



el vedat

Periódico decano de Torrent

www.elvedat.org

NÚMERO 72. ABRIL-MAYO 2012. AÑO XII. Ejemplar gratuito. Tirada de 7.000 ejemplares.

Récord de participación

121

Presentados 121 relatos al VI Certamen Literario A. VV. El Vedat

A. VV. El Vedat

El VI Certamen Literario 'El Vedat, Asociación de Vecinos' ha registrado **121** relatos presentados en esta edición de 2012. De nuevo, volvemos a contar con un número capicúa, después de los 101 de 2011, con una creciente progresión desde la primera convocatoria hasta la cuarta: 65, 75, 75, 89. Nació como un sueño y se ha consolidado a nivel nacional, en este periodo de tiempo tan complicado dentro del ámbito social y económico. El objetivo, desde 2007, era poner a El Vedat de Torrent en el mapa de la referencia cultural en España. Hoy tenemos ya esa pequeña parcela que nos habíamos propuesto conquistar. Y es tarea de todos los que participáis, nos seguís y nos apoyáis. Muchísima suerte a todos los que optan a los **1.200 euros en premios**, patrocinados por la empresa torrentina **BigMat Aldino**. Os esperamos en la entrega de los mismos, el próximo 9 de junio, a las 18.30h. (más información en la pág. 3 y en las "redes sociales" de la A. VV. El Vedat).



Galdones y conjunto de relatos participantes en la sexta edición del Certamen Literario 'El Vedat, Asociación de Vecinos'.

TELEFONÍA Y WIFI
Tenso
compás de
espera

(pág. 4)



MECÁNICA
M.C. TRUCKS, S.L.U.

MECÁNICA Y ELECTRICIDAD
(DIAGNOSIS)

REPARACIÓN DE
CAMIONES

REPARACIÓN DE
FURGONETAS

MECÁNICA
CARS

REPARACIÓN GENERAL
DE TURISMOS:

MECÁNICA Y ELECTRICIDAD

DIAGNOSIS ELECTRÓNICA

NEUMÁTICOS

¡Si dejas tu
vehículo, te
acercamos a
tu casa!

96 155 96 68 – 699 106 426

Hort de Soriano, 19 – A

P. I. Masía del Juez (Torrent)

administracion@mctrucks.es

MENÚ DIARIO
Y ESPECIAL FIN DE SEMANA

Restaurante Cafetería
LA CAMAJADA

COCINA * MEDITERRÁNEA
*** VASCO-GALLEGA**
ABIERTO TODOS LOS DÍAS
C/. Caja de Ahorros, 7 B · 46900 TORRENT
Tels. 96 158 16 09 - 699 891 751 - 672 230 158

CONVENCIONES - BODAS
COMUNIONES - CÁTERIN
DESPEDIDAS

*** TODO TIPO DE ARROCES**
*** PESCADOS y CARNES A LA BRASA**
San Lorenzo, 117 · 46900 VEDAT DE TORRENT (Valencia)
Tels. 96 155 10 61 - 665 200 878

SÁBADOS: CENA "BAILE"
MÚSICA EN VIVO

Restaurante Asador
LA CAMAJADA
VEDAT

Información para asociados

Horario de la biblioteca de la A. VV. El Vedat.

De lunes a viernes, de 9.15 a 14.15, y de 16.30 a 20.30 h.

Farmacias de guardia

Puede encontrar toda la información al respecto en nuestra página: www.elvedat.org

Cuotas anuales

La cuota del año 2012 está al cobro en la oficina de la biblioteca para los asociados que la abonan en metálico. Pueden efectuar su abono dentro del horario habitual de atención de la biblioteca.



Carné de asociado - Descuentos

Los carnés de 2012 están disponibles en la oficina de nuestra biblioteca. Asimismo, recordarles que presentando su carné de asociado de la A. VV. El Vedat podrán obtener los beneficios y ventajas que otorgan las empresas, establecimientos o comercios que apoyan a nuestra Asociación anunciándose en nuestro periódico, y que pueden localizar a través del símbolo de la cara del nuevo carné, que aparece en sus espacios publicitarios.

Reciclaje de móviles, pilas, cartuchos de tinta, tóner de impresora, aceite casero usado y juguetes rotos

Todos los asociados y vecinos de El Vedat tienen a su disposición la posibilidad de reciclar *móviles* viejos, pilas gastadas, cartuchos de tinta y tóner de impresora usados, aceite casero y juguetes rotos en la biblioteca de la A. VV. El Vedat. El horario de recogida es el mismo que el de funcionamiento de la biblioteca, indicado al inicio de este artículo.

Sigue a El Vedat en la red

En www.elvedat.org pueden encontrar toda la información relativa a nuestra asociación (*Vedat TV*, *próximos eventos*, *estatutos*, *asambleas*, *periódico*, *cursos* y *actividades*, *biblioteca*...), o ponerse en contacto con nosotros a través del correo electrónico que contiene la página. En nuestro Facebook (www.facebook.com/avv.elvedat) pueden conversar con nosotros y compartir los contenidos actualizados que publicamos. También ahora en Twitter: @avvelvedat

AGENDA de la A. VV. El Vedat

A. VV. El Vedat

25 de mayo de 2012 – Audición de guitarra a cargo de los alumnos de la A. VV. El Vedat, acompañados por nuestro profesor Benjamín Pividal, en nuestra sede social, a las 19.00h. Entrada pública, libre y gratuita para todos los públicos.

26 de mayo de 2012 – Formación contra incendios para todos los ciudadanos. Jornada a cargo de Ferrán Dalmau (Medi XXI), responsable del SIDEIN-FO (Sistema de Defensa contra Incendios Forestales) de El Vedat. Organiza: A. VV. El Vedat. En nuestra sede social, a las 11.00h. Entrada pública, libre y gratuita para todos los públicos.

1 de junio de 2012 – Presentación de la novela *Apuns d'altres mons*, de Berna Blanch, a cargo del profesor de literatura Jesús Parraga. Este escritor, dentro del ámbito poético, ha ganado el *Certamen Literari d'Almussafes*, el *Josep Maria Ribelles de Puçol*, el *Josep Fàbregas i Capell de la Vila de Sallent del Bages*, el de *Creació Poètica de Paiporta*, el *Ciutat de Torrent*, el *Premi de Poesia Editorial Montflorit de Cerdanyola del Vallès*, el *Joan Peruchó*, el *Vila d'Ascó*, el *Benvingut Oliver de*



El próximo 25 de junio comenzará la Escuela de Verano de la A.VV. El Vedat.

Catarroja y, recientemente, *l'Ibn Jafudja Ciutat d'Alzira*. También posee premios en narrativa, como el *Vila de Puçol*. En nuestra sede social, a las 19.30h.

9 de junio de 2012 – Entrega de los premios literarios del VI Certamen Literario, *El Vedat*, *Asociación de Vecinos*, patrocinados por *BigMat Aldino*. Lugar de celebración: por determinar (podrán tener esta información dentro de unos días en la A. VV. El Vedat, en el 96 156 40 01, en www.elvedat.org y en

nuestras “redes sociales”). A las 18.30h.

16 y 17 de junio de 2012 – Celebración del “Día del Vecino”, a cargo de las A.A.VV. integrantes de FAVBUR (Federación de Asociaciones de Vecinos, Barrios y Urbanizaciones de Torrent). Día 16 por la noche: cena de sobaquillo y actuaciones musicales. Día 17 por la mañana: actuaciones de las A.A.VV., paella y entrega del galardón de este evento a un ciudadano destacado en su labor vecinal en Torrent.

25 de junio de 2012 – Inicio de la “Escuela de Verano 2012”, para niños (de 4 a 12 años) de asociados a la A. VV. El Vedat (más información en pág. 13, y en la A. VV. El Vedat -en el 96 156 40 01, en www.elvedat.org y en nuestras “redes sociales”-. Del 25 de junio al 27 de julio.

Los actos que organiza la A. VV. El Vedat se celebrarán su sede social (c/Fuente San Luis, 16 - EL VEDAT), salvo aquellos en los que se indique otro espacio en la información ofrecida en el texto.

AVISO: Esta programación es susceptible de cambios en las fechas de celebración, de las que serán puntualmente informados por la A. VV. El Vedat a través de la Cartelera Publicitaria de los eventos, de nuestra página web (www.elvedat.org), en las páginas de nuestro periódico El Vedat, o en nuestras “redes sociales”. Pueden también confirmar dichas fechas a través de nuestro teléfono: 96 156 40 01.

Un sueño hecho realidad

Carlos E. Bessini

Fue hace seis años. Lo “cocinamos” entre Quintín Ruiz, Juan Sanchis y yo, en una reunión informal. Y luego se sumaron al “guiso” Cheres Vilela y Julio Genovés (†). Y lo hicimos nacer, y lo hemos mimado y le hemos puesto más ingredientes para hacerlo crecer. Le está dando entidad a El Vedat, y nuestra Asociación de Vecinos. Nuestro *VI Certamen Literario* ha batido *récord de participación con la participación de 121 relatos*, 77 en ‘Categoría General’ y 44 en ‘Categoría Infantil’. Las anteriores ediciones (desde la primera a la quinta) registraron los siguientes



Tomás Fenoll, jurado del certamen y nuevo Vicetesorero.

tes números (totales): 65, 75, 75, 89 y 101. Y, en estos dos últimos años tan compli-

cados, con el respaldo económico de la empresa



“Jurados” de la sexta edición del Certamen Literario ‘El Vedat, Asociación de Vecinos’.

torrentina BigMat Aldino. Mi reconocimiento personal hacia todos: precursores, participantes, “jurados”, autoridades y patrocinadores. ¡Muchísimas por haber hecho realidad este sueño!

* La entrega de premios de este 2012 se celebrará el próximo 9 de junio, a las 18.30h. El

lugar está por determinar, pero podrá ser informado puntualmente al respecto en el 96 156 40 01.

CONDOLENCIAS: a mis compañeros Ana Andreu y Quintín Ruiz, por la pérdida que han sufrido de uno de sus seres más queridos.

Nota informativa de la Junta Directiva de la A. VV. El Vedat

A. VV. El Vedat

Se comunica a todos los asociados de la A. VV. El Vedat que Carlos Gimeno Fortea presentó por escrito su dimisión como Presidente de la A. VV. El Vedat, y como Director del periódico El Vedat, el pasado jueves 3 de mayo de 2012 ante la Junta Directiva que representa a nuestra Asociación. Asimismo, también dimitió su esposa



Julio Fernández, nuevo Presidente.

Victoria Olmeda Albacete, que ocupaba el cargo de ‘Vicetesorera’, acompañando a nuestro ex-presidente en esta decisión.

Como él mismo comunicó en la pasada

Reunidos el resto de directivos en el día de la entrega por escrito de las mencionadas dimisiones, en cumplimiento de lo previsto en nuestros Estatutos, se acordó que Julio Fernández Santafé, ocupase el cargo de Presidente en función-

nes y Tomás Fenoll Cascales el de Vicetesorero, siguiendo el resto de directivos ocupando el mismo cargo que ostentaban.

PERFIL del nuevo Presidente en funciones
D. Julio Fernández Santafé (49 años) es economista desde cerca de 25 años por el Colegio de Economistas de Valencia e informático con más de 18 años de ejercicio profesional por cuenta propia, trabajando actualmente en el mantenimiento informático, entre otros, de varios colegios públicos de Torrent. Se va a hacer cargo de la máxima responsabilidad dentro del ‘Órgano de Representación’ de la A. VV. El Vedat, al menos hasta la Asamblea General Ordinaria del próximo mes de agosto de 2012, contando para ello con el apoyo y respaldo de la Junta Directiva al completo.



el vedat

Periódico de la Asociación de Vecinos

Depósito Legal: V-1704-2000

Edita: A. VV. El Vedat

Avenida San Lorenzo, 148

46901 El Vedat / Torrent

Teléfono 961 564 001

Fax 961 561 473

www.elvedat.org

[facebook.com/avv.elvedat](https://www.facebook.com/avv.elvedat)

twitter.com/avvelvedat

e-mail: asociacion@elvedat.org

Director

Julio Fernández

Consejo de redacción

Carlos E. Bessini, Quintín Ruiz y

Ana I. Quintela

Publicidad

961 564 001

Maquetación y página web

Saudade Comunicación

610 01 36 42

Imprime

Mediterráneo Proceso Gráfico

S.L.

Calle Ciudad de Sevilla, 27

Polígono Fuente del Jarro

46988 Paterna / Valencia

Teléfono 961 340 502

Envíos postales

Unipost

Arcipreste Vicente Mengod, 18

46900 Torrent

Teléfono 961 581 264

La opinión de esta Asociación sólo se refleja en el Editorial. Las opiniones que se realicen al margen son responsabilidad, única y exclusiva, de sus autores.

¡CONÓCENOS!



el vedat

www.elvedat.org

Síguenos en

www.facebook.com/avv.elvedat

También en @avvelvedat

Avda. Al Vedat, 193
TORRENT (Valencia)
frente al C.C. Las Américas
96 156 68 27
www.comages.es
info@comages.es

DESCUENTOS ESPECIALES PARA SOCIOS
PREGUNTE EN LA TIENDA

DESCALCIFICADOR VOLUMÉTRICO 30L.
ÚLTIMAS UNIDADES
ANTES 1.151.49€ **550€**

SET PRODUCTOS PARA LA LIMPIEZA DEL AGUA DE SU PISCINA:
CLORO TABLETAS
+ ANTIALGAS
+ FLOCULANTE CARTUCHOS
60€

KIT DE LIMPIEZA MANGUERA PERTIGA Y RECOGEHOJAS
60€

INSTALE SU CÉSPED ARTIFICIAL POR SOLO
18€

ÚLTIMOS!
LIMPIAFONDOS AUTOMÁTICO NAVIGATOR
ANTES 354€ **300€**

SISTEMA DE ÓSMOSIS
100€

EQUIPO CHLOR SMART EQUIPO PH Y MEDICIÓN CON BOMBA DOSIFICADORA PISCINAS CON SAL
1500€

¡OPORTA!
2 BOTES DE MULTIACCION
40 €

DYA SERVIPS
LIBRERIA-PRENSA-REVISTAS
PAPELERIA-REGALO
SERVICIO DE CAFETERIA
HELADERIA Y CROISSANTERIA

DYA SERVIPS S. L.
Modulo A1- Locales 4,5,6y7
Centro Comercial Las Américas

Librería 961564444
Cafetería 961567072
46900 **TORRENTE**

ELECTRO FORMENT
Especialistas en Aire Acondicionado
Distribuidor de Mitsubishi
Todo servicio y atención al cliente

Avda. País Valencià, 99 - Teléfono 96 155 29 28
46900 TORRENT (Valencia)

Patrocinado por BigMat Aldino

Carné 2012 para asociados a la A. VV. El Vedat

Sr. Anunciante: ¡no deje pasar esta oportunidad!

A. VV. El Vedat

Informamos, a todos los asociados de la A. VV. El Vedat, que nuestra Asociación ha recibido propuestas de ventajas y descuentos ofrecidas por empresas privadas que se anuncian en nuestro periódico, por los que ustedes pueden disfrutar ya de las mismas al realizar sus compras y operaciones comerciales en sus oficinas y/o establecimientos, o al requerir sus servicios a domicilio.

Los requisitos fundamentales para poder acceder a estas ventajas son los siguientes:

- Ser asociado de la A. VV. El Vedat y estar al día en el abono de su cuota (recordamos que la cuota anual es un solo pago de 26 € por unidad familiar con empadronamiento de todos sus miembros en el mismo domicilio; y que esta condición no obliga a vivir exclusivamente en El Vedat, sino que se pueden inscribir viviendo en cualquier lugar del Universo conocido).

- Recoger el carné de asociado en la Oficina de la A. VV. El Vedat (debe presentarlo en el momento del abono de sus compras en la empresa y/o comercios donde las realicen, para hacer constar su pertenencia a

nuestra Asociación (sin su presentación no tendrán derecho a ningún tipo de descuento).

- En los anuncios de nuestro periódico pueden localizar el símbolo de la nueva tarjeta de asociado y el porcentaje de descuento que realiza cada una de estas empresas.

En este número las empresas que nos han realizado sus descuentos son: **Garden Tarazona, 10%** (pág. 9), **BigMat Aldino, 10%** (pág. 9), **Centrauto** (ver pág. 13), **Academia Form@t, 10%** (pág. 13), **La Cartucheria, 10%** (ver pág. 13), **Joyería Cordón** (ver pág. 17), **Clínica Atenea, 25%** (ver pág. 27), **Vinooferta** (ver pág. 30), **Zapatería Di Lupo, 10%** (ver pág. 31).

La A. VV. El Vedat sigue trabajando por todos sus asociados en épocas tan difíciles como las que estamos viviendo, y considera muy positivo que todos ellos puedan beneficiarse de estas ventajas y descuentos tan importantes para sus economías caseras.



Santiago Miquel, respondiendo a preguntas de los asociados.

Asamblea General Ordinaria de 31 de marzo

A. VV. El Vedat

La A. VV. El Vedat celebró, el pasado 31 marzo, *Asamblea General Ordinaria*. Con la asistencia de unos 50 asociados y algunos concejales de la Corporación Local (Santiago Miquel, José Gozalvo, Miguel Oleaque), se abordó el 'Orden del Día' establecido.

Antes de desarrollarla, Carlos Gimeno dirigió a los presentes un discurso en el que volvió a recordar la línea de la gestión que ya explicó en agosto de 2011, cuando fue elegido como Presidente de la Asociación de Vecinos de El Vedat, y que ha consistido en todo este tiempo transcurrido, en seguir con la labor reivindicativa iniciada en temas como la telefonía móvil y el *WIFI*, además de incidir especial-

mente en la labor social de la Asociación (intentado trabajar de forma especial para ancianos y niños). Explicó que su intención era seguir generando actividades diversas, y recordó la importancia de ser asociados.

Respecto a las cuestiones económicas, nuestro 'Tesorero', Ángel Contreras, presentó el cierre del ejercicio 2011. Seguidamente, pasó a explicar el presupuesto previsto para 2012, siendo ambos temas aprobados unánimemente por toda la Asamblea.

PROBLEMA DE TELEFONÍA Y WIFI

Seguimos esperando a que se inicien las obras de cableado en el 'Acuartelamiento Aéreo' de El Vedat (ACAR). La A. VV. El Vedat sigue interesándose por los avances relaciona-

dos con esta cuestión, a diario, a todos los niveles administrativos, por el bien del vecindario de El Vedat para finiquitar, de una vez por todas, este problema de incommunicación que todos estamos sufriendo. Es-

Seguimos esperando a que se inicien las obras de cableado en el ACAR de El Vedat

peramos que no tengamos que lamentar ningún percance de salud, incendios o emergencias que se pueda producir y que, desde luego, tendrá que asumir la Administración competente ante el problema acaecido, ya que ésta debe velar, en general y en todo momento, por los derechos e intereses de todos los ciudadanos.

Cuidamos la sonrisa de toda tu familia.



paga hasta en

48 **SIN**
meses **INTERESES**

SUJETO A APROBACIÓN Y CONDICIONES DE ENTIDAD FINANCIERA

ORTODONCIA

INICIAL
desde
€ 150.-

No lo dudes.
1ª Visita y diagnóstico
GRATUITOS
Presupuesto Cerrado



CLINICA DENTAL
EL VEDAT

Nunca fue tan fácil
tener una **Sonrisa Perfecta.**

Implantes / Ortodoncia / Estética Dental / Periodoncia / Endodoncia / Prótesis / Blanqueamientos / Odontología Infantil

C/ Fernando Furio, 9 - El Vedat - Torrente / Citas al 96 156 46 54

CURSOS DE VERANO
para niños de 3-12 años

25 Junio - 31 Julio ¡MATRICULA GRATIS!

CENTRO DE INGLÉS

Avda. del Vedat, 69, 1ª planta
TORRENT (Valencia)
Tel. 96 157 52 12

CENTRO DE INGLÉS

the school
desde 1985

5 semanas-5 horas al día: 300 €

TODO EN INGLÉS:
ACTIVIDADES
JUEGOS-TALLERES
REPASO

¡Ven a pasártelo bien, aprendiendo inglés sin darte ni cuenta!

MATRICULA GRATUITA: asegúrate tu plaza haciendo una reserva de 50 € que se descontarán del precio total del curso
HORARIO CURSO: de Lunes a Viernes 9:00 - 14:00 h



Realizamos una "Charla-taller de gestión de residuos" formativa el pasado 13 de marzo.



Continuamos impartiendo "Cursos de informática e internet" para asociados.



Colaboramos varias veces al año con la 'Conselleria de Sanitat de la G. V. captando donaciones de sangre.

Desatascos y extracciones
EL TORRENTINO

Pozos negros • Fosas sépticas • Embozos
Desatascos • Limpiezas de piscinas
Desatascos de tuberías • Mantenimiento de
comunidades, urbanizaciones y empresas.
ALBAÑILERÍA Y FONTANERÍA EN GENERAL
SERVICIO 24 HORAS • Incluso festivos
Telf: 666 138 439 • 675 928 036 • 961 566 098

FULGEN FONT RALO
REFORMAS CON ESTILO
ESPECIALISTAS EN LADRILLO VISTO
Construimos tus sueños
CONSTRUFONT@HOTMAIL.ES
655 54 52 45
WWW.CONSTRUFONT.COM

PELUQUERIA CANINA A DOMICILIO
BETTER - CAN
TELF: 654 821 414
WWW.PELUCANINADOMICILIOVALENCIA.COM
BETTERCAN@HOTMAIL.COM
ESTILISTA CANINO
ÁNGEL BARATO SANCHIS

Mas vale una imagen... ¡Damos para mucho/s!

A. VV. El Vedat

Las actividades que abarcamos desde nuestro colectivo se extienden y se van intensificando paulatinamente. Pensamos que estamos realizando una labor social y cultural a la altura de lo que nos solicitan nuestros asociados, desarrollando un papel muy relevante dentro de la esfera ciudadana de Torrent. Nuestros directivos y colaboradores que dejan su tiempo en la Asociación de forma altruista saben de la exigencia que ya supone atender el día a día de la misma. Ni qué decir de los que trabajamos en ella de forma profesional. Por eso es importante ofrecerles "instanciáneas" que puedan ayudarles a forjarse una idea del importante trabajo que se hace desde la A. VV. El Vedat. Este es un medio, pero también puedes seguirnos en nuestra "red social", a través de www.facebook.es/avv.elvedat o en @avvelvedat

Verás que ¡Damos para mucho/s!



Presentamos y participamos en "Cántame un cuento", III Tertulia Literaria de ADISTO (Asociación de Discapacitados de Torrent).



Segunda entrega de 411 kgs. de "tapones solidarios" para AEFAT -Asociación Española Familia Ataxia Telangiectasia-(con la colaboración de GARDEN TARAZONA) el 7 de mayo.

FAVBUR "calienta motores" organizando la II Edición del 'Día del Vecino'

A. VV. El Vedat

Desde finales de marzo, la Federación de Asociaciones de Vecinos, Barrios y Urbanizaciones de Torrent (FAVBUR) está desarrollando una intensa actividad. En esta fecha realizó su Asamblea General Ordinaria, en la que se ratificó a Lola Cervera (de la A. VV. Carrer Toledo) como Presidenta de su Junta Directiva. Asimismo, se presentó el presupuesto económico para 2012, siendo aprobado de forma unánime por todos los presentes.

Además, el pasado 26 de abril, representantes de las Asociaciones de la Federación de Vecinos de Torrent, se reunieron en la Alcaldía para seguir reivindicando soluciones a los barrios que padecen saturación de antenas (centro urbano) y también incomunicación por falta de una que dé servicio (El Vedat).

Asimismo, las 13 A.A.VV. que forman parte de FAVBUR

(dos Asociaciones más han solicitado su ingreso) han diseñado y aprobado también una serie de proyectos que se van a ir trabajando a lo largo de este año. Uno

de ellos, que va a ser estandarizado de la Federación, va a ser el denominado "Día del Vecino", esta vez en su segunda edición, donde se celebrarán actividades



Reunión en la Alcaldía de Torrent del pasado 26 de abril.



Las 13 A.A.VV. que forman FAVBUR celebrarán el sábado 16 de junio el 'Día del Vecino'.



Asamblea General Ordinaria en la que se ratificó a Lola Cervera como Presidenta.

de las propias Asociaciones. La cita será el sábado 16 de junio por la noche, con actuaciones musicales y cena de sobaquito, y el día 17 de junio por la mañana, también con actos de las Asociaciones, paella, y entrega del galardón a un ciudadano que haya destacado por su labor vecinal en Torrent.

Charla en la A. VV. El Pantano

Redacción

La A. VV. El Vedat asistió, el pasado 19 de abril a una charla sobre "Delitos Tecnológicos" del "Grupo de delitos tecnológicos" de la Policía Nacional. Pese a que esta formación fue muy instructiva, echamos mucho de menos la participación de los más jóvenes en esta actividad.



Salón - Restaurante
El Romeral
ESPECIALIDAD EN ARROCES VALENCIANOS

Tel: 96 155 01 09
Camino del Romeral, 13
46901 EL VEDAT DE TORRENT
Valencia



Foto de familia de los participantes en el evento.

Blanca Floristas trajo a Mercaflor a Araik Galstyan, el mejor florista del mundo

Redacción

El pasado 17 de abril, y patrocinado por *Mercaflor* y organizado por *Raquel Carrasco* y *Blanca Carrasco*, de la empresa torrentina *Blanca Floristas*, trajo al mejor florista del mundo para que todos los floristas conocieran a *Araik Galstyan*, al evento que celebraba el *25 Aniversario de Mercaflor*. La demostración se basó en sacar

lo más innovador del arte floral y que el gremio florista viera nuevas tendencias. La puesta en escena se realizó con 12 modelos, llevándose a cabo una pasarela de flores. También fueron patrocinadores *Patricia Bonafont Estilistas, Navafloor y Araiflor*. La noticia también se difundió el pasado día 18 de abril en Canal 9 (en directo). Podéis verla en: http://www.facebook.com/photo.php?v=376600415719710&ref=notif¬if_t=video_comment_tagged

De nuevo, talas de pinos en El Vedat

A. VV. El Vedat

Hemos sido conocedores, a través de denuncias de algunos vecinos de El Vedat, de que se han producido nuevas talas de pinos en El Vedat en la segunda quincena del mes de abril. Nuestra Asociación había sido informada de que se iba a producir la limpieza y poda de algunos árboles que estaban dentro de los límites que coinciden con el tendido eléctrico que atraviesa parte de nuestra zona boscosa, en concreto en espacios que limitan con la “Colonia Blanca” y algunos terrenos cercanos a la piscina municipal. De todas formas, si que hemos detectado una zona detrás del colegio “Pléyade”, donde también se ha producido una tala



La tala ha sido puesta en conocimiento de técnicos municipales y Policía Local.

“sospechosa” de ser “legal”, por lo que, desde nuestra Asociación, hemos puesto este hecho en conocimiento de los técnicos y la Policía de Medio Ambiente de nuestro Ayuntamiento. Estamos a la espera de un informe que nos comunique la calificación de esta parcela y, en todo caso, que contemple si disponía o no del permiso pertinente para realizarla, asunto del que les informaremos en cuanto tengamos las conclusiones.

GARDEN Tarazona

Consejos prácticos para su jardín (II)

Nuevo sustrato original de Garden Tarazona para planta de exterior

José Tarazona Alejos
Técnico Especialista en Jardinería
<http://facebook.com/pages/Garden-Tarazona/166349906766017>

Desde *Garden Tarazona* seguimos desarrollando este espacio para todos los lectores del periódico El Vedat, con el objetivo de acercar nuestra experiencia al cuidado de su jardín.

Estamos en un momento idóneo para la aplicación de abonos en nuestras plantas. Por ello, le comunicamos que en *Garden Tarazona* hemos creado un sustrato exclusivo para las de exterior. La originalidad del mismo reside en su formulación y duración (3 meses), que permite que las plantas no se encharquen y la que propicia una estimulación del sistema radicular por el uso de la fibra de coco. El relleno que se desee hacer ya es cuestión de cada particular, según el tipo de plantas que tenga o a las que desee aplicarlo.

Por otro lado, disponemos de abonos solubles, granulados y líquidos. Es muy importante hacer uso de los mismos en este periodo de tiempo ya que:

- aportan nitrógeno, que favorece el crecimiento de nuestras plantas.
- aportan potasio, que favorece el enraizamiento.
- aportan fósforo, que favorece su floración, y la fructificación y el



José Tarazona recogiendo el sustrato preparado.

fortalecimiento de su madera (las plagas no serán tan propensas). Asimismo, comunicamos que los “complejos” que estructuramos son “equilibrados” a la necesidad que cada cliente quiera para sus plantas. Recordarles que en *Garden Tarazona* podrán encontrar ofertas de compra de piedra artificial para jardín al 50% y maceteros y jardineras de piedra para jardín al 30%, de diferentes modelos y tamaños, oportunidades que no deben dejar pasar. Por otro lado, estamos potenciando artículos originales de decoración en forja y en cerámica, como maceteros y/o bustos de animales para plantas que cuelguen.

Mantenemos la línea tradicional de nuestros productos (fitosanitarios, abonos, sustratos de alta calidad, herramientas para riego y jardín...), venta de “plantas y macetas clásicas”, novedades en plantas que no son habituales en *Garden's*, de macetas ideales para los áticos (fabricadas con un nuevo material), así como de modernos “centros de planta” para regalar. Deseo hacer especial hincapié para informar a las personas que nos visiten, de que disponen de unas amplias instalaciones (4.425 metros cuadrados) con una gran zona de aparcamiento, que les facilite dejar su vehículo con rapidez y tranquilidad dentro de las mismas. Y que, además, tenemos amplios horarios de apertura al público, incluso en festivos entre semana y también de fin de semana. ¡No duden en visitarnos! ¡Les esperamos, además, con la “oferta de la semana” y el “asesoramiento personalizado” realizado por nuestros técnicos especialistas!

GARDEN Tarazona
Carretera “Torrent-Picanya”, Km. 1 – 46900 – Torrent (Valencia)
Tel. 96 155 18 23 – Móvil. 625 541 036
E-mail: admon@gardentarazona.com
www.gardentarazona.com

Horario
De lunes a viernes: de 9.00 a 14.00 y de 15.30 a 19.30 h.
Sábados, festivos entre semana y festivos fin de semana: de 9.00 a 14.00 h.

Las plantas autóctonas de El Vedat

Olivilla blanca, ‘Olivereta’, *Teucrium fruticans*

Francisco García Ibáñez
Técnico en gestión y organización de recursos naturales y paisajísticos

Como son muchos los años que esperamos seguir escribiendo en este extraordinario medio de comunicación sobre las plantas autóctonas de nuestro Vedat, y son muchas ¡¡¡por cierto!!!, en este número, y con vuestro permiso, queridos lectores, hemos elegido la ‘Olivereta’, o simplemente *Teucrium*, como planta para mostraros.

Es, al 100%, autóctona del mediterráneo. No obstante, y por algunos estudios que hemos realizado en nuestro entorno en nuestros ratos libres y otros no tan lúdicos, podemos llegar a la conclusión de que hace cientos de años, sin duda, tuvimos el honoroso placer de tenerla bajo el cortejo botánico de este nuestro enclave de encinas o carrascas llamado El Vedat. Todavía hoy, y gracias a la no ya tan masiva destrucción del territorio que hubo en las décadas de los 80 y 90... (y, bueno..., querremos dejarlo así...), todavía podemos observar especies muy próximas a la planta en cuestión, tales como el *Teucrium bellion*, por citar una rápidamente. A día de hoy, la *Olivereta*, (se las trae el nombre común), se encuentra de manera espontánea por ciertas sierras mediterráneas españolas, sobre todo en Extremadura, Salamanca, Gredos, parte del Sistema Ibérico y, muy es-

porádicamente, por nuestra Comunidad Valenciana. Y digo muy esporádicamente porque, como muchos sabéis, la destrucción de nuestros *carrascales*, como también lo fue El Vedat, se llevó por delante especies botánicas hermosas como ésta. De la familia de las *Labiadas* (romeros, lavandas, tomillos...), es un arbusto que se mantiene verde todo el año, con ramas extendidas y hojas densamente pobladas de pelos blancos, cuya función es retener el máximo de humedad relativa y ambiental. La flor nos recordará a la del ‘romero’ pero de dimensiones más amplias. Florece desde el mes de marzo en adelante y, aunque desgraciadamente ya no se encuentra entre nosotros de manera botánica, sí se puede reconocer fácilmente porque es ampliamente utilizada en jardines privados y parques públicos pese a que, en muchos de ellos, se plante junto a especies de elevadas pretensiones en cuanto a agua; curioso, pero cierto, (ya hace años que existen las llaves de paso en riego por goteo), la ‘olivereta’, por su parte, apenas necesitada de este escaso y menospreciado recurso natural. De todas formas mandamos una enorme felicitación a quien corresponda seleccionarla para nuestros pueblos y ciudades. Y con esta especie tan peculiar me despido de vosotros/as, esperando recibir la primavera nutrida de flores para poder realizar muchos más artículos. Gracias y hasta pronto.

¡Mejor, bien aparcado!

TU PARKING EN TORRENT
C/ PADRE MÉNDEZ, 164

PARQUING EXCLUSIU CLIENTS
EL CLAU TORRENT
...LA SEUA FERRETERIA
Y COMERÇOS ADHERITS

P

PARKING EXCLUSIVO
CLIENTES

FARMACIA (Lda: Isabel Carbonell)
PASTELERIA MONTORO

P

FARMACIA

Ven y compra tranquilo

TU CASA, TU MUNDO
CONSTRUCCIÓN SOSTENIBLE

Green Mat
by BigMat

BigMat

Aldino

La tienda profesional de la construcción

ALMACEN Y EXPOSICIÓN:
Pol. Ind. Mas del Jutge
C./ Llibrers, nº 4
46900 TORRENT (Valencia)
Tel. 96 155 52 11 - Fax 96 157 40 58

info@aldino.com
www.aldino.com



Innovar en la PYME

Cambio de reglas

Salvador Pérez
@coroperez
blog.innovation.org

Los años pasan, uno se hace mayor y sus vicios van cambiando. Lo reconozco, soy incorregible. Tengo un vicio muy marcado al que no voy a renunciar: leer, me gusta leer. Leo todo tipo de textos: prensa, revistas, novelas, ensayos, artículos científicos. En una palabra, leo.

Me gusta la lectura de propuestas creativas, ya que me gusta exponerme a las creaciones más extraordinarias del hombre, para después, si procede, inspirarme en ellas para elegir las opciones que la vida me presenta.

Me gusta estar informado. Me gusta conocer opiniones

de otros para formar la mía (he de confesar que en más de una ocasión esos otros, han sido previamente seleccionados -la perfección no es uno de mis fuertes-). Leer avances tecnológicos, científicos, sociales... En una palabra: conocimiento.

Me gusta conocer la vida de otros y otras, saber en base a qué han forjado el camino que les ha llevado a estar donde están.

En una de esas lecturas, he llegado a una entrevista a James Patterson, uno de los más prolíficos escritores de ficción de ámbito mundial. En una de las preguntas, cuyo enunciado no tiene mayor importancia, la primera sentencia de su respuesta tiene una fuerza especial: "Mi tendencia en cualquier ámbito es cuestionar las reglas establecidas".

Despertemos, si no lo hemos hecho ya, al mundo. Nuestro entorno, tal y como nosotros lo conocemos, toca a su fin. Son tiempos de nuevas propuestas que se están forjando, en casi todos los ámbitos; y tú puedes participar en la construcción de esa nueva configuración de tu entorno o, simplemente, esperar a ver que es lo que ocurre.

Gracias a las posibilidades que te dan los 'Social Media', agrupar ideas, la capacidad de desarrollo de las mismas y promoción de los resultados, están al alcance de tu mano. Pero esas herramientas son simplemente eso, herramientas. Lo importante eres tú y lo que seas capaz de hacer con ellas.

El primer paso es tomar la decisión, la decisión de participar en esto, la decisión de asumir un rol de generador de cambio, la decisión de cambiar las reglas.

Gestiones que se pueden realizar a través de la Oficina Ciudadana de la A. VV. El Vedat



GENERALES

Instancia general, de quejas y reclamaciones, y de sugerencias



ANIMALES DOMÉSTICOS

Inscripción en el censo municipal de animales de compañía, etc.



EDUCACIÓN

Solicitud de becas y de atención psicológica.



ESTADÍSTICA

Certificados de empadronamiento y cambios en el padrón.



FOMENTO ECONÓMICO

Solicitud de inscripción en bolsa de trabajo y de formación

INTERVENCIÓN

Solicitud de ayuda para vivienda joven

M. AMBIENTE

Solicitud para acampada y uso del refugio Canyada del Conill.

PROMOCIÓN Y USO DEL VALENCIANO

Solicitud de ayuda y participación en programas de promoción.

CUERPO DE POLICÍA NACIONAL DE TORRENT

Información DNI y pasaporte, facilitación de trámites.

POLICÍA LOCAL

Gestiones rutinarias relacionadas con la Policía Local de Torrent.



SEGURIDAD CIUDADANA

Solicitudes de Protección Civil u ocupación de uso público.

TRIBUTOS

Pagos, devoluciones y gestiones del sistema tributario local.

URBANISMO

Solicitud de licencias de obras, cesión de viales o instalaciones varias.

RECURSOS HUMANOS

Solicitud de admisión en pruebas selectivas



SANIDAD

Problemas de plagas o reclamaciones por animales.



BIENESTAR SOCIAL

Solicitudes e informes de este departamento municipal.



Más información en www.elvedat.org y facebook.com/avv.elvedat

OFERTA SISTEMA DE SEGURIDAD PARA CASAS Y COMERCIOS



- 1 Central domótica de alarmas microprocesada de 30 zonas. (Admite detectores vía radio)
- 1 Teclado ALFANUMÉRICO
- 1 Sirena interior de alarma
- 2 Mandos a distancia de 4 canales (conexión-desconexión-pánico-activación sirena)
- 3 Sensores volumétricos para interiores. (Alcance hasta 12 metros)
- Carteles disuasorios de SISTEMA DE SEGURIDAD ALARMA EN PROPIEDAD

450 €

Conexión a Central Receptora y mantenimiento por 20 €/mes
Importe por detector adicional 60 €
Nota estos precios NO incluyen el IVA (18%)

IMPORTE (Instalación incluida)



IFI es SEGURIDAD

www.ifiseguridad.es

96 121 77 19



INGENIERÍA DE SEGURIDAD

- INSTALACIÓN Y MANTENIMIENTO DE SISTEMAS DE SEGURIDAD
- CIRCUITO CERRADO DE TELEVISIÓN (CCTV)
- CONEXIÓN A CENTRAL RECEPTORA
- HOMOLOGACIÓN D.G.P. 3337



INGENIERÍA CONTRA INCENDIOS

- LOCALIZACIÓN Y EXTINCIÓN DE INCENDIOS
- INSTALACIÓN Y MANTENIMIENTO DE EXTINTORES
- CERTIFICACIÓN OFICIAL



ILUMINACIÓN LED

- DISTRIBUCIÓN E INSTALACIÓN DE LEDS
- AHORRO ENERGÉTICO
- POSIBILIDAD DE FINANCIACIÓN

Actividades y cursos

de la A. VV. El Vedat de octubre de 2011 a junio de 2012

Día/Mes	Hora	Tipo
Lunes	de 17.00 a 21.00 CANASTA	(juego de cartas) -para mayores de 18 años-
Martes (2 veces al mes)	de 10.30 a 13.30 o de 17.00 a 20.00	TALLER DE BISUTERÍA
Miércoles (inscripción abierta)	de 20.00 a 21.30	BAILES DE SALÓN
Miércoles (inscripción abierta)	dos horas (horario flexible: mañanas y tardes)	INTERNET (G R A T U I T O S) Nivel UBI (Usuario Básico Internet) Nivel UMI (Usuario Medio Internet)
INSCRIPCIÓN ABIERTA	A DETERMINAR	INFORMÁTICA 1º Iniciación 2º Medio - 3º Avanzado • Curso: Sobrevivir gratis en Internet • Curso: Edición de video con fotografías digitales • Curso: Paquete Office
INSCRIPCIÓN ABIERTA	Horario: A LA CARTA	FOTOGRAFÍA DIGITAL
INSCRIPCIÓN ABIERTA	INGLÉS	NIVELES BÁSICOS DEL MARCO DEL CONSEJO DE EUROPA
Lunes y miércoles hasta junio de 2012	de 19.00 a 20.30	INGLÉS B2 USUARIO INDEPENDIENTE
Martes y jueves hasta junio de 2012	de 9.30 a 11.00	INGLÉS B1 USUARIO INDEPENDIENTE
Martes y jueves hasta junio de 2012	de 11.00 a 12.30	INGLÉS A1 USUARIO BÁSICO
INSCRIPCIÓN ABIERTA (una sola hora semanal)	OPCIONES: Lunes, de 17.00 a 21.00 Jueves, de 16.00 a 20.00 Viernes, de 16.00 a 20.00	GUITARRA CLÁSICA Y CONTEMPORÁNEA Hasta grado medio LOGSE

¡Novedad!

Novedad	Empresa "Uno y Uno"	Información
INSCRIPCIÓN ABIERTA	"APRENDER A COMER"	96 156 40 01 asociación@elvedat.org
INSCRIPCIÓN ABIERTA	"FUNCIONAMIENTO DEL SUELO PELVICO"	96 156 40 01 asociación@elvedat.org



Para inscripción interesados:

A.VV. EL VEDAT (BIBLIOTECA). MAÑANAS, de lunes a viernes, de 9.15 a 14.15 horas. TARDES, de lunes a viernes, de 16.30 a 20.30 horas.
Avda. San Lorenzo N° 148. 46901 - EL VEDAT de Torrent.
http://www.elvedat.org E-mail: asociacion@elvedat.org
http://www.facebook.com/avv.elvedat Twitter: @avvvelvedat
Teléfono: 96.156.40.01 Fax: 96.156.14.73

¡Muchas gracias por su participación y colaboración!



Allegretto Vedat
Katia Cabrera Cuesta
Teléfono: 692 22 36 09
katiacabrera@yahoo.com
www.katiacabrera.com

Reciba clases de piano, violín, violonchelo, canto, guitarra contrabajo y batería (para niños y adultos)
Método "SUZUKI" de violín, violonchelo (para niños a partir de 4 años)
Lenguaje musical (solfeo y teoría)
Reciba clases de educación musical a partir de 3 años.

Música Ritmo Movimiento

Matricúlese ahora

lucía peluqueras

c/ padre méndez, 122 - 46900 torrent - tel. 96 156 67 95
luciapelu@eresmas.com

de 10 a 20 horas de lunes a viernes - sábados de 9 a 15 horas

Blanca FLORISTES

Avenida País Valencià, 129 - 46900 Torrent (Valencia)
Telf. 96 156 15 58 - www.blancaflorista.com

UNO y UNO
Agencia Deportiva

www.unoiuno.es

Entrenamiento personal y dieta on-line

derribos y excavaciones

CHIMO y MORA
Movimientos de tierra

- CONTENEDORES DE PODA Y ESCOMBRO
- DERRIBOS Y EXCAVACIONES
- LIMPIEZA DE PARCELAS
- SUMINISTRO TIERRA VEGETAL
- MINI EXCAVADORAS, RETRO EXCAVADORAS

info@chimomora.com - www.chimomora.com
C/ Enric Valor, 6A - 46900 TORRENT (Valencia) - Tel. 961 558 101 - Fax 961 588 241

DONER KING

- Platos combinados
- Hamburguesas
- Sandwiches
- Ensaladas
- Bocadillos
- Postres
- Helados

Hay promociones todos los meses
Abierto todos los días excepto martes hasta las 15.30 h.
96 155 17 99 (C. C. Las Américas - Torrent)
NO servicios a domicilio

AUTOMÓVILES-REPARACIÓN-VENTA
ELECTRICIDAD Y MECÁNICA GENERAL

CENTRAUTO

PARK CENTRAL SL

Descuentos para asociados hasta el 20% según reparación

GRANDES OFERTAS EN AIRE ACONDICIONADO

centrauto@radio.fm - C/ 6 de diciembre, nº9
46900 TORRENT - Telf. 961180992 - FAX 961180991

CENTRO DE ESTUDIOS FORM@T

REPASO, PARTICULARES, A DOMICILIO,
ACCESO CICLOS FORMATIVOS, CURSOS DE IDIOMAS, ELECTRICIDAD, CONTABILIDAD,...

DESCUENTOS PERMANENTES SOCIOS A.VV. DEL VEDAT

PZA. PEDRO ITURRALDE, 3 (JUNTO AUDITORI)

678.48.28.29
www.ce-format.com

FACEBOOK Y TUENTI: Format Estudios

Inglés - Francés Alemán

Nativos suizos con mucha experiencia dan clases particulares a todos los niveles, niños y adultos.
Clases intensivas, también durante las vacaciones.
Conversación y clases para empresarios, directivos y amas de casa.
No hay matrícula ni pago adelantado, se paga cada clase.
Aprenderás a pronunciar correctamente. Buen ambiente. También español para extranjeros.

HORARIO: Lunes a viernes (9-14 y 16-20 horas). Precio: 17€/60 Minutos

Edith y Roberto Weinberger, Torrent
Teléfono: 961 588 205 • Fax: 961 588 422
edith@weinberger.es • roberto@weinberger.es
Av. Pintor Genaro Palau, 2, 1º, 1ª (esq. Av. al Vedat, 140)

Loterías y Apuestas del Estado

ADMINISTRACIÓN DE LOTERÍA Nº8

C.C. Las Américas

Acceso desde parking exterior, planta alta, Módulo A-2
Local 12 y 13. Avda. País Valencià, 180
Tel. 96 156 58 71. TORRENT (Valencia)

LA CARTUCHERÍA

RELLENADO DE CARTUCHOS DE TINTA Y TONER DESDE 3€

C/ MAESTRO SANCHIS ALMIÑANO, 8BJ
TORRENT. JUNTO PLZA. JUZGADOS

TEL.: 96 195 11 12
WWW.LACARTUCHERIA.ES
TORRENT@LACARTUCHERIA.ES

10% de descuento para asociados

Carlos Quesada

En resumidos cuentos

Podemos



Desde hace tiempo el ser humano rige el destino de este planeta. No crean que ha sido fácil, ni lo está siendo, ejercer esta responsabilidad extendiendo la civilización, el bienestar de esta sociedad, hasta el rincón más inhóspito. Hemos tenido que pelear duro para llegar a esta cómoda situación. Competir con alimañas por la posesión de lugares que anteriormente eran selva, bosque, maldita maleza, hasta confinarlas y aislarlas -los que sobreviven- en sitios seguros donde estos salvajes, e inferiores seres, no pudieran dañarnos. Pero no podemos confiarnos ni relajarnos, todavía queda mucho por extinguir. Sin ir más lejos, ya que los tenemos ahí, cerca, amenazándonos, nos encontramos con uno de nuestros peores enemigos en los límites de nuestra civilización, pugnando por arrebatarlos lo que conscientemente hemos conseguido por hacer este mundo más humano. Se trata del ARBOL o, más peligroso todavía, BOSQUE o PINADA cuando están agrupados. Temibles.

Su sistema de reproducción, arrojando semillas al viento y ocultándose éstas bajo tierra hasta desarrollar raíces, los hace invulnerables en esta fase contando, además, con la ayuda de su aliada, la maldita maleza.

Ya crecidos son duros y resistentes. Ni nuestros incendios, carreteras, autovías, autopistas, líneas de ferrocarril, urbanizaciones y otras muestras evolutivas, han conseguido extinguirlos. Sí, sí... Ya sé que son batallas que les hemos ganado y que, en ese aspecto, estamos a la cabeza de Europa, por lo que debemos estar orgullosos, pero aún nos queda mucho

para el final... O, a lo mejor, no.

Acabar con ellos es tarea de todos y, seguramente, necesitaremos varias generaciones más para conseguirlo. Hay que ser constantes: nos jugamos el futuro. Por eso les pido que se esfuerzen. Olvídense del libro digital, del correo electrónico y vuelvan al libro convencional, y al correo de sobre y hoja, como hacen los bancos a diario. ¿Muebles de plástico? No, gracias. ¡Exijan productos de madera! Eduquen a sus hijos, ya de pequeños, con el ejem-

plo. Afortunadamente tenemos quien vele por todos nosotros. Ahí, en primera línea.

El pasado jueves, día 26 de abril, entre las 8.00am. y las 15.00pm., tuvo lugar una pequeña batalla o escaramuza, entre una *brigada de defensa* y un *grupo de hostiles pinos*. ¡Fue una victoria total!

Me despertó el estruendo inicial de los momentos previos al combate. Hasta mi ventana llegó el ruido procedente del cercano monte y rápidamente me dirigí allí. Nuestros

hombres, bien pertrechados con cascos, gafas *antiesquirlas*, botas, guantes y material ligero -picos, palas y motosierras de dientes de acero-. Así como maquinaria pesada, tipo ‘desbrozadora’ y ‘trituradora’, se enfrentaban a una formación irregular de ásperos y resinosos árboles, cuyas peligrosas ramas enarbolaban al viento, desafiantes.

¡Eh, oiga! Aquí no puede estar. Es peligroso.-, escuché que me decía quien estaba al mando. Lo comprendí y decidí

abandonar el lugar, no sin antes darles un grito de ánimo: ¡*bravo muchachos!* ¡*A por ellos!*!

De regreso a casa pensé en lo osados que habían sido esos pinos: atreverse a crecer bajo un tendido eléctrico! ¡Hasta ahí podíamos llegar! Con su obstinación de crecer hacia arriba buscando la luz, ¿qué queríais, maderos, sabotear los cables de luz? No, si cualquier día saldrás de casa y, en vez de tu coche, habrá un jodido pino.

En fin, me tranquilicé sabiendo que la situación estaba en manos de profesionales y me fui a trabajar. Cuando volvía, a eso de las 15.00h. -y antes de ir a casa-, pasé a ver el escenario de la contienda. ¡Espectacular! ¡Glorioso! Los muchachos ya se habían ido pero, aún, en el ambiente, flotaba ese olor característico... Ese olor a resina y tronco desmembrado, ese olor a broza arrancada y triturada... Olía a... a... ¡Victoria!

Un surco desmalezado, de varios metros de ancho por casi 100 de largo y sin árboles, corría bajo los cables. ¡BIEN! En total conté 25 bajas entre los pinos. Sus edades oscilaban entre los 7 y los 35 años, según los anillos de sus entrañas, y sus troncos troceados yacían apilados junto a sus blancas bases cortadas al ras. ¡*Congratulations boys!* ¡BIEN HECHO!

Uno de esos troncos todavía rezumaba su líquido vital inútilmente, atrapando en su viscosidad a una estúpida abeja (una menos) y eternizándola en ámbar, como testigo mudo en un hipotético -y cada vez más cercano- juicio final.

Cuando me alejaba, una de esas pilas se derrumbó, formando los troncos -al desparramarse, como un esfuerzo final *estertórico*- las letras SOS proyectadas al cielo.

Sonreí. ¿Pero a quién le pedían socorro? No sé... Como no sea a Dios.

Un Torrent d'artistes

Ana Comes y Esther Alonso

Profesoras de 3.er ciclo del colegio La Purísima (Torrent)

A lo largo del presente curso, el tercer ciclo de primaria del colegio “La Purísima”, ha puesto en marcha y está llevando a cabo el proyecto “Un Torrent d'artistes”. Este proyecto tiene como principales objetivos acercar a los alumnos a diferentes artistas, ayudar a que adquieran una sensibilidad ante las manifestaciones artísticas, favorecer el desarrollo de la creatividad y acercarlos a la riqueza cultural de nuestra ciudad. Para ello hemos pretendido promover el conocimiento de artistas nacidos en Torrent (pintores, escultores, músicos,

escritores...) y de algunas de sus obras más representativas, así como el conocimiento de algunos símbolos culturales de nuestra ciudad: edificios representativos, entidades culturales, tradición y folklore.

Los alumnos y alumnas han acogido con mucho interés e ilusión el proyecto, y ello se ha podido comprobar en las actividades realizadas sobre los artistas trabajados hasta el momento. Éstos han sido: el artista Javier Almenar Besó, la escritora Amparo Baviera Puig y su relato “El secreto de la Torre”, la arqueóloga Lourdes Roca, que nos acompañó en una visita a la Torre de Torrent como edificio emblemático de nuestra ciudad, la pintora Concepción Arribas, los músicos José M. Ortí (autor



Alumnos y alumnas de 3.er ciclo del Colegio La Purísima de Torrent.

del “Himne a Torrent”) y Manuel Galvis. Asistimos a varias audiciones musicales a la Unión Musical de Torrent. Realizamos una visita guiada a otro de los edificios más representativos de nuestra ciudad, “La Ermita” y nos acercamos a la tradición de San Blas. Más recientemente, hemos tenido la suerte de conocer a la escritora Marisa Fernández Calabuig, que nos ofreció una interesante actividad de animación lectora sobre sus libros

“El tesoro de los templarios” y “El secreto de Chichén Itzá”. También hemos participado en la lectura pública del “Tirant Lo Blanc”, con motivo de la celebración del día del libro.

Próximamente tenemos previsto acercarnos a la obra de Vicente Pallardó Latorre y Vicente Pallardó Camps, y otros artistas torrentinos propuestos por nuestros alumnos y alumnas, así como algunas tradiciones representativas de nuestra

ciudad, como la cabalgata del Corpus.

Desde este breve espacio, agradecer el seguimiento de este proyecto por parte de la **Asociación de Vecinos de El Vedat**, y la colaboración de todos los implicados en este trabajo: artistas, Ayuntamiento, profesores, dirección del centro, padres y, sobre todo, alumnos; y animar a todos a que sigáis interesándonos por este proyecto que hemos impulsado con tanta ilusión.

El refugio

La clase

Chelo Gama

La ‘clase’ no es cuestión ni de ricos ni de pobres: con ella se nace. Las mujeres durante siglos hemos buscado remedios para cuidar nuestra piel, nuestro cabello, buscar la ropa que mejor nos sienta, junto con los maquillajes más

acordes con nuestros bellos rostros. De hecho, desde siempre la mujer hermosa se utilizaba como moneda de cambio para lograr un matrimonio ventajoso y de buena fortuna o, inclusive, para dedicarse a la prostitución de lujo. El final de toda belleza es siempre sacar buen provecho y hacer fortuna.

Actualmente, no es que la cosa haya cambiado demasiado. Podría-

mos hablar de que la hermosa, tanto en hombres como en mujeres, se distingue por la ‘clase’ que posea cada una de ellas, y ésta ni se vende ni se compra; en definitiva, no entiende de distinciones sociales.

Las buenas maneras y la buena educación pueden aprenderse, pero quien es mediocre, carecerá de esa ‘clase’ de la que hablamos, por mucho colegio privado y clases protocolarias recibidas; por lo que continuará siendo un mediocre y carecerá de ‘clase’.

Hoy en día, la ‘clase’ ha pasado a un segundo plano, y se premia mucho más la ‘vulgaridad’; quizá para enmascarar a la opinión pública más inculta de los problemas políticos que azotan a nuestro país.

La gran mayoría carece de ‘clase’ (aunque siempre se puede mejorar): ejemplo de ello son ciertos y específicos (que no “especímenes”) miembros de la realeza, de la política, o claros ejemplos de personajes televisivos.

(junto a Mercadona - C.C. LAS AMÉRICAS)

La carniceri@

SOLOMILLO DE TERNERA: 14,90€/Kg. - CADERA Y BABILLA: 9,90€/Kg. - ENTRECOT (AGUJA): 8,90€/Kg.

TEL. PEDIDOS: 96 156 06 54 (SERVICIO A DOMICILIO)

ET Escayolas Torrent, s.l.

DECORACION EN ESCAYOLA Y RESTAURACIONES
INSONORIZACION DE MATERIAL TERMICO
TECHOS DESMONTABLES

EMILIO RODRIGUEZ ARIAS

C/. Calvario, 45 Móvil 686 48 45 10
46900 TORRENT - Valencia Tel. 96 155 51 96

el único medio de comunicación local que
buzonea en 3.000 chalets particulares

el vedat
Periódico decano de Torrent
www.elvedat.org

Tel. 96 156 40 01

Nuestros vecinos, más cerca



“Toda actividad creativa te atrapa de tal manera que no te das cuenta del paso del tiempo”

Ana Quintela

MARISA FERNÁNDEZ es una emprendedora de pura raza. Uno de esos casos de manual en el que el protagonista, o en este caso la protagonista, convierte sus aficiones en su propio trabajo. Pero lo curioso de esta historia es que no se ha reinventado una sola vez, sino que ya van varias y todas ellas con éxito. En la actualidad, Marisa es escritora de literatura infantil y juvenil, y varios colegios de la Comunidad Valenciana están trabajando sus libros. Anteriormente, estudió *Empresariales* y trabajó como empleada de banca. Después se pondría al frente de una escuela de baile, donde dio clases de baile y de Pilates a adultos y

Marisa Fernández Calabuig

Escritora de literatura infantil y juvenil

a niños. Durante todo ese tiempo, hizo varios intentos de escribir una novela, pero había algo que le impedía continuar hasta terminar el proyecto: “Me daba cuenta de que me estaba retratando demasiado en lo que escribía y me sentía incapaz de dejárselo leer a alguien”. Sin embargo, cuando empezó a escribir *El tesoro de los Templarios*, su primera novela para público infantil, no tuvo ese problema: “Allí, los protagonistas

eran los niños y me resultó fácil seguir escribiendo. Me sentía más cómoda”. Todavía le cuesta definirse como escritora, pero empieza a acostumbrarse, y ya está pensando en que su próxima novela estará dedicada a adultos. Seguro que pronto lo descubriremos... -En los tiempos que corren sería usted un ejemplo de emprendedora de éxito. Ha trabajado en ámbitos de lo más dispares y siempre logrando sus objetivos.

Su vida tiene material suficiente para inspirar un libro... -Bueno, eso depende de lo que se entienda por éxito; si estamos hablando de disfrutar del trabajo que uno hace, podría decirse que he alcanzado mis objetivos. Desde pequeña me gustaba tanto el baile como la escritura, y he tenido la suerte de poder dedicarme a las dos. Después de trabajar varios años en una entidad financiera y darme cuenta de ese trabajo no era para mí, decidí tomarme una excedencia. Más tarde, a raíz de participar en competiciones de baile deportivo con mi marido, tuve la oportunidad de introducirme en el mundo del

baile y años después abrí la academia. -¿Y cómo se lanza a escribir su primer libro “*El secreto de los Templarios*”? -La idea surgió de unas vacaciones que pasé con mi familia en Peñíscola. Por una parte, quería reflejar lo bien que siempre lo pasamos allí y tener un recuerdo de cómo eran mi hijos en aquella época; por otra parte, una leyenda de esa zona, que habla de que los ‘Templarios’ escondieron su tesoro en la Sierra de Irta, me dio la idea para la historia. Cuando terminé, distribuí unos cuantos ejemplares entre los amigos de mis hijos y les gustó mucho. Tuve la suerte de que uno de los padres de esos niños me puso en contacto con una *Editorial* y finalmente me publicaron el libro. -Después de éste vinieron otros dos...

-Efectivamente. Me han resultado fáciles de escribir porque los protagonistas han ido creciendo con los libros y yo he ido creciendo también como escritora. Poco a poco, profundizo más en los personajes, de forma que cada vez voy poniendo algo más de mí, pero al hacerlo de forma gradual, me voy acostumbrando. Incluso estoy pensando en escribir un libro para adultos, una novela corta, quizás. Me apetece cada vez más... -Diversos colegios de la Comunidad Valenciana ya están trabajando con sus libros. Podemos decir que los alumnos han ido creciendo a la par que sus personajes y eso les ha enganchado...

-Sí, hay un colegio de Vinaroz que lleva seis años trabajando mi primera novela: *El tesoro de los Templarios*, y este año ha empezado a trabajar también *El secreto de Chichén Itzá*. Lo mismo sucede en otros colegios. El hecho de que los protagonistas sean los mismos en los tres libros es algo que les gusta a los alumnos. Además, los profesores valoran el que yo acuda al centro a realizar animaciones lectoras, pues si los chicos conocen al autor se motivan más a leer. Hace poco estuve en el *Colegio La Purísima de Torrent* y lo pasé francamente bien. Los chicos preguntan tantas cosas... En Torrent, también han trabajado mis libros

PERFIL PERSONAL

Edad: 47 años.

Profesión actual: escritora de literatura infantil y juvenil.

Blog: alas-novelajuvenil.blogspot.com.es

Contactar con Marisa en: santyluis@gmail.com

Libros escritos: “*El secreto de los templarios*”, “*El secreto de Chichén Itzá*” y “*La ventana emergente*”

en *Sto. Tomás de Aquino*, en *Lope de Vega* y en *Antonio Machado*. -¿Cuéntenos la trama de su última novela “*La ventana Emergente*”? -Trata de unos niños que se enganchan a un juego de *internet* y de repente empiezan a desaparecer. Los protagonistas, los mismos que en las dos novelas anteriores, tienen que descubrir lo que les ha sucedido a estos niños desaparecidos. Durante la investigación, conocen a un nuevo personaje: Maribel, que irá adquiriendo cada vez más protagonismo en la trama. De hecho, yo diría que Maribel se apodera del argumento y lo enriquece. Se trata de una chica de 13 años, grandota e infeliz. Ni se gusta a sí misma ni gusta a los demás. Pero poco a poco, y a través de su primer amor, el baile, empezará a

conocerse y a valorarse. La novela, gracias a este personaje, pasa de ser sólo una novela policíaca a tratar temas como la autoestima en esos años tan difíciles de la adolescencia. Otra novedad es que en este libro he escrito mi primera escena de amor; Andrea, uno de los personajes habituales, se enamora por primera vez. -¿Le sirven sus hijos como espejo en el que retratar a sus personajes y les pide opinión sobre el vocabulario que debe utilizar...? -Desde luego: en cada libro pido opinión a mis hijos y a mi marido. Son mis mejores críticos literarios y cada uno me aporta algo diferente. En la escena que comentaba anteriormente en la que Andrea se enamora, al principio escribí que estaba escuchando música de Alejandro Sanz. Cuando mis hijos lo leyeron, me dijeron que era mejor que no nombrara a ningún cantante en concreto por si a alguien no le gustaba. También me asesoran en los diálogos, diciéndome qué palabras o expresiones no quedan bien o ya no se llevan. -¿Cree que influye el hábito lector de la familia en el interés de los niños por la literatura? -Yo recuerdo que en mi casa siempre había libros por todas partes. De hecho, estabas esperando a hacerte mayor para empezar a leer aquellos maravillosos libros. Si en una familia hay hábito de lectura, es más fácil que un niño descubra que le gusta leer, pero tampoco se puede forzar. Mis hijos sirven de ejemplo: uno de ellos devora los libros y otro difícilmente se sienta a leer una novela.



Marisa Fernández, durante la entrevista.



Fernández hace animaciones lectoras en colegios, animando a la lectura a los pequeños.

-¿Es difícil publicar un libro a día de hoy y vivir de la literatura? -Sí, porque final no puedes evitarlo y sigues escribiendo. Toda actividad creativa te absorbe de tal manera que no te das cuenta del paso del tiempo. Cuando estás sumergida en la trama y en los personajes que tú mismo vas creando... ¡Es fantástico! También hay que tener en cuenta el valor terapéutico de la escritura; al escribir sobre tus problemas es como si, en cierto modo, te liberaras de ellos. Dejan de dar vueltas en tu cabeza y quedan atrapados en el papel.

-Pero aún con todo, sigue escribiendo... -Sí, porque final no puedes evitarlo y sigues escribiendo. Toda actividad creativa te absorbe de tal manera que no te das cuenta del paso del tiempo. Cuando estás sumergida en la trama y en los personajes que tú mismo vas creando... ¡Es fantástico! También hay que tener en cuenta el valor terapéutico de la escritura; al escribir sobre tus problemas es como si, en cierto modo, te liberaras de ellos. Dejan de dar vueltas en tu cabeza y quedan atrapados en el papel.

RESTAURANTE
Monte Vedat
Font de San Luis, 24 • Tel. 155 04 94
46900 VEDAT-TORRENT (Valencia)

CORDON Joyeros
10% DTO. EN JOYERÍA Y RELOJERÍA
15% DTO. EN ARTÍCULOS DE PLATA
30% EN RELOJES DE MODA
SEGUNDA UNIDAD AL 50% PRECIO
COMPRANDO DOS RELOJES
DGW, DKNY, BREIL, DL.GUESS, CITIZEN,
SEIKO, ORIENT, VICEROY, NIKE, ADIDAS, XERNUS,
DEBOTA-LOMBA
PLATA: 30% COMPRANDO DOS PIEZAS
SE APLICA EL DESCUENTO
EN LA UNIDAD DE MENOR PRECIO
Avd. País Valencià, 88 • Tel. 96 156 40 21 TORRENT

AVDA. AL VEDAT Nº 55 - BAJO
CALZEDONIA
Ven a conocer nuestra
Colección de BAÑO
Teléfono: 96 108 95 33

DOÑA ANA
RESTAURANTE
C/ América, 11B (Esquina C/ Pinzón, 14)
Colonia Blanca
46901 El Vedat de Torrent (Valencia)
Tel. 96 156 11 66

SERVI TAXI TORRENT
SERVICIO 24 HORAS PARA TORRENT Y COMARCA
96 155 10 55

96 114 49 35
Fitness Club Huga Sport
C.C. Las Américas
Torrent (Valencia)
hu ga SPORT
PREPÁRATE PARA EL VERANO
3 MESES
99€
¿QUIERES JUGAR AL PÁDEL?
1h. por 6 € (PRECIO POR PISTA HASTA LAS 18.00)
EN MAYO MATRÍCULA GRATIS
Síguenos en Facebook

MARCMETAL
FABRICACIÓN Y MONTAJE PROPIO EN
HIERRO - ALUMINIO Y ACERO INOXIDABLE
DE PUERTAS - REJAS - BARANDILLAS - VENTANAS
MAMPARAS DE BAÑO - MOSQUITERAS - TOLDOS...
MOTORIZACIÓN DE TODO TIPO DE PUERTAS
PRESUPUESTO SIN COMPROMISO
Tel. y Fax: **96 156 02 15** • Móvil: **692 63 77 88**
cerrajeria@marcmetal.es • www.marcmetal.es
Calle Teruel, 24-26 • 46900 TORRENT - Valencia

baymar exclusivas
DISTRIBUIDOR
de GASÓLEOS A-B-C
PEDIDOS:
Tel.- 963 798 136
Fax.- 963 798 866
pedidos@exclusivasbaymar.com
Distribuidor de lubricantes **Shell**

La mano invisible de Adam Smith

El imperio se desvanece

Vicent Llopis Pardo
Ingeniero Técnico y Economista

Cuando era joven me sorprendía que no hubiera una guerra. Vagamente recordaba la que sostuvimos contra los marroquíes en Ifni, en 1958, y que provocó que demasiados de nuestros soldados dieran su vida por nuestra Patria (*). Tradicionalmente, nuestra España ha tenido siempre conflictos armados como resultado de su paulatino desmembramiento. Con toda Europa desde Carlos I; también con el primer borbón, Felipe V, hasta el siglo XIX contra Francia e Inglaterra. Y con nosotros mismos, en las guerras de sucesión carlistas y en la fatídica guerra civil cuyas heridas siguen abiertas. No es de extrañar que a mis 27 años, en pleno proceso democrático que culminó con la Constitución Española, temiera que la estadística guerrera quisiera anotarse un suceso más. Y casi se logra merced a la intervención del golpista Tejero y los que le dirigían. En la actualidad “solo” nos queda por perder nuestras plazas de Ceuta y Melilla, además de la unidad territorial de la península e islas, lograda por los Reyes Católicos en el siglo XV.

Lo cierto es que esta crisis económica mundial (2008-????) ha sido para nosotros bastante más



que una crisis. Es un espejo de grandes dimensiones en el que los españoles podemos ver el resultado de nuestra decadencia, que continúa inexorable hasta la desaparición del imperio que fue. Podemos decir que llevamos tres siglos de continuas pérdidas de territorios y, lo que es más importante, de identidad nacional. Hoy ser español se dice con la boca pequeña y según en qué círculos te encuentres. La bandera nacional, aquella que se llenó de sangre en Ifni, se esconde en algunos pechos bajo la camisa, y sólo la sacamos para vitorear las hazañas de nuestros futbolistas.

Es síntoma de decadencia la

falta de unidad política frente a la crisis. Lo es también la propia idiosincrasia española que, desde el “Lazarillo de Tormes”, modela un carácter basado en el engaño, en la picaresca y en la corruptela. La visión de que “el dinero público” no es de nadie nos llega desde estamentos del gobierno anterior. Los nacionalismos separatistas, que no integradores de una cultura histórica común, aprovechan la coyuntura para sacar provecho.

El Estado de las Autonomías ha sido otro avance más en la vuelta al pasado. Las coronas de Asturias, Castilla-León, Aragón y Navarra, originarias de la Reconquista, se llaman ahora ‘Comuni-

dades Autónomas’. Pero hay una diferencia sustancial: las pagamos todos los españoles y el precio parece muy elevado.

Y algo novedoso, desde la ideología socialista de los últimos años. Lo que engañosamente nos venden como “estado del bienestar” y los derechos sociales irrenunciables están basados en una falacia tremenda. Los derechos no son logros que se conquistan y ya están para siempre; hay que pagarlos, es decir financiarlos. Y ello es posible si los gestores son escrupulosos en el gasto, aciertan con sus inversiones y anteponen el interés común al del partido.

En el terreno productivo sólo

nos queda lamentarnos. Nuestra capacidad de trabajo, enorme en los españoles, se ve mermada por su ineficiencia. Con menos esfuerzos otros países sacan adelante más producción. Nuestras industrias están tan maduras que cualquier país saca provecho abaratando costes de inmediato. Menos mal que algunos productos agrícolas todavía se aprecian en el mercado internacional; pero hay peligro de que tal situación empeore, y nuestras naranjas y hortalizas se vean desplazadas por otras más competitivas. El *Sol* es un producto que nos cae bien. Con infraestructuras de futuro nos haremos con ese mercado de turismo del que tanta experiencia tenemos. Los jubilados del planeta podrán venir a nuestras tierras a morir bien a gusto, rodeados de playas, sol y mil atenciones turísticas. El que no se consuela es porque no quiere.

Después de este ataque de pesimismo, motivado por la expropiación de YPF por parte de la Sra. Kirchner, me planteo seguir trabajando con espíritu renovado e intentar que se frene la decadencia de nuestra España.

(*). Esta guerra ha sido injustamente olvidada por los medios de comunicación y por los libros de historia que estudian nuestros hijos y nietos. Estoy seguro de que todos sus supervivientes verían con agrado la reivindicación de sus compañeros muertos, unos 300, y heridos, alrededor de 500, en la última contienda colonial española. (<http://lamemoriaviva.wordpress.com/2009/12/13/combatientes-desidi-ifi-reclamaran-en-el-congreso-la-compensacion-prometida/>)

buscan más que ahogar al ciudadano medio, impuestas por un espectro europeo que pretende evitar una intervención, cuando es en la misma intervención donde se ven saciados sus intereses.

Pataleo por la actitud de la CEOE cómplice de las reformas, que sólo conseguirán el renacimiento de una lucha de clases que parecía olvidada, pero que llegados a este punto, se antoja hoy muy necesaria. Actitud que convierte al empresario en patrón y al trabajador en barro del sistema.

Pataleo en contra de la Monarquía Española, que lejos de actualizar su imagen y mostrar cercanía y fraternidad al pueblo en estos momentos tan delicados, demuestra una vez más, un pacto macabro con la ostentiosidad y se aleja, sustancialmente, de la sociedad a la que pretende representar.

Pataleo porque como decía Galeano en el imprescindible “Las venas abiertas de América Latina”: *El sistema vomita hombres*.

Y profundamente hoy siento el deber de compartir mi crispación con todos ustedes.



dadano dormido e incapaz de asumir que ha quedado atrás la resaca del franquismo. Trabajador reacio a comprender que ha llegado el momento de tomar las riendas de lo que por derecho y por sudor le pertenece.

Pataleo por las medidas tomadas en los últimos meses que no

Asmáticos: parientes pobres de la sanidad española

El 6 de mayo se celebró el Día Mundial del Asma

Enrique Bessini
Secretario de U.D.P.
Unión De Pensionistas
Sección Torrent

Las conmemoraciones suelen ser el síntoma de una carencia, pero también el inicio de un cambio más o menos próximo. Y, sobre todo, suponen una oportunidad para acercar unos contenidos muy concretos, si no a la población en general, al menos a los oídos más sensibles.

Ciertamente sobre el ASMA se habla poco. Y, sin embargo, no se trata de una patología de reciente aparición, ni mucho menos, si bien es verdad que en los últimos diez años los casos se han multiplicado por dos.

Aproximadamente la mitad de los pacientes visita, como mínimo una vez al año, los servicios de urgencias. Como es de suponer, el grado de absentismo laboral y escolar por esta causa es elevadísimo.

Se establece como principal desencadenante la acumulación en la atmósfera de residuos indus-



triales, a lo que se suman factores como el humo del tabaco, los ácaros del polvo, el polen y los animales domésticos. También influye la exposición a productos químicos, látex, harina, serrín, etc., en el entorno laboral, o a irritantes inespecíficos de uso común que incrementan la inflamación de los bronquios (lejía, perfumes, pinturas, amoníaco y sustancias en polvo como los detergentes). Y, sin embargo, la falta de información en nuestro país supone un peligro constante.

Las estadísticas indican que los padres de niños asmáticos fuman en casa con la misma frecuencia y la mayoría sigue usando artículos de limpieza que inflaman los bronquios de los enfermos.

Sí, en la salud -incluso la vida- del asmático depende directamente del grado de higiene ambiental, y resulta prioritario dar a conocer, a la sociedad en general, los factores que desencadenan las crisis asmáticas: la sanidad española tiene una asignatura pendiente en cuanto a la divulgación de esta realidad.

Por tanto pedimos a los estamentos sanitarios que trasladen esta información al gran público por todos los medios a su alcance, así como la puesta en marcha de otras medidas, tan básicas como la creación de una unidad de cuidados respiratorios en los centros de atención primaria, con todo lo que eso conlleva. Creemos que son los profesionales quienes primero deben informar a los pacientes de las sustancias que les perjudican, e instruirles en el uso de inhaladores.

Agustín Linuesa

Historias cotidianas

Disculpen. Por adelantado

Pataleo por un sistema insostenible, que *han hecho* que sea insostenible, con base en el libre mercado que constituye, para-dójicamente, el más restrictivo e injusto de los comercios. Cuyo alimento principal es la escasez de los muchos para el exceso de unos pocos.

Pataleo ante las instituciones y órganos de gobierno, organizaciones y países que, demostrando una atroz falta de compromiso y honradez, ceden sus capacidades plenas a los bancos, escurren el bulto y permiten que se combata la estupidez característica con la mezquindad adquirida.

Pataleo ante un cuerpo de policía totalmente subordinado al poder, que ha conmutado su de-

ber de trabajar al servicio del ciudadano por una lealtad y eficacia resolutive muy semejante a la que ejercen algunos perros de caza, dójicamente, el más restrictivo e injusto de los comercios. Cuyo alimento principal es la escasez de los muchos para el exceso de unos pocos.

Pataleo por el oportunismo del que han hecho gala los sindicatos, disfrazando con banderas y autobombo el sentir de un pueblo que se hunde, especulando (ellos también) durante mucho tiempo con los derechos del trabajador.

Pataleo por el trabajador, ciu-

Los lectores habituales (sé que hay alguno en algún lugar) sabrán que normalmente trato de imprimir el menor signo de opinión posible sobre este espacio más o menos bimestral, donde en unas líneas siempre he tratado de entretener como poco y, calculo, alguna vez lo habré logrado. No obstante, uno no puede callar eternamente, a menudo, ni de vez en cuando. Propongo por lo tanto ejercer un derecho propio y de ustedes, necesario e irrenunciable, vital en casi todos los aspectos: el derecho al pataleo.

De manera que, recalcando los puntos que me han hecho patalear últimamente y, a modo de terapia ocasional, escribo:

Pataleo por una clase política, gobernante u oponente, que dirige o que pretende dirigir un país lastrado, habiendo perdido todo respeto por los ciudadanos, que observan impotentes la tostada bocabajo sobre la arena una vez más.

clínica eliana

Tu clínica en Torrent
todas las especialidades médicas
de la mano de los mejores profesionales.
Atención personalizada y asesoramiento médico.
¡Ven a conocernos!

Compañías de Asistencia Sanitaria:
Adeslas, Allianz, Antares, Aresa, Asefa, Asisa, AXA, Azkaran Salud, Canal Salud 24, Cardhouse, Caser, Cigna, DKV, Groupama-Medytec, Grupo Asegurador AIG, HNA Salud, Mediatic, Seguros Atocha, Sersanet, Winterthur

llámanos para pedir tu cita
T. 96 129 35 70



La Eliana, 12 bajo
46900 Torrent Valencia
T. 96 129 35 70 F. 96 129 04 81
email: info@clinicaeliana.com
www.clinicaeliana.com

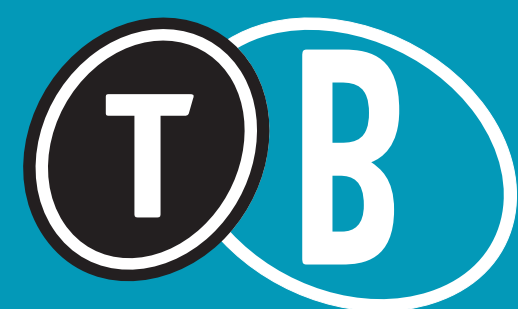
clínica eliana

prevención de riesgos laborales
reconocimientos médicos para empresas

certificados médicos
nductores, armas, buceo, grúas,
adopciones internacionales,...

medicina estética
mesoterapia
nutrición
depilación médica láser
tratamiento de varices
dieta "PRONOKAL"

clínica dental
odontología general
odontopediatría
implantología
cirugía bucal
periodoncia
estética dental



toniBurguera

impresión offset i digital

Impresión y diseño gráfico de:

libros · revistas · catálogos · carpetas · talonarios
carteles · lonas · flyers · folletos · cartas · sobres
tarjetas · tarjetones para bodas y comuniones
calendarios · tacos publicitarios · etc...

c/. València, núm. 100 · 46900 TORRENT · Tel. 96 156 21 14 · Fax 96 108 47 37

info@toniburguera.com · www.toniburguera.com

offset



digital



La pitera

La mujer de César

Quintín Ruiz Díaz

La esposa del emperador no solo debía ser honesta, sino también parecerlo. Así rezaba el dicho atribuido a Julio César por Plutarco. Hoy, proliferan verdaderos especialistas en parecerlo a secas. Personajillos que, en virtud de un cargo —aunque sea de *mascachapas*—, se consideran investidos con la dignidad supuesta a quien lo

ostenta. Desde esa premisa, únicamente se preocupan en aparentar y adornarse como pavos reales... con colas en blanco y negro. Desteñidos de la belleza interior —continúo con la metáfora—, se les ve la pluma. Pelean por aparecer en fotografías junto a otros pe-lagatos como mesías vecinales, incluso locales —¡ilusos!—, pero a la hora de la verdad son puro cuché. Sin chicha detrás. Gente plana, de dos dimensiones. Garra-patas aferradas a

un sillón por el que no hacen más que calentarlo con el culo. Para ganárselo, como la tierra, hay que arrimar el hombro. Y currar en este país, reino de listillos, se entiende cosa de gilipollas. A los que propugnan la lucha limpia por sus creencias se les llama, despectivamente, idealistas. Suerte que durante cada generación brotan cuatro o cinco capullos de esos capaces de rebelarse contra las legiones de prácticos. Hordas de conformistas con la pragmática del saqueo moral y económico al que se encuentra sometida esta sociedad desabrigada de valores. Olvidadizos que somos.

Consentimos en su puesto a mandatarios y realeza imputados por corrupción, malversación de fondos, tráfico de influencias, evasión de impuestos, apropiación indebida... mientras se cierran hospitales, se repagan las medicinas, se hacinan y encarecen las aulas, emigra la mejor hornada universitaria de la historia, amputan la investigación, castran nuestros derechos laborales, suben los impuestos directos, indirectos y *directoindirectos* —los crearán—, asumimos sus gastos en prostitución —perdón, *traductorías*—, joyas, bolsos, viajes y multi-propiedades en nuestro recibo del agua...; no sigo, que me da. Despedazado el estado del bienestar por delincuentes cobijados en una presunción de inocencia carente de su carácter de garantía constitucional cuando sirve de paraguas para ratas que acaban royendo el mango. ¿Dudan de su voracidad? Sin ir más lejos, ahí está el presidente del Teléfono de la Esperanza, acusado por abusos sexuales a mujeres desesperadas, recitando idéntica letanía: “Presuntamente, presuntamente, presuntamente, presuntamente...”. Colaboradores de *Sálvame Deluxe* más que prohombres. Ética dominante inclusive en el nivel más bajo —el submundo— del escalafón. Mierdecillas. Si abandonan lo público, montarán un negocio de compra de oro y papeletas de empeño. Vampirizan al pueblo llano; mercaderes de Venecia.

He tenido la inmensa fortuna de criarme en la cultura del esfuerzo. En mi casa, mamá cómo la jornada empezaba a las 6.00 y acababa a las 23.00; varios fines de semana, también. A esas horas, de niño y arropado en la cama, recibía dos besos puntuales a su cita con mis mejillas. Presumo de ejemplo por parte del hombre más trabajador que he conocido: mi padre. Mi héroe, como para el resto, el suyo. Jamás me fal-

to de nada. Todo fue pagado a tocateja y con el sudor por moneda. Nunca le hizo falta engañar a nadie y, por descontado, muchísimo menos a él mismo. Porque no le bastaba con hacer las cosas —algo al alcance de cualquiera—, sino que había que hacerlas

Personajillos de toda indole pelean por aparecer en la foto pero son puro cuché

Consentimos a mandatarios imputados mientras cierran hospitales

bien. Lecciones de honradez, constancia y profesionalidad inolvidables. Que transmitiré a mis hijos y, pediré, estos a los suyos. Tu legado, rubio guapo, ahora que te has marchado, ejerciendo de albacea tu eterno recuerdo y *obras*. Comparar tu humilde figura con la de estos gobernantes me insufla ánimo y fe en mi especie, caníbal por naturaleza. Quizá alguien dotado con tus sobrias cualidades —compañías con millones en este mundo— asalte a latigazos las instituciones y nos libere de esos vendedores de almas; correos del demonio. Echo de menos tu mala leche, porque siento que va a ser cuestión de genio agrio recuperar lo perdido. Ayúdanos desde el cielo, *papa*.

Nuestro valor es la experiencia y el servicio personalizado

Entregando este cupón, te podrás beneficiar de nuestros descuentos y ofertas

torrent@transviatours.com Avenida al Vedat, 75 · 46900 Torrent · Telf. 96 156 15 16 mladeraf@crmviajes.es

No solo de pan

Los mitos en la alimentación: las espinacas y los alimentos integrales

José Manuel Barat Baviera

Catedrático de la Universidad
Politécnica de Valencia
Director del Departamento de
Tecnología de Alimentos

Existe una serie de creencias arraigadas en la población en relación a la alimentación. En el presente número y en los próximos revisaremos algunas de estas creencias para mejora de nuestra cultura alimentaria.

LA ESPINACA TIENE MUCHO HIERRO

Tradicionalmente se ha considerado que la ‘espinaca’ es una fuente muy importante de ‘hierro’, lo que asociado a los dibujos de Popeye, contribuyó a crear la idea de que aportaba fuerza (quizás reforzado por la asociación del *hierro* con el concepto de *dureza*). Sin embargo,



el apogeo de este mito surgió en la década de los 30 debido a una mala transcripción de un informe científico, que le adjudicó diez veces más de hierro de lo que en realidad contenían las espinacas analizadas.

Además, el hierro contenido en alimentos de origen vegetal se absorbe peor que el presente en alimentos de origen animal: entre un 1 y un 8% en los primeros y alrededor de un 22% en los segundos. Aunque parece que la

ingesta de vitamina C, ácido *málico* (presente en manzanas -entre otras frutas-), y ácido *cítrico* (presente en las frutas ‘cítricas’) mejora la absorción del hierro de origen vegetal. De esta forma las ensaladas con piezas o zumo

de fruta serían mejores desde el punto de vista nutricional.

Como fuentes importantes de hierro tenemos las alubias y las lentejas, en el caso de las legumbres; respecto a los frutos secos, las almendras y las avellanas; en las verduras, la acelga y la espinaca y, en los alimentos de origen animal, las almejas o equivalentes; y también las ‘carne rojas’.

LOS ALIMENTOS INTEGRALES ADELGAZAN

Los productos ‘integrales’ tienen prácticamente las mismas calorías que los ‘refinados’, por lo que su consumo no implica que adelgacen. Sin embargo, si que es cierto que estos productos son más ricos en algunos nutrientes que son abundantes en las capas superficiales de los granos, y que se pierden durante el *refinado*, así como los que son más ricos en fibras que contribuyen a regular la función intestinal.

En cualquier caso, siempre hay que tener en cuenta que no hay alimentos buenos ni malos, sino buenos o malos hábitos alimentarios. Así que a comer “equilibrado” y con moderación, y como siempre... ¡Buen provecho!

Restaurante Club de Tenis Torrent

DISFRUTE DE NUESTRA
COCINA
EN UN MAGNÍFICO
ENTORNO

Cenas con MONÓLOGOS
(a partir del 1 de junio)

MENÚ DIARIO 10€

MENÚ FIN DE SEMANA 12,50 €

TODO TIPO DE EVENTOS Y CELEBRACIONES

ENTRADA LIBRE



RCTT
Restaurante Club de Tenis Torrent

Ausias March nº1
Torrent

Reservas: 679698039.

Ciencia y vida

Cuatro fuerzas fundamentales y la vida

Salvador Ruiz Fargueta

Existen cuatro fuerzas o interacciones elementales que rigen toda la materia y energía de nuestro Universo. La fuerza **gravitatoria** nos mantiene firmes sobre el suelo y hace caer los objetos cuando los soltamos. Es una fuerza universal pues la experimentan todas las partículas, y es la responsable de que existan los planetas, las estrellas, todas las grandes estructuras del Universo y la armonía que observamos entre ellas.

La segunda fuerza que nos resulta más familiar es la **electromagnética**, que aparece cuando existen cargas eléctricas. A diferencia de la gravedad, que sólo es atractiva, puede ser atractiva o repulsiva según las cargas sean de distinto o del mismo signo. Esta fuerza es la responsable de que existan los átomos, y de que las moléculas y la materia ordinaria permanezcan unidas.

La interacción responsable de mantener a los protones y los neutrones dentro del núcleo atómico, y a los quarks dentro de éstos, es la llamada **fuerza fuerte o nuclear**. Sin ella los protones, que tienen una carga eléctrica positiva, saldrían despedidos del núcleo atómico. Para mantenerlos confinados y contrarrestar la fuerza electro-magnética debe ser más fuerte, unas cien veces más fuerte.

Finalmente, la cuarta interacción es llamada **fuerza débil** y se manifiesta en algunos procesos tales como las desinte-

graciones radiactivas. Actúa en todas las partículas que forman la materia ordinaria.

Bastaría un pequeño cambio en el valor de una constante física relacionada con estas fuerzas para que se hubiera desarrollado un Universo inhóspito para la vida. Concretamente, el ciclo de formación de las estrellas es de capital importancia para el desarrollo de la vida, pues en ellas se sintetizaron los elementos imprescindibles sobre los que se asienta.

Si la intensidad de la gravedad fuera ligeramente mayor o ligeramente menor la vida basada en la química del carbono no podría haber evolucionado.

Fuerza gravitatoria, electromagnética, nuclear y débil rigen todo el Universo

do. Para un valor ligeramente mayor, sólo podrían existir estrellas enanas rojas, que son demasiado frías para permitir que, en su zona aledaña, hubiera planetas aptos para sustentar la vida. Para un valor ligeramente menor, todas las estrellas serían gigantes azules y persistirían durante un intervalo temporal demasiado corto para que pudiera desarrollarse la vida. Y algo parecido ocurre con las otras tres fuerzas fundamentales.

Casualidad o no, la vida ha podido desarrollarse en nuestro Universo merced a una serie de sutiles correlaciones entre las constantes físicas que lo rigen.

La Terraza

La extraña belleza de los olivos 3.0

Santi Armaviska

1 de abril de 2012.

(Sólo soy el *portátil* del tipo que firma esta columna, pues un tanto asténico, me ha dejado a mí esta responsabilidad).

El *fado*, aunque un puntito flagelante, te hace más fuerte o más valiente. No cabe duda.

Y algunas certezas de esta vida tuya parece que mucho tienen que ver con *ello*. Por ejemplo; sé que no vas a rendirte. Nunca; aunque parezcas *un tipo pasmado*.

Verán. Hoy, *feliz* domingo -precioso de primavera soleada y ánimo templado-, en esta terracita de sus *misadventuras* -y con un *cortito* de Macallan (ahí al lado), que degusta a sorbitos-, la hermosa *Carminho* le está arrancando más que unas pocas lágrimas con las palabras que De Freitas y Pinto escribieron para

que ella las modulara soberbia y firme. Y créanme que, sorbo a sorbo, esta saudade se le está llevando el alma entera con el *“Disse-te Adeus”*.

Que memoria ou que saudade / contará toda a verdade / do que nao fomos capazes? / por saudade ou por memoria / eu só sei contar a história / da falta que tu me fazes.

No te rendirás porque -como le dijiste a ella antes del cisma-, *lo quieres todo*. Y yo, un pragmático artificio frío y además japonés (por lo tanto, contenido), no puedo abofetearle, ni darte grandes consejos, aunque parece que tus padres -y también la *bendita música*-, te han hecho ya sabedor de que la felicidad no se persigue conscientemente -aunque sí hay que perseguirla-. Que las estrategias y la razón nada saben del amor y, como consecuencia, amor y felicidad -distintos aunque a veces convergentes-, sólo dependen de una cosa.

Pero ese azar es una brisa. Y sólo tú, amigo mío, decides si quieres *bregar* a barlovento o herrumbrarte a sotavento. En principio, es buena señal que ayer anduvieras por la orilla de la playa, respirando el sofocante *poniente* que dejó el arduo viernes. Hoy entra un *levante flojito* y aún así, por el brillo de tus ojos -aún encharcados aunque orientados al este-, albergo pocas dudas de que quizás -incluso hoy si *refresca* un poco más-, te embutirás en breve en uno de esos trajes de goma con los que te batías en el azul y llenarás por fin de aire tus pulmones. Tan forzados por el *fado*.

Respeto.

Comienzas a respetarte de nuevo y eso me gusta. Entre otros motivos porque acabarás tu nueva novela y dejarás de *machacarme* una temporada... ¡Es broma, compañero! Que hasta yo -un pobre aparato doméstico que no puede amar ni sentirse amado (aunque eso es discutible)-, al menos sí espero formar parte de algo. Importarle a alguien. Aunque sea a ti.

Como tú me importas a mí. (Sonrisa de ordenador portátil). Ámense.

Grupo **CRM**

CAIXA RURAL
TORRENT

¿SABÍAS QUE...

EL CENSO DE POBLACIÓN

de los habitantes que residen todo el año en El Vedat, a fecha 29 de abril de 2012, es de **10.615** vecinos?

CUMPLIMOS 12 AÑOS

Parece que fue ayer, pero con este número 72 nuestro periódico El Vedat cumple 12 años. Somos el “Decano de Torrent”, por delante del res-



el vedat

to de periódicos en papel de la ciudad. Hemos arrastrado a mucha gente en este proyecto, tanto en tiempos pasados más favorables como en esta época tan dura. Todos han aportado su granito de arena para consolidar este medio: anunciantes, articulistas, directivos y consejo de redacción, colaboradores y, por supuesto, autoridades, asociaciones, vecinos, ciudadanos y lectores. A todos, ¡muchísimas gracias y felicidades.

TF
HE

UNERARIA
SCORIHUELA

escorihuela@airtel.net

C/VALENCIA, 15-B. -46900 TORRENT-
C/MATÍAS PERELLÓ, 20.B.D. -46005 VALENCIA-
TELF.: 96 156 11 49 / 96 333 74 50 FAX: 96 156 54 37

Lda.Beatriz Álvarez Ponce

- FÓRMULAS MAGISTRALES
- VETERINARIA
- DERMOFARMACIA
- HOMEOPATÍA
- HERBORISTERÍA

ESPECIALISTA EN:

- DIETÉTICA Y ALIMENTACIÓN
- ORTOPEDIA

C/ San Lorenzo, 121 - El Vedat de Torrent - Tel.: 961 572 375



Evolución Constante

www.blatem.com

Novedades Blatem

¡Participa de nuestra magia!

Pinturas Blatem S.L. aprovechará su acuerdo de licencia con Disney para proponer un **concurso**.

Hasta el próximo **1 de junio*** se formulará una **pregunta quincenal en nuestras redes sociales (Facebook y Twitter)** acerca de los diferentes **cuentos de Disney**. Los/as participantes tendrán que responder mediante un comentario en la entrada del blog que versa sobre esta línea de productos. La respuesta será desvelada cuarenta y ocho horas después, cuando también se dará a conocer quién es el ganador. ¡Así de sencillo!



El sistema de elección de los ganadores será el siguiente: **Se alzará con la victoria la primera persona que responda correctamente a través de un comentario en el blog**, es decir, aquel comentario que haya acertado en la respuesta y tenga la fecha más antigua. ¡Sin trampa ni cartón!

Todos los comentarios en el blog deberán identificarse con un nombre y un e-mail válidos, pues Pinturas Blatem S.L. empleará dichos datos para ponerse en contacto con los ganadores.

No hay concurso sin premios y éste no podía ser una excepción: **Nuestros ganadores recibirán lotes de productos de los principales personajes de Disney**, los cuales harán las delicias de los más pequeños de la casa... y también de los mayores.

¡Dejaros llevar por la magia!



Inaugurada nuestra nueva tienda



Les informamos que ya tenemos abierta nuestra nueva tienda en la **Avda. Rey D. Juan Carlos I** (frente a 'Parc Central'). **Abrimos de lunes a sábado**, y pueden realizar cualquier consulta en el teléfono **96 155 65 54**.

Y RECUERDA:

Reparto a domicilio en todo EL VEDAT

Precios especiales en pinturas de pistas de tenis y pádel

Ofertas en pinturas para piscinas:

- Pintura al **Clorocaucho**: 15,95€ (IVA incluido)
- Pintura al **Acrílica**: 13,75€ (IVA incluido)

Te atendemos también en c/Valencia, 66 (96 155 85 66)



Evolución Constante

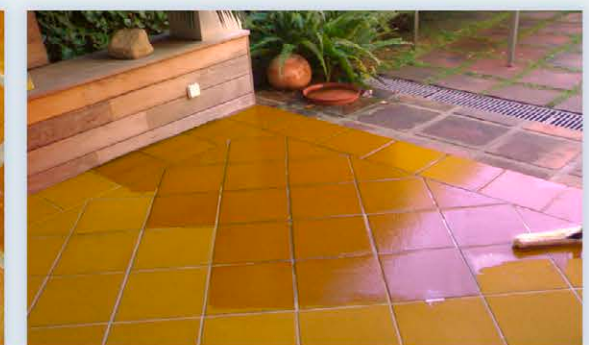
www.blatem.com

Nuevos Productos

ACEITE SINTÉTICO CERÁMICAS

Para **mantener el atractivo aspecto de tu suelo de barro cocido** conviene aplicar un **tratamiento adecuado**. Para ello **Pinturas Blatem S.L. presenta el Aceite Sintético Cerámicas**. Se trata de un aceite cerámico para baldosas de barro, piedra y ladrillo de caravista que **realza el aspecto y las protege de las manchas de líquidos, resistente a los roces y pisadas**.

- Transparente
- Excelente resistencia al interior.
- Acabado satinado
- Disponible en envases de 750 ml y 4 Lt.



Consejos prácticos de Pinturas BLATEM

MANTENIMIENTO EXTERIOR DE MADERAS

Para el mantenimiento de maderas de exterior, muebles, etc., existen varios tratamientos con los que garantizaremos que nuestras maderas se mantengan como nuevas..

El **Aceite de TK** lo utilizaremos una vez al año en las maderas tropicales, que ya vienen 'tratadas' anteriormente, y nos mantendrá las maderas hidratadas.

El **Xilatem Mate**, lo usaremos en las maderas nuevas, para 'tratarlas' contra la humedad y embellecerlas con diferentes acabados de color.

El **Barniz Blat-Marino** es un barniz para la protección de puertas y ventanas, donde se necesita una protección extra contra el agua, el sol, etc. Su acabado es en 'brillo', y es recomendable en zonas con máxima exposición al agua y al sol. Debemos usarlo en los 'tratamientos' durante dos años (como mínimo).



PINTURAS PARA PISCINA

Tenemos dos tipos: al **Clorocaucho** y al **Agua**

La pintura al **Clorocaucho** está indicada para obra nueva o piscinas ya pintadas. Tiene, como propiedad, el 'efecto antialgas'. Es resistente a la 'alcalinidad' y a productos químicos utilizados en el tratamiento del agua. Su adherencia es excelente y su efecto es duradero. Debemos llenar la piscina en 3 a 4 días (mínimo) después de su 'pintado'. Se puede aplicar a cualquier tipo de piscinas pintadas.

La pintura al **Agua** tiene un aspecto 'semisatinado', con efecto 'antialgas', y muy fácil de aplicar. Es resistente a los agentes atmosféricos. Tiene buena adherencia y sólo es utilizable en piscinas donde se han utilizado pinturas al 'agua'. El llenado de la piscina se debe realizar en 7 días (mínimo) después del 'pintado'.



Servicio de limpieza y mantenimiento de parcelas

www.mesquejardins.com

Juan M. Martínez
Més que Jardins

Además de todos los servicios que les seguimos ofertando desde hace varios años a través de la información que publicitamos en esta página del periódico El Vedat, les hacemos especial hincapié en el de limpiezas de parcelas, tanto rústicas como urbanas, que incluye la poda de árboles, arbustos, palmeras etc. Nuestra actuación asegura una limpieza duradera en el tiempo, como les mostramos en las imágenes que les ofrecemos, donde se evidencia la diferencia entre dos parcelas limpiadas en la misma semana, en las que se puede observar que, al cabo de ocho meses, la parcela tratada con herbicidas continua limpia y la no tratada vuelve a estar igual que antes de limpiarla.

La gestión del saneamiento de su propiedad tiene una solución más económica de la que usted piensa. Nosotros trabajamos la limpieza y el mantenimiento de parcelas aplicando *herbicidas de post y pre-emergencia*, reduciendo en más de un 80% el crecimiento de las malas hierbas del próximo año. Así, en unos meses, simplemente volviendo a aplicar herbicidas, el coste se reduce enormemente, y tendremos la parcela totalmente limpia ahora y en verano, y sin riesgos de incendios.

Datos de contacto
MÉS QUE JARDINS
Juan M. Martínez - 630 893 717
N.º registro de uso fitosanitario: S-2642-V.
N.º de carnet de manipulador de plaguicidas fitosanitarios: 2232.
N.º para realizar operaciones de recogida y transporte de residuos no peligrosos: 1513/RT/RNP/CV.



Parcelas limpiadas a la vez. La tratada con herbicidas se mantiene limpia (imagen inferior); la no tratada con herbicidas vuelve a estar sucia (imagen superior).



¿Quieres una operación bikini exitosa?

Yubisay Guzmán
Monitora entulínea en Torrent

El verano es tiempo de lucir nuestra mejor forma física, aunque sin arriesgar nuestra salud con las llamadas 'dietas de verano', que sólo nos hacen recuperar los kilos perdidos. Por eso, te damos algunas claves para perder peso, para que puedas lucir tu fondo de armario y aumentar tu autoestima. ¡Este verano vas a adelgazar y mantenerte!

1. Presta atención a lo que comes y a cuánto comes, y para lograrlo lo ideal es realizar un registro alimentario de lo que comes y bebes cada día.
2. Planifica el menú de la próxima semana o con algunos días de antelación, teniendo en cuenta la variedad. Si comes todos los días lo mismo te aburrirás.
3. Ve a la compra con una lista y adquiere los alimentos necesarios para cumplir tu menú. Así no añadirás al carro nada que puedas acabar comiendo de más y que estropee tus planes de perder peso. La organización es fundamental para lograr una alimentación sana, variada y equilibrada.
4. No te olvides de incluir frutas y verduras frescas de temporada, car-

nes magras y ligeras, legumbres, pasta y arroz que se pueden combinar en ricas ensaladas o platos fríos. Esto te ayudará a mantenerte satisfecho durante más tiempo y a reducir la tentación por los alimentos ricos en azúcares y grasas como las frituras, snacks salados comerciales, galletas, productos de bollería, alimentos precocinados, 'comida rápida', etc.

5. Haz algo de actividad física cada día, deja a un lado los ascensores y sube las escaleras, cambia el autobús por caminar más, baila en casa, realiza tareas del hogar, juega con tu mascota o planea actividades con los niños.
6. ¡Dormir adelgaza! Si descansas como mínimo entre 7 y 8 horas, reduces ansiedad y, por tanto, tendrás menos apetito y más energía durante el día.
7. Un último consejo: disfruta de todo lo que haces y siéntete bien.

Desde *entulínea*, te ayudamos cada semana a poner en práctica estos hábitos saludables y otros muchos más, llevando un estilo de vida saludable, que te permitirá mantenerte en forma y con un peso cómodo de forma duradera.

Yubisay Guzmán
Monitora entulínea en Torrent
Tlf: 687 777 013

TRATAMIENTO PREVENTIVO Y CURATIVO DEL PICUDO ROJO

més que jardins

disseny i manteniment

juanma martínez ibáñez

Tècnic Agrícola

630 893 717

OFRECEMOS NUESTROS SERVICIOS DE PODA EN ALTURAS Y TALAS (CORTE) CONTROLADAS CON CESTA ELEVADORA. PRECIOS ECONÓMICOS

ADELGAZA sin sufrimiento

No se trata de comer poco, sino comer bien.

Estamos en Torrent

www.entulinea.es
900 22 22 20
www.facebook.com/entulinea

Centulínea

CLÍNICA ATENEA: descuento del 25% para los asociados de la A. VV. El Vedat en la mayoría de servicios



José Enrique Bosch
Director de Comunicación

CLÍNICA ATENEA brinda a los asociados de A. VV. El Vedat una oportunidad para conocer los servicios e instalaciones de la nueva clínica abierta en Torrent el pasado mes de febrero. Contamos con unas instalaciones de 800 metros cuadrados totalmente equipadas. Está situada en la zona nueva del Parc Central, frente al Metro, en una zona de rápido acceso y fácil aparcamiento.

El descuento será aplicable desde el 15 de mayo hasta el 30 de junio, con el requisito únicamente de presentar un documento acreditativo de ser asociado de la A. VV. El Vedat.

Además de los descuentos les recordamos que estamos concertados con seguros de salud: Aegon, Allianz, Amefé, Antares, Asefa, Caser, Cigna, Dkv, Fiate, Hna, Nectar, Sanitas (desde mayo) y Sersanet.

¿QUÉ SERVICIOS PUEDES ENCONTRAR?

Medicina de familia, enfermería, fisioterapia, alergología, aparato digestivo, cardiología, dermatología, endocrinología, ginecología y obstetricia, medicina deportiva, medicina estética, neurología, oftalmología, otorrinolaringología, pediatría, traumatología, urología (a partir de junio). Cada especialidad se complementa con las pruebas diagnósticas más frecuentes: radiografías en el momento, analíticas, todo tipo de ecografías incluida la *3D* y la ecografía *doppler color*, pruebas de esfuerzo, *espirometrías*, *fibro-rinoscopia*, electrocardiograma, *holter* tensión, etc.

DESTACAMOS:

MEDICINA DE FAMILIA: en Clínica Atenea encontraras siempre un médico de familia para atenderte de 7.30 a 21.30h., de lunes a viernes y sábados de 8 a 14h.
PEDIATRÍA: de momento, todos los días por la tarde, aunque iremos ampliando. Le daremos cita de inmediato; si llama por la mañana casi seguro que el mismo día.

GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA: ahora mismo disponemos de tres días a la semana. Ecógrafo de última tecnología con *3D*. Además, en caso de estar embarazada, los ginecólogos realizan el seguimiento de todo el embarazo asistiendo al parto.
MEDICINA ESTÉTICA: en esta especialidad el descuento es del 10%, incluso en el tratamiento con *Vistabel (Botox)*, cuyo precio ya es muy bueno (290 euros) y que se quedaría en 261 euros.

FISIOTERAPIA Y REHABILITACIÓN: de lunes a viernes mañana y tarde, y sábados por la mañana. Un equipo multidisciplinar (fisioterapeuta, traumatólogo, médico rehabilitador y médico deportivo) actúan de forma coordinada para garantizar el mejor diagnóstico y tratamiento.

CARDIOLOGÍA: al motor fundamental del cuerpo hay que darle la importancia que merece. Podrá encontrar cita rápida y, además, disponemos del equipamiento para realizar pruebas complementarias importantes, como ecocardiografías *doppler color* o pruebas de esfuerzo.

NEUROLOGÍA: El neurólogo atiende una amplia gama de enfermedades, desde migrañas, jaquecas, neuralgias y otros dolores especiales, hasta *Alzheimer*, trombosis, etc. En la propia consulta realiza ecografías cuando es necesario.

Si bien muchas personas sólo van al médico "cuando les duele" (si van...), la mejor medicina es la llamada **preventiva**, que intenta mejorar la salud de todos desde la prevención y el control. Por eso hay revisiones y recomendaciones por edades (no es lo mismo tener 18 años que 45), o por especialidades (revisiones periódicas en ginecología, oftalmología, etc.) o, incluso, según las enfermedades que hay o ha habido en nuestra familia. Por eso desde **CLÍNICA ATENEA** queremos pedirte que si no "te duele nada", pienses si no merecerá la pena eso de "más vale prevenir que curar".

Y si tienes "compañía de salud", ¿a qué estás esperando?



Clínica Atenea en Torrent, avenida Juan Carlos I, 12. Teléfono 96 156 17 19.



Vista parcial de la primera planta.



Recepción, situada en la planta baja.



Charla técnica durante un tiempo muerto, sin perder la intensidad.



El club realiza cada año una labor de promoción del baloncesto que no tiene precio.



Formación al completo del equipo Sénior del UBF Torrent.

Baloncesto “de base”: Unió Basquet Femení de Torrent

UBF Torrent, club “milagro” orientado a la promoción del baloncesto entre las jóvenes

Julio F. Santafé
www.ensancha.com

Desde su fundación en 1994, el UBF Torrent viene realizando, temporada tras temporada, una labor de promoción que no tiene precio. Cuadrando presupuestos, sacrificando horas de sueño y de descanso, aportando financiación de su propio bolsillo, luchando con las instituciones para obtener apoyos, etc. Los gestores de este pequeño club valenciano lo han situado a un nivel muy satisfactorio, referente en las categorías senior y de formación.

Hace unos días tuvimos la suerte de poder conocer y entrevistar a dos de los entrenadores, Joaquín Agapito del *Junior Autonómico* e Ismael Salguero del *Senior Nacional*, que fueron tan amables de responder a nuestras preguntas.

Para empezar, Joaquín Agapito nos contó que “la temporada la podíamos definir en dos etapas: la primera, muy irregular, en la que no encontramos nuestro estilo de juego y forma de competir, y de ahí que se nos fueran muchos partidos en los cuartos de final, motivo por el que no nos clasificamos para la fase al campeonato de España; y la segunda etapa donde, aunque no era a priori un grupo tan difícil, lo

cierto es que hemos encontrado el juego y la forma de competir que queríamos”.

Respecto a si su prioridad en esta categoría junior es “formar” o “ganar” -la disyuntiva que se plantean todos los entrenadores de formación-, el técnico del UBF Torrent nos comentaba que “lo primero es formar, para eso están los entrenamientos, y después es ganar, que para eso están los partidos. Porque si no, ¿para qué se compite? Si es un problema que los entrenadores sean más de ganar que de formar, que se juegue en categorías de formación sin marcador, o sin posiciones en la tabla. Otra cosa es ganar a cualquier precio: ahí sí que no estoy de acuerdo”.

Mal recompensada tarea la suya, Joaquín justifica el esfuerzo personal que realiza dirigiendo este equipo con una serie de motivos como son “tener ilusión, querer aprender, aportar mis conocimientos y ver los resultados en las jugadoras (eso compensa mucho más que económicamente); y sobre todo el amor y pasión que tengo por el BALONCESTO”.

El técnico del *Senior Nacional*, Ismael Salguero, por su parte, nos explicaba que “UBF nace de la unión de varios colegios/clubs femeninos de Torrent en 1994 y, desde entonces, desarrolla su actividad deportiva en el pabellón de El Vedat de Torrent. Está

formado por chicas de 8 a 37 años, repartidas en las distintas categorías (alevín, infantil, cadete, junior, senior autonómico y senior nacional), todas ellas participando en competiciones federadas dentro de la Comunidad Valenciana”.

Como suele suceder con los clubes de base como el UBF Torrent, “el objetivo prioritario del club es que el máximo número de niñas/os de Torrent practiquen el Baloncesto, porque entendemos que, además de su rama competitiva, desde el baloncesto se pueden trabajar distintos valores educativos que les pueden servir en su vida diaria. Como objetivo de competición, intentamos que las chicas practiquen el Baloncesto alcanzando el máximo nivel que permita el grupo, tratando de inculcar la superación y la seriedad en la práctica de este deporte intentando así que, en un futuro, el primer equipo se conforme mayoritariamente por jugadoras de la cantera”.

También en masculino pero sobre todo en femenino se enfrentan al gran problema de este tipo de

clubes no profesionales: el abandono de la práctica del deporte al ir creciendo en edad. A este respecto, Ismael nos comentaba que “es en categoría cadete, entre 13 y 15 años, donde nos encontramos más problemas. Es una edad donde las chicas inician actividades nuevas, propias de su edad, que les hace plantearse la práctica de la actividad física que le ocupa tanto tiempo libre. Tras años de experiencia, nos hemos dado cuenta que el trabajo de motivación debe empezar desde muy pequeñas, inculcándoles el gusanillo del baloncesto, y trabajar para formar entre ellas un vínculo que va mucho más allá del simple equipo”.

No sabemos si “mágica” pero Ismael tiene su propia receta para conseguir la máxima implicación de las más mayores, en una actividad que requiere mucho sacrificio y no está remunerada. “A mí, para alcanzar esto, siempre me ha dado resultado trabajar desde la confianza, y nunca exigirles sino proponerles, sabiendo que, ante cualquier problema personal, ellas son lo primero. Lo que creo

que ha sido la clave para que, en muchas ocasiones, ellas dieran más de lo que podían”.

Dentro del objetivo básico que supone ir incorporando jugadoras de cantera a los equipos superiores, el entrenador del senior nacional tiene planificado “ir incorporando 4-5 jugadoras del equipo senior autonómico con vistas a preparar la próxima temporada. Esta temporada decidí dejar una plantilla corta, con los problemas que ello conlleva, con el fin de poder incorporar a las más jóvenes y puedo decir orgulloso que dos jugadoras del equipo junior han acabado siendo piezas fundamentales en el equipo senior, y tres del equipo autonómico han reforzado con calidad el trofeo federación”.

Los planes para el año que viene están claros, “seguir aumentando el número de equipos en formación; para ello hay algunos proyectos en marcha: mantener equipos en todas las categorías femeninas, y horas, ilusión, ilusión y horas, muchas horas”.

Por boca del coordinador general del club, Darío de la Cruz, hemos sabido que en UBF Torrent tienen en desarrollo un par de proyectos de escuela, viendo el éxito obtenido este año en el CP San Pascual, ofreciendo a otros colegios la opción de practicar baloncesto en las horas libres de espera al comedor. También están en negociaciones con el Ayuntamiento de Torrent para llevar, conjuntamente con el club de los chicos NBTorrent, la escuela municipal en el Pabellón El Vedat de Torrent. La idea es volcarse mucho más en los niños/as para fomentar la práctica saludable del deporte (baloncesto, en este caso) y conseguir una buena cantera para futuros años.

Desde nuestra A. VV. El Vedat no podemos menos que conminarles a continuar con tan ardua pero beneficiosa tarea de promoción de nuestro amado deporte.



Equipo junior del UBF Torrent.

Ganadoras españolas en el 8º Torneo Internacional de Tenis Femenino ‘Ciutat de Torrent’

Lázaro García venció en la final individual, y la pareja Yvonne Cavallé/Isabel Rapisarda ganó la de dobles

Redacción

Un año más, el *Club de Tenis Torrent* asumió el reto de organizar el Torneo Internacional de Tenis Femenino Ciutat de Torrent en su octava edición.

La española Lázaro García se adjudicó el torneo tras vencer en la final a la italiana Gatto por 6-0, 3-6, y 4-1, con abandono por lesión de la subcampeona.

Las españolas Yvonne Cavallé/Isabel Rapisarda se impusieron a las rusas Anastasia Muhametova/Ksenia Milevskaya después de remontar un set perdido y superarlas en la muerte súbita.

De esta forma, este 2012 deja un dulce sabor al recaer ambas



El público llenó las gradas del Club de Tenis de Torrent.

victorias en tenistas españolas. Aunque, como siempre, es el TENIS (con mayúsculas) el que se ha erigido con el máximo galardón en la celebración de este campeonato.

Los torrentinos hemos tenido la oportunidad de disfrutar del tenis profesional femenino con participantes internacionales de altísimo

nivel; no en vano, han pasado por esta competición muchas de las que hoy son grandes figuras: Andrea Petkovic, Carla Suárez, Mónica Puig...

Es de agradecer el meritorio esfuerzo que se ha realizado para organizar y desarrollar este Campeonato desde el *Club de Tenis* Torrent, por parte de su Presiden-



Cuadro de honor de ganadoras del Torneo.



Yvonne Cavallé e Isabel Rapisarda ganadoras en la categoría de dobles.

te, Felipe Ferreiro, y de su Junta Directiva; también el que han efectuado nuestro Ayuntamiento de Torrent y los patrocinadores de este evento deportivo, ya que nuestra ciudad ha disfrutado del

ambiente de un verdadero torneo internacional de tenis.

Os animamos, encarecidamente, a trabajar de nuevo en el proyecto de 2013, con el objetivo de superar el éxito de esta edición.

PRESENTACIÓN

Llega el Verano! Esta es la estación mas deseada y esperada por los niños, es tiempo de vacaciones, de juego diversión, y alegría lo que supone el abandonar la rutina de las clases. Estos dos meses se convierten en un reto para nuestra imaginación y creatividad... ¿qué hacer con tanto tiempo? Una de las mejores maneras de aprovechar todo este tiempo es en el CAMPUS MULTIDEPORTE. En el podremos proporcionar diversión y entretenimiento a nuestros niños y jóvenes,

OBJETIVOS:

1. Fomentar la práctica deportiva y juegos educativos primando el carácter lúdico de las actividades y fomento de la cooperación entre deportistas.
2. Realizar una educación para la salud sobre la promoción de hábitos saludables de alimentación, actividad y ejercicio físico.
3. Desarrollar las capacidades físicas, así como las habilidades motrices aplicando una metodología integradora, participativa y constructivista.
4. Mejorar las habilidades específicas natatorias y tenísticas con una finalidad utilitaria, educativa o de perfeccionamiento de ambos deportes.
5. Contribuir al desarrollo integral de la persona, interiorizando nuevos valores.
6. Intercambiar experiencias que faciliten la comunicación, autonomía y creatividad.

EQUIPO TÉCNICO:

- ✓ Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (LCCAFD).
- ✓ Técnicos en Actividades Físicas y Animación Deportiva (TAFAD).
- ✓ Titulados en diferentes disciplinas deportivas.
- ✓ Monitores de Tiempo libre

CAMPUS MULTIDEPORTE
VERANO 2012
CLUB DE TENIS TORRENT

!!!Plazas limitadas!!!

HORARIO de 7.00 a 17.10 HORAS

EDADES; A partir de 3,5 años

ORGANIZA:



AQUESPORT VALENCIA
GESTIÓN DEPORTIVA
LUIS FRANCO GRAU S.L.
E-Mail: h2oesport@yahoo.es

MÁS INFORMACIÓN:

WWW.CLUBDETENISTORRENT.ES

SECRETARIA CLUB DE TENIS TORRENT 96 1554400

LUNES DE 17.00 A 20.00 HORAS

MARTES A VIERNES DE 10.00 a 13.00 y 17.00 a 20.00 HORAS

SABADOS DE 10.00 A 13.00 HORAS

Av. Ausias March,1
El Vedat de TorrentVALENCIA 46900

COLABORADORES



Del 25 de junio al 3 de agosto



**MÁS DEPORTE,
MÁS AMIGOS**



Vinooferta.com

¡Nunca fue tan fácil comprar vino!





5 euros de descuento a los asociados de la A.V. El Vedat en su segunda compra

Vinooferta.com, compra tu VINO sin intermediarios

Francisco Revaliente
vinooferta.com

¿Quién es vinooferta.com?

Es una tienda de vinos *online* donde podrás comprar tus vinos sin intermediarios. Disponemos de infinidad de referencias dadas de alta en vinos, cavas y licores ‘Premium’ con los mejores precios del mercado. Tenemos multitud de ‘Denominaciones de Origen’ y bodegas, vinos nacionales e internacionales e incluso aceites *gourmet*. Todos nuestros vinos están seleccionados de una amplia lista, para que cuando compre, sepa que está comprando calidad. Desde poco más de 3 euros, puedes comprar un buen vino aunque, si eres más sibarita, puedes elegir un buen *Champaig*, un *Vega Sicilia* o un *Dom Perignon*. Tenemos para todos los bolsillos y gustos.

MEJORES PRECIOS DEL MERCADO

Vinooferta tiene los mejores precios del mercado en la inmensa mayoría de su *portfolio*. Tenemos los mejores precios porque usted realiza una compra sin intermediarios, haciendo *Vinooferta* la selección, la logística y la distribución.

PORTES GRATIS

Para facilitar la compra y no ser el porte un problema, tienes la opción de comprar 12 botellas, sean del valor que sean, y tener los portes gratis. En unas 48 horas tendrás tus productos en casa, sin necesidad de preocuparte de nada, ya que trabajamos con la compañía de transporte *Buitrago*, además, y especial-

Mejores precios del mercado

Portes gratis , comprando solo 12 botellas

Acumula puntos, tu compra te puede salir **GRATIS**

Hazte fans de facebook , y recibirás **OFERTAS** exclusivas





6,07€



27,00€

Viña Real Crianza

Tanqueray Rangpur



10,67€



5,50€

Tinto Las Ocho 2008

Laminio Gewürztraminer 09

mente para nosotros, se diseñó una caja corporativa, con el fin de proteger su contenido durante el traslado.

COMPRA GRATIS = ACUMULA PUNTOS.

Acumula puntos con tus compras y consigue descuentos. Desde *Vinooferta*, por cada compra que hagas,

acumularas puntos que podrás des- contar en las siguientes compras. Por este motivo, si acumulas muchos, tu compra puede salir gratis. Queremos premiar tu fidelidad.

¡NUNCA FUE TAN FÁCIL COMPRAR VINO!

Una parte importante es la rapidez y sencillez de navegación,

por este motivo hemos cuidado mucho este apartado. Comprar en nuestra tienda es sencillo, rápido y amigable. Puedes realizar tu compra en 4 sencillos pasos y, además, si es un regalo, puedes enviar tu compra al afortunado. Dispondrás de infinidad de filtros para encontrar el producto adecuado para esa ocasión.

COMPRA CON LA RECOMENDACIÓN DE EXPERTOS

Para el que no tenga claro qué productos comprar o tenga dudas, *Vinooferta* tiene la estimable colaboración de varios de los mejores expertos del panorama vinícola. Es por ello que tenemos un apartado donde se realizan recomendaciones, para que tomes buena nota las mismas. ¿Te dejaras aconsejar? Nosotros lo haríamos.

SÍGUENOS EN LAS ‘REDES SOCIALES’ Y EN NUESTRO VINO-CLUB

Estamos en todas las ‘redes sociales’ importantes, donde os animamos a participar en concursos y ofertas exclusivas. *Síguenos = Ventajas*. Con nuestro *Vino-Club* tendrás la forma más sencilla de estar al día de las ofertas, novedades y eventos. Si te apuntas a nuestro *Vino-Club*, podrás asistir a ‘Catas’ totalmente gratis, y a otros eventos.

¿DONDE ESTÁ vinooferta.com?

Tenemos las oficinas muy cerca de ti, en El Vedat. Nuestra central logística se encuentra en Picanya, donde tenemos todos los productos. Disponemos de miles de botellas de muchas marcas y denominaciones, que están esperando a ser adquiridas: eso sí, comprando sin intermediarios.

LA IMPORTANCIA DEL SERVICIO

Desde *vinooferta.com* hemos querido que comprar por internet no sea algo impersonal; por ello hemos querido tener apoyo de expertos que te ayudaran a elegir, pero también queremos tener una línea más personal. Desde nuestro correo electrónico info@vinooferta.com o bien a unas horas determinadas del día, en nuestro teléfono, 622 220 020, estaremos encantados de ayudarte.

¡PONTE FLAMENCA!

Ya está en **Fiesta de los maniquíes** el avance de temporada de la conocida firma de moda Flamenco. Prendas llenas de color, bordados y con un inevitable sabor Mediterráneo. Tallas de la S a la XXL.

Ven a conocer la colección de alta bisutería de , piezas en cristal tallado para momentos especiales.

Y además prepárate para: “**CAMBIO RADICAL**”. Un nuevo servicio integral de imagen que estamos preparando para ti. ¿Estás aburrida de tu estilo? ¿Quieres un cambio de imagen? ¿Tienes un compromiso importante y quieres sorprenderlos a todos? En Teresa Estilistas vamos a ayudarte a conseguirlo.

Solicita una cita y te informaremos.









10% de descuento a los asociados de la A.V. El Vedat

TU TIENDA DE CALZADO EN TORRENT CON SU NUEVA COLECCIÓN DE VERANO



Di Lupo



PROMOCIONES QUINCENALES A LOS MEJORES PRECIOS

Parking C. C. Las Americas
46900 Torrent. (Valencia)
Telf: 96 156 58 38

Formación contra incendios: 26 de mayo – 11.00h.

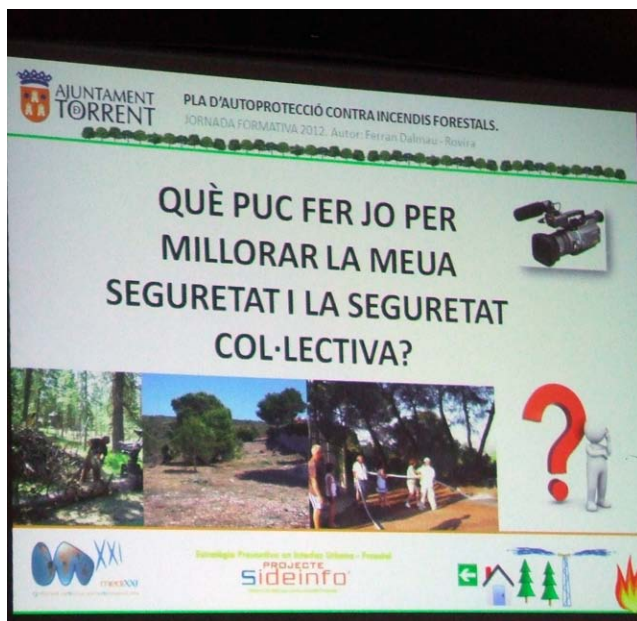
¿Cómo reaccionarías, qué harías ante un incendio en El Vedat?

Se presenta un verano con mucho riesgo y los vecinos de El Vedat no están preparados para actuar ante un hipotético percance de este tipo

A. VV. El Vedat

El pasado 28 de abril de 2012, se celebró una jornada de formación contra incendios del “Plan de Autoprotección de El Vedat”. Esta actividad fue organizada por la delegación de Medio Ambiente del Ayuntamiento de Torrent en colaboración con la A. VV. El Vedat. Ferran Dalmau, de la empresa Medi XXI, fue el encargado de impartir esta charla.

Constituyó un éxito pasar de los 6 a 10 asistentes de media de las charlas de 2009, a 20 asistentes de la de hoy (¡triplicamos la asistencia de hace 3 años!), por lo



La actividad fue organizada por la delegación de Medio Ambiente del Ayuntamiento de Torrent.



que tenemos un enorme potencial de mejora para futuras sesiones entre los más de 10.600 habitantes de El Vedat, que luego pedirán responsabilidades si –ojalá nunca ocurra– sucede algún incendio o percance en su propio vecindario. Entonces vendrán las lamentaciones y la búsqueda de culpables.

Lo mejor es intentar asistir a estas jornadas que pagamos todos, con el objetivo de saber qué podemos hacer por nuestra seguridad personal y por la colectiva.

No obstante, la A. VV. El Vedat continúa insistiendo en preparar otra reunión de formación, concienciada y sensibilizada ante una cuestión de tanta importancia para el barrio de El Vedat. Por ello, y organizado también junto a la empresa Medi XXI, se propone participar en la próxima jornada de “Formación contra incendios”, que tendrá lugar el próximo 26 de mayo de 2012, a las 11.00h., en nuestra sede social de la calle Fuente san Luis, 16 de El Vedat.

Trabajar por la prevención siempre es más económico que apagar fuegos: ¡emplea 2 horas de tu tiempo para venir a formarte! Por tu seguridad y por la de todos.

LAGORA

RESTAURANT

Menú Diario <i>De lunes a sábado</i>	Menú Domingos	Menú Cenas
9,95 €	14,95 € adultos 9,95 € niños	30 € pareja

Reserva tu Menú Especial para Comuniones

Avda. Al Vedat, 181 – 46900 TORRENT – VALENCIA.

Telf.- 96 155 02 35

www.lagora.es

Salón Privado para eventos

2x1

Café, cortado, café con leche o caña

VALE PROMOCIONAL

RECORTA EL VALE Y PRESENTALO EN TAPPEO PARA DISFRUTAR DEL 2x1

Avda. Al Vedat, 181 – 46900 TORRENT – VALENCIA. Telf.- 96 155 02 35

* Promoción válida de lunes a sábado a mediodía hasta 31/05/2012
Canjeable un sólo vale descuento por persona y periodo promocional