

EJEMPLAR GRATUITO

# DEHESA *de la* VILLA

Informativo MENSUAL

DICIEMBRE 1992

AÑO VI. NUMERO 49

## MADRID CAPITAL EUROPEA DE LA CULTURA



Ayuntamiento de Madrid

TODO EN  
ROTULACION  
Y PUBLICIDAD

# PUBLIDEHS - ROTULOS, S.L.

PUBLICIDAD Y ROTULACION

ADHESIVOS  
ROTULOS  
SEÑALES



**DEHESA de la VILLA**  
Informativo MENSUAL

**AÑO VI**  
NUMERO 49 DICIEMBRE 1992

**Director:**

Manuel Ruíz Cerezo

**Redactora Jefe:**

M. Teresa Márquez

**Secretaria de Redacción:**

M. Carmen Moreno

**Diagramación:**

M. Santos M.

**Colaboran:**

Antonio de Cos

Cristina Margarida

José Ignacio Martínez

(Veterinarios)

Luis García de la Peña

Antonio Franco Torres

**Fotos:** Alberto Ferreras

**Fotocomposición e Impresión:**

ISOGRAF, S. A.

**Edita y Distribuye:**

PUBLIDEHS - ROTULOS S.L.

Publicidad y Rotulación

Plaza de Tuy, 7

Tel.: 738 39 35-Fax: 738 85 77

**DEHESA DE LA VILLA**

no comparte, necesariamente,  
la opinión de sus colaboradores

**DISTRIBUCION GRATUITA**

**Depósito Legal:** M-25151-1988

**EDITORIAL**

**SIGUIENDO LA TRADICION**

*Siguiendo la tradición en estas fiestas nos reunimos los amigos para comer un día o siquiera se toma una copa, pero no una comida o una copa más, son fechas señaladas que culminan el 31 de diciembre.*

*Son días en los que una mayoría celebran la Navidad, en muchos casos lo hacen por tradición y los más despiden el año que a alguno le fue muy bien, a otros bien, a muchos regular y a no pocos mal o muy mal.*

*Lamentablemente casi siempre se recuerda más lo negativo que ha tenido el año presente y lo que ya hemos "celebrado" muchas despedidas de año a medida que transcurre el tiempo cada día vemos más lo que de negativo tiene el devenir de esta época que nos ha tocado en suerte, o porque efectivamente como dirían los antiguos "nos ha mirado un tuerto" lo cierto es que llevamos unos años que no abundan las buenas noticias.*

*Y no es porque la época anterior, que no conocimos, fuera mejor o peor, es que esta es realmente mala, y me pregunto yo ¿no será que somos nosotros los malos, que los buenos propósitos no nos duran más que unas horas durante los 365 días del año?*

*Este fin de año también vamos a levantar nuestra copa con los mejores deseos, nos vamos a reunir los amigos y familiares, los compañeros junto al jefe en un alarde de real o fingida solidaridad, quizá dediquemos un recuerdo a los más necesitados, pero tal vez no pase de ahí y si de verdad aspiramos a un mundo mejor, sería necesario que todos y cada uno pusiéramos un poco de nuestra parte, verdadera utopía, y por tanto lamentarse de nada vale, suframos pues las consecuencias de nuestras conductas.*

*Levantemos nuestra copa por un mundo mejor y pongamos, si es posible, un poco de nuestra parte para que así sea y poder seguir la tradición.*

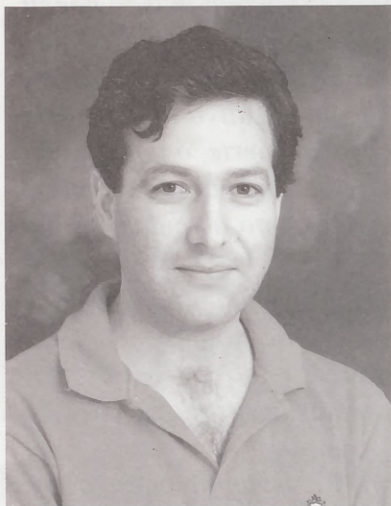
**SUMARIO**

	Pág.		Pág.
• CENTRO CULTURAL JULIO CORTAZAR		• VIDA ANIMAL	
Entrevista a ANGEL AYLAGAS	4	Peligros del perro en la ciudad	15
Resumen anual de Actividades	5	• CONSEJOS MEDICOS	
• CARTA A LA REDACCION		La espalda: la gran maltratada	16
Colaboraciones	6	• EL MUNDO DEL NIÑO	
• ASOCIACION MUJER Y PROGRESO		El niño de 2 a 5 años	17
Conferencias	7	• REPORTAJE	
• SALUD		Por un hogar más ecológico	19
Cuidado con los excesos	8	• DEPORTES	
• MADRID CAPITAL EUROPEA DE LA CULTURA		Nuestro amigo Carlos	21
V Centenario	10	Homenaje a Pablo	22

# CENTRO CULTURAL JULIO CORTAZAR

## ENTREVISTA CON EL PINTOR ANGEL AYLAGAS GRANADOS

De interesantísima y muy creativa se puede considerar la obra de este joven artista, que en estos momentos está exponiendo en el centro y al que hemos deseado conocer un poco mejor.



ANGEL AYLAGAS GRANADOS, nace el 13 de Septiembre de 1958, en Madrid, ciudad en la que reside actualmente. Pintor de formación autodidacta sus conocimientos con estudios durante dos años en la Academia de Arte madrileña "ARTIUM".

Participa en los siguientes certámenes públicos:

- \* 1990.-Certamen de Pintura de la Revista "BLANCO Y NEGRO"
- \* 1991.-Certamen de Pintura patrocinado por B.M.W.
- \* 1991.-Seleccionado finalista en el "IV Certamen de Pintura del M.O.P.T.
- \* 1991.-Exposición colectiva patrocinada por el M.O.P.T.
- \* 1991.-Exposición colectiva en la Galería de Arte del Palacio de Comunicaciones de Madrid.
- \* 1991.-Su obra forma parte del libro "PINTORES DE CORREOS", editado por la Dirección General de Correos y Telégrafos.
- \* 1992.-Seleccionado finalista en el "V Certamen de Pintura del M.O.P.T."
- \* Exposición colectiva patrocinada por el M.O.P.T.

P.- ¿Cuándo empezaste a pintar?

R.- *Mi afición al dibujo comenzó desde mi infancia, convirtiéndose con el tiempo en una vocación que actualmente absorbe todo mi interés. Ya en mi adolescencia decidí orientar mi futuro hacia el arte.*

P.- ¿Que estilo de pintura practicas actualmente?

R.- *Mis primeras temáticas eran sobre pintura realista, como bodegones, paisajes, etc. Actualmente he derivado hacia un estilo más surrealista e imaginativo.*

P.- ¿Cual es tu meta en la pintura?

R.- *Es pronto para plantearme metas ambiciosas, hay que ser consecuente, ya que la pintura requiere mucho tiempo y trabajo, no obstante es mi propia pintura la que me va dando la pauta para desarrollar mi propia evolución. Además pienso que un pintor jamás llega a alcanzar sus metas debido a que siempre esta en constante evolución como persona y como artista.*

P.- ¿Cuales son tus pintores favoritos?

R.- *De los clásicos destacaría a Velázquez y a Goya. De los pintores contemporáneos uno de los que más influencia ha ejercido sobre mi debi-*

*do a su imaginación ha sido Dalí. Actualmente admiro por su calidad técnica a Revello de Toro y a Antonio López, entre otros.*

P.- ¿Qué es para ti la pintura?

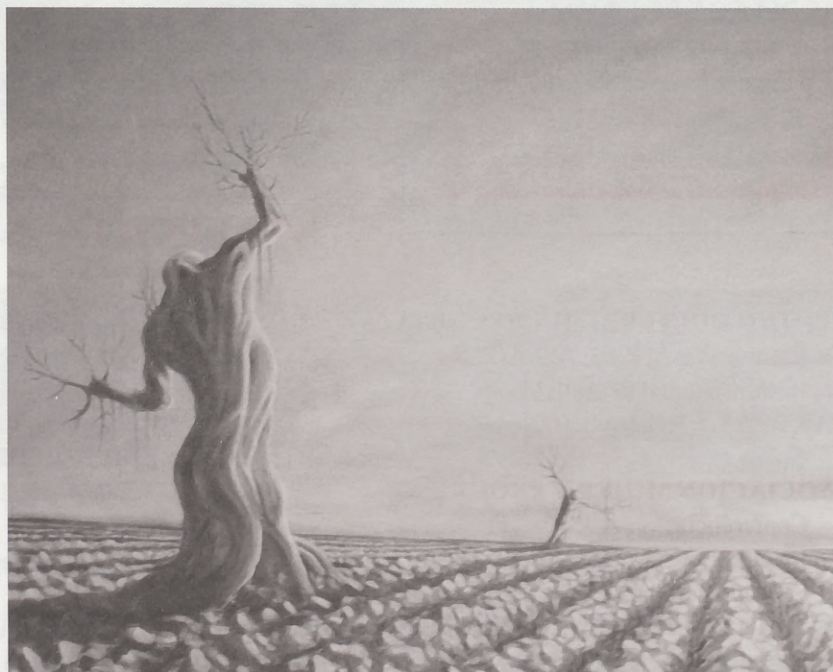
R.- *La pintura es una forma de ver la vida, ya que un artista utiliza su sensibilidad para captar las sensaciones y transformarlas en una creación propia. Yo cuando observo un árbol estoy captando vida dentro de él, movimiento, e intento reflejarlo al exterior. Nada está inerte en la naturaleza, todo puede transformarse con la imaginación. Es como intentar atrapar un sueño mediante unos simples trazos.*

P.- ¿Como ves la pintura en el mundo actual?

R.- *Pienso que hay facetas positivas y negativas. Por un lado es interesante que exista tanta variedad de estilos y tendencias, ya que eso permite al artista plena libertad a la hora de crear, pero al lado negativo es que quizás se ha convertido al arte en un método de inversión en firmas destacadas.*

La Revista Dehesa de la Villa te desea muchos éxitos.

Maite



## ACTIVIDADES CULTURALES

En el Centro se están celebrando los últimos acontecimientos culturales de este año. El día 2 se celebró la Conferencia-Coloquio que estuvo a cargo de D. ANTONIO HERRERO, y que trató de "La Radio en el 93"; resultó muy interesante y con gran afluencia de público.

### RESUMEN POR ACTIVIDADES ENERO/DICIEMBRE 1992

TEATRO ADULTOS	12
TEATRO INFANTIL	8
CONFERENCIAS	24
EXPOSICIONES	18
MUSICA Y DANZA	11
CESIONES DEL SALON DE ACTOS	28
TALLERES	11

EL CENTRO CULTURAL TIENE CEDIDAS 3 DE SUS SALAS PARA LA EDUCACION DE ADULTOS

#### TEATRO: 20 (ADULTOS 12 - INFANTIL 8)

10-01-92	Grupo Teatral "Galileo Boys".
7-02-92	Grupo Teatral del Instituto "Isaac Newton".
28-02-92	Cía. Teatro Nuevo "Cuarteto para cuatro Actores".
10-03-92	Teatro Infantil.
18-03-92	Representación de los Alumnos del Taller de Teatro "La Voz Humana", "El Despertar", "La más fuerte".
3-04-92	"Trágico a la Fuerza", por el "Teatro del Angel".
9-04-92	Teatro Infantil.
5-05-92	"El Mancebo que casó con Mujer Brava", Grupo Taormina.
14-05-92	Teatro Infantil.
21-05-92	Teatro Infantil.
26-05-92	"Entremeses" Hnos. Alvarez Quintero por La Farándula.
29-05-92	"El Tinglado de la Antigua Farsa" Cía. Teatro Breve.
4-06-92	Teatro Infantil.
26-06-92	"La muerte de un Viajante" por La Farándula.
15-10-92	Teatro Infantil.
23-10-92	"La balada de los 3 inocentes" por La Farándula.
13-11-92	"Don Juan Tenorio" por La Farándula.
26-11-92	Teatro Infantil
10-12-92	Teatro Infantil
11-12-92	"Homenaje a Shakespeare" por Cía. Teatro breve.

#### CONFERENCIAS: 24

17-01-92	"La Droga desde el punto de vista de la Familia".
21-01-92	"Encuentro consigo mismo".
6-02-92	"Conferencia sobre la droga" Org. de la Junta de Fuencarral.
11-02-92	"El proceso de la Comunicación".
14-02-92	"Algunos aspectos del Origen del Universo".
18-02-92	"El Poder de los Medios de Comunicación".
25-02-92	"La Manipulación de la Mujer en los Medios de Comunicación".
10-03-92	"Igualdad de la Mujer".
11/12-03-92	"Plan de Educación Nutricional a cargo del Farmacéutico".
13-03-92	"Conocer la Sexualidad" por el Dr. Julio Lorenzo Rego.
7-04-92	"Cooperar por la Supervivencia".
9-04-92	"El reflejo de España en América".
21-04-92	"El papel de La Familia ante La Droga".
12-05-92	"¿Se fomenta la Agresividad en la Familia?".
19-05-92	"¿Que es el ZEN?".
2-06-92	"Cómo sobrevivir en situaciones de Emergencia".
24-09-92	"El arte por ordenador".

30-10-92	"El origen de la ciencia moderna".
11-11-92	"Los peligros de las sectas".
18-11-92	"La problemática de la mujer Saharaui".
2-12-92	"La radio ante 1993" por Antonio Herrero.
10-12-92	"La sociedad ante el racismo y la xenofobia".

#### EXPOSICIONES: 18

20/31-01	Pintura de Alfonso Pérez Agua.
3/14-02	Oleos de José Yela Martínez.
2/13-03	Oleos de Virginia Barco.
16/27-03	Oleos y Pasteles de Virtudes Guardiola.
1/10-04	Iconos; Esmaltes y Estaño Repujado de Fe Cuesta Martín.
20/30-04	Exposición de Pintura Alumnos del Taller del Centro
4/12-05	Pintura Naif de Xonia Fernández.
18/29-05	Cerámica de Puri Soto y José Manuel Faba.
1/12-06	Oleos de Fabiola Urien.
15/26-06	Exposición Colectiva de los Talleres del Centro Cultural.
7/11-09	Tapices realizados por los Alumnos del Taller.
14/25-09	Pintura por Ordenador de Luis Gallego Ureña.
5/16-10	Oleos de Concha Abril.
19/30-10	Acuarelas de Luis Helguero Puyuelo.
2/13-11	Pintura de Ignacio González.
16/27-11	Oleos de Pachi Sanz Quintana.
30-11/11-12	Oleos de Angel Aylagas Granados.
14/23-12	Pintura de Pilar Montijano. A beneficio de Manos Unidas.

#### MUSICA Y DANZA: 11

20-03-92	Concierto de la Orquesta de Cámara de Constanza.
27-03-92	Zarzuela "El Barberillo de Lavapiés" y "El Vizconde".
10-04-92	"Variedades y Arte Español" por Ana María Isidro.
24-04-92	"Primavera de Música y Teatro Asoc. Ciudad de los Poetas". Participan diversas Corales.
22-05-92	Canción Española con Leonardo Dantes.
19-05-92	Ballet "Divas".
16-10-92	Canción Española, con Antonio Lorenzo.
20-11-92	Canción Popular, con Yolanda Tejada
16-12-92	Concierto Orquesta "VERDA-STELLO" en la Parroquia.
18-12-92	Zarzuela y Opera, "BEL-CAMARA"

Durante los días 2 y 5 de Marzo se celebraron en el Centro los Certámenes de Música de participación ciudadana.

## CARTAS A LA REDACCION

Queridos amigos de Dehesa de la Villa:

Creo que os puedo llamar amigos ya que leo vuestra revista con muchísimo interés casi desde que salió. Ante todo daros las gracias porque mediante la revista la gente del barrio estamos informados de muchísimas cosas que de otra manera no llegaríamos a conocer, gracias a vosotros sabemos como cuidar: a nuestros animales, nuestros intereses como consumidores y al fin al cabo a nuestra cultura y lo mejor de todo de una forma gratuita.

Por todo esto me ha llamado la atención en vuestro número del mes de Noviembre, el reportaje sobre el Museo Thyssen, estoy de acuerdo con vosotros, es una auténtica maravilla, está bien instalado, bien organizado, bien cuidado y también "bien cobrado", un detalle que escapa a vuestro reportaje es que la entrada cuesta 600 pts.

Creo que la remodelación y adaptación del Palacio ha sido realmente costosa para el estado español (que al fin y al cabo somos todos nosotros), mantenerlo cuesta mucho y por lo visto lo vamos a pagar también nosotros y encima los que vayamos a verlo aportamos 600 pesetas de ayuda al estado (que seguimos siendo nosotros).

Por todo esto le seguimos dando las gracias a la Baronesa, aunque corremos el riesgo de que dentro de nueve años y medio el Barón o sus herederos decidan llevar la colección a otra ciudad (porque no olvidemos que el arte es patrimonio universal) o sencillamente de vuelta a casa, donde muchas gentes hasta ahora ha estado viajando para verla.

Yo, como amante del arte suelo ir con frecuencia "de Museos" (por cierto en Madrid tenemos muchos, variados y sobre todo interesantes), principalmente acudo con regularidad al Museo del Prado, allí he coincidido muchas veces con gente que a fuerza de ir porque es gratis, porque se está calentito han acabado amando el arte y determinadas obras de arte.

Creo que a partir del año que viene seremos más europeos y tendremos que pagar en los Museos, yo con menor frecuencia seguiré yendo pero sé que para otras personas se convertirá en un auténtico lujo y dejarán de ir, porque entonces "mirar" costará dinero.

Es una auténtica pena que la cultura tenga también precio y esté al alcance de unos más que de otros.

**M<sup>a</sup> PILAR GONZALEZ**

Estimado amigos:  
He leído con mucho interés vuestra última revista del mes de Noviembre, y me he visto gratamente sorprendido por la mención que hacéis del cierre del Villa de Madrid.

Hasta ahora lo que había leído en la prensa eran unas pocas líneas informando del hecho, por supuesto la información que le interesaba dar al Ayuntamiento. Si bien es cierto que vuestra referencia al tema es escueta, también es cierto que ponéis el dedo en la llaga.

Ya tiene gracia (humor negro por supuesto) que decidan cerrarlo justo en el Año de Madrid Capital Europea de la Cultura ya es el colmo del humor negro que para ello echen mano de la crisis, como se suele decir siempre es bueno que haya niños en casa para echarles la culpa de todo. En un intento de demostrar la buena intención del Ayuntamiento nos informa que los trabajadores del periódico pasarán a otros puestos dentro del Ayuntamiento, pero olvidan que el periódico no se fundó con el fin de la creación de puestos de trabajo (aunque también lo fue) sino como medio de comunicación y diálogo entre los madrileños y su Ayuntamiento.

Si con hacer desaparecer el periódico pretenden borrar también de un plumazo el recuerdo de quienes lo crearon y quienes trabajaron por y para él, son un poco ilusos. Todos recordaremos a esas personas y al periódico con gran cariño por lo que nos dieron y a ellos con bastante menos cariño porque fueron los que nos lo quitaron.

**ENRIQUE LOPEZ DEL VALLE**

## COLABORACIONES



*Hoy han matado a mi perro  
la maldita carretera,  
y el corazón lo tenemos  
hinchado de tanta pena.*

*Mi Roco era bonito,  
de mirada un tanto fiera,  
pero ya quisieran muchas personas  
tener su misma nobleza.*

*Todas las mañanas íbamos  
a caminar por la Dehesa,  
a los corredores ladraba,  
a los perros pequeños mordía  
y a veces buenos disgustos me daba,  
pero todo se lo disculpaba,  
por su cariño y lealtad  
con eso nos compensaba.*

*Hoy nuestro corazón rezuma amargura  
y muchas lágrimas,  
porque mentira parece  
que tanto le echamos en falta,  
a ti mi Roco querido  
te dedico estas palabras  
de tu amita la Pilara  
que mucho te echará en falta,  
sobre todo las mañanas  
de la Dehesa y de las marchas.*

**Pilar Bravo.**

## ASOCIACION "MUJER Y PROGRESO"

**Cuando este número salga a la luz estaremos preparadas para disfrutar de la Navidad y por nuestra parte de un día de fiesta entre todas las socias. Como al finalizar el curso, en junio, habrá disfraces, poesía, canciones, bailes, degustación de exquisitos platos, alegría y buen humor.**

Hemos celebrado unas jornadas sobre Asociacionismo. Pretendíamos poner en común las distintas ideas que cada una tenemos sobre lo que debe ser nuestra asociación para llegar a la confluencia de objetivos comunes, respetando la diversidad de un colectivo tan diferenciado como es el de mujeres.

Se han aportado ideas frescas que nos han llevado a variar actividades. Haremos más salidas culturales y dedicaremos más atención a programas de formación.

Y como hay muchas ganas de participar y mucho entusiasmo por lo que organizamos inmediatamente salió un compromiso por parte de una socia para organizar las salidas culturales con guía incluido.

Ya hemos visitado el Jardín Botánico, deliciosa visita en esta estación del año. Otra al Museo de la Ciudad y la última al Circulo de Bellas Artes para ver la exposición dedicada a Goya, ambas muy interesantes y bonitas.

Tenemos funcionando una mini biblioteca; está compuesta, en su mayoría, por revistas. Nos mantiene informadas de cómo va caminando la mujer en el campo del trabajo, de la cultura, la política, el asociacionismo en los distintos municipios, provincias, y como no, en Europa. Otra mujer ha asumido el papel y la responsabilidad de bibliotecaria. Hemos celebrado dos conferencias: una

dedicada a "El peligro de las sectas" y otra sobre la situación de la mujer saharauí.

De la primera fue ponente Dolores Renau, Diputada desde 1.982, siempre muy sensibilizada con nuestros problemas e incansable trabajadora por la igualdad entre hombre y mujer.

Clarificó el termino secta o sectario para seguidamente entrar más a fondo a explicar lo que se entiende por Secta Peligrosa. Se refirió a los fenómenos que caracterizan a estos

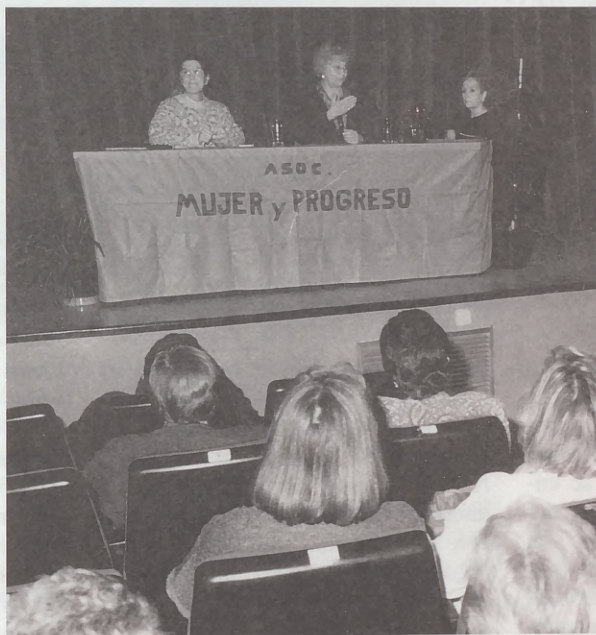
Distinguió, también, lo que son prácticas de sectas peligrosas con ideologías totalitarias y nos alertó del peligro que representan para nuestra sociedad. Recalcó que "todos somos susceptibles de caer en una Secta Peligrosa. Su permanencia como Directora General de Protección Jurídica de Menores (cargo que desempeñó) la permitió la adquisición de conocimientos del daño que estos grupos ocasionan a niños y jóvenes que por su edad atraviesan periodos evolutivos difíciles. Así mismo en la actualidad hay estudios y cifras muy elevadas de mujeres que han caído en esta redes debido a momentos de angustia, situaciones de soledad, de crisis, de duda etc.

Creemos que conferencias de este tipo contribuyen a mantenernos despiertas y con espíritu crítico ante grupos oscuros donde no debemos caer.

La segunda conferencia que hemos tenido formaba parte de un programa de actividades en torno al presente y futuro de la mujer saharauí, organizado por una plataforma de la que formábamos parte junto con gran número de asociaciones y ayuntamientos. Los actos de inauguración y clausura han tenido lugar en salones de Institutos de la Mujer alternando conferencias y exposiciones por distintos barrios. Por medio de estas jornadas nos han dado a conocer su situación política, social, cultural y económica. Ahora nos consideramos más cerca de ellas conociéndolas y colaborando en lo que nos sea posible.

Junto a las mujeres de nuestro barrio han colaborado la parroquia Cena del Señor con su presencia en los actos y responsabilizándose en la recogida de alimentos y material necesario que se las enviará.

*Celia Baños Cerezo.*



Dolores Renau y participantes en la Conferencia "EL PELIGRO DE LAS SECTAS"

grupos, muy sutiles y disfrazados en su mayoría. "Tienen un discurso teórico totalitario" dijo; explican el mundo a partir de una sola versión descalificando cualquier otra, ellos tienen la verdad absoluta.

Otro aspecto es la "tendencia que tienen a romper los lazos familiares, amistosos o políticos de las personas que captan" ofrecen cobijo total, dan sensación de seguridad, se ofrecen como salvadores y guías únicos para conseguir dependencia física y psíquica.

Y como finalidad última de todas las Sectas Peligrosas, la explotación, hay un gran negocio montado bajo el amor divino y la fidelidad al líder.

## CUIDADO CON LOS EXCESOS

### LA COMIDA COMO ACTO SOCIAL NAVIDEÑO

*En estos días, los manjares ricos en colesterol son los reyes de la mesa: turrones, mazapanes, cordero y postres con abundante nata se dan cita durante las fiestas de Navidad y Fin de Año. Fechas entrañables, muy propicias para los brindis, los recuerdos y los encuentros con viejos amigos, pero también para las indigestiones que tanto afectan a las personas ma-*



Hasta bien pasado Reyes nuestro organismo se ve de continuo sometido a un auténtico trabajo extra. Tanto las funciones del estómago, como las del intestino y el hígado, se encuentran sobrecargadas ya que deben absorber un exceso de alimentos. Por otra parte, no es raro que por estas épocas, la curva del colesterol, con tanto trabajo mantenida a raya, se le dispare a más de uno.

La tentación está al alcance de todos y ninguna buena ama de casa que se precie de serlo dejará de escuchar los dictados de la tradición. Así, pasará largas horas en la cocina guisando y horneando exquisitos manjares no siempre fáciles de digerir.

**DESPUES DE UNA COMIDA ABUNDANTE, SE RECOMIENDA TOMAR UNA TISANA, QUE ESTIMULA LA VESICULA, Y DAR UN PASEO PARA AYUDAR AL ESTOMAGO A HACER LA DIGESTION**

Mientras los mariscos acompañados de sofisticadas salsas constitu-

yen un primer plato casi obligado, el cordero y el cochinillo son el caballito de batalla que habitualmente les sigue en este cortejo de alimentos festivos. Como si fuera poco, las amables sobremesas se acompañan con la gama más variada de frutos secos, todos ellos hipercalóricos.

#### Ante hechos consumados

Cuando la tentación ha sido más fuerte que la prudencia, no es raro que los excesos alimentarios nos pasen la cuenta. Si bien todos los especialistas sostienen que los alimentos que ingerimos en las fiestas no son nocivos de por sí, tomados en cantidades excesivas pueden resultar perjudiciales para la salud. Por eso,

después de una comida abundante es recomendable salir a dar un paseo,

luego de tomar una tisana, que estimula la actividad de la vesícula biliar.

Las personas mayores por lo general hacen un tipo de alimentación muy regular. Para ellas, los cambios bruscos son especialmente temibles. Las consecuencias pueden ser inmediatas; sin embargo, otras se presentan más tardíamente. Por lo general, las primeras constituyen lo que vulgarmente se conoce con el nombre de empacho o indigestión. Aunque molestas, no tienen demasiada trascendencia. La pesadez estomacal y la sensación de plenitud, pueden acompañarse de vómitos y posterior inapetencia. Bastarán unas cuantas medidas para que pronto nos vuelva el alma al cuerpo. Ante todo es necesario respetar la falta de apetito, un recurso de nuestro organismo para autorregularse. Se debe desterrar la inveterada costumbre de tomar bicarbonato sódico o sal de frutas cuyo poder alcalizante no hace otra cosa que neutralizar la acidez del jugo gástrico, necesario para la primera fase de la digestión. Es recomendable beber abundantes líquidos tales como té, infusiones de manzanilla o de menta.

La coca cola fría levemente azucarada que debe beberse a pequeños sorbos es muy útil en el caso de vómitos. Si esto no mejorara, se puede echar mano de algún antiespasmódico o antiemético.

### La gastritis aguda

Por sus pasos contados, la gastritis aguda aparece tras grandes comilonas rociadas con abundantes vinos y champán. Si para aliviar las resacas le sigue un consumo exagerado de aspirinas, los molestos síntomas se agravan: Una marcada falta de apetito, las náuseas y los vómitos alimenticios o biliosos caracterizan a esta enfermedad. Por otra parte, estos síntomas se completan con la lengua sucia, el mal aliento y el ar-



En cuanto a las resacas, los bebedores empedernidos recomiendan

### UNA DIETA ABSOLUTA DURANTE UNO O DOS DIAS ES EL MEJOR TRATAMIENTO CONTRA LA GASTRITIS

dor en la boca del estómago. En los casos más serios, el paciente puede tener un poco de fiebre, mareos y dolor de cabeza.

Una dieta absoluta durante 1 ó 2 días constituye el mejor tratamiento de la gastritis. Tanto las infusiones de té claro, como el agua mineral y los caldos livianos ayudarán a superar el proceso. Si los síntomas no mejoraran en 24 horas, será necesario consultar con el médico de cabecera.

tomar una cucharada de aceite antes de beber alcohol. Tanto éste, como el estómago lleno, retrasan su absorción. La piridoxina en forma de comprimidos de Bendón aliviarán el dolor de cabeza y el cansancio muscular.

Mientras un excesivo consumo de dulces puede acarrear aumentos transitorios de la glucosa sanguínea, demasiadas grasas suelen ser las culpables de una elevación de los trigli-



céridos y del colesterol. por otra parte, demasiadas proteínas favorecen el incremento de los niveles de ácido úrico. Durante las fiestas, tanto los diabéticos como quienes sufren de arterioesclerosis atentos para no pasarse de la raya.

### ¡CUIDADO CON EL AGUAFIESTAS!

Durante estas fiestas, los proveedores suelen hacer gran acopio de marisco congelados. No es raro que la cadena de congelación se rompa en alguno de sus eslabones y el producto llegue a manos del consumidor en malas condiciones, contaminado por las salmonellas, gérmenes que puede aguarle la fiesta a más de uno.

Para evitar las desagradables consecuencias de una intoxicación aguda, es necesario ser muy cuidadoso a la hora de comprar estos productos y hacerlo sólo en comercios que ofrezcan todas las garantías de higiene y conservación de los alimentos.

DE LA REVISTA 60 Y MAS

### UN LUJO HIPOCALORICO

*Para preparar exquisitos platos, no es necesario recurrir a comidas pantagruélicas. También es posible preparar verdaderas comidas festivas cuyo contenido energético apenas sobrepasa las 1.000 calorías. Para comenzar las ensaladas que contienen quesos y frutas variadas o salsas de yogur son especialmente recomendables, lo mismo que las carnes poco asadas acompañadas de una mayonesa liviana mezclada con alcaparras y anchoas. Los pescados a la sal o un conejo al vino blanco son dos buenas alternativas, lo mismo que un succulento solomillo. Las tartas de frutas o las manzanas asadas al vino con ciruelas pasas pueden poner el broche de oro de un menú que no por "light" deja de ser lujoso y festivo.*

## MADRID CAPITAL EUROPEA DE LA CULTURA

*Centrándose en este año 92 que se acaba y en los acontecimientos acaecidos en esta España nuestra, nos damos cuenta que los ojos del mundo han estado siguiéndolos de cerca por la grandísima importancia de todos ellos:*

**V CENTENARIO DEL  
DESCUBRIMIENTO DE  
AMERICA**

**JUEGOS OLIMPICOS DE  
BARCELONA**

**EXPOSICION UNIVERSAL DE  
SEVILLA**

**MADRID CAPITAL EUROPEA  
DE LA CULTURA**

Durante todos estos meses del 92 que ya se acaba, nuestra Revista "DEHESA DE LA VILLA", se ha ocupado de los acontecimientos culturales de nuestra Capital, pero no podía dejar escapar este año, sin dedicar al menos el último de nuestro números, al acontecimiento rey:

**EL V CENTENARIO DEL DESCUBRIMIENTO DE AMERICA**

Mucho se ha polemizado sobre este soberbio acontecimiento y en cierta forma se ha tratado de crear un complejo de culpabilidad a todos los españoles, por algo que en realidad sucedió hace 500 años y además se considera el acontecimiento histórico mas importante de todos los siglos.

Ante el mundo entero y al cabo de 500 años, podemos demostrar a todos, la gran transcendencia de aquel hecho y la importancia mundial de nuestra cultura y nuestra lengua.

España unió dos mundos y debe sentirse muy orgullosa de ello; la interpretación de los hechos puede ser buena o mala, según la intención de quien lo haga.

Si se dice que gran parte de la población india quedó diezmada por la crueldad del conquistador que los sometía a trabajos duros, a los que no estaban acostumbrados (hay que tener en cuenta que ellos trabajaban

lo justo para comer) y que las enfermedades que portaban los blancos, para las que ellos no tenían defensas causaron grandes estragos en los nativos. Esta dos cosas nos hace sentir mal; pero también hubo cosas hermosas en esta conquista, como la defensa del nativo que hizo nuestra Reina Católica, dándoles todos los privilegios que pudieran tener cualquiera de sus súbditos; los hombres de España en ningún momento despreció al indígena, si no que se mezcló con ellos, formando familias.

Estos dos hechos fueron únicos en la historia moderna. En ningún momento siguieron el ejemplo, ingleses, holandeses o franceses que ocultaban a sus relaciones con negros, malayas o hindues por considerarlo una situación vergonzante.

Aún así, todos ellos se sienten orgullosos de las conquistas que en su día hicieron sus países. Hasta los italianos tratan por todos los medios de apuntarse el tanto del Descubrimiento de América, sólo por que Cristóbal Colón era de origen italiano. Aquel maravilloso Descubri-

miento, se debe únicamente a la confianza y generosidad de la Reina Católica, que arriesgó sus bienes personales en el sueño de Cristóbal Colón, y éste pudo llevarlo a cabo gracias al coraje y el valor de los buenos marinos españoles que le acompañaron.

Así que amigos míos, no nos dejemos engañar por tanta interesada propaganda negativa y disfrutemos de esta realidad:

ESPAÑA es la única responsable del acontecimiento más importante de todos los tiempos: EL DESCUBRIMIENTO DEL CONTINENTE AMERICANO, y como último otra recomendación a nuestros lectores: NO PERMITAMOS EN NUESTRA PRESENCIA EL TERMINO DE "LATINOAMERICA" ,porque no es correcto. Eso se lo inventaron los franceses, que les venía muy bien apuntarse algún tanto; la terminología correcta es HISPANO-AMERICA o IBERO-AMERICA.

Mi cariño para todos los HISPANOS.

*Maite*



## CENTRO OPTICO GASPAR

GAFAS, LENTES DE CONTACTO  
APARATOS PARA SORDOS



San Gerardo, 10  
Tel.: 373 76 92

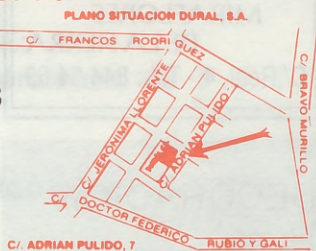
Aguilar de Campóo, 7  
Tel.: 459 59 49



## DURALSA

CARPINTERIA DE ALUMINIO  
MAMPARAS PARA BAÑO Y  
DUCHA  
MOBILIARIO DE INTERIORES  
EN ALUMINIO  
AMPLIA EXPOSICION:  
VISITENOS

Adrián Pulido, 7  
Tel.: 459 36 90



## PALACIOS

Congelados y Precocinados  
Ofrecen a Vds. su esmerado servicio a  
domicilio, restaurantes y cafeterías.  
**PRECIO, CALIDAD Y SERVICIO**

GALERIA VILLAAMIL  
Alonso Núñez, 4

Puesto número 8  
Tel.: 311 35 33

## AZULEJOS Y SANEAMIENTOS

*Pedraza, J.A.*



Villaamil, 79 .....Tel.: 450 03 27  
Isla de Arosa, 21 .....Tel.: 739 05 91  
Ofelia Nieto, 75 .....Tel.: 450 52 05  
Ofelia Nieto, 83 .....Tel.: 450 88 00  
Tres Cantos (Ctro. Cial. Latores, 2).....Tel.: 803 82 44  
Herrerías, 10 .....Tel.: 803 21 19

## Autos Lunas LA VAGNADA

Lunas para Automóviles • Techos Solares  
Láminas Antisolares • Autorradios • Alarmas  
Servicio de Grúa • Radio-Teléfonos  
Cargas Aire Acondicionado  
Mecánica en General

Avda. Monforte de Lemos, 142  
Tels.: 373 72 32 - 386 47 99 - 386 17 84

## CLINICA VETERINARIA saconia

Lunes a Sábado de 10 a 13,30.  
Lunes a Viernes de 5 a 8  
PELUQUERIA, ALIMENTACION  
Y ACCESORIOS



Avda. Juan Andrés, 60 - Tel.: 373 64 94

## ASESORIA FISCAL

RENTA, PATRIMONIO, IVA,  
SOCIEDADES Y DEMAS  
IMPUESTOS

San Gerardo, 8 - 13 C \* Tel.: 373 45 40

## INDUSTRIAL M.A.D.R.I.D. BRICOLAGES

Para decoración, reformas, reparaciones, instalaciones  
sanitarias, trabajos manuales, jardín, etc.

Tableros (Cortes de precisión con escuadradora e incisor)

- Materiales
- Accesorios
- Diferentes
- Repuestos
- Iniciativas
- Diseños

Ambrosio Vallejo, 6 - Tel.: 311 36 72 - 28039 MADRID. Pedro M. Esteban

## PERSIANAS OLMEDA 40 años a su servicio

VENTA Y REPARACION DE TODA CLASE DE  
**PERSIANAS**

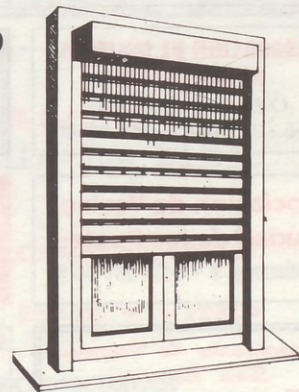
SE INSTALAN PERSIANAS **SIN OBRAS**  
SE CIERRAN TERRAZAS  
PERSIANAS CON MOTOR

**PRESUPUESTO SIN COMPROMISO**

Tels.: 373 35 89 - 316 58 48

Joaquín Lorenzo, 70 (Final de Antonio Machado)

FANTASIA  
GRADULUX  
HECTORES  
VERTICALES  
TERMICAS  
EN ALUMINIO



Amplia gama de colores

**HERMANOS HERRERO**  
**Frutas y Verduras**

San Restituto, 13 - Tel.: 459 40 20  
GALERIA COMERCIAL SACONIA  
Puestos 33-34 - Tel.: 316 03 04

**FRUTOS SECOS Y VARIANTES**  
San Restituto, 19 - Tel.: 459 40 20

**Pescadería**  
**PANIZO**

Precios sin competencia  
San Restituto, 15 - Tel.: 450 43 05

**CONGELADOS DE LA TORRE**

ESPECIALIDAD EN PESCADOS  
Y MARISCOS CONGELADOS  
Artajona, 25 - Local 10.  
Tel.: 450 72 86 - MADRID

**Gimnasio VILLACIEROS II**

Karate y G. Mantenimiento  
Sánchez Preciado, 15  
frente a HIPERCOR  
Tel.: 450 44 69

**BISTROT SACONIA**

Cafetería - Bar - Restaurante  
Avda. de Antonio Machado, 45  
Frente al Supercentro "Dehesa de la Villa"  
Tel.: 373 30 31

**INDUSTRIAL M.A.D.R.I.D.**  
**Bricolages**

Para Decoración y Reformas  
Ambrosio Vallejo, 6 - Tel.: 311 36 72

**Miguel muebles**

**Mobiliario del Hogar**  
Presupuestos sin compromiso  
VILLAAMIL, 31 - Tel.: 311 41 33



**GUIA UTIL**  
**EL TELEFONO**

**AUTOESCUELA**  
**PACHECO**

- ✓ Permisos
- ✓ A-1 y A-2
- ✓ Turismos
- ✓ B-2
- ✓ Taxis
- ✓ Ambulancias
- ✓ Bomberos
- ✓ Minusválidos

Villaamil, 34 - Tel.: 311 19 19

y en  
**MIRAFLORES**  
**DE LA SIERRA**  
C/ Real, 4 - Tel.: 844 54 69

**EXPERTOS**

**ASESORIA**

\* Jurídica

\* Fiscal

**G.A.C. ASESORES S.L.**

Navarra, 24 Dp.

1º C

Tel.: 459 72 62

Fax: 459 75 63

**CRISTALERIAS**

**SEYCA**

**DECORACION**

Ofelia Nieto, 85 Tel.: 450 88 35

Clínica Veterinaria

**SACONIA**

Avda. Juan Andrés, 60  
Tel.: 373 64 94

**MASEL, S.A.**

Madridense de Suministros Eléctricos.  
Paseo de la Dirección, 28 - 28039 MADRID  
Tels.: 311 11 25/31 26/51 26 - Fax: 311 34 39

Suministrador de:  
SIEMENS, OSRAM, sprecher + schuh,



Distribuidor primeras marcas del  
ramo eléctrico industrial y  
doméstico. Grandes descuentos a  
industriales, comunidades de  
propietarios y particulares

**REPUESTOS**  
**VILLAAMIL**

Seat - Renault - Citroën - Talbot - Ford  
Recambios - Accesorios - Neumáticos  
VILLAAMIL, 31 - Tels.: 311 41 08/30/31

**Cristalería**  
**FERNANDEZ**  
**Y LOARTE**

C/ Cándido Mateos, 8  
Tel.: 373 93 55  
MADRID

**Electrodomésticos**  
**CUBILLAS**

Su tienda de confianza  
San Restituto, 7 - Tel.: 459 61 03

**LAVISOM**  
Electrónica - Panasonic/Technics  
Lorenzana, 15  
Tels.: 459 94 02/450 69 00

**Electrónica ZENNER**  
**TV-VIDEO**

No cobramos visita  
San Restituto, 11  
Tel.: 459 61 07

**LAVISOM**  
**REPARACION - VIDEO T.V.**  
Lorenzana, 15  
Tels.: 459 94 02/450 69 00

**PERSIANAS**  
**OLMEDA**

Venta y reparación de toda clase de  
persianas. Instalación de persianas y  
cerramiento de terrazas sin obras.  
Joaquín Lorenzo, 70  
(final de Antonio Machado)  
Tel.: 373 35 89 - 316 58 48

**LUNAS BLASAN**

Para automóviles  
nacionales y  
extranjeros

**TALLERES:**

Agustín de Bethencourt, 15  
Tel.: 554 18 64

**Cínica Dental**  
**DOAR, S.A.**

Tratamiento sin dolor.  
Presupuesto sin coste  
San Restituto, 25 - Tel.: 450 89 05

**DURAL**  
**CARPINTERIA DE ALUMINIO**  
Adrián Pulido, 7 - Tel.: 459 36 90

**LUNAS BLASAN**

Para automóviles  
nacionales y  
extranjeros

**OFICINAS:**

Bravo Murillo, 380  
Tel.: 570 78 73

**CRISTALERIA MADRILEÑA, S.L.**  
**INSTALACIONES Y TRABAJOS DEL CRISTAL**  
● LUNAS BISELADAS ● VIDRIERAS ARTÍSTICAS ● MARCOS Y  
MOLDURAS ● ESPEJOS ● MURALES ● VITRINAS ● DECORACION ● GRABADOS  
EXPOSICION Y VENTA: Francos Rodríguez, 64 - Tel.: 459 58 29  
OFICINAS Y TALLERES: Lorenzana, 12 - Tels.: 459 59 81/87

**FEDERACION DE MUJERES**  
**PROGRESISTAS**

C/ ERASMO, 19 - 1º B  
Tels.: 255 38 05 - 361 36 05

**ASOCIACIONES**

ESTE ESPACIO PUEDE  
SER PARA SU ASOCIACION  
**APROVECHESE**

**Asociación de Vecinos**  
**Ciudad de los Poetas**  
Valderrey, 5 - Tel.: 361 58 58

**ASOCIACION**  
**MUJER Y PROGRESO**  
(Centro Cultural Julio Cortázar)  
Antonio Machado, 20

**Asociación de Vecinos**  
**de la Colonia de**  
**Policía Nacional**  
Gral. Cárdenas Campos, Local 19  
Tel.: 450 51 98

**Centro Cultural**  
**JULIO CORTAZAR**  
Tels.: 373 45 18 - 373 43 75  
Avda. Antonio Machado, 22  
28035 MADRID

**Asociación de Vecinos**  
**San Nicolás**  
**Dehesa de la Villa**  
Sánchez Preciado, 36

**Asociación de Vecinos**  
**Barrio Penabel**  
Doroteo Benache, 6  
Tel.: 209 14 95

**Asociación de Vecinos**  
**Paloma Dehesa de la Villa**  
Artajona, 39 - Tel.: 450 28 60

**Asociación de Vecinos**  
**Barrio Unido**  
**de Valdezarza**  
Armenteros, 27 - Tel.: 450 30 30

# DEL HOGAR

DE LA SOLUCION

SIEMPRE  
A SU  
SERVICIO

## MIGUEL PERSIANAS

ALUMINIOS - PERSIANAS - CRISTALES

CERRAMIENTO DE TERRAZAS EN ALUMINIO

INSTALACION DE:

Persianas de P V C,  
Térmicas,  
de Seguridad...

Ventanas abatibles,  
correderas...



**PRESUPUESTO SIN COMPROMISO**

MADRID Y PERIFERIA



TEL.: 908 71 41 64 (24 horas)

### Academia

## LOPE DE HARO

- ☛ Secretariado Internacional
- ☛ Informática - Ofimática
- ☛ Inglés
- ☛ Mecanografía - Taquigrafía
- ☛ Contabilidad - Cálculo Mercantil

RESERVA DE PLAZAS CURSO 92/93

Lope de Haro, 24 - Tel.: 570 57 45 - 28039 MADRID  
Metro Estrecho - Autobús: 3 - 42 - 64 - 124 - 125 - 127 - 128

### MEDICO QUIROMASAJISTA

MASAJES TERAPEUTICOS • CERTIFICADOS MEDICOS

- Dolores de espalda. Contracturas
- Escoliosis
- Pinzamientos nerviosos. Hernias discales
- Ciatalgias
- Piernas cansadas. Problemas circulatorios
- Masaje anti-estres

C/ San Restituto, 8 - 3º 3 • Tfno.: 459 67 63

## ESTABLECIMIENTOS COLABORADORES

### BISTROT SACONIA CAFETERIA - BAR - RESTAURANTE

Avda. de Antonio Machado, 45. Frente al Centro Comercial "DEHESA DE LA VILLA". Tfno.: 373 30 31.

**BAJO LA DIRECCION DE PACO.**

**COCINA REGIONAL CASERA.**

**SORPRENDENTE CUBIERTO A PRECIOS ECONOMICOS.**

**DIARIAMENTE:**

**DOS PLATOS VARIADOS, POSTRE O CAFE, PAN Y VINO  
SIENTASE COMO EN CASA**

En breve: AMPLIA CARTA PARA TODOS LOS GUSTOS Y ECONOMIAS  
si no dispone de tiempo, pida previamnete hora y sea puntual  
¡BIENVENIDOS A BISTROT SACONIA!, su otra casa

Mesón Gallego



## Gallego II

Plz. Remonta, 13  
Teléfs. 579 00 61  
579 07 69

## Gallego III

Plz. Remonta, 7  
Tels. 571 10 66  
571 49 10

## Gallego I

C/ Müller, 35  
Teléfonos 579 36 23  
779 08 04

28039 - MADRID

Mesón Gallego aprovecha la oportunidad que le brinda Dehesa de la villa,  
para desear a sus colaboradores y amigos lectores unas muy  
Felices Fiestas de Navidad y Próspero Año 1993

## PIDE TU REVISTA EN LOS ESTABLECIMIENTOS COLABORADORES

LOS ESTABLECIMIENTOS QUE A CONTINUACION RELACIONAMOS, COLABORAN A LA DISTRIBUCION DE LA REVISTA "DEHESA DE LA VILLA". AGRADECEMOS SU GENTILEZA

### CIUDAD DE LOS POETAS

KIOSCO DE PRENSA, S. Gerardo, 23  
PAPELERIA Y PRENSA MAYTE, S. Gerardo, 36  
KIOSCO DE PRENSA CARLOS, A. Machado, 28  
BISTROT SACONIA CAFETERIA-BAR-  
RESTAURANTE, A. Machado, 45 - Tel. 373 30 31  
KIOSCO TEBEO, Valderodrigo, 8  
LIBRERIA PAPELERIA, A. Machado, 20  
FERRETERIA LA ESCALERA, A. Machado, 29  
CENTRO CULTURAL JULIO CORTAZAR,  
Antonio Machado, 20  
POLIDEPORTIVO DEHESA DE LA VILLA  
KIOSCO DE PRENSA, A. Machado, final

### VALDEZARZA VILLAAMIL SANCHEZ PRECIADOS

KIOSCO DE PRENSA MANOLO, S. Restituto, 6  
PESCADERIA PANIZO, S. Restituto, 15  
PERIODICOS Y REVISTAS PACO, Pl. Armenteros  
BAR RESTAURANTE RIO CHICO, S. Restituto, 1



KIOSCO DE PRENSA, C/ de Villaamil  
MIGUEL MUEBLES, C/ de Villaamil, 31  
CERVECERIA BAR MARTIN, Schez. Preciados, 22  
MINIGOLF SWING, Huesca, 4 - Tel. 570 74 48

### PALOMA DEHESA DE LA VILLA

CAMPO DE FUTBOL SAN FEDERICO  
Alcalde Martín de Alzaga, s/n  
MOVIL HOGAR, Artajona, 17  
KIOSCO DE PRENSA PILAR, Alcalde  
Martín de Alzaga, 9

### FRANCOS RODRIGUEZ

KIOSCO DE PRENSA MARI,  
Francos Rodríguez, 102  
KIOSCO DE PRENSA  
CENTRO CULTURAL JUAN GRIS,  
Francos Rodríguez, 100

### DR. FEDERICO RUBIO Y GALI

KIOSCO DE PRENSA EMILIO, F. Rubio  
y Gali, 67  
PERSIANAS OLMEDA, J. Lorenzo, 70  
KIOSCO DE PRENSA  
BLASAN S.A., Modesto Lafuente, 59  
BLASAN S.A., Bravo Murillo, 380

**Y LAS ASOCIACIONES DE VECINOS DE SAN NICOLAS-DEHESA DE LA VILLA: PALOMA-DEHESA DE LA VILLA:  
BARRIO PEÑALBEL: CIUDAD DE LOS POETAS, BARRIO UNIDO DE VALDEZARZA Y SANTO ANGEL DE LA GUARDA**

Ayuntamiento de Madrid

# VIDA ANIMAL

## PELIGROS DEL PERRO EN LA CIUDAD

### EL PERRO EN LA CALLE

El instinto natural de cualquier perro sea de raza o mestizo no le predispone a considerar las vías urbanas o interurbanas como zonas de alta peligrosidad. La obligación de los propietarios de llevar a sus perros siempre sujetos por la correspondiente correa no es una medida arbitraria de las autoridades que siempre velan por el bien de sus administrados. El adiestramiento básico de obediencia, así como el estricto cumplimiento de las normas legales asegurarán una protección suficiente contra la mayoría de los accidentes de circulación que tienen como causa o protagonista la figura del perro.

Mediante disciplina, con una orden verbal, el amo puede "congelar" el movimiento de su can que escapa tras algún congénere del recinto ajardinado, por donde se solaza, y la sujeción a la correa durante el paseo por la calle impide la escapada.

### EL PERRO Y EL AUTOMOVIL

Según las últimas estadísticas, más del 70% de los traumatismos y lesiones sufridas por los perros que no están aislados fincas rurales, son originadas por accidentes de tráfico que en muchas ocasiones tienen consecuencias mortales para los perros y en elevado porcentaje también puede amenazar la integridad física e incluso la vida de los seres humanos.

Motocicletas, automóviles y camiones de gran tonelaje recorren ciudades y carreteras contribuyendo al equilibrio de las sociedades industrializadas y al desarrollo de la vida moderna. ¿Quién no ha sufrido en sus propios perros una experiencia de esta clase?

¿Quién no ha visto o experimentado con harta frecuencia el atropello de un perro o ha contemplado el despojo sanguinolento que, como mudo testigo, queda en la cuneta? En todos los casos, los perros no son culpables de nada, son propietarios y la sociedad que permite el abandono canino o la proliferación de animales cimarrones o vagabundos quienes deben asumir la responsabilidad de hechos tan graves.

### PERROS ABANDONADOS

Al comienzo del verano y al finalizar la temporada de caza, se producen en las inmediaciones de las grandes ciudades incluso en el mismo centro "abandonos masivos" de perros que impiden a sus "cruelles"

amos el disfrute de unas vacaciones o que han dejado de ser rentables. ¿Como acabar con esta crueldad? Es lastimoso, pero todo un peligro para la persona pues todo perro abandonado además de esparcir basuras, son foco de infección ya que no tienen un control veterinario que les libre de las enfermedades contagiosas que puedan transmitirse entre sí o a personas como consecuencia de una mordedura.

Aunque no lo crean, en el campo también son un peligro; los perros abandonados al final del verano se reúnen en manadas (perros asilvestrados) y suben al monte para cuando tengan hambre por la noche, bajar al pueblo y matar rebaños enteros.

Sinceramente, les pido que no tenga un perro en casa si no es para cuidarlo toda la vida y por supuesto, nunca abandonarlo pues aunque no sean personas sienten y sufren igual que nosotros.

Me imagino que se habrán enterado de la multa que han impuesto a la persona que maltrate o abandone

un perro; sí, llega hasta los dos millones y medio de pesetas, y pienso que incluso sería de gran ayuda el que si vemos a alguien que lo este haciendo, denunciarlo nosotros mismos. Un animal tiene derecho a vivir igual que nosotros sobre todo si pensamos que tienen ese soplo vital del que hablaba nuestro ilustrísimo Juan Pablo II.

### SEGURO CANINO

Para paliar todos los desagradables incidentes que puede ocasionar nuestro perro, hay un seguro canino el cual puede ser de gran interés. No nos olvidemos que según el artículo 1905 del código civil dice: "el poseedor de un animal, o el que se sirva de él, es responsable de los perjuicios que causare, aunque se le escape o extravíe". Es decir, si nuestro perro muerde a alguien o causa un accidente de tráfico, nosotros seremos los responsables; cosa evitable si nuestro perro estuviera asegurado.

El seguro cubre tanto daños materiales como personales, por lo tanto, cuando salgan a la calle, lleve bien atado al animal, si tiene genio llévenlo con bozal y si además quieren estar más seguros, asegúrelo.

*Cristina MARGARIDA  
J. Ignacio MARTINEZ  
Veterinarios.*



## CONSEJOS MEDICOS

### LA ESPALDA: LA GRAN MALTRATADA

No es raro encontrar gente por la calle o en las tiendas que frecuentamos que estén comentando: "esta espalda me esta matando", o "no he pegado ojo en toda la noche del dolor tan fuerte de cervicales" o "tengo unos mareillos y el medico me ha dicho que me acostumbre porque eso es cervicales y no tiene ningún remedio"; la gran mayoría de ellos son gente de media edad que debería tener una calidad de vida en cuanto a su salud perfectamente soportable pero que esas molestias no les dejan vivir.

La mayoría de esos males son el resultado de tensiones, el tan comentado stress, o vicios posturales que nos conducen a que nuestra espalda de la voz de alarma.

Pero... ¿Que tiene nuestra espalda que es tan delicada?

Realmente es una estructura robusta, construida alrededor de la columna vertebral y constituida por grandes y potentes masas musculares que soportan lo indecible; pero también son consistentes los aviones y hay que revisarlos y ponerlos a punto de una manera continuada para evitar las catástrofes.

Los dolores en la espalda pueden provenir de :

- afectación ósea
- afectación muscular
- afectación nerviosa

Dentro de cada una nos encontramos con patologías cotidianas como la artrosis, la escoliosis (¿quien no conoce a alguien con la espalda torcida?), contracturas musculares, hernias discales o dolores de ciática.

Me atrevería a asegurar que más frecuente aún que la artrosis es la patología muscular. El stress, tantas horas pasadas frente a la mesa de trabajo o frente al dichoso ordenador o la televisión, los esfuerzos que no vienen a cuento (típico el caso del ama de casa con dolor de hombro o de "paletilla" después de subir el carrito de la compra con más kilos de

los previstos porque había ofertas en el mercado)

Aunque puede parecer un tanto exagerado sería necesario hacer gimnasia preventiva y ejercicios de estiramientos de todas la musculatura implicada en cada una de las acciones repetitivas que practicamos. Movimientos de cuello hacia los la-



dos lentos y acompañados de respiraciones lentas y profundas, abdominales diarios realizados de una manera correcta y no de cualquier manera y a ver quien hace más en un minuto, sería casi suficiente para mejorar nuestra espalda, aparte claro esta de sentarnos correctamente y tomarnos las cosas con mayor tranquilidad.

Con todo ello parece casi imposible por la falta de tiempo (15 minutos diarios serian suficientes) el día menos pensado nos despertamos con el cuello torcido y sin poderlo mover; vamos a urgencias y allí nos recetan un valium, un relajante muscular que en el mejor de los casos nos producirá somnolencia y que nos tomemos una aspirina; incluso nos colocarán un collarín.

Esta conducta que esperemos tienda a desaparecer, está siendo poco a poco desplazada por terapias manuales con el masaje y la quiro-

praxia a cuya cabeza en España esta el Dr. Santiago Albareda, traumatólogo de Barcelona que ha formado parte del cuadro médico que atendió a los atletas de la Olimpiada de Barcelona.

Pensarán mis lectores: "pero eso del masaje es para los ricos"; lo cierto es que aún salvo los que estamos en este mundillo la gente no conoce que es realmente un masaje.

Hay tres tipo de masajes: el deportivo, el terapéutico y el estético. En este artículo haré únicamente referencia al terapéutico. Este masaje centra su eficacia en devolverle a cada músculo su tono normal, deshaciendo contracturas aparecidas por diversas causas como ya cité anteriormente.

Existen en el mercado diversos aparatos que nos permiten el automasaje, pero no llegan ni con mucho a los resultados que se pueden conseguir con unas buenas manos y un poco de experiencia en este campo.

Pacientes míos diagnosticados de escoliosis y con dolores importantes en su vida diaria, se han visto mejorados sustancialmente desde casi la primera sesión, así como pinzamientos nerviosos por técnicas quiroprácticas (movilizaciones vertebrales mediante estiramientos) del "peso que tenían y les limitaban su movilidad.

Resumiendo, para terminar este artículo, lo determinante que es una correcta higiene postural, una gimnasia diaria y una descarga muscular ya sea quincenal o mensual que nos evite lesiones que en un futuro nos darán más de un quebradero de cabeza. Y recordar a la gente joven que cuidando nuestro cuerpo desde este momento evitaremos llegar a los 40 años como si tuviéramos 85.

*Fdo: Antonio Molinero Murga  
Ldo. en Medicina y Cirugía,  
Quiromasajista y Quiropráctico.*

# EL MUNDO DEL NIÑO

## EL NIÑO DE 2 A 5 AÑOS

### DESARROLLO EVOLUTIVO

En el artículo anterior recogíamos las pautas de conducta normales en niños de 0 a 1 año.

Siguiendo las líneas planteadas en él, vamos a conocer en este los aspectos físicos, psicológicos y sociales consideradas normales en el desarrollo evolutivo de los niños de 2 a 5 años.

#### 2 AÑOS

##### *\* Control Postural y Motricidad Gruesa:*

Corre con seguridad y se sube a los muebles. Se da cuenta de la dirección cuando arrastra los juguetes. Empieza a tomar conciencia de sí mismo con relación al tamaño, espacio etc. Sube por las escaleras agarrándose por la barandilla. Arroja cosas a lo alto. Camina hacia la pelota tratando de chutar. No sabe pedalear.

##### *\* Visión y Motricidad Fina:*

Es capaz de coger del suelo cosas pequeñas y sabe quitarle a los caramelos el papel. Coloca de 6 a 7 cubos. Sujeta el lápiz cerca de un punto, con el dedo gordo y otros dos dedos. Hace un garabato circular e imita una línea vertical. Le gusta los libros de dibujo y pasa las páginas de una en una. Prefiere usar más una mano que la otra.

##### *\* Oído y Habla:*

Usa unas 50 palabras y entiende más. Pone dos o más palabras juntas. Reconoce su nombre y lo utiliza. Se une a los que cantan canciones infantiles. Disfruta de la compañía. Define los juguetes por su uso.

##### *\* Conducta Social y Juego:*

Utiliza cuchara para comer. Coloca la taza en su sitio. Pide comida

y bebida. Pide para ir al retrete y permanece seco durante el día. Es muy curioso y no entiende la noción de peligro. Sigue a la madre por la casa e imita. Le gusta jugar a mentirijillas. Exige constantemente la atención de la madre. Sufre rabietas. Defiende sus cosas y no las comparte. Juega cerca de otros niños, pero no con ellos.

balón con los brazos extendidos y es capaz de chutar con fuerza.

##### *\* Visión y Motricidad Fina:*

Hace una torre de 9 cubos. Ensarta cuentas. Sujeta el lápiz con la mano preferida cerca del punto y con seguridad.

Copia círculos e imita la cruz, dibuja un hombre con cabeza y



#### 3 AÑOS

##### *\* Control Postural y Motricidad Gruesa:*

Sube las escaleras alternando los pies y las baja de dos en dos. Salta desde el último escalón con los pies juntos. Escala con agilidad. Evita los obstáculos y dobla las esquinas corriendo. Tiene una idea clara de su cuerpo en relación al espacio y a los objetos. Pedalear. Camina de puntillas. Aprende a sujetarse de pie con una pierna si se le enseña. Coge un

señala una o dos partes. Asocia de 2 a 3 colores primarios e incluso puede conocer el nombre de alguno de ellos. Le gusta pintar con un pincel grande y caballete, pintando todo el papel. Pone nombre a los dibujos. Corta con tijeras.

##### *\* Oído y Habla:*

Modula las palabras. Tiene un vocabulario amplio inteligible para los que no son de la familia. A veces hace sustituciones fonéticas y utiliza formas gramaticales no convencionales.

Usa los pronombres personales y los plurales. Sabe describir la actividad del presente y las experiencias del pasado. Hace muchas preguntas. Escucha cuentos. Conoce varias canciones infantiles. Cuenta hasta 10 mecánicamente, pero no entiende el concepto de cantidad.

**\* Conducta Social y Juegos:**

Come con cuchara y tenedor. Se lava las manos. Sabe ponerse y quitarse los pantalones, pero hay que ayudarlo con los botones. Seco durante la noche. Dócil y afectuoso. Le gusta ayudar a los adultos en las actividades domésticas. Se esfuerza para ser ordenado. Le gusta jugar en el suelo. Se junta a otros niños. Entiende lo que es compartir algo. Muestra cariño hacia sus hermanitos. Tiene alguna valoración del pasado y del presente.

## 4 AÑOS

**\* Conducta Postural y Motricidad Gruesa:**

Sube y baja las escaleras, cada escalón con un pie. Se sube a los árboles y a las escaleras. Corre de puntillas. Se aguanta sobre uno de los pies de 3 a 5 segundos y salta sobre él. Coge objetos del suelo doblándose desde la cintura y con las rodillas extendidas. Se sienta con las rodillas cruzadas. Aumenta su destreza en los juegos de pelota, incluyendo el uso del bate.

**\* Visión y Motricidad Fina:**

Ensarta pequeñas cuentas. Construye una torre de más de 10 cubos. Usa el lápiz como los adultos. Dibuja un hombre con cabeza, tronco y extremidades y normalmente con brazos y dedos. Hace dibujos reconocibles. Asocia y nombra los cuatro colores primarios.

**\* Oído y Habla:**

Habla de una forma correcta gramaticalmente. Expone una relación coherente de los acontecimientos recientes. Sabe su nombre completo y dirección. Escucha y cuenta largas historias, confundiendo a veces la realidad con la fantasía. Cuenta mecánicamente hasta 20 y cuenta objetos tocándolos y dándoles su nombre hasta 4 o 5. Le gusta las bromas.

doles su nombre hasta 4 o 5. Le gusta las bromas.

**\* Conducta Social y Juegos:**

Se lava y seca las manos. Se limpia los dientes. Se viste y desviste salvo los lazos, corbatas y los botones de atrás. Es más independiente y con más fuerza de voluntad. Se pelea con los niños cuando sus inter-

miento determinado o puntúan según unas reglas.

**\* Visión y Motricidad Fina:**

Enhebra una aguja grande y cose. Copia cuadrados y algunas letras. Escribe espontáneamente algunas letras. Dibuja un hombre con rasgos reconocibles. Dibuja una casa con puertas, ventanas, techos y chime-



eses se enfrentan. Le gusta disfrazarse. Necesita la compañía de otros. Entiende lo que representa tocarle el turno. Muestra simpatía por los compañeros desgraciados del juego.

## 5 AÑOS

**\* Control Postural y Motricidad Gruesa:**

Camina fácilmente por una franja estrecha. Corre despacio sobre las puntas de los pies. Salta sobre pies alternos. Se mueve rítmicamente al compás de la música. Salta de 70 a 90 cm. hacia delante con cada uno de los pies separadamente. Coge con fuerza con cada una de las manos. Se toca las puntas de los pies sin doblar las rodillas. Realiza juegos de pelota que requieren un emplaza-

neas. Colorea con nitidez. Se cuenta los dedos de una mano con el índice de la otra. Asocia de 10 a 12 colores.

**\* Oído y Habla:**

Habla con fluidez. Dramatiza historias. Define nombres concretos por medio del uso. Pregunta el significado de palabras abstractas.

**\* Conducta Social y Juego:**

Usa cuchillo y tenedor. Se desnuda y se viste solo. Su comportamiento general es más sensible, controlado e independiente. Entiende la necesidad de ser ordenado pero necesita que se lo recuerden. Elige sus propios amigos. Valora el significado de la rutina diaria. Consuela a los niños desgraciados.

*M<sup>a</sup> Sol de la Hoz Velasco  
Estrella Corona Rodríguez  
Psicólogas*

# POR UN HOGAR MAS ECOLOGICO



**Recientemente se ha celebrado en Rio de Janeiro (Brasil) una cumbre en la que, bajo el lema "Salvar la Tierra", los gobiernos de los países participantes acordaron, entre otros puntos, que el progreso debe pasar por la conservación del medio ambiente.**

La deforestación de la Amazonia, la destrucción de la capa de ozono, la sequía que sufre España en estos momentos, no es un problema sólo de los gobiernos, es una cuestión que nos atañe a todos y, por tanto, cada uno debe aportar su granito de arena.

La vida natural empieza por uno mismo y nuestro hogar es el mejor lugar para cambiar nuestros malos hábitos por un comportamiento más ecológico que ayuden a no destruir

la Tierra. Es decir, vivir a lo "verde", que no es sólo votar a un partido de este color, es, sobre todo, un

usted que este simple acto dilapida cerca de 20 litros de agua? Si se afeita con el grifo abierto malgasta

---

**Una pila de las que lleva un reloj,  
es capaz de contaminar 600.000 litros de agua**

---

estado de militancia que debe estar presente en cada acto de nuestra vida cotidiana, como reciclar las basuras domésticas, frenar el consumo de agua del baño y la cocina, y no utilizar productos que contribuyan a envenenar las aguas.

Esta buenas costumbres distan mucho de lo que, sin duda, hacemos en nuestros hogares.

## MALOS HABITOS

Una costumbre muy común es dejar el grifo abierto mientras nos cepillamos los dientes. Pues, ¿sabía

de 40 a 75 litros de agua.

Una pila, de las que casi todos llevamos en los relojes es capaz de contaminar 600.000 litros de agua.

Los abrillantadores de muebles y metales, los desodorantes y lacas, en definitiva, los múltiples aerosoles que usamos contienen CFC (Cloro-fluorocarbonos), una sustancia que destruye el ozono, la capa de la atmósfera que criba alrededor del 90 por 100 de la radiación ultravioleta del sol.

Los rayos ultravioletas son potencialmente letales para el ser humano y pueden provocar, por ejemplo, el cáncer de piel.



La lejía destruye las bacterias que son necesarias para la posterior depuración de las aguas.

Algunas casas de productos cosméticos utilizan a los animales para probar la inocuidad de sus fórmulas (en la industria cosmética son comunes los test de toxicidad con animales). Por ejemplo, en el de irritación cutánea se afeita al animal, se extiende la crema y se contrastan resultados, aún existiendo alternativas menos crueles e incluso más efectivas (100 por 100 de fiabilidad) como hacerlo en pieles sintéticas con el mismo color, textura y porosidad que la del ser humano.

En España se consumen 350.000 toneladas de papel prensa al año, con lo que tocamos a 87,5 Kg. por habitante, lo que equivale a dos árboles. Si separamos el papel del resto de la basura doméstica, recuperaríamos un 42,5 por 100, nada desdéniable, evitando así la indiscriminada de árboles.

### ALGUNAS PROPUESTAS PARA VIVIR A LO "VERDE"

¿Y qué podemos hacer nosotros para proteger el medio ambiente? Sin duda alguna, mucho. ¿Cómo? Cambiando nuestros hábitos.

En un utilísimo libro titulado "Cómo proteger la naturaleza desde nuestra casa", cuya autora es María del Mar Asunción, se hacen las siguientes recomendaciones:

Compre alimentos frescos, naturales y sin aditivos; sustituya la lejía por el vinagre (igual de efectivo y menos dañino); fabrique su propio

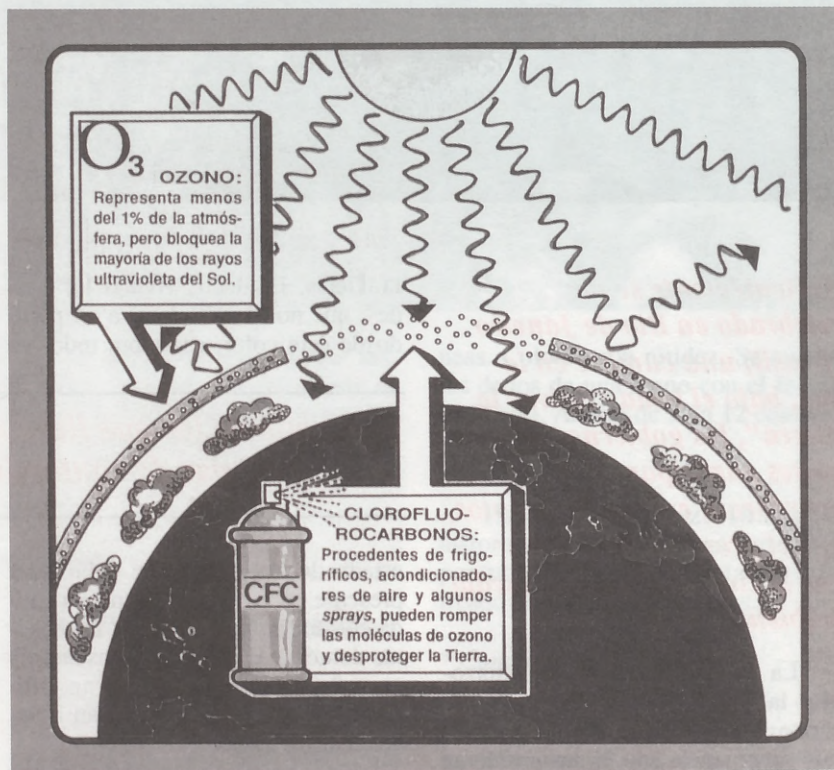
lavavajillas con un jabón tipo "Lagarto", diluido en agua; abrillante metales con zumo de limón; limpie los muebles con limón y el doble de volumen de aceite; use este mismo cítrico como desodorante, porque acaba con las bacterias causantes del mal olor; compre menos detergentes para cada cosa (los españoles somos los mayores consumidores de detergentes de la CEE.); utilice pulverizadores en lugar de aerosoles; no use jamás desodorantes para el WC (de esos que tiñen el agua), son inútiles y dañinos porque tienen paradiclorobenceno, perjudicial para la salud; huya de los productos cubiertos de varios envoltorios que tiramos nada más llegar a casa, así contribuirá a generar menos basura; para ahorrar agua, use la ducha mejor que el baño. Mientras que para llenar una bañera se necesitan 300 litros de agua, una ducha de cinco minutos consume menos de 100 litros. No tire innecesariamente de la cadena y coloque en la cisterna del inodoro

40 litros por lavado); lave en un programa de agua fría y modere la dosis de detergente, que ha de ser biodegradable y sin fosfatos. No arroje nunca por el retrete o lavabo pinturas, barnices, disolventes o aceites, pues forman en los caudales a los que van a parar una película que asfixia la vida que hay debajo (es mejor tirarlos en recipientes cerrados a la basura).

Use menos el coche, de esa forma ahorrará combustible y ayudará a mejorar el tráfico y la contaminación. Utilice gasolina sin plomo y gas-oil, de más limpia combustión. No tire jamás a la basura las pilas utilizadas en relojes, radio, etcétera. Existen contenedores y establecimientos donde las recogen.

Separe, como lo hacen ya muchos europeos, la basura en tres diferentes bolsas: papel, vidrio y materia orgánica, para facilitar así su reciclaje.

Por último, se podría añadir que todos estamos obligados a poner los



una botella de agua rellena de arena, así ayudará a reducir la cantidad de agua.

Cierre bien los grifos (10 gotas de agua por minuto son 2.000 litros de agua al año); ponga el lavavajillas y la lavadora en funcionamiento sólo cuando estén llenos (consume

medios a nuestro alcance para conservar el medio ambiente y favorecer que las futuras generaciones reciban una Tierra en la que puedan vivir.

DE LA REVISTA 60 Y MAS

## "NUESTRO AMIGO CARLOS"



F. ARCO

*Hace ya casi un año cuando contactamos por primera vez con nuestro amigo Carlos, para que nos contara un poco sus comienzos dentro de la competición y es ahora al finalizar la temporada cuando volvemos a hablar con nuestro amigo del barrio.*

En la última entrevista nos contaste una cantidad de proyectos para el futuro, cuéntenos que hay de aquello:

Ante todo quiero agradecer a vuestra estupenda revista el gran interés que mostráis al tema automovilístico y en particular por mi y por nuestras peripecias dentro de este fantástico mundo que es la competición.

Como ya os adelanté el año pasado teníamos un proyecto para correr el Campeonato de Rallyes con

un vehículo de mayor envergadura, estaba todo un poco en el aire, a falta de conseguir el presupuesto necesario, pues bien !lo logramos!, este año hemos corrido con un Ford Sierra Cosworth de grupo A, que rondará los 275 c.v. de potencia, todo un artefacto de correr. Así lo hemos demostrado a lo largo de toda la temporada.

Primero estuvimos en tierras extremeñas, corriendo el Rallye de Extremadura, allí fue nuestro primer contacto con este monstruo de "acjonar" (léase correr), después de un inicio prometedor y cuando nos encontrábamos en primera posición, tuvimos que abandonar por problemas mecánicos, nos quedamos a las puertas de la victoria.

Pero pronto llegaron las "vacas gordas" y así en la subida a Los Na-

valmorales y en el Rallye Ciudad de Avila obtuvimos unos buenos resultados

En este último después de una cerrada lucha con otros dos vehículos idénticos al nuestro y al cabo de todo un día corriendo, finalizamos en segunda posición y a tan solo 13 segundos del vehículo vencedor.

También conseguimos unos buenos resultados en los Rallyes de la Vendimia y en el Rallye de Linares disputados por tierras andaluzas. Pero nuestro mayor éxito ha sido la consecución de un 7º puesto en el Rallye celebrado en Madrid, se trataba del antiguo Rallye Internacional Valeo, denominado en la actualidad Rallye de Madrid, en competencia con los mejores pilotos de la especialidad obtuvimos tan meritorio resultado.

Paralelamente a este programa al principio de la temporada contactamos con D. Luis Miguel Rodríguez, patrón del equipo de circuito de Desguaces La Torre con el fin de poder pilotar uno de sus vehículos Renault Clío 16 v. de circuito. En esta especialidad hemos disputado 8 carreras distribuidas en los diversos circuitos como *Jarama* en Madrid, *Montmelo* en Barcelona, *La Torreca* en Albacete, *Calafat* en Tarragona y el de *Jerez* en el mismo Jerez de la Frontera. Ya que se trataba de nuestro primer año en esta especialidad y teniendo en cuenta que el pilotaje es aquí muy diferente al de los Rallye, nuestro objetivo ha sido el de ir recopilando experiencias y conocer los trazos donde se corre, hemos estado todo el año en constante evolución y espero para la temporada entrante estar en la cabeza de estas carreras. De todas formas todo el equipo estamos muy contentos con los resultados ya que nuestro problema también ha sido la concurrencia de fechas en ambas especialidades, teniendo incluso que sacrificar alguna prueba.

Realizando un balance general creo personalmente que se ha tratado



de una temporada con mucho movimiento pero muy positiva en general. Como os imaginareis estamos negociando ya para el futuro con los patrocinadores, pero esto pertenece a otro capítulo que ya contaremos más adelante, también os relataré las anécdotas más destacadas del año, pero será en otra ocasión porque lo que no quiero de ninguna manera es aburrir a los lectores.

Por último quiero agradecer desde estas páginas a los patrocinadores

que han hecho posible el llevar a cabo esta campaña y que son los siguientes: **Grupo G.M.F.** que es una multinacional dedicada al sector de seguros, **La Nueva Corporación**, **La Nueva Asistencia**, **Mudospa**, **Unhis**; por otro lado a **Desguaces De La Torre**, **Repuestos Villaamil**, **lada Motor Oil**, **LLantas Targa** y por último a mis inseparables "**Muchachos de Jumauto**".

Un saludo y hasta pronto.



Paco Sánchez, Presidente del C. F. San Federico Dehesa de la Villa, hace entrega a Pablo Villarrubia de la placa de reconocimiento a su ejemplar labor.

Alvarez, capitán del equipo titular del C. F. San Federico Dehesa de la Villa, hace entrega igualmente de una placa en agradecimiento por los desvelos para con todos los que integran las distintas plantillas del Club.



## HOMENAJE A PABLO VILLARRUBIA

En nuestro número anterior informábamos del sentido homenaje que el Club, el equipo y la afición de Dehesa de la Villa dedicaban a Pablo Villarrubia, el encargado del campo de Fútbol de Dehesa de la Villa, por coincidir con la hora de cierre de la revista, no disponíamos de espacio para estas fotos, que con cariño publicamos ahora.

## PESCADERIA PANIZO



SU CALIDAD  
INDISCUTIBLE,  
SUS PRECIOS  
SIN  
COMPETENCIA,  
LE AVALAN

SAN RESTITUTO, 15 - TEL.: 450 43 05  
28039 MADRID

## M miguel muebles

MOBILIARIO DEL HOGAR  
DISEÑO MODERNO  
GRAN EXPOSICION

Presupuestos sin compromiso

----- VISITENOS -----

VILLAAMIL, 31 - Tel.: 311 41 33  
28039 MADRID

## REPUESTOS VILLAAMIL



RECAMBIOS • ACCESORIOS • NEUMATICOS  
MATERIAL ELECTRICO

Villaamil, 31  
28039 MADRID Tels.: 311 41 08 / 30 / 31

## LUPOPAN

C/ Armenteros, 6  
Pza. Alcira, 7  
Teléf.: 459 96 05

- PAN
- BOLLOS
- HELADOS
- FARTONS
- HORCHATA
- BATIDOS
- GRANIZADOS
- POLOS HORCHATA

SERVI TO  
A DOMICILIO  
PRECIOS ESPECIALES  
A HOSTELERIAS

DOMINGOS Y FESTIVOS  
CHOCOLATE CON CHURROS

## PUBLICIDAD EN DEHESA DE LA VILLA

ANUNCIESE EN NUESTRA REVISTA  
!! LE SERA RENTABLE !!

CONSULTE A NUESTROS ESTABLECIMIENTOS COLABORADORES

ESPECIALIDAD EN PALETILLAS  
JUDIAS CON PERDIZ

BAR - RESTAURANTE



# La Toledana

CONFORTABLES SALONES  
ESMERADO SERVICIO

Vistas a la Moraleja, 1 • Teléf. 358 38 61 • FUENCARRAL, pueblo (Madrid)



## ¿Quieres tener la sonrisa más bonita del barrio?

TRATAMIENTOS SIN DOLOR - PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO  
Llámanos al teléfono 450 89 05, de lunes a viernes, (mañana y tarde) y sábados por la mañana.

### CLINICA DENTAL DOAR, S.A.

SAN RESTITUTO, 25

Facetas • Incrustaciones y coronas de porcelana,  
limpiezas por ultrasonido • Empastes de color del  
diente, Blanqueamiento de dientes en tu propia casa

(SANITAS,  
AISA,  
CEYDE,  
ADESLAS)

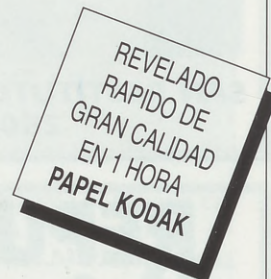


OFERTA  
PENTAX Z 10

OBJETIVO 28/80 AUTOFOCO

50.600 PTAS

OFERTA LIMITADA



Al revelar sus carretes le regalamos:

### UN ALBUM Y UN REGALO SORPRESA

24 fotos 10 x 15 + revelado = 1.212 ptas.

36 fotos 10 x 15 + revelado = 1.668 ptas.

Avda. de Betanzos, 52

Teléfono 738 64 52

TODO EN  
ROTULACION  
Y PUBLICIDAD

**PUBLIDEHS - ROTULOS, S.L.**  
PUBLICIDAD Y ROTULACION

ADHESIVOS  
ROTULOS  
SEÑALES

TIENDA Y EXPOSICION EN:

**PLAZA DE TUY, 7 - TEL. 738 39 35**

Fax: 738 85 77

## LEA

LABORATORIO ELECTRONICA APLICADA

REPARAMOS

- FAX
- IMPRESORAS
- ORDENADORES
- MAQUINAS DE ESCRIBIR



CONTRATOS DE MANTENIMIENTO

CONSUMIBLES PARA TODO TIPO  
DE MAQUINAS DE OFICINA

Dr. Federico Rubio y Gall, 77

Tels.: 311 46 58 / 311 35 38 - Fax: 311 35 38

CRISTALERIA  
DEL  
AUTOMOVIL

## BLASAN, S.L.

LUNAS PARA AUTOMOVILES NACIONALES Y  
EXTRANJEROS, FAROS, ESPEJOS, ELEVALUNAS,  
CERRADURAS Y TECHOS SOLARES

CONCIERTO CON TODAS LAS CIAS DE SEGUROS  
OFICINAS CENTRALES

BRAVO MURILLO, 380 - TELEFONO 570 78 73

TALLERES DE MONTAJE

AGUSTIN DE BETHENCURT, 15  
esquina Modesto Lafuente, 68

TELEFONO 554 18 64