

EJEMPLAR GRATUITO

DEHESA *de la* VILLA

MADRID NORTE INFORMATIVO MENSUAL

AÑO XIV • FEBRERO 2001

NUMERO 118

IV Edición "Piñón de Oro"

PREMIOS AL TRABAJO BIEN HECHO



José Nieto



Angel Pardo



Rocío Vega



Enrique Cerdán



Pablo Guerrero



La Toledana

- INFORMACIÓN GENERAL ■ NOTICIAS DEL BARRIO
- NUEVAS TECNOLOGÍAS ■ SOLIDARIDAD
- GUÍAS COMERCIAL Y DE SERVICIOS ■ CULTURA
- NUESTRAS MASCOTAS ■ SALUD Y BELLEZA



Instituto Médico de Nutrición, Cirugía y Estética
Mejoramos tu imagen, cuidamos tu salud

- Informan y asesoran especialistas
- Equipo médico altamente cualificado
- Consulta gratis y sin compromiso
- Financiación a su medida

NUTRICIÓN



- Sin pasar hambre
- Sin pesar alimentos
- Sin pastillas
- Bajo estricto control médico
- DIETAS PERSONALIZADAS

MEDICINA ESTÉTICA



- Técnicas de relleno (aumento de labios, Botox, Hilo de Oro)
- Mesoterapia facial y corporal
- Cicatrices
- Varices. Silhouette

ESTÉTICA DE CABINA



- Tratamientos biológicos faciales y corporales
- Drenajes linfáticos
- Tratamientos del acné
- Peeling despigmentante

CIRUGÍA ESTÉTICA



- Lipoescultura
- Aumento, disminución y alzamiento de senos
- Cicatrices
- Demolipectomía, lifting de muslos.
- Remodelación facial



C/ Villa de Marín, 29
(Apertura de nuevo Centro)

☎ 91 323 44 55

C/ Finisterre, 20

☎ 91 315 04 04

SUPERMERCADOS MAXCOOP

HNOS. GARCÍA

Los SUPERMERCADOS **HNOS. GARCÍA** se implantan en la zona de Dehesa de la Villa hace 30 años bajo la denominación comercial de SUPERMERCADOS **MAXCOOP**.

La excelente **calidad** de nuestros productos viene dada por el celo profesional y la plena dedicación que practicamos.

En SUPERMERCADOS **MAXCOOP** disponemos de un **cebadero de terneros** en la provincia de Ávila.

De esta forma, en SUPERMERCADOS **MAXCOOP** garantizamos la calidad de las carnes, ya que los piensos que damos a nuestros terneros son naturales por estar

criados en la Sierra de Gredos.

Asimismo disponemos de un **secadero de jamones y embutidos de cerdo ibérico** en nuestras instalaciones de Guijuelo (Salamanca).



NUEVO ESTABLECIMIENTO
Alejandro Rodríguez, 18
☎ 91 450 02 71



NUESTRAS INSTALACIONES EN DEHESA DE LA VILLA:

- Alesanco, 3
- Valderodrigo, 10
- Valdevarnés, 11
- San Gerardo, 4
- Alcalde M. de Alzaga, 17
- Lope de Haro, 12
- Alejandro Rodríguez, 18

... Y, ADEMÁS ESTAMOS EN:

- Rafael Calvo, 4. MADRID
- Barco de Ávila. ÁVILA
- Piedrahita. ÁVILA
- Guijuelo. SALAMANCA

Ayuntamiento de Madrid

SUMARIO

Ver

DEHESA de la VILLA

MADRID NORTE INFORMATIVO MENSUAL

AÑO XIV • NÚMERO 118
MARZO 2001

DIRECTOR

Manuel Ruiz Cerezo

SUBDIRECTOR

Jesús Ruiz Serrano

REDACTORA JEFE

Raquel Baos

REDACCIÓN Y COLABORACIONES

Nidia Fernández, Ana Álvarez,
Raquel Ruiz Plaza, Antonio Ferreiro

SECCIONES

Consultorio jurídico:

José Antonio Antoranz

Salud y belleza:

Dra. de la Nava, Dra. Navarro Pascual.

Deportes:

Juan Nadal

Fotografía:

David Gómez, Marcos Sánchez Reviejo.

Diseño y Maquetación:

L. G. Gallego.

PUBLICIDAD

Coordinador de Publicidad:

A. Ferreiro.

Departamento de Publicidad:

Tel.: 91 311 69 69

Administración:

Irene Ruiz Plaza

Fotomecánica:

ALFANACH, S.L.

Impresión:

MASTER'S

Edita:

PUBUIDESH, S.L.

Depósito legal:

M-25151-1988

Correspondencia:

Revista DEHESA DE LA VILLA
Bravo Murillo, 209 - 1º planta.
29020 MADRID
Teléfono: 91 311 69 69

DISTRIBUCION GRATUITA

DEHESA DE LA VILLA
no comparte necesariamente
la opinión de sus colaboradores

PREMIO AL TRABAJO BIEN HECHO



Este mes de marzo se presenta especialmente atractivo para los lectores habituales de la revista Dehesa de la Villa. El próximo día 12 de marzo hacemos entrega de los Premios Piñón de Oro. Con estos premios creados ahora hace cinco años, esta publicación de carácter local pretende reconocer la labor callada de quienes desde su ámbito profesional o personal han contribuido a mejorar la calidad de vida de su entorno. Educación, Cultura, Cine y Televisión, Comercio... son algunas de las categorías que han sido seleccionadas por nuestros lectores. Durante los últimos meses han llegado hasta nuestra redacción múltiples cartas con los correspondientes votos. Aquellos que han sido elegidos sirven de referencia para quienes de alguna forma están enriqueciendo la actividad cultural, educativa, social o deportiva de nuestros distritos. Especial mención requiere el Premio de Honor que este año ha concedido la revista Dehesa de la Villa a **José Nieto**, ex concejal de Moncloa-Aravaca. Se premia no sólo a una persona, sino a una trayectoria fundamentada en el talento humano de la gestión. A lo largo de sus más de catorce años de historia, la revista Dehesa de la Villa ha recogido en sus páginas los asuntos más destacados de los distritos del entorno y ha servido de canal de comunicación para aquellos que han deseado manifestar sus opiniones.

En las páginas de esta revista de marzo se abordan también otros asuntos de gran interés, caso del precio de la vivienda, uno de los aspectos que más preocupan a los ciudadanos. Los últimos datos revelan que los distritos de la zona noroeste de Madrid, es decir, Moncloa-Aravaca, Tetuán y Fuencarral-El Pardo se sitúan entre los más caros de la capital, habiéndose registrado este año una subida en los mismos muy por encima de la media.

En esta época en la que ya se comienzan a descubrir los primeros signos de la primavera, es bueno que nuestros lectores conozcan algunos de los contenidos que se darán cita en la Dehesa de la Villa de cara a las próximas fechas. Entre los reportajes especiales que se van a tratar destacan los de bodas y reformas en el hogar. Tanto vecinos como comerciantes deberán estar atentos para conocer las últimas novedades y servicios a este respecto. Motor y restaurantes serán otros asuntos que llegarán con el ocaso de la primavera.



febrero

SUMARIO

	Pág.		Pág.
▪ PREMIOS PIÑÓN DE ORO		▪ GUÍA COMERCIAL	
▪ José Nieto, Pablo Guerrero, Angel Pardo, Enrique Cerdán y La Toledana, galardonados en la cuarta edición	4	▪ Toda la oferta de establecimientos y servicios del barrio clasificada por secciones	18
▪ ESTRELLA DEL MES		▪ GUÍA DE SERVICIOS	
▪ Instituto Médico de Nutrición, Cirugía y Estética inaugura nuevo centro	9	▪ Urgencias, asociaciones, teléfonos útiles, centros culturales y deportivos, etc. a su disposición	25
▪ INFORMACIÓN GENERAL	8	▪ NUESTRAS MASCOTAS	
▪ Nueva línea de Cercanías hasta Alcobendas y San Sebastián de los Reyes	10	▪ ¿Puede educarse a los gatos?	27
▪ Madrid, segunda región en crecimiento económico en 2001	11	▪ SALUD Y BELLEZA	
▪ NOTICIAS DEL BARRIO		▪ La Naturopatía (II)	28
▪ Se adjudican 151 pisos por sorteo en La Ventilla ..	12	▪ La Biodanza	29
▪ La vivienda en la zona norte	13	▪ MOTOR	
▪ Imágenes y coplas de Carnaval en La Dehesa ..	14	▪ Motos Elvira, el paraíso del motero	31
▪ PÁGINA SOLIDARIA		▪ CULTURA	32
▪ Solidarios, una ONG para la integración	16	▪ NUEVAS TECNOLOGÍAS	
		▪ Encontrar trabajo a través de Internet	33

Ver **GUÍAS COMERCIAL Y DE SERVICIOS** en págs. 21 a 26

Desde hace cuatro años la revista local Dehesa de la Villa conmemora la entrega de los Premios 'Piñón de Oro'. Con estos galardones se reconoce y promociona la tarea de aquellos vecinos que han destacado en sus respectivos campos de actividad o bien, en asociaciones. Esta publicación pretende con los Premios 'Piñón de Oro' aplaudir la labor de quienes contribuyen a fomentar valores como la educación, el respeto al medio ambiente, el deporte, la cultura y la integración social.

Los distritos de Moncloa-Aravaca, Fuencarral-El Pardo y Tetuán, emplazados en la zona norte de la capital, se han caracterizado en los últimos meses por la abundancia de actos de tipo social, político, educativo y cultural. Pero estas iniciativas no nacen únicamente bajo el manto de las Administraciones públicas, sino que en muchas ocasiones, son los ciudadanos anónimos quienes más luchan por mejorar las condiciones de vida de su entorno.

Distingue desde hace cuatro años las mejores iniciativas vecinales

DEHESA DE LA VILLA ENTREGA SUS "PIÑONES DE ORO"



La revista Dehesa de la Villa quiere protagonizar el reconocimiento a quienes, de múltiples formas, han sabido mejorar la calidad de vida de sus vecinos y entorno. Lo lleva haciendo desde hace cuatro años. Con los Premios Piñón de Oro se reconoce y destaca a los vecinos e instituciones de la zona que, según la decisión de nuestros lectores, han desarrollado una importante labor profesional, cultural, educacional, solidaria o de integración social. En los más de catorce años que lleva la revista Dehesa de la Villa de presencia en el barrio como medio de comunicación local, han sido muchos los hechos acontecidos. Cada mes esta publicación recoge las decisiones de los máximos representantes de las Juntas Municipales de



nuestros distritos, publica los actos culturales más relevantes que tienen lugar en el entorno, y analiza cuestiones como el acceso a la vivienda, el papel del pequeño comercio, el respeto al medio ambiente o el fomento del deporte.

El número de noticias que han sido analizadas bajo la óptica de esta publicación se antoja inmenso. En estos más de catorce años se han sucedido los

baches en el camino del equipo que cada mes saca a la luz la Dehesa de la Villa. Pero las sombras, numerosas, son las menos. Por delante queda un continuo espíritu de sacrificio, de lucha por la superación mes a mes. Un esfuerzo que tiene su reconocimiento en ustedes, los lectores, y por su puesto, en el tejido comercial de nuestros distritos, que sin duda, colaboran de una forma activa al desarrollo de esta aventura que roza ya la adolescencia, al menos, en edad. Con esta trayectoria la revista Dehesa de la Villa quiso hace cinco años contribuir a la mejora de la calidad de vida en nuestro entorno. ¿Cómo? Premian-do a los vecinos e instituciones que enriquecen de valores a nuestros distritos con su gestión, o tan sólo, con su oficio. Es decir, busca reconocer la tarea de aquellos particulares o entidades que se preocupan por los demás o que en todo caso, han destacado en el ejercicio de sus respecti-

Creados por la revista Dehesa de la Villa hace 4 años, en esta ocasión se convocan con la inestimable participación de la Junta Municipal de Moncloa-Aravaca

Ver GUÍA COMERCIAL y GUÍA DE SERVICIOS en las páginas 21 a 26

vas prof
caso de
dos en
año: Jos
ga, Enri
Pardo y
tro perso
que han
y un sab
ejemplo
helan el

Diversid

Los o
nados p
den uno
el caso o
ta de re
de las i
que exis
tomo. Tr
manifes
procede
ados a t
existen
particul
pena d
nos anó
tribuido
cial a ca
dicación
fomenta
ral dent
tos. Pint
incluso
den la
dadano
de la c
se elogi
dedicac
una de
artística
apasion
Enrique
do muc
trito de

Educaci

La e
de conc
del resp
dadano
te aplic
de cult
palabra
lidarida
igualda
familia
de la cu
viduo.
guez ha
dedicac
cultura.
ha intr
el C.P.

Ver

vas profesiones. Este es el caso de los cinco premiados en la edición de este año: **José Nieto, Rocío Vega, Enrique Cerdán, Ángel Pardo y La Toledana**. Cuatro personas y un comercio que han marcado un estilo y un saber hacer. Todo un ejemplo para quienes anhelan el éxito.

Diversidad

Los apartados seleccionados por la revista esconden una lógica especial. En el caso de la cultura se trata de reconocer el fomento de las iniciativas artísticas que existen en nuestro entorno. Tradicionalmente las manifestaciones culturales proceden de los centros creados a tal fin. Sin embargo, existen muchas iniciativas particulares que merece la pena destacar. Ciudadanos anónimos que han contribuido de un modo especial a catapultar con su dedicación las iniciativas que fomentan la riqueza cultural dentro de nuestros distritos. Pintura, poesía, teatro e incluso música comprenden la participación ciudadana dentro del ámbito de la cultura. Esta edición se elogia toda una carrera dedicada a la fotografía, una de las manifestaciones artísticas y culturales más apasionantes. El fotógrafo **Enrique Cerdán** ha trabajado mucho tiempo en el distrito de Moncloa-Aravaca.

Educación

La educación es fuente de conocimiento y esencia del respeto entre los ciudadanos. Tradicionalmente aplicamos el concepto de cultura junto con otra palabra; cultura de la solidaridad, cultura de la igualdad, etc. El seno de la familia alberga gran parte de la cultura de cada individuo. **Rocío Vega Rodríguez** ha sido un ejemplo de dedicación al mundo de la cultura. Desde el año 1983 ha introducido mejoras en el C.P. Daniel Vázquez Dí-



az. Sin duda ha fomentado el cuidado de la calidad en la enseñanza y ha permitido la participación de alumnos y padres en el diseño de los planes de estudios. Con ello ha promocionado la idea de que la buena educación llega de la mano de los colegios y los hogares simultáneamente. La educación cruza fronteras. No en vano, la ONU ha declarado este año 2001 como el dedicado a la educación, como auténtico sustento de valores como la igualdad, la solidaridad, etc.

Celuloide

En nuestro barrio habita un ramillete de personas populares que "dan color" a esta zona. Este es el caso de **Ángel Pardo**, Premio Piñón de Oro en la modalidad de Cine y Televisión. Él, como pocos, ha sabido conjugar la popularidad con el amor al barrio. Se ha mostrado cercano en su contacto con los vecinos al tiempo que cosechaba importantes éxitos en el ejercicio de su profesión. Ha dotado de prestigio a esta

zona de Madrid, de la cual, se muestra orgulloso de pertenecer. Su trayectoria profesional es densa y está caracterizada por el acierto. Ha interpretado numerosos papeles. El de vecino, sin embargo, es algo más que una interpretación. Es una forma de vida. Aquí **Ángel Pardo** se presenta con sencillez, con una sana cordialidad. Los vecinos que han participado en la votación de los premios han visto en su figura la de un personaje sereno, tranquilo, de fácil acceso y que se muestra cercano.

Actividad comercial

Además de personas, la publicación Dehesa de la Villa guarda un pequeño rincón para la distinción de quienes contribuyen a generar riqueza en el distrito, los comercios. **La Toledana** representa como pocos la tenacidad y el buen hacer en la actividad comercial dentro del distrito. La seriedad con la que ha afrontado su actividad diaria y el buen hacer de su equipo de profesionales le han catapultado hasta lo más

alto en el ámbito comercial. Con todo, la revista local Dehesa de la Villa ha tenido que conceder este galardón a **La Toledana** al comercio con tradición y solera, a fin de seguir las indicaciones de los lectores.

Política

El Premio de Honor ha ido a parar este año a la figura de uno de los personajes públicos y políticos con más carisma del entorno, **José Nieto**. El que fuera hasta hace no demasiado tiempo concejal del distrito de Moncloa-Aravaca se caracterizaba por ser "un enamorado de su trabajo". Quizás por este motivo se mostraba tan atento a las demandas de sus vecinos y comerciantes. Su capacidad de empatía ha sido una de las claves de su gestión política. Una labor que de igual forma ha sido reconocida por sus vecinos, no sólo en su etapa de concejal desde las urnas, sino hoy día con el reconocimiento que muchos han emitido desde nuestra publicación. Los mismos vecinos que acudían a él para reclamarle ayuda, ahora le otorgan el merecido homenaje a su actividad como concejal del distrito de Moncloa-Aravaca.

Encuentro especial

El acto de entrega de los Premios Piñón de Oro se celebrará el próximo lunes, 12 de marzo, en el Centro Cultural Julio Cortázar. Para acceder a este recinto se puede llegar en el autobús número 127 o en las estaciones de Metro de Antonio Machado y Valdezarza. En el transcurso de este acto festivo se entregarán los premios y se dará un cóctel a los asistentes. Música, humor, vínculos vecinales y reconocimientos a quienes han trabajado para o desde el barrio constituirán la esencia de los Premios 'Piñón de Oro' en su cuarta edición.

Dehesa de la Villa cubre la actualidad informativa y comercial de los distritos de Tetuán, Moncloa-Aravaca y Fuencarral-El Pardo

Ver GUÍA COMERCIAL y GUÍA DE SERVICIOS en las páginas 21 a 26

Piñón de Oro a la Educación

Rocío Vega Rodríguez HA FOMENTADO VALORES COMO EL RESPETO Y LA TOLERANCIA

Rocío Vega Rodríguez es leonesa de nacimiento. Estudió en Ponferrada el Bachillerato y la carrera de Magisterio en León. Cursada desde 1971, aprobó poco después la oposición en la especialidad de Geografía e Historia. Años después se traslada a Madrid. Ya en esta ciudad accede a una plaza en el C.P. Daniel Vázquez Díaz, coincidiendo con la inauguración del citado centro, el 13 de octubre de 1976. Pasa también por el C.P. Apolo IX de Peñagrande, si bien ya en 1993 obtiene una plaza definitiva en el C.P. Daniel Vázquez Díaz. Su vida profesional ha estado vinculada a este centro. Y no es para menos. Aquí han cursado estudios sus cuatro hijos. Desde 1992 asume la Dirección del C.P. Daniel Vázquez. Ha si-

Su objetivo prioritario se ha centrado en abrir el Centro al barrio y dar a conocer la enseñanza que se imparte en él



Rocío Vega Rodríguez dirige desde 1992 el C.P. Daniel Vázquez Díaz

do elegida en otras dos ocasiones y ha contado con el apoyo de la misma Jefe de Estudios en todo este tiempo.

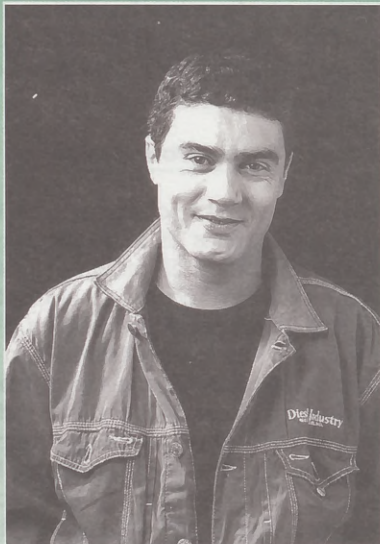
Su objetivo se ha basado en abrir el centro al barrio para de este modo dar a conocer la enseñanza que se imparte en él, fomentar las relaciones fluidas entre toda la comunidad educativa y lograr de paso, una convivencia que tuviera como referencia el respeto y la tolerancia.

Principales logros

Rocío Vega se ha dejado arropar por la Junta Municipal y la Comunidad de Madrid para realizar mejoras en el Centro. Bajo su responsabilidad se ha puesto en marcha el servicio de desayuno "Los Primeros del Cole" con horario flexible de 7:30 a 9:30 horas. Se ha ejecutado la adaptación de parte del colegio para acoger niños y niñas de 1 y 2 años en una Casa de Niños. También se ha modificado y modernizado la zona de Educación Infantil. Las aulas del C.P. Daniel Díaz se han adaptado para biblioteca y ludoteca. De igual forma se ha ubicado un pequeño teatro y se conceden servicios de merienda, actividades de cerámica, ajedrez, taller o recuperación, entre otros.

Piñón de Oro en Cine y Televisión

Ángel Pardo POPULARIDAD Y SENCILLEZ SON COMPATIBLES



Ángel Pardo ha participado en películas como "El Lute II" o "Los placeres ocultos"

"Farmacia de guardia", "Hostal Royal Manzanares", "Hermanas" y Hospital Central" son algunas de las series en las que ha trabajado

La popularidad es una situación que no todo el mundo sabe asumir. En el caso del actor Ángel Pardo, el éxito no le ha cegado. Es más, ha dosificado su popularidad de una forma envidiable para muchos. Se muestra con una rotunda sencillez ante sus vecinos, a pesar de codearse entre los actores con más presencia en el mundo del cine y la televisión. Pero en su recorrido profesional también hay un espacio importante para el teatro. En la obra "Equus", dirigida por Manolo Collado, asume el papel de protagonista. Más tarde trabaja en la versión de la obra de Rafael Alberti, "La lozana andaluza". "Las cartas boca abajo", "El rey ciervo", "La Celestina", "Madre Coraje", "El público", "Alesio" y "Mala Yerba" son algunas de sus principales interpretaciones en el teatro.

Entre los grandes se ha dejado arropar por Fernando Fernán Gómez en "La coartada" y por Ana Diosdado en "Decíamos ayer". No menos espectacular resulta su paso por el cine. "La corea" le concede un papel protagonista. Luego llegan bajo la dirección de Eloy de la Iglesia "Los placeres ocultos" y "El diputado". "Terroristas" y "El Lute II" completan su paso por el séptimo arte.

En cualquier caso, en la vida de un actor, el paso por la televisión está condicionando su profesionalidad. Ha participado en proyectos para Televisión Española junto a Antonio Jiménez Rico. Este es el caso de "Página de sucesos". Con Antonio Mercero ha estado en "Farmacia de Guardia", interpretando al personaje de Chencho. "Hostal Royal Manzanares", "Hermanas", "Hospital Central" y "Caligula" son tras tantas participaciones que adornan su currículum televisivo.

Un vecino, por tanto, con mucha presencia en televisión y cine pero que no renuncia a sus paseos por nuestro barrio como estilo y forma de vida.

**Piñón de Oro
a la Cultura**

**Enrique Cerdán
LA IMAGEN COMO ARMA**

Enrique Cerdán nació en Madrid en 1960. Su primera formación como fotógrafo la realiza en la escuela de artes y oficios de la calle de La Palma y Menéndez Pelayo. Allí tiene como profesor a la fotógrafo Cristina García Rodero, quien le anima a seguir en esta profesión. De forma paralela a la adquisición de nuevos conocimientos, Enrique Cerdán desempeñará la tarea de ayudante de profesionales de la fotografía tan reconocidos como Michael Wraight, especializado en moda, y Pascuale Caprile, quien se dedicaba a la fotografía publicitaria. Con la finalidad de dotar de ma-



Enrique Cerdán es fotógrafo de profesión

yor realce a su formación, Enrique Cerdán realizó un curso en el Círculo de Bellas Artes con el fotógrafo francés Lucien Clerge. Una vez termina sus estudios se incorpora a la agencia de prensa New Day. En esa época (primeros de los 90)

se dedica a colaborar con diferentes publicaciones. Este es el caso de Telva, Elle e incluso Play Boy. Más tarde asume el puesto de fotógrafo de la revista que edita Antena 3. Poco después llegará su primer contacto serio con la prensa diaria. Durante algún tiempo formó parte de la plantilla del diario Ya. Los vaivenes de la vida hacen que Enrique Cerdán, vecino del entorno de Moncloa-Aravaca decida ponerse a trabajar por su cuenta. Compagina entonces la fotografía publicitaria con lo que él ha dado en llamar como su "segunda pasión"; la pintura. Expone varios de sus cuadros y obtiene incluso algún que otro premio.

En la actualidad Enrique Cerdán mantiene viva su pasión por la pintura, si bien trabaja como fotógrafo en la editorial Barreal, que edita, entre otras publicaciones, la revista Ejecutivos.

La pintura es la otra gran pasión de Enrique

**Piñón de Oro
a la Calidad Empresarial**

**La Toledana
SOLERA Y CALIDAD**

La Toledana es uno de esos rincones castizos que por desgracia comienzan a escasear en este Madrid del nuevo siglo, Madrid en el que proliferan grandes cadenas, dedicadas al negocio de la "restauración", locales éstos en los que se expenden bebidas y comidas acompañadas de salsas imposibles, tan ajenas a nuestra cultura.

La Toledana de la calle Sanchez Preciados que esta IV edición de los premios Piñón de Oro ha obtenido el galardón a la Calidad Empresarial, es un comercio con solera, fundado en 1960 por don Ildelfonso Andrés Sánchez ('Tito'), recogiendo y mejorando toda la tradición y saber hacer de "la otra"



La Toledana fue fundada en 1960

Fundada por don Ildelfonso Andrés Sánchez ('Tito') recogiendo y mejorando la tradición y saber hacer de "la otra" Toledana, la de la calle Infanta Mercedes, fundada en 1929

des, fundada en 1929. Desde hace algún tiempo, esta experiencia acumulada por generaciones le ha sido traspasada a su hijo Ildelfonso Andrés ('Sito') para mayor gloria de boquerones, crustáceos y moluscos, de la cerveza y el buen vermouth, que han convertido sin duda a La Toledana en un establecimiento con solera y calidad.

Piñón de Oro
Premio de Honor

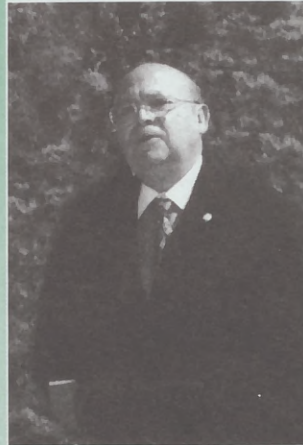
José Nieto,
ex concejal del distrito de Moncloa-Aravaca
EJEMPLO DE DEDICACIÓN

José Nieto comenzó su ejercicio como concejal del distrito de Moncloa-Aravaca con escasos conocimientos del entorno. Pero siempre se mostró dispuesto a limar estas dificultades. Su táctica se centró, sin duda, en el contacto directo con el ciudadano. "Mi intención era pisar la calle y conocer a los vecinos" ha manifestado en más de una ocasión. Asumía la gestión de un distrito de grandes dimensiones, cerca de 5.000 hectáreas y abundante en cuanto a número de habitantes. Ha entendido la política de ámbito local como una actividad hermosa, enriquecedora. "El poder recibir a los vecinos y que te cuenten los problemas es importante, aún cuando te plantean problemas que no puedes resolver; lo que hay que hacer es escucharlos", decía. Esta visión le hacía recorrer el distrito casi todas las tardes, abandonando el despacho para conocer la realidad desde dentro. Gozaba de buena repu-

tación entre las asociaciones de vecinos, a las que siempre consultó para dirigir la gestión política del distrito.

Asuntos de vivienda

José Nieto tuvo la tarea de acometer en Moncloa-Aravaca un Plan General de Urbanismo que cambió la imagen del barrio. Valdemarín, Villadriana, el Camino del Barrial y la Mina del Cazador fueron las zonas más favorecidas por este Plan que contemplaba la construcción de más de 5.000 viviendas en Moncloa. A lo largo de sus actuaciones ha tenido que colaborar de forma activa con los distritos limítrofes, casos de Tetuán y Fuencarral-EL Pardo. Algunos vecinos de estos ejes se acercaban a José Nieto en busca de respuestas. En ocasiones se ha tenido que desmarcar de los entornos cercanos cuando le pudieron ocasionar algún problema: "me molestaba que los fines de semana, cuando



José Nieto, Premio de Honor

hay lios en Chamberí, se adjudiquen a Moncloa, por ejemplo", ha reiterado en numerosas ocasiones. Y es que José Nieto ha querido dotar al distrito de Moncloa-Aravaca de una tranquilidad necesaria desde hacía años. Era el año 1996 cuando Nieto asumía semejante puesto de responsabilidad. Pero él no se arrugó ante este reto. Lo emprendió con decisión. Se mostró firme en sus políticas de actuación. Buscó el consenso para satisfacer a todas

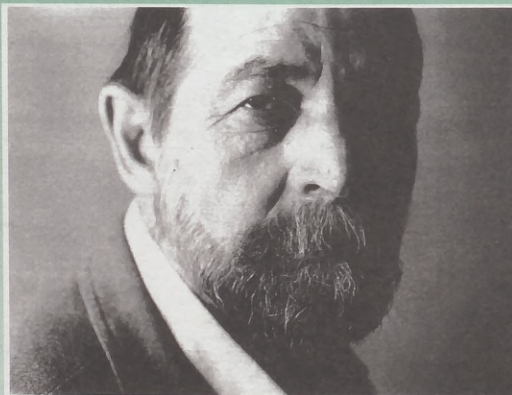
las partes, pero en política, siempre hay decisiones que carecen de el agrado de todo el vecindario. La unanimidad sí ha existido entre los lectores de la revista Dehesa de la Villa, por el contrario, para elegirle como Premio de Honor. José Nieto obtiene ahora el premio a una gestión con acento humano. Unas actuaciones que se dirigen a las personas, y no al lucimiento personal.

José Nieto
se ha caracterizado
por "humanizar"
la actividad política

Piñón de Oro
a la Música

Pablo Guerrero
POETA DE SUEÑOS SENCILLOS

Pablo Guerrero nació en Esparragosa de Lares, provincia de Badajoz, un 18 de octubre de 1946. Su vinculación a la canción nace del profundo amor a su tierra, Extremadura, y al intento de revitalizar la canción con raíces populares. En 1967 marcha a vivir a Madrid. En 1969 se presenta al Festival de Benidorm con su canción "Amapolas y espigas", interpretada posteriormente por artistas de la talla de María Dolores Pradera. Con aquel festival surge la fama y el lanzamiento: obtiene el premio a la mejor letra y que-



Pablo Guerrero, cantautor

do ésta con su profesión de maestro y sus estudios de Filosofía y Literatura.

En 1972, después de algunos discos editados en "Acción", publica "A CANTAROS". La canción supone un aldabonazo en su carrera llegando a convertirse en el himno más poético de cuantos surgen en el momento.

En 1975 Pablo canta en el Olympia de París grabando un disco en directo. Posteriormente actúa en el Palacio Ducal de Venecia. Desde entonces se dedica a viajar incansablemente y a recorrer la geografía española con sus recitales.

Su evolución musical y poética ha venido marcando pautas vanguardistas entre el resto de los cantantes habiendo sido uno de los que más ha aportado poesía a la canción popular española, desligándose de las corrientes del rock, y sitióndose más cercano a la música de fusión y al sentir de los ritmos africanos."

da el segundo en la clasificación general. A partir de entonces sus canciones serán escuchadas por la geografía española como uno de los máximos representantes de la música popular, aunque tardará todavía en dedicarse al mundo de la canción, compaginan-

Corría el final
de los años 60 cuando
Pablo Guerrero grabó
su primer disco

ESTI



en la cap...
satisfacc...
y la cap...
que has...
nocián l...
te Centr...
que just...
apertura...
guración...
merosos...
la ex de...
tuer; M...
María J...
paña 19...
Miss Esp...
Lindes...
persona...
quita To...




Recepci...



La d...
de los...
s...

Ver...

Con la presencia de numerosos rostros populares EL INSTITUTO MÉDICO DE NUTRICIÓN, CIRUGÍA Y ESTÉTICA INAUGURA SU SEGUNDO CENTRO EN MADRID

 El Instituto Médico de Nutrición, Cirugía y Estética ha abierto un segundo centro en la capital de Madrid. La satisfacción de sus clientes y la captación de usuarios que hasta la fecha desconocían los beneficios de este Centro son los factores que justifican esta nueva apertura. Al acto de inauguración se dieron cita numerosos rostros populares: la ex deportista **Coral Bistuer**; Miss España 1998, **María José Besora**; Miss España 1999, **Lorena Bernal**; Miss España 2000 y **Helen Lindes**, además de otras personalidades como **Paquita Torres** y **Concha Galán**.



Entrada principal del segundo Instituto Médico de Nutrición, Cirugía y Estética



Paquita Torres corta la cinta que 'bautizaba' el nuevo centro

lán. Entre los rostros masculinos destacó la presencia de el todavía Mister España



Al acto también asistieron numerosos medios de comunicación



Coral Bistuer, Lorena Bernal, Helen Lindes, Paquita Torres y Concha Galán, entre otros, posan para la foto de inauguración

2000 y **José Ramón Villar**, quien representó a España en el concurso de Mister en el año 1998.

Tratamiento personalizado

El Instituto Médico de Nutrición, Cirugía y Estética dispone de los más avanzados aparatos para tratamientos especializados en la salud y la belleza. Está considerado como uno de los centros con mejores infraestructuras de la capital. A esto hay que añadir la enorme experiencia de los profesionales que allí trabajan. Uno de los rasgos que mejor definen a esta firma se centra en el tratamiento personalizado de sus servicios. La calidad en las relaciones



José Ramón Villar y Coral Bistuer se mostraron interesados en conocer más datos sobre el nuevo centro

es una máxima para los responsables del Instituto Médico de Nutrición, Cirugía y Estética.



Recepción del nuevo centro



Sala de espera



La decoración es uno de los aspectos que más se ha cuidado



Aquí está presente la tecnología más avanzada al servicio de los usuarios

Transporte

NUEVA LÍNEA DE CERCANÍAS HASTA ALCOBENDAS Y SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES

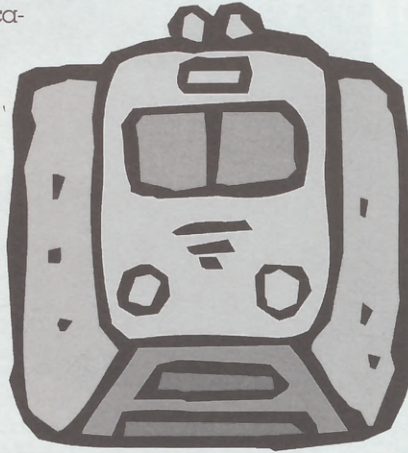
El pasado 9 de febrero entró en servicio la nueva línea de Cercanías que desde Alcobendas y San Sebastián de los Reyes enlazará con el resto de líneas que conforman del núcleo de Madrid. Este nuevo ramal, de 7 kilómetros de longitud, parte desde la estación de Cantoblanco Universidad y cuenta con tres nuevas estaciones: Universidad P. Comillas, Valde lasfuentes y Alcobendas/San Sebastián de los Reyes. Los tres se incluyen en la corona B1 de la estructura tarifaria del Consorcio de Transportes de la Comunidad de Madrid.

Este nuevo tramo se integra en la línea C-1 del núcleo de cercanías de Madrid, que modifica su itine-

ria para tener como cabeceiras de la misma las estaciones de Alcalá de Henares y Alcobendas/San Sebastián de los Reyes. Como consecuencia de ello, la línea C-10, Villalba-Chamartín, prolonga su recorrido para dar servicio a la localidad de Tres Cantos.

Frecuencia

La frecuencia de servicio de trenes será de uno cada 10 minutos en hora punta y de 15 minutos en hora valle; el tiempo de viaje entre la nueva estación de Alcobendas y la de Chamartín será de 18 minutos, 16 desde la estación de Valde lasfuentes y 12 minutos desde la estación de Universidad



Con la puesta en servicio de este tramo se incrementa el número de circulaciones entre Atocha y Chamartín en hora punta

de Comillas. Desde Chamartín los trenes continúan su recorrido por el túnel ferroviario bajo el eje de la Castellana, con parada en las estaciones de Nuevos Ministerios (5 minutos más), Recoletos (9 minutos) y Atocha (14 minutos), para luego dirigirse hacia Alcalá de Henares.

De esta forma, los residentes en estos dos importantes núcleos de población van a contar con un moderno sistema de transporte que en apenas 30 minutos les permitirá llegar hasta la estación de Atocha, donde coinciden todas las líneas de Cercanías, y en menos tiempo -24 minutos- hasta la de Nuevos Ministerios, en plena "milla de oro" madrileña. En la actualidad estas dos estaciones son los más importantes centros distribuidores de viajeros de los trenes de Cercanías de Madrid.

Más trenes

Como consecuencia de la entrada en servicio de este nuevo tramo de Cercanías, se incrementará el número de trenes en hora punta en determinados trayectos. Así, en el recorrido

Atocha-Chamartín pasarán a ser 20 los trenes que circulen en hora punta (en la actualidad son 18), al igual que en el recorrido del Pasillo Verde, entre las estaciones de Príncipe Pío y Atocha, donde serán 8 en lugar de 6. Por su parte, los viajeros con destino la Universidad de Cantoblanco contarán con un total de 10 trenes en hora punta en lugar de los 8 actuales.

La demanda estimada de esta nueva línea se sitúa entre 26.000 y 30.000 viajeros/día. Para poder atender esta demanda, así como la que registra en su totalidad el núcleo de cercanías de Madrid, RENFE ha llevado a cabo un proceso de modernización de su parque de trenes, incorporando un total de 42 nuevos trenes durante los dos últimos años. Los trenes que prestan servicio en esta línea serán todos de altas prestaciones y gran capacidad -entre 1.400 y 1.800 plazas-.

Con este nuevo tramo, el núcleo de Cercanías de Madrid cuenta con 87 estaciones repartidas en un total de 305 kilómetros de vía y un parque de 243 trenes.

Esta nueva línea enlazará con la del corredor del Henares a través del túnel bajo el Paseo de la Castellana

La CAM crea una web para conocer las carreteras de la región

Www.comadrid.es /carreteras es un nuevo sitio web donde se podrá consultar el mapa de las carreteras que existen en toda la región. La web incluye también una encuesta, cuyos datos están analizados por la Dirección General de Carreteras de la Consejería, donde cada uno de los usuarios de estas vías puede expresar su valoración sobre

su situación, trazado, estado de conservación y otros factores. Estos resultados serán evaluados cada seis meses con el fin de mejorar las actuaciones en esta materia. Entre los servicios que ofrece el web también hay un buzón de sugerencias, donde se busca conocer al detalle la opinión sobre el estado de las vías y las posibles soluciones que se nos puedan plantear.

Según un estudio de Hispalink patrocinado por las Cámaras de Comercio

MADRID: SEGUNDA REGIÓN EN CRECIMIENTO ECONÓMICO EN 2001

La Comunidad de Madrid será una de las regiones españolas que más crezca en términos absolutos durante el presente año, con un 4 por ciento, cuatro décimas por encima de la media nacional, cifrada en un 3,6 por ciento por el programa de estudios económicos Hispalink patrocinado por las Cámaras de Comercio. Según estas previsiones sólo Canarias superará a Madrid en crecimiento económico, mientras que Nava-



La economía madrileña goza de buena salud en la actualidad

Según estas previsiones sólo Canarias superará a Madrid en crecimiento económico

El Ayuntamiento de Madrid lanza una ambiciosa campaña de concienciación ciudadana "Madrid limpio es capital", el lema de todos

La Concejalía de Servicios de Limpieza Urbana y Desarrollo Medioambiental del Ayuntamiento de Madrid ha puesto en marcha la campaña institucional de concienciación ciudadana "Madrid Limpio es Capital". Bajo este lema, el Ayuntamiento de Madrid, a través de la Concejalía de Servicios de Limpieza Urbana y Desarrollo Medioambiental, ha emprendido una campaña de información y concienciación, con el objetivo de hacer ver la importancia de la colaboración individual de los ciudadanos y los numerosos recursos que éstos tienen a su disposición.

Tras una importantísima y necesaria inversión

de más de 20.000 millones de pesetas, Madrid se sitúa hoy entre las primeras capitales europeas en calidad y cantidad de recursos humanos y medios tecnológicos dedicados a mantener y mejorar la calidad medioambiental urbana. Hoy, Madrid cuenta con cerca de 7.000 personas y más de 1.000 máquinas especializadas, 50.000 modernas y funcionales papeleras, más de 4.100 puntos dobles para la recogida selectiva de papel, cartón y vidrio, 1.700 sanecanes y 27.000 bolsas para la recogida de excrementos caninos...

Todo ello con el objetivo de hacer de Madrid una de las ciudades más limpias de Europa.

ra nos igualaría en porcentaje. En el término opuesto, País Vasco y Asturias serán las comunidades autónomas con menor índice de crecimiento (2,5 y 3,1 respectivamente).

Papel de la construcción

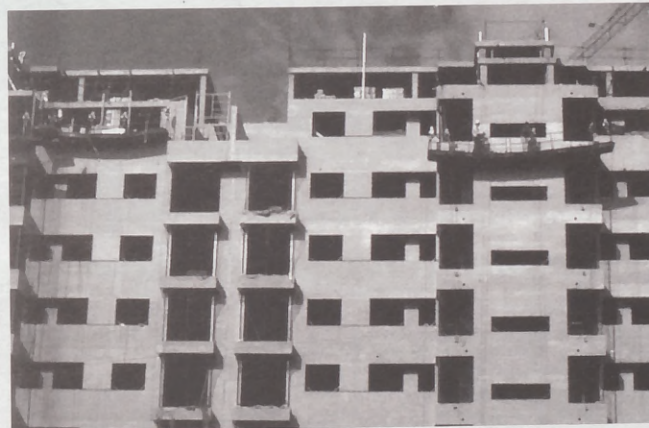
La construcción será, de nuevo, el motor de la economía madrileña durante el presente año. En esta

El crecimiento previsto es del 4%, 4 décimas más que el 3,6 para la media nacional

oportunidad la subida rondará el 7,1%. Tras la subida del sector de la construcción se sitúan el de la industria, que experimentará un aumento del 3,8%; el de servicios (3,5%) y, a más distancia, el agrícola (1,4%). Con estas cifras, la región sigue estando en el grupo de cabeza del desarrollo nacional, datos que se ratifican con cifras como el incremento del empleo femenino durante el segundo semestre de 2000, con un aumento de un 5 por ciento.

Sector público

El sector público, sin embargo, espera una recesión que puede provocar



El sector de la construcción subirá más de un 7% este año

La construcción será un año más el mayor motor de actividad en la Comunidad

conflictividad laboral. Los sindicatos anuncian modificaciones tras la decisión del Gobierno central de fijar la subida salarial de los funcionarios en un 2 por ciento, igual al IPC previsto

Remodelación del Barrio de La Ventilla SE ADJUDICAN 151 PISOS POR SORTEO

El Instituto de la Vivienda de Madrid (IVIMA) adjudicó, a finales del pasado mes de diciembre, un total de 151 pisos nuevos en el Barrio de La Ventilla. Las adjudicaciones se ejecutaron a través del sistema de bombo. Este sorteo afecta a nueve promociones situadas en las calles de Álvarez, San Benito, Geranios, General Aranda, Ordóñez, Palmera, General

Pintos, Molina, Antonio, Paseo de la Dirección y Pinos Baja. Las viviendas sorteadas tienen una superficie de entre 52 y 90 metros cuadrados dependiendo del número de habitaciones.

La remodelación del barrio de La Ventilla de Tetuán supondrá la construcción de un total de 2.700 viviendas y una inversión de IVIMA de 41.250 millones de pesetas.



Las viviendas sorteadas tienen una superficie de entre 52 y 90 metros cuadrados, en función del número de habitaciones

FOTONOTICIA



GAMBERRADA DE A METRO. Hace falta ser muy, pero que muy bestia, para liarse a romper a martillazos, adoquinazos o -puestos a hacer el burro- a cabezazo limpio, los gruesos cristales que cerraban las luminarias de la estación del Metro de Valdezarza, como ha sucedido recientemente, lo que ha obligado a proteger estas claraboyas con estructuras metálicas en forma de pirámide "antigamberos"



interauto

TALLERES INYECCIÓN
ELECTRÓNICA Y ELECTRICIDAD

BOSCH
HELLA
THULE
VALEO
BENDIX

RECAMBIOS AUTOMÓVILES
Todas las marcas

- Recambios eléctricos
- Recambios electrónicos
- Recambios mecánicos
- Recambios inyección gasolina
- Aceites todas marcas
- Ruedas

Especialistas
en inyección
electrónica
de gasolina



Central: Los Vascos, 16 • 28040 MADRID
Teléfonos: Oficinas: 91 534 13 60 Talleres: 91 534 47 67
Recambios: 91 534 30 06 91 534 85 49 • 91 534 67 04
91 534 10 10 91 534 71 81 Fax: 91 534 90 00

Ver GUÍAS COMERCIAL Y DE SERVICIOS en págs. 21 a 26

Los distritos de la zona norte, entre los más caros de la capital

LA VIVIENDA NUEVA SUBE MÁS DEL 15%

Los distritos de nuestra zona registraron el año pasado una subida del precio medio de la vivienda nueva muy por encima de la media de la capital, que fue del 9,9%, según el informe elaborado por la Sociedad de Tasación.

Los distritos de la zona noroeste de Madrid se encuentran entre los más caros de la capital, con un precio medio por metro cuadrado que supera ya las 300.000 ptas. Exactamente 335.000 ptas. en el caso de Fuencarral-El Pardo, 345.000 ptas. en el caso de Tetuán y 382.000 ptas. para Moncloa-Aravaca.

Estos precios suponen un incremento anual del 17,5%, 16,9% y 15,5% respectivamente, en los tres casos muy por encima de la media de la capital. A día de hoy, comprarse un piso nuevo en la capital cuesta una media de 31.200.000 pesetas, según un Informe de la consultora inmobiliaria Aguirre Newman. La superficie media de la vivienda nueva es en la actualidad de 97,2%.

11.000 nuevas viviendas

Los compradores de vivienda de nueva construcción en el municipio de Madrid no parecen desalentarse ni por las constantes alzas en los precios medios de estos inmuebles ni por las subidas de los préstamos hipotecarios, si atendemos a su comportamiento a lo largo de 2000, un periodo en el que se han adquirido alrededor de 11.000 viviendas nue-

El precio de la vivienda nueva seguirá subiendo, aunque con una tendencia inferior a la registrada en el 2000

vas en la capital de España, con un volumen de gasto comprometido superior a los 300.000 millones de pesetas.

El dinamismo del mercado residencial de nueva construcción en Madrid puede ser observado desde otros puntos de vista como, por ejemplo, los ritmos de comercialización. Todas las promociones que salen a la venta en la capital española finalizan su comercialización sobre plano. Así, si la media del tiempo de construcción por promoción es de 18 meses, su venta se produ-



El ritmo de comercialización en materia inmobiliaria en Madrid es todavía alto

El distrito más caro sigue siendo el de Salamanca, pero Moncloa-Aravaca, Tetuán y Fuencarral-El Pardo se sitúan, respectivamente, en cuarto, sexto y octavo lugar en el ranking de "los más caros".



Los distritos de Fuencarral-El Pardo, Moncloa-Aravaca y Tetuán registraron una importante subida de precios en pisos nuevos durante el año pasado

ce en poco más de un año (13 meses), también por término medio.

Previsiones

De cara al año 2001, se estima que el precio de la vivienda nueva continuará subiendo, con una tendencia inferior a la experi-

mentada el año pasado, aunque se puede disparar más en aquellas áreas centrales de las ciudades que no dispongan de mayor oferta de suelo edificable. En este sentido, decir que las ciudades con los precios más elevados siguen siendo Barcelona, San Sebastián y Madrid.

FOTONOTICIA



ATENTADO FALLIDO. En la esquina de la calle Sanjenjo, en pleno barrio de El Pilar, que muestra la imagen fue donde, a mediados de febrero pasado, se encontraba estacionado el coche bomba cargado con 50 kg. de explosivo dentro de una olla dispuesto por la banda terrorista ETA que, afortunadamente, no llegó a explotar por un fallo en el sistema

LOS CARNAVALES DE LA DEHESA EN DIEC



COPLAS PARA EL ENTIERRO DE UNA SARDINA DE LA VILLA

Esta es la historia señores de un pescado singular que teniendo mal de amores no lo pudo soportar (bis)

Fue al principio un salmonete quien la hizo recalcar para más tarde dejarla a la deriva del mar (bis)

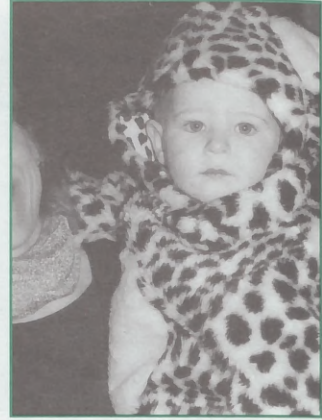
Luego con nueva ilusión nuevos lances intentó Boquerones, rodaballos y algún que otro "volador" (bis)

Hasta el día transcendente del flechazo pasional no de un sátiro cualquiera sino de un pulpo muy sensual (bis)

Fue tal su apasionamiento que en sus patas se arrulló y el pulpo que era muy pulpo de un abrazo la asfixió (bis)

La moraleja del cuento no la vayas a olvidar los amores son muy grandes pero los pulpos son más (bis)

La sardina se murió la llevamos a enterrar no queremos que se entere la guardia municipal



TIENE IA SARDINA (con la música de 'La Tarara')

Tiene la sardina un vestido blanco que solo se pone en el jueves santo

La sardina sí la sardina no la sardina madre que la bailo yo

Tiene la sardina un ojito malo que no se lo cura ningún cirujano

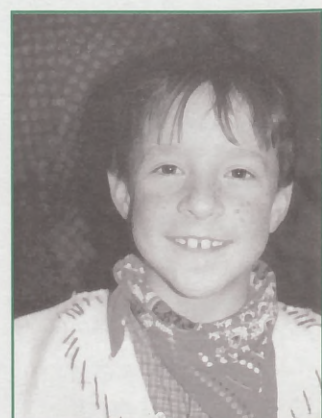
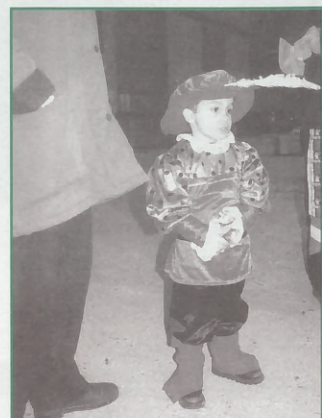
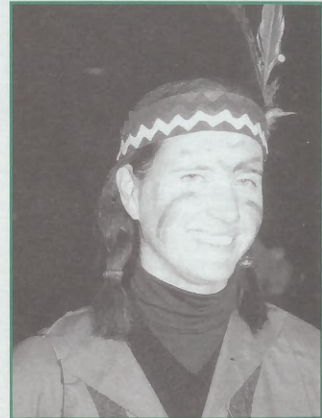
La sardina sí la sardina no la sardina madre que la bailo yo

Tiene la sardina la colita rota el cuerpo quebrado y la raspa roja

La sardina sí la sardina no la sardina madre que la bailo yo

Vamos sardinita ya llegó el momento de guardar tú historla celebrar tú entierro

La sardina sí la sardina no la sardina madre que la bailo yo



A EN DIECISEIS IMÁGENES Y DOS COPLAS



ONG Solidarios

¿QUÉ QUIERES HACER PARA AYUDAR A LOS DEMÁS?

Aquí, el voluntario elige su servicio según sus intereses, sus habilidades, y, por supuesto, según el tiempo de que dispone. Desde la ONG se le apoya con formación, resolviéndole dudas o acompañándole en ó situaciones embarazosas; y sólo se le exige un compromiso de 3 horas a la semana y continuidad con el servicio que él ha elegido, declara **Cristóbal Sánchez**, coordinador de voluntariado de la asociación.

El protagonista en el voluntariado y en cualquier actividad de solidaridad siempre es la persona marginada. Esta es la premisa que condiciona los planteamientos del trabajo que se llevar a cabo. La mitad de los voluntarios colaborarán en los programas propios de Solidarios. El resto serán enviados a otras organizaciones sociales hermanas donde desempeñarán labores solidarias muy diferentes. Éstos son sólo algunos ejemplos.

▪ **ATENCIÓN A DOMICILIO** para personas mayores, discapacitadas o enfermas. Los ancianos componen el grupo más numeroso. Muchos de ellos llevan meses sin salir de su casa, otros, hace años que no reciben una visita. El voluntario les acompaña al mé-

Esta es la primera pregunta para quienes se acercan a la ONG Solidarios, una asociación humanitaria, apolítica y aconfesional nacida en las aulas de la Universidad Complutense hace 14 años. Sus señas de identidad son: la integración de marginados a través del trabajo de miles de voluntarios, la sensibilización de la opinión pública en los medios de comunicación y el desarrollo de proyectos de cooperación en los países del Sur.

dico, toma un café, les telefona un par de veces por semana. Ellos se saben acompañados, recuperan la autoestima y la motivación al tiempo que se sienten más seguros. Es el servicio más numeroso y reúne a casi cuatrocientos voluntarios. Aunque todavía hacen falta más manos para cubrir todas las necesidades.

▪ **PERSONAS SIN HOGAR.** Los voluntarios salen entre las 9 y las 12 de la noche por las calles del centro de Madrid con un termo de café con leche y unas magdalenas como pretexto. Se encuentran con los sin hogar que duermen en la calle y charlan un rato con ellos. No dan dinero ni ropa ni consejos. Su papel es la presencia junto a los marginados, sentados en el suelo como ellos, haciéndoles ver que son personas con derechos y oportunidades. Ya son más de 130 los voluntarios que colaboran en este proyecto.



▪ **SIDA.** La mayoría son jóvenes, personas con mala fortuna y, casi siempre, con dificultades sociales previas. El Sida va de la mano de otras causas de exclusión: cárcel, drogadicción, opción sexual... Según Javier Boado, psicólogo de la ONG, "el voluntario trata de romper tabúes y se acerca con naturalidad a la persona afectada. Sitúa el Sida en el campo de la salud, derribando los prejuicios que lo presentan como un síndrome social". En el Instituto Carlos III de Madrid, más de treinta voluntarios visitan y animan a los enfermos para que la estancia hospitalaria sea más humana.

▪ **MENORES EN RIESGO.** Niños y jóvenes que viven en ambientes de marginación también pueden convertir-

se a su vez en marginados. "Romparamos esa cadena con educación, cariño, protección social y apoyo a las familias", dice **Cristóbal Sánchez**. Muchos voluntarios dan clases de apoyo, entrenan equipos de fútbol, preparan excursiones o coordinan talleres y juegos. Su misión es prevenir y adelantarse a los problemas.

▪ **CÁRCEL.** Cada vez es más sencillo entrar en una cárcel sin haber cometido un delito. Los voluntarios lo hacen todas las semanas para cooperar en las Aulas de Cultura de Soto del Real, Valdemoro o Segovia, cerca de la provincia de Madrid. Al entrar llevan aire fresco a un ambiente estancado, al salir vierten a la sociedad un mensaje de optimismo.

▪ **INMIGRANTES Y MINORÍAS, MUJERES MARGINADAS, ENFERMOS MENTALES, DISCAPACITADOS, TOXICÓMANOS...** Los servicios son siempre múltiples y, generalmente, dependen del número de voluntarios que haya para llevarlos a cabo.

Según **José Carlos G. Fajardo**, presidente de Solidarios, "los voluntarios son personas corrientes que se acercan sin prejuicios, sin ingenuidad y con buen ánimo a las personas excluidas por la sociedad para demostrar que la marginación no es inevitable y que las barreras a derribar son las de la mente. Cualquiera puede ser voluntario y animar a otros a que también lo sean".

Ángel Gonzalo

PARA MÁS INFORMACIÓN:

ONG SOLIDARIOS PARA EL DESARROLLO

C/ Donoso Cortés, 65, 1º Planta (metro Moncloa).

Madrid 28015. Tel. 902 123 125

www.ucm.es/info/solidarios

www.voluntariadosocial.org

e-mail: solidarios@nodo50.org

Datos Bancarios:

Cuenta Corriente Institucional 15 15
del Banco Central Hispano

(Los donativos entregados a esta entidad son deducibles del I.R.P.F. N.I.F.:G-80.111.644)

Persianas OLMEDA



PERSIANAS DE SEGURIDAD
Venta y reparación de toda clase de persianas
VENTANAS DE ALUMINIO Y MAMPARAS DE BAÑO
PERSIANAS CON MOTOR

Se instalan
persianas
Se cierran
terrazas
SIN OBRAS

(Móvil): 609 025 067

FUENCARRAL: 91 729 34 43 • 91 373 97 20



VELAMOBEL

MUEBLES • DECORACIÓN

Marqués de Viana, 69 • 28039 MADRID
Teléfono/fax: 91 571 71 30

HORARIO:

Lunes a viernes: 10,00 a 14,00 y 16,30 a 20,00
Sábados y domingos: 10,00 a 14,00

ABRIMOS DOMINGOS MAÑANA



Avenida de Betanzos, 21
Tel. y Fax: 91 731 92 22
28029 MADRID

Ven a vernos y benefíciate de:

- **Un 25% dto. en gafas graduadas** • **Un 15% dto. en gafas de sol**
- **Líquidos de lentes de contacto: Paga 2 y llévate 3**
- **Y no te olvides de tus lentes de color por 5.000 pesetas**

MIRAMOS POR TI

Ayuntamiento de Madrid

LA VACA AZUL



TALLER DE DECORACIÓN ARTE Y ARTESANÍAS

Ava. Pablo Iglesias, 35
28040 MADRID
91 554 13 08

M miguel muebles

MOBILIARIO DEL HOGAR

Armarios empotrados a medida
Sin obras • Diseño moderno

¡Ven a vernos!

FACILIDADES HASTA 36 MESES

VILLAAMIL, 31 91 311 41 33

FLORISTERÍA Itagüi

San José, Día del Padre

Especialistas en
RAMOS DE NOVIA • CENTROS
EMBELLECIMIENTO DE COCHES
DE ACOMPAÑAMIENTO
ADORNO DE IGLESIAS

Metro Línea 7 Valdezarza

Servicio Telefónico Internacional

127 SAN RESTITUTO, 16 913 113 005



CERVECERÍA RESTAURANTE GARCÍA



**Bodas Banquetes Comuniones
Bautizos Comidas de empresa
Fiestas familiares**

SALÓN CLIMATIZADO



ESPECIALIDADES
Arroz con bogavante Jamón ibérico
Canapés variados Lomo de bellota
Queso manchego

Precios especiales para comidas y cenas de empresa

Menú diario
(De lunes a viernes)
1.000 ptas

Menú especial
(Sáb., dom. y fest.)
2.000 ptas

Jerónima Llorente, 69
91 459 20 11 91





MUEBLES
AGUADO

AGUADO
OPORTUNIDADES



La nueva tienda dedicada exclusivamente al Mueble Juvenil
Pase a vernos con su problema
y nosotros se lo solucionaremos

AL MEJOR PRECIO



Nuestras exposiciones están siempre con un descuento especial ■ Ahora le hacemos a su medida armarios, murales, boisseries, a precios de risa

VISÍTENOS Y LO COMPROBARÁ

Francos Rodríguez, 35 • 28039 MADRID • Tel./fax: 91 311 06 14



ASADOR CRIOLLO 'LA ESTANCIA'

Jerónima Llorente, 66
28039 Madrid
☎ 91 450 14 99

'La Estancia' es el nuevo referente de la gastronomía argentina en Madrid. Este Asador Criollo-Restaurante ofrece en exclusiva excelentes carnes asadas al ruego, método importado directamente de Argentina, que mejora claramente las demás formas de asar.

Sus varios y amplios salones pueden acoger celebraciones y comidas de todo tipo.



YAMAHA

ELVIRA
MOTOCICLETAS

PIAGGIO

Apertura Nueva Tienda

PRECIOS ESPECIALES
MOTOS NUEVAS Y DE OCASIÓN
FINANCIACIÓN a tu medida

García de Paredes, 12 • 28010 Madrid
Tel. 91 591 32 03

Servicio Técnico Oficial
PIAGGIO / YAMAHA
Recambios Originales
CONCERTADO COMPAÑÍAS ASEGURADORAS
PREPARACIÓN DE SCOOTERS
(para competición)

Mártires de Alcalá, 5 • 28015 Madrid
Tel. 91 542 58 52

DEHESA de la VILLA

GUÍA COMERCIAL

01. **AGENCIAS DE VIAJES**
02. **ALIMENTACIÓN BEBIDAS**
03. **ANIMALES • CLÍNICAS VETERINARIAS**
04. **ASESORÍA • GESTORÍA SEGUROS**
05. **AUTOMÓVILES GARAJES • GASOLINA**
06. **ELECTRODOMÉSTICOS INFORMÁTICA • TV**
07. **DROGUERÍAS FERRETERÍAS**
08. **ENSEÑANZA • CURSOS AUTOESCUELAS**

09. **HOSTELERÍA • BARES RESTAURANTES**
10. **AGENCIAS INMOBILIARIAS**
11. **JOYERÍAS RELOJERÍAS**
12. **LIBROS • PAPELERÍA PRENSA • FOTOCOPIAS**
13. **MODA • CALZADOS COMPLEMENTOS**
14. **MUEBLES • REFORMAS DECORACIÓN**
15. **PELUQUERÍAS CENTROS DE ESTÉTICA**
16. **REGALOS FLORES**

17. **SALUD • ODONTOLOGÍA FARMACIAS • FITNESS**
18. **TINTORERÍAS**
19. **VARIOS**

CONDICIONES DE INSERCIÓN

- Inserción a 3 líneas: 1.200 ptas.
- Inserción a 4 líneas: 1.500 ptas.
- Módulo 40*20 mm.: 2.000 ptas.
- Módulo 40*30 mm.: 3.000 ptas.

Atención a clientes en el
☎ 91 311 69 69

01. AGENCIAS DE VIAJES

ENTER TRAVEL
El placer de viajar
Lope de Haro, 9

☎ 91 579 28 00

HALCÓN VIAJES

Sus agencias de viajes
Monforte de Lemos, 101
☎ 91 730 22 55

Centro Comercial Madrid-2 -
La Vaguada
☎ 91 730 22 55

VIAJES IBERIA
65 años a su servicio
Francos Rguez., 20

☎ 91 450 65 65

VIAJES INDIGO
65 años a su servicio
Francos Rguez., 25

☎ 913 111 928

02. ALIMENTACIÓN BEBIDAS

ASTURIANOS DE SANABRIA

Licores • Vinos • Cavas
Artajona, 28 posterior
☎ 91 311 46 40 / 450 06 57

D. MATUTE

Carnicería Salchichería

OFERTAS CONTINUAS

Calidad y buen servicio

San Restituto, 2

☎ 91 459 15 47

LA DESPENSA

Supermercados
Nueva Zelanda, 47
(Puerta de Hierro)
☎ 91 373 58 43 / 44

DULCE Y SALADO

Pan • Caramelos • Frutos secos •
Piñatas • Revelado carretes
San Restituto, 11 ☎ 91 311 44 74

FABIO HERNÁNDEZ

Carnicería • Salchichería
San Restituto, 10 ☎ 91 450 25 38

FÉLIX Y PACO

Carnicería • Pollería
Francos Rodríguez, 86

GALERÍA VILLAAMIL

Frutas y verduras
Pescadería • Congelados
Alonso Núñez, 4

PASTELERÍA KATIA

Panadería • Frutos secos • Golosinas
Isla de Oza, 47 ☎ 91 610 47 79 74

PESCADERÍA PANZO

Calidad • Buenos precios
San Restituto, 15 ☎ 91 738 91 02

EL PILAR BOUTIQUE DEL PAN

Pastelería • Bollería
Av. Betanzos, 14 ☎ 91 738 91 02

03. ANIMALES CLÍNICAS VETERINARIAS

MUNDO ANIMAL

Clínica veterinaria
Dr. Federico Rubio y Galí, 108
☎ 91 459 54 46

CLÍNICA VETERINARIA

Sánchez Preciado, 79
☎ 91 311 58 04

PARAISO ANIMAL

Pensos • Peluquería
Fonsagrada, 7 ☎ 91 739 79 92

TOZAL

Pajarería • Animales
Berruete, 18 ☎ 91 570 57 08

CAN-ARIAS

Pajarería • Perros
Pº de la Dirección, 3
(Puerta de Hierro)
☎ 91 450 47 98



AUTO LUNAS
LA VAGUADA

Monforte de Lemos, 142 ■ Tel.: 91 386 47 99
Capitán Blanco Argibay, 186 ■ Tel.: 91 733 64 31

CENTRO DE ESTUDIOS MUSICALES

☎ 91 316 40 61 - SAN GERARDO, 36

PIANO GUITARRA VIOLÍN BATERÍA
BAJO FLAUTA ARMONÍA-COMPOSICIÓN
CONJUNTO INSTRUMENTAL

Desde los 4 años

Titulación Oficial: ROYAL SCHOOL OF MUSIC

**04. ASESORÍA
GESTORIA • SEGUROS****ABOGADOS**

Civil • Mercantil y Penal
Fiscal • Laboral y Contable
Aguilafuente, 89
☎ 91 450 78 50

ESTUDIO JURÍDICO Y PSICOLÓGICO
Laboral • Fiscal • Familia •
Blasco de Garay, 18 centro izqda.
☎ 91 311 53 13

EUROASESORES
Asesoría Laboral • Fiscal • Contable
Villaamil, 42 - 1º ☎ 91 311 53 13

JOSÉ L. PEDREÑO
Administración de fincas
La Bañeza, 40 ☎ 91 316 00 18

OTEO Y VALTUEÑA, S.L.
Asesoría Laboral • Fiscal • Contable
Av. Betanzos, 38 ☎ 91 730 88 41

**05. AUTOMÓVILES
GARAJES • GASOLINA**

ANGLO VEN, S.A.
Concesionario Land Rover
Sinesio Delgado,

**ALV
Lunas para automóviles**

Monforte de Lemos, 142
☎ 91 386 47 99

TALLERES A PUNTO
Mecánica general
Electricidad • Engrase
Alonso Núñez, 31 ☎ 91 459 25 52

**AUTACA
Concesionario
RENAULT**

Sinesio Delgado, 36
☎ 91 323 02 03

**AUTOFERBAR, S.A.
Concesionario FORD**

Sinesio Delgado,
☎ 91 651 50 88

AUTO REPARACIONES
Artajona, 16 posterior (por Ochagavía)
% 91 311 74 55

**CAR TRES
MOTOR**

Autos seminuevos
Sinesio Delgado, 54
☎ 91 740 50 79

CAMPEÓN ESTACIÓN DE SERVICIO
Gasolinas • Tienda • Engrase
Bravo Murillo, 229 ☎ 91 311 74 16

CEPSA
Estación de servicio
Gasolina
Esmerado servicio
Ofelia Nieto, 61

DÁVILA AUTO
Servicio Oficial FORD
Berruete, 51 y Villaamil, 24
☎ 91 450 02 74

GARAJE LOPE DE HARO
Mes • Día • Horas
Lope de Haro, 11-13 ☎ 91 579 09 12

GRUPO A.T.
Lavado. Engrase. Venta
Accesorios. Alarmas
Numancia, 2
☎ 91 311 40 36

**ILUSTRACIÓN
MOTOR**

Concesionario oficial
KIA MOTORS
Sinesio Delgado, 62
☎ 91 730 34 44

**ITARSA
Concesionario oficial
MERCEDES
BENZ**

Sinesio Delgado, 58
☎ 91 378 26 12

**MO-RO
Servicio Oficial FORD**

Marqués de Viana, 71
☎ 91 571 72 11

**MOTOR
SESENTA Y SEIS**
Concesionario Peugeot
Sinesio Delgado, 48
Cardenal Herrera Oria, 63

**NADORAUTO
Concesionario Peugeot**

Antonio Machado, 33
☎ 91 373 52 94
☎ 91 386 65 94

NADORAUTO.
Talleres y servicios.
Margaritas, 17 ☎ 91 311 41 01

R.S.C. AUTOMOCIÓN
Talleres y servicios.
Armenteros, 8 ☎ 91 450 38 30

T. CASTILLO
Concesionario
CITROËN
Sinesio Delgado, 40
☎ 91 323 49 89

**TOYOTA
LLORENTE**
Concesionario oficial
**SORPRENDASE CON
NUESTRAS OFERTAS**
Dr. Federico Rubio y Galí, 37
☎ 91 450 68 53
General Moscardó, 37
☎ 91 535 70 38

TOYOTA LLORENTE
Talleres
Dr. Federico Rubio y Galí, 62.
☎ 91 450 75 86

VILLAAMIL
Repuestos • Accesorios
Villaamil, 31 ☎ 91 311 41 30

SEGASA
Gasolinera • Seven Eleven
• Autolavado • Video
Ofelia Nieto, 64.

CAR TRES MOTOR
Alquiler de coches
y furgonetas
Sinesio Delgado, 54
☎ 91 740 50 79

**06. ELECTRODOMÉSTICOS
INFORMÁTICA • TV**

COMPUTRONIC
Ordenadores • Periféricos
Antonio Machado, 25 ☎ 91 373 99 70

**CUBILLAS
Electrodomésticos**
Ventas • Reparaciones
San Restituto, 7
☎ 91 459 61 03

LAVISOM TV.
Video • Fax.
Ofelia Nieto, 21.
☎ 91 459 94 02 / 91 450 69 00

**07. DROGUERÍAS
FERRETERÍAS**

LA ESCALERA
Ferretería
Antonio Machado, 29 L 1
☎ 91 373 67 77

MARISAN DROGUERÍA.
Perfumería. Manualidades.
Francos Rodríguez, 66.
☎ 91 459 47 40

**SERRANO
Electricidad**

Monforte de Lemos, 149
☎ 91 386 18 87

**08. ENSEÑANZA
AUTOESCUELAS**

AVI ACADEMIA.
Cursos de recuperación.
Villaamil, 17. ☎ 91 450 46 06

**AMATISTA
Manualidades**
Sánchez Preciado, 55.
Local 1
☎ 91 31110 62

**CAN TA CHIMUTRI
Escuela infantil**
Asociación Nacional 'Presencia Gitana'
Av. Juan Andrés, 7
☎ 91 373 82 82

**CENTRO DE ESTUDIOS
MUSICALES**
Clases especiales para niños
San Gerardo, 36
☎ 91 316 40 61

LICEO SOROLLA
Mixto • Homologado
Nueva Zelanda, 21 ☎ 91 316 43 27

**P. GREEN SCHOOL
English School**
Desde los 4 años
Av. Juan Andrés, 64
☎ 91 316 48 38

PATUCO
Escuela Infantil
Francos Rodríguez, 57.
☎ 91 450 67 42

PAPIRO MANUALIDADES
Cursos • Enmarcaciones
Valderromán, 16 ☎ 91 373 29 85

SYLVAN
Inglés • Informática • Tutorías
Numancia, 19 ☎ 91 398 02 55

SYLVAN
Inglés • Informática • Tutorías
Sangenjo, 34 ☎ 91 731 59 80

TABLADA
Autoescuela.
Tablada, 5 bajo. ◀ Metro Tetuán

**TÁBULA
Escuela Infantil**
Jardín propio • De 1 a 6 años
Av. Juan Andrés, 23
☎ 91 316 08 80

P.R.A.D.O. S.L.
CONSTRUCCIONES • REFORMAS
ARMENTEROS, 10 • TEL./FAX: 91 459 57 39

PEYDRO
ABOGADOS LABORAL, FISCAL,
ADMINISTRACIÓN DE FINCAS FAMILIA
Monforte de Lemos, 107 post.
Entrada por Plaza de Arjejo
☎ 91 378 03 15 • 91 378 05 45

**ELECTRODOMÉSTICOS
CUBILLAS**
Su tienda de confianza
San Restituto, 7
☎ 91 459 61 03

**09. BARES • PUBS
RESTAURANTES**

ALEX
Cervecería
Pan • Raciones
M^a Auxiliadora, 1
☎ 91 450 56 97

ALHAMBRA Bar
Comida casera • Terraza de verano
Almorox, 6 ☎ 91 459 46 44

EL AVIÓN
Bar de copas • Lugar de encuentro
Magnífica terraza
Isla de Oza, 38

CAPRI Bar
Ambiente agradable.
San Restituto, 7.

EL AVE FÉNIX Mesón
Sánchez Preciado, 79 posterior
(entrada por Aguila Fuente)
☎ 91 450 84 38

EL CAFÉ DE NUMANCIA
Cafetería
Restaurante
Numancia, 33
☎ 91 311 75 85

EL COLADOR
Bar de copas • Restaurante
Bravo Murillo, 297 ☎ 91 570 41 39

LA DEHESA
Bar • Restaurante
Menú diario • Raciones • Meriendas
Pablo Iglesias, 94 ☎ 91 311 58 85

HADA Asador de pollos
San Restituto, 21 ☎ 91 311 52 46

**Restaurante
LA ESTANCIA**
Asador Criollo
Jerónima Llorente, 66
☎ 91 450 14 99

LA PALOMA
Terraza
Restaurante
Francos Rodríguez, s/n
(frente Instituto La Paloma)

MAIPE. CAFETERÍA
Aperitivos. Raciones
Valderodrigo, 16 ☎ 91 373 00 88

**MIRADOR DE
NARCEA**
Terraza • Restaurante
Francos Rodríguez, 81
(junto a Casa del Escudo)

MIRANDÉS BAR
Menú del día • Raciones • Pinchos
Ferreluz, 2 (semiesq. M. de Viana, 32)
☎ 91 572 19 31

MOLINA BAR
Aperitivos • Tapas
El mejor ambiente
San Restituto, 25.

Los Olmos
Cafetería • Terraza
Av. Juan Andrés, 21
☎ 91 316 90 04

LA PAMPA BAR
Comida casera
Francos Rguez, 40. ☎ 91 311 23 28

**Las Terrazas
de la
Remonta**
Mesón Gallego I
☎ 91 579 36 23
Mesón Gallego II
☎ 91 579 07 69
Mesón Gallego III
☎ 91 571 12 88
Mesón del Cordero
☎ 91 570 20 76
Plaza de La Remonta
Metro TETUAN

ONDIÑAS DO VENTO
Mesón gallego
Villaamil, 4 ☎ 91 311 23 59

RÍO SORBE
Cafetería
Restaurante
Plaza Carballo, 1
☎ 91 730 30 31

VIÑA LIDIA
Bar • Tapas • Cocina casera
Villaamil, 22 ☎ 91 311 15 42

**10. AGENCIAS
INMOBILIARIAS**

COSTA ESTRELLA
Promociones playas
Torrevieja • La Mata • Guardamar
La Bañeza, 8 ☎ 91 739 88 35

CREVISA S.L.
Apartamentos • Chalets
Torrevieja • Orihuela Costa
La Bañeza, 8 ☎ 91 739 88 35

MIGAR
Pisos • Alquiler • Ventas
Avda. de Betanzos, 54
☎ 917 40 50 08
Bravo Murillo, 222 ☎ 915 72 16 18

PROMAX
Pisos • Alquiler • Ventas
Melchor Fernández Almagro, 46
☎ 91 378 12 51

TECNYHOGAR
Pisos • Calets
Alquiler • Ventas
Francos Rodríguez, 59
☎ 91 459 97 97 - 81 92

**11. JOYERÍAS
RELOJERÍAS**

LUIS DE LA TORRE.
Joyereros.
Ambrosio Vallejo, 4. ☎ 91 311 36 73

JULIO
Joyería • Platería • Relojería.
Francos Rodríguez, 80.
☎ 91 459 12 68

LOGAN
Joyería • Relojería.
Ofelia Nieto, 3 ☎ 91 459 12 68

MONTERO
Joyereros desde 1946
Monforte de Lemos, 107.
☎ 91 738 90 30

**12. LIBROS • PAPELERÍA
PRENSA • FOTOCOPIAS**

COTOBAL
Papelería • Prensa • Libros
Jerónima Llorente, 14
☎ 91 739 66 01

MARISA
Papelería • Todo para el escolar
San Restituto, 14. ☎ 91 459 68 02

MAYVI
Papelería
Juguetsa • Libros
José Calvo, 1
☎ 91 450 64 40

SERRANO PAPELERÍA
Fotocopias • Fax
Isla de Oza, 64 ☎ 91 373 84 39

**13. MODA • CALZADOS
COMPLEMENTOS**

**ANGELA
MAZZA**
MODA GALLEGA
EXCLUSIVAS
Isla de Oza, 48
☎ 91 386 36 52

BEL MAN
Moda Hombre Mujer
Francos Rodríguez, 21
☎ 91 459 14 74

CARLA NIZZA
Moda juvenil • Señora
Tallas grandes
Avila, 29 ☎ 91 570 47 44

COMETAS
Moda señoras y niños
Arreglos y bordados
Isla de Oza, 48 ☎ 91 373 09 03

FACTOR PIEL
Zapatos • Bolsos • Paraguas
Lope de Haro, 15 (Estrecho)

M&M
Mercería • Lencería • Arreglos
San Restituto, 4 ☎ 91 459 80 96

NIETOS DE A. SANZ REDONDO
Ropa de trabajo
Monforte de Lemos, 177

PONMA
Moda Femenina
Todas las tallas hasta la 60
Monforte de Lemos, 135-137
☎ 91 730 32 37

TONINO'S
Calzados • Anchos especiales
Plaza de Verín, 17. ☎ 91 739 86 59

TRA-DA-DA
Decoración Hogar
Todo para su baño, cama y mesa
Isla de Oza, 76 (Pta. de Hierro)
☎ 91 386 62 74

VALDEMORO
Moda femenina • Tallas grandes
Lope de Haro, 8 ☎ 91 570 23 13

VIRGINIA VILLAR
Moda mujer • Funcional y de vestir
Jerónima Llorente, 25.
☎ 91 450 68 04

**14. MUEBLES • REFOR-
MAS • DECORACIÓN**

**AGUADO
MUEBLES**
Oportunidades • Juvenil
Francos Rodríguez, 35
☎ 91 311 06 14

ANGEL RINCON
Construcciones
y reformas
Carmen Portones, 9
☎ 659 51 05 56 • 646 41 81 35

ABRIL
Cristalería • Marcos
Monforte de Lemos, 166.
☎ 91 386 58 99

AISA Decoraciones
Suelos • Empapelados
Villaamil, 39 ☎ 91 311 31 50

ANGEL GARCÍA
Orfebrería • Pulido • Baños.
Valldemosa, 6. ☎ 91 450 30 07

BLANCO
Tapicerías • Visillos • Estores
Av. Juan Andrés, 62. ☎ 91 316 13 23

DOMAFE
PUERTAS • ARMARIOS • COCINAS
Juan Andrés, 32 posterior
☎ 91 373 72 70

CM CRISTALERA MADRILEÑA, S.L.
INSTALACIONES Y TRABAJOS DEL CRISTAL
LUNAS BISELADAS • VIDRIERAS ARTÍSTICAS Y DECORACIÓN
• ESPEJOS • MARCOS Y MOLDURAS • MURALES • GRABADOS
EXPOSICIÓN Y VENTA: Francos Rodríguez, 64 ☎ 91 459 58 29
OFICINAS Y TALLERES: Lorenzana, 12 ☎ 91 459 59 81 / 87

CRISTALERA MADRILEÑA
Exposición y venta:
Francos Rodríguez, 64
☎ 91 459 58 81

CRISTALERA MADRILEÑA
Oficinas y Talleres: Lorenzana, 12.
☎ 91 459 59 81

CUERDAS, S.L.
Trabajos de altura
sin andamiajes
☎ 91 731 96 14
617 23 21 23 • 630 66 66 64

DOVELA
Obras y decoración
Reformas en general
(Todos los gremios)
Av. Juan Andrés, 21
☎ 91 386 29 66
Móviles: 667 65 11 85
667 65 11 86

DIEGO GONZÁLEZ
Pintura • Albañilería • Reformas
☎ 91 739 80 52 / 908 35 91 09

EUROPARQUET
Lijados y barnizados
Tarimas flotantes 'IMA'
Instalación sin obra
Pamplona, 12 ☎ 91 459 58 81

EUGENIO LÓPEZ
Taller de sillería
Especialista en rejilla
Pedro Tezano, 15
☎ 91 450 45 63

GALAXIA
Muebles de cocina y baño
Artajona Local 12-13 ☎ 91 450 47 41

ALUMUNDI
Aluminios
Gral. Orgaz, 17
☎ 91 579 70 85

HERMANOS MORENO
Pintores-Decoradores
Murias, 10
☎ 91 316 08 04

INTERIOR 5
Reformas
Muebles y electrodomésticos
Valderrodrigo, 36
☎ 91 386 39 77

L.P.M.
Electricidad • Construcción
Ofelia Nieto, 14. ☎ 91 459 41 69

MAESTRE DECORACIÓN
Reformas • Regalos • Marcos
Isla de Oza, 76 ☎ 91 316 22 03

LUNA
Colchonería
Grandes ofertas
San Gerardo, 25
☎ 91 386 71 16

MIGUEL A. RUIZ RIVERA
Reformas en general
Margaritas, 55 • Local 2
☎ 91 533 25 94 • 619 21 27 24

MIGUEL MUEBLES
Armarios a medida
Villaamil, 31
☎ 91 311 41 33

P.D. BRIC, S.L.
Armarios • Puertas
Bricolage • Manualidades
Valderromán, 38
(Entrada por A. Machado)
☎ 91 386 55 54

PEDRAZA, S. A.
Saneamientos. Azulejos.
Villaamil, 79. ☎ 91 450 03 27

PEREDA
Decoración • Muebles
Covadonga, 13 ☎ 91 311 28 33

PINTURA Y PARQUET
Económico • Limpieza
☎ 91 315 04 04

PUERTAS BLANCO
Ebanistería • Taller propio
Juan Andrés, 52
☎ 91 316 65 23

SANEAMIENTOS BARRIALES
Fontanería • Gas • Calefacción
Artajona, 37
☎ 91 311 55 35

LA TIENDA DE TERESA
Restauración y
conservación de muebles
San Restituto, 22
☎ 610 306 226

**15. PELUQUERÍAS
CENTROS DE ESTÉTICA**

CENTRO DE ESTÉTICA
Monforte de Lemos, 67
(frente a Bomberos) ☎ 91 373 05 69

CENTRO DE ESTÉTICA M.R.S.
Isla de Oza, 60 - Local.
☎ 91 373 05 69

HNOS. PÉREZ
Peluquerías
Sorzano, 15
Melchor Fdez Almagro, 44
Plaza Mondariz, 10

HNOS. SÁNCHEZ
Peluquería unisex
Tratamientos de belleza
Antonio Machado, 33
☎ 91 373 69 66

HNOS. SÁNCHEZ
Peluquería unisex
Tratamientos de belleza
Francos Rodríguez, 98
☎ 91 459 94 90

**INSTITUTO MÉDICO
DE NUTRICIÓN,
CIRUGÍA Y
ESTÉTICA**
Cirugía • Fotodepilación
Rejuvenecimiento • UVA
Cuidamos tu salud
Mejoramos tu imagen
Finisterre, 20 ☎ 91 315 04 04

MARI NATI. Peluquería.
Monforte de Lemos, 67.
☎ 91 314 28 46

RIZO'S. Peluqueros
Isla Cristina, 7 (Puerta de Hierro)
☎ 91 316 96 97

STUDIO 45. PELUQUEROS
San Restituto, 4 ☎ 914 505 251

**16. REGALOS
FLORES**

**CARTOON
MANIAC**
El dibujo animado
en regalos y textil
Regalos
La Bañeza, 19
☎ 91 386 42 63

D'REGALO
El mayor surtido
de la zona
Melchor Fdez. Almagro, 62
☎ 91 450 31 55

FLORISTERÍA ITAGÜI
Arte floral. Natural y seco.
San Restituto, 16. Metro Valdezarza
☎ 913 113 005

FRANCISCO ROSA
Flores • Plantas • Ramos
Villaamil, 45 ☎ 91 311 40 88

**17. SALUD • FARMACIAS
ODONTOLOGÍA • FITNESS**

ALBA Centro óptico
Av. Betanzos, 21 ☎ 91 731 92 22

**CLÍNICA
PODOLOGICA**
Tratamiento del pie
Jerónima Llorente, 31
☎ 91 450 60 29

DOAR
Clínica Dental
Adultos • Niños
San Restituto, 25
☎ 91 450 89 05

SILARDENT Clínica Dental
Isla de Ons, local 16 ☎ 91 378 06 88

FARMACIA
Ldo. Montero de Espinosa
Dermofarmacia • Homeopatía
Dr. Federico Rubio y Galí, 68
☎ 91 450 68 36

FARMACIA
Lda. M^a Antonia García
Almorox, 79
☎ 91 459 94 69

FARMACIA
Lda. M^a Carmen Fdez. Obispo
Parafarmacia y cosméticos a domicilio
Villaamil, 263
☎ 91 316 93 38

FARMACIA
Lda. M^a Carmen Torres Rguez.
Parafarmacia y dietética a domicilio
Velayos, 26
☎ 91 316 21 57

FARMACIA
M. Montañés de las Heras
Sánchez Preciado, 79
☎ 91 459 61 63

GABINETE PSICOPEDAGÓGICO
Valderrodrigo, 62 ☎ 91 316 08 57

**INSTITUTO MÉDICO DE
NUTRICIÓN, CIRUGÍA
Y ESTÉTICA**
Cuidamos tu salud
Mejoramos tu imagen
Finisterre, 20 ☎ 91 315 04 04

ÓPTICA NORTE
Sus gafas en 24 horas
Ofelia Nieto, 5 ☎ 91 450 10 60

**ÓPTICA
MAYORAL**
Lentes
Audífonos
Dr. Federico Rubio y Galí, 33

ODONTO PLUS
Clínica Dental
Alonso Núñez, 1
☎ 91 459 13 71

FITNESS CENTER PARTENON
Acondicionamiento físico • Yoga •
Step-Aerobic • Tai-chi • Culturismo
• Musculación • Bailes
Paseo de la Dirección, 19.
☎ 91 459 23 90

OPTICA RIBADA
Sus gafas en 1 hora
Velayos, 12. ☎ 91 316 52 76

DEHESA de la VILLA

GUÍA DE SERVICIOS

ÓPTICA ROMA
Lentes VARILUX
Bravo Murillo, 166
(Estrecho)
☎ 91 572 02 07

SEGNITIA PSICÓLOGOS
Colegiados M-12.992 y M-13.402
☎ 91 459 01 17

SERVISORD
Centro Audiológico
Última tecnología
Revisión audiológica gratis
Azucenas, 11
(Entrada por Bravo Murillo, 307)
☎ 91 450 67 42

18. TINTORERÍAS

TINTORERÍAS PUERTA DE HIERRO
Servicio a domicilio
Isla de Oza, 25 ☎ 91 316 92 20

TINTOMAR
Las tintorerías que te cuidan
Jerónima Llorente, 5 ☎ 91 311 67 72

19. VARIOS

ADMINISTRACIÓN 428
1x2 • Lotería • Bonoloto
Alonso Núñez, 4 . semiesq. Villaamil.

ENERSUN
El centro de la energía
Solar • Fotovoltaica • Térmica
Eólica • Climatización
Ofelia nieto, 87
☎ 91 450 45 24
E-mail: enersun@arrakis.es

LIMPIEZAS AITOR
Fachadas • Toldos • Locales
Primeras limpiezas • Cristales
☎ 91 459 27 99
MÓVIL 630 65 09 14

ZAPATOS MIGUEL
Reparación de calzado
San Gerardo, 8. ☎ 91 373 64 70

A TODO CARAMELO
Golosinas
Bolsas • Piñatas
Bravo Murillo, 232
☎ 91 579 08 54

EL ELEFANTE BLANCO
La tienda del circo
Pamplona, 19
☎ 91 311 79 40

EL CHOLLO DE VILLAAMIL
Todo a
100, 200, 300,...
Villaamil, 21

20. **TELÉFONOS DE URGENCIA**

21. **ASOCIACIONES AA. DE VECINOS**

22. **BIBLIOTECAS**

23. **CENTROS CIVICOS Y CULTURALES**

24. **POLIDEPORTIVOS MUNICIPALES**

25. **TELÉFONOS ÚTILES**

26. **SERVICIOS TELEFÓNICOS**

27. **VARIOS**

20. TELÉFONOS DE URGENCIA

- Policía Nacional ☎ 911
- Policía Municipal ☎ 92
- Guardia Civil ☎ 062
- SAMUR ☎ 092
- Urgencias S. Social ☎ 061
- Toxicología (urgencias) ☎ 91 562 04 20

- Cruz Roja ☎ 91 522 22 22
- Ambulancias Cruz Roja ☎ 91 533 39 00
- Ambulancias municipales ☎ 91 588 44 40
- Bomberos Madrid ☎ 080
- Bomberos Comunidad ☎ 085
- Guardia Civil Tráfico ☎ 900 12 35 05

- Tele-taxi ☎ 91 445 90 08
- Grúa Municipal ☎ 91 345 00 50
- Comisaría Moncloa-Aravaca ☎ 91 547 95 04
- Comisaría Tetuán ☎ 91 571 92 00
- Comisaría Fuencarral-El Pardo ☎ 91 730 17 99

21. ASOCIACIONES AA. DE VECINOS

Asociación Nacional PRESENCIA GITANA
Escuela Infantil Internacional 'CAN TA CHIMUTRI'
Juan Andrés, 7
☎ 91 373 82 82

Asociación SAN FEDERICO (Integración de Minusválidos)
Casa del Escudo
☎ 91 373 77 39

• ASOCIACIÓN DE VECINOS BARRIO UNIDO DE VALDEZARZA.
Armenteros, 27. ☎ 91 450 30 30

Asociación de Vecinos PALOMA-DEHESA DE LA VILLA
Artajona, 39
☎ 91 450 28 60

• Asociación de Vecinos de la Colonia de Policía Nacional
Gral. Cárdenas Campos, 5
☎ 91 450 51 98

Asociación de Vecinos VALDECONEJOS-PTA. DE HIERRO
Isla de Oza, 47
☎ 91 316 10 71

Asociación MUJER Y PROGRESO
C. Cultural 'Julio Cortázar'
Antonio Machado, 20
☎ 91 373 45 18

22. BIBLIOTECAS

- Biblioteca Municipal Tetuán
Viña Virgen, 2
Metro Valdeacederas ☎ 91 588 66 36
- Biblioteca de Fuencarral
Braile, 10 ☎ 91 734 38 02
- Biblioteca de Moncloa
Quintana, 9 ☎ 91 541 36 19
- Biblioteca Mpal. La Vaguada
Monforte de Lemos, 36
Metro Barrio del Pilar ☎ 91 588 68 91

23. CENTROS CIVICOS Y CULTURALES

• Conservatorio de Tetuán
Ceuta, 14. Metro Tetuán
☎ 91 571 76 40

Centro Cultural JULIO CORTÁZAR
Antonio Machado, 22
Buses 127 y 126
☎ 91 373 45 18
☎ 91 373 43 75

• Centro Cultural 'José Espronceda'
Almansa, 9 ☎ 91 553 61 60

Centro Cultural JUAN GRIS
Francos Rodríguez, 100
Buses 127 y 126
☎ 91 373 43 75

Centro Cultural LA REMONTA
Plaza de La Remonta, s/n.
☎ 91 571 16 30

Centro Cultural TETUÁN
Bravo Murillo, 251
☎ 91 579 08 51

Ludoteca TETUÁN
Metro Valdeacederas
Bravo Murillo, 355

Centro Cívico LA VAGUADA
Monforte de Lemos, 36-38
☎ 91 588 68 83

TEATRO DE MADRID
Monforte de Lemos
(Metro B° del Pilar. Línea 9)
☎ 91 730 17 50

24. POLIDEPORTIVOS MUNICIPALES

- P. M. Barrio del Pilar Monforte de Lemos, 13-15 ☎ 91 314 79 43
- P. M. Ciudad de los Poetas Antonio Machado, s/n. ☎ 91 373 27 39
- P. M. Francos Rodríguez Numancia, 1 ☎ 91 459 98 71

25. TELÉFONOS ÚTILES

Servicios médicos:

- Cruz Roja ☎ 915 333 900
- Ambul. Cruz Roja ☎ 915 333 900
- Ambul. municipales ☎ 915 884 440
- Clínica La Paz ☎ 913 582 600
- Clín. La Concepción ☎ 915 504 800
- Hospital Clínico ☎ 915 441 500
- Hosp. Ramón y Cajal ☎ 913 368 000
- Hosp. de la Princesa ☎ 915 202 200
- Hosp. Psiquiátrico Provincial ☎ 915 868 000
- Hosp. Infantil Niño Jesús ☎ 915 735 200
- Maternidad O'Donnell ☎ 915 868 833
- Maternid. Sta. Cristina ☎ 915 736 200
- Hosp. Doce Octubre ☎ 913 908 000
- Serv. Rgnal. de Salud ☎ 915 867 227

Centros oficiales:

- Comunidad A. de Madrid (todos los servicios) ☎ 012
 - Ayuntamiento de Madrid (todos los servicios) ☎ 010
 - Serv. Emergencia y Rescate ☎ 085
 - Jefat. Prov. Tráfico ☎ 913 018 500
 - Juzgad. Pza.Castilla ☎ 913 971 300
 - Registro Mercantil ☎ 915 761 200
 - Tanatorio Norte ☎ 915 108 100
 - Tanatorio Sur ☎ 915 108 643
- Transportes y comunicaciones:**
- Correos y telégrafos ☎ 902 197 197

- Telegramas por tfno. ☎ 915 222 000
- Telefónica ☎ 1004
- Retevisión ☎ 015
- Aeropuerto ☎ 913 058 343
- Auto-Res ☎ 915 517 200
- Estación Sur ☎ 914 684 200
- Ayuda en carretera: Información Tráfico Teleruta ☎ 917 421 213 ☎ 900 123 505
- E.M.T. Información ☎ 914 068 810
- Iberia (Inform. vuelos) ☎ 902 400 500
- Metro Madrid (Inform.) ☎ 915 525 909
- RENFE (Información) ☎ 913 289 020
- Taxis: RadioTaxi Asoc. Gremial ☎ 914 473 232
- Radio Telefono Taxi ☎ 915 478 200
- Tele-taxi ☎ 914 459 008
- Radio Taxi-Independiente ☎ 914 051 213
- Servitaxi ☎ 916 720 077
- Radio Mercedes ☎ 915 932 020

SUMINISTROS Y AVERÍAS:

- Canal Isabel II (Averías) ☎ 915 933 519
- Canal Isabel II (At. cliente) ☎ 914 478 110
- Iberdrola (Averías) ☎ 913 648 888
- Iberdrola (At. cliente) ☎ 901 20 20 20
- Union Eléctrica-Fenosa ☎ 914 068 000
- Gas Natural (Averías) ☎ 915 896 555
- Gas Natural (At. cliente)

- ☎ 915 896 116
- TARJETAS DE CRÉDITO**
- American Express ☎ 915 700 303
- 4B ☎ 913 626 200
- Diners Club ☎ 915 474 000
- Mastercard ☎ 915 192 100
- Visa ☎ 915 192 100
- JCB ☎ 915 592 659

26. SERVICIOS TELEFÓNICOS

- Códigos Post. Madrid Capital ☎ 028
- Despertador ☎ 096
- Información general ☎ 098
- Información deportiva ☎ 097
- Información de la hora ☎ 093
- Información teléfonos: Nacional y provincial ☎ 1003
- Internacional ☎ 025
- Noticiero RNE ☎ 095
- Tele-tiempo ☎ 906 365 365

27. VARIOS

- Ifema (Campo Naciones) ☎ 917 225 500
- ONCE ☎ 915 325 000
- Objetos perdidos ☎ 915 884 346
- Pasaportes ☎ 914 028 100
- Centro protección animal ☎ 917 344 379

Papelería • Librería • Juguetes
• Fotocopias •

mayvi

Libros de texto
Toda clase de literatura
Manualidades
Forrado de libros
Regalos
Tarjetas de boda, visita y comuniones
Material de oficina
Dibujo técnico
Material de dibujo y pintura: Oleos, acrílicos, pastel, lienzos, pinceles
Libros sobre manualidades

Toda clase de literatura

José Calvo, 1
☎ y FAX: 91 450 64 40




CLUB DEPORTIVO SACONIA

NIÑOS NIÑAS DE 4 A 9 AÑOS en adelante

ESCUELA DE FUTBOL FUTBOL FEMENINO

Si tú quieres jugar al fútbol y tienes más de 10 años

Información:
☎ 91 316 02 84



de los a
ña con
en nues
ta de la
gatos.
los exp
gado sa
capace
aquello
los hom
con alg
perros.
no rec
cuando
ocurre
de las
ha enco
gunta
gatos s
nen un
ria. Es
den a l
ceros, s
que var
ta. En
claro q
minada
todo a
aprend
gatos.
rascad
mentac

¿PUEDE EDUCARSE A LOS GATOS?

Tradicionalmente se ha dicho que el perro es el mejor amigo del hombre. Entonces, ¿qué lugar ocupan los gatos en los hogares? Una de las incertidumbres que a su vez sirven para evidenciar este desconcierto

se centra en que los gatos no siempre responden a las enseñanzas del propietario. De ahí que muchos se pregunten si, realmente, ¿es posible educar a los gatos? La respuesta es sí, pero con limitaciones.

Este mes les acercamos algunos datos curiosos referentes a uno de los animales de compañía con mayor presencia en nuestro hogares. Se trata de la educación de los gatos. Tradicionalmente los expertos se han interrogado sobre si los gatos son capaces de aprender aquello que les enseñan los hombres, como ocurre con algunos hábitos de los perros. ¿Por qué los gatos no recogen un objeto cuando se lo tiramos como ocurre con los perros? Una de las explicaciones que se ha encontrado a esta pregunta radica en que los gatos son animales que tienen una conducta solitaria. Es decir, no responden a las órdenes de terceros, sino que son seres que vagan por su cuenta. En todo caso parece claro que existen determinadas conductas que todo animal necesita aprender, incluidos los gatos. La utilización del rascador, el baño, la alimentación, los peligros

que existen en el hogar... Son rasgos que el gato debe ir asimilando con un poco de atención que le preste el dueño. Los gatos han de interiorizar qué lugares de la casa están destinados a la comida, o conocer cuál es la forma del recipiente donde comer.

Uno de los aspectos más complicados en la educación de un gato se basa en el cuidado de su higiene. Estos animales presentan serias dificultades a la hora de recibir sus baños o cuando se les va a cortar las uñas. Especial complicación evidencian los gatos adultos. Un gato tiene



que aprender desde una edad temprana la importancia de ser cepillado y bañado.

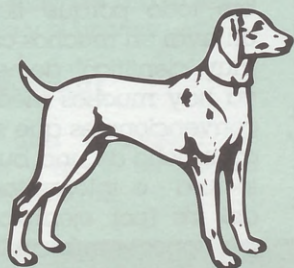
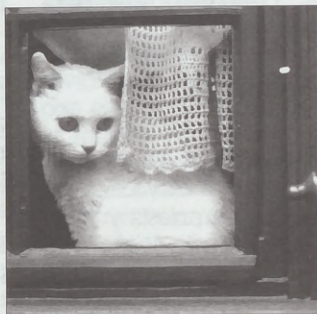
Agilidad natural

El gato es un animal especialmente curioso. Su agilidad le permite asomarse a todo tipo de

rincones del hogar y por su puesto de fuera de la casa, incluidos los tejados. Dejar una cazuela en el campo de actuación de estos animales resulta muy peligroso. Lo mismo ocurre con los frigoríficos y las lavadoras, que despiertan la curiosidad de tan dócil

animal. Todo esto puede conducir a unos riesgos innecesarios. La educación del gato tiene como principal objetivo la convivencia placida con el propietario. Se muestra como un animal tierno, dócil, calmado pero que en momentos de tensión es capaz de reaccionar de una forma muy agresiva. Es, por tanto, un animal imprevisible, a diferencia de los perros, por ejemplo, que en la mayoría de los casos muestran conductas premeditadas. Los gatos tienen una conducta menos normalizada. No acostumbran a estandarizar sus quehaceres cotidianos. Es por ello que resulta más compleja su educación.

El gato es un animal especialmente curioso y que necesita moverse con libertad por la casa



- Alimentación animal
- Mascotas
- Accesorios
- Baño
- Peluquería

CAN-ARIAS PAJARERÍA
ESPECIALISTAS EN PERROS DE TODAS LAS RAZAS

Servicio a domicilio

Horario: Lunes a viernes, 10:00 a 14,30 y 17:00 a 21,00 h. Sábado: 10,00 a 14,00 h.

Pº de la Dirección, 3 Metro Francos Rodríguez
☎ 91 450 47 98



- Recogida y entrega
- Almacén de piensos



Terapias alternativa LA NATUROPATÍA (II)

Como apuntaba en el artículo anterior, la naturopatía es un método basado en utilizar la fuerza de la Naturaleza para tratar la enfermedad y restaurar la salud cuando ésta se ha perdido o mermado.

En este artículo voy a comentar los métodos de diagnóstico con que cuenta esta técnica enclavada en las Medicinas Alternativas o Terapias Complementarias.

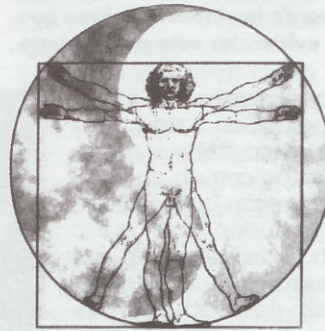
Indiología

Es la interpretación del iris y de la esclerótica del ojo del paciente, que sirve tanto para prevenir dolencias (pes nos indica

que enfermedades o estructuras corporales pueden ser dañadas), como para conocer las enfermedades pasadas (que dejan su huella en el iris), así como las dolencias que está padeciendo (marcas y signos en órganos, sistemas, etc.).

Kinesiología Holística

Por medio de unas pruebas musculares y de preguntarle al cuerpo del paciente, se puede averiguar el origen de muchas dolencias. Si es una causa **estructural** (malas posturas, traumatismos, mala alimentación, músculos, huesos, etc.). Si es una causa **química** (carencia de vitaminas, minerales,



oligoelementos, etc.). Si es una causa **orgánica** (mal funcionamiento de órganos y vísceras). Si es una causa **energética** (carencia o exceso de energía en los diferentes meridianos de acupuntura o en los chakras). Si es **emocional** (causada la enfermedad por malas emociones, pensamientos, actitudes, etc.)

Sicoanalogía

En base a unos estudios personalizados, una buena anamnesis y a un buen interrogatorio del paciente, se puede conocer el origen de muchas dolencias.

Naturoterapia o Terapia Natural

El estado de los dientes y muelas del paciente nos dice mucho acerca de su estado de salud. Los empastes, amalgamas, ortodoncias, piezas en mal estado, etc. tienen mucha importancia en el tratamiento de muchas enfermedades, sobre todo las crónicas.

Astrodiagnóstico

Es la interpretación de las propensiones de de-


Iridiología, Kinesiología Holística, Sicoanalogía, Neuralterapia y Astrodiagnóstico son las principales técnicas y métodos de diagnóstico

terminados enfermos en relación con su carta astral y signo astrológico. Dependiendo de la fecha de nacimiento y de otros factores se puede llegar a conocer el origen y la propensión a ciertas dolencias.

El Naturópata también conoce otras técnicas y otros métodos de diagnóstico (como interpretar la morfología del paciente; el color y brillo de la piel; las posturas; etc.), pero los anteriormente citados son, a mi modo de entender, los más utilizados y los más fiables; sobre todo porque tienen un aval en muchos casos muy "científico"; de hecho ya hay muchos médicos convencionales que se fijan mucho de una buena lectura e interpretación del iris (por ejemplo), o por conocer más de la sicología de sus pacientes.

Con esto pretendo dar a conocer el trabajo de tantos Naturópatas que no sólo se dedican a prescribir "hierbas" y "baños de sol", sino que se preocupan de verdad en buscar el origen de la enfermedad para así ser más efectivos en su tratamiento

Francisco Garrido Campos
Director del Centro Betanzos, S. L.
Licenciado en Medicina Natural,
Fisioterapeuta, Osteópata y Quiromasajista



CENTRO DE TERAPIAS ALTERNATIVAS BETANZOS

- MEDICINA NATURAL (Naturopatía y Homeopatía)
- FISIOTERAPIA (Recuperación funcional)
- OSTEOPATÍA (Articular, visceral y sacro-cranial)
- MASAJES (Terapéutico y Deportivo)
- MEDICINA NATURAL (Naturopatía y Homeopatía)
- KINESIOLOGÍA HOLÍSTICA
- REFLEXOTERAPIA PODAL
- DRENAJE LINFÁTICO MANUAL
- LASERTERAPIA

**FISIOTERAPIA
OSTEOPATÍA
MASAJES**

CENTRO BETANZOS

Director: FRANCISCO GARRIDO CAMPOS
Avda. Betanzos, 52 Local T-14
(Acceso por Avda. Betanzos, 54)
☎ 91 730 76 06

Ver GUÍAS COMERCIAL y DE SERVICIOS en págs. 21 a 26

Biodanza RECONCILIACIÓN CON LA VIDA



El creador de la BIODANZA es el profesor **Rolando Toro**, Psicólogo y Antropólogo nacido en Chile en 1924.

¿Qué es?

Biodanza es una poética del encuentro con uno mismo, con el otro y con el universo. Es un sistema que establece una conjunción armoniosa entre: movimiento, música y emoción. Se trata de una nueva sensibilidad ante la vida. Es la danza de la vida y concretamente del arte de existir.

El sistema está basado en cinco líneas de vivencia:

VITALIDAD: Sentir nuestra energía, nuestra fuerza vital, tener el coraje de vivir.

SEXUALIDAD: Sentir el deseo y el despertar de nuestra sensualidad.

CREATIVIDAD: Es la renovación que debemos aplicar a nuestra vida en los actos cotidianos.

EFFECTIVIDAD: Sentir amor, ternura y respeto en dar y recibir.

TRASCENDENCIA: Alcanzar niveles de integración mayores con la naturaleza y el universo.

¿Qué busca?

- Una dimensión de amor y afecto en nuestra vida cotidiana.

- Aumentar el ciclo vital de la persona, armonizando su pensar, sentir y actuar.

- Vincular a la persona con sus necesidades existenciales, respetando al otro y al medio ecológico en el que vive.

- Rescatar el placer del movimiento.

- Despertar a la conciencia de la solidaridad universal.

- Cuidar la propia vida, creando armonía a su alrededor.

- Reducir el estrés mejorando el sistema inmunológico.

- Capacitarse a la persona para relacionarse de una forma más tierna y poética con los demás.

¿Cómo se realiza?

A través de ejercicios individuales, con el otro, y con el grupo, vinculados a la música y a la emoción, permitiendo el libre expresar de las emociones.

Durante los ejercicios de BIODANZA, la persona es más que nunca ella misma, respetada, valorada, querida y aceptada. Experimenta su cuerpo como fuente de placer, y al mismo tiempo, como poten-



Durante los ejercicios de biodanza, la persona es más que nunca ella misma, respetada, valorada, querida y aceptada

cial capaz de expresarse creativamente. Es el "SER"

en comunicación.

Concretando, BIODANZA es la búsqueda de una reconciliación con la vida. Es el sentir de la vida y sentirse vivo. Es la intimidad con la vida esencialmente visceral.

La biodanza es una poética del encuentro con uno mismo, con el otro y con el universo

EL ÁTICO



MASAJISTAS DIPLOMADOS

- MASAJE TERAPÉUTICO (ARUN)
- MASAJE DEPORTIVO
- DRENAJE LINFÁTICO
- REFLEXOLOGÍA PODAL
- TERAPIA CRÁNEO SACRAL
- REIKI (EQUILIBRIO ENERGÉTICO)
- DIGITOPUNTURA
- MOXIBUSTIÓN



- PROBLEMAS DE ESPALDA
- DOLORES MUSCULARES
- ARTRITIS
- DEPRESIÓN
- ANSIEDAD
- ESTRÉS
- CIRCULACIÓN
- REUMA

C/ Francos Rodríguez 91 450 35 07 • 696470210

Ver GUÍAS COMERCIAL Y DE SERVICIOS en págs. 21 a 26

GRUPO

CODIGO

expres

Distribuidor Oficial de

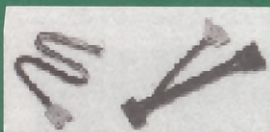
Auto cierre a distancia



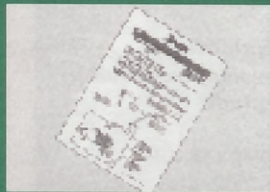
¡Fácil de instalar!



1 Localiza tu coche en la tabla de modelos.



2 Averigua la referencia de centralita SPEEDY que le corresponde. Si es preciso, elige el cableado adicional.



3 Sigue los pasos descritos en el sencillo manual de instrucciones que encontrarás en el interior del 'blister'.



a Localiza la centralita de cierre electrónico de origen.



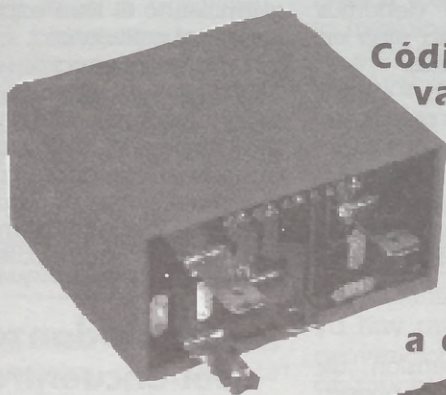
b Sustituye la centralita original por SPEEDY, conectándola directamente o usando los cables de conexión adicional, si es preciso.



4 Se acabaron los problemas! Abre y cierra tu coche con SPEEDY.



TRANSFORMA EL CIERRE CENTRALIZADO DE SERIE EN CIERRE A DISTANCIA



Código variable

Mando a distancia

Opcionales:

- Segundo mando
- Avisador luminoso
- Avisador sonoro



CENTRAL MADRID:

ANDREA PUECH, 5

**☎ 91 311 70 70 (4 LÍNEAS)
28039 ■ MADRID**

y otros 4 centros CÓDIGO EXPRESS

en España

Ayuntamiento de Madrid



García
la direc

Y

Ga
9

C



- V
- S
- L
- E
- L
- S
- M

EL PARAÍSO DEL MOTERO



Motos Elvira abre una nueva tienda en la calle García de Paredes, donde, con la dirección de **David Bernár-**

dez y en más de 150 m² ofrece máquinas nuevas y de ocasión, Boutique de las marcas, financiación en el momento y descuentos para empresas.



YAMAHA

ELVIRA
MOTOCICLETAS

HONDA



PIAGGIO

García de Paredes, 12
☎ 91 591 32 03

elvira@elvira.com

Mártires de Alcalá, 5
☎ 91 542 58 52

CAR EVER MADRID, S. L.



C/ Numancia, 2
☎ 91 311 81 50



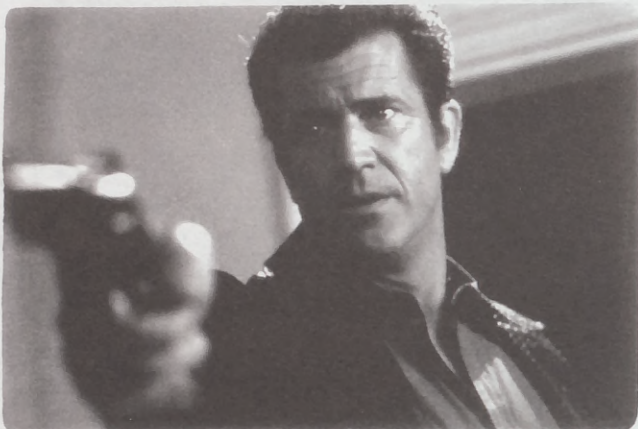
- VENTA DE VEHÍCULOS NUEVOS, SEMINUEVOS Y KM. 0
- LAVADO • ENGRASE
- EMBELLECIMIENTO INTEGRAL
- LIMPIEZA DE TAPICERÍAS
- SERVICIO DE MANTENIMIENTO

CAR EVER MADRID, S. L.
LAVADO • ENGRASE • VENTA DE VEHÍCULOS.
C/ Numancia, 2 ☎ 91 311 81 50
DESCUENTO DEL 50 %
en el lavado de su vehículo
al entregar este cupón
(Oferta válida sólo para lavados completos y exteriores. No acumulable con otras ofertas)

Ayuntamiento de Madrid

"Tarde de Estrellas",
un nuevo ciclo de cine para las tardes
del Centro Cultural "Julio Cortázar"

UNA CITA CON EL SÉPTIMO ARTE



Cada més nos traerá un ciclo dedicado a un gran actor de la historia del cine

La Junta Municipal de Moncloa-Aravaca ha abierto un ciclo de cine en donde se dan cita las más afamadas estrellas de Hollywood. El ciclo "Tarde de Estrellas" abarca una programación que durará hasta mediados de diciembre, la cual se materializa en pequeñas conferencias a modo de introducción dirigidas por el profesor de Comunicación Audiovisual don Vicente del Castillo seguidas de un largometraje.

El programa se ha configurado de tal forma que cada mes se dedique a uno de los más destacados actores que han marcado un hito en la historia del cine. En el mes de marzo, el ciclo estará dedicado a Audrey Hepburn.

Todos los martes, a las 18.30 de la tarde, teneis una cita con el cine y con

PROGRAMACIÓN:

Martes 6 de marzo
"Sabrina", 1954. Dirigida por Billy Wilder, con Willian Holden y Humphrey Bogart.

Martes 13 de marzo
"Una cara de ángel", 1957. Dirigida por Stanley Donen, con Fred Astaire y Kay Thompson.

Martes 20 de febrero
"Los que no perdonan", 1960. Dirigida por John Huston, con Burt Lancaster, Audie Murphy y Lilian Gish.

Martes 27 de febrero
"Desayuno con diamantes", 1961. Dirigida por Blake Edwards, con George Peppard y Patricia Neal.

una de las caras más dulces de Hollywood.

El Centro Cultural Moncloa ofrece exposiciones, conferencias, ciclos de cine y música..

APUESTA POR LA CULTURA

El Centro Cultural Moncloa se encuentra ubicado en la Plaza de la Moncloa, en la confluencia de las calles de Isaac Peral y Princesa. A lo largo del año en él se desarro-



llan diferentes actividades culturales dirigidas a los vecinos de Madrid y a sus visitantes.

Exposiciones

La Sala de Exposiciones del centro ofrece la oportunidad de mostrar su obra a jóvenes valores y a artistas ya consagrados, al mismo tiempo que acoge importantes certámenes de pintura, escultura y fotografía, celebrándose también exposiciones de carácter didáctico, benéfico, medioambiental y de coleccionismo.

Ciclos

En su Salón de Actos destacan los ciclos de conferencias sobre histo-

ria, literatura y pensamiento. La música ocupa también un lugar destacado en la programación celebrándose conciertos de música clásica, durante todo el año, dentro del ciclo Los Jueves Musicales de Moncloa. La programación la completan representaciones de teatro en pequeño formato, proyecciones de cine y presentaciones de libros.

Jueves Musicales

Hasta el mes de junio todos los que lo deseen escuchar buena música clásica pueden acercarse al Centro Cultural Moncloa, los jueves a las 19.30 h. La programación musical



recopila un selecto y variado conjunto de obras de corte clásico con la idea de ofrecer a aquellos vecinos que lo deseen la posibilidad de acercarse y aficionarse a este tipo de arte. Para los

ya amantes de la música clásica estos encuentros musicales sin duda les servirán para volver a disfrutar de la música de los grandes genios de la música clásica, como Falla, Ravel, Bach, Haendel, Beethoven, Chopin...

TEATRO DE MADRID

Monforte de Lemos, s/n. Metro B° del Pilar (Línea 9)

Temporada 2000-2001

ENTRADAS: CAJA MADRID 902 488 488 • TAQUILLA 91 730 17 50

Ver GUÍAS COMERCIAL y DE SERVICIOS en págs. 21 a 26

La Red se ha convertido en la mejor herramienta para buscar empleo

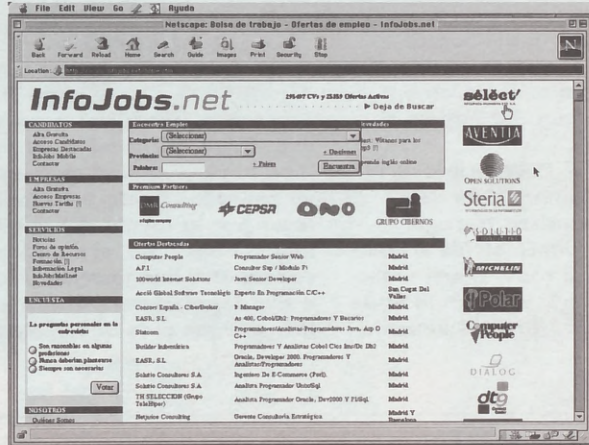
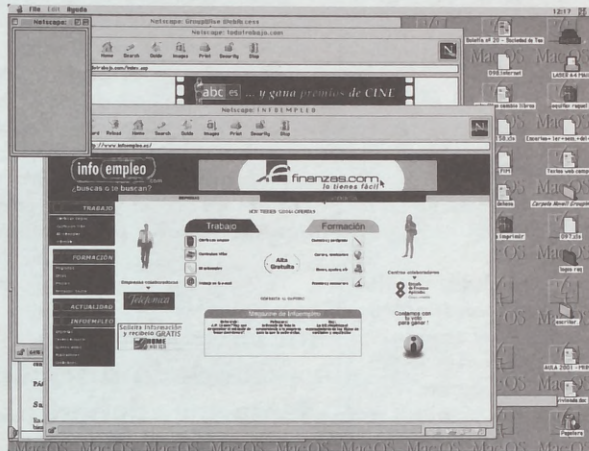
ENCUENTRA TRABAJO A TRAVÉS DE INTERNET

Si quieres estar permanentemente informado sobre las ofertas de empleo acordes con tus conocimientos y aspiraciones profesionales hay una forma fácil, rápida y gratuita: Internet. Los portales que se dedican a poner en contacto empresas y trabajadores son cada vez más numerosos en la Red, como también es cada vez más importante el número de empresas que confían sus procesos de selección a este nuevo medio. Para los empresarios, es una manera rápida y barata de ponerse en contacto con los profesionales. Para los demandantes de empleo, Internet es un medio anónimo y eficaz en el que conseguir un trabajo que no se tiene o localizar un mejor puesto al que promocionar.

Funcionamiento

Por lo general, el funcionamiento de todos los portales de búsqueda de empleo es bastante similar. Los demandantes de empleo pueden acceder a una amplia base de datos en la que consultar las ofertas en vigor, por fecha, sector de actividad, palabra clave... El registro en la página implica introducir tu currículum en ella (normalmente te ofrecen la posibilidad de mantener confidencialidad en ciertos datos, de cara a las empresas).

Cuando el navegante encuentra una oferta que le interesa, sólo tiene que escribir un e-mail y su cla-



Los portales de búsqueda de empleo son cada vez más numerosos en la Red, como también es cada vez más importante el número de empresas que confían sus procesos de selección a este nuevo medio

ve personal. Su currículum vitae es enviado de forma inmediata a la empresa que ofrece el trabajo. A partir de entonces ya depende de ésta el ponerse en contacto con el candidato. En la mayoría de los casos, la primera comunicación suele establecerse también a través de Internet.

Aparte de esto, muchos portales ofrecen servicios adicionales, como información referente a temas laborales y de formación, en-

vío de ofertas de empleo al propio e-mail del candidato (ajustadas a su perfil) y plantillas para realizar el currículum vitae.

Ventajas

Como decíamos antes, las principales ventajas son la rapidez y la comodidad. Y su enorme potencial de cara a poder conocer al mismo tiempo un número elevadísimo de ofer-

20 direcciones para encontrar empleo:

- www.infojobs.es
- www.infoempleo.es
- www.trabajos.com
- www.bolsatrabajo.com
- www.empleofacil.com
- www.jobpilot.es
- www.publiempleo.com
- www.searchonline.com
- www.todotrabajo.com
- www.jobline.es
- www.monster.es
- www.wideyes.es
- www.stepstone.es
- www.infolicenciados.com
- www.cybersearch.es
- www.laboris.net
- www.trabajofacil.com
- www.canalcv.es
- www.mercadodetrabajo.com
- www.topjobs.es

Buscar trabajo a través de Internet tiene una ventaja: las empresas ya saben que eres usuario de la Red

tas de empleo, y poderlas comparar fácilmente entre sí.

Además, solicitar una entrevista a través de Internet tiene una ventaja: las empresas ya saben que eres usuario de la Red. Hoy en día, conocer Internet está empezando a hacerse imprescindible a la hora de encontrar un puesto de trabajo.

Raquel Baos Sánchez

Para los empresarios es una manera rápida y barata de localizar a los profesionales

Ver GUÍAS COMERCIAL Y DE SERVICIOS en págs. 21 a 26

ENERSUN
 Central:
 Ofelia Nieto, 87 28039 Madrid
 Tel: 91 450 45 24
 Fax: 91 450 45 24
 e-mail: enersun@arrakis.es

LAS REFLEXIONES DE "TITO MOZART"

Don Fernando traía a sus clases de dibujo un tocadiscos de aquellos de maleta con altavoz incorporado en la tapa, convirtiendo de esta manera aquella hora obligatoria de clase en un espacio de imaginación y relaxo.

Dibujo era por la tarde, después de comer. Quedaban atrás las horas de la mañana, las matemáticas y la lengua, esos "rollos" que no tenían ningún atractivo para nosotros y además siempre nos preguntábamos para qué servían. Cuando llegaba la primavera, la sensación en la clase era cálida, mediterránea, con el sol entrando por los amplios ventanales de aquel colegio de los primeros sesenta y el sonido de las distintas músicas acompañando los temas libres que aquel inolvidable maestro nos proponía.

Fue en uno de esos momentos cuando oí por primera vez aquella música, aquel caudal sonoro y fresco que inundaba el aula y me hacía levantar continuamente la cabeza del papel.



— ¿Cómo se llama esta música don Fernando? —pregunté—.
— "Recuerdos de la Alambra", de don Francisco Tárrega.

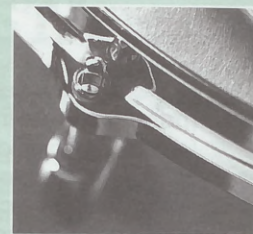
Nunca olvidé el nombre de la música y de su creador así como aquel maestro de dibujo que sí merecía el "don", y no como el de geografía, don Jesús o "don Ogro" como le llamába-

mos. Nunca aprendía geografía, es más, no me interesaba.

Desde mi mesa en el antiguo jazz-club de Madrid, veía a dos de los músicos que habían intervenido en el primer pase, cómo se ponían de acuerdo y asentían, mirando "los papeles"; me pareció increíble, ¡hablaban de la música mirando un papel y se entendían!

— ¿Cómo se llama esta música don Fernando? —pregunté—.
— "Recuerdos de la Alambra", de don Francisco Tárrega.

Nunca aprendía geografía, es más, no me interesaba. Desde mi mesa en el antiguo jazz-club de Madrid, veía a dos de los músicos que habían intervenido en el primer pase, cómo se ponían de acuerdo y asentían, mirando "los papeles"; me pareció increíble, ¡hablaban de la música mirando un papel y se entendían!



Saber mostrar la magia que esconde la disciplina y su lenguaje, debería ser una de las primeras preocupaciones del que enseña

conocer, o examinar para seleccionar? ¿enseñar para avanzar o dar clase para aprobar? Si, sé que es una utopía, pero no una quimera, como decía aquel político ya retirado. Y este pensamiento creo que debería aparecer por la mente del que enseña, cuantas más veces mejor. Pues si no, el guardapolvos acabará poco a poco con nuestra imaginación. Afortunadamente aprendo día a día de mi alumno Francisco que, a sus setenta y tantos, sólo me pide que le enseñe música.

ESTABLECIMIENTOS Y CENTROS COLABORADORES

CENTROS CULTURALES:

- * Julio Cortázar.
- * Juan Gris.
- * Vaguada.
- * La Remonta.
- * José Espronceda.
- * Tetuán.

INSTITUTOS:

- * La Paloma.
- * Gregorio Marañón.
- * Ciudad de los Poetas.
- * Príncipe Felipe.

KIOSCOS Y LIBRERIAS:

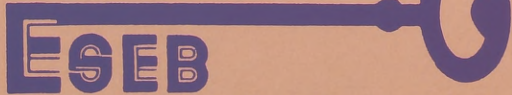
- * Aguilar de Campoo, 7.
- * Alcalde M. Alzaga, 9.
- * Antonio Machado, 15.
- * Antonio Machado, 50.
- * Antonio Machado.
- * Armenteros.

- * Betanzos.
- * Betanzos.
- * Chantada, 49.
- * Fermín Caballero, 14.
- * Fermín Caballero, 71.
- * Ferrol.
- * Finisterre, 3.
- * Francos Rodríguez, 23.
- * Francos Rodríguez, 47.
- * Francos Rodríguez, 84.
- * Francos Rodríguez, 102.
- * Fco. Rubio y Galí, 67.
- * Fco. Rubio y Galí.
- * Ginzo de Limia, 25.
- * Ginzo de Limia, 58.
- * Islas Cíes, 1.
- * Jerónima Llorente, 14. (Cotobal).
- * Jerónima Llorente, 69.
- * José Calvo, 1. (Mayvi).
- * Juan del Risco, 32.

- * La Bañeza, 43.
- * La Hiruela.
- * Lope de Haro. (Surtidor).
- * Marqués de Viana.
- * Melchor F. Almagro, 62.
- * Monforte de Lemos.
- * Numancia, 10.
- * Ribadavia, 24.
- * Sánchez Preciado, 17.
- * Sanguenjo, 22.
- * San Gerardo, 23.
- * San Restituto, 2.
- * Valderrodrigo, 8.
- * Villaamil, 15.
- * Villaamil, 51.
- * Villaamil. (Surtidor).

... Las AA.VV. Barrio Unido de Valdezarza y Paloma-Dehesa de la Villa y, naturalmente, en todos los locales de nuestros anunciantes.

PUERTAS ACORAZADAS



Sistemas de Alta Seguridad

PRODUCTO FABRICADO EN EXCLUSIVA PARA VD. Expertos profesionales 25 AÑOS A SU SERVICIO NOS AVALAN

- La seguridad no es objeto de escaparate
- Asegure su intimidad
- Fabricamos a medida de sus necesidades en nuestras propias instalaciones y siguiendo sus indicaciones
- Cerraduras de alta seguridad según su propia elección

DISCRECIÓN ABSOLUTA

- Trabajos garantizados por escrito
 - Reproducimos los moldurados exactos de su puerta
- VISITENOS SIN COMPROMISO**



Puertas de entrada MACIZAS



C/ Panizo, 71 • 28039 MADRID
91 311 50 51 - 91 311 71 13



ASADOR CRIOLLO 'LA ESTANCIA'

Jerónima Llorente, 66
28039 Madrid
91 450 14 99



'La Estancia' es el nuevo referente de la gastronomía argentina en Madrid. Este Asador Criollo-Restaurante ofrece en exclusiva excelentes carnes asadas al ruedo, método importado directamente de Argentina que mejora claramente las demás formas de asar.

Sus varios y amplios salones pueden acoger celebraciones y comidas de todo tipo.

Ayuntamiento de Madrid

3 AÑOS
GARANTÍA
Ó 100.000 KMS.



24 HORAS
ASISTENCIA

TOYOTA
Morente

COROLLA



CELICA



YARIS
BY **TOYOTA**



LAND CRUISER



AVENSIS



3 y 5 puertas
68 y 86 C.V.

VENGA
A PROBARLO



EXPOSICIÓN:

Avda. Dr. Federico Rubio y Galí, 37
Teléfono: 450 68 53
(Parking de Clientes)

TALLERES:

Avda. Dr. Federico Rubio y Galí, 62
Teléfono: 450 75 86

RECAMBIOS:

Avda. Dr. Federico Rubio y Galí, 62
Teléfono: 450 47 68

**CONCESIONARIO
OFICIAL MADRID**

Nuevas instalaciones: ☎ 91 535 70 38 c/ General Moscardó, 37
Ayuntamiento de Madrid