuo concreto en estado de pobreza severa, pero sí puede erigirse en un instrumento muy importante en el camino hacia el desarrollo de un país pobre. La tecnología no es un fin —he ahí el error—, sino un medio, y como tal, puede servir a la consecución de los más nobles objetivos a medio y largo plazo.

Al evaluar el potencial de la tecnología de la información y las comunicaciones, el informe 2001 señala las nuevas oportunidades que se vislumbran para posibilitar la ampliación de los medios de acción políticos (como la campaña mundial por e-mail que contribuyó a derrocar al presidente Estrada de Filipinas en enero), las redes de salud (como las de Gambia y Nepal), el aprendizaje a larga distancia (como el de Turquía) y la creación de empleo (como ha sucedido en Costa Rica, Sudáfrica y la India). Sakiko Fukuda-Parr, principal autora del informe, afirma que esto es sólo el comienzo: "La tecnología de la información y las comunicaciones es, verdaderamente, una tecnología de avanzada para la democracia y la ampliación de los conocimientos en beneficio de los pobres".

Esta es la cara amable de la cuestión. Sin embargo, la única realidad existente hoy en día es que los creadores de las tecnologías son empresarios y, como tales, trabajan en su propio beneficio y dirigen sus productos a clientes con un alto poder adquisitivo. Por otro lado, y esto es lo más preocupante, los gobiernos de los países en vías de desarrollo no han sabido apreciar todavía el elevado valor potencial de las nuevas tecnologías como ese tablón que les salvará del naufragio, ese pan para mañana.

## FOTORED

- REVELADOS
- FOTOESTUDIO
- MATERIAL FOTOGRAFICO
- REPORTAJES FOTO-VIDEO



Gran  
surtido en  
christmas  
de Navidad

Pº Delicias, 10. ☎ 91 539 11 74

La Casa de los Tresillos

MOBILIARIO EN GENERAL

Muebles Com Bar

INAUGURACIÓN  
PRECIOS INCREÍBLES

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

**SOLARium**  
CENTROS DE BRONCEADO

Sin petición de hora ☀ Horario ininterrumpido  
Máxima higiene ☀ Bronceado garantizado

Los verdaderos profesionales



c/ San Isidoro de Sevilla, 11  
☎ 91 364 46 10



el bronceado sano y elegante

para el hombre y la mujer de hoy





## Promesa cumplida

En la reunión mantenida el pasado 10 de Septiembre con Doña Eva Durán, Concejala Presidente de este distrito, se abordaron los temas de las obras de Sta. M<sup>a</sup> de la Cabeza, de la limpieza urbana y del mantenimiento de los parques infantiles y de los jardines.

En lo referente a las obras se manifestaron dos puntos de vista diferentes. Los miembros del Centro Vecinal Humanista lamentaban la falta de información facilitada a la ciudadanía, como podría haber sido la previa instalación de una caseta de información por parte del Ayuntamiento en la misma glorieta.

El punto de vista de la Concejala por el contrario, incidía en que quien se hubiese acercado a la Tenencia de Alcaldía hubiera sido atendido e informado, y que a posteriori de algunas protestas ciudadanas se instaló la ya mencionada caseta de información, aunque con las obras ya comenzadas.

La limpieza urbana que es otro punto de interés vecinal, fue dialogado ampliamente. Doña Eva Durán manifestó que había pedido que las prácticas del SELUR se realizaran en nuestro distrito para así ayudar mejor al servicio de limpieza municipal que será remodelado en un futuro, con el fin de prestar un mejor servicio. Este aspecto podrá ser juzgado por los vecinos cuando así ocurra.

El tercer asunto discutido en la reunión versó sobre el mantenimiento de algunos parques infantiles en los que juegan nuestros hijos y de su inadecuado estado de conservación, incluidos los jardines que los rodean.

Doña Eva Durán se comprometió a estudiar el tema con detenimiento, y concretamente a mejorar el parque situado en la confluencia del Paseo del Dr. Vallejo Nágera con el Paseo de la Esperanza.

No había pasado un mes de la reunión cuando éste parque fue remodelado en su totalidad, distinguiendo dos zonas de juegos diferenciadas en función de la edad. Está debidamente equipado, con un revestimiento del suelo adecuado para amortiguar las caídas de los niños, y con recintos vallados para así disuadir mejor a los perros, y también a sus amos de invadir, y a veces, ensuciar este recinto específico para nuestros hijos.

Así mismo se ha procedido a ajardinar los parterres de la Plaza de las Peñuelas, y los laterales del Pasillo Verde colindantes.

Deseo manifestar mi enhorabuena por estas actuaciones, e indicar que en la misma diagonal del cruce de las calles del parque remodelado existe otro parque cuyo estado es manifiestamente mejorable. Deseo, junto con otros padres y madres, y creo personalmente, que en un futu-

ro no muy lejano, este parque también será remozado para el mejor aprovechamiento de nuestros hijos, incluido el alejamiento del pipicán cuyos excrementos perfuman el ocio de nuestros hijos.

Como colofón manifiesto una vez más mi agradecimiento a nuestra Concejala Presidente por los compromisos cumplidos y la emplazo a continuar en esta acertada resolución de las inquietudes vecinales. Así también lamento que pese a ser una de las prioridades de nuestra Concejala, nuestro distrito no ha sido agraciado con ningún centro escolar nuevo; como resultado de la venida de nuevos vecinos jóvenes cada día escasean más las plazas escolares y se aumentan los ratios de alumnos por aula, algo que empeora la atención prestada a nuestros hijos.



Vicente  
Martín Calero

### 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

**FERNANDO GÓMEZ**  
*peleteros*  
DISEÑO Y CALIDAD

- Talleres propios
- Transformaciones
- Cámara de conservación
- Limpieza



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

Experiencia  
consolidada

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

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

Ayuntamiento de Madrid





Rafael Bueno  
Novoa

Coincidiendo con esa parafernalia navideña del vergonzoso despilfarro y del continuo bombardeo de mensajes de paz y felicidad que, interesados, lanzan los medios de desinformación desde su hipócrita disfraz de Mesías, se celebra el tradicional sorteo de la Lotería de Navidad. Esperado sorteo, que si algún imprevisto no lo impide, puntual cada 22 de diciembre se lleva a cabo su celebración. Este día los niños/as del famoso colegio madrileño de San Ildefonso se darán cita en el Salón de Loterías del Estado y, a través de la TV y la Radio, harán llegar su acostumbrada retahíla de números y premios para deleite de quienes gustan escuchar la monótona cantinela de un sorteo pensado para crear ambiente de alegría y dar rienda suelta a ficticias ilusiones que siempre van asociadas a la obtención de alguno de los sustanciosos premios, que para los afortunados se destinan.

Desde luego, es muy tentador probar suerte en cualquiera de los diferentes juegos de azar que en la actualidad se celebran. El estar literalmente atado a un trabajo mal remunerado o encontrarse en situación de parado, la capacidad adquisitiva, en cuanto a bienes materiales, es bastante limitada; si no es base de sacrificios o privaciones no se consigue aquello que realmente se desea. Por tanto la única oportunidad de salir de tan asfixiante precariedad económica es apostar a los juegos de azar y esperar a

que la suerte te sonría. Está claro que al tratarse de algo aleatorio las probabilidades de acertar son ínfimas; circunstancia ésta que ocasiona a los habituales un estado de obsesiva ansiedad por conseguir la codiciada suerte.

Bonoloto, Quiniela, Lotería Nacional, ONCE, Primitiva, etc. Es obvio que la oferta en cuanto a juegos de azar es amplia y siempre está ahí, como producto cuyo consumo resulta altamente atractivo. Producto que fue creado por el Estado con el fin de engrosar sus arcas. ¡Y vaya si las engrosan debido al tanto por ciento que, en concepto de impuestos, se lleva de la totalidad del dinero recaudado con las apuestas! Escalofriantes son las cifras que al respecto se barajan. En billones se cuantifican los beneficios obtenidos. En buena medida, de estos beneficios todos los ciudadanos somos copartícipes porque, supuestamente, se destinan a mejoras sociales, sanitarias, de infraestructura, etc. Pero asaltan dudas acerca de como gestionan las administraciones los beneficios recaudados porque al parecer existe un déficit crónico a la hora de asignar los Presupuestos Anuales del Estado. La sospecha de malversación de fondos se hace más real al comprobar con que lentitud e insuficiencia se llevan a cabo las mejoras en este país.

Sin duda, el Organismo Nacional de Loterías y Apuestas del Estado se encuentra al margen de

cuanta suspicacia se origina en torno a los responsables de gestionar los beneficios recaudados. La misión de este Organismo es exclusivamente la de crear nuevas expectativas de juego con un único interés: la codicia. Además, la situación actual que vive el país donde imperan los salarios de miseria, el paro, la pobreza —en ocasiones extrema—, la constante incitación a consumir, etc., origina una bonanza favorable a la participación masiva de jugadores por esa economía de subsistencia que predomina en la mayoría de los hogares. Esta situación de precariedad en que se vive ha dado pie a que surja un mezquino oportunismo ofertando ilusiones ficticias que todos ansían comprar pagándolas con los “mágicos” millones que la suerte te otorga. Por desgracia la suerte acostumbra a pasar de largo. Inconveniente que no impide seguir tentándola aunque ello suponga gastarse un dinero necesario para otros objetivos más reales. Eso sí, una vez perdido todo el dinero jugado, siempre queda el triste consuelo de “**jugar por necesidad, perder por obligación**”. Trataremos de convencernos de la certeza de tan lapidario refrán, quizá, como una absurda manera de justificar la necesidad de seguir jugando. Y, desgraciadamente, así nos va por ese deseo irrefrenable e irreflexivo de satisfacer nuestra ambición peseteril; luego será en euros, sin duda.

# 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. - FAX: 91 467 01 15 - 91 539 98 88

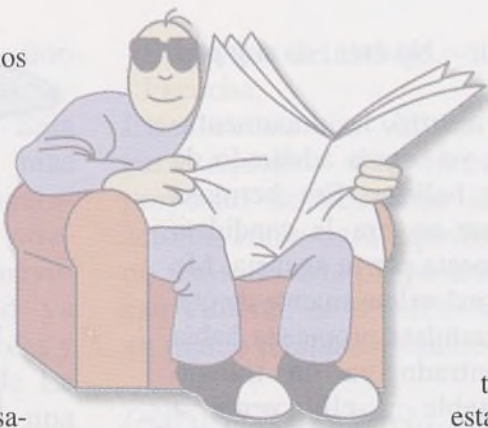


# La mirada de mi abuelo



Pedro  
Mateos

Detrás de sus pequeñas gafas, los ojos se perdían en una profundidad. Mi abuelo se las ponía sólo para leer, le quedaban flojas, las lentes quedaban simplemente apoyadas sobre las aletas de la nariz, de tal modo, que por encima de los cristales observaba a los demás distraídamente. Con el periódico bajo, sujeto entre sus manos, no daba la sensación de que mirase a nadie, pero en la profundidad de sus ojos oscuros recogía, en fiel reflejo, toda la escena del cuarto de estar sin pronunciar palabra: A los niños jugando con nuestras tensiones y discursos superfluos... las quejas que nos dirigíamos sobre el protagonismo y las concesiones infantiles... la importancia del mando en el grupo y las disputas sobre el sentido de la propiedad que ya teníamos asumida, tanto por la mayoría de edad, -tal vez, mi vecinita me llevaba sólo unos meses- como en cuanto a la posesión de nuestros juguetes, sin que este ejemplo lo hubiéramos recibido necesariamente de los mayores. Todo lo veía mi abuelo sin que se alterara su espíritu. La televisión, con su ritmo constante, que, aunque sólo servía de acompañamiento o para llenar el ambiente de ondas sonoras y engañosamente cálidas, venía a sustituir -decía mi madre- a la estufa o la antigua chimenea, a cuyo alrededor se sentaba la familia en los días fríos, solo que aquella



parecía unir, ya que contaba con un programa único, no como la de hoy que separa a la familia y amigos en individuos descontentos, cada uno quiere ver otra cosa dada la multiplicidad de los programas, aunque todos igual de cutres, que salen de esa caja absurda como decía la abuela. La abuela se los tragaba todos, aunque siempre estaba dormitando con los brazos

cruzados sobre el pecho y la cabeza caída a un lado o al otro, que levantaba, cada vez, abriendo ligeramente los párpados unos segundos como para disculparse consigo misma pretendiendo demostrarnos que no estaba dormida. La asistenta, que planchaba en aquel momento algunas camisas, mientras murmuraba por lo bajo los sonos de una canción desconocida para mí. De cuando ella era una jovencita, decía. ¡Sabe

Dios cuando!, pues, al parecer, ya estaba de asistenta con mi abuela cuando nació mi madre... Los ojos de mi abuelo lo controlaban todo, de eso estoy completamente seguro, pues no se perdía el mínimo detalle de cuanto allí ocurría. Si algo cambiaba de sitio estaba atento, como aquel día en que mi madre, sentada en el sofá repasando algunos botones y costuras, se levantó y apagó la televisión por creer que nadie la estaba atendiendo. El abuelo, se volvió hacia ella y le dijo con cierta solemnidad: "No hija, no lo quites, si parece interesante".



COLEGIO CONCERTADO  
DOSPARQUES

**25** Aniversario (1977 - 2002)  
Colegio DOSPARQUES

A padres, madres y  
ex alumnos/as:

El colegio Dosparques cumple 25 años. Si quieres reencontrarte con tus compañeros y compañeras del cole, contacta con nosotros. Celebramos una fiesta el día 22 de febrero de 2.002.

Teléfono: 91 473 99 85  
e-mail: dosparques@teleline.es

San Anastasio, 4 • 28005 Madrid

**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

**PESO  
FORMA**

PONTE EN FORMA  
SIN PASAR HAMBRE

¿En qué consiste Peso Forma?  
Consiste en dietas personalizadas,  
basadas en reeducación alimenticia.  
Te ofrecemos la oportunidad de perder  
esos kilos de más para no recuperarlos,  
sin sufrir ningún trastorno nutricional.

Llámanos e infórmate en:

**HERBOLARIO ENCARNITA**

c/ Martín Soler, 10  
Tlf: 91 528 07 33

**HERBOLARIO USERA**

c/ Nicolás Sánchez, 33  
Tlf: 91 475 36 56

**HEALTH**

Fitness Center

CICLOAEROBIC | TAI-CHI  
AEROBIC | CHI-KUNG  
MUSCULACIÓN | MASAJE  
CARDIOVASCULAR | RAYOS UVA  
MANTENIMIENTO | TAQUILLAS

Termas y Taquillas gratuitas

OFERTA EN MATRÍCULA  
+ REGALO

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



FICASA, S.L.

COMPRA VENTA DE PISOS  
TRAMITACIÓN DE HIPOTECAS

- **LEGAZPI**  
Apartamento reformado a estrenar.  
Tarifa nocturna. **14.000.000** pts.
- **LEGAZPI**  
50 m². Exterior. Ascensor. Reformado.  
**18.000.000** pts. - **96.000** pts/mes.
- **PEÑUELAS**  
2 dormitorios. Reformado. Cocina  
amueblada. Finca rehabilitada.  
**17.500.000** pts. - **90.000** pts/mes.
- **PASEO DE LA CHOPERA**  
55 m². Exterior. Calefacción.  
**25.000.000** pts. - **110.000** pts/mes.

c/ Arquitectura, 5  
28005 Madrid  
e-mail: ficasa@wanadoo.es

91 517 03 48  
91 517 02 06  
91 539 84 59





Julián  
Gustems

## A cada cual lo suyo

Me alabaron tanto sus excelencias que no tuve más remedio que interesarme por ella.

"De todas formas -me advirtieron-, se trata de la mujer más fea que puedas imaginar, tan fea que casi asusta. Pero, eso sí, es una excelente conocedora de la administración y puedes confiar en ella".

Como necesitaba una buena secretaria, de amplios y variados conocimientos, pensé que, fea o no, era la persona indicada. Así, pues, concerté con ella una entrevista. Fea o no, ¿qué me importaba si el trabajo era lo esencial? Repito que preparé la entrevista, algo nervioso andaba yo. Tener que elegir un compañero de trabajo o rehusar su oferta es algo que siempre me ha afectado. El día de antes de cualquier entrevista apenas duermo, se me saltan los nervios y bizqueo. Disponerte a aceptar o rehusar una oferta de trabajo es algo muy cruel. Saber que depende de tu decisión dar o negar la alegría es un infierno para cualquier hom-

bre de buena fe. Y ante la posibilidad de decir un sí o un no a una mujer como la que debía entrevistar, era un infierno para mí, me dejaba como una piltrafa.

Aquella mañana no tenía por qué estar nervioso, ya que había decidido darle el sí a la mujer que solicitaba el empleo. Por eso, cuando una voz de ángel me pidió permiso para entrar, me sobrecogí. Fui a abrir la puerta y ofrecí a la mujer la mejor de mis sonrisas. En tanto le sonreía no me atreví a mirarle a la cara y cuando ya lo hice tuve un desfallecimiento. ¡Aquel era el rostro más bello que jamás habían visto mis ojos!

Mi sorpresa fue tanta que la mujer tuvo que sacarme del pozo donde me hallaba hundido. Su sonrisa, la expresión feliz de su rostro, su figura tan proporcionada y bella hicieron temblar mis manos.

Le ofrecí asiento. Negó con su cabecita mi ofrecimiento de un cigarrillo.

-No fumo -informó-. Tampoco bebo. -Pero guiñó un ojito para

añadir-: No crea, no soy perfecta.

Me mostró la documentación, yo seguía admirado de tanta belleza. Era hermosa porque no era la candidata propuesta por la agencia. Me informó extensamente de que la candidata propuesta había encontrado ya un trabajo aceptable y ella venía a suplirla. Dijo que estaba feliz porque la agencia le había colocado el callo a otra empresa. Las agencias están obligadas a hacer ofertas iguales o parecidas a sus clientes. Me habló de sus aspiraciones, de su mucha valía como secretaria. ¡Uy, si sabía de las cosas de oficina!

Cruzó las piernas, ofreciendo a mis ojos unas pantorrillas vigorosas, de atleta. Seguía dándome palique, ofreciendo su belleza con generosidad.

-Y si he de acompañarle por estos países donde usted viaja, ¡ni un solo problema! ¡Aquí me tiene usted a su disposición!



La miré, atónito. Su sonrisa me tenía secuestrado. Hicimos el trato. Fuimos a tomar un aperitivo y una cena fría. Al fin, nos casamos.

Posteriormente a todo lo que he contado debo decir que su puesto ha sido ocupado por la mujer más fea que me he echado en cara. A mi mujer le ha encantado la elección, que juzga muy afortunada. Yo también lo creo así.

Todo el mundo tiene derecho a una posibilidad, por fea que sea quien la solicite. Por otra parte, otra mujer también bella no habría cabido en mi hogar.



## BONACASA INMOBILIARIA

Alberto González. Agente Propiedad Inmobiliaria. Abogado.

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

- Zona **Embajadores - Beata**. 45 m<sup>2</sup>. Luminoso a patio abierto. 2 dormitorios. Amueblado. Recién reformado. 17.500.000 pts.
- Z. **Pº Delicias**. 65 m<sup>2</sup>. Luminoso. 3 dormitorios. G/n. Calefacción. Para entrar a vivir. 22.000.000 pts.
- Z. **Jaime el Conquistador**. 60 m<sup>2</sup>. 2 dormitorios. Muy luminoso. G/n, c/c. Ascensor. Plaza garaje opcional. Para entrar. 25.000.000 pts.
- Z. **Pº Sta. Mª Cabeza**. (Junto a Gta. de Atocha). 60 m<sup>2</sup>. Interior. 3 dormitorios. Acometida de g/n. 2º sin ascensor. 18.000.000 pts.
- Z. **Legazpi**. 50 m<sup>2</sup>. Exterior. 3 dormitorios. 2º sin ascensor. Para entrar a vivir. 19.500.000 pts.
- Z. **Casorro - Embajadores**. 60 m<sup>2</sup>. Buhardilla exterior. 2 / 3 dormitorios. 5º sin ascensor. Necesita reforma. 22.000.000 pts.
- c/ **Tortosa**. (Junto entrada del AVE). 67 m<sup>2</sup>. Exterior. 3 dormitorios. Balcones. Calefacción y g/n instalado. Ascensor. 27.000.000 pts.
- Z. **Marcelo Usera**. 75 m<sup>2</sup>. Exterior. 3 dormitorios. 2 terrazas. C/c. Ascensor. 21.000.000 pts.
- Z. **Delicias - Legazpi**. 26 m<sup>2</sup>. Local interior. Ideal oficina. 6.500.000 pts.
- Z. **Jaime el Conquistador**. 66 m<sup>2</sup>. Todo exterior. 2 dormitorios. Terraza. G/n. Conserje. Ascensor. Aire acondicionado. Para entrar. 30.500.000 pts.
- Z. **Jaime el Conquistador**. 80 m<sup>2</sup>. Exterior. 4 dormitorios. Terraza. Ascensor. Para entrar. 30.000.000 pts.
- Z. **Delicias - Atocha**. 170 m<sup>2</sup>. Exterior. 4 dormitorios, 2 salones, baño y 2 aseos. G/n y c/c. Ascensor. Ideal para consulta y vivienda. 50.000.000 pts.
- Z. **Pº Delicias**. 70 m<sup>2</sup>. Exterior. 3 dormitorios. G/n. Ascensor. Actualizar. 27.000.000 pts.
- Z. **Embajadores - Gta. Sta. Mª Cabeza**. 90 m<sup>2</sup>. Exterior. Finca de lujo. 3 dormitorios. 2 terrazas. Baño y aseo. G/n. Conserje 24 h. Ascensores. Garaje incluido. 42.000.000 pts.
- Z. **Jaime el Conquistador**. 100 m<sup>2</sup>. Exterior. 4 dormitorios. Terraza. Baño y aseo. Conserje. Jardín privado. Para entrar a vivir. Garaje opcional. 41.500.000 pts.
- Z. **Pº Delicias - Gta. Atocha**. 90 m<sup>2</sup>. Exterior. 4 dormitorios. G/n y c/c. Ascensor. Reformar. 33.000.000 pts.
- Z. **Pº Sta. Mª Cabeza - Gta. Atocha**. 100 m<sup>2</sup>. Exterior. 3 dormitorios. Terraza. Baño y aseo. G/n y c/c. Ascensor. Actualizar. 39.500.000 pts.

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

☎ 91 530 03 02  
91 539 51 20

## TEMPO - Café Pub

NUEVA DIRECCIÓN

Cafés variados ♦ Cócteles  
Pantalla gigante

Celebraciones: cumpleaños, despedidas...

Tu Pub Diario

Abierto todos los días de 17:00 a 03:00 h.

c/ Laurel, 4 ♦ Tlf: 91 473 03 17



**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



# Amplia oferta teatral en el barrio

Tenemos dos teatros, uno enfrente del otro, que no enfrentados, en la calle Ercilla, Sala Cuarta Pared, bastante más conocido, y La Grada, inaugurado recientemente, que nos ofrecen sus obras para niños y mayores. De la Cuarta Pared ya hemos hablado repetidas veces y lo seguiremos haciendo, de La Grada queremos hacerles una entrevista y, mientras tanto, vamos a presentar estas dos escuelas de teatro y dar información de sus actividades:

## LAGRADA

Presenta la obra de teatro "Forjadores de Imperio" de Boris Vian, con la dirección de Ramón Serrada Yagüe, los viernes, sábados y domingos a partir del 12 de Octubre, a las 20,30 horas.

### Cursos de interpretación

#### Formación integral

Trabajo Corporal: Técnicas psicofísicas.

Trabajo Vocal: Respiración, resonación, articulación, canto.

Interpretación: Desde la persona hacia el personaje.

### Teatro para niños y jóvenes

- Potenciación de la imaginación.

- Expresión corporal y vocal - espontánea.

- Expresión libre de las coincidencias y diferencias.

- Estructura del trabajo.

- Escucha.

Estos cursos son válidos tanto para aquellos que tienen el propósito de dedicarse al arte actoral, como para aquellos que no teniendo este propósito, buscan cultivar su sensibilidad en un marco relajado y lúdico.

## CUARTA PARED

Programa Diciembre de 2001

Teatro: "Fine Romance" de Carmen Werner, del 20 al 23 a las 21 horas. "Sigue la Tormenta de Enzo Cormann, hasta el 16 de Diciembre, de jueves a domingo, a las 21 horas.

Especial Navidad, teatro para niños a partir de 6 años "La galleta que quería ser famosa" de Juan Alberto López, del 22 de Diciembre al 6 de Enero. Continúa en programación, sábados y domingos a las 17,30 horas, hasta el 20 de Enero.



### Otras actividades:

El Club de La Máscara es un club con muchas ventajas. Si tienes entre 5 y 12 años y te gusta el teatro no sólo podrás ser espectador sino que podrás participar de manera activa y conocer el teatro por dentro. Aprenderás otras cosas como hacer pasteles en nuestro taller culinario, hacer magia, sombras chinescas, máscaras o contar cuentos.



Sigue la tormenta



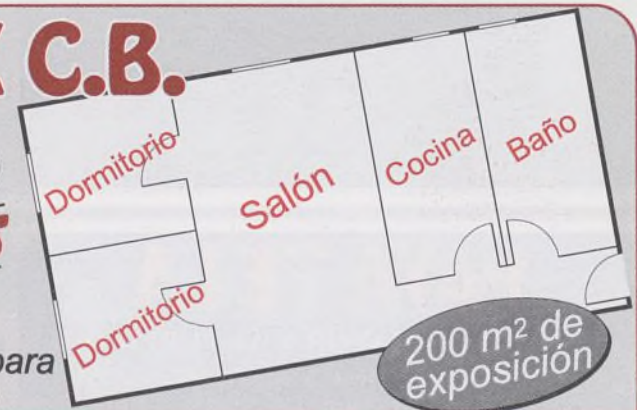
Fine Romance

## ADOBE C.B.

c/ Ercilla, 29  
91 517 15 20

## REFORMAS

Solución integral para Hogar y Comercio



## 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

- Suzuki Vitara Wagon 1.9 TD. D/A, A/A. Año 99. 1.950.000 pts.
- Seat Toledo 1.9 D/A, A/A. Año 92. 590.000 pts.
- Opel Vectra TDI. Full equipo. Año 97. 1.975.000 pts.
- Opel Corsa Diessel. Full Equipe. Junio 2.000. 1.390.000 pts.
- Daewoo Matiz D/A, A/A, E/E, C/C. Diciembre 2.001. 995.000 pts.

Para los Amantes del BUEN...  
...VINO y las viandas



## TABERNA - VINOTECA

DEGUSTACIONES ORGANIZADAS Y CATAS  
RIBERA CURTIDORES, 30 Tel: 915061687  
entre Ronda de Toledo y Paseo Acacias



PLATOS y CANAPES calientes y fríos Ibéricos, Foies, Quesos y Ahumados y algun dulce, para recrear el paladar. Preparamos encargos especiales

Ceramos Lunes





Laura  
Rodríguez  
Moya

Profesora  
de Estética  
y Naturista

## Tratamientos post-operatorios de liposucción y de mama

Las operaciones Estéticas son hoy en día una gran arma, que los médicos cirujanos Estéticos nos ofrecen, para ayudarnos a corregir o mejorar esas zonas físicas que no nos gustan. Lo correcto sería que después de realizar estas operaciones, se lleve a cabo un adecuado tratamiento post-operatorio el cual se realizará en la mayoría de los casos en centros de Estética, por Esteticistas formadas a este nivel, y por supuesto siguiendo siempre las recomendaciones y supervisión del doctor que realizó la operación.

La misión fundamental de la esteticista en este tratamiento post-operatorio será de:

- Drenaje
- Cicatrización
- Hidratación

### POST-OPERATORIO DE MAMA

La operación se ha podido realizar para:

• **Disminución:** El post-operatorio comenzará aproximadamente sobre el tercer día, siempre que el médico no indique lo contrario, y se podrá empezar a realizar un drenaje linfático de la zona para ayudar a bajar la inflamación. A partir de los 15 o 20 días una vez retirados los puntos de la cicatriz, aplicaremos sustancias cicatrizantes, para ayudar a regenerar bien esa zona de tejido. Después hidrataremos bien toda la piel del busto.

• **Mastopepsia** (elevación la mama sin dismi-

nución). El tratamiento post-operatorio será igual que en el caso anterior.

• **Aumento:** En este caso se realizará el drenaje linfático a partir del 3º día y cuando el doctor lo indique se hará un masaje suave movilizándolo ligeramente la prótesis para evitar un posible encapsulamiento de ésta, lo cual ocurre en un número pequeño de casos, pero de ser así, puede resultar doloroso y en algunas ocasiones se ha necesitado de una segunda intervención para corregirlo. Por eso en este caso está especialmente indicado el tratamiento post-operatorio.

### POST OPERATORIO DE LIPOSUCCIÓN

Es una técnica utilizada para la extracción de acúmulos grasos localizados.

La función de la esteticista en este caso será de ayudar a bajar la inflamación y el edema, la actuación podrá realizarse a partir del 6º o 7º día después de la operación y a partir del día siguiente, si la intervención se ha realizado desde el tobillo, pero como he dicho anteriormente siempre y cuando el médico no indique lo contrario. En la zona de abdomen, cadera y glúteos, suele aparecer una fibrosis posterior a la operación por lo que la técnica post-operatoria en esta zona aparte del drenaje será más enérgica con la finalidad de ablandar esta fibrosis.

Si es necesario nos ayudaremos también con una aparatología adecuada en estos casos.

#### 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

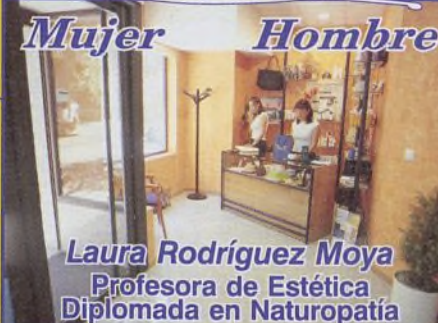
- ULTRASONIDOS
- IONTOFORESIS
- TERMO Y ELECTROLIPÓLISIS
- T.E.N.S. (ANALGESIA)
- ELECTRO ESCULTURA
- INDIBA (R. CELULAR)

### 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

Metro 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
- UNAS POSTIZAS (PORCELANA Y FIBRA DE V.)
- MAQUILLAJES
- ASESORAMIENTO COSMETOLÓGICO GRATUITO

## 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

**Facilidades de pago en los tratamientos**

**PRIMERA CONSULTA GRATIS**

Pº Pontones, 15 Tf: 91 474 99 74  
28005 Madrid Fax: 91 517 12 61

### Merlin Dental

**ESPECIALIDADES:**

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

Servicio de cámara intraoral y visioradiografía

### ALVITE

INSTALACIONES S.L.

**SERVICIO / TECNICO**

**AVISOS Y MANTENIMIENTOS**

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

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





Diplomada en  
Dietética y  
Alimentación  
Humana

Sara Martínez-  
Garrido

## Vitamina Ácido Fólico

### FUNCIONES

Esta vitamina es necesaria para la formación de los glóbulos rojos, elementos indispensables en nuestra sangre. Además es imprescindible para que a nivel del intestino se absorban otras vitaminas, concretamente la B-1 y la B-2.

### FUENTES

- Hígado
- Verduras de hoja verde
- Las legumbres
- Podemos usar como suplemento: levadura de cerveza

### DÉFICIT

Produce un tipo de anemia, la megaloblástica. Además puede producir alteraciones gastrointestinales y también problemas psíquicos como la modificación del carácter.

Sí el déficit afecta a la mujer embarazada, el futuro bebé puede nacer con una malformación llamada espina bífida.

### CULTURA GENERAL

Se habla de que hay que suplementar la alimentación de la mujer embarazada con ácido fólico. Debemos darnos cuenta que es conveniente llegar a la concepción del bebé, con unas buenas reservas de esta vitamina, ya que el cierre del tubo neuronal se produce alrededor de la cuarta semana del embarazo. Y si la futura madre no ha tomado antes de quedarse embarazada ácido fólico, puede ser que no tenga una reserva suficiente y el niño nazca con la "Espina Bífida". Para prevenir este problema, os aconsejo que si queréis quedaros embarazadas empecéis a tomar ya esta vitamina. Lo más sensato es comentárselo a vuestro ginecólogo.

## Belén con pátinas

*Estamos en Navidades, y es en estas fechas cuando en el mundo de la artesanía y manualidades realizamos, con mayor entusiasmo nuestros adornos navideños.*

*Desde adornar el árbol, realizar centros, pintar las figuras y toda clase de motivos. Hoy quiero deciros cómo podemos pintar un bonito Belén.*

### Materiales:

Belén de marmolina.  
Pátinas al agua.  
Barniz en spray.  
Pinceles y trapos.

### Realización:

Comenzamos pintando caras, manos y pies. Al hacerlo con pátinas usaremos un pincel de pelo de marta para poder

Maricarmen  
Martínez



cepillar bien la marmolina y que quede transparente. La Virgen: el vestido de azul clarito, la capa azul oscuro para que tenga contraste, el pañuelo en amarillo clarito. San José: el manto en amarillo claro y la capa en corinto. El Niño: el vestidito azul clarito y la sabanita en amarillo claro.

Los cabellos de todos en marrón.

La mula en gris y el buey en marrón.

Todas las bases en verde no demasiado oscuro.

Al pintar con pátinas es importante cepillar bien el pincel sobre la figura, y a continuación pasaremos un trapito para retirar el exceso de pátina. Terminado el proceso daremos un barniz mate, al agua, para proteger las figuras. Una vez seco el barniz, se dará una nueva pátina beige claro. Sacamos brillo y tenemos un belén distinto.

Una vez terminado lo podemos montar en casa para desear a todos Felices Fiestas.



FOTO: Foto-Sur



C/ TOMÁS BORRÁS, 10



C/ CARVAJALES, 4

## MANUALIDADES Y BELLAS ARTES

Se imparten clases para niños y adultos

- PINTURA AL OLEO
- DECORACIÓN DE MADERA
- REPUJADO DE METALES
- FIGURAS DE ESCAYOLA, MARMOLINA Y RESINA
- PAPEL MACHÉ
- PINTURA EN TELAS, ETC...
- DIBUJO (Carboncillo, Pastel, tinta china,...)

Matrícula  
Gratuita

91 474 19 66 - 91 473 55 02



**DECORANI**

- \* DECORACIÓN
- \* REFORMAS
- \* DISEÑO

**REFORMAS EN GENERAL**

TARIMAS \* COCINAS \* BAÑOS \* F. ARMARIOS  
C/ CANARIAS, 22 • TF: 91 528 33 23

**OFIRECICLE**  
2000  
MOBILIARIO DE OFICINA

SILLAS DE ESTUDIO, UN REGALO  
PRÁCTICO PARA ESTAS NAVIDADES.  
ELIJA ENTRE 49 COLORES  
DE TAPICERÍA.

c/ Fernando Poo, 39. Telf: 91 517 37 10  
www.ofirecicle.com





Julia S.  
Caja*Sin adiós*

Lo tuyo fue una aventura,  
en mí, pudo ser amor,  
no tuvimos despedida,  
no nos dijimos adiós.

No hubo celos ni codicia,  
ni egoísmo ni traición  
nos unió la simpatía  
con un lazo de ilusión.

No sentimos la avaricia  
ni nos cegó la pasión,  
fue una alegre melodía  
que el viento trajo y llevó.

No tuvimos la fortuna  
de nuestras manos la unión,  
pero una dulce locura  
te besará sin adiós.

Felisa  
Orejudo*Tercer Mundo*

Pobrecitos esos niños  
que no tienen que comer  
se les ve con cara triste  
y delgados a la vez.

No tienen ni chucherías  
ni juegos ni caramelos.  
y no tienen una ropa  
ni donde arrimarse al fuego.

Y también algunos de ellos  
se les murieron sus padres  
por esta guerra cruel  
que no dejan de matar  
por el ansia de vencer.

Algunos si tienen padres  
que su inocencia la dudo  
que por dinero les ponen  
en las manos del verdugo.

Tienen que sufrir las guerras,  
también las inundaciones,  
pero más horrible es  
lo que tienen que sufrir  
la corrupción de menores.

Les faltan las alegrías  
todas llenas de ilusiones,  
correr... correr por los campos  
beber agua de las fuentes  
y ver volar los gorriónes.

De esas cosas que les faltan  
yo les mandaría algo,  
sonrisas, muchas sonrisas  
y besitos y caricias  
con todo el alma les mando.

Rosa Alonso  
de la Fuente*Deseo*

Sobrado sabe la luna  
que mis lágrimas no ves  
se hace aliada tuya,  
engañándome otra vez.

Extiende sus rayos fugaces  
acariciando con suavidad mi piel.  
Me susurra dulcemente al oído:  
No te aflijas, no llores, mi bien.

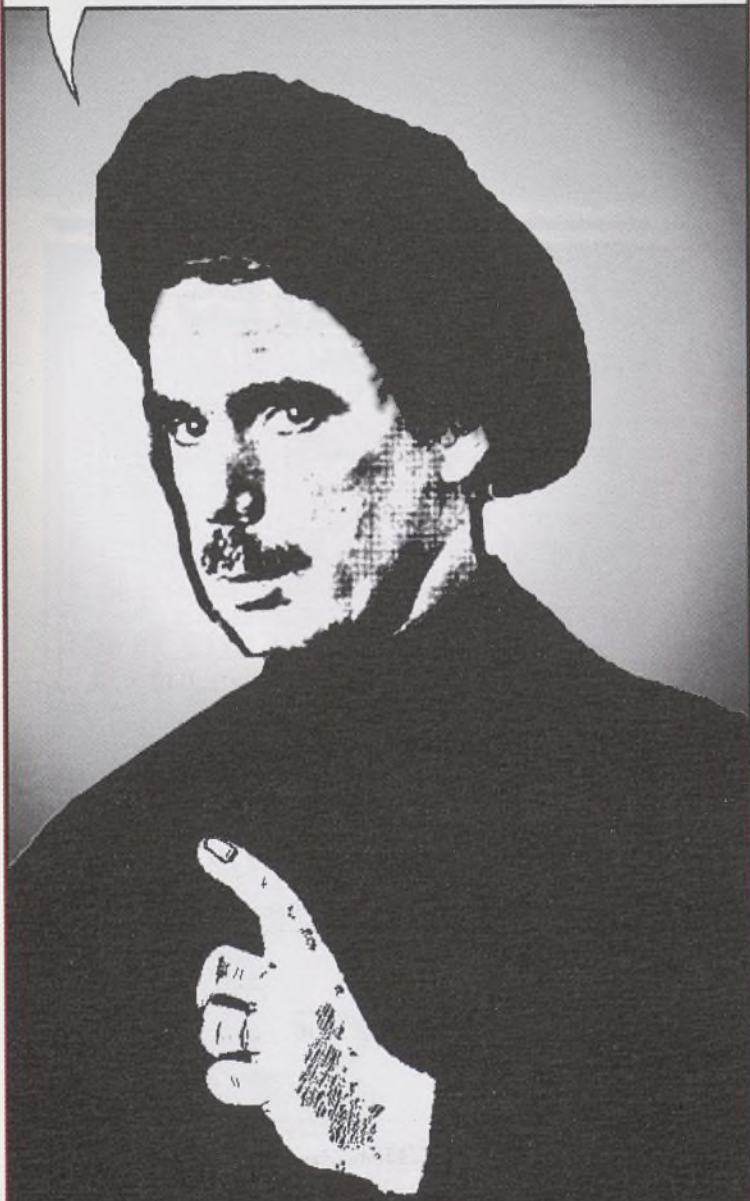
Sentir yo quiero, lunita,  
poder calmar mi sed,  
con un halago, una primicia,  
y no la quimera de tu esbeltez.

Al igual que el primer día  
quisiera permanecer  
en una noche sin luna  
a la antorcha de tu querer.

## HUMOR

Germán  
Moro

...PARADOS, EMIGRANTES,  
TRABAJADORES, ESTUDIANTES...  
TODOS PROTESTAN.  
QUIEREN UNA VIDA MEJOR. SÍ!!...  
...PERO, ¿"HAN PENSADO SI ESO  
SE AJUSTA REALMENTE A LAS  
NECESIDADES DEL MERCADO"?



MENSAJE DEL MULÁ AZNAR  
A TODOS LOS CREYENTES.

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

**FICHA DE ASOCIADO**

Nº

CENTRO VECINAL HUMANISTA DE PEÑUELAS-ARGANZUELA

NOMBRE			
PRIMER APELLIDO			
SEGUNDO APELLIDO			
DIRECCIÓN	NUM.	PISO	LETRA
CÓDIGO POSTAL			
CIUDAD			

TELÉFONO			
FECHA NACIMIENTO			
PROFESIÓN			
DNI			
FIRMA			

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



## COMPRA - VENTA - ALQUILER

### PISOS, LOCALES, PLAZAS DE GARAJE

#### OFERTA ALQUILER

- Se alquila **cafetería-bar** de 44 m<sup>2</sup>. Semiestreño. Condiciones a convenir. ☎ 918.734.482
- Piso amueblado, calefacción central, 3 dormitorios. Aval bancario. 98.000 pts. ☎ 914.685.798
- Piso 2 dormitorios, vacío y a estrenar, en la zona. ☎ 914.739.295
- Plaza garaje en Pz Peñuelas. ☎ 915.174.025
- Nave de 30 m<sup>2</sup> en Pº Yaserías. ☎ 914.734.802
- Plaza garaje, zona Pirámides. ☎ 659.255.392
- Plaza garaje en calle General Lacy. 14.000 pts. ☎ 913.324.735 - 617.735.026
- Se alquila cafetería-bar de 44 m<sup>2</sup>. Semiestreño. Condiciones a convenir. ☎ 918.734.482

#### OFERTA VENTA

- Local hostelería, nuevo, en Pº Acacias. 22.000.000 pts. ☎ 639.482.545
- Chalé en el Encinar del Alberche, 2 dormitorios, parcela 1000 m<sup>2</sup>. 12.500.000 pts. ☎ 914.739.433 - 606.349.533
- Piso 3 dormitorios, exterior, en la zona. Tardes. ☎ 915.171.151
- Se vende plaza de garaje doble en Pº Sta. Mª de la Cabeza 66 - c/ Ercilla. ☎ 615.646.958
- Vendo cuarto trastero en calle Arganda, 28. ☎ 914.747.106
- Chalet en Pedrezuela, Residencial Montenegro. 232 m<sup>2</sup> en parcela 1000 m<sup>2</sup>. Todos los servicios. Seguridad 24 h. Amplias vistas. Polideportivo. Club Social. 35.000.000 pts. ☎ 913.282.637
- Plaza garaje en Pº Esperanza. 1.900.000 pts. ☎ 658.760.674

#### DEMANDA INMOBILIARIA

- Madrid capital o extrarradio. **Compro piso económico**. No importa reforma u otros problemas. ☎ 915.352.476
- Compro plaza garaje cercana a calle Arquitectura. ☎ 915.175.071
- Busco piso seminuevo Pasillo Verde-Arganzuela, mínimo 80 m<sup>2</sup>, con o sin reforma hasta 25.000.000 pts. Teresa. ☎ 630.117.805

#### VARIOS COMPRA-VENTA. REGALOS

- Vendo abrigo de visón, talla grande. 125.000 pts. Fotocopiadora Agfa, buenas condiciones. 130.000 pts. ☎ 913.642.347
- Vendo sofás de oficina. ☎ 915.174.041
- Vendo libros, historia del espacio, arte, fotografía, novelas y ensayo. Buen estado. ☎ 915.282.926
- Vendo muebles, dormitorios, comedor y cocina. ☎ 914.739.042
- Vendo dos balancines y 4 sillas casi nuevos. 10.000 pts. ☎ 915.278.883

#### DEMANDA DE TRABAJO

##### CLASES PARTICULARES

- Estudiante de 2º Ingeniería Industrial da clases de apoyo de E.G.B., B.U.P., C.O.U. y E.S.O. Miguel. ☎ 914.744.484

## GABINETE DE MASAJE

### VITAL CORPORAL QUIROMASAJE DEPORTIVO

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

**CITA PREVIA: ☎ 670 791 799**  
Pº ACACIAS 4, 4º

- Estudiante de 3º de Magisterio, da Inglés a domicilio. ☎ 914.733.671
- Se imparten clases de Física y Química hasta nivel de C.O.U. ☎ 687.327.664
- Profesora con experiencia 20 años. Inglés clases individuales o en grupo (máximo 4). ☎ 646.699.884
- Profesor con experiencia da clases de Matemáticas individuales o en grupo (máximo 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 solucionan problemas en su PC (Compactación, virus, etc.). Ángel. ☎ 915.176.031

#### TAREAS DOMÉSTICAS

- Se ofrece señora para limpieza o cuidar mayores. Experiencia. Rosa. ☎ 678.667.803
- Asistenta por horas limpieza o plancha de casas y oficinas. ☎ 636.536.020
- Para limpieza o cuidar ancianos, por horas. ☎ 696.013.521
- Señora para limpieza, cuidar niños o mayores. Tardes. Ana María. ☎ 914.740.305 - 696.001.350
- Señorita se ofrece para cuidar personas mayores o limpieza. Magda. ☎ 914.738.875
- Señora para limpieza, por horas. ☎ 912.923.622
- Se ofrece señora para cuidar niños, mañana o tarde. Pepa. ☎ 915.304.343
- Se ofrece para limpieza hogar, jornada completa. ☎ 650.176.564
- Se ofrece chica para limpieza hogar, mañanas. ☎ 914.992.415 - 651.991.007
- Señora se ofrece para limpieza o cuidado de niños, mañanas. ☎ 657.499.379
- Para limpieza o cuidar ancianos. También noches. Marta. ☎ 914.745.733
- Para limpieza o cuidar niños y ancianos. Fernanda. ☎ 914.745.733
- Señora para limpieza y plancha los sábados. Experiencia. ☎ 637.915.263
- Señora se ofrece para limpieza hogar. ☎ 649.025.428
- Señora se ofrece para limpieza. ☎ 626.652.670
- Para limpieza, cuidado de niños o mayores, con informes. Mañanas. Alicia. ☎ 650.226.529
- Chica para limpieza hogar o cuidar niños. Gabriela. ☎ 687.059.736
- Se ofrece para limpieza por horas, sólo miércoles. ☎ 649.283.130
- Señora para limpieza. Sonsoles. ☎ 916.221.106 - 639.291.855
- Señora del barrio, para planchar con experiencia. Llamar noches. ☎ 914.748.414
- Chica seria y responsable para tareas hogar, por horas. ☎ 626.589.114
- Se ofrece chica para limpieza por horas. Mañanas. ☎ 610.996.719 - 913.032.686

## Club Deportivo Pasillo Verde de Arganzuela

**Inscripción Temporada 2001-2002:**  
Si has nacido entre 1992 y 1995, todavía estás a tiempo de jugar con nosotros, si te interesa llámanos al teléfono 91-474 78 91 (Tardes).

#### Te ofrecemos:

Pro-benjamines (nacidos en 1994 y 1995) Escuela de Fútbol.  
Benjamines (nacidos en 1992 y 1993) Fútbol-Sala.

- Señora se ofrece para limpieza o plancha. Patricia. ☎ 914.682.431
- Señora para limpieza. Mañanas. Gladis. ☎ 914.682.431
- Señora ecuatoriana para limpieza por horas. Noches. Teresa. ☎ 915.220.506
- Señora por horas para hogar, cuidar niños o mayores. Rocío. ☎ 678.354.347
- Señora se ofrece para limpieza por las mañanas. ☎ 605.518.611
- Joven con experiencia para llevar niños al colegio por la mañana. ☎ 914.732.720
- Señora responsable, cuidaría ancianos o enfermos en la zona, noches y festivos. Llamar tardes / noches. ☎ 915.172.011
- 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
- Señora por horas. Colaboradora de esta revista. Carmen. ☎ 915.173.088

#### 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 **Fisioterapeuta** para rehabilitación a domicilio. ☎ 600.315.620

- Para peón de albañil o repartir publicidad. Enrique. ☎ 652.212.225
- Busco trabajo como técnico mecanizado, tornero fresador. Alberto. ☎ 915.171.836
- Se ofrece chico responsable, experiencia de camarero, ayudante de cocina y office. Fausto. ☎ 686.871.985
- Se ofrece Fisioterapeuta para rehabilitación a domicilio. ☎ 600.315.620
- Electricista económico del barrio. Antonio. ☎ 914.739.776
- Señora para limpieza de oficinas. Sonsoles. ☎ 916.221.106 - 639.291.855
- Señora para limpieza de oficinas. Mañanas. Gladis. ☎ 914.682.431

#### 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

- Se necesita aprendiz de 16 a 18 años, para charcutería. ☎ 914.749.692
- Necesitamos personas para venta por catálogo. Artículos regalo y joyería. Importantes ganancias. No necesita experiencia Compatible otras ocupaciones. ☎ 913.265.900 - 607.824.892
- Restaurante nuevo necesita urgentemente cocineros y camareros, ambos sexos. ☎ 914.730.974
- Necesito señora para limpieza general en la cocina. ☎ 915.278.883
- Seleccionamos señoras responsables para trabajo serio bien remunerado. Sra. Ilundain. ☎ 915.781.607

#### RELACIONES Y VARIOS

- Señora viuda desea amistad con caballero fines serios, asistir conferencias, museos, etc. ☎ 913.642.347
- Busco amistad masculina alrededor de 55 años. Llamar noches. Ángeles. ☎ 915.171.874



# BAR - RESTAURANTE *Salamanca*



c/ Palos de la  
Frontera, 18  
Tf: 91 539 84 75  
28012 MADRID



Local climatizado  
Capacidad para 70 personas



Premio Nacional de Gastronomía:  
Plato de Oro 2000

- **COMIDAS DE EMPRESA**
- **FIESTAS FAMILIARES (COMUNIONES, BAUTIZOS, ETC,...)**
- **JUNTAS DE COMUNIDADES**

SE ADMITEN CHEQUES - RESTAURANTE:



**MENÚ DIARIO: 1.100 PTS (6,61 €) - DOMINGOS Y FESTIVOS: 1.500 PTS (9,02 €)**

- **Duerma entre nubes**
- **No pase más frío**
- **Y, sobre todo, no se conforme**



## NOR EDREDON

*Placer en el dormir*

**¡¡YA ESTAMOS EN NAVIDAD!!**  
**¿Ha pensado en sus regalos...?**  
**¿Y en los de los suyos...?**



**NOR EDREDÓN, COMO SIEMPRE,  
PIENSA EN USTED Y SE LO PONE FÁCIL  
ADELANTÁNDOSE A LAS REBAJAS:**

- **25% y 50% dto.** en JUEGOS FUNDAS NÓRDICAS
- **25% dto.** en EDREDONES DE PLUMÓN
- **10% a 30%** en FUNDAS DE SILLÓN Y SOFÁ
- **50%** en FUNDA / COLCHA ARTESANA
- **20%** en todos los ARTÍCULOS DEL HOGAR:  
(Mantelerías, Juegos de Toallas, Sábanas,  
Cortinas, etc...)



Pº Esperanza 3, ☎ 91 517 34 11 (CENTRAL: c/ Blasco de Garay 36, ☎ 91 593 39 39)