



SUMARIOS

Páginas 2 y 3

EDITORIAL
DÍA A DÍA DE BOADILLA
Eventos señalados.

Páginas 4 y 5

HOY HABLAMOS DE...
Cuánto vale la sonrisa
de un niño.
Antonio Fraguas Forges.



Páginas 6 y 7

SALUD Y CALIDAD
DE VIDA
Alergias.
Recetas: El cocido.



Páginas 8 y 9

NUESTROS VECINOS
Dr. Alfredo Pintado.
Director A. Primaria.

Páginas 10 y 11

COLUMNA DE OPINIÓN
Amar y querer.
La lealtad.



Páginas 12 y 13

COLABORACIONES
Los gatos de la abuela
CAJÓN DE SASTRE I
Esperanza e ilusión.

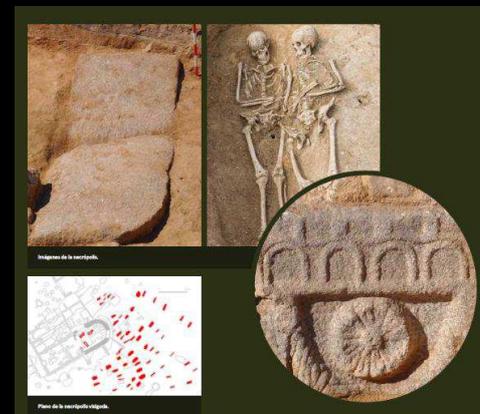
Páginas 14 y 15

CAJÓN DE SASTRE II
Curiosidades animales
EJERCITA TU MENTE

Página 16

ACTIVIDADES DE OCIO

*"Incluso la gente que afirma que no podemos hacer nada para cambiar
nuestro destino mira antes de cruzar la calle". (S. Hawking)*



PRIMEROS VESTIGIOS encontrados en Boadilla del Monte (Siglos IX-VIII a. C.)

SAN BABILÉS

ESPACIO FUNERARIO Y RELIGIOSO

Desde los orígenes de Boadilla hasta la actualidad

EXPOSICIÓN

Sede Institucional del Ayuntamiento de Boadilla del Monte
Avenida de Adolfo Suarez, s/n

A partir de 28 de febrero de 2018



Ya somos revista

Cuando las revistas crecen, siempre hay razón para ello. Protagonistas nació hace más de diez años, y lo hizo a la velocidad de crucero (relación existente entre el desarrollo de una acción, proceso o fenómeno físico y el tiempo transcurrido). Hemos llegado, no a la meta, porque esta es igual que el horizonte que según tu zona posicional se aleja o se acerca de tu ángulo de visión, hemos llegado a la dignidad de llamarnos "revista". Primero fuimos boletín, y éramos una sola hoja de DIN A3 doblada a la mitad. Ahora tenemos 16 páginas, color y diferentes secciones. ¿Cuál es la razón de este aumento? Sin duda alguna sus colaboradores y las materias que se tratan en ella. En este número mezclamos las palabras del director del Centro de Salud de Boadilla, el doctor don Alfredo Pintado, más de treinta años al servicio de los boadillenses. con la espectacular receta del cocido madrileño. Hablamos de las alergias próximas a la primavera. Aunque alergia no es solo la fiebre del heno; hay cientos de diferentes alergias, algunas asombrosas: a personas, a objetos o a situaciones incontroladas.

No podemos dejar en olvido el valor de la sonrisa de un niño. La felicidad infantil es contagiosa, su sonrisa atrae sonrisas y nos inserta en un mundo de alegría con el que es más fácil convivir. Hablamos de esa virtud para la que se deben crear leyes de protección, "La lealtad". Vivimos, no a velocidad de crucero, que he-

nombrado antes, sino a velocidad de la nave espacial en la que viajó la primera mujer, Valentina Tereshkova, que pudo cruzar el espacio, detener las nubes, pero no pudo detener el tiempo y cumplió hace unos días 80 maravillosos años.

Amar y querer son las palabras que custodian a "La lealtad". El amor no se acaba, se transforma y todas las edades encierran amor.

Nuestra revista, puro amor hacia sus lectores, les cuida las mentes con los pasatiempos sudoku, palabra admitida en la última entrega de la RAE, sopa de letras o cifras cruzadas.

Las colaboraciones externas son una ventana de humor y participación de todos aquellos escritores que quieren ver en las llamadas letras de molde,

denominación de la época *del Julián* de la Verbena de la Paloma, cuando existían los cajistas y los tipos de plomo. La de este número es un divertimento de cinco gatos que la magistral pluma de José Luis León ameniza con su ironía y su magnífico humor.

Y así, poco a poco, con la portada donde os anunciamos la exposición que recoge los primeros vestigios de vida en el Municipio, que no podemos dejar de visitar, y con el Cajón de Sastre donde cabe todo, las páginas de Protagonistas dicen adiós hasta el próximo número. ■

"Hemos llegado a la dignidad de llamarnos "revista"





Eventos señalados



Misa Hispano-Mozárabe

El día 24 de enero de este año 2018, en la parroquia de San Cristóbal de Boadilla del Monte, se celebró la misa en rito Hispano-Mozárabe, primera en la Diócesis de Getafe, en honor de San Babilés, obispo y mártir, nuestro Patrón. Presidió la celebración el obispo auxiliar de Toledo, Monseñor don Ángel Fernández Collado. Los cantos fueron interpretados por la Agrupación Stella Matutina, que elaboró un precioso repertorio con lo mejor de las melodías mozárabes y gregorianas. ■

San Isidro Labrador

15 de mayo de 2018

San Isidro nació en Madrid, supuestamente el 4 de abril de 1082. Contrajo matrimonio con María de la Cabeza, natural de Uceda (Guadalajara). San Isidro es el patrón de Madrid, y se celebran sus fiestas el día 15 de mayo. Incluyen romerías, verbenas, atracciones...



San Isidro trabajaba en casa de un propietario rico cerca de Madrid, pero nunca comenzaba su trabajo antes de haber hecho sus prácticas de piedad y de oír la Santa Misa. Distribuía entre los pobres no solo lo que le sobraba, sino también lo necesario. Dios en varias ocasiones intervino con milagros para premiar tantas privaciones y heroísmos. ■

Romería de San Babilés

27 de mayo de 2018

Tal y como viene siendo tradicional, coincidiendo con el último domingo del mes de mayo, se celebra la Romería en honor de nuestro Patrón San Babilés.

El recorrido será el siguiente: salida de la iglesia de San Cristóbal, Avenida de España; senda paralela al muro de las Huertas del Palacio con llegada al Polideportivo Municipal; Santa Misa; entrega de placas de reconocimiento; medallas; aperitivos; limonada; gran paella; juegos infantiles; actuaciones musicales; y, por la tarde, vuelta a San Cristóbal por la Carretera de Pozuelo. ■





Cuánto vale la sonrisa de un NIÑO

Con solo dos palabras había hecho sonreír a un niño

Ayer fui a recoger un paquete que me enviaban por correo. Tomé el correspondiente número de espera y me enfrasqué en mis pensamientos. Salí pronto de ellos porque junto a mí se encontraba una señora que enseñaba a su hijo a contar.

—Mira, Manuel, el número que está en la pantalla es un 1 y un 0. Eso significa diez.

Luego, enseñándole el papel de espera que llevaba en la mano, le dijo:

—Mira, Manuel, el 1 y el 0 es diez; y el nuestro, que es un 1 y un 1, es once. Cuando salga en la pantalla, es que nos toca a nosotros.

Y así, de forma similar, fue entreteniendo al niño hasta que les llegó el turno.

El mío era el doce, por lo que tuve que esperar muy poco hasta que fui llamada a otra ventanilla.

Por el camino me encontré con el niño y le saludé, diciendo:

—Hola, Manuel.

Su extrañeza fue enorme, estaba sorprendido, pues no llegaba a comprender cómo podía yo conocerlo siendo la primera vez que me veía y sin saber nada de mí. Un poco avergonzado y en voz baja, le dijo a su madre: “Esa señora



me conoce, me ha llamado Manuel”.

La madre, comprendiendo la situación, le sonrió.

Cuando recogieron su paquete y salían de la oficina, el niño, con la mano levantada, sonriendo y diciendo adiós, se despidió de mí.

Y, sonriéndole yo también, me despedí con un: “Adiós, Manuel”.

Hasta que no salieron no dejó de mirarme y sonreír.

Así fue como me di cuenta de que, con solo dos palabras, había hecho ser feliz y sonreír a un niño. ■



FORGES

Siento alegría por la ingente muestra de inteligencia y humanidad que nos ha legado

La primera vez que lo vi, físicamente, fue en la Delegación de Hacienda de Pozuelo. Hará, fácilmente, más de 20 años. En esa época se realizaban todos los trámites administrativos por ventanilla. Yo estaba esperando en la cola, siempre la había, y él me preguntó si yo era el último. Le dije que sí, porque en realidad lo era, y, al volver la vista para responderle, me quedé sorprendido al reconocerlo. No soy mitómano, nunca lo he sido, pero siempre me admiró la gente que no vive de su físico sino de su inteligencia, y, en aquella época, Forges ya gozaba de un prestigio como humorista inteligente que rayaba la veneración, así que mi admiración ya la tenía. Estuve a punto de preguntarle algo, de decirle algo, de pedirle algo, como un autógrafo por ejemplo, pero me limité a dejar de mirarlo y esperar a realizar la gestión que por allí me había llevado.

A lo largo de los posteriores años lo vi en multitud de ocasiones, aunque siempre en los medios de comunicación: revistas, televisión, etc. Pero, sobre todo, lo vi diariamente en los dibujos que ofrecían los periódicos.

Hoy me levanté con la noticia de su muerte. Desconocía su enfermedad, y quizá por eso me ha impresionado más, pero mi

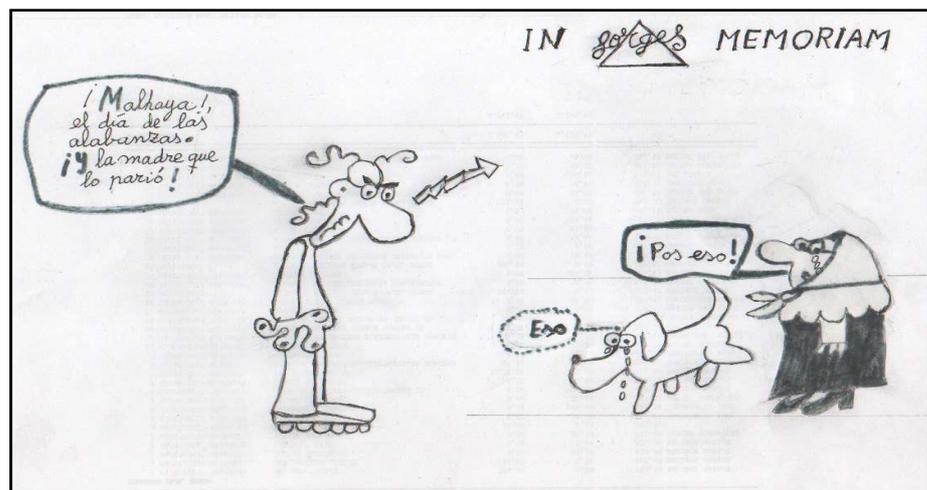
mente ha logrado diferenciar al hombre, Antonio Fraguas de Pablo, del admirado Forges. He sentido pena y resignación, a todos nos llegará, por el ser humano que se ha ido, pero alegría por la ingente muestra de su inteligencia y humanidad que nos ha legado en la obra que nos deja. Esa nadie podrá quitárnosla a todos los que lo admiramos. Adiós, Antonio. Gracias, Forges.

Me han pedido que escribiera algo sobre ti y no me he podido negar, porque la deuda que tenemos contigo, tanto cultural como humana, es inmensa. Yo, pobre de mí, que cuando repartieron el don de expresar los pensamientos con dibujos estaba el último de la cola y cuando me tocó el turno ya lo habían repartido todo, me he atrevido a agradecerte toda la sonrisa que diariamente me



ofreciste con un dibujo en tu memoria. Perdóname la osadía, pero de verdad de verdad que lo he hecho con el corazón. Gracias.

P.D.: Como sé que te vas a encontrar con esa otra persona que también se encargó de hacernos la vida más alegre y feliz, Chiquito de la Calzada (Gregorio Sánchez Fernández), te pediría que le transmitas nuestro eterno agradecimiento y que siempre nos enviéis vuestra alegría, estéis donde estéis. ■





ALERGIAS

Además del polen, pueden estar causadas por otras sustancias

Llega la primavera y, de golpe, nos encontramos con gente conocida que tiene los ojos llorosos, que utiliza con mucha frecuencia pañuelos para sonarse las narices, con síntomas de cansancio, etc., y nos comenta: "Es que tengo alergia".

Automáticamente pensamos que esa alergia está motivada por el aumento del polen que por todas partes diseminan los árboles y las plantas. Y es cierto, pero no siempre es una ver-

originada por el polen y que dura mientras éste está en el ambiente; y persistente, que suele estar originada por los ácaros del polvo, mohos, animales domésticos o elementos de uso cotidiano como maderas, látex, harinas, sustancias químicas...

Conjuntivitis. Es la inflamación de la capa conjuntiva, que es la membrana mucosa que recubre el interior de los párpados y que se extiende a la parte anterior del globo ocular.

cultades para tragar y, en casos muy severos, "shocks anafilácticos" con riesgo de muerte.

No se debe confundir con la intolerancia a los alimentos, que es incapacidad de consumir ciertos alimentos o nutrientes sin sufrir efectos adversos sobre la salud.

Anafilaxia. Existen, además, muchas y diferentes clases de alergias: a los medicamentos, a las picaduras de insectos, etc., como ya dijimos anteriormente. Se diferencia de la alergia por



dad total, dado que en su gran mayoría sí estará causada por esos pólenes, pero también puede estar causada por otras sustancias: ácaros del polvo, esporas de moho, caspa o pelo de animales, alimentos, picaduras de insectos, medicinas..., que pueden causar reacciones similares a las que nos han comentado.

Los médicos suelen hacer pruebas de piel y sangre para diagnosticar las causas, y los tratamientos para combatirlas suelen ser medicinas, inyecciones o prohibir las sustancias que causan esas alergias.

Comentemos algunos de los efectos:

Rinitis. Los síntomas más característicos son la congestión nasal y los estornudos, y puede ser estacional, como la

Suele estar producida por bacterias, virus, alergias a cuerpos extraños como lentillas que no estén bien desinfectadas, etc.

Dermatitis. Es una inflamación de la piel. Puede estar originada por distintas causas, como el contacto con algunas plantas, jabones, joyas, etc., y manifestarse de muchas formas. Suele ser una afección frecuente que no es contagiosa pero que puede hacer sentir incómodo y cohibido a quien la sufre.

Alergia a alimentos. Es una reacción al contacto con algunos alimentos. Puede ser de naturaleza transitoria (cede con el tiempo). Normalmente producen urticarias y eccemas, problemas gastrointestinales (diarrea crónica), molestias digestivas, náusea, vómitos, difi-

la extensión de la reacción inmunitaria que compromete particularmente al sistema respiratorio y al cardiovascular, y puede llegar a poner en riesgo la vida de quien la padece. Por suerte, es muy poco frecuente: su incidencia se estima en un 1 % de la población de enfermos alérgicos.

Pero no nos pongamos extremistas, y pensemos que la primavera, sí, nos trae esos pequeños inconvenientes alérgicos todos los años, pero, a cambio, nos regala la explosión de belleza de las plantas florecidas y las buenas temperaturas que nos harán más placentera la vida. Miremos siempre el lado positivo. Y consultemos al especialista, que para eso está ■



Recetas para todos: COCIDO MADRILEÑO

"Decía mi abuela que cuanto más crudo más cocido"

El cocido madrileño es uno de los platos más representativos de la cocina de Madrid. Consiste en un guiso cuyo ingrediente principal son los garbanzos y los secundarios, aunque con gran protagonismo, diversas verduras, carnes y tocino de cerdo con algún embutido. Su origen es humilde.

Ingredientes:

- Garbanzos.
- Patatas.
- Repollo o judías verdes.
- Zanahorias.
- Morcillo.
- Chorizo.
- Hueso de vaca de caña.
- Gallina.
- Punta de jamón.
- Tocino fresco y añejo.



Preparación:

Se pone todo junto y en puchero mejor que en la olla exprés. Hacerlo lento.

En algunos pueblos de León por donde pasa el tren,

empiezan a comer el cocido al revés, empezando por la carne y terminando por la sopa. ¿Sabéis por qué?

Los trenes funcionaban con máquinas de vapor. Cuando paraban a repostar y era la hora de comer, bajaban y marchaban a comer, casi siempre cocido.

Empezaban por la sopa, pero no les daba tiempo a comer el cocido entero, pues de pronto escuchaban: ¡Viajeros al tren! Tenían que correr, y allí les quedaba la carne.

Ese es el motivo por el que empezaron a hacerlo al revés. ■

¡Buen provecho!



Entrevista a:

El Director del Equipo de Atención Primaria de Boadilla

Doctor ALFREDO PINTADO

Le pedí que no se quitara la bata blanca, creo que sin ella fallaría mi memoria de treinta años como paciente. Me gustaría añadir que como amiga, y lo añado porque todos los pacientes del doctor Pintado gozamos de ese privilegio.

Él me insta a preguntar sin miedo, y lo hago.

Pregunta: ¿Usted es el principal responsable de la salud de los boadillenses, de más de 50.000 habitantes?

Respuesta: Decir que soy el principal responsable de la salud de los vecinos de Boadilla es un poco exagerado. Actualmente, el Equipo de Atención Primaria del Servicio Madrileño de Salud consta de dos Centros de Salud y una plantilla de 55 trabajadores, distribuidos entre 24 médicos (17 médicos de familia y 7 pediatras), 19 personas en enfermería (16 enfermeros/as, 2 auxiliares de enfermería y una matrona) y 12 personas no sanitarias en labores administrativas.

P.: ¿Qué es más frecuente, que las enfermedades las diagnostique usted o que envíe a los pacientes a los especialistas del Hospital de Puerta de Hierro?

R.: La mayoría de los pacientes que acuden a nuestros Centros de Salud son diagnosticados y tratados sin necesidad de derivación al hospital, y solo aproximadamente el 7 % de las consultas

precisan la intervención de otros niveles asistenciales.

P.: Pero este hospital tiene siempre una demora alta, ¿cómo soluciona este problema cuando es una urgencia?

R.: Los pacientes que son remitidos a las consultas hospitalarias pueden elegir, en el momento en que van a ser citados, entre acudir al hospital de referencia (Hospital



Puerta de Hierro de Majadahonda) o ser tratados en cualquier otro hospital de la red pública. Es un entramado de distintos casos en el que desde los Centros de Salud se va “coordinando” para priorizar y organizar a los pacientes y los recursos sanitarios disponibles. Esta labor del profesional de Atención Primaria de considerar al paciente como un todo y no un órgano dañado, y cuando llevas tiempo en el mismo puesto, este mismo paciente pasa a ser un amigo enfermo, es lo más motivador y compensador de nuestra labor.

P.: Los pacientes demandamos pruebas y más pruebas; no obstante, nos cansamos de esperar un diagnóstico que nos alivie los dolores. Podemos mientras tanto abusar de los calmantes conocidos, Ibuprofeno, Paracetamol, Aspirinas...

R.: Bien, es cierto que estamos en una sociedad “consumista e internauta” que lo que demanda es un máximo de pruebas para un diagnóstico. Pruebas en algunos casos no necesarias, pero intensamente demandadas. La frase más concluyente de esta filosofía acomodaticia es la de: “Quiero estar bien, y para eso voy periódicamente al fisioterapeuta”. “Y al estanco”, añado yo en muchos casos.

P.: En Boadilla existen varias



personas que han cumplido los cien años, ¿es el clima o es la buena experiencia de sus médicos?

R.: Ya me gustaría apuntarme el tanto de la longevidad a mi saber médico, pero me temo que la fuente de la eterna juventud buscada por alquimistas es algo más complejo. El llegar a centenaria una persona es un poco debido al buen sistema sanitario en su conjunto, otro poco de suerte en la vida y un mucho de los genes heredados y de nuestra capacidad de adaptación y vida sana.

P.: ¿Cree usted que la sanidad en Boadilla está bien cubierta? ¿O sería necesario un centro más? Todos deseamos ser bien atendidos, pero su consulta a veces sobrepasa en más de una hora la cita dada. ¿Por qué?

R.: El retraso en las consultas sanitarias es un problema de difícil solución. Digamos que más pacientes es peor calidad, y menos pacientes es mejor atención, pero con mayor lista de espera y, por tanto, peor accesibilidad. No

creo que en este momento fuésemos capaces ninguno de soportar consultas donde la atención se hacía con el paciente de pie y en 2-3 minutos; eran consultas que no tenían retraso y se “veían” (el concepto “atender” es otra cosa).

P.: Hace años, los médicos de familia te visitaban en casa; ahora necesitas estar casi muerto para que vayan a verte. Los enfermos van al ambulatorio con fiebre altísima, pudiendo contagiar a los que esperan. ¿Qué medidas existen para evitar posibles contagios?

R.: Para hablar de la visita domiciliaria a pacientes, hay que entenderla en clave de números y del tipo de atención al que nos hemos acostumbrado. En este momento, un médico de familia tiene más de 2000 pacientes asignados. Cuando llega por ejemplo la época de gripe, si tiene que atender los múltiples casos de fiebre a domicilio, necesitaría más de 24 horas al día para realizar su la-

bor. Y la pregunta es: ¿realmente es necesario? Es indudable que hay que priorizar en estos casos y seleccionar mucho. Hay casos imposibles de trasladar y que hay que visitar a domicilio, pero por sus enfermedades concomitantes y/o edad sobreañadida. El resto deben desplazarse con su “molestia” para ser atendidos.

P.: Ser médico siempre ha sido vocacional; ahora depende mucho de la nota que exijan para entrar en la facultad. ¿Estas limitaciones no perjudican a la profesionalidad?

R.: Yo creo que sí: ser médico ha sido y es vocacional. Pero, claro, todo tiene sus limitaciones. En este momento ser médico es vocacional, pero vocacional entre los alumnos que tienen una nota alta para elegir carrera.

Hablar con el doctor Pintado es un placer para el entendimiento, una medicina sin prospecto de instrucciones, un descanso de las obligaciones, un relax. Muchas gracias doctor. ■

Etimología: AMAR Y QUERER

En ocasiones resulta difícil definir las dos terminologías

En el lenguaje español, confundimos fácilmente las dos terminologías, hacemos uso indiscriminado de ellas. El amor se puede definir como un sentimiento anímico (psíquico); y el querer, como deseo físico del cuerpo. Por lo que el amor sería una expresión intangible del espíritu; y el querer, una apetencia del cuerpo que aspira a ser satisfecha.

¿Cómo definir el amor?

El amor, en tanto que fenómeno, es fuente de vida, es pura energía. A escala mayor, es el fluido que sostiene el universo, pero que también se encuentra como fuerza gregaria en cualquier esfera física. Las cosas no existen por sí solas, están relacionadas entre sí a diferentes escalas, con diversas fuerzas de atracción magnética, y la fuerza se traduce en energía.

Existe el amor de pareja como generador de potencia del uno hacia el otro, y viceversa. Cuando no es así, la relación se halla descompensada, no existe intercambio de energía. Cuando uno solo coge, sin dar nada a cambio, aumenta su energía a cuenta de la del otro cuando éste se le entrega. La fuerza energética se traduce en poder y dominación ante las situaciones.

Cuando estás enamorado, quieres tener a esa persona; cuando la amas, la necesitas. De ahí la definición popular de amar: “en cuerpo y alma”.

El amor puede ser egoísta,

o altruista, a la búsqueda del conocimiento, al razonamiento... Y, aunque sea solamente psíquico, nos lo devuelven de cualquier manera en beneficio propio; no se espera nada a cambio, solo lo hallamos en los resultados; la relación es puramente anímica.

¿Cómo definir el querer como deseo?

Sería como satisfacer la apetencia de un deseo. No existe un dar y un tomar; solo se toma. Querer beber un buen vino, una relación sexual esporádica, una buena comida... Me gusta, lo cogo, sin más. No existe interrelación, se convierte solamente en una satisfacción física del cuerpo; la otra parte no se tiene en cuenta.

Según el lenguaje, no existen las mismas condiciones cuando decimos “te amo” que cuando decimos “te quiero”. Cuando en pareja se dice “te quiero”, significa deseo, apropiación del otro, es una relación unilateral; y cuando se dice “te amo”, significa tendencia a una relación bilateral, de ida y vuelta. Cargando de energía el uno hacia el otro; aunque en ocasiones resulta difícil de definir entre las dos terminologías. ■



cuando tiende solo hacia sí mismo, y altruista, como sentimiento psíquico: dar a cambio de nada, satisfaciéndose de la felicidad o del bienestar del otro. El donante se recarga de energía; cuanto más da, más recibe. De manera conceptual, se podría entender el querer como un acto egoísta y el amor como acto altruista.

El amor también existe en la pasión por cosas intangibles, como puede ser la literatura, el amor a los animales, a la naturaleza, al trabajo bien hecho, al misterio, a los trabajos intelectuales,

o altruista, a la búsqueda del conocimiento, al razonamiento... Y, aunque sea solamente psíquico, nos lo devuelven de cualquier manera en beneficio propio; no se espera nada a cambio, solo lo hallamos en los resultados; la relación es puramente anímica.

¿Cómo definir el querer como deseo? Sería como satisfacer la apetencia de un deseo. No existe un dar y un tomar; solo se toma. Querer beber un buen vino, una relación sexual esporádica, una buena comida... Me gusta, lo cogo, sin más. No existe interrelación, se convierte solamente en una satisfacción física del cuerpo; la otra parte no se tiene en cuenta.



La LEALTAD

La nobleza de los animales de compañía es un claro ejemplo de lo que ha de ser la lealtad en las personas

Es una virtud tan necesaria como el comer. Si se tiene y se practica, nos llena la vida, de felicidad, de amor y de paz.

Si no se posee, la echamos en falta constantemente, porque nosotros mismos la necesitamos para estar en paz con nosotros y con los demás. Si a nuestro alrededor, en nuestro entorno, hay personas que no tienen esa virtud, rápidamente lo detectamos, como podemos detectar que no respiramos bien, que no vemos bien.

Esto es echar en falta la lealtad de los demás, y la nuestra también.

Una persona leal es aquella que detecta la mentira, las medias verdades, y que está dispuesta a hacer por ti lo que haga falta, aun a costa de sacrificio, de abnegación, de desprendimiento y de entrega. Ingredientes que son necesarios para poder cocinar una buena lealtad.

En nuestra vida diaria, la esperamos de nuestros amigos, de nuestra familia, en el trabajo, en el deporte; porque es fidelidad, sinceridad, nobleza y compromiso.

Es un acto reflejo en el que la persona que está de lleno implicada en esta humana virtud, antes de romperla, se lo piensa bastante, pues es como un jura-



mento voluntario, libre y sin ataduras que golpea tu conciencia antes de que uno lo rompa y tire la casa por la ventana, porque nadie le ha obligado.



La nobleza de los animales de compañía es un claro ejemplo de lo que ha de ser la lealtad en las personas.

Cuando un caballo está delante del cuerpo de su jinete porque se ha caído de su cabalgadura en un descampado lejos de una población, horas y horas, da muestras de su cariño haciendo señales muy singulares para la ocasión, acompañadas de relinchos muy agudos para llamar la atención y pedir ayuda.

La nobleza del perro acompaña a su dueño en la cacería: si se derrumba un muro atrapando a su amo e inmovilizándolo, el perro ladra y ladra, se rompe las uñas pidiendo ayuda, pero sin separarse de su amigo, y nos da un ejemplo de lealtad heroica, única y desinteresada. ■

Los gatos de la **ABUELA**

“Al ver en movimiento la escoba, desaparecían todos como rayos”

En el patio de la abuela peleaban con frecuencia los gatos: cuatro pardos y uno negro. Cada cual disponía de una escudilla con abundante alimento. Cuatro de ellos se saciaban y aún les quedaba comida; el quinto, en cambio, nunca probaba su ración a no ser que el ama le acariciara el lomo mientras tanto. Lo tenía acostumbrado a esos mimos desde pequeño. De no ser así, cuando la necesidad lo obligaba, se enfurecía e intimidaba con uñas y dientes a sus hermanos para arrebatárselos suyo. Se formaban unas trifulcas que solo se resolvían a escobazos. Al ver en movimiento el palo, desaparecían todos como rayos por temor a que les partieran el espinazo; aunque, al poco rato, uno tras otro regresaban cautelosos. Primero el mimoso, que para mermar ranchos ajenos no necesitaba arrumacos.

Por el resto de la casa, los ratones correteaban a sus anchas para desesperación de la dueña. Llegó ésta a considerar si sería la abundancia el motivo de tal desmadre, y decidió reducirles el pienso. La mayoría se vio obligada a perseguir a los roedores, pues con el racionamiento les sobraba hambre. Sin embargo, al negrito le sobraba pereza, permanecía agazapado, a la espera de su ración de caricias.



La situación llegó al límite el tiempo en que la escoba permaneció inactiva. La anciana tuvo que ausentarse por cuestiones de salud y nadie se ocupó mientras tanto de ellos. Subsistieron de la caza de rabilargos; todos menos uno, que, sin ánimos ni fuerzas para buscarse la vida, fue perdiendo las pocas que le quedaban.

Cuando su protectora regresó por fin, encontró barrida la casa y repletos los platos, gracias a una vecina diligente. No le extrañó que los ariscos y pendejillos no hubieran salido a recibirla. Pero... ¿dónde estaba su bien amado? ¿Se habría olvidado de ella en tan solo dos semanas? Pronto halló respuesta viendo debajo de la cama, junto a sus zapati-

llas de paño, y tieso como un ajo, un pellejo peludo de negro gato. Se resistía la señora a creer que hubiera sido la pena por la ausencia y no la carencia la causa de tan funesta desgracia.

Lo enterró en el jardín, junto a un rosal de rosas blancas, y en una tablilla que colgó en su recuerdo aún puede leerse:

“Aquí descansa Fiambre, el caprichoso gato que pereció de hambre con comida en el plato”

José Luis León



Lleno de **ESPERANZA** y de **ILUSIÓN**

“A ver si tengo la suerte de conocer al dueño del pañuelo”

Hace unos años tuve que acompañar a mi marido a Madrid a un funeral en la Iglesia del Carmen.

El funeral se celebraba por un compañero, persona queridísima por todos, desde el conserje hasta el jefe y la madre de este.

A la madre del jefe todos la conocíamos, pues en comidas o cenas de empresa siempre estaba guapísima y elegante, pero sencilla.

Así apareció ese día pese a sus setenta y pico años.

La iglesia estaba abarrotada, y la señora empezó a sentirse un poco mareada, y nos dijo: “Me salgo un poqui-



to a la calle; no os preocupéis de mí, me pasa con frecuencia, vosotros seguid”.

Salió a la calle, se sentó

en las escaleras exteriores de la iglesia y, como estaba cansada, debió quedarse dormida. Se terminó el funeral y la gente empezó a salir. Con el bullicio, se despertó; tenía entre sus manos un pañuelo de caballero, impecable, con las iniciales “F.M”, lleno de monedas y algún que otro billete.

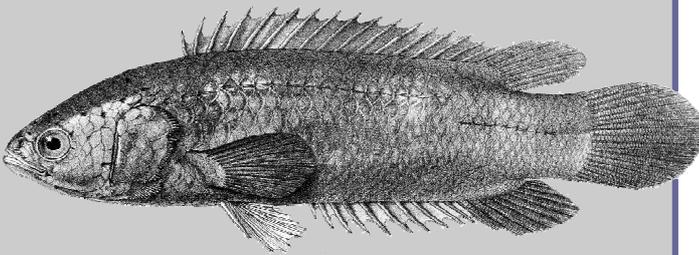
Sus hijos le dijeron: “Mamá, déjalo en la iglesia, tú no lo necesitas”. Ella les contestó: “Algún día lo traeré, os lo aseguro, pero quiero tenerlo unos días en casa; y, a lo mejor, me vuelvo a sentar en las escaleras para ver si tengo la suerte de conocer al dueño del pañuelo F.M.”. ■



Curiosidades ANIMALES

Anabas testudineus

Con el nombre científico de *Anabas testudineus*, la perca trepadora, como se la conoce popularmente, puede nadar como cualquier pez, pero, además, moverse por el suelo fuera del agua e incluso trepar a los árboles; de ahí su nombre. Originaria de las Indias Orientales, acostumbra a salir del agua a intervalos regulares. Sus aletas están conformadas de tal manera que le permiten andar sin dificultad y trepar a los árboles con relativa soltura. Se puede ver en el acuario de Nueva York. ■

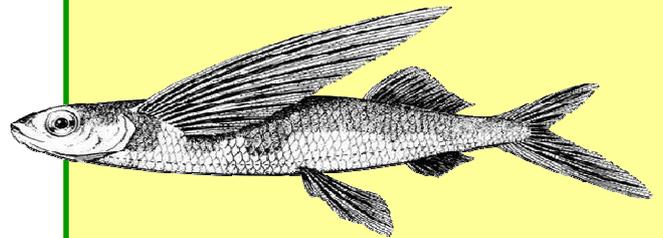
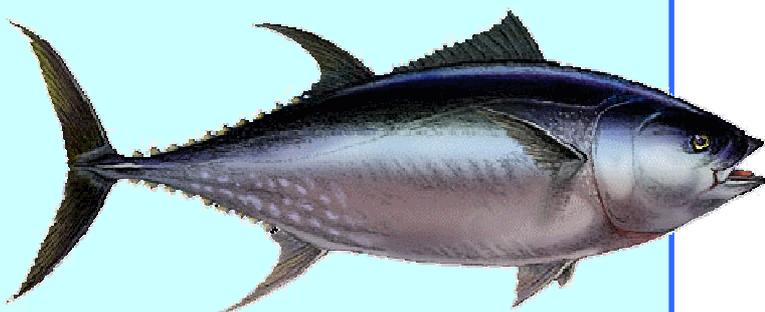


Periophthalmodon schlosseri

En Malasia, el pez *Periophthalmodon schlosseri*, cuando baja la marea, juega en el fango y sube a los árboles a cazar insectos para alimentarse. ■

ATÚN

Pero los atunes son, si no los más curiosos, sí los más perseverantes. Nadan a una velocidad constante de unos 14 kilómetros por hora durante un tiempo indefinido, y nunca dejan de moverse. Se calcula que un atún de 15 años puede haber recorrido más de 1.500.000 kilómetros en su vida. ■



Exocoetus volitans

Abunda en los mares tropicales el pez *Exocoetus volitans*, pez volador que puede alcanzar con facilidad hasta 50 metros fuera del agua. Récord que se queda muy corto para los que viven en las costas del Pacífico de California (EE.UU.). Estos pueden volar hasta 300 metros. Para ello, extienden sus aletas como si fueran alas y planean estas distancias sin batirlas, simplemente con el impulso de la velocidad con que nadan. Su nombre científico es: *Cheilopogon pinnatibarbus californicus*. ■



SOPA DE LETRAS

AVES

- ABEJERO
- ABUBILLA
- AGUILA
- ALCATRAZ
- ALONDRA
- BUHO
- CAMACHUELO
- CANARIO
- GORRION
- LECHUZA
- PALOMA

A	S	J	O	E	D	I	G	P	D	A
H	O	E	S	U	B	H	E	A	O	R
F	A	G	U	I	L	A	S	L	R	D
I	L	U	J	H	O	F	E	O	E	N
S	L	E	B	A	I	U	F	M	J	O
O	I	U	B	U	H	O	G	A	E	L
D	B	A	H	C	S	I	F	E	B	A
F	U	G	A	O	I	R	A	N	A	C
J	B	M	F	N	O	I	R	R	O	G
Z	A	R	T	A	C	L	A	D	A	S
C	S	D	A	Z	U	H	C	E	L	F

SUDOKU

							1	9
				2	8			
	9		7					
3								6
8			5		1			
1								3
	7			4	6			
					5	9		

Rellenar cada cuadrícula en blanco con una cifra del 1 al 9, de modo que no se repita ninguna cifra en una misma fila, columna o grupo de 3 x 3=9

PALABRAS MEZCLADAS

A continuación hay 3 palabras con las letras mezcladas, con cada mezcla podemos escribir una FRUTA, por ejemplo ASDANI (SANDIA)

Q U L A B O R I C E A
N O T E M O C L O
A C U R I L E

ANTERIOR: NARANJA, MELON, MANZANA

SOLUCION SUDOKU 5

6	2	1	7	9	3	8	4	5
4	7	9	5	2	8	1	6	3
3	8	5	1	6	4	2	7	9
9	6	4	3	5	2	7	8	1
8	5	3	6	1	7	9	2	4
7	1	2	4	8	9	3	5	6
5	3	8	9	7	6	4	1	2
2	4	6	8	3	1	5	9	7
1	9	7	2	4	5	6	3	8

CIFRAS CRUZADAS

Colocar en el tablero inferior los números siguientes

1 2 3 4 5
6 7 8 9

de manera que sumándolos vertical y horizontalmente se obtengan los resultados dados

	+		+		=	17
+		+		+		
	+		+		=	16
+		+		+		
	+	9	+		=	12
=		=		=		
15		16		14		

SOLUCIÓN CIFRAS CRUZADAS 5

6	+	4	+	9	=	19
+		+		+		
1	+	5	+	2	=	8
+		+		+		
8	+	3	+	7	=	18
=		=		=		
15		12		18		



PROGRAMACIÓN DE ACTIVIDADES CONCEJALÍA DE PERSONAS MAYORES - AYUNTAMIENTO DE BOADILLA

MES	DIA	HORA/CENTRO	ACTIVIDAD
ABRIL 2018	LUNES 2	M. DE VERA/G. SOTO Y EMAIL	SECCIÓN EL ENIGMA DEL MES
	MARTES 3	M. DE VERA/G. SOTO	VUELTA A CLASES SEMANA SANTA
	MARTES 10	12:30-13:00 M. DE VERA	SESIÓN INFORMATIVA -ASEGÚRATE
	VIERNES 13	11:00-12:00 G. SOTO	SESIÓN INFORMATIVA-ASEGÚRATE
	MARTES 17	10:00-11:00 G. SOTO	TALLER RECIARTE MACETAS PARA FLORES
	MIÉRCOLES 18	10:00-11:00 M. DE VERA	TALLER RECIARTE MACETAS PARA FLORES
	MIÉRCOLES 25	10:00-11:00 M. DE VERA	TALLER DE MÁSCARAS DE ÉPOCA
MES	DIA	HORA/CENTRO	ACTIVIDAD
MAYO 2018	JUEVES 3	M. DE VERA, G. SOTO Y EMAIL	SECCIÓN ENIGMA DEL MES
	MIÉRCOLES 9	10:00-11:00 M. DE VERA	TALLER DE MÁSCARAS DE ÉPOCA
	SÁBADO 12	19:30 PALACIO INFANTE D. LUIS	BAILE DE ÉPOCA EN PALACIO
	VIERNES 18	11:00-13:00 G. SOTO	CICLO DE CORTOMETRAJES: "LOS MAYORES EN EL CINE: INVISIBLES".
	JUEVES 24		VISITA GUIADA: CASTILLO ALAMEDA DE OSUNA Y PARQUE DEL CAPRICHIO
	VIERNES 25	11:00-13:00 G. SOTO	TALLER "BUEN TRATO": CRUZ ROJA Y G. CIVIL

ACTIVIDADES Y VIAJES DE LA ASOCIACIÓN MAYORES

**BUITRAGO DE LOZOYA
Y EL PAULAR**
Miércoles, 11 de ABRIL

ASOCIACIÓN MAYORES DE BOADILLA

RESERVAS: A partir del día 21 de marzo al 5 de abril.
SORTEO: De 60 plazas el día 5 de abril, en el Centro Gutiérrez Soto, a las 13:00 h.
SALIDA: A las 9:00 h. de la Plaza Virgen de las Angustias.
VISITAS GUIADAS: A las 11:00 h. Buitrago (Plaza de la Constitución, Iglesia de Sta. María del Castillo, Monumentos más emblemáticos, Exposición de Armas); Visita al Museo Piensoso.
COMIDA: A las 14:00h. en el Restaurante "La Muralla"
Menú fijo: Judiones de la sierra y de segundo plato codillo asado, postre o café, vino, agua y gasosa.
REGRESO: Desde el Paular sobre las 18:30 h.
DIFICULTAD BAJA.

PRECIO: Desde 25€

IV feria de abril 2018
Los días 20 y 21 de abril
CENTRO DE MAYORES GUTIÉRREZ SOTO

PROGRAMA

VIERNES 20 DE ABRIL
18:00 Inauguración de la feria por el Sr. Alcalde.
19:00 Sevillanas alumnos de la Asociación.
19:15 Cofre Rico y Amigos de la Asociación.
19:30 Alumnos de la escuela de Pilar Domínguez.
20:00 Baile de porras.
21:00 Actuación Grupo Rocero Los Tiempos.
23:30 Cierre del recinto ferial.

SÁBADO 21 DE ABRIL
12:00 Sevillanas alumnos de la Asociación.
12:15 Coro Rocero de la Asociación.
12:30 Sevillanas alumnos de la Asociación.
13:00 Delicias por Sevillanas.
14:00 GRAN PAELLA POPULAR y rebujito.
18:00 Actuación Grupo Técnicas del Canto.
19:30 Actuación de Araceli Lavado a la guitarra Rafael Suárez.
20:30 Alegrias y bulerías a cargo de los profesores Pilar Domínguez, Araceli Lavado y Antonio Aracoste.
21:00 Actuación del Grupo Rocero "Brisa del Guadiana".
23:30 Finalización de la Feria, cierre y despedida hasta el próximo año.

GRAN PAELLA POPULAR
Asobleres tus billetes en los centros de Mayores (máximo dos por persona) hasta el 20 de abril gratis.

NOTA: Cuando no haya actuaciones sonará música por sevillanas, rumbas, pasodobles etc. Los horarios son orientativos puede haber variaciones.

VACACIONES 2018
PEÑISCOLA
DEL 9 AL 21 DE JUNIO

Gran Hotel AGORA****
PRECIO 540 €
Suplemento individual: 215 €
EL PRECIO INCLUYE
Transporte en autocar PULLMAN
Régimen de pensión completa
Primer y último servicio: Almuerzo
Agua-Vino incluido
Habitaciones dobles con baño
SEGURO DE VIAJE

EQUIPO DE REDACCIÓN, DISEÑO-MAQUETACIÓN Y FOTOGRAFÍA: Grupo de Voluntariado Mayores "Protagonistas": Ángela González, Carmen de Silva, Cosme Núñez, Francisco Núñez, Gervasio Mendivil, Julio F. Solano, J. F. Seguido, Leoncio García, Liria Lamiel, M^a Isabel Ventura, M^a Pilar Hernández y Manuel Gómez.

Edita y colabora: Ayuntamiento de Boadilla del Monte, Pza. de la Villa: s/n - Telf.: 916024200 - Fax: 916334728 - DL : M-8748-2017

Correo electrónico: revistaprotagonistas@aytboadilla.com