

SOS en la Colonia Las Victorias



Pág. 5

Planeta Tetuán: ruta por Filipinas



Pág. 13



Paseo de la Dirección: cuenta atrás para los últimos realojables

Pág. 3

CONTROL DE TIRADA Y DISTRIBUCIÓN
PSD

Tetuán "no acepta" folletos sexuales

Pág. 4

X Ciclo de Arquitectura en Tetuán

Pág. 8

Perucha, ciclista y creador de bicicletas

Pág. 10

LIBROS
Compra-Venta

C/ Marqués de Viana, 52
Tel. 91 570 15 72
www.librosalcana.com

Casa fundada en 1972

TERRAZA-RESTAURANTE LA PALOMA
TERRAZA Y CARPA EN PLENA NATURALEZA

La Paloma

Cocina Española de Temporada • Abierto todos los días

Carnes gallegas.
Pescados del norte.
Raciones: rabo de toro, callos, jamón Ibérico...

Ceviche de corvina y langostinos
Tartar de salmón salvaje
Carpacho de pulpo
Salmón marinado de la casa

Menú Diario 14 € • Menú Especial 25 € (De lunes a viernes)

Franco Rodríguez, 79 - Tel. 91 450 30 18 - www.terraza-lapaloma.com



Joyitas personalizadas

Bölbo

Victoria David

Plata de ley chapada en oro 44,90 €
925

Bravo Murillo, 205
www.bolboretavale.com

Curso de INGLÉS

Desde 59€ al mes

NIÑOS Y ADULTOS

iberenglish.com 913152143
+10 AÑOS ENSEÑANDO INGLÉS EN TETUÁN



Sólo en **Optica Roma**



49€

monturas + lentes
orgánicas endurecidas

Oferta válida hasta el 31/12/2017, no acumulable a otras ofertas, IVA incluido.
Montura EVOLENS con lentes blancos endurecidos hasta +/- 4 dp esf y - 2 dp cil.

Bravo Murillo, 166
(Estrecho)
91 572 02 07

Monforte de Lemos, 101
(Bº del Pilar)
91 731 32 17

f t y
opticaroma.com

OPTICA ROMA

Tetuán 30 días

Nº 254 - Octubre/2017

Director:

Juan Carlos Martín

Redactor jefe:

David Álvarez

Equipo de Redacción:

Oshidori

Cristina Sánchez

Laura Conde

Ramón Ferrer

Alba Bartolomé

Fotografía:

Beto López

Diseño y Maquetación:

santieme

Publicidad:

Mª José Plaza

Redacción, Publicidad

y Administración:

Cicerón, 8 (1º B)

28020 MADRID

Tel. 91 554 83 31

Email:

redaccion@tetuan30dias.com

Twitter: @tetuan30dias

www.tetuan30dias.com

Depósito Legal:

M-20573-1994



Publicación independiente que respeta las opiniones ajenas y las propias de sus colaboradores, asegura la veracidad de sus informaciones y expresa su opinión colectiva a través de los editoriales. «La libertad de expresión es nuestro principio».

Editorial

Sin subvención

Allá por 1994, un grupo de locos formó en una cooperativa con la loca idea de fundar un periódico que respondiera a las necesidades informativas del barrio, constantemente eclipsadas por la férrea agenda de los medios generalistas. Casi todos aquellos locos fueron desviando sus quehaceres laborales, pero 'Tetuán 30 días' se mantuvo, y se mantiene hoy—más de dos décadas después—, como uno de los periódicos locales más veteranos de la capital.

No ha sido una travesía fácil, y no hace falta abundar en las sucesivas crisis que se han tenido que ir sorteando, que en nuestro caso han sido triples: económica, del periodismo y del papel. Nunca 'Tetuán 30 días' recibió ninguna subvención. Tampoco se persiguieron, ni nos convenía especialmente la fórmula, enfocados como estábamos en elaborar un producto de calidad y atractivo para lectores y anunciantes.

Hace unos meses el Ayuntamiento de Manuela Carmena ponía en marcha una convocatoria de subvenciones para la promoción y el desarrollo de la prensa escrita local, lo que abría un nuevo escenario para los esforzados medios madrileños dedicados a informar sobre sus barrios. El objetivo lo decía claramente: "Fomentar y promover el desarrollo de proyectos de comunicación de ámbito distrital o inferior; garantizando la función social de dichos medios que promueven una información de cercanía y proximidad, especialmente vinculada a las necesidades de la ciudadanía".

No hay una sola cláusula de la convocatoria que 'Tetuán 30 días' no cumpliera sobradamente. Salvo una: la solicitud no fue presentada por una persona jurídica. Una condición ésta, según las bases, imprescindible para informar de lo que ocurre en los

barrios. Autónomos, fuera. Si quieren montar un periódico, que se busquen la vida.

El matiz no es menor; pues rompe el tablero del ya de por sí precario equilibrio del mercado de la prensa de proximidad. Lo que quizá se le olvida al Ayuntamiento es que los medios hiperlocales no se caracterizan en general por ser grandes corporaciones—aunque alguna hay, y con su correspondiente subvención—, sino más bien, por ser medios pequeños que sacan sus números—y 'Tetuán 30 días' lleva 254—con mucho esfuerzo. Puede que al equipo de Carmena se le haya pasado también que no hay en todo el distrito—ni, probablemente, en todo Madrid—una publicación que lleve cada mes más noticias "de barrio" que las que lleva 'Tetuán 30 días', elaboradas de modo honesto, profesional e independiente. Resulta pues obvio que, si este medio no cabe en una subvención diseñada para "fomentar" la prensa local, o está mal hecha la convocatoria o el objetivo será otro, pero no el citado.

En cualquier caso, los tetuaneros pueden estar tranquilos. Con o sin subvención, seguiremos sin ataduras para publicar libremente lo que consideremos, por más que algunos amigos sin mala voluntad nos señalen como prensa "afín". En todo caso, 'Tetuán 30 días' es prensa muy trabajada para llegar "a fin" de mes, y perdonen el chascarrillo. Y eso es algo que tenemos que agradecer en primer lugar a nuestros lectores, que con su interés nos demuestran que somos un producto interesante para el barrio; y, especialmente, a nuestros anunciantes, que confían en nosotros y en la importancia de lo que hacemos. Y que seguiremos haciendo, por más que el Ayuntamiento "del cambio" nos deje igual que estamos. Igual que hemos estado los últimos 23 años.

Póker de doses ♠ ♣ ♡ ♠

Huertos por doquier

—¡Hola PaSotE! ¡Bueno, ya estamos haciendo de las tuyas! No me digas más, "El negocio del siglo".

—¡Hola PePita! Pues esta vez sí que sí; me voy a forrar. ¿Te apuntas?

—A ver, primero cuéntame a qué vienen esas pintas de agricultor en pleno Tetuán, azadón en una mano, guadaña en la otra y una mochila en la espalda.

—Muy sencillito PePita, tanto solar abandonado como hay en nuestro querido Tetuán, ya es hora de que se aprovechen adecuadamente.

—Ah, mira, esta vez parece que vas por buen camino... Y entonces, ¿qué se te ha ocurrido?

—Plantar frutas, verduras, hortalizas, legumbres... en todos y cada uno de ellos. ¡Serán los huertos ecológicos del barrio!

—Oye, esta vez suena pero que muy bien PaSotE. ¡Enhorabuena! Incluso podrías darle al negocio un sentido altruista, alimentando al necesitado.

—Bueno, eso para la tercera fase.

—Ah, ¿cuál es la primera?

—Pues la limpieza PePita, que están los solares que en alguno me sale hasta un elefante, ¡vaya dejadez!

—Es que nadie sabía que uso dar a estos solares y mira, tu idea es brillante.

—¡Gracias!

—Pero tengo una duda...

—Dispara. Está todo controlado, incluso he redactado un plan de negocio.

—¿Dónde vas a vender la producción?

—Fácil de responder, en el rastrillo de la avenida de Asturias todos los domingos y fiestas de guardar.

—Y otra duda que me acaba de asaltar al cerebro...

—Dime, dime, no hay cabos sueltos en este negocio.

—¿Cómo vas a controlar que no te roben la producción?

—Con vallas electrificadas en cada solar, alarmas 24 horas y perros mastines con más hambre que el perro un ciego.

—Pues sí que lo tienes todo calculado sí, esta vez sí. Oye, me meto de cabeza en el negocio contigo.

—¡Genial! Son 30.000 euros del ala.

—¿Cómo? ¿Y para qué necesitas tanto capital?

—Mujer, los materiales, las semillas, el alquiler de los terrenos, el seguro...

—Ah, seguro y todo.

—Claro, imagínate que cae una nevada y se pierde la cosecha, nos tendrían que indemnizar. Ya te digo que está todo controlado.

—Y esto... ¿Has hablado ya con los propietarios de cada solar?

—Bueno, es un pequeño detalle sin importancia PePita, ya me podré a ello...

—Ya, todo controlado, ya, como siempre. A más ver.

—¿Dónde vas?

—Al banco, a que no me concedan un préstamo para tu "fantástico" negocio.

REY

TRIBUNA ABIERTA

Un contrato para "salir del paso"

Tetuán es un distrito donde los educadores sociales hacen una increíble labor cada día. Su principal labor es la intervención socio educativa en familias y jóvenes en riesgo de exclusión social. Son el primer contacto que usa la Administración para llegar hasta las personas a las que hay que ayudar en su inclusión social. Y esto hay que decirlo en voz alta, y sin miedo. Hay que reconocer la valentía de estos educadores que, con poco dinero y recursos, hacen mucho por los vecinos.

Que los educadores sociales necesitan más dinero es una realidad aplastante. Porque desde Ciudadanos entendemos que es absolutamente necesaria la contratación de más refuerzos de educadores sociales para su intervención directa en el barrio de Bellas Vistas. Pero la concejala-presidenta de Tetuán, Montserrat Galcerán, que es quien tiene que ampliar este presupuesto, ha decidido que justo ahora que se acaba de licitar un nuevo contrato,



con una nueva empresa, en lugar de ampliar los puestos de educadores, tal y como se aprobó en el Pleno, lo mejor era recortar el presupuesto en nada más y nada menos que en 60.000 euros. Un dinero que afectará directamente al trabajo diario de los educadores. Y ante

este recorte, lo más que tiene que decir es que "éste es un contrato que les ha permitido salir del paso".

¿En serio, salir del paso? No, señora Galcerán, su labor y la de su Gobierno no es redactar contratos para salir del paso. Su labor con este contrato era cumplir los acuerdos del Pleno, aumentar el presupuesto tal y como vendían de manera reiterada desde diciembre de 2016 y, por supuesto, no recortar sin ton ni son en un servicio más que necesario para nuestro distrito.

Este Gobierno es absolutamente libre de decidir dónde y en qué se recorta, y Galcerán ha decidido recortar en el nuevo contrato de los educadores sociales. Pero no sólo ha decidido asignar un contrato a la oferta más baja—tal y como hacía el PP al que tanto criticaron—, sino que además, desde la propia Junta de Distrito, se pide en el contrato un recorte de 2.800 euros anuales en presupuesto destinado a las actividades socio educativas, cuyo objetivo es la plena inclusión de jó-

venes. Pasamos de 400 euros por actividad a 200. Un recorte del 50%. Algo muy grave, teniendo en cuenta que es un paso atrás que retrotrae el servicio al año 2014, cuando los educadores sociales la única actividad que podían hacer con los jóvenes era ir a la piscina municipal.

Desde Ciudadanos llevamos meses reclamando una mayor partida presupuestaria para la intervención socio educativa, porque tenemos que apostar por estos jóvenes, por su inclusión en la sociedad. Pero esto requiere un esfuerzo profesional, que ya se está haciendo, y un gran esfuerzo económico con el que no se está cumpliendo. Hay que saber priorizar el destino del dinero, pero si quien manda considera que éste es "un contrato para salir del paso", pues ya nos está diciendo la prioridad que da al servicio.

ANTONIO JOSÉ CRESPO ES PORTAVOZ DEL GRUPO MUNICIPAL CIUDADANOS EN TETUÁN.

Manos Unidas

PLÁNTALE CARA AL HAMBRE: SIEMBRA

colabora: 900 811 888 - manosunidas.org



Tetuán 30 días

@tetuan30dias

SÍGUENOS EN TWITTER

El Ayuntamiento ya conoce las propuestas de la Mesa de Participación

Dragados entrega el segundo bloque de realojo para el paseo de la Dirección

DAVID ÁLVAREZ DE LA MORENA

El segundo bloque de realojo del paseo de la Dirección ya está en manos de la Empresa Municipal de la Vivienda y Suelo (EMVS), después de que la concesionaria Dragados se lo entregase hace unas semanas al Ayuntamiento, y éste lo transfiriera en el mismo acto a la empresa municipal. Se trata de un paso imprescindible para comenzar la tramitación de los expedientes de los vecinos que aún faltan por realojar: aproximadamente unas 30 de las 72 viviendas del bloque serán para éstos, a los que hay que añadir otras familias realojadas transitoriamente fuera, que pudieran retornar.

No obstante, aún pasarán meses hasta que los vecinos puedan mudarse. En estos momentos Hacienda está fijando la situación fiscal de los realojables —otro paso necesario antes de conceder las subvenciones directas aprobadas por el Ayuntamiento— tras de lo cual se deberá actualizar la documentación en la EMVS. Luego sorteo, alegaciones y adjudicaciones de las subvenciones, y finalmente, traslado: “Por mucho que corran, la adjudicación sería para abril de 2018 y la entrega para junio, o hasta que se otorguen esas subvenciones”, explica el presidente de la Asociación de Afectados por el Paseo de la Dirección, Luis Romero. Más optimista se muestra Pachi Barrueco, coordinador de la Mesa de Trabajo de Participación Ciudadana, que calcula la mudanza “para principios del año que viene”.

OBRAS Y PARTICIPACIÓN

Con la concesionaria ya en retirada, los afectados critican que algunas calles del sector hayan quedado sin arreglar: “No es cierto que se hayan terminado las obras de urbanización, como se dice en alguna información. Simplemente están con-



El nuevo bloque cuenta con 72 viviendas, de las cuales 30 serán para los últimos realojables.

cluidas aquellas que se recogían en la liquidación con Dragados, pero aún queda un 12% de las obras y la totalidad de la cornisa”, explica Romero, que añade que en cualquier caso en esta última “los trabajos se iniciarían en 2019, pues esta modificación tiene prevista su aprobación en 12 meses”.

Los afectados critican que algunas calles del sector hayan quedado sin arreglar

Con lo que sí cuenta ya el Área de Desarrollo Urbano Sostenible (DUS) es con el documento de la Mesa de Participación con las aportaciones de los vecinos. “Ha sido un gran trabajo, con mucha contribución vecinal, que se ha ido recogiendo por distintas vías y se han sistematizado”, explica Barrueco.

En el documento presentado, la Mesa opta por desarrollar la alternativa —de las presentadas por DUS— que prioriza la actuación dotacional frente a la residencial, y señala entre las actuaciones urgentes: la construcción del polideportivo, terminar con la urbanización que resta con cargo al presupuesto ya asignado para este año, o el traslado del cantón de limpieza. Entre las múltiples propuestas, también se hace hincapié en la necesidad de reconsiderar la falta de plazas de aparcamiento en la zona.

En este momento, el Área de DUS se encuentra estudiando dicho informe para, junto a sus propias propuestas, presentar para su aprobación un documento que servirá de base para el nuevo planeamiento. Una reunión que, según el coordinador de la Mesa, podría celebrarse a finales de este mes de octubre.

Una auditoría revela irregularidades

El Ayuntamiento acordó hace un año la resolución amistosa del contrato de concesión con Dragados, conociendo las conclusiones de una auditoría encargada por la Junta y que reflejaba presuntas irregularidades en el proyecto. La explicación entonces por parte de DUS —sin citar el contenido de dicho informe— fue que se tomaba una decisión pragmática, con el fin de no judicializar el planeamiento, para no paralizar las obras y aplazar aún más las soluciones para los vecinos afectados.

Dichas conclusiones se han conocido ahora, y apuntan a que las sucesivas modificaciones del proyecto —llevadas a cabo durante el mandato del PP— pudieron incumplir la Ley del Suelo, tenían “como objetivo principal revisar las condiciones de una operación que había dejado de ser rentable para el concesionario” y se saltaron la

obligación de ser sometidas a consulta pública. Además, se reseña que el Plan no incluía el preceptivo estudio de impacto ambiental y se señala a los pequeños propietarios como “los grandes afectados por el proceso, sin posibilidad de recurrir al TS y sin que la Administración buscara soluciones, ante la diferencia de precios entre las viviendas de realojo y el justiprecio”.

Según el presidente de la Asociación de Afectados, la filtración de esta auditoría puede tener unas consecuencias jurídicas “imprevisibles”, si bien “lo que tiene es unas consecuencias políticas evidentes, puesto que se conocían tanto las ilegalidades como el injusto trato a los expropiados y se obvian, con informes jurídicos de funcionarios municipales, para posibilitar una liquidación amistosa, indemnizando al concesionario

por una actuación nula, se oculta la auditoría y se miente en un Pleno afirmando que era un simple informe”.

La “auditoría” del denominado Plan Parcial de Reforma Interior 06.02 ha tenido un curioso periplo, pasando de aparecer en las promesas electorales de Ahora Madrid a ser soslayada tras el acuerdo con Dragados; de ser encargada por la Junta —que posteriormente la rebajaba a simple “informe”— a que Ahora Madrid, junto con el PP, rechazara su elaboración por un órgano externo en el Pleno de Cibeles el pasado noviembre. Con todo, el informe-auditoría que firma Raquel Rodríguez Alonso, profesora asociada del Departamento de Urbanismo y Ordenación del Territorio, contiene en sus 120 páginas un pormenorizado repaso del proyecto, desde su adjudicación allá por el año 2007.



TRASTEROS
por MADRID.com

ZONA
JERÓNIMA LLORENTE



Tels: 635 623 513 • 670 737 666
trasterospormadrid.com



Tu trastero desde
12.900 €

- Video vigilancia **24h**
- Fincas Registrales independientes
- Sistema antiincendios
- Fácil acceso-planta calle
- Acceso 24 horas

Tetuán avala la campaña 'No Acepto Madrid'

Vecinos se "fotomanifiestan" en contra de los folletos de prostitución

Laura Conde

La lucha contra la publicidad de servicios sexuales en los parabrisas nació con un simple cartel de denuncia colgado en Facebook, que señalaba: "No acepto publicidad de prostitución. Por las mujeres. Por nuestros niños. Porque quiero un barrio limpio. Porque no quiero mafias". La idea en principio fue colgarlo dentro de los vehículos para denunciar el aumento de este tipo de folletos, una práctica cada vez más visible en el barrio, pese a estar prohibida por la ordenanza municipal con multas de hasta 3.000 euros. El éxito de la iniciativa, detrás de la que se encontraban el AMPA del Colegio El Elfo y las asociaciones vecinales de San Pascual, Quintana y La Nueva Elipa, fue fulgurante. De ahí que decidieran reunirse con colectivos de otros barrios en una Asamblea el pasado junio, de donde nació la plataforma

ciudadana 'No Acepto Madrid', que cuenta con una petición en "Change.org" que ya ha superado las 27.700 firmas, y el compromiso del concejal delegado de Salud, Seguridad y Emergencia, Javier Barbero, de tomar cartas en el asunto.

¿CÓMO COLABORAR?

El incremento de este tipo de publicidad en Tetuán ha hecho que los vecinos comiencen a movilizarse para erradicarla de las calles. Como representantes de la plataforma en el distrito se encuentra la Asociación Vecinal Cuatro Caminos-Tetuán, cuya vocal de Igualdad, Carmen Míguez, impartía hace unos días una charla en el Centro Hermanas Mirabal.

Míguez explica cómo participar: "Cualquiera que lo desee puede apoyar nuestro proyecto de varias maneras. Por ejemplo, con la 'fotomanifestación', que consiste en



Asociaciones de Madrid han organizado recogidas masivas de folletos.

Foto: "No Acepto".

hacerse una foto en compañía de tu familia, mascota, vecinos..., con un cartel que diga 'No aceptamos publicidad de prostitución', y después mandarla a fotonoacceptomadrid@gmail.com. También pueden firmar la petición de 'Change.org'

y compartirla para que llegemos cuanto antes a las 35.000 firmas que nos exigen, o imprimir el cartel y colgarlo en tu coche o en tu negocio. E incluso ayudarnos en la recogida de flyers. Tenemos pensado hacer una batida colectiva.

Pero quien tenga la oportunidad de recoger algunos de camino al trabajo, al cole o a sus lugares de ocio, puede entregárnoslos en la sede de la Asociación, o en el resto de puntos de recogida que se pueden consultar en un mapa en Facebook".

Además de la explotación sexual que en muchos de los casos acarrea este tipo de servicios, la proliferación de estos flyers tiene como consecuencia "unas calles más sucias, que los pequeños lleguen a coleccionarlos como cromos o los adolescentes lo vean como una forma de ocio más. Todo ello sin olvidar que la mujer es considerada un objeto, que se compra y se vende, y además barato", señala. Otra de las acciones que 'No Acepto Madrid' va a comenzar durante este inicio de curso son las charlas de sensibilización en los colegios, para concienciar a las siguientes generaciones del peligro de este negocio a todos los niveles.

Se han invertido más de 320.000 euros en su puesta a punto

Un verano de obras para los colegios y escuelas infantiles

Tetuán 30 días

El Colegio Público Ignacio Zuloaga estrenará este curso nuevo pavimento para su pista deportiva de 1.500 metros cuadrados. Este es uno de los trabajos que la Junta de Distrito ha llevado a cabo durante el verano en los centros educativos públicos de Infantil y Primaria de Tetuán, y cuya inversión ha superado los 320.000 euros.

Las obras, que concluyeron el pasado septiembre, consisten en la mayoría de los casos en la preparación y asistencia de la denominada OCA eléctrica, esto es, la inspección de carácter obligatorio que cada cinco años deben pasar los locales de titularidad pública. Los trabajos se han abordado en un total de ocho centros de Primaria y cuatro Escuelas Infantiles. Ésta es la relación de las obras realizadas:



En el Zuloaga se ha renovado el pavimento de la pista deportiva.

- CEIP Felipe II: preparación y asistencia de la OCA eléctrica y colocación de pararrayos; mejoras en el saneamiento de la cocina, sustitución del canalón del gim-

nasio y del pavimento del patio infantil.

- CEIP Ignacio Zuloaga: preparación y asistencia de la OCA eléctrica y colocación de pararrayos, sustitución

del pavimento del patio y de la pista deportiva, y colocación de nuevas canastas y porterías.

- CEIP Federico Rubio: preparación y asistencia de la OCA eléctrica y colocación de pararrayos, acondicionamiento de un cuarto anexo a la cocina para monitores y servicios auxiliares, medidas de protección en la escalera de acceso al comedor con la instalación de un suplemento en la barandilla, y colocación de protectores en las canastas del patio.
- CEIP Jaime Vera: colocación de pararrayos, obras de conservación en los vertebrales de la planta baja y reparación de una de las escaleras.
- CEIP Pío XII: preparación y asistencia de la OCA eléctrica y colocación de pararrayos y nuevas rejillas en las aulas que dan al patio en la planta baja, pintura del patio y de algunas de las aulas.

- CEIP Juan Ramón Jiménez: preparación y asistencia de la OCA eléctrica y colocación de pararrayos.

- CEIP Ortega y Gasset: preparación y asistencia de la OCA eléctrica y colocación de pararrayos, sustitución de los radiadores y nuevas rejillas en el patio.

- E.I. Aguadulce: preparación y asistencia de la OCA eléctrica, colocación de intercomunicadores en las aulas, cambio de la caldera y reparación de pintura y pavimento.
- E.I. La Brisa: pulido del suelo de linóleo y colocación de protectores y cantoneras en la primera planta.
- E.I. Campanilla: sustitución del pavimento del patio y cambio en la puerta de suministros.

- E.I. Tetuán Los Gavilanes: colocación de pararrayos e instalación de muelles en las puertas.

PISO YA

Piso en venta en bravo murillo, Bellas Vistas, Madrid
182.000 € 53 m² 2 hab. 2ª planta exterior

Piso en venta en calle de Lope de Haro, Berruguete, Madrid
158.000 € 49 m² 2 hab. 1ª planta exterior

Piso en venta en calle Bellanés s/n, Pinar del Rey, Madrid
129.995 € 40 m² 1 hab. Bajo exterior

Piso en venta en Calle de Jerónima Llorente, Bellas Vistas,
139.990 € 42 m² 2 hab. 2ª planta interior

Piso en venta en calle Pinos Alta, Valdeacederas, Madrid
219.995 € 126 m² 4 hab. 4ª planta exterior

AVDA. DR. FEDERICO RUBIO Y GALI Nº 45 - CP 28039
TEL. 91 113 87 25 / 691 86 45 87

C/ JAÉN 16
CP 28020
TEL. 91 033 22 24 / 605 93 76 37

CALLE PINOS ALTA, 35
CP 28029
TEL. 695 11 93 53 / 622 60 35 21

Croqueta y Presumida

artesanos de la croqueta

¡Completa el surtido a tu gusto!

14 VARIEDADES

¡Mmm!

Y descubre nuestra

GRAN VARIEDAD DE COCINADOS CASEROS

C/ Raimundo Fernández Villaverde, 33 • MADRID
☎ 91 034 78 87

www.croquetaypresumida.com

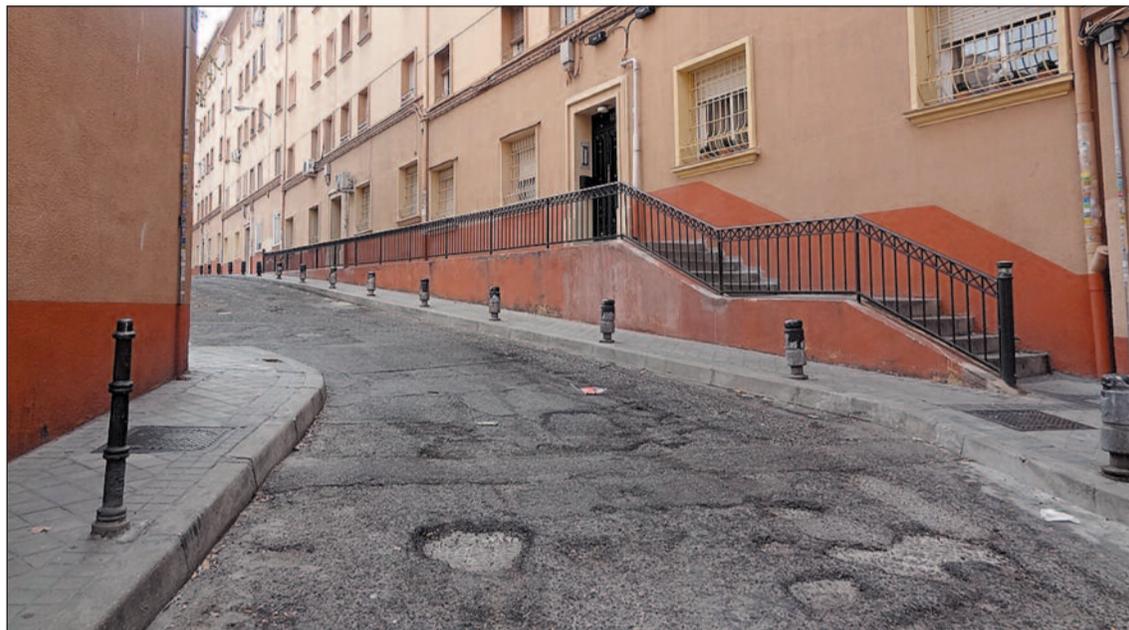
Basuras, asfalto en mal estado y comportamientos incívicos

El SOS de la Colonia Nuestra Señora de las Victorias

ALBA BARTOLOMÉ OTERINO

Desamparados, con miedo y con la esperanza de poner fin a un problema que se ha convertido en su día a día. Así se encuentran los vecinos de la Colonia Municipal Nuestra Señora de las Victorias, en la plaza de Ángel Carbajo. Denuncian las deplorables condiciones en las que se encuentra la comunidad y constatan con sus testimonios la situación límite que ha alcanzado la convivencia con los vecinos de viviendas sociales.

La Colonia Nuestra Señora de las Victorias es una de las últimas colonias construidas en los años 50 en Madrid. Después de conseguir que la Empresa Municipal de la Vivienda y Suelo (EMVS) les vendiera sus pisos atendiendo al concepto de renta antigua, el problema llegó –según cuentan– cuando los pisos vacíos fueron otorgados como viviendas sociales a varias familias de etnia gitana. “Hay vecinos que se han ido del bloque hartos de la situación”, relata un residente de la colonia. Una situación insostenible debido, entre otras cosas, a la cantidad de residuos que se generan y no se limpian, y que ha propiciado la presencia de ratas en el entorno.



“Es urgente una solución para mejorar la calidad de vida de la Colonia”, exigen los vecinos.

“Salen a tomar el aire, hacen fiestas en la calle y se pueden llegar a juntar hasta 100 personas una misma tarde”, añaden los vecinos.

A este problema se le suma la mala pavimentación presente en la zona, el exceso de ruido constante que impide llevar una vida tranquila

al resto de vecinos y la salida del Colegio Público José Ortega y Gasset, a escasos 10 metros de los portales, que incrementa la basura esparcida por la zona.

Los vecinos afectados se sienten incomprendidos y expresan el miedo constante al que se exponen

día a día: “Insultos, amenazas o represalias es lo único que recibimos si intentamos dialogar con ellos”, señalan. “La convivencia es imposible y mucho nos tememos que, si no se encuentra una solución pronto, terminará habiendo un episodio desagradable”.

El problema ya ha llegado a la Junta Municipal, en el último de cuyos Plenos se aprobó por unanimidad una proposición presentada por el Partido Popular para que se proceda a realizar una limpieza en el entorno, se repare el mal estado de la plaza y se tomen medidas para atajar el problema de incivismo en la zona.

No obstante, y pese a la aprobación, desde Ahora Madrid se leyeron sendos informes de los técnicos municipales y de la Policía local, donde se señala que “no se observan problemas de suciedad en las calles, detectándose únicamente residuos propios de la actividad diaria”. En cuanto a la situación de inseguridad, “la Policía ha visitado la zona sin registrar incidencia alguna, si bien se continuará con la vigilancia”, añaden.

Entretanto, los vecinos han puesto en marcha una cuenta de Twitter donde denuncian a diario y con fotografías la situación en la zona, de la que ya se han hecho eco varios medios de comunicación. “Exigimos nuestro derecho a sentirnos respaldados y seguros en nuestras casas. Es urgente que el Ayuntamiento proponga una solución para mejorar la calidad de vida de la Colonia”, sentencian.



Venta Recuperable:

Consigue **dinero inmediato**

Sin perder **tus productos**

1 
TRAES TUS PRODUCTOS

2 
NEGOCIAMOS EL PRECIO DE VENTA Y DE RECOMPRA

3 
TE LLEVAS EL DINERO EN EFECTIVO Y EN EL MOMENTO

4 
TIENES 30 DÍAS (AMPLIABLES) PARA RECOMPRARLO



PARA MÁS INFORMACIÓN VISITA ventarecuperable.es

ESTAMOS EN

SOR ÁNGELA DE LA CRUZ, 35 - Telf. 91 571 68 38

SAN BERNARDO, 99 - Telf. 91 446 99 90

cashconverters 

Con la participación de personas sin recursos

Vecinos de Tetuán estudian la exclusión social y su impacto en la salud



Un momento de las reuniones del programa Comunidades Activas en Salud de Tetuán.

CRISTINA SÁNCHEZ

“Cuando planteamos el primer día qué cosas influyen en la salud, el tema derivó enseguida en cuestiones que se escapan de lo sanitario, como los servicios sociales, la renta mínima de inserción... Cuando no tienes recursos (porque, por ejemplo, el médico te manda una dieta y tú sólo comes productos no perecederos del Banco de Alimentos), la salud está condicionada por otros muchos factores”. Daniel García Blanco, médico de familia, es coordinador de las Comunidades Activas en Salud de Tetuán, un programa lanzado por Madrid Salud hace ahora un año, que se está llevando a cabo también en Puente y Villa de Vallecas, distritos con unos altos índices de exclusión social en los que se vienen desarrollando iniciativas al respecto desde hace tiempo, como el Proceso de Desarrollo Comuni-

tario, el Banco de Alimentos, la Mesa contra la Exclusión o Invisibles, en el caso de Tetuán.

Lo novedoso de este proyecto es que cuenta con la participación de sus protagonistas, personas en situación de pobreza que comparten con profesionales y otros vecinos sus conocimientos y experiencias en la relación con las instituciones. “Ha sido una preocupación constante. Para nosotros era prioritario que la gente más vulnerable no se quedara fuera, que hubiera un espacio donde se escuchara su opinión”, explica Daniel García.

En marzo, los tres distritos se juntaron en Medialab Prado para poner en común el trabajo realizado hasta el momento. “Encontramos un montón de similitudes. Se pusieron de relieve la falta de coordinación entre entidades, la escasa comunicación entre el profesional y el paciente o usuario, la dificultad de las

gestiones y las barreras de los requisitos, la vergüenza que sienten quienes tienen menos recursos por depender de otros y del sistema, la desigualdad y los prejuicios en el trato, la incompreensión, los miedos...”, apunta el coordinador.

Por su parte, el pasado 14 de septiembre, la Comunidad de Tetuán presentó en la Junta Municipal la línea de actuación de los próximos meses, en los que se hará una evaluación de los recursos existentes en el barrio, se estudiarán sus limitaciones y se acordarán propuestas de mejora para la inclusión de toda la comunidad. Las reuniones son abiertas y se celebran mensualmente en martes (el grupo de vecinos. Las próximas citas son el 10 de octubre y el 14 de noviembre a las 17:00 horas) y jueves (los profesionales: 2 de noviembre a las 13:00 horas) en el centro Madrid Salud de Tetuán de la calle de Aguiléñas, 1.

Cartas al director



Envía tus quejas, propuestas, agradecimientos, curiosidades, anécdotas...
a: redaccion@tetuan30dias.com - fax: 91 534 56 09

Un “corralito” en La Remonta

Les escribo para exponer mis quejas sobre el abuso de autoridad y el “corralito” que tiene montado la comisaría en la Plaza de la Remonta, que ha preparado su parking particular no sólo para coches de policía –que tampoco tienen derecho a aparcar allí–, sino para un montón de coches particulares de los policías. Policías que además tienen parte de la calle de Müller para ellos, pero en fin, que debe de ser muy cómodo aparcar ahí, y meter los coches hasta la puerta del colegio que hay en la plaza. Entre ellos y todos los

restaurantes, que no sólo se conforman con haber montado el chiringuito exterior, sino que sobresalen dos, tres y hasta cuatro filas fuera de sus límites legales. Esto nos perjudica a todos, porque es una vergüenza que los chavales estén jugando entre coches y socavones, ya que todo esto está destrozando la plaza, no hay más que ir y verlo, y a la concejala de Tetuán parece que no le importa mucho. A ver si entre todos podemos colaborar y hacer algo para que el barrio de Tetuán sea más social y digno para los vecinos.

JOSÉ MARÍA GONZÁLEZ

Sin agua en el Cerro de los Locos

Me dirijo a usted para contarle la situación actual del Cerro de los Locos, en la Dehesa de la Villa. Tras la tormenta del pasado mes de julio se formó una enorme balsa de agua en la fuente-ducha del Cerro. Tras limpiarla a conciencia los usuarios que habitualmente practicamos deporte en esa zona, nos dimos cuenta de que la avería debía de ser de gran envergadura y afectar a la canalización del Canal de Isabel II. Parece ser que hay una tubería rota y que el arreglo es complicado. Debido a esta avería también se ha quedado sin agua la fuente de los eucaliptos, arriba del Cerro.

Desde entonces la situación de falta de agua en la zona está sin resolver, y es grave porque ni siquiera podemos regar las plantas y árboles que hay en la zona, actividad que desde hace tiempo hacemos los usuarios. Operarios del Ayuntamiento nos han dicho que no van a arreglar la fuente-ducha, mítica desde hace muchos años, sino que la van a tapar y sustituir por una fuente normal. Hemos recogido 100 fir-

mas para que se repare la fuente-ducha y se quede como estaba. La fuente ha sido usada desde 1940 por boxeadores, gimnastas, artistas de circo..., y actualmente sigue siendo un espacio muy frecuentado por vecinos y usuarios del Centro de Iniciativas Medioambientales, que organiza talleres para conocer la flora y las aves de La Dehesa. Nos gustaría que el problema se resolviera lo antes posible y que hagan un esfuerzo por reparar la mítica fuente-ducha que desde 1940 ha sido de gran utilidad para tantos vecinos.

USUARIOS Y DEPORTISTAS DEL CERRO DE LOS LOCOS.



FerSay
INNOVANDO CON CALIDAD
Accesorios y repuestos para electrodomésticos y electrónica.
FERSAY MADRID BM
Calle Bravo Murillo, 349
Tel: 911 394 879 / WhatsApp: 619 000 167
fersaymadrid.bm@gmail.com
www.tiendasfersay.com

MANUEL BAUTISTA HIDALGO
Psicólogo y Psicoterapeuta
Nº Col-M-16241
Análisis Bioenergético
Acupuntura bioenergética • TIC
EMDR • Moxibustión y otras técnicas
667 30 59 13 • manuelbaut@gmail.com • manuelbaut.wix.com

TALLERES VICTORIA
CHAPA - PINTURA Y LUNAS
• Pintura al agua
• Trabajamos con todas las compañías
• Rapidez y seriedad
Plaza Condesa de Gavia, 5
(Detrás Mercado Maravillas)
Tels .91 534 70 50 - 605 791 698
josem2vr@yahoo.es
www.talleresvictoria.com

Kumon, donde empieza su futuro
Ayuda a tus hijos a cumplir sus sueños.
Con nuestros programas de **Matemáticas** y **Lectura**, adquirirán confianza, aprenderán por sí solos y lograrán todo lo que se propongan.
A partir de los **2 años** de edad.
15 días gratis hasta el 31 de octubre.
Kumon Madrid – Cuzco
P.º de la Castellana, 131, local
646 132 722
www.kumon.es
KUMON

DE TODO MADRID



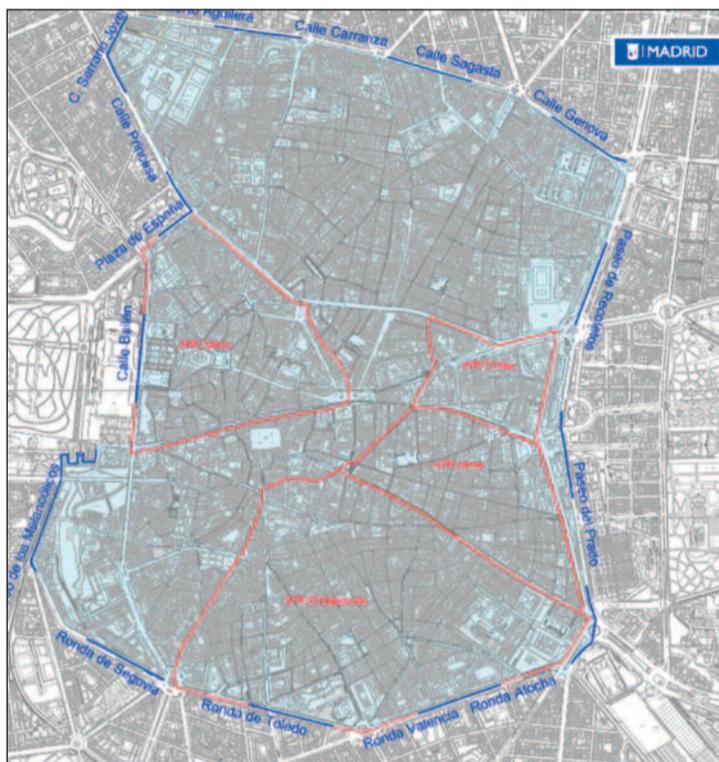
Fuertes restricciones al tráfico en los accesos al Centro

El Área Central Cero Emisiones entrará en vigor en 2018

El Ayuntamiento ha aprobado definitivamente el Plan A de Calidad del Aire y Cambio Climático, un proyecto que recoge 30 medidas “enfocadas a conseguir una ciudad sostenible, que garantice la salud de la ciudadanía frente al reto de la contaminación atmosférica, reduzca las emisiones de gases de efecto invernadero y fortalezca a la ciudad frente al impacto del cambio climático”, señalan desde el Consistorio.

Una de las medidas más relevantes será la creación de un Área Central Cero Emisiones en junio de 2018, que ampliará las áreas de prioridad residencial, y cuyo perímetro estará delimitado por las calles de Alberto Aguilera, Carranza, Sagasta, Génova, Paseo de Recoletos, Paseo del Prado, Ronda de Atocha, Ronda de Valencia, Ronda de Toledo, Gran Vía de San Francisco, Bailén, Plaza de España, Princesa y Serrano Jover.

En la configuración de la futura ACCE no habrá calles abiertas al tráfico, incluyendo la Gran Vía, dentro de los mismos criterios de accesos que el resto del ámbito. Al interior podrán acceder vehículos de residentes e invitados, propietarios de plazas de aparcamiento, servicios y transporte público, VTC, motos en horario diurno, vehículos cero emisiones, vehículos para personas con movilidad reducida, transporte colectivo y vehículos industriales, comerciales y de mercancías, con horario extendido para los menos contaminantes.



Éste es el espacio que albergará el Área Central Cero Emisiones (Mapa: Ayuntamiento).

La medida eliminará el tráfico de paso “e impulsará la regeneración del centro urbano mediante la implantación de un nuevo modelo de movilidad que priorice al peatón, a la bicicleta, al transporte público y en general a los vehículos menos contaminantes”, añaden desde el Consistorio.

Por otro lado, el Área de Medio Ambiente y Movilidad está realizando estudios para la ampliación

del horario del SER en zonas saturadas en horario de ocio, así como la realización de pruebas piloto para implantar estacionamiento regulado, sin coste para los residentes, en zonas exteriores a la M-30.

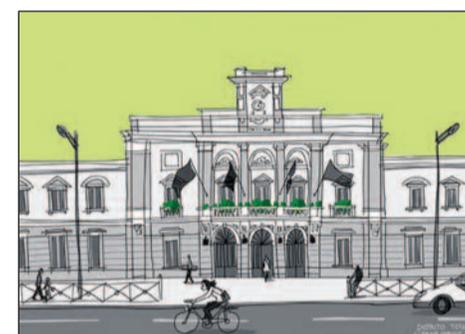
En 2020, los vehículos sin distintivo ambiental no podrán aparcar en la zona SER –interior de la M-30– y a partir de 2025 se limitará su circulación por el término municipal.

Jardines en balcones y terrazas municipales

Muy pronto patios y terrazas visibles de los edificios municipales florecerán con la instalación de jardineras. En eso consiste el proyecto Jardines en Balcones que el Ayuntamiento va a poner en marcha dentro de su programa Madrid+Natural, una estrategia de adaptación a los retos del cambio climático, mediante la regeneración de la ciudad con soluciones basadas en la naturaleza.

Con este proyecto se van a ajardinar el Centro de Servicios Sociales Torre Arias, la Casa de la Villa y la Casa de Cisneros y 17 juntas municipales de distrito (Centro, Salamanca, Tetuán, Chamberí, Fuencarral, Moncloa, Latina, Carabanchel, Usera, Puente de Vallecas, Moratalaz, Ciudad Lineal, Hortaleza, Villaverde, Villa de Vallecas, Vicálvaro y Barajas). Cada ubicación cuenta con un proyecto propio

desarrollado por técnicos municipales, de modo que fachadas y balcones quedarán realizados mediante especies vegetales. En total, se van a instalar 380 hidrojardineras, con sistemas de autorriego. Para garantizar su buena conservación durante todo el año, se realizarán plantaciones semestralmente. El proyecto, que arrancará en 2018, tiene un coste de 256.475 euros durante dos años y será ejecutado por centros especiales de empleo.



135 viviendas para combatir el “sinhogarismo”

La Empresa Municipal de la Vivienda y Suelo (EMVS) destinará 135 pisos a dar techo como salida al “sinhogarismo” crónico de mano de la experiencia “housing first”, presentada hace unos días en una jornada en la que se ha dado a conocer esta experiencia presente en distintos países del mundo.

La alcaldesa de Madrid, Manuela Carmena, ha abogado por romper el círculo vicioso de “qué fue antes, el huevo o la gallina”. “Lo primero es la vivienda”, ha defendido como vía para salir del “sinhogarismo” crónico. El Ayuntamiento adoptó esta experiencia, que arrancó con

60 viviendas. El denominado “housing first” fue introducido por el PSOE en el acuerdo de Presupuestos de 2017.

El candidato podrá acceder directamente sin tener que estar en otros recursos de la red municipal. Están destinadas a hombres y mujeres solos, mayores de 18 años y sin hijos menores. Las viviendas son unipersonales, pero excepcionalmente se puede contemplar la posibilidad de que pueda vivir una pareja o dos personas que demuestren un grado de amistad y apoyo positivo con la persona que va a acceder a un hogar.

GASOLINERA SARAS CON SUPER PRECIOS

VEN Y DISFRUTA DE NUESTRAS PROMOCIONES

El mejor precio de la zona solo en **Bravo Murillo 358**

www.sarasenergia.com
Teléfono gratuito: 900 373 992

saras energía
Para gente con

t g+ f YouTube

COMPRAMOS TU ORO MÁXIMA TASACIÓN

Te garantizamos el mejor precio y las mejores condiciones del mercado. Además, puedes recuperarlo cuando te venga bien a un precio pactado.

MEJOR PRECIO POR GRAMO DE ORO

DINERO AL INSTANTE

MILES DE CLIENTES SATISFECHOS

C/ Hernani, 45. Local
Tel.: 91 534 11 27
C/ Bravo Murillo, 118
Tel.: 91 534 40 16

COMPRO ORO • VENTA RECUPERABLE
PRÉSTAMOS PERSONALES

SUPERSECTIVO
www.supersectivo.com

Con la participación de más de 800 deportistas

Madrid acoge los 'I Juegos Patrios Dominicanos en Europa'



Las "Águilas" de Marino se impusieron en la Final Eliminatoria de softball de los 'Juegos Patrios'.

LAURA CONDE

“Esta denominación se escogió para rescatar la identidad dominicana en la comunidad que vive en el extranjero. La intención es reforzar el sentimiento de pertenencia al país de origen, junto con la integración en el país de residencia. España ha sido el país seleccionado para celebrar los juegos, porque es la capital de Europa para los dominicanos. Aquí viven más de 150.000 dominicanos, entre residentes y nacionalizados. Queremos estrechar lazos con Europa y transmitir una imagen más positiva del inmigrante latino”. Así resumía el director de Comunicación, Oscar Jiménez, el espíritu de la competición.

Los 'Juegos Patrios' vienen a ser una especie de preolimpiadas, para seleccionar a los mejores deportistas dominicanos sub 23 que viven en Europa. En ellos han participado deportistas residentes en 10 países del Viejo Continente, organizados en dos competiciones distintas: pri-

mero una en cada región o país, que se llevó a cabo de junio a septiembre, y después la eliminatoria europea, convocada en Madrid del 20 al 22 de octubre.

Durante tres intensos días, 886 deportistas se enfrentarán en 15 disciplinas distintas: ajedrez, baloncesto, béisbol, tiro con arco... Los ganadores representarán a Europa en los 'Juegos Nacionales de Salcedo' en marzo de 2018. Un campeonato que se celebra cada dos años y en el que participan todas las regiones del país caribeño. Serán los primeros 'Juegos Nacionales' en los que participará la región europea, que ha sido designada 'zona 7'. En años anteriores han participado deportistas residentes en otras zonas, como EEUU o Latinoamérica.

'MERENGÓN' EL CAMPEÓN

El evento cuenta con un Comité Honorífico, presidido por el embajador de la República Dominicana en España, Olivo Rodríguez Huer-

tas, y un Comité Organizador a nivel europeo dirigido por el cónsul general de la República Dominicana en Madrid, Rafael Acosta Javier. También han participado otras instituciones, como la Junta de Tetuán o la Comunidad de Madrid.

Estos 'Juegos Patrios' cuentan además con su propia mascota, 'Merengón' el campeón, y todas las competiciones se retransmitirán en directo a través de YouTube y otras redes sociales.

Oscar Jiménez señala que los Juegos son también “un homenaje a las mujeres, y en especial a la figura de la mujer dominicana. Raíz de nuestra patria, transmisora de cultura, esqueleto de la familia y símbolo de la migración. Salcedo estará unido para siempre a las Hermanas Mirabal, porque allí tenían su residencia, que se ha convertido en museo. Al celebrar allí los 'Juegos Nacionales', recordamos a estas tres heroínas que lucharon por la libertad contra Trujillo, y que representan la no violencia contra la mujer”, concluye.

Con visitas al Canal Bajo y al Museo Tiflológico

El Ciclo de Arquitectura de Tetuán cumple 10 años

TETUÁN 30 DÍAS

“Actuar contra el cambio climático” es el lema del X Ciclo de Arquitectura en Tetuán, que se celebra durante este mes de octubre en el distrito y que este año abordará ámbitos que “tocan” muy de cerca al distrito, como el Canal Bajo o el proyecto de Metro previsto en las antiguas cocheras ubicadas en Plaza de Castilla.

El Ciclo arrancó el pasado 2 de octubre en la Sala Juana Francés de la Junta Municipal de Tetuán (Bravo Murillo, 357) con la conferencia “El cambio climático, la vivienda y la ciudad”, a cargo de la catedrática emérita de la ETSAM Margarita de Luxán.

El equipo de arquitectos de “Jardín 1”, ganador del concurso para diseñar el Centro Integral de Transporte de Metro de Madrid sobre las antiguas cocheras de Plaza de Castilla en el barrio de La Ventilla, presentará su trabajo con una conferencia también en la sala Juana Francés, el 6 de octubre a las 19 horas.

El sábado 14, a las 11 horas, se ha programado una ruta por el Canal Bajo a su paso por los distritos de Tetuán, Moncloa y Chamberí. Su importancia para el suministro de agua a la ciudad, su impacto en el paisaje o la vida generada en torno a los barrios que lo rodean serán algunos de los temas durante el recorrido, que contará como guías con el arquitecto Alberto Tellería, con Enrique García, de la Asociación Vecinal San Nicolás-Dehesa y con Antonio Sarabia, ingeniero de la Fundación Miguel Aguiló. El punto de partida será el cruce del paseo de la Dirección con Marqués de Viana, la duración aproximada será de dos horas y media y no es necesario inscribirse previamente.

Finalmente, el Ciclo se cerrará con una visita guiada gratuita al Museo Tiflológico de la ONCE (La Coruña, 18), que este año cumple su 25 aniversario. Los interesados en esta actividad, que se celebrará el 21 de octubre a las 12 horas, podrán apuntarse durante algunas de las anteriores actividades del Ciclo.



El proyecto "Jardín 1" para el Centro Integral de Transporte de Metro.

UNA GRAN OCASIÓN PARA MONTAR TU NEGOCIO CON MÍNIMA INVERSIÓN (Lavandería, Telefonía, Arreglos...)



Locales disponibles: 20, 30, 50 y 110 m² con zona de degustación en el mercado.

en **Mercado San Enrique**

Información: C/ San Enrique, 16

915 720 467 • 608 479 450



C/ Hernani, 10
Cuatro Caminos
Tel. 91 553 76 12
699 575 251

Horario:
De 6:30 a 13:30 h.

Síguenos en Facebook Churrería y Chocolatería Artesanal

SERVICIO DE HOSTELERÍA Y COLECTIVIDADES



T. J. MOTOR MULTIMARCA

REPARACION Y MANTENIMIENTO DEL AUTOMOVIL Y SERVICIOS:
CHAPA Y PINTURA. MECANICA Y ELECTRICIDAD.

*SERVICIO DE ITV. *VEHICULO DE SUSTITUCION.

RECEPCION INTEGRAL SIN CITA PREVIA

RECOGIDA Y ENTREGA A DOMICILIO

EXPERTOS EN NEUMATICOS

COMPRA Y VENTA DE AUTOMOVILES

C/ BARDALA N°4. TEL: 91.315.05.28 Y 91.315.37.17



El acuerdo con el IVIMA les garantiza el uso de la parcela durante un mínimo de cinco años

El huerto urbano de La Ventilla se traslada a la avenida de Asturias



El nuevo emplazamiento hace esquina con Cañaveral y ocupará 1.380 metros cuadrados.

CRISTINA SÁNCHEZ

El huerto urbano de La Ventilla tiene asegurados cinco años más de actividad, pero en un nuevo solar, ubicado en la avenida de Asturias esquina con la calle del Cañaveral. Ese es el acuerdo al que llegaron el pasado 14 de septiembre con la Agencia de la Vivienda Social de la Comunidad de Madrid (antiguo IVIMA), propietaria de los terrenos, que les ha cedido este emplazamiento a cambio del de Mártires de la Ventilla, donde han estado siete años, debido a su próxima su-
basta.

“Ha habido buena voluntad por ambas partes”, dice Juanma, uno de los miembros más activos del huerto. “Hemos firmado un contrato de cinco años con opción de prórroga, por lo que nos sentimos satisfechos”.

La nueva parcela tendrá una superficie muy similar a la anterior, alrededor de 1.300 metros cuadrados, que es casi la mitad del total del terreno. “Nos han dado de plazo para mudarnos el 15 de octubre, pero mientras no esté acotado no podemos hacerlo. Necesitamos con urgencia que vallen el solar para empezar a trasladarlo todo”, aseguraba Juanma al cierre de esta edición.

Las visitas de escolares, las reuniones del grupo de mujeres de la Asociación de Vecinos Ventilla-Almenara, los campamentos de verano, las actividades con el Centro de Rehabilitación Psicosocial de Fuencarral, el taller de empleo para mujeres... el huerto continuará con su programación habitual una vez instalado. Pasará a dar vida a este otro lado del barrio, donde esperamos continúe muchos años más.

Es el primero en castellano sobre la higiene natural, una técnica ancestral

Una vecina de Tetuán publica el libro “Bebés sin pañales”

CRISTINA SÁNCHEZ

Tania Gálvez ya apareció en estas páginas en 2014, en nuestra sección “Tetuán emprende”, con motivo de la apertura de su tienda online, La casita de Algodonales, en la que vendía productos artesanales y de fabricación local, como pañales de tela o portabebés ergonómicos para la crianza de los hijos.

En esa misma línea, la apuesta por una maternidad más auténtica y sostenible, y ahora que afronta su tercer embarazo, esta vecina acaba de publicar el libro “Bebés sin pañales” (y la cursiva es importante), que empezó a escribir hace cinco años, cuando nació su primer hijo y puso en práctica la llamada higiene natural del bebé o “comunicación de la eliminación”, por la traducción del inglés (“elimination communication”).

“Cuando mi hijo tenía dos meses, leí por casualidad un artículo de Cecilia Jan (que escribe en el blog “De mamas & de papas” de ‘El País’ y es de origen coreano) sobre el tema y mi pareja y yo decidimos probar. Recuerdo que era un sábado por la mañana. Pusimos a nuestro bebé en la postura sobre el lavabo e hizo caca. Al principio crees que no lo vas a conseguir, pero te sorprende”, comenta la autora.

Tania insiste en que lo de criar a un hijo sin pañales es relativo y que no tiene por qué ser o todo o nada, “es una opción y es compatible con el pañal de tela o de plástico” (por ejemplo, cuando están en la guardería), de ahí la cursiva del título. Ella confiesa, de hecho, que con el segundo hijo no ha podido aplicarlo, pero que con el tercero quiere repetir.

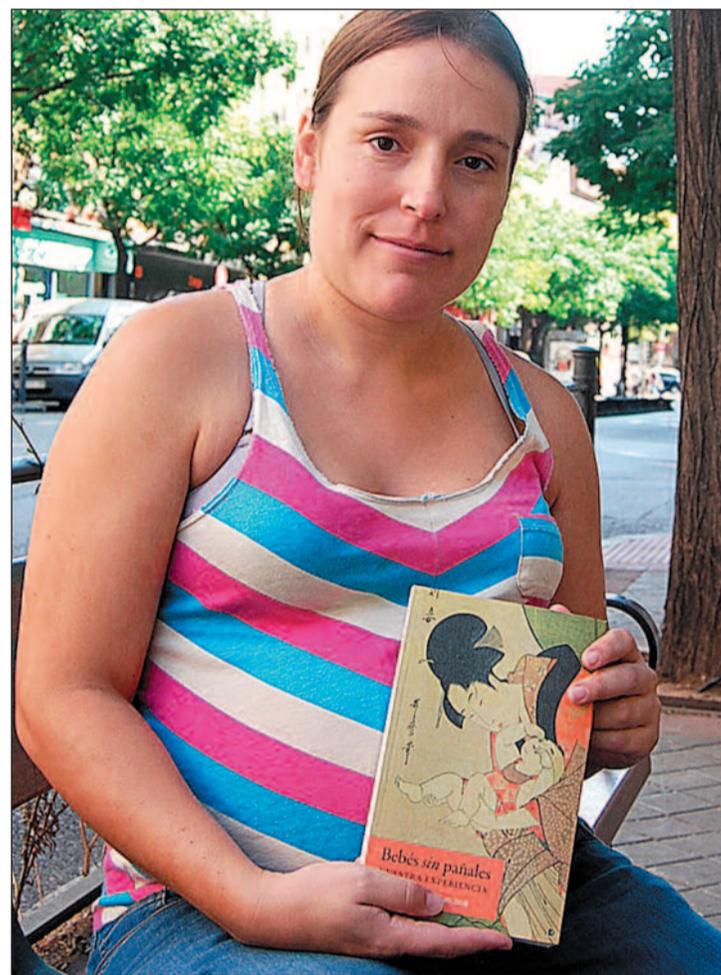
Como se ha hecho y se sigue haciendo en China, Japón, India, África o en los pueblos esquimales de Canadá (no hace tantos años que los niños españoles llevaban un agujero en el pantalón para tal fin), la

higiene natural reside en el conocimiento del bebé, de sus ritmos y hábitos. “Para mí una señal era cuando mi hijo cogía y soltaba el pezón mientras mamaba, yo ya sabía que ése era el momento. En el caso del pis, lo más común es cuando se levantan por la mañana o después de la siesta”.

En “Bebés sin pañales”, el primer libro en lengua hispana sobre esta antigua técnica, que puede encontrarse en dos librerías del barrio

(Luz y Esperanza: Lino, 5 y Ábaco Libros: Raimundo Fernández Villaverde, 27), Tania Gálvez ofrece su experiencia en primera persona, hilada con apuntes históricos, científicos y antropológicos y con los testimonios de mujeres de distintos países a las que ha entrevistado.

Esta madre y escritora ya tiene en mente su segundo título, “Bebés sin chupete y otras historias de fertilidad”. La invitaremos para que nos cuente esa curiosa relación.



Tania Gálvez, que espera su tercer hijo, posa con el libro.

Clínica Estibel

Médicos Especialistas en Estética y Nutrición desde 1994

PIDE CITA

☎

91.411.08.80

▶ Coaching

▶ Depilación Láser

▶ Acupuntura

▶ Fisioterapia y Quiromasaje

▶ Micropigmentación

▶ Medicina Estética

▶ Nutrición

▶ Estética General

* Promoción válida hasta el 31/10/2017

MOLDEA TU FIGURA

5 sesiones de Vacuom

99€

Y además, presentando este anuncio

REGALO 5 SESIONES DE PRESOTERAPIA*

¡Ven a visitarnos! Estamos en C/ General Margallo 29 o reserva ya tu cita en el teléfono 91.411.08.80 - www.clinica-estibel.com

Higinio Domingo Perucha, ciclista empedernido y creador de bicicletas

“En este taller he hecho bicicletas para cojos, para mancos, para ciegos...”

JULIA GAS

Albert Einstein dijo: “La vida es como montar en bicicleta. Para mantener el equilibrio hay que seguir pedaleando”, y Perucha, aparentemente, está de acuerdo: se subió por primera vez a los 14 años y a día de hoy, con 83, sigue sobre el sillín. Ciclista de corazón, pero “de profesión, mecánico soldador maestro matricero”, destreza que le ha llevado a fabricar bicicletas con sus propias manos desde hace seis décadas.

¿Recuerda la primera vez que subió en una bicicleta?

Sí que lo recuerdo porque el primer día me fui de aquí a El Pardo ¡y vuelta, claro! Como trabajaba bastante lejos y tenía que coger el Metro, el tren e ir andando... pensé en ir en bicicleta. Y me compré una de ocasión, BH, que era de carreras. Y con 15 años, en las primeras vacaciones que me dieron en el trabajo, me hice de un tirón Madrid-Valencia.

¿Cuántos años lleva encima de una bicicleta?

Desde los 14 hasta hoy, que tengo 83 y medio.

A día de hoy también sigue saliendo, ¿no?

Sí, el otro día mismamente, nos recorrimos medio Madrid para hacerle un homenaje a un gran amigo, Enrique Otero.

¿Cuántos kilómetros han recorrido sus piernas?

Hasta los 46 años, calculo que unos 40.000 kilómetros anuales.

Además de ser amante de las bicicletas, es usted artesano.

En los años 50 más o menos, yo quería hacerme una bicicleta y fui a Casa de Otero, que está en la calle de Segovia. Allí, con el señor Enrique, vi por primera vez cómo se hacían; él fue mi primera enseñanza. Y yo me



Perucha reconoce haber creado cerca de 3.000 bicicletas durante toda su vida. Construyó la primera en 1957.

construí la primera bicicleta en el año 57 y con esa me fui al Tour.

Dígame por dónde empieza uno a fabricarse una bicicleta.

Se empieza por el cuadro. Yo mido el cuerpo humano (brazos, laterales, piernas...) y hago un pequeño croquis o dibujo con las medidas exactas. Luego cortas los tubos y vas soldando con arreglo al acople que corresponda.

¿Y cuál es la última pieza?

Yo tengo por costumbre siempre apretar el tornillo del manillar, que es el que fija la dirección de la bicicleta, porque recuerdo lo que ocurrió en un Tour de Francia en el que participé. Un mecánico se dejó ese

tornillo flojo y, al bajar un puerto de los Pirineos, a Casartelli se le fue la rueda a un lado y se mató. Por eso siempre me aseguro de apretar ese tornillo al final.

¿Es diferente la sensación al montar en una bicicleta comprada que en una fabricada por uno mismo?

¡Una que te has comprado no tiene las mismas características que la que te haces tú! Yo cojo una bicicleta no hecha por mí y noto una diferencia que ¡vamos! Además de que te sientes más feliz encima de una bicicleta hecha por ti mismo, porque es un orgullo decir: “Esto está hecho por mí, con la conciencia de mi sabiduría y mi trabajo”.

¿Ha construido diferentes tipos de bicicletas?

Yo soy el pionero de las bicicletas para paralímpicos. Tengo los mejores cuadros de tandem del mundo para ciegos. Ellos van en una bicicleta de dos personas, pero el ciego va atrás, y el que va de piloto es el que dirige todo. Ellos deben ser muy similares en altura y peso, porque si no, no se puede.

¿Pero cómo surge esto de hacer bicicletas para ciegos?

Me llamó la Federación para ir a París a un campeonato mundial de ciegos en tandems. Tandems hechos allí, que pesaban una barbaridad. Tuve la gran suerte de que uno de los ciclistas más famosos de la

ONCE pinchó y yo le di la bicicleta de otro, porque era por equipos, y consiguió llegar a la meta. Entonces, después, opté por hacer unos cuadros más pequeños y conseguí quitar 12 kilos de peso haciéndolos de aluminio.

¿Es la bicicleta un vehículo que no tiene límites?

He hecho bicicletas para cojos, para mancos, para ciegos... Aquí ha venido un chico con una pierna rígida y le hice una base para apoyarse y con la otra daba pedaladas. Para otro le hice un apéndice donde colocar el brazo que tenía impedido. También he hecho bicicletas de carga para los repartidores de comida... Todo eso está hecho aquí, en este taller, porque hago todo lo que es el utillaje. Igual te hago el rabito para una txapela vasca, que un transatlántico [se ríe].

¿Hay alguien que siga con el legado de su artesanía?

Yo enseño a todo el mundo y hay chavales que despuntan. Tengo un chaval en Inglaterra que se ha formado aquí como buen mecánico y es de los mejores alumnos que he tenido. Allí tiene su negocio, donde repara, hace cuadros y ofrece asistencia.

Pero los jóvenes llegan al taller y entonces...

Sí, ellos vienen y yo les enseño. De hecho, en unos días empieza un curso de creación de cinco a ocho de la tarde. Pueden venir aquí, se pagan la soldadura, que son unos 20 euros, y aprenden desde el principio. El curso dura hasta que terminen el cuadro, y después ellos ya saben.

Lo que nadie sabe es si alguno de sus aprendices, en un futuro, llegará a crear 2.000 o 3.000 bicicletas como reconoce haberlo hecho su maestro, Perucha.

MIÉRCOLES
de fiesta!
PIZZA GIGANTE STECCA CLÁSICA de 60 cm

Local y recoger
7,95€
cada una

PIZZA-A-PORTER
TU NUEVA PIZZERÍA DEL BARRIO

Y si quieres pídennos LAS PIZZAS CALIENTITAS para una hora en concreto y te las tendremos preparadas para que las recojas.
Todos los miércoles, excepto festivos y vísperas.

918 330 814
C/ Bravo Murillo, 250
TETUÁN

pizz-a-porter
www.pizz-a-porter.com

Instituto **Desiree**
ACADEMIA DE PELUQUERÍA HOMOLOGADA

CURSOS DE PELUQUERÍA
CENTRO HOMOLOGADO
MATRÍCULA ABIERTA ¡EL CURSO COMIENZA YA!

OFERTAS VÁLIDAS OCTUBRE-NOVIEMBRE PARA PELO CORTO
Precios si vienes como modelo.
Entregando este cupón de lunes a jueves.

CURSO COMPLETO SEÑORAS
Certificado profesional - Duración 1 año - Prácticas desde el inicio

CURSO CORTE CABALLEROS
Con Certificado - Duración 6 meses - Prácticas desde el inicio
Horario: de 9:30 a 21:00 h. De lunes a viernes (a elegir por el alumno)

7,90€
MECHAS O MOLDEADOR
3€ + en pelo largo

2,90€
LAVAR + PEINAR

1,50€
LAVAR + CORTAR UNISEX

6,90€
TINTE
Un tubo tinte

Bravo Murillo, 102 - 2º • Metro Cuatro Caminos • Tel. 91 553 43 72

Ha vencido en las cinco ocasiones en las que la ha disputado

Jimena Martín, la reina de la Carrera Popular de Tetuán

JUAN CARLOS M. J.

Jimena Martín González es natural de Burgos, donde reside actualmente, y es atleta profesional, aunque “no tengo becas, ni entreno en ningún centro o escuela deportiva, sólo tengo algunos patrocinadores que me suministran material deportivo, así que compatibilizo el atletismo con otro trabajo en una clínica (Ergodinámica), donde se realizan estudios biomecánicos y plantillas”, explica a ‘Tetuán 30 días’, una semana después de volver a ganar, por quinto año consecutivo, la Carrera Popular que la AD Marathon y la Junta de Distrito organizan desde hace 10 ediciones en Tetuán. Es decir, pleno absoluto para esta atleta de 32 años, que desde que corrió la prueba por primera vez en 2013, cuando trabajaba en una tienda de deportes en Madrid y un compañero le comentó que si quería correrla, ha cruzado la línea de meta siempre en la primera posición: “Es una carrera exigente, rompe piernas, que está muy bien organizada”, reconoce Jimena, quien en esta última edición acabó con un tiempo de 36 minutos, un minuto y medio menos que la segunda clasificada. Además, para ella es una carrera especial, ya que “me habían ofrecido correr ese mismo fin de semana la Milla Urbana de Valladolid y me pagaban por competir, pero renuncié a ese dinero para estar en Tetuán”. De



Jimena Martín, la número uno en la Carrera Popular de Tetuán.



hecho, tiene muy claro que “el año que viene volveré a correrla, a ver si repito triunfo”.

MEDIA VIDA DE ATLETISMO

Su afición por este deporte comenzó cuando Jimena tenía 16 años, en 2001: “Antes había practicado gimnasia rítmica, ballet y baloncesto, y un día salí a correr, me gustó, seguí entrenando y acabé en un club de-

portivo, donde corría el 3.000 obstáculos”. Una disciplina que luego dejó por el fondo, especialmente las distancias de 10 kilómetros –donde su mejor marca son 34 minutos 32 segundos– y el medio maratón (21 kilómetros), donde ha ganado el último que ha disputado el pasado 23 de septiembre en Soria. Sin embargo, ahora afronta un reto mayor: “El próximo 19 de noviembre correré mi primer maratón, en Valencia, y es-

pero hacer un buen papel”. Tan bueno como hizo cuando este mismo año se proclamó subcampeona de España de carreras de montaña. Un palmarés que va creciendo y al que espera añadir un sueño: “Me encantaría correr representando a España en algún campeonato internacional”. De momento sigue entrenando fuerte, levantándose temprano por las mañanas y dando zancadas con la fuerza de voluntad que la define como atleta.

Para acabar le pedimos que dé algunos consejos a sus colegas *runners*, y Jimena lo tiene claro: “Que pongan ganas, ilusión y disfruten de cada entrenamiento y de cada carrera”. Eso sí, “siempre corriendo con limpieza, alejados del dopaje”.

Así es Jimena Martín, una atleta que lleva cinco años consecutivos reinando en Tetuán y a quien deseamos toda clase de éxitos.

Sus programas de Matemáticas y Lectura facilitan la concentración, autonomía y autoconfianza

Kumon: educación para (toda) la vida

El método Kumon nació en 1954 en Japón y desde entonces se aplica en cada vez más países. A España llegó en el año 1991, como una apuesta por el aprendizaje autónomo del niño, que puede seguir tanto el programa de Matemáticas como el de Lectura desde los dos años de edad.

Mediante estas dos disciplinas se trabajan capacidades como la concentración y la motivación, lo que repercute en la seguridad del niño, que empieza a afrontar cada tarea como un reto y no como una actividad inasumible: ilusión en lugar de frustración.

“Todo el mundo es capaz de hacer cualquier cosa”, dice Patricia Martín, profesora responsable del centro de Tetuán, ubicado en el paseo de la Castellana, 131, que recuerda que lo esencial de este proceso es la actitud hacia el aprendizaje.

El método tiene una primera fase centrada en el desarrollo de una buena base actitudinal y con-



Con Kumon, los niños aprenden a ser autodidactas.

ceptual, para que, en una segunda, el niño sea capaz de afrontar

contenidos que no conoce por sí mismo con confianza y seguridad.

La tercera fase es la destinada al pensamiento analítico.

“Nuestros alumnos trabajan con Kumon todos los días del año, sin importar que sea verano o haya vacaciones de Navidad, por eso es muy importante la implicación de las familias, que están constantemente informadas de los objetivos y de la evolución de sus hijos”, explica la coordinadora del centro.

Para entender esta metodología hay que olvidarse de las clases particulares tradicionales. Los profesores preparan cada día el material con el que los alumnos deben trabajar, cuadernillos según el nivel, para que los completen individualmente. En el programa de Lectura, los últimos 10 minutos de una clase de 30 se dedican a leer un libro adecuado a la competencia lectora.

Si quieres que tu hijo haga una prueba o tienes alguna duda, puedes llamar al 646 13 27 22. La matrícula está abierta todo el año y hasta el 31 de octubre tienes 15 días gratis.

EL RINCÓN DE LA DEHESA

Singularidades arbóreas: alcornoques, encinas y otros



Sorprende en la Dehesa de la Villa la casi total ausencia de encinas. Tan sólo encontramos algunas matas dispersas, en número muy escaso. Sorprende porque corresponden estos terrenos al dominio de la encina y no ha llegado a nuestros días ningún ejemplar de buen porte. Por el contrario, es tan poco conocido como inesperado, el hecho de que existen algunos alcornoques naturales dispersos en La Dehesa, al menos tres ejemplares. Se interpretan éstos como restos de la vegetación natural que poblaba este territorio. De hecho, persisten por casi toda la Comunidad de Madrid pequeños enclaves con alcornoques, en zonas que van desde el Monte de El Pardo hasta Torrelaguna, y también por el suroeste de la provincia.

El alcornoque es una especie exclusiva de la región mediterránea occidental. Le gustan los suelos ácidos, sin cal, y los climas donde hay pocas heladas. La presencia de alcornoques denota una cierta influencia extremeña o atlántica en el clima de La Dehesa. Se interpreta como una penetración del clima mediterráneo hasta el interior de Madrid. La existencia de estos alcornoques nos habla de tiempos en los que el clima era algo más húmedo y menos continental, épocas en las que el alcornoque debió tener mucha importancia en el centro peninsular.

Los ejemplares existentes son jóvenes, no fructifican y presentan, en general, escasa vitalidad. Los encontramos con toda su corteza natural, sin haber sido explotados nunca para la extracción del corcho. En las proximidades de La Dehesa, en la urbanización

Arroyo del Fresno y en la calle del mismo nombre, existían también alcornoques, quedando uno de tamaño considerable, catalogado por la Comunidad de Madrid, con un perímetro de 2,75 metros. Recientemente se han plantado ejemplares jóvenes de alcornoque en el paseo de la antigua carretera, así como ejemplares de la otra especie de encina costera, *Quercus ilex* subsp. *ilex*. Respecto a las encinas autóctonas que encontramos en La Dehesa, se trata en realidad de chaparros o carrascas, matorrales de encina que deben ser potenciados.

Podemos considerar una verdadera excepcionalidad la presencia de alcornoques en La Dehesa, una de las singularidades botánicas más notables. De hecho, es una especie protegida en la Comunidad de Madrid, con la categoría "De Interés Especial". Pero hay otras rarezas y curiosidades, como es la presencia, en la zona de los viveros, de un ejemplar autóctono de álamo blanco (*Populus alba*), y de un ejemplar de fresno de flor (*Fraxinus ornus*). Igualmente es muy destacable la presencia de un cornejo (*Cornus sanguinea*) de porte arbóreo, en la mediana de la bajada de La Dehesa hacia la calle de Antonio Machado. También llamados sanguinos (por sus ramas rojizas), los cornejos son arbustos que suelen crecer en las proximidades de los ríos. El ejemplar tiene gran belleza y muestra a lo largo del año todas las fases, desde la floración a la caída de la hoja, precedida de un cambio de color del verde al rojo. Cerca hay buenos ejemplares de laurel cerezo (*Prunus laurocerassus*).

www.amigosdehesa.blogspot.com

Tras celebrar su 11ª edición el pasado septiembre

La "BiciMarcha del Norte" recibe el premio "Muévete verde"



Los representantes de la organización, recibiendo la distinción municipal (Foto: Ayuntamiento).

TETUÁN 30 DÍAS

El Ayuntamiento de Madrid ha otorgado el galardón "Muévete verde", en la categoría de implicación ciudadana en eventos y actividades mediáticas, a la "BiciMarcha del Norte", por "construir una comunidad activa y creciente, en torno a una marcha de reivindicación de la bicicleta como modo de transporte".

Esta tradicional Marcha en Bici por la zona norte celebró el pasado mes su undécima edición recorriendo las calles de Tetuán, Fuencarral, Moncloa, Montecarmelo y Las Tablas, bajo el lema "Comparar te lleva más lejos". La iniciativa

está organizada por el CIEA Dehesa de la Villa y las asociaciones vecinales de Begoña, La Flor, Las Tablas, Montecarmelo y Valverde, entre otras plataformas cívicas, y cuenta con la colaboración de Radio Almenara. Además, en ella ha venido participando desde hace años la Asociación Vecinal Ventilla-Almenara.

Junto a la "BiciMarcha del Norte", los ganadores de la undécima edición de los premios "Muévete verde" entregados por el Consistorio han sido: Liberty Seguros, Grupo Tragsa, Don Ciclete, MENSOS, CicloGreen, Elcierredelalíneal.es, Morataclea y el Colegio Valdecas.

Estos premios, que convoca el Área de Medio Ambiente y Movilidad, reconocen las mejores prácticas en movilidad urbana sostenible emprendidas en la ciudad de Madrid por empresas, asociaciones, instituciones e incluso ciudadanos particulares, con el fin de reforzar estos comportamientos y promover su puesta en marcha, destacando los beneficios que aportan.

La entrega de premios ha estado presidida por Inés Sabanés, delegada del Área; Paz Valiente, subdirectora de Sostenibilidad y Control Ambiental, y Alvaro Fernández Heredia, gerente de la EMT.

Nueva exposición en el Tiflológico

Pinceladas desde la oscuridad

TETUÁN 30 DÍAS

Once pintores ciegos o con discapacidad visual grave demuestran que es posible dar pinceladas desde la oscuridad, mostrando sus cuadros en la exposición que podrá verse desde el día 6 de octubre hasta el 25 de noviembre, en el Museo Tiflológico de la ONCE (La Coruña, 18).

La muestra reúne 11 obras de los siguientes pintores: Petra Agüero Luis, José Ramón Argelés Escofet, Rafael Arias Fernández, Idoia Díaz Cámara, Natividad Díez Catón, Jesús de Teresa González Contreras, 'Fray Miserias', Teresa Jou Paulet, Eduardo Matute, 'Dudu', Simeón Peña Castilla 'Malatesta', Benjamín de la Peña Toledano y Patxi Ruiz del Castillo.

Con esta muestra se cierran las exposiciones retrospectivas que nos



han proporcionado una visión global de lo que ha supuesto la labor artística de todos estos artistas, que han formado parte de la familia del Museo Tiflológico a lo largo de estos 25 años.

Las obras expuestas cuentan con los títulos en Braille, y están provistas de códigos QR, con infor-

mación accesible a personas con ceguera o discapacidad visual a través de teléfonos móviles. Además, cuentan con beepcons, balizas inteligentes de guiado diseñadas para facilitar a las personas con discapacidad visual la identificación y localización de objetos cercanos, mediante una aplicación móvil.

TALLERES PRADA

REPARACIÓN GENERAL DE AUTOMÓVILES

CHAPA • PINTURA
MECÁNICA

• TODAS LAS MARCAS
• CONCERTADO CON MUTUA MADRILEÑA

TRABAJAMOS CON TODAS LAS COMPAÑÍAS DE SEGUROS

PRECIOS ESPECIALES PARA PARTICULARES



RAPIDEZ Y CALIDAD

C/ Naranjo, 25 (Tetuán). A 100 metros de Bravo Murillo
Tel. 91 311 05 58 • talleresprada@gmail.com



Los filipinos son la mayor comunidad extranjera en el distrito

Sonrisas con sabor a coco

CRISTINA SÁNCHEZ

Será por la belleza de su naturaleza o por la impronta española (más de 300 años de colonización que perduran en muchos de sus apellidos), los filipinos son gentes de trato fácil, hospitalarias y divertidas, que te reciben con una sonrisa y te agasajan con lo que tienen. Son la versión latina de Asia y basta con mirar sus ojos rasgados y su piel morena o asomarse un poco a su gastronomía.

En Tetuán, la filipina es la comunidad extranjera más numerosa, con un total de 4.095 inscritos en el último padrón, y también somos el distrito madrileño preferido para instalar su residencia, muy por delante de Centro (1.384 personas).

Las calles del barrio dan cuenta de ello: restaurantes, panaderías, tiendas de alimentación, locutorios... un buen número de locales que nos acercan a sus latitudes. Este mes inauguramos este "Planeta Tetuán" viajando a la República de Filipinas, de la mano de nuestros nuevos vecinos y sus establecimientos.

PASTELERÍA "PHOEBE"

El día empieza con un buen almuerzo en esta pequeña tienda de la calle de Rosa de Silva esquina con Limonero, donde además de dulces típicos, como el pan de coco o el pan de uve (tubérculo de color morado similar a la batata), venden raciones de comida casera, también para llevar: "lechon kawali" (cerdo asado), "lumpian Shanghai" (rollitos de primavera rellenos de carne o verdura), "bicol exprés" (estofado de cerdo, chile, pescado y leche de coco) o la "kaldereta" (estofado de ternera).

Leah, la amable dependiente de este negocio familiar, nos da a probar un rico "siopao" relleno de



"Halo halo", el helado filipino más popular.

carne de cerdo y huevo cocido (1,50 euros la unidad) y una bebida de coco, "Mogu Mogu", con la que los filipinos acompañan muchas de sus comidas. De postre, degustamos el famoso "halo halo" ("mezcla, mezcla"), una especie de helado que lleva pasta de uve, judías rojas, fruta, nata de coco, leche evaporada y hielo picado. Es Donald García, cliente habitual y hombre de mundo que vive en Madrid desde hace 14 años, quien nos da la pista de nuestro siguiente destino, una casa de comidas "muy española".

RESTAURANTE "LA TASCA"

Con tan sólo unos meses de vida, esta otra empresa familiar conquista ya a locales y foráneos, no sólo por la calidad de sus platos, sino también por sus precios y su cocina abierta todo el día. En el número 13 de María Zayas, Wilmar Rodríguez montó a finales de abril un restaurante de comida española (el nombre y el cartel de Estrella Galicia no engañan), aunque las demandas de sus compatriotas lo han convertido en un híbrido, "pero sin karaoke", asegura el dueño.

En la carta no puede faltar el clásico "bulalo", elaborado con osobuco de ternera, maíz y col china; la "afritada", un estofado de cerdo



Donald García, maestro de ceremonias en la pastelería "Phoebe".

con guisantes, zanahoria y patata; el "sisig", a base de oreja de cerdo, cebolla, pimiento, chile y huevo, o el "sinigang" de pescado, un guiso con tomate, col china, langostinos y limón.

"LA ESTRELLA" FILIPINO STORE

Nuestro paseo por Filipinas acaba en la calle de Carolinas, 11, donde nos cuesta encontrar un establecimiento de alimentación como los que regentan los chinos, pero en versión filipina. Escondido tras su mostrador, nos recibe el enérgico y extrovertido Jessie Aquino, quien presume de tener muchos amigos españoles ("mi primer viaje fue a Talavera de la Reina") y que después de 30 años aquí recuerda cuando los autobuses tenían asientos de madera.

Jessie nos muestra todos sus productos, para cocinar o ya preparados, que se llevan particulares, también españoles, y los restaurantes: salsas y condimentos, arroz glutinoso y arroz jazmín, leche, nata y vinagre de coco, carne de coco en almíbar, pasta de camarón, aperitivos... y las populares cortezas de cerdo, que ya llamaron nuestra atención en la pastelería y que son un ejemplo más de las similitudes entre Filipinas y España.



"Bulalo", un clásico de la cocina filipina.



"Sisig", plato elaborado con oreja de cerdo.



El "sinigang" es un guiso agrio de pescado o carne.



Aperitivos filipinos.



Las cortezas de cerdo están en todos los establecimientos filipinos.



Latas de sardinas en tomate, un producto muy demandado.



¿TOCAS BANDURRIA, LAÚD, MANDOLINA O GUITARRA?
¡VEN CON NOSOTOS!
ASOCIACIÓN LAUDÍSTICA ESPAÑOLA
«MAESTRO GRANDÍO»
TEL: 619 527 406
alemgrandio@gmail.com

Para nosotros eres único
vivai
INMOBILIARIA
C/ BRAVO MURILLO, 322 - TEL. 910 390 407

En nuestra clínica, nos preocupamos por tu salud y tu sonrisa
Consúltanos por todos los tratamientos con total confianza

ONDOTOLOGÍA PREVENTIVA Y CONSERVADORA
Caries, odontopediatría, prótesis y endodoncias

ESTÉTICA DENTAL Y FACIAL
Blanqueamiento dental, carillas de porcelana, diseño de la sonrisa, halitosis y tratamientos con ácido hialurónico

CIRUGÍA ORAL E IMPLANTES
Implantología, muelas del juicio o cordales y periodoncia

ARTICULACIÓN TEMPORO MANDIBULAR
Ronquidos, apneas del sueño, ajuste oclusar y férula de descarga

ORTOPEDIA Y ORTODONCIA
Brackets metálicos, cerámicos y de zafiro, ortodoncia lingual e invisible

EQUIPO DE LA TORRE
Unidad Avanzada de Salud Bucodental
C/ San Germán, 12. 1-1 28020, Madrid
www.equipodelatorre.es
91 555 93 32
clinica@equipodelatorre.es

TETUÁN 30 DÍAS

Ocio y Cultura

Si organizas alguna actividad para el mes de **NOVIEMBRE** y quieres publicarla gratuitamente en esta sección, envíanos los datos a: redaccion@tetuan30dias.com

EXPOSICIÓN



Magnum: hojas de contacto. Fundación Canal (Mateo Inurria, 2). La exposición muestra cerca de un centenar de fotografías, obra de 65 de los más destacados fotoperiodistas de Magnum. Las imágenes retratan episodios clave del último siglo, acompañadas por sus correspondientes hojas de contacto y por documentos que ayudan a situar cada fotografía en su contexto. Hasta el 5 de enero de 2018. Entrada gratuita.

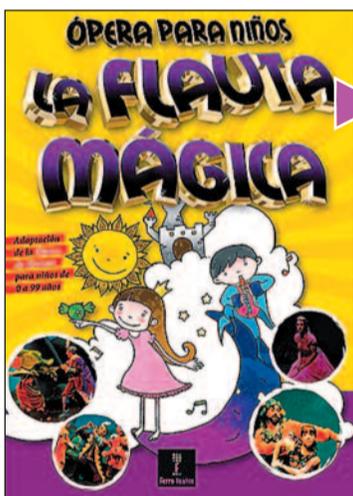
JORNADA

Feria de Entidades. La Asamblea de Barrios del Proceso de Desarrollo Comunitario organiza la Feria de Entidades de Tetuán el sábado 7 de octubre, de 10 a 14 horas en la Plaza del Canal de Isabel II. Un espacio en el que diferentes entidades, recursos y colectivos darán a conocer a través de talleres su trabajo en temas de igualdad, empleo, convivencia, salud y educación.



TEATRO

Centro Cultural Eduardo Úrculo (Plaza Donoso, 5)



Teatro musical infantil. **“La flauta mágica”**, a cargo de la Compañía Ferro Teatro. Edad recomendada: a partir de 4 años. Sábado 21, 18 horas.



Teatro del barrio: **“La masacre”**. Edad recomendada: mayores de 12 años. Jueves 26, 19 horas.

CINE

Domingos de cine Centro Sociocultural Tetuán. Bravo Murillo, 251



“La Reina de España”. No recomendada para menores de 7 años. Domingo 8, 17:30 horas.

“Un monstruo viene a verme”. No recomendada para menores de 12 años. Domingo 22, 17:30 horas.

“Tarde para la ira”. No recomendada para menores de 16 años. Domingo 29, 17:30 horas.



PROGRAMACIÓN CONCIERTOS Y SHOWS

Avda. del Brasil, 5. 28020. Madrid – theirishrover.com
Teléfono oficinas: 91 555 76 71 (lunes a viernes de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:00 h).
Music Manager: Jacobo Mira – jacobo@grupomoby.com
Horarios conciertos: Jueves – 22:30 / Viernes – 23:30

Jueves 5 de octubre - 22:30h – entrada libre
Natalia Calderón & Sebastián Chames Quartet – Jazz
Dos pesos pesados del circuito de jazz madrileño, acompañados de 2 músicos, interpretan clásicos y standards del jazz.

Viernes 6 de octubre - 23:30h – entrada libre
The Juice - Rock
The Juice es un grupo de versiones de rock de los 60, 70 & 80, pero con un repertorio más original y menos manido que el de la mayoría de las formaciones del género.

Viernes 13 de octubre - 23:30h – entrada libre
Quartet Tarantino - Tributo a Tarantino
Los grandes éxitos de las fantásticas bandas sonoras de Tarantino interpretados en directo. ¡Un show lleno de humor y guiños a sus películas!

Jueves 19 de octubre - 22:30h – entrada libre
D'Ávilas & Delfino Quartet - Jazz
Cuatro de los artistas más destacados del ámbito local recrean con exquisitez éxitos del pop, rock, soul y blues poniéndoles un original un toque de jazz... y viceversa.

Viernes 20 de octubre - 23:30h – entrada libre
Junzî - Pop Rock
Junzî nos ofrece un espectáculo cada vez más inspirado por la filosofía que se ve reflejada en el nombre del grupo, que significa aquél que trata de mejorar cada día sin perder un ápice de su esencia, que es vivir la vida apasionadamente...

Miércoles 25 de octubre - 21:30h – entrada libre
OPEN MIC NIGHT
Noche de micrófonos abiertos para cantantes y músicos amateur que quieran demostrar su valía y potencial sobre las tablas. Un show conducido por el músico Dan Wright. Ven a conocer a las estrellas de un futuro muy cercano. ¿Quieres participar? Apúntate en la barra o manda un whatsapp a Dan (665 58 98 96).

Jueves 26 de octubre - 22:30h – entrada libre
Fumarola – New Soul
Trío de hammond, guitarra y batería que interpreta temas de funk organelo y soul jazz para bailar.

Viernes 27 de octubre - 23:30h – entrada libre
SOUL QUEEN – Soul
La maravillosa voz de Eva Reina. Estará acompañada por su trío de músicos con el que desgranará un inmejorable repertorio lleno de clásicos del soul de ayer, de hoy y de siempre.

Martes 31 de octubre - 22h – entrada libre
NOCHE DE HALLOWEEN
Un año más, la avenida del Brasil se prepara para ser escenario de la noche más terrorífica y a la vez más divertida del año. Atrévete a cruzar el umbral del más allá en nuestro Pasaje del Terror plagado de espeluznantes criaturas y almas en pena. Sólo por cruzarlo te llevarás un chupito. ¡Y recuerda que venir disfrazado acarrea importantes premios!



Diseñadas para el uso de móviles, tabletas... Eyezen, las lentes para la vida digital



Las lentes Eyezen pueden encontrarse en los siete centros de Óptica Roma en Madrid.

Essilor lanza al mercado una revolucionaria lente, especialmente diseñada para el uso diario de pantallas. Con un filtro selectivo de luz y dos tecnologías únicas, se adaptan a las necesidades de nuestro nuevo estilo de vida y nos protegen del envejecimiento precoz de los ojos y la fatiga visual.

El ordenador, el teléfono móvil, la tableta, la televisión... Hoy en día pasamos mucho tiempo frente a los dispositivos digitales, y cada vez más (dos de cada diez adultos los utilizan más de cinco horas al día), porque la mayoría de actividades cotidianas, tanto profesionales como de ocio, ya pueden hacerse online.

Este uso intensivo de las pantallas demanda un mayor esfuerzo a nuestros ojos y es el causante de la fatiga visual. Necesitamos enfocar más intensa y repetidamente para que la vista se ajuste a distancias más cortas y los frecuentes cambios de dispositivo y de tamaños de letra, además de soportar el brillo de la pantalla y la exposición a la luz azul-violeta nociva.

El 89% de la población se queja de síntomas como ojos cansados, rojos, irritados y secos, visión de lejos borrosa... Por eso, Óptica Roma, fiel a su compromiso con la salud visual y la última tecnología, ha apostado por Essilor y sus nuevas lentes diseñadas para la vida digital.

Eyezen es una lente para todo el día, que relaja nuestros ojos mientras protege la visión. Su completa gama está pensada para los tres tipos de usuarios, según la edad y el tiempo de uso de estos dispositivos, y cuenta con dos tecnologías totalmente innovadoras.

Eyezen Focus ayuda en esfuerzos de enfoque intensos y repetidos, reduciendo la fatiga visual, mejorando la legibilidad de los caracteres pequeños y proporcionando una postura natural al utilizar el teléfono móvil. La tecnología Light Scan, con filtro selectivo, protege de la luz azul-violeta nociva, disminuye el deslumbramiento, mejora el contraste y contribuye a prevenir el envejecimiento prematuro de nuestros ojos.

La investigación llevada a cabo por Essilor muestra el impacto de las pantallas digitales, frente al uso de documentos en papel: posturas distintas, ángulos de mirada mayores... El 95% de la población utiliza el móvil a una distancia de entre 23 y 43 cm, por eso es necesario tener en cuenta una nueva zona de visión: la visión ultra próxima.

Por otra parte, la exposición acumulada a la luz azul-violeta puede aumentar el riesgo de daño en la retina y la aparición de patologías oculares. Además de los rayos UV del exterior, esta luz está presente todo el día y en la mayoría de situaciones.

El filtro selectivo de luz Crizal Prevencia bloquea el 20% de la luz azul-violeta nociva y proporciona la protección más completa para los ojos, en una lente totalmente transparente avalada por los 20 años de experiencia de Essilor en I+D+i.

Si eres un usuario multipantalla, date un respiro: usa Eyezen. Las encontrarás en los siete centros de Madrid de Óptica Roma y en www.opticaroma.com

POR CHEMA DE ISIDRO

Gastronomía urbana

www.loscursosdechemadeisidro.com



Salmonetes de costa



Todavía con los recuerdos del verano, el olor a mar, a playa y a chiringuito, no puedo resistir pasear por los mercados del barrio y fijarme en esos pescaditos tan peculiares y sabrosos.

La verdad es que el salmonete es un producto que me trae recuerdos de mi infancia. Era una fiesta cada vez que mi madre los freía y la casa se perfumaba de ese olor tan especial, porque en verdad este pescado tiene mucha personalidad, podría detectar su aroma entre otros muchos.

Pescado curioso, ya que, dependiendo de la época del año, se considera pescado blanco o azul, debido a que su proporción en grasa varía cada estación. En cuanto a su contenido en proteínas son consideradas de alto valor biológico, puesto que contienen todos los aminoácidos esenciales. Además, destacan las diferentes vitaminas y minerales, ya que contiene vitamina B1, fundamental para la actividad mental, B2, fundamental

para la piel y las mucosas, y B3, imprescindible en el aprovechamiento de las proteínas, grasas y carbohidratos. En cuanto a los minerales, destacan el hierro, fósforo, magnesio y potasio.

Pues como habéis visto hay que comer salmonetes; primero por salud y luego por placer. Y para darnos gusto al cuerpo, hoy os dejo una receta fácil y muy sabrosa.

ELABORACIÓN

Es fundamental quitar las tripas a los salmonetes y las posibles escamas que puedan tener. Calentaremos abundante aceite de oliva hasta que humee. Haremos una mezcla con la harina, una cucharada de pimentón e iremos añadiendo la cerveza hasta que nos quede una crema ligera.

Salaremos los pescaditos, los sumergiremos en la masa y freiremos hasta que queden crujientes. Espero que os guste y buen provecho.

SALMONETES EN TEMPURA DE PIMENTÓN

INGREDIENTES (4 RACIONES)

- Salmonetes (mejor pequeños)..... 1 kg
- Harina de trigo
- Pimentón dulce
- Cerveza
- Sal
- Aceite de oliva para freír

FOTOGRAM
Taller de enmarcado • Fotografía

Oferta en Copias digitales y fotos de estudio.

¡¡crea tus propios álbumes desde tu móvil!!

KIOSK gifts ¡¡descarga ya la Aplicación y hazte el tuyo!!

Copias desde móviles. Enmarcación y Montajes en diferentes soportes.

C/ Magdalena Díez, N°5, (Esq. Bravo Murillo, 329)
Tel. / Fax. 91 571 68 23
fotogramphotos@gmail.com

TABERNA Y COMIDAS

Hernani, 48
Tel. 91 553 66 00
www.elquintovino.com

GRAN VARIEDAD DE VINOS
MÁS DE 300 REFERENCIAS

COMIDA CASERA
MENÚ DEL DÍA DEL LUNES A VIERNES
PAN, VINO Y CAFÉ: 12 €

ESPECIALIDADES:
• Carrilleras al Palo Cortao
• Ortiguillas, Caracoles
• Croqueta de Esperanza

Patricia Nafra
Psicóloga

Primera sesión gratis

Bonos por sesiones ¡¡ INFORMATE !!

C/ Juan de Oñas 1, 1ª oficina 1
Tlf: 620 361 400 psicologianafra@gmail.com

dB de Bem ABOGADOS

- 24 horas -

Avda. de Asturias, 39 - 1º E
Telfs.: 91 344 74 72 / 687 39 67 21
www.debemabogados.com

VENTA DE QUESOS Artesanos A PRECIOS DE FÁBRICA

ESPECIALISTAS EN QUESOS MANCHEGOS

Oferta MES: Queso Mezcla Tierno: 7,20 €/Kg

Mercado Maravillas Puestos 17, 18 y 19
Tel.: 615 35 96 10

C/ Conde de Serrallo (Esquina Avenida de Asturias) **NECOTEX** Tel. 91 386 47 44

Uniformes y EPI'S para todo tipo de sectores

Mail: tienda@necotex.es • Web: Necotex.es • Facebook: Necotex Uniformes
Lunes a viernes, de 9:30-14:00 y de 17:00-20:00 h. Sábados, de 10:00 a 14:00 h.

En 1857 abrió una fábrica en estos terrenos

El 'papel' del patriarca de Mahou en el Mercado de Maravillas

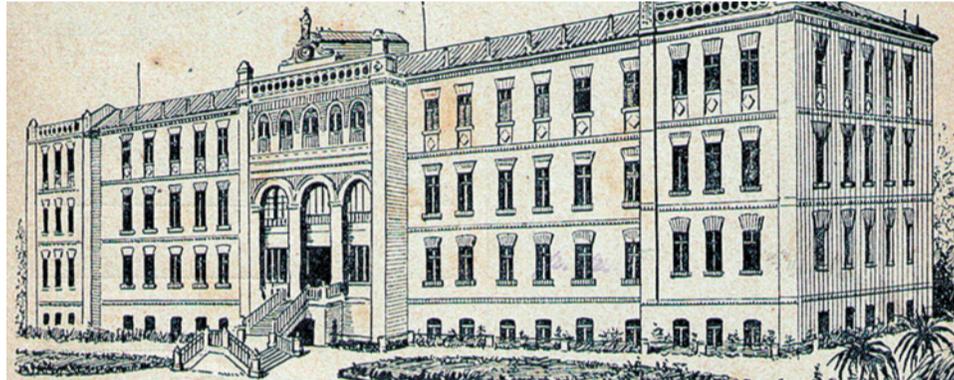
DAVID ÁLVAREZ DE LA MORENA

Si preguntamos cuál es la cerveza madrileña por excelencia, casi todos los tetuaneros convendrán en el nombre de Mahou; muchos menos sabrán que en los terrenos en los que se asienta el Mercado de Maravillas –que el Ayuntamiento acaba de elegir para representar al distrito– hubo hace 160 años una fábrica dedicada a la elaboración de papel pintado. Pero, a buen seguro, casi nadie sabrá que dicha fábrica fue puesta en pie nada menos que por el fundador de un linaje cuya segunda generación alumbraría la cerveza preferida por los madrileños de las últimas décadas.

Casimiro Mahou Bierhans había nacido en 1828 en la región francesa de Lorena, pero sería en la capital de España donde desarrollaría su instinto emprendedor. A mediados de siglo aparece ya en Madrid como director de la fábrica de papel pintado sita en un inmueble de la Plazuela del Limón –cerca de Conde Duque–, y cuyo origen hay que buscar en la Real Fábrica impulsada en 1786 por Carlos III, que pretendía ofrecer a la aristocracia un producto ya de moda entre los nobles franceses. Tanto la fábrica como el edificio habían sufrido desde entonces diversas vicisitudes, hasta que en 1848 Casimiro toma el mando, junto con su socio Santiago Ballesteros, y decide modernizar la producción de una mercancía hasta entonces más artística que industrial.



La viuda de Casimiro, Brígida Solana, en el centro, junto a sus hijos.



FÁBRICA DE PAPEL LAS MARAVILLAS

Tras enviudar años antes, en 1856 el patriarca de los Mahou se casa con su segunda mujer, Brígida Solana, con quien poco antes había tenido al que sería el primogénito de la pareja, Alfredo. Un año después abandona la fábrica de la Plazuela del Limón y adquiere unos terrenos extramuros de la ciudad, trasladando allí su labor. Nace así la Fábrica de Papeles Pintados Las Maravillas, “que consiguió acercar a la mayoría un producto hasta entonces exclusivo”, señala la compañía cervecera.

Según el libro ‘Comercios históricos de Madrid’ (La Librería, 2017), la factoría se hallaba “junto a la Carretera de Francia (la actual Bravo Murillo) y el Canal de Isabel II, que proveía el agua necesaria para la actividad papelera”. En ella trabajaban 300 operarios y Casimiro ejer-

cía de jefe de fábrica y socio facultativo. No obstante, aquella aventura duró poco. Tan sólo dos años después, Ballesteros y Mahou rompen su alianza por motivos no aclarados, y el segundo regresa al inmueble del Limón, compra toda la finca –incluso parte de la Plazuela, que desaparece– y abre una nueva fábrica de pinturas al óleo y barnices, a la que llama El Arco Iris. Tiempo después también montaría junto con uno de sus hijos el prolífico estudio de fotografía Almayso.

Santiago Ballesteros queda entonces como propietario único del negocio de Maravillas, de cuyos terrenos lo siguiente que se sabe es

que serían adquiridos por los Hermanos de las Escuelas Cristianas en agosto de 1889. Allí fundarían un Noviciado de Advocación Mariana, que gozó de gran arraigo hasta que los eclesiásticos decidieron trasladarlo a Budejo (Burgos), dejando el solar vacío y patrocinando que se convirtiera en colegio de Secundaria.

La escuela imparte sus primeras clases en septiembre de 1892, heredando no sólo el solar, sino también el nombre de la antigua fábrica de Casimiro Mahou, Las Maravillas, que posteriormente también asumiría el Mercado actual. Un mes después de iniciarse la II República

cae en manos de la turba durante la quema de conventos y el Colegio de Nuestra Señora de las Maravillas queda destruido por completo. En los primeros años de la posguerra se iniciará su reconstrucción, ya como mercado municipal.

DEL HIELO ARTIFICIAL A LA CERVEZA

Casimiro Mahou fallece en 1875, sin haber tenido ninguna vinculación con la cerveza. Sus hijos Alfredo, Enrique, Luis y Carolina constituyen la empresa Hijos de Casimiro Mahou, e inician un negocio completamente distinto al de las pinturas: la fábrica de hielo El Polo Norte. Según se explica en ‘Comercios históricos de Madrid’, la producción industrial de hielo fue un triunfo tecnológico contra el calor de la capital del que el Ayuntamiento se aprovechó para sacar tajada, gravando cada kilo con un impuesto de 10 céntimos.

Comprometida la rentabilidad del negocio, los hijos de Casimiro se fijaron en otro producto que comenzaba a destacar –la cerveza– y para cuya fabricación podrían aprovechar la tecnología puesta en marcha con la factoría de hielo. Así, en 1890 comienza a funcionar la nueva fábrica de cervezas Mahou, ya con entrada por Amaniel, 29, y bautizada con el nombre de El Barril. En la fachada de la hoy sede del Museo ABC figura una placa instalada por el Ayuntamiento para conmemorar los 125 años de la compañía.

Por su parte, en 2014 Mahou lanza “Casimiro Mahou”, una gama de cuatro cervezas especiales en homenaje al padre de esta stirpe cervecera. Una de ellas, “extra, de alta graduación, brillante y de color ámbar”, recibe un significativo nombre: “Maravillas”. ¿Les suena?



Placa conmemorativa en la antigua fábrica de Amaniel. Arriba, antiguo colegio de Las Maravillas, en Bravo Murillo. Foto: Mahou.

CENTRO DE EDUCACIÓN DE ADULTOS TETUÁN www.cepatetuan.org



MATRÍCULA ABIERTA TODO EL AÑO

ENSEÑANZAS BÁSICAS

- ENSEÑANZAS INICIALES
- GRADUADO EN EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA (presencial y a distancia)
En el último curso, Nivel II, el plazo de matrícula termina el 30 de noviembre.
- ESPAÑOL PARA EXTRANJEROS
- TALLERES DE INGLÉS E INFORMÁTICA
- CURSOS A DISTANCIA DEL AULA MENTOR

@cepa.tetuan @CepaTetuan

ENSEÑANZA OFICIAL GRATUITA DESDE LOS 18 AÑOS

ENSEÑANZAS TÉCNICO PROFESIONALES

- Formación Profesional Básica: Electricidad y Electrónica Nivel I y Nivel II (mayores de 17 años sin estudios).
- Preparación para las pruebas libres de acceso a Ciclos Formativos de Grado Superior (materias comunes).
- Técnicas Administrativas Básicas para personas con discapacidad intelectual.
- Cursos de preparación de la prueba de acceso a la Universidad para mayores de 25 años.



CEPA TETUÁN

Pinos Alta, 63

Tel: 91 733 38 37



Ventilla y Valdeacederas



49, 66 y 124

Horarios: mañana y tarde

