

Gente

AÑO 12, NÚMERO 478
22 - 29 DICIEMBRE 2017

madrid

GETAFE

EL GORDO 71198

2º PREMIO 51244 3º PREMIO 06914 4º PREMIOS 13378 - 61207

5º PREMIOS

00580 - 03278 - 05431 - 18065
22253 - 24982 - 37872 - 58808

LISTA DE LOS NÚMEROS PREMIADOS EN CADA UNA DE LAS CIENTO SETENTA SERIES CORRESPONDIENTES AL SORTEO CELEBRADO EN MADRID EL DÍA 22 DE DICIEMBRE DE 2017

*diversidad * solidaridad * tolerancia * igualdad * convivencia*

Sorteo Madrid Gordo 2017

2018



Programa completo
getafe.es

Comunicación Ayto. Getafe, Dic. 2017. N

Series	00001	00002	00003	00004	00005	00006	00007	00008	00009	00010	00011	00012	00013	00014	00015	00016	00017	00018	00019	00020	00021	00022	00023	00024	00025	00026	00027	00028	00029	00030	00031	00032	00033	00034	00035	00036	00037	00038	00039	00040	00041	00042	00043	00044	00045	00046	00047	00048	00049	00050	00051	00052	00053	00054	00055	00056	00057	00058	00059	00060	00061	00062	00063	00064	00065	00066	00067	00068	00069	00070	00071	00072	00073	00074	00075	00076	00077	00078	00079	00080	00081	00082	00083	00084	00085	00086	00087	00088	00089	00090	00091	00092	00093	00094	00095	00096	00097	00098	00099	00100
00001	00001	00002	00003	00004	00005	00006	00007	00008	00009	00010	00011	00012	00013	00014	00015	00016	00017	00018	00019	00020	00021	00022	00023	00024	00025	00026	00027	00028	00029	00030	00031	00032	00033	00034	00035	00036	00037	00038	00039	00040	00041	00042	00043	00044	00045	00046	00047	00048	00049	00050	00051	00052	00053	00054	00055	00056	00057	00058	00059	00060	00061	00062	00063	00064	00065	00066	00067	00068	00069	00070	00071	00072	00073	00074	00075	00076	00077	00078	00079	00080	00081	00082	00083	00084	00085	00086	00087	00088	00089	00090	00091	00092	00093	00094	00095	00096	00097	00098	00099	00100

El 'Clásico' promete estar muy repartido

El Real Madrid y el Barcelona se verán las caras este sábado en el Santiago Bernabéu antes del parón navideño de la Liga.



CELEBRACIONES | PÁG. 10

Solidaridad, ocio infantil y cultura en estas fiestas en Getafe

Los menores podrán disfrutar de la programación 'Cuentos de Navidad' en el Teatro Federico García Lorca con espectáculos como 'Golulá', el sábado 23 diciembre; y 'Los piratas', el martes 26



La Navidad en Getafe

ACTUALIDAD | PÁGS. 8 Y 9

El menú, solo con productos del campo de la Comunidad

El chef del hotel The Westin Palace ha elaborado una propuesta cien por cien madrileña

MUYFAN | PÁG. 16

Detalles y colores que llenan tu mesa de espíritu navideño

Este año apuesta por el azul, el dorado y el plateado para decorar tus comidas y cenas



ALBA RODRIGUEZ/ GENTE

LOTERÍA DE NAVIDAD | PÁGS. 4, 5 Y 6

La lluvia de millones salpica Madrid

El 'Gordo' ha dejado 9,2 millones en Torrejón de Ardoz y la capital • La localidad más agraciada fue Arganda del Rey, que recibió 12 millones del Segundo Premio • Un establecimiento habitual en estas fechas, Doña Manolita, vivió su sorteo más afortunado, distribuyendo 3,5 millones

Gentesana | Especial Navidad

Los kilos de más, sólo en la Lotería de Navidad

Ocho recomendaciones para que las copiosas comidas de estas fechas no te den un disgusto a la hora de pasar por la báscula. El alcohol, otro enemigo



LA FRASE

"Que haya presos políticos me parece muy fuerte"

Xavi Hernández

En la semana de las elecciones catalanas y el 'Clásico', un azulgrana y catalán ilustre se pronunció desde Catar sobre las detenciones derivadas del 'procès'.

LA CIFRA

850€

El salario mínimo crecerá hasta 2020

El pasado martes 19, el Gobierno y los interlocutores sociales llegaron a un acuerdo para subir el salario mínimo interprofesional un 4% de cara a 2018. Dos años después, llegará a 850 euros en 14 pagas.

El pasado martes 19, el Gobierno y los interlocutores sociales llegaron a un acuerdo para subir el salario mínimo interprofesional un 4% de cara a 2018. Dos años después, llegará a 850 euros en 14 pagas.

EL PERSONAJE



Postureo en la Academia

La Real Academia Española presentó esta semana la incorporación al diccionario español de nuevos términos como mariposear, postureo o hacker.

EDITA:
GENTE EN MADRID, S.L.

EDITOR:
FERNANDO IBÁÑEZ

REDACTORA JEFE:
MAMEN CRESPO

COORDINADORES DE REDACCIÓN:
LILIANA PELLICER
FRANCISCO QUIRÓS
JAIME DOMÍNGUEZ

JEFE DE FOTOGRAFÍA:
CHEMA MARTÍNEZ

JEFE DE MAQUETACIÓN:
CARLOS ZUGASTI

MAQUETACIÓN:
ENRIQUE ALONSO

COLABORADORES:
MIGUEL HERNÁNDEZ
(Redacción)

ALBERTO ESCRIBANO
(Redacción)

STELLA MIRALLES
DE IMPERIAL
(Fotografía)

SECRETARIA DE REDACCIÓN:
ELENA HORTA

DIRECTOR DE GRANDES CUENTAS Y ACC. ESPECIALES:
CARLOS ECHEGUREN

JEFE DE MARKETING:
RAFAEL VARA

COORDINADORA DE PUBLICIDAD:
ANA SÁNCHEZ

DISEÑO GRÁFICO:
PATRICIA MARTÍNEZ

REDACCIÓN:
CONDE DE PEÑALVER, 17
1A PLANTA
28006, MADRID

TELÉFONO:
91 369 77 88

E-MAIL:
info@genteenmadrid.com

CONTROLADO POR:

EL PERIÓDICO GENTE NO SE RESPONSABILIZA NI SE IDENTIFICA CON LAS OPINIONES QUE SUS LECTORES Y COLABORADORES EXPONGAN EN SUS CARTAS Y ARTÍCULOS

El mejor regalo

MAMEN CRESPO COLLADA · REDACTORA JEFE

Todo son prisas y agobios, cuando lo que tendría que reinar es el clima que dan la paz y la alegría de la Navidad. Pero las compras copan todo y la falta de tiempo hace que vayamos como locos estos días para llegar a tiempo a Papa Noel y a los Reyes Magos. Y es que, desgraciadamente, para muchos, los regalos son los únicos protagonistas de estos momentos. Es cierto que no hay nada más bonito que ver sonreír a las personas que queremos cuando abren el paquete que les entregamos y que también es difícil de superar la satisfacción que nos genera acertar con el regalo, pero no sé si será que me estoy haciendo mayor, que ahora lo que más me importa son otras cosas que van mucho más allá de sumar a mi armario unos nuevos guantes, otro bolso o más camisetitas. Y es que para mí el mejor obsequio es que las personas más importantes de mi vida se sienten conmigo en la mesa en la cena de Nochebuena y que entren a mi lado en el nuevo año. Pero nos volvemos locos y parece también que si en nuestra mesa no están los mejores productos, no es lo mismo. Y así estamos, a solo dos días de la Navidad, intentando buscar los regalos más originales, en unos tiempos en los que tenemos de todo y es difícil sorprendernos, y haciendo cola en el mercado para comprar los mejores productos que compartir con nuestras familias y amigos. Aunque los propósitos deben llegar con el Año Nuevo, yo ya me he marcado algunos para esta Navidad, entre los que están disfrutar de los míos, de las calles llenas de luces y de mi árbol y mi Belén iluminados en los pocos ratitos que logre estar en casa. Quizá parecen pequeñas cosas, pero son las que más satisfacción me dan. Os deseo que paséis una muy Feliz Navidad.



SÍGUEME EN LAS REDES SOCIALES:

@mamencrespo
@mamencrespocollada

LA FOTO DE LA SEMANA



La gente del deporte premia a GENTE

La localidad de San Sebastián de los Reyes celebró recientemente la XXX edición de su Gala del Deporte, en la que este año ha premiado la labor de este periódico en la categoría de medios de comunicación. Lo recogieron la redactora jefe, Mamen Crespo, y el jefe de Deportes Francisco Quirós.

EL SEMÁFORO



Otros padres en claro fuera de juego

Un partido de fútbol de niños entre 4 y 5 años terminó el fin de semana pasada en Valencia de la peor manera posible, con varios padres protagonizando una lamentable pelea.



Nuevo episodio Uber: licencia para trabajar

Un tribunal europeo ha fallado en contra de esta compañía, argumentando que debe operar con licencia y no con conductores particulares, al tratarse de un servicio de transporte.



Rosco de Reyes por adelantado

Más de un millón de euros (1.164.000) y récord de permanencia en el programa televisivo 'Pasapalabra'. Antonio Ruiz, un saxofonista en paro de Murcia, fue el gran protagonista.



@gentedigital

Telefonica






En Navidad,
lo único que importa es estar



Descubre el mensaje que quieres compartir esta Navidad
y felicita a los tuyos en navidadjuntos.com

#NavidadJuntos

 movistar |  O₂ |  vivo | SON MARCAS DE TELEFÓNICA

 ADOP
Patrocinador
del Equipo
Paralímpico
Español

La suerte deja en Arganda del Rey más de 12 millones de euros

La localidad del Sureste ha sido agraciada con el segundo premio del Sorteo de Navidad ● En la calle Real han vendido de forma electrónica 100 décimos

ALBERTOESCRIBANO
@albertoescr

No se hizo esperar. La localidad madrileña de Arganda del Rey se despertaba este viernes viendo como una de sus administraciones de Lotería, concretamente la situada en el estanco de la calle Real 36 (a escasos metros de la Plaza de la Constitución), repartía más de doce millones y medio de euros entre sus vecinos. Eran concretamente las 9:56 horas.

“Lo hemos vendido todo por máquina y no sabemos exactamente a quién, pero estamos muy contentos porque han sido alrededor de 100 décimos”, explicaba a GENTE Ángel Luis Orejón, propietario del establecimiento, a los pocos minutos de conocer la noticia.

No es la primera vez

La suerte ha llegado a la ciudad con el número 51.244, y lo cierto es que no es la primera vez que ocurre en esta administración en los últimos años. “Nos estamos acostumbrando, porque no hace mucho también dimos el primer premio del Euro-millones y en 2014 reparti-

VENTAS

Los madrileños compran más

La venta de lotería para el sorteo de Navidad ha aumentado en la Comunidad un 5,51%, hasta alcanzar los 473,5 millones de euros, según los datos facilitados por Loterías del Estado.

El gasto medio por madrileño se ha situado en los 73,23 euros, por encima de la media a nivel nacional, que se ha fijado en un total de 59,27 euros.

ESTE ESTANCO
INCORPORÓ
LA VENTA DE
LOTERÍA HACE
DIEZ AÑOS

TODAS LAS
VENTAS DEL
NÚMERO SE
HICIERON POR
TERMINAL

mos un millón y medio de euros de la Lotería de El Niño”, contaba Israel, trabajador de la administración.

Se trata de un establecimiento que lleva abierto más de 40 años dedicado a la venta de tabaco y prensa, entre otros artículos de regalo, y que hace una década, además, incorporó la venta de lotería.

Durante la mañana, según se han ido enterando los vecinos de la buena noticia a través de la televisión, han sido muchas las personas que se han acercado a felicitar a los propietarios de la administración, pero quienes no se han dejado ver han sido los agraciados con alguno del centenar aproximado de décimos que se han repartido.

En Orusco, Carabaña o Perales de Tajuña, pequeñas localidades limítrofes de la comarca de Las Vegas, y aunque



Ángel Luis e Israel han repartido los millones A.E./GENTE

51.244

Segundo premio

los responsables de repartir la suerte no tienen la certeza, también se cree que han recibido la visita millonaria. Una suerte que ha llegado a Arganda del Rey en un año en

el que las malas noticias también han golpeado de forma dura a la localidad. En mayo explotaba una nave de productos químicos de uno de sus polígonos, dejando unas consecuencias desoladoras con centenares de empresas destruidas por la onda expansiva.

Esta noticia inesperada contribuirá a aliviar y dinamizar la economía local.

Unos ‘quintos’, vendidos serie a serie y décimo a décimo

M.H.

Varias administraciones madrileñas han contribuido a llevar la alegría a muchos hogares con premios de menor cuantía, fundamentalmente procedentes de los ocho ‘quintos’. GENTE ha hablado con algunos de sus responsables, que coinciden en mostrar su regocijo por ser señalados por la suerte.

“Estamos muy contentos por poder repartir ilusión, tras más de un año de sequía”, dice Marcos Masa, responsable de la administración situada en la calle de Emilio Ferrari 27, que dispensó por ventanilla un billete del 58.808 por valor de 60.000 euros. El mismo premio ha entregado el establecimiento situado en la carrera de San Jerónimo, 5. “Está muy repartido y los décimos los tenemos vendidos desde el pasado mes de octubre”, explica su responsable, Gonzalo Gordillo.

Un número bajo

Los loteros de las calles de Cartagena 124 y de la Puerta del Sol 12 también colocaron en sus dependencias el cartel de número premiado, los dos del 580, con un mismo importe repartido, 60.000 euros. “Aún no ha venido nadie a decirnos que le ha tocado. Los hemos vendido todos a última hora y por ventanilla”, dice Luis Galiano, que regenta la primera de las administraciones. “Aunque el año pasado dimos un Segundo Premio, estamos muy ilusionados”, explica Laura Pastor, del segundo establecimiento.

El Segundo Premio también se acerca hasta Plaza Elíptica

La Administración del intercambiador de transportes vendió por máquina parte del 51.244 ● Uno de los quintos sonrió al barrio de Guindaler

FRANCISCO QUIRÓS

La alegría que supuso el número 51.244, agraciado con el segundo premio, no ha sido exclusiva de la localidad de Arganda del Rey. En total han sido 35 las provincias que, en mayor o menor medida, han

saboreado algo, incluyendo, como era de esperar, a la capital, haciendo bueno el concepto de ‘repartido’.

Sin embargo, en esta ocasión la suerte ha corrido a cargo de la Administración ubicada en el intercambia-

dor de Plaza Elíptica, cuya dueña, Laura Luján, aseguraba estar “muy contenta”, aunque lamentaba que, al tratarse de ventas por máquina y no a través de la taquilla, no conocía exactamente cuánto dinero había repartido.

Más ilusiones

También en el área metropolitana de Madrid, pero en este

caso en el barrio de Guindalera (distrito de Salamanca) se vivió con emoción la mañana del día 22. Unos 200 décimos del 3.278, número agraciado con uno de los quintos premios, se vendieron en la Administración de Alonso Heredia, 2, regentada por Carlos Pellón. “Decían que era un número feo, por bajito, pero a los clientes habituales, ya sean hombres o mujeres, siempre les digo lo mismo: que con la lotería de Navidad, como en el amor, muchas veces las apariencias engañan”, destacaba con humor.



Administración de la calle Alonso Heredia C. MARTÍNEZ/GENTE

El 'Gordo' premia a Madrid con 9,2 millones de euros

Doña Manolita volvió a dar suerte ● La diosa fortuna se acordó de Torrejón de Ardoz y del distrito de Carabanchel

F. QUIRÓS / M. HERNÁNDEZ
@franciscoquiros/@miguelher73

El 'Gordo' del Sorteo Extraordinario de Navidad de la Lotería Nacional, el 71.198, no se olvidó de la Comunidad de Madrid y premió la predilección de los madrileños por esta tradicional cita navideña con 9,2 millones de euros. Tres administraciones de la región se repartieron el protagonismo, dos en la capital y una en Torrejón de Ardoz.

Que toque la lotería en Doña Manolita (calle del Carmen, 22) es un clásico y en 2017 no podía faltar a su cita con la suerte. Si bien en esta ocasión solo repartió un pellizco en forma de 800.000 euros, al vender dos décimos del número agraciado. A esta cantidad hay que añadir otros 2,7 millones correspondientes a dos billetes del Segundo Premio, el 51.244, y décimos del 58.808, del 3.278, del 580, del 5.431 y 22.253, respectivamente, cinco de los ocho quintos premios. "Es el dueño de Doña Manolita, que siempre está por aquí", dice la gerente de la administración, Concha Coronas. Uno de los afortunados con el 51.244 acudió hasta sus dependencias donde aseguró que el dinero iría en parte para sus hijos, que "no tienen trabajo fijo".

Un sueño real

Otra parada habitual de la diosa fortuna es la administración de San Delfín, 8, en el entorno de la carabanchelera calle de Antonio López, que vendió también una serie del 'Gordo', equivalente a cuatro millones de euros.

Su dueña destacó este viernes que lleva regentando este negocio tres décadas, por lo que no son primerizos en esta cuestión. "En años anteriores dimos un quinto premio de Navidad, pero la verdad es que solemos prodigarnos más con los sorteos habituales de los sábados", valoraba. Sin embargo, esto no significa que no sientan gran emo-

ción por el hecho de haber repartido una parte del Primer Premio, aunque sólo haya sido una serie que se ha entregado "décimo a décimo".

"Claro que se siente mucha alegría", aseguraba antes de destacar una de las numerosas anécdotas que se esconden detrás de cada venta: "En la tarde anterior al sorteo vino una pareja hasta aquí a comprar un décimo. Me dijeron que habían buscado por Internet la ubicación, tras haber soñado que iba a tocar aquí el 'Gordo'. Y acertaron".

Corredor de la suerte

Sin embargo, Julio García, lotero del quiosco número 3 del centro comercial Parque

"EL DUENDE DE DOÑA MANOLITA SIEMPRE ESTÁ AQUÍ", DIJO SU RESPONSABLE

EN SAN DELFÍN UNA PAREJA HABÍA SOÑADO QUE IBA A TOCAR ALLÍ EL PREMIO

EL QUIOSCO TORREJONERO DE LOTERÍA REPARTIÓ 4,4 MILLONES

Corredor de Torrejón de Ardoz no está nada familiarizado con ser protagonista en estas fechas tan señaladas. En total repartió por ventanilla 10 décimos del 71.198 y uno más de forma telemática que han supuesto para los compradores un total de 4,4 millones de euros.

"Este es el primer premio importante que la administración entrega en Navidad", comentó García, alborozado. Al respecto, dice que la persona que compró el décimo por la página web todavía no ha-

bía ido a recogerlo. Aseguró que cuando lo haga la felicitará y le dará un "abrazo".

"Con este dinero se va a poder comprar un coche o una casa, estamos encantados de haber entregado tanto dinero. Estoy muy emocionado", reconoció.



Las responsables de la administración de la calle de San Delfín ALBA RODRÍGUEZ/GENTE

Si aún no has viajado gratis con Renfe va a ser por nuestra culpa.

VIAJA GRATIS

con la tarjeta **+Renfe.**

La tarjeta de fidelización que te da tanto, que si no la tienes es que **te lo teníamos que haber dicho más a lo grande.**

Viaja gratis solo por viajar



Solicítala en: renfe.com



renfe

El Norte y la Sierra vuelven a llevarse un pellizco

B. MÉNDEZ / T. GONZÁLEZ

Las localidades del Norte y de la Sierra de la región han vuelto a conseguir algunos de los premios del Sorteo de Navidad. Así, la más agraciada ha sido Collado Villalba, que vendió parte del segundo premio correspondiente al número 51.244, dotado con 125.000 euros al décimo. Dado que las compras se realizaron por máquina se desconoce la cuantía exacta, pero sí se sabe que fue vendido en un servicio mixto de lavandería y lotería de la localidad. Su dueña, Lucía, explica que el comercio lleva abierto desde al año 2005. "Repartir un segundo premio es una pasada, una alegría y un premio para muchos de los trabajadores de la zona y gente de los pueblos de al lado de Villalba", subrayó.

Pozuelo de Alarcón también tuvo su parte del pastel con el reparto del quinto premio que recayó en el 58.808, vendido de forma telemática en el Centro Comercial Hipercor. Torrelodones vivió la misma situación con otro quinto, el 18.065.

Menos suerte

Aunque con menos dinero, los municipios de Alcobendas y San Sebastián de los Reyes pueden decir que la suerte no pasó de largo. En Alcobendas se vendieron boletos de un quinto premio, el número 22.253. En Sanse se repartió el mismo número aunque sólo un boleto por máquina en el Centro Comercial Plaza Norte 2.



Administración de Plaza de la Estación M. B. / GENTE

Fuenlabrada y el nombre premonitorio de una administración

La Diosa Fortuna, del CC Plaza de la Estación vendió uno de los quintos premios • Leganés, Parla y Valdemoro también fueron agraciados

MARCOS BAILE

Fuenlabrada se ha convertido en la ciudad del Sur de Madrid más agraciada en el Sorteo Extraordinario de Lotería de Navidad. Dos quintos premios han caído en el municipio, repartidos en tres administraciones.

El primero de ellos, el 58.808 fue cantado a las 9:43 horas en el cuarto alambre de la segunda tabla. Dotado con 60.000 euros a la serie, las administraciones de las calles Méjico y Zamora eran las encargadas de repartirlo en la ciudad. A las 12:30 horas se daba a conocer el segundo número premiado en la ciudad. Se trataba del 22.253, uno de los quintos premios más repartidos del sorteo. La administración La Diosa For-

tuna, en el CC Plaza de la Estación de Fuenlabrada era la encargada de repartirlo.

Este quinto premio también hará las navidades más alegres en varios municipios del Sur. Además de Fuenlabrada, las administraciones del CC Parquesur de Leganés; y de las calles Leganés de Parla y Libertad de Valdemoro también lo vendieron.

Sin determinar

El Sorteo Extraordinario de Navidad ha dejado en el Sur de la región dos premios muy repartidos. La venta a través de terminal, en lugar de ventanilla, ha sido la causante de que hasta la fecha haya sido imposible conocer el número exacto de boletos que se han vendido.

El número 6.914 reparte 10 millones en Ciudad Lineal

La Administración 73 vende, por primera vez, un premio importante del Sorteo de Navidad

MIGUEL HERNÁNDEZ

@miguelher73

La Administración de Lotería número 73, situada en el número 323 de la calle de Alcalá, "forma parte del paisaje de Ciudad Lineal", como dice su responsable, José Albert. Pero nunca antes, desde que la abriera su bisabuela, tuvo el privilegio de repartir un premio importante del Sorteo Extraordinario de la Lotería de Navidad, hasta este viernes 22 de diciembre. Por ventanilla, Albert ha vendido 200 décimos del 6.914, agraciado con el tercer premio, que ha permitido repartir la nada despreciable cantidad de 10 millones de euros "entre gente del barrio de Quintana", según el lotero.

"Es una alegría muy grande entregar este premio. Es muy difícil dar uno de este tipo, son muchos números y muchos despachos. A pesar de ser una administración pequeña, también tiene la posibilidad de otorgar grandes premios", recalca, alborozado, el responsable.

Anécdotas

Albert recuerda que un vecino de Torrepacheco (Murcia) le encargó dos décimos del 6.914 porque "es la fecha de



Albert celebra con champán la venta del 'tercero' A. RODRÍGUEZ

CADA UNO DE LOS 200 DÉCIMOS PREMIADOS RECIBIRÁ 50.000 EUROS

EL DINERO ESTÁ REPARTIDO ENTRE LOS VECINOS DEL BARRIO DE QUINTANA

nacimiento de su segundo hijo". "Me alegro muchísimo por él, es una noticia fantástica para nosotros repartir tanta alegría", dijo, tras explicar que en principio la idea de este vecino era comprar uno y que finalmente se llevó dos.

Algunos de los premiados ya se habían acercado a esta administración. Entre ellos estaba Antonio Marcos, que trabaja en un hospital y tiene tres hijos y que asegura que el dinero lo utilizará para "pagar deudas y ayudar a la familia". Antonio Marcos compró dos décimos premiados con el tercer premio.

Una niña cantora protagoniza la jornada

El sorteo reparte 70 millones más que la pasada edición • Los premios inferiores a 2.500 euros se cobran en las administraciones

GENTE

En el ecuador del Sorteo de Navidad, la quinta tabla sorprendió con un quinto premio de solo tres cifras, el 508, pero será recordada sobre todo por descubrir a Aya Ben, la niña de San Ildefonso que

entonaba de forma particular y especialmente cantarina el clásico "mil euros" de la pедrea.

Ella ha sido, sin duda, una de las protagonistas de un Sorteo Extraordinario, caracterizado por repartir más pre-

mios que el año pasado, 2.380 millones de euros, lo que supone 70 más que el anterior (2.310 millones).

Cómo cobrar el premio

Los agraciados podrán cobrar sus ganancias durante tres meses a partir del día siguiente a su celebración, es decir, hasta el próximo 22 de marzo de 2018.

En este sentido, fuentes de la Sociedad Estatal de Loterías y Apuestas del Estado (SELAE) indicaron que, "por obvio que parezca, es imprescindible" llevar el décimo o



Aya Ben sorprendió con su manera de cantar los mil euros

resguardo premiado para poder cobrar.

Si la cantidad es inferior a 2.500 euros, habrá que acudir a cualquiera de los 11.000 puntos de venta de la red comercial de Loterías, mientras que si es superior a esos 2.500 habrá que dirigirse a una de las entidades financieras autorizadas por SELAE, como Bankia, BBVA, Caixa Bank, Banco Popular, Abanca Corporación Bancaria o Ibercaja Banco, Banco Mare Nostrum, Unicaja Banco, Banco Ceiss, Kutxabank y BBK Caja Sur, entre otros.



Cashmere el regalo perfecto

Cientos de opciones y colores para que aciertes seguro.

Para él: Jerséis 99,95 €

Para ella: Jerséis 79,99 €. Accesorios desde 19,99 €

Nos gusta la
Navidad

TUS COMPRAS EN
tienda | web | móvil

El Corte Inglés

EL CORTÉ INGLÉS S.A. C/ Mercedes 112, 28009 Madrid

EL MENÚ NAVIDEÑO, SOLO CON PRODUCTOS DE MADRID

El chef ejecutivo del hotel The Westin Palace de la capital, José Luque, ha preparado una propuesta en la que todos los platos contienen alimentos de la Comunidad • Esta acción forma parte de la iniciativa 'Madrid: origen y destino' del periódico GENTE y el blog COSECHANDO MADRID • Las verduras de San Martín de La Vega o el cabrito asado de Guadarrama han sido los protagonistas de este menú tan especial

TEXTO DE MAMEN CRESPO COLLADA (@mamenrespo) | FOTOS DE CHEMA MARTÍNEZ

Que en la Comunidad de Madrid campo y ciudad pueden ir de la mano es una realidad. Hasta tal punto que, junto al hotel The Westin Palace, situado en el centro de la capital, hemos preparado un menú navideño en el que solo hay productos de la región. Y es que es posible comer y cenar en estos días festivos con alimentos que vienen del campo madrileño. ¿Os animáis?

El chef ejecutivo de The Westin Palace, José Luque, preparó el pasado 19 de diciembre un menú con los alimentos que algunos de los principales agricultores y ganaderos de la Comunidad le hicieron llegar. Lo hizo en el marco de la primera edición de 'Madrid: origen y

EL APERITIVO



Ibéricos: Al igual que hicimos nosotros podréis comenzar vuestra celebración con ibéricos madrileños. Se comercializan como JP MARABOTTO.



Quesos: Tampoco puede faltar en el aperitivo una tabla de quesos. Estos son de Alimentos de Miraflores, tanto de cabra como de oveja.



Anchoas: Pueden ser también un plato perfecto para compartir el aperitivo. Estas son de Conservas Sanz, que las elabora artesanalmente en Madrid.



19 de diciembre de 2017

Madrid: Origen y Destino

Cóctel de bienvenida
Jamón, lomo, salchichón y chorizo ibérico
IBÉRICOS JP MARABOTTO, Manzanares El Real - Becerril de la Sierra

Quesos
ALIMENTOS DE MIRAFLORES, Miraflores de la Sierra

Anchoas
CONSERVAS SANZ, Arganda del Rey

.....

Muselina de coliflor y cous-cous de brócoli
EL HUERTECITO, San Martín de la Vega

Repollo aliñado con conejo en escabeche de cítricos, aceitunas de Campo Real y garbanzos fritos
Repollo de EL HUERTECITO, San Martín de la Vega
Conejo de FRESNO DE TOROTE y Garbanzos de DAGANZO

Cabrito asado, ensalada de lechuga, tomate y cebolleta
Cabrito de la ASOCIACIÓN DE CRIADORES DE CABRA DE RAZA GUADARRAMEÑA, Villamantilla
Verduras de EL HUERTECITO, San Martín de la Vega

Pestife
Infusión de fresas con sorbete de limón verde
Fresas de FINCA MONJARAMA, San Sebastián de los Reyes

Bebidas
Vinos blanco, rosado y tinto
ALMA DE VALDEGUERRA, de Vinos y Aceites LAGUNA, Villacanejos

Vermuts rojo y blanco
ZARRO, Fuenlabrada

El chef ejecutivo de The Westin Palace, José Luque, ha diseñado y elaborado este menú de Navidad que solo incluye productos de la Comunidad de Madrid, para la edición de 'Madrid: Origen y Destino', organizada por el periódico GENTE y el blog COSECHANDO MADRID.

Gente **THE WESTIN PALACE MADRID** *Cosechando Madrid*

EL VERMUT DE MADRID



destino, una acción del periódico GENTE y del blog COSECHANDO MADRID, que tiene el fin de fomentar el consumo de nuestros productos.

Embutido, queso y anchoas

Para comenzar, el chef apostó por los embutidos ibéricos de JP MARABOTTO, empresa que cría cerdos cien por cien ibéricos en la finca Las Tejoneras, situada en los términos municipales de Manzanares El Real y Becerril de la Sierra. Su jamón, lomo, chorizo y salchichón fueron un comienzo perfecto para un almuerzo en el que los quesos de la marca Alimentos de Miraflores de la Sierra, tanto de oveja como de cabra, encandilaron a todos los presentes por su increíble sabor, al igual que las anchoas de Conservas Sanz, que vienen de Canta-

El postre, también madrileño

Como en todo menú navideño que se precie, no faltó el postre. Las protagonistas indiscutibles fueron las fresas ecológicas de Finca Monjarama, que se cosechan en el municipio de San Sebastián de los Reyes

bria, pero que se elaboran artesanalmente en Arganda del Rey.

Las verduras de El Huertecito, de San Martín de La Vega, se convirtieron en las protagonistas del menú. Coliflor y brócoli fueron la apuesta de Luque para el primer plato, y el repollo acompañó al conejo de Fresno de Torote en un segundo, en el que también estuvieron presentes los garbanzos de Daganzo y las aceitunas de Campo Real.

El menú se cerró con el cabrito de la Sierra de Guadarrama, en concreto de Villamantilla, que nos impactó por su sabor y ternura.



Puedes ver las fotos del evento en el blog **Cosechando Madrid**

PLATOS PRINCIPALES



Muselina: Una crema para comenzar el menú es un acierto seguro. En concreto, tomamos una muselina de coliflor y cous-cous de brócoli.



Conejo, repollo y garbanzos: Fue el plato que más triunfó. Y es que no nos pudo gustar más el conejo escabechado recién llegado desde Fresno de Torote.



Cabrito: Es uno de los alimentos por excelencia en Navidad. Ahora no habrá excusas para que su origen sea Madrid. Asado, no puede estar más rico.



Los mejores invitados: De izquierda a derecha, sentados, **José Luis Pinto** (JP MARABOTTO), **Hugo Vela** (Finca Monjarama), **Mamen Crespo** (GENTE), **Teresa Niño** (secretaria de la Cámara Agraria de Madrid), **Fernando Ibáñez** (GENTE), **Paloma Díez de Tejada** (veterinaria de la Asociación de criadores de Cabra de raza guadarrameña), **Carlos Muñecas** (Vermut Zarro) y **Liliana Pellicer** (GENTE). De izquierda a derecha, de pie, **Emilio y José Retuerta** (El Huertecito), **Jesús Sanz** (Conservas Sanz), **José Luque** (chef ejecutivo de 'The Westin Palace'), **Víctor Manuel Núñez** (ganadero de Villamantilla) y **Juan Antonio Martín del Pozo** (presidente de la Asociación de criadores de raza guadarrameña).

VINOS CON DO PARA REGAR LOS PLATOS

Alma de Valdeguerra: Tinto, blanco o rosado. Los vinos de BODEGAS LAGUNA nos encantan. Recién llegados de Villaconejos.



Para comenzar: Blanco o rojo. Los dos vermouths de Zarro están buenisimos. Se elaboran en Fuenlabrada.

POSTRE



Ecológicas: Estas fresas de San Sebastián de los Reyes le sirvieron al chef para hacer una infusión que encantó a todos los comensales que se dieron cita en el hotel.



Varios: Al árbol reciclado, se suma la oferta de lectura navideña de las bibliotecas, los espectáculos teatrales y también la Pista de Hielo (activa hasta el 14 de enero) y la Feria Infantil, ambas con diversas atracciones a 1 euro que están situadas en los alrededores de la estación de Getafe Central.

Getafe promueve entre los vecinos una Navidad solidaria

La iniciativa convierte el vidrio en donaciones a la Cruz Roja, canalizador de estas ayudas para las familias en riesgo de exclusión social ● Habrá talleres y títeres para los más pequeños

FIESTAS

C.A
getafe@genteenmadrid.com

Getafe ha conseguido unir el reciclaje, el cuidado del medio ambiente y la solidaridad propios de estas fechas en una única acción, que estará activa hasta el 11 de enero. Se trata de una campaña de recogida de vidrio con el doble objetivo de fomentar la recuperación de este mate-

rial y donar a su vez a Cruz Roja el dinero equivalente al ahorro de energía y agua alcanzado con el reciclaje. Lo que se recaude se destinará a cubrir las necesidades básicas de las familias en riesgo de exclusión social de la ciudad. Apelando a la generosidad de los vecinos, el objetivo es alcanzar las 165 toneladas. Como símbolo de esta iniciativa han colocado un árbol de Navidad (de 7 metros y 2.000 kilos) junto al Teatro Federico García Lorca que está elaborado exclusiva-



Trenecito de Navidad: Se trata de una actividad muy popular entre los vecinos que vuelve a la Plaza del Ayuntamiento, y, por primera vez, también se acercará hasta los barrios de El Bercial, Los Molinos, Buenavista y Perales del Río.

mente con envases de vidrio. También hay tiempo para el ocio. Mientras esperan la llegada de las primeras 'preuvas' infantiles (30 de diciembre, 12:30 horas, Plaza del Ayuntamiento), el Espacio Mercado acogerá la exposición y las dos pistas de Scalextric decoradas y ambientadas de Navidad, así como actividades y talleres infantiles, el circuito de aventura y el pinta caras. Será del 26 y al 29 de diciembre.

Asimismo, los menores podrán disfrutar de la programación 'Cuentos de Navidad' en el Teatro Federico García Lorca. Los primeros espectáculos serán 'Golulá' (23 diciembre), y 'Los piratas' (26 diciembre).

Seguridad

Enmarcado dentro del periodo vacacional, la Policía Local ha puesto en marcha una extensa campaña de seguridad cuyas acciones se centran en varios ejes principales. Entre ellos destaca el refuerzo de la presencia de agentes en zonas de concentración de

personas y establecimientos comerciales; el control del etiquetado y del cumplimiento de la normativa en materia de pirotecnia, juguetes y elementos de regalo; y también para la prevención del consumo de alcohol y drogas previos a la conducción de vehículos. En el ámbito religioso, el obispo diocesano Joaquín

EL 30 DE DICIEMBRE SE CELEBRARÁN LAS 'PREUVAS' INFANTILES

María López de Andújar presidirá las celebraciones navideñas más renombradas de la Catedral Santa María Magdalena.

El 25 de diciembre a medianoche tendrá lugar la Misa del Gallo, y unas horas más tarde (12:30 horas) la de Navidad. Finalmente, el culto de Año Nuevo será a las 12:30 horas, al igual que la Epifanía del Señor (6 enero).



Salones President

Gran Gala de Nochevieja 2017

50€

COTILLÓN
 Barra Libre 1^{er} Marcas
 Cotillón de Lujo
 Reserva de Mesa
 Aforo Limitado
 Ropero
 Chocolate
 con Churros

Gran Cotillón:
 COTILLÓN DE LUJO, baile con DISCOTECA, Barra Libre Promesas Marcas, La madrugada y para terminar CHOCOLATAMA CON CHURROS.

Reserve su mesa
 VENTA DE ENTRADAS ANTICIPADAS
 SALONES PRESIDENT Y BINGO ESTORIL
INFO: 91 617 54 11

PREMIERE
 ULTRA PREMIUM NIGHTS



NOCHEVIEJA 2017
 DOMINGO 31.12.17

ENTRADAS ANTICIPADAS:
 1 COPA: 15€
 3 COPAS 30€

VENTA ENTRADAS ANTICIPADAS
 SALONES PRESIDENT,
 BINGO ESTORIL Y
 DISCOTECAS

DOMINGO 31 DE DICIEMBRE 2017



Single Love
GALA FIN DE AÑO

VENTA ANTICIPADA:
 CHICAS 2X20€ - CHICOS 2X25€
 EN PUERTA 1 X 20€

AV ALCALDE DE MÓSTOLES 2 MÓSTOLES
WWW.SINGLELOVE.ES - 675.057.106

DOMINGO 31 DICIEMBRE

NOCHEVIEJA 2017

BARRA LIBRE 40€
 HASTA EL 30 DE DICIEMBRE



COMERCIAL LA HABANA
 MUSICA COMERCIAL

ORIGAMI WHITE

2 SALAS
 2 AMBIENTES
 2 TIPOS DE MÚSICA

tonde
gloss
 MÓSTOLES

REGGAETON · TRAP · FUNKY...

VENTA DE ENTRADAS:
 BINGO ESTORIL:
 TODOS LOS DIAS DE 15:00H A 23:00H

+ INFO: 91.617.54.11
 (DE 8:00H A 20:00H DE LUNES A VIERNES)

SALA COMERCIAL LA HABANA
 AV ALCALDE DE MÓSTOLES 2

SALA GLOSS MÓSTOLES:
 C. FRANCISCO JAVIER SAUQUILLO 2

FÚTBOL | PRIMERA DIVISIÓN

Aguinaldo o carbón

El Real Madrid quiere cerrar un año 2017 mágico con un triunfo en el 'Clásico' ● Por su parte, el Barcelona, que ha ganado en 4 de sus últimas 6 visitas al Bernabéu, tiene la posibilidad de dejar a una distancia considerable a su eterno rival: 14 puntos



Sin pasillo: El Barça confirmó que no recibirá así al Real Madrid, tras la conquista del Mundial de Clubes de la FIFA por parte de los blancos

23/12 | 13:00H.

 RMD | 4º | 31PT.

 FCB | 1º | 42PT.

FRANCISCO QUIRÓS
francisco@gentedigital.es

Dos días antes de la Navidad los aficionados al fútbol ya tendrán su primer regalo en forma de 'Clásico'. El Real Madrid y el Barcelona disputan este sábado 23 el partido más destacado de la jornada 17, la última que se celebra antes del parón propio de estas fechas, un enfrentamiento de la máxima rivalidad que llega cargado de ciertas peculiaridades. La primera de ellas es el horario elegido, ya que el silbato de Sánchez Martínez definirá el saque inicial a las 13 horas.

La otra nota llamativa es que estadísticamente 2017 ha sido, posiblemente, el año más grande de la historia del Real Madrid lo que, sin embargo, no le otorga el papel de favorito de cara a este partido. La plantilla de Zinedine Zidane ha levantado cinco títulos (Liga, Champions, Mundial de Clubes y Supercopa de Europa y de España), pero llega a este 'Clásico' con una desventaja de 11 puntos respecto al Barcelona, aunque, eso sí, cuenta con un partido menos, el que disputará el 20 o el 21 de febrero en Leganés.

Metamorfosis

Que la balanza caiga de un lado o del otro dependerá de muchos factores, pero lo que sí es cierto es que las tornas han cambiado respecto al mes de agosto, cuando ambos conjuntos se vieron las caras en la

EL RETROVISOR

Más distancia de lo habitual en estas fechas

Para encontrar un 'Clásico' con una situación similar respecto a la clasificación hay que remontarse hasta la temporada 2008-2009. El Real Madrid, con Juande Ramos relevando en el cargo a Bernd Schuster, tenía 9 puntos de desventaja respecto al Barça de Guardiola. En medio de una gran crisis deportiva e institucional, el conjunto blanco apenas pudo plantar cara a los azulgranas, quienes acabaron llevándose la victoria por 2-0, gracias a los goles de Samuel Eto'o y Messi.



Supercopa de España. El título acabó en las vitrinas del Bernabéu, pero lo que más preocupó al otro lado del puente aéreo fue la imagen de clara inferioridad mostrada por un equipo que el curso pasado se tuvo que conformar con la Copa y que, además, había perdido a una de sus estrellas: Neymar.

En esos momentos pocos vaticinarían que apenas cuatro meses después esa misma plantilla se plantaría en el mismo escenario con una ventaja tan sustancial de puntos. De hecho, si el Barça sumase los 9 puntos en juego que le quedan en esta primera vuelta batiría un nuevo

SI CONTINÚA CON ESTE PROMEDIO, EL BARÇA PUEDE BATIR RÉCORDS DE PUNTOS

récord con 51 unidades, amenazando otra marca, la del Madrid de Mourinho y el Barça de Tito Vilanova, ambos campeones en 2012 y 2013 con 100 puntos en sus casilleros. Donde también se presenta un tanto desigualado este 'Clásico' es en el parte de bajas. Valverde tendrá que dejar fuera de la convocatoria de forma forzosa a Umtiti, Paco Alcácer o Gerard Deulofeu, mientras, Zidane contará con el plantel al completo para intentar mejorar la estadística de los últimos años ante el

Barça: cuatro triunfos visitantes en Liga en las seis campañas anteriores.

FÚTBOL | POLÉMICAS

Una semana en la que el balón no fue protagonista

La comparecencia ante los medios de Ángel María Villar y la denuncia del Atlético al Barça por el 'caso Griezmann' roban interés al 'Clásico'

En los días previos a un Madrid-Barça parece complicado encontrar una tertulia futbolística en la que no se aborde el 'Clásico'. Sin embargo, esta semana ha sido un tanto atípica, especial-

mente por dos casos relacionados con el mundo del fútbol, pero que no tienen demasiado que ver con lo que sucede sobre el terreno de juego.

Para empezar, el lunes Ángel María Villar com-

pareció ante los medios de comunicación para defender su inocencia en la 'operación Soule', al mismo tiempo que arremetía contra el Gobierno de España: "Si la selección se queda fuera del Mundial, será el responsable", aseguró. Además, Villar lanzó otro dardo envenenado: "Detrás de esto está el exsecretario de Estado para el Deporte Miguel Cardenal, que me denunció ante la Fiscalía Anticorrupción; y el exsecretario general de la RFEF (Jorge Pérez), que un año después de la de-



Ángel María Villar

nuncia de Cardenal hizo una denuncia ante la Fiscalía Anticorrupción, en periodo electoral, con intereses para desprestigiarlo para ser candidato"

Más conflictos

Apenas 24 horas después de esta comparecencia, otro asunto legal copaba la actualidad futbolística. El Atlético de Madrid decidía denunciar ante la FIFA al FC Barcelona por lo que el club que preside Enrique Cerezo consideraba "contactos reiterados" con Antoine Griezmann.



Hasta 10 millones de españoles afectados:

**¿Estreñimiento?
¿Diarrea? ¿Hinchazón?
¿Dolor abdominal?**

¿Sufre de forma reiterada de estreñimiento, diarrea, hinchazón o dolor abdominal? ¡No es el único, ni mucho menos! En muchos casos la causa es el colon irritable. La buena noticia es que por fin un eficaz tratamiento está disponible en España: ¡Kijimea Colon Irritable!

La causa podría ser una barrera intestinal dañada

Los problemas intestinales recurrentes han sido un misterio durante mucho tiempo. La búsqueda de una posible causa les ha llevado muchos años a los científicos hasta que han descubierto al culpable: una enfermedad crónica del colon denominada colon irritable. Pero eso no es todo: hoy en día, los expertos están cada vez más convencidos de que el colon irritable puede ser causado por microlesiones en la barrera intestinal. A través de estas, las toxinas y agentes patógenos pueden entrar en la pared intestinal y dar origen a los síntomas típicos.

Fantásticas noticias para los afectados

Gracias a un descubrimiento llevado a cabo por un grupo de científicos, ahora es posible tratar los síntomas del colon irritable de forma efectiva. ¿Cómo? Con una bifidobacteria exclusiva a nivel mundial (B. bifidum MIMBb75), presente úni-

camente en Kijimea Colon Irritable. ¿Qué la hace especial? Esta cepa bacteriana se adhiere directamente a la pared intestinal formando una capa protectora. Nuestros expertos lo denominan como el "efecto parche".

Notables resultados

Los beneficios de Kijimea Colon Irritable se han puesto a prueba en un ensayo clínico ¡con notables resultados! Durante el estudio, los síntomas del colon irritable no solo mejoraron considerablemente gracias a Kijimea Colon Irritable, sino que también en algunos casos desaparecieron. Además, la bifidobacteria presente en Kijimea Colon Irritable ha demostrado simultáneamente un aumento en la calidad de vida de los pacientes. Para todo el mundo que padece de colon irritable: este producto puede ayudarle a facilitarle su día a día.

Por fin disponible en España

Ahora, Kijimea Colon Irritable está disponible para

millones de españoles afectados. No necesita receta médica y no se han documentado efectos secundarios. ¡Pídalo ahora a su farmacéutico u online!



NOTA:

Kijimea Colon Irritable es un producto sanitario nuevo en el mercado español y puede obtenerse en farmacias. En caso de que no esté disponible, su farmacia puede obtener Kijimea Colon Irritable rápidamente para usted.

Para su farmacia:
Kijimea Colon Irritable
(CN-183853.7)

Kijimea Colon Irritable cumple con la normativa vigente sobre los productos sanitarios. Se requiere un primer diagnóstico médico del colon irritable. CPSP17088CAT

**El pavo es el rey:**

Se trata de una buena opción de carne con bajo contenido en grasas.

**Menos embutidos:**

Es preferible evitar este tipo de aperitivos.

**Dulces típicos:**

No debemos caer en la peor de las tentaciones.

Ocho consejos para no coger peso en Navidad

Llegan los días con más compromisos sociales del año y, con ellos, los grandes **excesos en comida y bebida**, algo que puede pasarnos factura a la hora de **acumular grasas**. Un experto en nutrición nos hace **unas recomendaciones** para evitar que las fiestas nos hagan engordar más de la cuenta

TEXTO: Paz Olivares (@paz21olivares)

L

a Navidad es la época del año en la que más excesos se producen, tanto al comer como al beber, ya que el número de compromisos sociales aumenta de forma exponencial. Y es que, según el Dr. Rafael Gómez y Blasco, nuestro peso durante estas fechas puede llegar a aumentar hasta 4 kilos, algo que afecta directamente a nuestra salud, pudiendo producirnos un incremento de la tensión arterial o causándonos intoxicaciones alimentarias. Este especialista nos da ocho consejos para pasar unas fiestas saludables.

No saltarse ninguna comida:

1. Saltarse comidas a lo largo del día puede provocar que lleguemos a la siguiente con mayor ansiedad y devoremos más cantidad de calorías para satisfacer la necesidad de nuestro organismo. Por eso, debe-

mos realizar nuestras cinco comidas diarias, pero siempre en raciones moderadas, es decir, como hacemos normalmente.

Ojo con los aperitivos:

2. Hemos de intentar evitarlos, aunque al final comamos más del plato principal, pues son los alimentos que, generalmente, cuentan con más grasa en su composición.

Comer con calma:

3. Se deben masticar bien los alimentos para facilitar la digestión y aumentar la saciedad. Cuando comemos deprisa, las hormonas implicadas en





Fruta natural:
A la hora del postre, la piña natural es ideal para terminar las comidas.



Hierbas aromáticas:
Las usamos en lugar de salsas y aderezos.



El consumo de alcohol, siempre con precaución

Con las celebraciones navideñas, el champán y las copas son los otros protagonistas de las comidas y cenas, pues brindar en esta época es una tradición. Lo que ocurre es que debemos consumirlo con cuidado, ya que el alcohol nos aporta una gran cantidad de calorías vacías, pues carece de nutrientes, algo que nos hace engordar.

esta sensación no se liberan a tiempo, provocando así que ingiramos mayor cantidad de comida para llenarnos.

Cuidado con la salsa:

4: Algunas salsas presentan un elevado contenido calórico, especialmente las preparadas industrialmente. Normalmente las solemos añadir a nuestras recetas y las consumimos sin apenas darnos cuenta, potenciando así el valor energético de la comida. Es decir, algunas salsas y aderezos pueden llegar a ser igual de calóricos que un plato principal. Recomendamos sustituirlos por especias y hierbas aromáticas para potenciar el sabor.

Plato principal sano:

5: Son preferibles las carnes magras, tales como pavo, pollo y pescados, ya sean azules o blancos, evitando en los platos principales los fritos, rebozados, alimentos precocinados y procesados. Es mejor acompañarlos de una ración de verduras, ya que nos aportan pocas calorías, alto contenido en vitaminas y minerales y podemos consumir más cantidad de ellas.

Atención a los dulces:

6: No deberíamos tener a la vista la bandeja de dulces típicos navideños, como los turrones, polvorones o mazapanes para evitar tentaciones. ¿Por qué? Su absorción es muy rápida y provoca hiperglucemias y gasto de insulina.

Y de postre, fruta:

7: A la hora de preparar el postre, el Dr. Gómez y Blasco nos recomienda tomar fruta natural o en su jugo, pero, eso sí, evitando comerla en almíbar.

Beber mucha agua:

8: Es cierto que deberíamos seguir este consejo durante todo el año, pero aún más en Navidad. Este experto en nutrición nos recomienda beber, como mínimo, 2 litros de agua al día para depurar el organismo. ●

Después de las fiestas...
HEPAgreen
confort hepático

Ha llegado el momento de retomar nuestro día a día, de **volver a la normalidad pero hemos de hacerlo de la forma más enérgica y positiva posible**. Nuestro ritmo de vida no permite recesos.
Pero en ocasiones volvemos más cansados del periodo vacacional y es que los **excesos pasan factura** al final de las fiestas navideñas.
Desde Laboratorios **Ynsadiet**, y su marca exclusiva **Phytogreen** para **La Ventana Natural**, te recomendamos, para afrontar la cuesta de enero de tu cuerpo, una buena **detoxificación y depuración, para dedicar un especial cuidado a nuestro hígado**.

El hígado actúa como filtro por excelencia de lo que ingerimos, y con los excesos se acumulan toxinas que, en ocasiones, provocan que nos encontremos más cansados haciéndonos más cuesta arriba el día a día.
Hepagreen es un producto a base de **Rábano negro, Alcachofa y Colina** que nos ayuda a limpiar nuestro hígado, a detoxificarlo, a mejorar su rendimiento y a evitar su saturación

contribuyendo al bienestar general. Además su contenido en Alcachofa facilita la producción de enzimas digestivas que facilitan las digestiones y la Colina contribuye a un correcto metabolismo lipídico.
Ingredientes que hacen a este producto ser un referente en el mercado tanto por su formulación como por la calidad de sus materias primas.

Disfruta del nuevo año con Hepagreen

Un producto de:
Ynsadiet
www.ynsadiet.com

LA VENTANA NATURAL

Getafe: Madrid, 81 - Telf.: 91 296 62 13

TENDENCIAS | DECORACIÓN

Viste tu mesa de fiesta

La Navidad es tiempo de reuniones de familia y amigos y la decoración es la gran protagonista ● Este año, el color azul petróleo y la combinación de metalizados vienen pisando fuerte

PAZ OLIVARES
@paz21olivares

Nochebuena, Navidad, Nochevieja, Año Nuevo y Reyes son los días clave para las reuniones de familia y amigos. Y siempre en torno a una

mesa, que, en estas fiestas, se convierte en la protagonista derrochando glamour y estilo. En Zara Home nos desvelan las claves para decorarla de forma especial porque no toda la magia está en el árbol de Navidad, sino que ahora la vajilla, los cubiertos y demás utensilios derrocharán un ambiente de lo más brillante a la hora de comer o cenar.

Como ocurre con la moda, las tendencias en decoración también cambian por temporadas. Así que, si siempre

AHORA LA MAGIA
NO SOLO ESTÁ EN
EL ÁRBOL, SINO
QUE TAMBIÉN SE
SIENTA A LA MESA

ESTA TEMPORADA
EL AZUL ES EL
PROTAGONISTA
DE LA
DECORACIÓN

habíamos sido testigos de preciosos escaparates repletos de colores rojos y dorados, este año lo que se lleva son las tonalidades más frías. El azul petróleo es el rey estos días, combinándolo siempre con toques plateados y dorados, de forma que se resalte con ellos la elegancia y sofisticación que la Navidad merece. Sin embargo, no nos olvidamos del estilo nórdico, que es tendencia con colores beige, siempre acompañados con rojos y metalizados.

MANTELERÍA

Estas navidades son modernas y sofisticadas

Es la hora de elegir el mantel con el que queremos vestir la mesa y es aquí donde entra el color azul petróleo, que viene pisando fuerte, recordándonos el frío de la estación invernal y dándole un toque moderno y elegante.

VAJILLA

Comiendo con mucho brillo y más estilo

Cuando escojamos la vajilla, tendremos en cuenta que el azul combina tanto con plateado como con dorado, por lo que los bajoplatos podrán ser en esos tonos y los platos quedarán ideales con un discreto estampado en azules.



CRISTALERÍA

Al beber, sencillez en las copas

Aunque sea Navidad, la clave para triunfar con la cristalería está en la austeridad y la simplicidad.

DETALLES

Accesorios con luces y magia

Para el toque final, las nuevas tendencias apuestan por las velas y las luces LED, algo que aportará delicadeza y magia al ambiente.

CUBERTERÍA

Siempre acorde a la ocasión

Los cubiertos han de ir a juego con los tonos que se utilicen en la elección de la vajilla.

UN HOGAR ACOGEDOR

Los toques nórdicos vuelven a ser tendencia

En los dormitorios de los más pequeños, estas navidades se vuelve a llevar, como desde hace dos temporadas, el estilo nórdico, con colores claros adornando cada rincón y creando una atmósfera de lo más naíf.



¿Por qué no un árbol de Navidad en cada esquina?

Por muy pequeña que sea una estancia de nuestro hogar, nunca ha de faltar el espíritu navideño. Así, siempre es bien recibida una intrusión de la naturaleza con un 'mini' árbol repleto de adornos sencillos.



El rojo y el verde siempre de moda en estas fiestas

Por mucho que otros colores ejerzan más protagonismo según la temporada, el rojo y el verde nunca nos cansan a la hora de decorar. En cualquier lugar, estos tonos son ya un clásico de las fiestas más alegres del año.



MURPROTEC

Diagnóstico / Tratamiento / Solución

Nuestro objetivo,
tu tranquilidad

Acaba con las humedades
de forma definitiva



Solicita tu diagnóstico gratuito,
personalizado, in situ y sin compromiso

900 30 11 30
www.murprotec.es

GARANTIZADO
PLAZOS DE EJECUCIÓN



*"Murprotec, protege
el valor de tu casa"*

Antonio Hernández
Presentador TV y constructor



Empresa líder del sector
con certificación
ISO 9001

¿Vives o sobrevives
a las **HUMEDADES**?



MURPROTEC
colabora con
Cáritas

Delegaciones Murprotec en:
España / Portugal / Francia / Bélgica / Holanda / Luxemburgo / Italia

FRANCISCO QUIRÓS
francisco@gentedigital.es

Que la comida juega un papel protagonista en la Navidad es algo fuera de toda duda. A la hora de elaborar el menú algunos hogares otorgan más importancia al pescado, mientras que otros apuestan por la carne, pero lo que no suscita tanta controversia es el dulce, donde la tradición sigue teniendo un gran peso.

Turrónes, mazapanes, mantecados... Muchos de estos productos habrán formado parte de la lista de la compra en las últimas semanas, ocasión que los consumidores aprovechan para acercar-

GASTRONOMÍA | DULCES TÍPICOS

El paladar también está de celebración

Turrónes, mazapanes y mantecados son los productos estrella de estas fechas ● A pesar de la fiebre consumista y de la proliferación de grandes superficies, algunos establecimientos madrileños como Lhardy o Confitería El Riojano siguen ofreciendo estos productos con el inconfundible sello artesanal

se a algunos de los establecimientos más tradicionales de Madrid, aquellos que se han labrado fama y reconocimiento a base del trabajo de muchos años y de elaborar productos con el mimo y la calidad que sólo se consiguen en el trabajo artesanal.

Dos ejemplos

En GENTE nos hemos acercado a Lhardy y Confitería El Riojano, abiertos desde 1839 y 1855, respectivamente, para conocer cómo afrontan unas fechas cuya importancia en la cifra de ventas anuales es capital, algo que se deja notar en el trasiego de clientes. "Si no trabajásemos ahora... La pastelería artesanal está de capa

caída", lamenta Javier Pagola Aguado, socio y gerente de Lhardy, una opinión que comparte Roberto Martín Comontes, maestro pastelero y cabeza visible de Confitería El Riojano: "Lo hemos pasado bastante mal durante la crisis, porque el dulce es un lujo, algo de lo que se prescindía en primer lugar. Por eso, en años precedentes, más del 60% de nuestras ventas anuales se han hecho en estas fechas, desde el Pilar hasta Semana Santa", expone.

Por tanto, para ambos esta es la temporada alta, un periodo el que se juegan buena parte del éxito con unos productos que desarrollamos a continuación.

LHARDY



El tronco de Navidad, una de las especialidades de este establecimiento C. MARTÍNEZ / GENTE

Tradición y variedad con origen francés

El Madrid actual ha cambiado mucho si lo comparamos con 1839, también en materia gastronómica. "El fundador de Lhardy vivió un tiempo en Francia y por eso importó la pastelería del país vecino. Se solía decir que puso corbata a los bollos de tahona, porque no hay que olvidar que los eclairs, los petisús o el propio croissant no existían entonces en la capital", evoca Javier Pagola Aguado, quien, desde su experiencia, considera "difícil" elegir un dulce navideño que guste más entre los madrileños: "Como postre gusta mucho el tron-

LOS TURISTAS
AYUDAN A QUE
ESTOS DULCES
SE VENDAN MÁS
ALLÁ DE NAVIDAD

ENTRE SU
GRAN CARTA
DE TURRÓNES
SOBRESALE EL
DE NARANJA

co de Navidad, pero también tenemos mucha demanda de otros productos como turrónes, polvorones, mazapanes y, posteriormente, roscones".

La estrella

El gerente de Lhardy destaca a GENTE que, lejos de lo que podría pensarse, estos productos se venden durante todo el año. "El cliente extranjero es conocedor de nuestro dulce y lo compra independientemente de la época del año", señala antes de reconocer una debilidad personal, el turrón de naranja y Cointreau, y de volver al famoso tronco, del que se ofrece al consumidor la elección del relleno y la cobertura, "aunque el típico es de trufa y chocolate por fuera".

Ubicado en **carrera de San Jerónimo, 8** y Lhardy.com

CONFITERÍA EL RIOJANO



Los mazapanes, uno de los productos más demandados CHEMA MARTÍNEZ / GENTE

La calidad como herencia familiar

Los establecimientos ubicados en el corazón de Madrid son un crisol de edificios modernos y antiguos. Basta como ejemplo el local de Confitería El Riojano, inmueble catalogado como Patrimonio Histórico Cultural, como presume Roberto Martín Comontes, maestro pastelero y responsable de este negocio. "Cuando era pequeño mis padres tenían un negocio cerca de aquí. Para mí, El Riojano era un sitio mágico, así que cuando los dueños se iban a jubilar y se pusieron en contacto con mi madre, que había trabajado aquí, no lo dudamos.

CADA AÑO EL
PRODUCTO
ESTRELLA ENTRE
LOS CLIENTES
VA CAMBIANDO

AL MARGEN
DE SUS DULCES,
EL LOCAL
GUARDA UN
GRAN ATRACTIVO

Me apunté a la escuela de pastelería y hasta aquí hemos llegado", recuerda.

Variedad

De eso hace ya casi 28 años, un periodo que hace de la voz de Martín una de las más autorizadas para hablar de este sector. "Parece que este año la gente aprecia más el producto artesano, las carteras están más boyantes, van más sueltas y los clientes son más agradecidos", comenta al tiempo que reconoce la dificultad a la hora de escoger un producto: "Desde el mazapán hasta el turrón, polvorón, mantecado, anguilas... Como estrella no te puedo destacar ninguno, todos los años tienes algo que despunta pero nunca es el mismo".

Está en **calle Mayor, 10** y Confiteriaelriojano.com

RECOMENDACIONES DE GENTE



EXPOSICIÓN

Auschwitz, o la galería de los horrores

Más de 35.000 personas han pasado ya por esta muestra itinerante que recoge más de 600 objetos pertenecientes al mayor campo de concentración y exterminio nazi. Se podrá visitar hasta el 17 de junio.

» Centro de Exposiciones Arte Canal / Precio: 6 euros (7 € con audioguía)



ESPECTÁCULO

Un 'tótem' para rendir el mejor culto

El Circo del Sol sigue instalado en Madrid con su última producción: Totem. Se trata de un montaje que aborda la evolución humana, remontándose a la época de los anfibios, vista a través del prisma del director Robert Lepage.

» Escenario Puerta del Ángel / Precio: desde 28 euros



STAR WARS Y HARRY POTTER

Que las exposiciones te acompañen

Se trata de dos de las sagas cinematográficas que más seguidores aglutinan. Ahora, 'Star Wars' y 'Harry Potter' se hacen presentes en Madrid gracias a sendas exposiciones con sede en Telefónica Flagship Store (Gran Vía) e IFEMA, respectivamente.

» Hasta el 6 de enero y el 2 de abril / Precios: desde 16,90 y 10 euros



CINE

El séptimo arte, con 'm' de mujer

Los días 26, 27 y 28 de diciembre tendrá lugar la I edición del 'Ciclo de cine dirigido por mujeres en Madrid', un evento que incluye talleres y proyecciones, como la del film 'Verano 1993', en distintos barrios de la capital.

» Programación completa en Malvalanda.com / Entrada gratuita



TEATRO MUSICAL

Claqué más allá de la claqueta

La cartelera teatral reserva un espacio al aclamado género musical con tres producciones con raíces cinematográficas. 'Billy Elliot', 'El Guardaespaldas' y 'La familia Addams' se representan en los teatros Nuevo Alcalá, Coliseum y Calderón.

» Precios: desde 24,9 €, 22 € y 23 euros, respectivamente



MÚSICA

Un regalo para los oídos

El año 2017 en general y el mes de diciembre en particular van apurando sus últimos días, pero aún hay tiempo para disfrutar en el WiZink Center de Madrid de grandes grupos musicales con sello nacional: La Oreja de Van Gogh, Hombres G o Taburete.

» Calle Jorge Juan, 99 / Programación completa en Wizinkcenter.es

OCIO | AGENDA CULTURAL ALTERNATIVA

Una fórmula para aislarse del espíritu navideño

La oferta cultural de Madrid recoge interesantes propuestas, como teatro, conciertos o exposiciones para aquellos que quieran dejar a un lado, aunque sea de forma momentánea, las tradiciones típicas de estas fechas

FRANCISCO QUIRÓS
francisco@gentedigital.es

Turrones, villancicos, regalos y comidas familiares. Todos estos conceptos asociados a la Navidad son sinónimo de alegría para muchos, pero también hay otra parte de la población a la que estas fechas, por unas u otras razones, no suponen un motivo para la celebración. Abstraerse de todo este entorno parece complicado, pero no todo son malas noticias, ya que la

agenda cultural de la capital también reserva eventos cuya temática trasciende a la Navidad. Porque sí, hay vida más allá de belenes, mercadillos y compras masivas, gracias al ocio y la cultura. En GENTE repasamos algunas de las ac-

tividades más destacadas en este sentido.

Con arte

Al margen de las seis recomendaciones que acompañan a este texto, no conviene perder de vista la programación de los museos madrileños. Así, El Prado alberga hasta el 18 de marzo una exposición retrospectiva con la obra de Mariano Fortuny como protagonista. Por su parte, el Thyssen mantiene hasta el 18 de enero la muestra 'Picasso - Lautrec'.

LOS MUSEOS TAMBIÉN SUPONEN UNA BUENA ALTERNATIVA

NAVIDAD | EN FAMILIA

Las ilusiones de los más pequeños viajan en tren

Para los amantes de las locomotoras y su historia, esta Navidad ofrece un amplio abanico de posibilidades ● GENTE propone alguno de los viajes teatralizados que harán disfrutar a pequeños y mayores ● Los Reyes serán protagonistas en algunos de ellos

TEXTO DE ALBERTO ESCRIBANO (@albertoescr)



TREN DE LA NAVIDAD: Circulará a partir del 26 de diciembre recorriendo el parque natural del Monte de El Pardo. La Fundación de los Ferrocarriles Españoles pone en marcha hasta el 5 de enero una nueva edición de esta iniciativa. El trayecto tendrá una duración de más de una hora y los asistentes disfrutarán de un espectáculo de animación pensado especialmente en los más pequeños. El día 5 de enero, el tren contará con los Reyes Magos como pasajeros.

» Desde las 10 de la mañana » Tres recorridos diarios » Partirán desde Príncipe Pío



TREN DE FELIPE II: Durante estos días también se podrá vivir una experiencia que transportará al visitante a la historia con parada en el Monasterio de El Escorial. El convoy, de 1964, sale de la estación de Príncipe Pío y en su interior, durante la ruta, incluye una visita teatralizada de tres horas. Esta iniciativa incluye visitas guiadas al Monasterio de San Lorenzo de El Escorial.

» Salida a las 10.20 horas » Regreso a las 18.15 horas » De martes a domingo



TREN DE LOS REYES MAGOS: La compañía ALSA ha puesto en marcha para estas Navidades, en colaboración con la Asociación de Amigos del Ferrocarril de Madrid, el Tren de los Reyes Magos. Ofrece un viaje de una hora y 15 minutos de duración en vagones de los años 70, con animación infantil y un paje real de los magos de Oriente.

» Inicio y fin en Príncipe Pío » Del 23 de diciembre al 5 de enero » 15 euros adultos y 10 euros niños



TREN DE ALCOBENDAS: Dos trenes, uno con salida desde la Plaza del Pueblo y otro en Paseo de Valde las Fuentes, comunicarán los distritos Centro y Norte. El vale para poder viajar se podrá obtener al comprar en cualquiera de los establecimientos adheridos a la Campaña de Navidad.

» Se recomienda esperar el tren en las cabeceras » Hasta el 5 de enero

ACTIVIDADES CULTURALES A BORDO



LÍNEA 6 DE METRO:

Los vagones de esta línea han estrenado decoración navideña. Los días 24, 25, 30 y 31 de diciembre, los viajeros del suburbano se encontrarán con actores que amenizarán sus viajes con divertidas acciones participativas en este particular tren navideño. También habrá teatro social, realizado por el grupo de la Fundación Esfera.

» Entre las 11 y las 13 horas





Mercadillo de la Plaza Mayor CHEMA MARTÍNEZ / GENTE



Feria de Artesanía de la Plaza de España CHEMA MARTÍNEZ / GENTE

PROPUESTA | TRADICIÓN COMERCIAL

Las compras más efímeras

Desde adornos para el árbol, hasta regalos artesanos, los mercadillos navideños ofrecen artículos típicos de estas fechas a madrileños y visitantes ● La Plaza Mayor y la Plaza de España de Madrid son las ubicaciones más tradicionales, pero otros municipios de la Comunidad cuentan con sus propias propuestas

LILIANA PELLICER
@gentedigital

Esa peluca brillante para destacar en Nochevieja, esos pastorcillos con sus ovejas para el belén, esas caretas perfectas para gastar una broma el 28 de diciembre, ese espumillón a juego con nuestra decoración o ese regalo único para el amigo invisible. Caseta a caseta, paso a paso, los madrileños y visitantes descubren en los mercadillos navideños todo lo que necesitan para celebrar las fiestas, y para disfrutarlas. Y es que recorrer con calma estos efímeros comercios es una de las tradiciones de estas fechas.

El más famoso, sin duda, es el que desde hace más de 100 años se sitúa en la céntrica Plaza Mayor de Madrid y que este año podrá visitarse hasta el 31 de diciembre de 9 a 21, y los viernes, sábados y víspera de festivos de 9 a 22.

Esta opción, a pesar de ser la más conocida, no es la única en la capital. Los vecinos pueden pasear entre las case-



ARTÍCULOS

¿Qué puedes conseguir en estas casetas?

Los mercados típicos de estas fechas suelen ser de dos tipos: o de artículos artesanales o navideños. En los primeros, como la feria de la Plaza de España, se encuentran ideas para los regalos de toda la familia; mientras que los segundos, como el de Plaza Mayor, se venden figuras y portales de Belén, árboles, adornos navideños para el hogar o comercio y artículos de broma y fiesta.



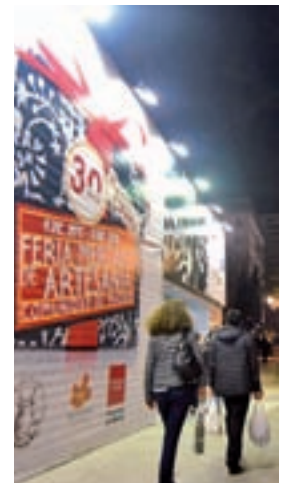
tas de la Plaza Vieja de Puente de Vallecas, del Paseo de Federico García Lorca de Villa de Vallecas, de la avenida Monforte de Lemos de Fuenarral-El Pardo y del Intercambiador de Aluche.

Fuera de la capital

Para aquellos que deseen alejarse del bullicio de la capital, la Comunidad ofrece multitud de propuestas donde se podrán degustar productos artesanales o comprar regalos y artículos típicos. Es el caso de El Berrueco, que contará con su mercadillo navideño en la Sala de Exposiciones del Corral del Concejo los días 23 y 30 de diciembre, y de Becerril de la Sierra, los días 22, 23, 24, 29, 30 y 31 de diciembre, en la Plaza Constitución.

Por su parte, se puede visitar el Mercado Artesano de Aranjuez en la Plaza de Abastos los días 2, 3 y 4 de enero y el de San Martín de Valdeiglesias en la Plaza de la Corredera el día 5.

Además, también cuentan con este tipo de propuesta municipios del Corredor del Henares como Alcalá de Henares y Torrejón de Ardoz, donde se apuesta por celebrar a lo grande estas navidades.



CENTRO

Un regalo hecho a mano en la Plaza de España de la capital

La Feria Mercado de Artesanía de la Comunidad de Madrid cumple su XXX edición con la participación de 177 talleres artesanos de joyería, piel, textil, cerámica, vidrio, madera, orfebrería, bisutería, decoración, flor seca y juguetería.

Cierra dos días

Situado en la Plaza de España de la capital hasta el 5 de enero, tiene un horario de 11 a 21 horas de forma ininterrumpida, menos el 24 y el 31 de diciembre, que cerrará a las 15 horas. El 25 de diciembre y el 1 de enero serán las únicas jornadas en las que no abrirá.



CAÑOS DEL PERAL



CHAMBERÍ



CUENTOS

HISTORIA EN EL METRO: Con motivo de la Navidad, Metro de Madrid amplía los horarios de **Andén Cero**, que engloba los espacios históricos del suburbano. De esta forma, el Museo de Caños del Peral, la Nave de Motores y la estación de Chamberí acogerán **actividades infantiles y familiares**. Para estas fechas se han programado **visitas guiadas y teatralizadas**.

OCIO | COMUNIDAD

La Navidad, la mejor época para descubrir Madrid

La región ofrece estos días un gran abanico de posibilidades ● Aquí hacemos un pequeño repaso y enseñamos algunas de ellas para todos los públicos

POR ALBERTO ESCRIBANO (@albertoescr)



ALALPARDO: El municipio de Alalpardo celebrará los próximos días 25 y 26 de diciembre, a partir de las 19 horas, la vigésima edición de su ya tradicional Belén Viviente. Los visitantes podrán disfrutar de él en el Parque Nuestra Señora del Rosario.
» Pases a partir de las 19 horas



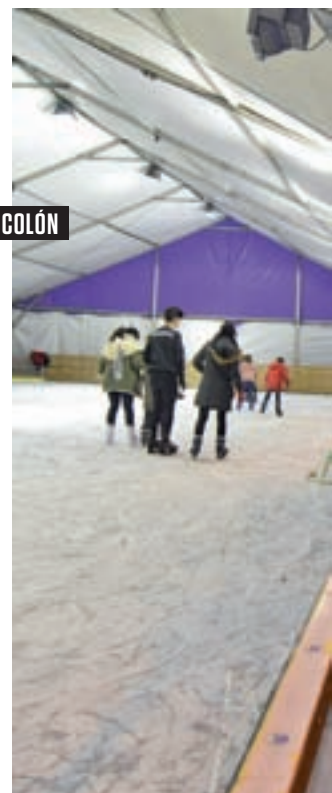
BUITRAGO DEL LOZOYA: El visitante comienza en la Plaza del Belén Viviente y la ruta consta de unos 1.300 metros, repartidos por 40 escenas a lo largo del casco antiguo del municipio.
» 23 y 30 de diciembre. Belenvivientebuitrago.es



TRES CANTOS



ALCALÁ DE HENARES



GOLÓN



TORREJÓN

CIUDADES MÁGICAS: Torrejón de Ardoz, Alcalá de Henares y Tres Cantos son tres de las localidades que **no puedes dejar de visitar** esta Navidad. Todas ellas han organizado espectaculares montajes navideños que atraen cada año a miles de personas y donde niños y niñas se perderán con actividades y con sus **personajes favoritos**.



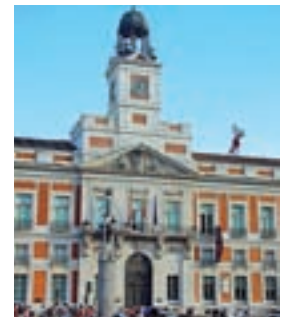
PEONZAS

FERIA NAVIDEÑA DE LAS CULTURAS: El Matadero de Madrid vuelve a acoger este año la Feria de las Culturas, donde los niños tienen un papel protagonista. Talleres de escritura de cuentos navideños, para decorar en madera o para pintar peonzas son algunas de las propuestas hasta el día 29.



MADERA

TODAVÍA HAY MÁS



PROYECCIONES

Las ciudades Patrimonio, en Sol

Bellas imágenes de Alcalá de Henares, San Lorenzo de El Escorial, Aranjuez y El Hayedo de Montejo vestirán la fachada de Sol durante la Navidad.



ACTIVIDADES

Conoce el castillo de Manzanares El Real

El emblemático castillo de Manzanares El Real ha programado para estos días numerosas actividades para todos los públicos. Infórmate en Turismomadrid.es.



NATURALEZA

Trashumancia en Campo Real

Más de 500 cabras recorrerán el día 30 las calles de Campo Real para hacer una parada en la Plaza Mayor, donde las podrán disfrutar todos los espectadores.



EL BERRUECO: En 1998 se organizó por primera vez y poco a poco ha ido tomando una gran importancia, hasta ser uno de los diez más importantes de los que se celebran en España. La entrada es gratuita y se podrá adquirir en el Ayuntamiento (Plaza de la Picota). Máximo cinco por persona.

» 23 y 30 de diciembre



SAN LORENZO DE EL ESCORIAL: El Belén monumental, realizado por los voluntarios de Mariano Pardo, cumple 21 años ambientando las calles sanlorentinas y atrayendo a miles de turistas, que se acercan a descubrir las novedades de cada año.

» Más de 500 figuras en el centro histórico



CIBELES

PISTAS DE HIELO: Si hay algo navideño por excelencia son las pistas de patinaje sobre hielo, que durante estas semanas proliferan por toda la ciudad. Madrileños y visitantes encontrarán estas instalaciones en enclaves ya tradicionales como los Jardines del Descubrimiento, en la Plaza de Colón, una de las que más público atrae estos días; la Plaza de Felipe II (junto al WiZink Center) y en la Galería de Cristal del Palacio de Cibeles. La Plaza de la Luna, en pleno barrio de Malasaña; o Puente de Vallecas, también tienen sus correspondientes pistas.



FELIPE II

NUEVO APOLO
GALTÖK
PREMIO RONCALLI 2017

LA LATINA
EL EVENTO MUSICAL DEL AÑO!
CASINORMALES
A PARTIR DEL 18 DE DICIEMBRE
TEATRO LA LATINA
SÓLO 7 SEMANAS

PRÍNCIPE PÍO
CLAN DESTINO
GRAN TEATRO PRÍNCIPE PÍO
TODOS LOS DÍAS A LAS 19:00H

REINA VICTORIA
Teatro Reina Victoria
DEL 4 DE DICIEMBRE AL 7 DE ENERO
A LAS 12:30 HORAS
TARZAN
EL MUSICAL

LUZ PHILIPS - GRAN VÍA
LA REINA DE LAS NIEVES
TEATRO DE LA LUZ PHILIPS

LUZ PHILIPS - GRAN VÍA
MADAGASCAR
EL MUSICAL
TEATRO DE LA LUZ PHILIPS
Del 4 de febrero al 11 de mayo 2018

NUEVO APOLO
Arturo FERNÁNDEZ
Carmen del VALLE
ALTA SEDUCCIÓN
FUNCIONES ESPECIALES
LUNES, 25 DICIEMBRE - 18 H
LUNES, 1 ENERO - 18 H
www.teatroamaya.com Telf. 91 593 40 05

CULTURA | NIÑOS

La mejor época del año para conocer el teatro

La cartelera de la capital se llena durante las próximas dos semanas de propuestas para los más pequeños de la casa ● Circo, musicales y títeres son algunas de ellas

JAIME DOMÍNGUEZ
@JaimDominguez

Las vacaciones escolares y el descanso que se toman la mayoría de las actividades que realizan los niños fuera de sus clases dejan en blanco las agendas infantiles durante las próximas dos semanas. Por este motivo, la Navidad se plantea para algunos padres como la mejor época del año para que sus hijos se acerquen al teatro.

A este hecho se une que la cartelera de Madrid se llena estos días de ofertas para los

MÁS DE TREINTA
ARTISTAS
ESTARÁN EN EL
CIRCO MÁGICO
HASTA ENERO

'TARZÁN' Y
'LA BELLA Y
LA BESTIA'
PONDRÁN LA
NOTA MUSICAL

más pequeños de la casa. Una de las más espectaculares es el 'Circo Mágico', que se podrá disfrutar en la Feria de Madrid (avenida Partenón, 5) de miércoles a domingo hasta el 28 de enero. Las entradas para este montaje, en el que participan más de 30 artistas, tienen precios a partir de los 18 euros.

En otro circo, en este caso el Price (Ronda de Atocha, 35), se representa hasta el 7 de enero 'Los viajes de Marco y Pili', una obra llena de acrobacias y de imaginación en la que se fomenta el conocimiento de otras culturas. Las



Si lo tuyo es puro teatro...

REGALA ABONOTEATRO

+20 ESPECTÁCULOS DE TEATRO

40 SALAS DE CINE

1 AÑO ESPECTACULAR

49,90€ PVP

ABONOTEATRO

OMBRE: _____

GRAN TEATRO Banca PRÍNCIPE PÍO

COMPRA EN ABONOTEATRO.COM
Y además disponible en VIPS y BeCoke Jugos

Clásicos y novedades: Don Quijote y Sancho Panza compartirán espacio en las carteleras con las propuestas circenses más innovadoras



entradas oscilan entre los 15 y los 28 euros.

Pompas y musicales

En el Teatro Español (Príncipe, 25) las protagonistas serán las pompas de jabón de Pep Bou, uno de los mejores especialistas del mundo en este campo. 'Expèriences' se podrá ver hasta el 27 de diciembre y las entradas cuestan entre 5 y 18 euros.

Otra de las apuestas seguras en lo que se refiere al público infantil es la de los musicales, sobre todo cuando adaptan obras clásicas.

Este es el caso de 'Tarzán,' que lleva por quinta temporada a las tablas del Reina Victoria (Carrera de San Jerónimo, 24) al personaje creado por Edgar Rice Burroughs. Las entradas para el espectáculo, que se podrá ver hasta el 7 de enero, cuestan entre 15 y 18 euros.

En la misma línea se encuentra 'La Bella y la Bestia,' que estará en el Maravillas (Manuela Malasaña, 6) hasta el día después de Reyes. Las localidades tienen precios a partir de los 14 euros.

La literatura española tiene su hueco con 'Aventuras de Don Quijote,' una obra que mezcla los títeres con los actores reales y que estará hasta el 30 de diciembre en el Teatro de La Abadía (Fernández de los Ríos, 42). Las entradas cuestan 14 euros.

Toda la información sobre los horarios y la compra de las localidades para estos y otros muchos espectáculos se puede consultar en la página web Esmadrid.com/agenda-infantil.

CULTURA | NIÑOS

Cine matinal en el primer festival navideño del Palacio de la Prensa

Se proyectarán seis películas a las 12:30 horas hasta el 4 de enero • Las entradas costarán 5 euros



Fotograma de 'Tadeo Jones 2'

J.D. Los pequeños amantes del séptimo arte están de enhorabuena durante los próximos días. El Palacio de la Prensa (Plaza del Callao, 4) alberga hasta el próximo 4 de enero la primera edición del Festival de Cine Infantil, en el que se proyectarán un total de seis largometrajes que se han estrenado a lo largo del año que está a punto de acabar.

Las proyecciones serán a las 12:30 horas y las entradas cuestan 5 euros.

Propuestas

Esta sábado 23 se podrá ver 'Operación Cacahuete,' que

cuenta la historia de un grupo de ardillas en un parque de Nueva York. El martes 26 será el turno de 'Canta,' un musical animado protagonizado por animales.

Para el miércoles 27 quedará la cinta de homenaje a 'Los payasos de la tele,' que

marcaron a varias generaciones de españoles. El 28 de diciembre y el 3 de enero se proyectará 'Deep,' mientras que el viernes 29 y el martes 2 será el turno de la segunda parte de 'Tadeo Jones.' 'Se armó el Belén' cerrará el festival el jueves 4 de enero.

EL MEJOR ESPECTÁCULO HOMENAJE A
MICHAEL JACKSON

MÁS DE 400.000 ESPECTADORES

EL ÚNICO AVALADO POR LA JACKSON FAMILY FOUNDATION

FOREVER

THE BEST SHOW ABOUT THE KING OF POP

TEATRO NUEVO APOLO

ESTRENO 18 DE ENERO
8 ÚNICAS SEMANAS

VENTA DE ENTRADAS: NUEVOAPOLOTEATRO.COM

JEAM
ABOGADOS

MÁS DE 40 AÑOS DE EXPERIENCIA

Recupere lo que es suyo

CLÁUSULA SUELO
GASTOS HIPOTECARIOS
BÓNOS CONVERTIBLES

I.R.P.H.
PLUSVALÍA
HIPOTECA MULTIDIVISA

Somos pioneros en conseguir el dinero de los clientes.

100% DE ÉXITO
en primera instancia y apelación

SIN COSTE
Costas y honorarios por cuenta de la entidad bancaria

+ INTERESES
Su dinero, más los intereses devengados

LLAME SIN COMPROMISO
91 457 60 96

despacho@jeamabogados.com
www.jeamabogados.com
C/ Conde de Peñalver 4, 4ºB, 28006 Madrid

HORÓSCOPO | LA PREDICCIÓN DE LA SEMANA



ARIES
21 MARZO — 20 ABRIL

Acción: En tus relaciones sociales. **Sentimientos:** Te tomas las relaciones con seriedad. **Suerte:** En temas familiares. **Salud:** Desarrolla tu potencial.



TAURO
21 ABRIL — 21 MAYO

Acción: En tus ganancias. **Sentimientos:** Necesitas sentir que te quieren. **Suerte:** En encuentros con amigos. **Salud:** Demuestra tu creatividad.



GÉMINIS
22 MAYO — 21 JUNIO

Acción: En nuevos proyectos. **Sentimientos:** Responsabilidad hacia seres queridos. **Suerte:** En temas económicos. **Salud:** La libertad es muy importante.



CÁNCER
22 JUNIO — 22 JULIO

Acción: Sigue tu intuición. **Sentimientos:** Necesitas tiempo para ti. **Suerte:** Todo gira en torno a ti. **Salud:** Necesitas momentos de paz contigo mismo.



LEO
23 JULIO — 22 AGOSTO

Acción: Todo lo que inicies será benéfico. **Sentimientos:** Notarás atracción por ayudar. **Suerte:** Guíate por tu corazón. **Salud:** Sé optimista y alegre.



VIRGO
23 AGOSTO — 22 SEPTIEMBRE

Acción: En asuntos profesionales. **Sentimientos:** Enseña algo a los demás. **Suerte:** Nuevos proyectos útiles. **Salud:** Paz y relax son beneficiosos.



LIBRA
23 SEPTIEMBRE — 22 OCTUBRE

Acción: Aplica tu sabiduría interior. **Sentimientos:** Necesitas que te escuchan. **Suerte:** En tus asuntos sociales. **Salud:** Lo más importante es valorarte.



ESCORPIO
23 OCTUBRE — 22 NOVIEMBRE

Acción: Renueva tu propio valor personal. **Sentimientos:** Lo importante es ser realista. **Suerte:** En tus viajes y aprendizaje. **Salud:** Mantén el equilibrio.



SAGITARIO
23 NOVIEMBRE — 21 DICIEMBRE

Acción: Con amistades cercanas. **Sentimientos:** Separa tu vida personal de la familiar. **Suerte:** En asuntos patrimoniales. **Salud:** Tu creatividad te ayudará.



CAPRICORNIO
22 DICIEMBRE — 20 ENERO

Acción: Disfruta de los actos diarios. **Sentimientos:** Necesitas comunicarte. **Suerte:** Con la pareja. **Salud:** El secreto está en tu desarrollo personal.



ACUARIO
21 ENERO — 19 FEBRERO

Acción: Busca tiempo para ti. **Sentimientos:** Confía en tus acciones. **Suerte:** En lo que hagas de corazón. **Salud:** Necesitas calma a tu alrededor.



PISCIS
20 FEBRERO — 20 MARZO

Acción: Remodela tu hogar. **Sentimientos:** Equilibrio emocional. **Suerte:** En tus momentos de diversión. **Salud:** El arte te ayudará a sentirte genial.

SUDOKUS

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

INSTRUCCIONES

CÓMO JUGAR AL SUDOKU

Complete el tablero de 81 casillas (dispuestas en 9 filas y columnas). Deberá rellenar las celdas vacías con los números que van del 1 al 9, de modo que no se repita ninguna cifra en cada fila ni en cada columna o cuadrado.

SOLUCIÓN:

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

ESPAÑO PATROCINADO POR:
Victoria Vélez 625 666 045
Bióloga - Naturópata (Col. 4331)
www.astral.com.es

Gente

91 548 02 63

Puede poner su anuncio en: calle Gran Vía 57, 9ªA, 28013 Madrid. (Metro Plaza España) en horario de 8:30 a 15:30 h. (Lunes a Viernes). Gente en Madrid no se responsabiliza de la procedencia ni de la veracidad de los anuncios breves, y se reserva el derecho de modificar el emplazamiento de los mismos, así como la publicación o no en caso de no cumplir las condiciones necesarias. El coste de la llamada a los números 807 es de 1,21 €/min. desde la red fija y de 1,57 €/min. desde la red móvil. IVA incluido.

Anuncios clasificados

Ávila: 807 505 783* León: 807 517 310* Santander: 807 505 779*
Barcelona: 91 541 20 78 Logroño: 807 505 794* Segovia: 807 505 789*
Burgos: 807 505 132* Palencia: 807 505 781* Valladolid: 807 517 023*

1. INMOBILIARIA

1.2. ALQUILER PISOS

OFERTA

APARTAMENTO 450 €. 611294067.

APARTAMENTOS y estudios. 390 € - 500 €. 653919652.

ESTUDIOS y Apartamentos.

350€ / 450€. 699971875.

PISO 3 dormitorios 600 €. 653919652.

PISO 450 €. 653919653.

PISO. 575 €. 611294082.

2. EMPLEO

OFERTA

APRENDE Fórex. 685555798.

INGRESOS extras. 661018797.

INVIERTE criptomoneda. 918273901.

DEMANDA

BUSCO trabajo como interna.

664398130.

MODISTA Maquinista. Experiencia, Prendas, arreglos, tela, ante y cuero. 699534298.

8. OCIO

8.1. LIBROS

DEMANDA

COMPRO libros hasta 1€. 656344294.

10. INFORMÁTICA

10.3. EQUIPAMIENTO

OFERTA

¿NECESITAS un ordenador pero no quieres comprarlo? Llámame, alquilamos portátiles. 671277949.

MRN Servicios informáticos. Reparación ordenadores/ portátiles. Mantenimiento empresas. Presupuestos. 634547696.

13. FINANZAS

13.1. CRÉDITOS

OFERTA

SEGRUBAN, Si tiene casa tiene crédito. Cómodas cuotas o 1 año sin pagos Tel. 900 900 903 (Llamada gratuita).

15. RELACIONES

15.1. AMISTAD

DEMANDA

ESPAÑOLA. Don de gentes, presencia. Acompañaría personas, eventos, comidas, cenas, etc. Seriedad. 603325555

15.2. ÉL BUSCA ELLA

DEMANDA

Caballero, buena presencia, buena gente. Quiere conocer señora Española, madura, 50 / 55 años para amistad. Buena presencia, atractiva. 626099600.

GERMÁN, SOLTERO, 68 AÑOS. BUSCA MUJER DE 40 / 60. RELACIÓN PAREJA. 639948920.

15.3. ELLA BUSCA ÉL

DEMANDA

ESPAÑOLA educada, acompañaría a caballero. Dispongo carnet conducir. Estudios. 622470557.

Maestra Chalana La Bruja del amor
¿CANSADO DE SUFRIR POR AMOR NO CORRESPONDIDO? AMARRES RECUPERE LA FELICIDAD
En sólo 72 horas recupero a tu ser amado. Pensará en ti día y noche. El o ella regresará en busca de pasión. Experta en uniones de pareja. Puedo hacer posible lo imposible.
AMOR - DINERO TRABAJO SALUD ESTUDIOS - NEGOCIOS 100% EFECTIVO
632 819 696

Gente Clasificados os desea **Feliz Navidad**
Gente Anuncios clasificados

Gabriel 806 506 891
Gente digital
Toda la información que necesitas
www.gentedigital.es

PRÉSTAMOS HIPOTECAS
Consiga dinero para cubrir sus necesidades
Unificación de deudas
No importa ASNEF-RAI-EMBARGOS
PARAMOS SUBASTAS
ESTUDIOS TOTALMENTE GRATUITOS
EUROMERCADOS es una gestoría que trabaja con dinero de inversionistas. Todas nuestras operaciones están confeccionadas por nuestro departamento legal y firmadas ante notario. Garantizamos seriedad y confidencialidad.
Información: J. Martín - Telf: 676 640 200
euromercados@hotmail.com

CRÉDITO PERSONAL ó HIPOTECARIO
Liquidez, Reunificamos deudas, Atrasos, Asnef, Embargos, Subastas...
CÓMODAS CUOTAS O 1 AÑO SIN PAGOS
LLAMADA GRATUITA
900 900 903
segurban.com
Intermediario Independiente desde 1994

¿ESTÁS BUSCANDO UNA SOLUCIÓN?
VIERNES A LAS 10H · 16H Y ESPECIALMENTE 20H
ENVIDIA · PARÁLISIS DEL SUEÑO · VICIOS · DEPRESIÓN
PROBLEMAS MATRIMONIALES · CAMINOS CERRADOS
BRUJERÍA · DROGAS · ALCOHOL · TAROT
PROBLEMAS ESPIRITUALES · MISTERIOS · MALA SUERTE
VENGE LOS PROBLEMAS POR DIFÍCILES QUE SEAN
PASEO SANTA MARÍA DE LA CABA, 12 (ATOCHA) · ENTRADA GRATIS
CONSULTAS SIN COMPROMISO: 91 539 26 18 · 600 400 624

¿Problemas de humedad en su vivienda? En ACUASEC tenemos la solución

Averiguamos cuál es la causa de la humedad para aplicar el tratamiento específico y resolver el problema, ya sean humedades por condensación, capilaridades o filtraciones.

LA PRESENCIA DE HUMEDAD en su casa pone en peligro su bienestar e incluso la salud de toda su familia

ACTUAR CONTRA LA HUMEDAD: UNA TAREA RESPONSABLE

Cuando observe manifestaciones en su vivienda de salitre, manchas negras en la ropa, paredes desconchadas, olor a hongos... ¡Es el momento de actuar! Cualquier problema de humedad que surja en su casa debe ser tomado muy en serio, por eso la mejor opción es acudir a un profesional especializado, ya que con frecuencia los propietarios caen en el error de intentar resolver el problema por sí mismos, siendo numerosos los fracasos, ocasionándoles numerosos gastos sin poder librarse del problema.

EL PROFESIONAL ESTUDIARÍA LAS CAUSAS DEL PROBLEMA

El profesional localiza el origen del problema y lo trata para eliminar sus efectos negativos. Ahora bien, las causas de un problema de humedad pueden ser complejas: subidas capilares, filtraciones de origen pluvial, condensación, fuga en una tubería que no se ha percibido... La presencia de humedad en su casa pone en peligro su bienestar, e incluso la salud de su familia. Los hongos y los ácaros constituyen una grave amenaza para los niños. En breve, la humedad puede realmente convertirse en un problema de salud; así pues, recurrir a un profesional es una necesidad, no un lujo.

LA HUMEDAD amenaza tanto a la estructura del edificio como a su contenido y sus ocupantes

PROPIETARIO, ES SU VIVIENDA LA QUE ESTÁ AMENAZADA

Usted tiene interés en tomarse en serio el riesgo que la humedad hace correr a su casa. Un simple indicio tiene todas las probabilidades de transformarse en un problema grave. Las manifestaciones en superficie constituyen con frecuencia el síntoma de un problema más profundo. La humedad, ya sea por capilaridades, por filtraciones en las paredes y revestimientos o por condensación, amenaza tanto a la estructura del edificio como a su contenido y a sus ocupantes: pudrimiento de la carpintería, deterioro de los muebles, etc. Se exponen simplemente a encontrarse una casa insalubre.

LA HUMEDAD, CAUSA DE AFECCIONES RESPIRATORIAS GRAVES

Se han realizado estudios científicos sobre adolescentes que sufren afecciones respiratorias, dando como resultado un 83% de asma, bronquitis asmáticas y bronquitis crónicas y un 87% de rinitis crónicas, que alcanzan a jóvenes que viven en habitaciones demasiado húmedas. De un 20 a un 30% de nosotros sufrimos alergias respiratorias, ¡dos veces más que hace 20 años!. Edouard Drouhet,



Problemas de humedad por capilaridad



Problemas de humedad por condensación

jefe de micología en el instituto de la Salud Pública Louis Pasteur, explica este aumento por nuestro modo de vida: "Vivimos más en el interior, en casa o en el despacho. Desde los años 60, tendemos a un exceso de aislamiento para no dejar escapar el calor y además no se airea suficientemente".

CASA HÚMEDA, AMBIENTE INSANO

Miles de personas han solucionado sus problemas de humedad gracias a la intervención de los especialistas de ACUASEC. Cada año ACUASEC ejecuta innumerables obras con éxito y sana casas que, en otro caso, seguirían siendo nocivas para la salud de sus ocupantes.

Hasta 30 años de garantía en nuestros trabajos



MÁS INFORMACIÓN EN EL TELÉFONO GRATUITO 900 535 625 www.acuasec.com



MEJOR EMPRESA EN EL TRATAMIENTO DEL AIRE



PREMIO A LA LABOR PROFESIONAL Y COMPROMISO CON LA EXCELENCIA



pide tres deseos

Navidad

regala ilusión

revive la magia

GETAFE-3
CENTRO COMERCIAL
Disfruta el triple



