

Gente

AÑO 14, NÚMERO 540
17 - 24 MAYO 2019

madrid

ALCOBENDAS | LA MORALEJA | SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES

ENTREVISTA | PÁG. 6

“Lo primero que haré será bajar impuestos”

La candidata del PP a la Presidencia de la Comunidad, **Isabel Díaz Ayuso**, anuncia sus medidas en GENTE.



dentalCom
www.dentalcom.info

ALCOBENDAS: C/ San Isidro, 4 - Tel: 91 652 31 52
ALCOBENDAS: Paseo Chopera, 27 - Tel: 91 661 22 24
ALCOBENDAS: Paseo Valdehaza, 14 - Tel: 91 490 17 60
SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES: Avda. de Murcia 1 - Tel: 91 651 02 88



TU CLÍNICA DENTAL DE CONFIANZA

NO SOMOS FRANQUICIA



COMPRA VENTA DE LIBROS

COMPRAMOS LIBROS Y BIBLIOTECAS A DOMICILIO
HACEMOS ENVIOS NACIONALES E INTERNACIONALES
www.librosalcana.com

info@librosalcana.com

C/ Marqués de Viana, 52 - 28039 Madrid
☎91.220.42.63 ☎629.240.523 📍664.442.863

Libros Alcana

ALCOBENDAS | PÁG. 15

La Hermandad de la Virgen de la Paz tiene local nuevo

El Ayuntamiento le ha cedido un espacio por 25 años para que desarrolle su labor cultural y social ● Está situado en la calle Empecinado, en el distrito Centro



CHEMA MARTÍNEZ / GENTE

ENTREVISTA | PÁG. 14

“Extenderé la recogida neumática de residuos”

El candidato del PP a la Alcaldía de Alcobendas, Ignacio García de Vinuesa, anuncia en GENTE sus promesas si consigue revalidar su cargo de alcalde ● Extender la recogida neumática de residuos a toda la ciudad, revitalizar el Centro y un Ciber-centro en Fuentelucha están entre sus retos

Vota

En San Sebastián de los Reyes Más Madrid, Izquierda Unida y Equo hemos alcanzado un acuerdo de cara a las elecciones municipales del 26 de mayo para sumar fuerzas en defensa de los derechos sociales de todas las vecinas y vecinos.

Más Madrid

izquierda unida

equo

Helena de las Heras
Deportista

David Hernández
Empresario

Javier Heras
Bombero

Ángeles Barba
Psicóloga

Iván Cardador
Político

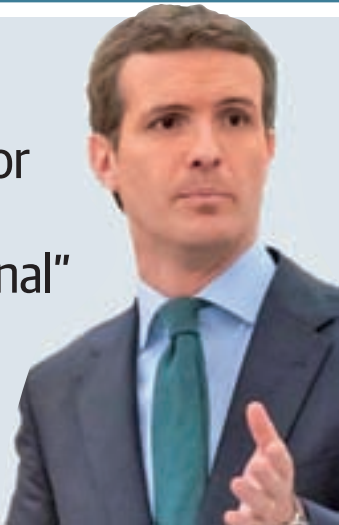


LA FRASE

"C's y Vox han plagiado al PP; por eso, el 26-M hay que votar al original"

Pablo Casado

El líder del Partido Popular mira con cierto optimismo a la próxima cita con las urnas y desmiente que pensara en dimitir el 28 de abril.



LA CIFRA

46%

Vivir para trabajar

Prácticamente la mitad de los trabajadores españoles realiza más de 4 horas extra a la semana, un dato que podría cambiar con la obligación de registrar la jornada laboral.

EL PERSONAJE



La labor policial sigue latente

El histórico jefe de ETA Josu Ternera fue detenido este jueves en Francia tras 17 años fugado, en una operación de la Guardia Civil y las fuerzas galas.

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)

SOFÍA CARMONA
(Redacción)

IRENE CASANOVA
(Fotografía)

SECRETARIA DE REDACCIÓN:
ELENA HORTA

DIRECTOR DE GRANDES CUENTAS Y ACC. ESPECIALES:
CARLOS ECHEGUREN

JEFE DE MARKETING:
RAFAEL VÁRA

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



@gentedigital

Los buenos políticos

MAMEN CRESPO COLLADA · REDACTORA JEFE

Es una verdadera pena que se tenga que morir una persona para que se la valore. Parece mentira que sea ahora, cuando se ha marchado, cuando surjan voces desde muchas instituciones y colectivos demandando calles en recuerdo de Alfredo Pérez Rubalcaba y que no se le pusieran en vida, cuando hubiera podido disfrutar de ello. Seguramente se sentía un hombre querido por los españoles, pero también es cierto que no es lo mismo pensar una cosa que saberla. Ojalá hubiera podido ver las largas filas que se formaron en el Congreso de los Diputados para darle su último adiós o escuchar las palabras de sus alumnos de la Facultad de Química de la Universidad Complutense, donde impartía clases, destacando su profesionalidad. El que fuera vicepresidente del Gobierno con Zapatero destacó siempre por su sentido de Estado y por el diálogo y el consenso con el resto de fuerzas políticas, algo que se echa mucho en falta en nuestro país en estos momentos. Sin embargo, con la mejor encuesta en la mano, la que arrojaron las urnas el pasado 28 de abril, parece que seguir la estela de Rubalcaba va a ser una obligación para los políticos, ya que están condenados a entenderse vistos los resultados, en los que ninguna fuerza destaca ampliamente sobre las demás. La diferencia entre algunos representantes o candidatos y el político socialista es que el diálogo solo llega a buen puerto cuando sale del corazón y no cuando te sientas a negociar porque no te queda más remedio si quieres alcanzar tus objetivos. La realidad es que los españoles pedimos acuerdos y que gobiernen únicamente con nuestras demandas en mente. Es hora de que demuestren si pasarán a la historia por ser buenos políticos, como Rubalcaba.



SÍGUEME EN LAS REDES SOCIALES:

@mamencrespo

@mamencrespocollada

LA FOTO DE LA SEMANA



Un guiño sentimental en plena campaña

Pedro Sánchez reivindicó el pasado lunes la figura de Alfredo Pérez Rubalcaba en un mitin celebrado en Zaragoza. Pocas horas antes, otro ilustre del PSOE como Felipe González reclamó la integración en las listas de personas cercanas al líder socialista.

EL SEMÁFORO



Una dura estadística que toca al orgullo

España deja de estar entre los 10 países de Europa más respetuosos con el colectivo LGTBi por la falta de una legislación que garantice sus derechos en todo el territorio estatal.



Los hijos de Rivas, otra vez en el foco

Juana Rivas, condenada a cinco años de prisión por la sustracción de sus dos hijos menores, ha presentado una nueva denuncia contra su expareja por supuesto maltrato a los niños.



Marc Gasol, un ejemplo también en la victoria

Mientras sus compañeros celebraban la clasificación para la primera final de Conferencia en la historia de Toronto Raptors, el pivote español consolaba a Joel Embiid, la estrella rival.





SMART MOBILITY

Lo haces por ti,
lo haces por el planeta.


En casa...
Te instalamos el punto de recarga.
Hasta un 90% de ahorro en tu consumo frente a un vehículo diésel o gasolina.

Y allá dondequiera que vayas...
Localiza en nuestra app el punto de recarga más cercano.

Y todo con energía 100% renovable.

Infórmate en:
900 24 24 24 | iberdrola.es

Energía 100% renovable con garantía de origen.



Los candidatos empiezan a desvelar sus promesas electorales

Desgranamos las principales propuestas de los aspirantes a la Presidencia de la Comunidad en materias como la educación, la sanidad, el transporte o los servicios sociales

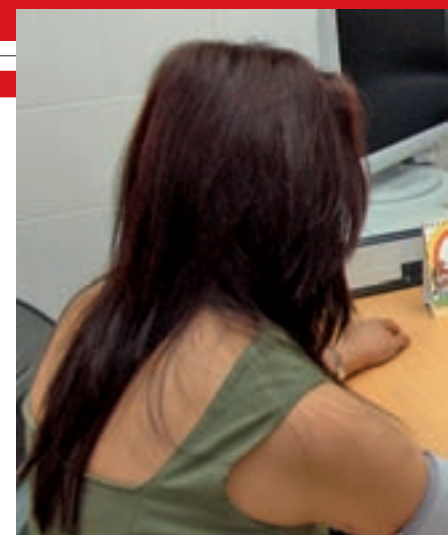
JAIME DOMÍNGUEZ
@JaimDominguez

Con la mitad de la campaña electoral ya consumida, los candidatos a la Presidencia de la Comunidad de Madrid ya han desgranado algunas de las propuestas con las que pretenden seducir a los madrileños que aún no hayan decidido su voto de cara al próximo 26 de mayo.

El bazar persa en el que se convierte cada periodo

electoral trae propuestas de todo tipo y condición, que en muchos de los casos no se llegan a convertir en realidad ni siquiera aunque los políticos que las lanzan acaben gobernando.

En cualquier caso, y con el fin de profundizar en las diferentes promesas de cada uno de los contendientes en la batalla por la Puerta del Sol, en las próximas dos semanas GENTE recogerá los principales puntos de cada programa electoral divididos



La sanidad es una de las principales competencias

PRINCIPALES MEDIDAS



Centro escolar bilingüe en Madrid GENTE

EDUCACIÓN

Becas para garantizar el acceso y libertad de elección

Los partidos se dividen entre los que quieren potenciar la modalidad pública y los que abogan porque lo padres puedan elegir

La educación es uno de los puntos fuertes de Ángel Gabilondo, profesor universitario y exministro del ramo. El candidato socialista aboga por potenciar la enseñanza pública y por garantizar con becas que ningún alumno deje sus estudios por motivos económicos. Quiere aumentar la inversión y una ley integral que dé "estabilidad" al sistema.

El PP sigue apostando por el bilingüismo, por la excelencia y por garantizar la "libertad de elección" de los padres sobre el centro al que acuden sus hijos. Ciudadanos quiere prohibir los móviles en los colegios y ha fichado como responsable educativa a una

impulsora de la racionalización de los deberes escolares, además de apostar por la "innovación".

Tanto Más Madrid como Unidas Podemos apuestan por introducir la educación sexual y la igualdad entre hombres y mujeres en las aulas, además de priorizar la inversión en los centros públicos. El partido de Isabel Serra profundiza aún más, señalando la eliminación progresiva de los conciertos.

Adoctrinamiento

Por último, Vox quiere "acabar con el adoctrinamiento" y que los libros de textos "sean reutilizables de un año para otro".



Hospital de La Paz LUCA HERNÁNDEZ / GENTE

SANIDAD

La atención primaria, en el centro del debate

La mayor dotación de los centros de salud es una de las claves para intentar acabar con el colapso que sufren algunos hospitales

Las propuestas de varios de los partidos en materia sanitaria giran en torno a la mayor dotación técnica y personal de los centros de atención primaria, una medida que llevan en sus programas PP, PSOE, Más Madrid, Unidas Podemos y Vox. Una de las razones es de acabar con el colapso existente en algunos de los hospitales de la región, que muchos de esos partidos también apuestan por reformar. Una de las mayores remodelaciones es la que se tiene que hacer en La Paz.

El aumento de las plantillas de trabajadores, sus mejoras laborales (como la eliminación de los contratos temporales) y el incre-

mento del tiempo que dedican a sus pacientes también figuran en los documentos de PSOE, UP y Vox. Ciudadanos apuesta por introducir "toda la tecnología" sanitaria disponible en el mercado para "curar en el menor tiempo posible".

Más ambulatorios

Los socialistas también quieren construir 30 nuevos ambulatorios y reformar los existentes, así como implantar un programa de salud bucodental. Unidas Podemos quiere suprimir el área única e iniciar la reversión de la privatización de los hospitales revisando el cumplimiento de los pliegos de adjudicación.



Huelga en el metro de Madrid CHEMA MARTÍNEZ / GENTE

TRANSPORTES

Entre las huelgas de Metro y el conflicto del taxi

El suburbano madrileño recibirá un fuerte impulso • Varios partidos se posicionaron en el enfrentamiento entre taxistas y VTC

Hablar de transporte público en la Comunidad de Madrid es hacerlo de Metro y de taxi, los dos sectores en los que el Gobierno regional tiene competencias. El suburbano ha sufrido en los últimos meses las huelgas del Sindicato de Maquinistas, que exige mejoras salariales y contractuales y la contratación de más personal.

Si hacemos caso al programa de los partidos políticos están de enhorabuena, ya que todos (menos Vox, que no hace referencia al transporte público), contemplan más inversión, más trenes, más trabajadores, mejoras en las estaciones e incluso la prolongación del recorrido.

Muchos de ellos también se comprometen a adaptar las tarifas a las necesidades de los viajeros y Ciudadanos llega a prometer abrirlo 24 horas los fines de semana.

Sin consenso

Lo que no provoca tanto consenso es el asunto del taxi. Unidas Podemos se ha posicionado desde el principio del lado de los taxistas, hasta el punto de citar a Uber y Cabify como "empresas que precarizan el empleo y cotizan en paraísos fiscales".

PP y Ciudadanos apuestan por la liberalización del sector para que ambas partes compitan en igualdad de condiciones.





Comunidades de la Comunidad GENTE

por sectores. En esta primera entrega nos centraremos en algunos de las cuestiones que más preocupan a los ciudadanos y que son competencia de las comunidades autónomas, como la sanidad, la educación, el transporte público y las políticas sociales.

Cuestiones económicas

Para la semana que viene quedarán cuestiones de índole más económica, quizá las que más diferencias provocan entre los partidos,

LAS MEDIDAS
SE PUEDEN
ENCONTRAR EN
LOS PROGRAMAS
ELECTORALES

LOS PARTIDOS
PRETENDEN
SEDUCIR A LOS
VOTANTES
INDECISOS

como la política fiscal que pretende implementar cada candidato, sus apuestas para fomentar el empleo en la región, las medidas a la hora de proteger el medio ambiente y evitar la contaminación o las que tienen que ver con la gestión de suelo y la promoción de la vivienda.

La totalidad de estas medidas se pueden consultar en los programas electorales de las diferentes formaciones. En el caso del Partido Popular, al cierre de esta edición no

tenía disponible el documento completo, aunque sí un manifiesto con las líneas fundamentales. Ciudadanos solo tenía un decálogo con sus apuestas.

También es particular el caso de Vox, que tiene un único programa electoral para todas las comunidades autónomas, sin medidas concretas que tengan en cuenta las cuestiones propias de cada uno de los territorios en los que se celebran los comicios regionales.



Taller para mujeres en riesgo de exclusión social

SERVICIOS SOCIALES Y FAMILIA

Apoyo a los vulnerables y fomento de la maternidad

Todos los partidos hablan de las ayudas a las familias, pero de forma muy diferente

- Se quiere potenciar la ley de dependencia

En este asunto es donde más se detectan las diferencias ideológicas de los partidos. Todos quieren apoyar a las familias, pero mientras Más Madrid, Unidas Podemos e incluso el PSOE hablan de los distintos tipos que hay en la sociedad actual y de apoyar sobre todo a las más desfavorecidas con distintas ayudas (UP propone una renta garantizada superior a la RMI), tanto PP como Vox se han centrado mucho en el fomento y la protección de la maternidad, con medidas que pretenden reducir (o prohibir en el caso de Vox) el aborto.

La eliminación de las listas de espera para acceder a las ayudas para la de-

pendencia es otro de los puntos en los que todos coinciden, así como en las mejoras de la calidad de vida de los discapacitados.

Propuestas

Vox llega a incluir en su programa la creación de una Consejería de Familia y una batería de medidas para facilitar la conciliación, mientras que Unidas Podemos hace especial hincapié en la necesidad de acabar con los desahucios, atacando directamente a los bancos que los promueven. El PSOE incide en la necesidad de atacar un problema como el de la pobreza infantil, que afecta al 30% de los menores madrileños.

RENFE INFORMA



PLAN DE MODERNIZACIÓN DE CERCANÍAS PARA 2019

Con motivo del plan de modernización de las infraestructuras ferroviarias de Madrid y de las obras que va a realizar Adif, desde el **2 de junio** se verán modificadas las líneas **C1, C2, C7, C8 y C10** con el **corte total del túnel de Recoletos** y el cierre de la estación, sin servicio de trenes entre **Atocha y Chamartín hasta el mes de noviembre**. El **túnel de Sol** permanecerá operativo. Y desde el **1 de julio hasta el 31 de agosto** se extiende el corte entre **Delicias y Atocha** por obras en la estación exterior de **Méndez Álvaro**.

PLAN ALTERNATIVO DE TRANSPORTE

Renfe Cercanías Madrid ha establecido un Plan Alternativo de Transporte para facilitar la movilidad y reducir las molestias ocasionadas por las mejoras:

- **Servicio especial EMT** entre Atocha y Nuevos Ministerios con parada en Recoletos (2 de junio-noviembre).
- **Servicio especial por la vía de contorno** para el Corredor de Henares en ambos sentidos desde Guadalajara a Chamartín.
- **Mantenimiento de la frecuencia en los servicios del aeropuerto** desde y hasta Chamartín.
- **En el pasillo verde** desde el 2 de junio las líneas C1, C7 y C10 circularán con su frecuencia habitual. También la C8 que viene desde Cercedilla, solo circula hasta y desde Chamartín. A partir del 1 de julio, y hasta el 31 de agosto, se establecerá un Servicio Especial de autobuses de la EMT entre Delicias y Méndez Álvaro, y entre Delicias-Atocha y Recoletos (líneas regulares).
- **Refuerzo en el túnel de Sol** entre Viverde Bajo y Chamartín para las líneas C3 y C4.
- **Acondicionamiento de la estación de Príncipe Pío** para los servicios de Media Distancia Madrid-Valladolid-Palencia/León, Madrid-Burgos-Vitoria/Irún y Madrid-Salamanca junto con el Regional Ávila-El Escorial-Ávila.
- **Amplio despliegue para informar a los viajeros** con personal de información y puntos fijos de atención en estaciones.

DISCULPEN LAS MOLESTIAS

MÁS INFORMACIÓN
EN LOS DISTINTOS PUNTOS DE ATENCIÓN AL USUARIO:

personal
en estaciones

llamando al
91 831 45 20

en
renfe.com

en Twitter
[@CercaniasMadrid](https://twitter.com/CercaniasMadrid)





ISABEL DÍAZ AYUSO CANDIDATA DEL PP PARA LA COMUNIDAD DE MADRID

"Con mi Plan de Vivienda, 25.000 jóvenes podrán independizarse"

Si es presidenta, potenciará la FP, revitalizará los pueblos de la Comunidad y hará gratuito el transporte para los mayores de 65 años ● Negociará cualquier cosa si tiene que pactar, menos la bajada de impuestos

POR MAMEN CRESPO COLLADA (@mamenrespo) | FOTO DE CHEMA MARTÍNEZ

No le afectan los resultados que el pasado 28 de abril en las elecciones generales llevaron a su partido al abismo. De hecho, está viviendo esta campaña electoral con la misma ilusión que tiene desde enero, cuando fue elegida candidata a la Comunidad de Madrid.

¿Se ve ya de presidenta de la Comunidad de Madrid?

Sí. Desde enero tengo la sensación de responsabilidad, la ilusión de pensar que puedo seguir transformando la

"TODOS TENEMOS RESPONSABILIDAD EN LO QUE PASÓ EN LAS GENERALES"

"NADA MÁS LLEGAR A LA PRESIDENCIA BAJARÉ LOS IMPUESTOS"

Comunidad y el sentimiento de compromiso que lleva dirigir una administración de más de seis millones de personas.

¿Ha afectado a su ilusión lo que ocurrió el 28 de abril en las elecciones generales?

Me afectó más la campaña en sí porque yo hablaba de impuestos, visitaba pueblos y hospitales, estaba con la gente del campo, hablaba de la FP, de los jóvenes... y nadie me lo recogía en los medios. Ahora tengo la ilusión de que, por fin, me preguntan por mí y por mi proyecto.

¿Cree que hay que echarle la culpa a Pablo Casado de lo que ocurrió?

Todos tenemos responsabilidad, pero es cierto que su situación era la de una tormenta perfecta. Heredó un partido cuyo electorado se fragmentó en tres y había un Gobierno que fue a elecciones cuando le convenía y que utilizó todos los medios a su alcance.

¿Qué será lo primero que hará si es presidenta?

Tres cosas rápidas. La primera, quitarle el precio al transporte para los mayores, al mes siguiente no lo pagarán. Iniciar el plan de vivienda joven con el que quiero que 25.000 jóvenes en Madrid puedan inde-

pendizarse, y empezar a bajar los impuestos para que los autónomos puedan contratar, y que las madres que acaban recuperarse de la baja maternal y sean autónomas tengan ayudas.

¿Con quién va a pactar?

Quiero ver cómo quedan los resultados y qué quieren los madrileños.

¿No hay cordones sanitarios hacia ningún partido?

Lo único en lo que no pienso entrar es en el debate de mandar al colectivo LGTBI a la Casa de Campo, en quitar las autonomías o en subir impuestos.

Uno de los pactos que se pueden reeditar es el de Andalucía. ¿Se ha puesto en la tesitura de que Ángel Garrido sea consejero de su Gobierno?

Todo puede ser, porque en esta última parte de la legislatura he visto de todo. Lo importante ahora es que yo no quiero repetir lo que ha pasado en las generales, donde Vox, Ciudadanos y el PP miraban a los lados.

¿En qué se diferencia de sus dos predecesoras: Aguirre y Cifuentes?

Yo soy una mujer de otra generación y en otra circunstancia. Ellas transformaron Madrid en su momento y ahora me toca a mí. Esta legislatura no será de grandes infraestructuras

porque hoy hay problemas muy claros, que antes no existían y que hay que resolver.

Pues una de sus primeras propuestas fue un hospital en la sierra.

Hay un problema y es que la zona Norte necesita más movilidad, transporte y servicios públicos. Tengo un plan concreto que pasa por mejorar la conectividad y llevar centros de 'coworking' para que los emprendedores de la zona trabajen allí o para que lle-

"PUEDE SER QUE GARRIDO SEA CONSEJERO DE MI GOBIERNO. HE VISTO DE TODO"

"FOMENTO ME TENDRÁ LLAMANDO CADA DÍA PARA PEDIR MEJORAS"

guen jóvenes a hacerlo. Lo que quiero es que un madrileño, en cualquier pueblo, lo tenga todo.

¿Cómo convencerá al nuevo ministro de Fomento de las necesidades que tiene Madrid en materia de transporte?

Me tendrán llamando todos los días al Ministerio hasta que consiga traer a Madrid las infraestructuras que son necesarias.

¿Qué va a hacer con los impuestos?

Habrán rebajas fiscales para las personas que pongan en alquiler su vivienda y para las familias que se compren una casa nueva y tengan un hijo, que se podrán deducir hasta 7.000 euros. Aquellas mujeres que se recuperen de una maternidad y sean autónomas tendrán una tarifa plana como la de los autónomos jóvenes, 2 años a 50 euros. Vamos a bajar los impuestos a los que contratan para que les ayuden en casa con el cuidado de hijos y mayores. La idea es rebajas para el empresario y autónomo, para el que se anima a tener hijos y para el que apuesta por poner su casa en alquiler. Para todos los que emprenden, se arriesgan, mueven la economía... Y que ponen de su parte y su vida todos los días por la sociedad.



Válido para reservas realizadas entre el 3 de mayo y el 30 de junio. Reserva por solo 60€ por reserva; este importe no es reembolsable a descuento del anticipo. Consulta condiciones y productos asociados a esta promoción. Si encuentras un precio mejor, te lo igualamos: consulta condiciones de cada tour operador. Regalo de Google Home Mini: válido para reservas superiores a 1.000€, consulta condiciones y proveedores asociados a esta promoción. (*) Pago hasta en 10 meses: Pago en 10 meses para viajes destino internacional y cruceros y Pago en 6 meses para viajes destino nacional. Financiación ofrecida por Financiara El Corte Inglés E.F.C., S.A. y sujeta a su aprobación. Consulta condiciones y planes de financiación en Viajes El Corte Inglés. Plazas limitadas. C.I.C.MA 59, Hermostilla, 112 - Madrid.



VIAJES *El Corte Inglés*

PRESENTA



RESERVA
POR SOLO 60€



SI ENCUENTRAS
UN PRECIO MEJOR,
TE LO IGUALAMOS



PAGO HASTA
EN 10 MESES (*)

¡VERANO!

DE CINE



Google Home Mini

Ok Google, ¿a qué hora sale mi próximo vuelo?

Llévate un **Google Home Mini de regalo** al contratar tu viaje y el Asistente de Google te ayudará a pasar un verano de cine

Costas
desde **20€**

Islas
Vuelos + Hotel + Traslados
7 noches
desde **310€**

Caribe
Vuelos + Hotel + Traslados
7 noches • Todo incluido
desde **750€**

Y además, Cruceros, Europa y Grandes Viajes

Financia tus viajes en:
WEB | AGENCIA | TELÉFONO

902 400 454
viajeselcorteingles.es



VIAJES *El Corte Inglés*

Una sonrisa de ida y vuelta

Saca tu
URBAN
a pasear



MÁS DE **1.125.000**
TALONARIOS DISTRIBUIDOS
EN MADRID

Disfruta en este talonario de las mejores ofertas de estas marcas



Además, hazte con tus **cupones descuento GRATIS** en **urbancheck.com**

SÍGUENOS EN
FACEBOOK
www.facebook.com/urbancheck
TWITTER
www.twitter.com/urbancheck
INSTAGRAM
www.instagram.com/urbancheck_spain

y participa en los concursos que tenemos en exclusiva para ti. Podrás llevarte un montón de premios y descubrir muchas más ofertas.



GENTE
@gentedigital

El PSOE de Ángel Gabilondo ganaría las elecciones de la Comunidad de Madrid el próximo 26 de mayo logrando entre 33 y 38 escaños en la Asamblea y podría gobernar con la suma de los votos de Más Madrid, que obtendría entre 16 y 18 representantes, y Unidas Podemos, que sacaría entre 17 y 19 diputados autonómicos. Así lo recoge el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) en su macroencuesta electoral con vistas a los comicios autonómicos, municipales y europeos del 26 de mayo, realizada entre el 21 de marzo y el 23 de abril con 17.641 entrevistas.

Según estos resultados, el PP perdería el Gobierno por primera vez desde hace 24 años, y se quedaría en la Asamblea como segunda fuerza política, liderando el bloque de derechas con entre 29 y 33 escaños. Ciudadanos no conseguiría hacer su ansiado 'sorpaso' a los populares y tendría que conformarse con entre 21 y 24 diputados, mientras que entraría Vox al Parlamento madrileño con entre 6 y 8 representantes.

Horquillas

Teniendo en cuenta que en la próxima legislatura la Cámara madrileña contará con 132 escaños, la mayoría absoluta necesaria para poder ser investido presidente se sitúa en 67. El CIS le da al bloque de izquierdas (PSOE, Más Madrid y Podemos) una horquilla que va desde los 66 a los 75 diputados, por lo que tendría muchas posibilidades de gobernar. Los partidos de derecha y centro-derecha (PP, Cs



Ángel Gabilondo ganaría las elecciones autonómicas

El CIS ve a Gabilondo como ganador de las elecciones

El candidato socialista tendría que pactar con Más Madrid y con Unidas Podemos para gobernar • El Partido Popular sería segundo y no se vería sobrepasado por Ciudadanos

VOX ENTRARÍA EN
LA ASAMBLEA
CON 5 O 6
REPRESENTANTES
AUTONÓMICOS

y Vox) obtendrían entre 56 y 65, según esta encuesta.

En estimación de voto, el PSOE sacaría un 26,1% y el PP un 22,9%, mientras que Ciudadanos se queda con el 16,4%, seguido de Podemos, con un 13% y Más Madrid con el 12,8%. Vox se sitúa en el 5,8%. Por otro lado, el 12,4% de los madrileños encuestados simpatiza más con el PSOE, mientras que el 7,6% lo hace con el PP, el 8 por cien-

to con Ciudadanos, el 2,2% con Podemos, el 1,7% con Vox, el 1,4% con IU, el 0,8% con PACMA y el 0,5% con Unidas Podemos.

En la pregunta donde se suman los votos y la simpatía, el mayor porcentaje se lo lleva el PSOE, con el 22,4%. Le siguen el PP, con el 16,2%; Ciudadanos, con el 11,3%; Más Madrid, con el 9,3 por ciento; Podemos, con el 9,2%; y Vox, con el 3,8%.

Los políticos se mezclan con los chulapos

La mayoría de los candidatos acudieron a la Pradera el pasado miércoles • Pablo Casado y Albert Rivera arroparon a sus líderes regionales

GENTE
El San Isidro más político tomó el pasado miércoles la Pradera entre chulapos, chotis y candidatos a las elecciones municipales y autonómicas del 26 de mayo, que, en su mayoría, acudieron a la cita, algunos arropados por sus líderes nacionales, como los

del PP y Ciudadanos, que contaron con la presencia de Pablo Casado y Albert Rivera, respectivamente.

Desde la Pradera y tras asistir a la tradicional misa, la alcaldesa y candidata de Más Madrid ciudad, Manuela Carmena, aseguró que pedirá al patrón de la ciudad, San Isi-



Carmena en la Pradera

dro, "todo lo mejor" para la capital. "Estoy casi segura de que el santo me va a decir que continúe", bromeó, flanqueada por su compañero de cartel, Íñigo Errejón.

Otro de los momentos de la jornada fue cuando la candidata de Cs al Ayuntamiento de Madrid, Begoña Villacís, anunció que su hija nacerá este viernes día 17 en un parto programado, algo que tendrá lugar en el ecuador de la campaña electoral.

El resultado de las elecciones se conocerá de madrugada

La obligación legal de contar primero los votos de las europeas ralentizará todo el proceso ● Los últimos datos serán los de los comicios regionales

GENTE
@gentedigital

La coincidencia de varias elecciones el próximo 26 de mayo (europeas, municipales y autonómicas) demorará la publicación de los resultados oficiales, según explicó el pasado viernes la portavoz del Gobierno en funciones, Isabel Celaá, tras la reunión del Consejo de Ministros. El motivo es que la Ley Orgánica del Régimen Electoral General (LOREG) obliga a contar primero las papeletas de las elecciones europeas y, solo después, las de las municipales, y finalmente las autonómicas.

Sin embargo, el escrutinio de los comicios al Parlamento Europeo no podrá hacerse público hasta las 23 horas, porque la normativa comunitaria prohíbe dar datos hasta que no se cierren todos los colegios en todos los países, y en Italia están abiertos hasta entonces. Eso sí, fuentes del Ejecutivo central dan por hecho que cuando se den a co-

nocer estos datos será ya con un alto porcentaje de voto escrutado.

A las 21 horas

Las mesas de votación que finalicen con el recuento de las europeas podrán empezar a contar los votos de las municipales, de manera que,

EL CIERRE DE LOS COLEGIOS A LAS 23 HORAS EN ITALIA ES UNO DE LOS PROBLEMAS

a partir de las 21 horas, se podrán difundir a través de la web (Resultados.elecciones-locales19.es) y las aplicaciones móviles. Sin embargo, esos datos reflejarán “un porcentaje muy poco representativo del total de las mesas, debido a que corresponderán a poblaciones pequeñas”, indicó Celaá.

Por su parte, las cifras correspondientes a las elecciones autonómicas, en aque-



La portavoz del Gobierno en funciones, Isabel Celaá

llas comunidades en las que se celebran, serán ofrecidas por los respectivos Gobiernos regionales una vez que haya finalizado el recuento de las municipales. Los datos definitivos no se conocerán hasta entrada la noche. En Madrid, la previsión más optimista del Ejecutivo presidido por Pedro Rollán es que hasta las dos de la madrugada no se conozca al ganador de las elecciones. La jornada electoral, por lo tanto, será más larga de lo habitual.

Cs

¡VAMOS! MADRID

- ✓ Bajaremos los impuestos a los madrileños
- ✓ Impulsaremos a autónomos, PYMES y emprendedores
- ✓ Ayudaremos a nuestros jóvenes a emanciparse
- ✓ Aumentaremos la inversión en sanidad e invertiremos en un transporte digno

IGNACIO AGUADO
Candidato a la Presidencia de la Comunidad de Madrid

Errejón no estará en el debate de Telemadrid

Participarán los representantes de PP, PSOE, Ciudadanos, Podemos y Vox

REDACCIÓN

Isabel Díaz Ayuso (PP), Ángel Gabilondo (PSOE), Isabel Serra (Unidas Podemos), Ignacio Aguado (Ciudadanos) y Rocío Monasterio (Vox) serán los protagonistas del de-

bate que organiza este domingo 19 de mayo Telemadrid entre los candidatos a las Presidencias de la Comunidad.

El gran ausente será el número 1 de la lista de Más Madrid, Íñigo Errejón, al que la Junta Electoral Central no ha permitido acudir por representar a una formación que aún no ha acreditado resultados relevantes en la región.

Puigdemont recogerá su acta de eurodiputado

GENTE

El cabeza de lista de JxCat a las elecciones europeas, el expresidente de la Generalitat Carles Puigdemont, explicó el pasado lunes que su intención es coger el acta de eurodiputado si es elegido, con lo que deberá dejar su escaño en el Parlament, por lo que no tiene "interés" a ser candidato en unas eventuales catalanas. Puigdemont no aclaró si vendrá a España a recoger el acta y se limitó a preguntar si el Estado respetará "las reglas del juego".

Por su parte, el ministro en funciones de Asuntos Exteriores, Josep Borrell, explicó que si Puigdemont quiere recoger el acta deberá hacerlo "de acuerdo a Derecho", esto es, yendo a Madrid a acatar la Constitución antes de estar cubierto por la inmunidad parlamentaria. "Esas cosas no son caprichosas, están regladas por las normas y las normas están para cumplirlas", indicó.

Interior no prevé retirar las concertinas hasta otoño

GENTE

El Ministerio del Interior no ha comenzado a retirar las concertinas de las vallas fronterizas de Ceuta y Melilla con Marruecos, ni tiene previsto empezar a hacerlo al menos hasta que pase el verano, según señalaron fuentes de este departamento. Estas mismas fuentes afirmaron que los trabajos para la puesta en marcha del plan integral de refuerzo y modernización de las fronteras de ambas ciudades autónomas "siguen avanzando".

Desde Interior no dieron un plazo concreto para hacer efectiva la sustitución de las concertinas, si bien matizaron que una de las medidas que se llevarán a cabo antes, concretamente el sistema de reconocimiento facial, "estará ejecutada en verano". Así las cosas, la retirada se demorará, al menos, hasta después del verano.



Imagen del hemiciclo en la pasada legislatura

Comienza la negociación de la Mesa del Congreso

PSOE, PP, Ciudadanos y Podemos tienen casi cerrado el reparto de los asientos, que no incluiría a independentistas

● Todavía es una incógnita la ubicación de Vox en el hemiciclo

GENTE

@gentedigital

Las cuatro grandes formaciones del Congreso tienen casi cerrado el reparto de los nueve puestos de la nueva Mesa del Congreso y están negociando otras cuestiones de intendencia de la Cámara Baja como la ubicación de los grupos en el hemiciclo, los despachos que les corresponderán en la sede parlamentaria y otros puestos institucionales como las presidencias

ACUERDOS

El Gobierno, después del 26

El secretario general de Podemos, Pablo Iglesias, señaló que está convencido de que Unidas Podemos gobernará junto al PSOE y matizó que el proceso de diálogo "va a iniciarse después de las elecciones" autonómicas y municipales.

de las futuras comisiones parlamentarias.

La vicesecretaria general del PSOE, Adriana Lastra, es la encargada de liderar las negociaciones como representante del partido más votado en las elecciones generales y ya ha hablado con los principales grupos de la Cámara. El PP designó a su 'número dos' como representante en las conversaciones, el secretario general del partido, Teodoro García Egea, mientras que Miguel Gutiérrez e Irene Montero son los inter-

locutores de Ciudadanos y de Unidas Podemos, respectivamente.

Conforme a los resultados electorales, todo apunta a una Mesa presidida por el PSOE y en la que los otros ocho puestos se repartirán entre los cuatro grandes partidos: PSOE, PP, Ciudadanos y Unidas Podemos a razón de dos plazas cada uno (una Vicepresidencia y una Secretaría). El orden jerárquico se definirá tras las votaciones de la sesión constitutiva del

LA PRESIDENCIA
SERÁ PARA LOS
SOCIALISTAS,
COMO PARTIDO
MÁS VOTADO

próximo martes 21 de mayo. Finalmente parece haberse desechado la opción de sumar con formaciones soberanistas para dar entrada a ERC o PNV a costa de Ciudadanos. La vicepresidenta Carmen Calvo dejó claro el pasado lunes que en la Mesa deben estar los que tienen más escaños y que no es preciso incorporar a todos los grupos.

Intendencia

Pero además, los partidos están negociando otras cuestiones de intendencia de la Cámara, como la ubicación en el Salón de Plenos y en las distintas dependencias. Todos los diputados tienen garantizado un asiento en el hemiciclo y un despacho, pero su distribución suele ser motivo de discrepancia cada inicio de legislatura, y ahora la situación parece más complicada al entrar Vox, cuyo encaje es una incógnita.

2018 fue el año con menor superficie quemada

GENTE

El 2018 se convirtió en el año con menor superficie arrasada por el fuego en toda la serie histórica, que comenzó hace medio siglo, en 1968, según el avance informativo de 2018 de la Estadística General de Incendios Forestales, del Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, que destaca que fue el ejercicio con menos incendios forestales del último decenio, con 7.143 siniestros frente a la media de 12.573.

De acuerdo con estos datos, el número cayó casi a la mitad, un 43,19% entre 2008 y 2018, es decir en el decenio y además, se contabilizó un descenso del 37,75% en el número de conatos, aquellos en los que no se quema ni una hectárea, y del 53,67% el número de incendios, en los que arde más de una hectárea.

Histórico resultado

El histórico resultado de 2018 arroja también una disminución respecto a la media de la superficie quemada, en concreto, cayó un 66,16% el área arbolada afectada por las llamas y un 75,19% el forestal.

De hecho, los datos confirman que 2018 resultó también ser el año con menor superficie afectada del decenio y de toda la serie histórica disponible, es decir, desde 1968, con un total de 25.162 hectáreas.

Por zonas, el mayor número de siniestros se concentró durante 2018 en la región noroeste.

La viuda de Rubalcaba agradece el apoyo

En una carta abierta pone en valor el respeto y afecto recibido ● Se dirige a las miles de personas que esperaron horas para despedirse

GENTE

Pilar Goya, viuda del exvicepresidente del Gobierno y exlíder socialista Alfredo Pérez Rubalcaba, difundió el pasado lunes una carta abierta en la que ha agradecido a las personas e instituciones el

"apoyo, respeto y afecto" que ha recibido tras la muerte de su marido.

La misiva comienza con un agradecimiento directo al Hospital Puerta de Hierro de Majadahonda (Madrid) y a su personal, así como a los



Un momento en la capilla ardiente en el Congreso

profesionales de los medios de comunicación, que, a su juicio, "hicieron su trabajo de una manera admirable y absolutamente respetuosa".

Asimismo, la viuda agradeció al Congreso de los Diputados y a su Mesa por decidir por unanimidad acoger la capilla ardiente que visitaron cerca de 8.000 personas.

Por último, Goya ha querido acordarse de las miles de personas, "entre las que había muchos de sus alumnos y alumnas, que esperaron horas para despedirse" de Rubalcaba en el Congreso.

Isabel Díaz Ayuso anuncia la mayor rebaja de impuestos de la historia de Madrid



Para todos los madrileños	<ul style="list-style-type: none"> • Reduciremos en 0,5 puntos todos los tramos de la tarifa del IRPF, hasta sumar 2,5 puntos, rebajando en 300 millones la factura fiscal anual. Los contribuyentes pagarán hasta un 5,5% menos.
Por nacimiento, adopción o acogimiento	<ul style="list-style-type: none"> • Cuando se obtenga el título de familia numerosa se pagará la mitad del IRPF autonómico durante tres años. Si el título es de categoría especial, nada durante esos tres años. • Cuando nazca o se adopte un hijo se podrá deducir 700 euros durante los tres primeros años (2.100 €). • Incluiremos a los niños en acogimiento familiar en la bonificación del 99% del Impuesto sobre Sucesiones y Donaciones.
Para las familias y el cuidado de mayores	<ul style="list-style-type: none"> • Las familias que cuiden a un mayor de 65 años tendrán derecho a una deducción en el IRPF de 500 euros/año. • Se podrá deducir el 25% de las cotizaciones a la Seguridad Social por cuidadores de hijos de 0 a 3, mayores o personas con discapacidad.
Para el acceso a la vivienda	<ul style="list-style-type: none"> • Las familias que tengan un hijo y cambien de vivienda deducirán en el IRPF hasta 10% de precio de adquisición, prorrateado en 10 años. • Los jóvenes madrileños de hasta 30 años se podrán deducir el 25 % de los intereses de la hipoteca para adquirir su vivienda (hasta 1.000 euros anuales). • Los arrendadores de vivienda podrán deducirse hasta el 10% de los gastos derivados del alquiler. Así se favorece que haya más viviendas en arrendamiento. • Los jóvenes madrileños en régimen de alquiler podrán deducirse hasta un 20% más que en la actualidad (1.200 euros).
Para la educación	<ul style="list-style-type: none"> • Los estudiantes podrán deducir en el IRPF el 100% de los intereses de préstamos para costear sus estudios en grado universitario, máster y doctorado. • Ampliaremos al 15% la actual deducción por enseñanza de idiomas.
Para los emprendedores	<ul style="list-style-type: none"> • Se incrementará hasta el 40% la deducción en el IRPF de inversión en adquisición de acciones y participaciones de entidades de nueva creación que creen empleo indefinido.
Para los autónomos	<ul style="list-style-type: none"> • Menos cotizaciones, reforzando la Tarifa Plana de 50 euros durante dos años para los nuevos autónomos. • Ampliaremos a dos años la Tarifa Plana para mujeres autónomas que se incorporan a la actividad tras la maternidad.
Para la prosperidad	<ul style="list-style-type: none"> • Menos trabas, reduciendo plazos burocráticos y flexibilizando los trámites que retrasan el desarrollo de la ciencia, la innovación y la investigación.



El 57% está en contra de limitar la velocidad urbana

Más de la mitad de los españoles no quiere ir más despacio en ciudad

El 57% de los encuestados por el Centro de Demoscopia de Movilidad está en contra de que el límite máximo en el casco sea de 30 km/h

GENTE

El 57% de los españoles se muestra en contra de reducir el límite de velocidad en ciudades a los 30 km/h, mientras que un 49% no está de acuerdo con limitar a 70 km/h la velocidad en las vías de acceso a las ciudades como forma de reducir la contaminación. Este porcentaje aumenta considerablemente entre los madrileños: un 72% y 64%, respectivamente.

Así lo pone de relieve el estudio elaborado por el Centro de Demoscopia de Movilidad, que se ha basado en una encuesta realizada a cerca de 8.500 personas de toda España.

Reducir la velocidad en ciudades es una de las propuestas en las que actual-

mente se encuentra trabajando la DGT y es una de las iniciativas que persigue el PSOE en materia de Seguridad Vial. En el anterior Gobierno, con Pedro Sánchez como presidente, se aprobó la bajada del límite de velocidad en carreteras convencionales de 100 a 90 km/h.

Ayudas para comprar

El informe destaca que la propuesta con más apoyo es la ayuda a la compra de vehículos menos contaminantes (86%) y el aparcamiento gratuito para vehículos con la etiqueta CERO (74%). Además, un 67% está de acuerdo en peatonalizar las calles y en la creación de carriles exclusivos para la circulación de las bicicletas (74%).

Las empresas ya tienen que registrar la jornada diaria de sus trabajadores

El objetivo del Gobierno es que no se quede ninguna hora extra sin pagar por las empresas, algo que ocurre en la actualidad

- CEIM pide aplazar la medida hasta saber cómo se aplicará

GENTE

@gentedigital

Las empresas están ya obligadas a registrar diariamente la jornada de sus trabajadores, en virtud de un Real-Decreto ley aprobado por el Gobierno el pasado mes de marzo en el que se daba a las empresas un plazo de dos meses, hasta el 12 de mayo, para adaptarse a esta nueva normativa.

El objetivo de esta medida es medir la duración de las jornadas laborales y, por lo tanto, las horas extraordinarias, y también los descansos, que no pueden ser inferiores a doce horas entre final e inicio de jornada ni a 36 semanales, aunque con peculiaridades sobre su ubicación en el calendario según el sector de que se trate.

6,4 millones de horas

Cada semana de 2018 se realizaron 6,4 millones de horas extraordinarias en España. Al 48% de los trabajadores que realizan horas extra éstas no se les abonan, por lo que tampoco cotizan por ellas a la Seguridad Social.

El registro obligatorio que las empresas deben tener listo desde el domingo tiene que incluir el inicio y finalización de la jornada del trabajador, sin perjuicio de la flexibilidad horaria, y se organiza-



El registro es ya obligatorio

EL GOBIERNO HA PUBLICADO UNA GUÍA PARA AYUDAR A LAS EMPRESAS

rá y documentará mediante la negociación colectiva o acuerdo de empresa o, en su defecto, por decisión del empresario previa consulta con los representantes legales de los trabajadores. En caso de no existir representación legal

de los trabajadores, será la empresa quien determine cómo se organizará y documentará el registro de jornada. No obstante, si la empresa estuviese de acuerdo, se puede crear una comisión 'ad hoc' para negociar el sistema o pactarlo con cada trabajador en su contrato de trabajo.

Problemas

Desde CC.OO. y UGT creen que va a haber "bastantes problemas" con la implantación "asimétrica" del registro de jornada y han alertado de que, en las empresas en las que no hay representación sindical, puede que los empresarios recurran a un sistema diseñado "a su antojo".

Por otro lado, CEIM ya ha anunciado que pedirá al Gobierno que aplaque la aplicación de esta nueva medida laboral hasta "saber cómo va a aplicarla".

El Ministerio de Trabajo, Migraciones y Seguridad Social publicó el pasado lunes una guía sobre el registro de jornada para facilitar la aplicación de esta norma a todas las empresas, que deben cumplirla desde su entrada en vigor el pasado 13 de mayo.

La Guardia Civil celebra su 175 aniversario

Los Reyes presidieron el pasado lunes, en la Plaza de la Armería del Palacio Real de Madrid, el acto de homenaje por el 175 aniversario de la Guardia Civil, una ceremonia en la que el Instituto Armado subrayó su neutralidad política y su compromiso con la llamada España vacía, así como su naturaleza militar. El acto contó además con la presencia de Pedro Sánchez.



Las denuncias por malos tratos tardan hasta 8 años

El 89% de las mujeres denunciantes afirman haber sufrido violencia psicológica

GENTE

Las mujeres víctimas de violencia de género tardan una media de 8 años y 8 meses en verbalizar su situación y expresar la violencia que sufren, ya sea contándolo a tra-

bajadores de los servicios que en cada comunidad autónoma existen para darles apoyo y asesoramiento, o bien interponiendo denuncia contra su agresor.

Según el Gobierno, el 89% afirmó haber sufrido violencia psicológica; el 68% violencia física; el 42% violencia económica; el 25% violencia ambiental y el 23% violencia sexual.



¡España bebe por la belleza!

Una exclusiva bebida de colágeno lo hace posible

«Sí, yo bebo». Es una frase que últimamente se oye cada vez más. Lo que empezó en las redacciones de belleza, poco a poco también se oye en los desayunos con amigas o en las clases de yoga. Pero ¿a qué se refiere? El secreto: una bebida de colágeno única, Signasol (disponible en farmacias), que reafirma e ilumina la piel desde el interior.

Proksch et al., 2014, Skin Pharmacol Physiol 27:113-118; Proksch et al., 2014, Skin Pharmacol Physiol 27:47-55; Schunck et al., 2015, Journal of Medicinal Food 18(12):1340-1348 • La imagen representa a unas afectadas

Tener una piel tersa y sin arrugas durante toda la vida es el sueño de casi toda mujer. Sin embargo, con la edad se reduce la formación de colágeno en nuestro cuerpo y aparecen arrugas y celulitis. Así entra en juego

una tendencia de EE. UU., que desde hace poco está en boca de todo el mundo: colágeno que se bebe. Esta novedad también nos ha llegado aquí con Signasol, la nueva bebida de belleza, que en forma de ampolla bebible, fácilmente nos proporciona una piel firme desde el interior. Nos gustaría saber: ¿de verdad se puede beber la belleza? Nuestras expertas han analizado con detalle la bebida de colágeno Signasol y están convencidas de ello.

España bebe colágeno - ¿por qué?

Esta nueva bebida tiene como componente principal colágeno, ya que esta proteína es responsable de la elasticidad de la piel. Adicionalmente, los denominados péptidos de colágeno de Signasol tienen un peso molecular muy bajo - al contrario que el colágeno contenido en la mayoría de las cremas - por lo que pueden rellenar la piel considerablemente mejor. Además, la nueva bebida de

colágeno contiene vitaminas y minerales esenciales que contribuyen a una apariencia radiante de la piel. Signasol contiene también BioPerine®. Este biocatalizador natural se encarga de que el cuerpo pueda absorber bien todos estos valiosos componentes, algo fundamental, como han descubierto los investigadores. Por cierto, Signasol no solo puede reducir las arrugas desde el interior, sino también la celulitis.

Resultados impresionantes después de tan solo 8 semanas:

- ✓ Reduce las arrugas hasta en un 50%
- ✓ Aumenta el colágeno de la piel hasta en un 65%
- ✓ Reduce la celulitis

Para su farmacia:
Signasol
(CN-187551.8)

Diarrea, flatulencia o dolor abdominal una y otra vez

¿Qué hacer en caso de sufrir molestias intestinales recurrentes?

Cuando una y otra vez aparecen molestias intestinales desagradables, la calidad de vida se ve afectada. ¡Un producto sanitario exclusivo puede cambiar esta situación!

Los expertos hoy en día saben: si le aparece diarrea, flatulencia e hinchazón o dolor abdominal una y otra vez, algunas veces alternativamente, otras en combinación, posiblemente sea causado por un colon irritable. También denominado como colon irritable. Las desagradables molestias intestinales restringen a muchos afectados en sus rutinas diarias. A menudo, una gran parte de la calidad de vida se pierde.

¡Ahora esto puede haber terminado!

La posible causa: una barrera intestinal dañada

Cada vez más científicos opinan que la causa de las molestias intestinales recurrentes puede ser una barrera intestinal dañada. A través de estas lesiones, agentes patógenos y contaminantes pueden penetrar la pared intestinal y causar los síntomas típicos tales como diarrea, flatulencia e hinchazón o dolor abdominal.

Por cierto: se considera que el desencadenante de una barrera intestinal dañada es, entre otros, el estilo de vida moderno con una alimentación desequilibrada, estrés o la falta de actividad física. Esto también explica por qué entretanto el colon irritable se ha convertido en una enfermedad muy común, sobre todo en países industrializados. Sin embargo, los investigadores han descubierto la cepa de bifidobacterias *B. bifidum* MIMBb75, contenida solo en Kijimea

Colon Irritable, que puede ayudar exactamente en este caso.

Tratamiento efectivo gracias a una cepa de bifidobacterias exclusiva

Un grupo de científicos descubrió que la cepa de bifidobacterias contenida exclusivamente en Kijimea Colon Irritable se deposita directamente en la pared intestinal. Metafóricamente, se pega en la pared intestinal como un parche y la protege.

El mecanismo de acción fue demostrado científicamente

En un ensayo clínico se demostró: con la cepa de



La imagen representa a una afectada

bifidobacterias contenida en Kijimea Colon Irritable se pudieron aliviar significativamente las típicas molestias que sufren los afectados del colon irritable. En algunos casos, estas molestias incluso desaparecieron.

Aún más: la calidad de vida de los afectados mejoró significativamente. Kijimea Colon Irritable no necesita receta médica y puede adquirirse en farmacias. Además, no se conocen efectos secundarios.

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. (FSPT1172CA)

IGNACIO GARCÍA DE VINUESA CANDIDATO DEL PP A LA ALCALDÍA DE ALCOBENDAS

"El PP tiene otra oportunidad el 26 de mayo"

El alcalde revela sus promesas electorales mientras compra en un supermercado de la ciudad • Un centro de FP Dual, vivienda pública, soluciones al tráfico y un campamento urbano, entre sus retos para la próxima legislatura

POR MAMEN CRESPO COLLADA (@mamencrespo)

ELECCIONES 26-M

Si cualquier vecino de Alcobendas se acerca al supermercado Alcampo de la localidad, es muy fácil que se encuentre entre sus lineales con el alcalde y candidato del PP para las elecciones del 26 de mayo, Ignacio García de Vinuesa, ya que es el sitio en el que realiza la compra. El pasado lunes, GENTE le acompañó para conocer un poco más de cerca el día a día del que lleva siendo regidor de la ciudad 12 años.

El alcalde llegó con el listado de productos anotados en su móvil y recorrió cada pasillo en su búsqueda. Eso sí, es de los que no se resisten a un capricho y, por ello, entre la fruta y verdura que adquirió, los cereales para el desayuno, los huevos o los yogures, compró un vino blanco de la Comunidad de Madrid, Alma de Valdeguerra, para disfrutarlo con Gisela, su esposa, y unas rosquillas tontas, el dulce típico de las fiestas de San Isidro. Y es que el candidato del PP apuesta por los productos de proximidad y por los fres-

cos, porque se cuida mucho. "No vivo obsesionado y me doy caprichos, pero intento cuidar mucho la alimentación por salud", apunta.

Queda poco más de una semana para que se enfrente al voto de sus vecinos.

¿Cómo le ha influido el mal resultado del PP en las elecciones generales?

Fue un gran susto, pero los políticos vamos a sacar provecho de este resultado negativo. Hay otra oportunidad.

Si consigue ser la fuerza más votada, ¿con quién pactará?

Ha habido cambios y prefiero no valorar a los demás candidatos, por si nos convertimos en compañeros de viaje.

Al final consiguió aprobar Los Carriles en el tiempo de descuento. ¿Qué pasará a partir de ahora?

Es momento de desarrollarlo y con rapidez porque hay una demanda insatisfecha de viviendas enorme. No



El alcalde de Alcobendas haciendo la compra CHEMA MARTÍNEZ / GENTE

"VAMOS A EXTENDER LA RECOGIDA NEUMÁTICA DE RESIDUOS"

los campamentos de respiro para los niños los fines de semana. ¿En qué consisten?

En el Polideportivo José Caballero, hay una parte de residencia con 60 camas, con sus baños, instalaciones en perfecto estado, que queremos convertir en un campamento urbano, para que los padres les puedan dejar los fines de semana.

¿Sigue en pie su idea de ceder suelo público para iniciativas privadas?

Hay un proyecto ya muy avanzado, que es una escuela de Formación Profesional Dual, en la que participan las empresas de Alcobendas que estén buscando personal y en la que las enseñanzas sean las que marcan estas compañías, que van a ser socias de la escuela.

¿Qué otras propuestas destacaría?

En la parcela anexa al Centro Miguel Delibes, en Fuentelucha, construiremos un Cyber-centro, en el que habrá mediateca, videoteca, zonas de estudio... También vamos a extender el sistema de recogida neumática de residuos a toda la ciudad. Y, en cuanto al distrito Centro, le daremos una vuelta completa.

"CONFÍO EN QUE TODOS LOS ALCALDES TRABAJEMOS POR LA MOVILIDAD"



Eduardo Andradas
Alcalde de Alcobendas



- 📍 Círculo Podemos Alcobendas
- 📍 Pod_Alcobendas
- 📍 podemosalco

La Hermandad desarrollará su actividad en un nuevo espacio

El Ayuntamiento le ha cedido un local en la zona Centro por 25 años ● Además de fomentar la devoción por la Virgen de la Paz, se ocupa de temas sociales y culturales ● El Premio de la Paz a los Valores Humanos es solo un ejemplo

ALCOBENDAS

MAMEN CRESPO
@mamencrespo

La Hermandad de Nuestra Señora de la Paz de Alcobendas desarrollará su actividad próximamente en un nuevo espacio. En concreto, en un local que le ha cedido el Ayuntamiento de la localidad por 25 años para que sigan llevando a cabo, en mejores condiciones, su labor social y cultural. Y es que, más allá de fomentar la devoción de la Virgen de la Paz y de organizar sus fiestas a las que cada año acuden miles y miles de

vecinos, la Hermandad tiene una amplia actividad social y cultural, que cuenta entre sus máximos exponentes con la entrega del Premio de la Paz a los Valores Humanos, que ya han recibido Cáritas, la Asociación Española contra el Cáncer o la Fundación Theodora, entre otros, en los últimos años.

Además, la institución organiza recogidas de alimentos bajo el nombre 'Los 9 solidarios', coincidiendo con los nueve días de enero en los que se celebra la novena en honor a la patrona.

Las visitas a hospitales, residencias de ancianos o de personas con discapacidad y a centros destinados a colec-



Un momento de la firma CHEMA MARTÍNEZ / GENTE

tivos vulnerables también están en la agenda de la Hermandad fuera de sus fiestas.

En el ámbito cultural, destaca la publicación de libros que recogen la historia de Alcobendas.

A disposición del pueblo

El alcalde, Ignacio García de Vinuesa, y la presidenta de la Hermandad, Isabel Páramo Aguado, firmaron el lunes 13 de mayo el acuerdo que recoge la cesión del local, situado en el distrito Centro del municipio. En concreto, en la calle Capitán Francisco Sánchez, aunque tiene su entrada por la calle Empecinado.

Isabel Páramo Aguado agradeció la cesión al alcalde y manifestó, tras la firma del documento, que "la Hermandad de Nuestra Señora de la Paz está, ha estado y estará siempre a disposición de todo el pueblo de Alcobendas".

La Ciudad de la Navidad estará en el Parque de La Marina

SANSE

M.C.

El Parque de La Marina de San Sebastián de los Reyes, para el que el PSOE tiene un plan en su programa que pasa por convertirlo en uno de los parques urbanos más grandes de la Comunidad de Madrid, acogerá la Ciudad de la Navidad si el PSOE gana las elecciones.

Así lo recoge el programa electoral de los socialistas en la ciudad, que apunta a que se tratará de un parque temático para disfrutar de un ocio en familia, sano, con atracciones infantiles y actuaciones de todo tipo.

En materia de festejos, el PSOE se ha comprometido, si sigue en el Gobierno del municipio, a potenciar otras fiestas como el Carnaval o las verbenas de barrio, que se reforzarán o recuperarán.



San Sebastián de los Reyes

¡VAMOS! SANSE

- ✓ VPO en régimen de propiedad o alquiler, social, para jóvenes y un plan especial para padres y madres separados o divorciados en difícil situación económica.
- ✓ Crearemos empleo con ayudas a autónomos, a PYMES, atrayendo empresas fomentando la contratación local y de personas con discapacidad.
- ✓ Bajaremos impuestos y suprimiremos las tasas innecesarias. Concederemos más ayudas a familias numerosas, monoparentales o de partos múltiples.



JAVIER HERAS

CANDIDATO A LA ALCALDÍA DE SANSE POR MÁS MADRID

"Las primeras inversiones serán para centros deportivos"

El dirigente asegura que uno de sus objetivos es construir nuevas viviendas públicas en régimen de alquiler social

● Pactaría con otros partidos "con programas progresistas"

ELECCIONES 26-A

P. CRISTÓBAL
@pcristobal_

La candidatura Más Madrid, liderada por Iñigo Errejón en la Comunidad y Manuela Carmena en la capital, se presentará a las elecciones municipales de San Sebastián de los Reyes junto a IU y Equo. La

formación ha decidido, en unas primarias locales, que el antiguo líder de IU y, posteriormente, de Ganemos, Javier Heras, sea su candidato. El dirigente ha explicado a GENTE algunas de sus propuestas.

¿Qué significa para usted San Sebastián de los Reyes?
Es mi hogar, donde vivo desde siempre.

¿Por qué ha decidido asumir este liderazgo?

Lo he hecho por vocación de servicio público. Mi objetivo

es aportar una visión municipalista, defendiendo los intereses de la mayoría social trabajadora.

Si consigue gobernar, ¿cuál será su principal medida en materia de vivienda?

Dotar a la localidad de nuevas viviendas sociales en régimen de alquiler.

En cuanto al empleo, ¿cuál es el escenario que proponen para el municipio?

Nuestra intención es contribuir a la creación de puestos de trabajo, con derechos y de calidad.



¿Cuáles son sus principales medidas en materia de cultura y materia social?

Que la cultura accesible a todas. En cuanto a materia social, Más Madrid se propone no dejar a nadie en la estacada en San Sebastián de los Reyes.

¿Qué le pediría a la Comunidad de Madrid en cuestiones como el transporte, la educación, la sanidad, la seguridad o el urbanismo?

En materia de transporte, la eliminación del transbordo de Tres Olivos e implantar un carril bus-VAO en la N-1, en

su entrada a Sanse. También exigiría una inversión suficiente para una educación y sanidad pública de calidad, y mayores controles en la prevención de riesgos laborales, en el ámbito del empleo. En cuanto al urbanismo, trasladaremos al Gobierno regional la necesidad de una nueva Ley del suelo, que fomente la vivienda pública y social.

En cuanto a las inversiones que estén al alcance del Gobierno local, ¿cuáles serían sus primeras inversiones, si gana los comicios?

La construcción del parque de La Marina y de nuevas instalaciones deportivas.

¿Accedería a pactar, si fuese necesario?

Sí, en función de un programa progresista y beneficioso para Sanse.

¿Cómo valora al alcalde, Narciso Romero, del PSOE?

Un avance con respecto con el del PP, aunque mejorable en muchos aspectos.

Defina a su propio equipo.

Es el mejor, ya que cuenta con la unión de tres fuerzas políticas, por lo que suma lo mejor de cada una. El resultado es espectacular.

CAMPAMENTO DE VERANO
del 24 de Junio al 6 de Septiembre

Easy Peasy

www.easy-peasy.es

35€/día
150€/semana
400€/mes

EDADES: de 2 a 10 años

HORARIOS: Flexible de 9:00 a 16:30h.

ACTIVIDADES: Baños en la pisci, juegos de movimiento, de agua, cocina creativa, manualidades, arte, experimentación, zona de juego libre...

C/ Margarita Xirgu, 3 S.S. de los Reyes Tlf: 660 063 927

"Trae este recorte y disfruta de horario ampliado gratis en la semana de jornada completa"

Tu óptica de confianza desde 2003

centro óptico Valdavia

Especialistas en terapia visual

MONTURAS DE MARCA CON CRISTALES...

MONOFOCALES
Cristales orgánicos de cerca o lejos con antirreflejante
POR SOLO 119€

PROGRESIVOS
Cristales orgánicos de máximo campo visual con antirreflejante
POR SOLO 299€

Oferidas válidas hasta el 15 de junio de 2019

Descubre las mejores ofertas en:
www.opticavaldavia.es

C/ Marqués de la Valdavia, 72
Telfs.: 91 662 57 71 - 684 21 22 43
centroopticovaldavia@gmail.com

MIGUEL ÁNGEL MARTÍN PERDIGUERO CANDIDATO DE CIUDADANOS A LA ALCALDÍA DE SANSE

“Debemos facilitar la vivienda pública para todos”

El líder de la formación naranja asegura a GENTE que realizarán un plan especial para padres y madres separados • Exigirán a la Comunidad soluciones para los “atascos diarios” en la A-1

ELECCIONES 26-A

P. CRISTÓBAL
@pcristobal_

Tras haber apoyado al PSOE para que gobernara en Sanse el mandato que ahora acaba, Ciudadanos llega a las elecciones reconociendo que, de nuevo, todo apunta a que tendrá que volver a haber pactos. El portavoz de la formación, Miguel Ángel Perdiguero, repite como candidato, y desvela a GENTE sus propuestas principales.

¿Por qué decide mantener el liderazgo de Cs?

Porque Sanse es mi “pueblo”, es mi gente y creo que tiene que salir de la parálisis que vive desde hace años.

¿Cómo favorecerá la situación de la vivienda?

Debemos facilitar vivienda para todos: vivienda pública en régimen de propiedad o alquiler, vivienda social, vivienda para jóvenes. Realizaremos un plan especial para padres y madres separados o



divorciados con dificultades económicas.

¿Y cuáles son sus planes para revitalizar el empleo?

Crearemos empleo para nuestros vecinos ayudando

al pequeño comercio de la ciudad y a los autónomos con actividad en el municipio. Daremos incentivos a empresas que trasladen su actividad a Sanse, a las que fomenten la

contratación local y a personas con discapacidad.

¿Cuáles son sus retos en cultura y en materia social?

Abrir los centros culturales los fines de semana y construir un nuevo espacio para las asociaciones. En materia social, aumentaremos las ayudas que se realizan por parte del Ayuntamiento, que son insuficientes.

¿Cuáles serían sus primeras peticiones a la Comunidad de Madrid?

En transporte, queremos soluciones para los atascos diarios que se viven en la A-1 todos los días y que descarten el nudo del Club de Campo para la variante A-1; además de nuevas paradas del Cercanías. En educación, que construyan un nuevo instituto y que pongan en marcha de forma eficiente la tan necesaria Ley de Gratuidad de Libros de Texto. Y en salud, el centro de salud de Dehesa Vieja y que habiliten la planta que queda por abrir en el Hospital Infanta Sofía.

Si llega a gobernar, ¿cuáles serán sus primeros planes?

Abrir un centro de mayores, pabellones deportivos, parques accesibles y aparcamientos disuasorios. También, ejecutar un plan de asfaltado y rehabilitar la calle Real.

¿Se plantea algún pacto?

No habrá un Gobierno en mayoría, por lo que tendremos que llegar a acuerdos con los partidos que quieran trabajar duramente para hacer de Sanse el municipio que merecen sus vecinos.

Valore al actual alcalde.

Como persona, creo que es un señor amable y afable que no quiere nada malo para nadie. Pero como gestor ha demostrado que no está a la altura de este municipio.

JUAN BAUTISTA CANDIDATO DE IU A LA ALCALDÍA DE ALCOBENDAS

“Queremos un nuevo parque de vivienda social”

Su objetivo es que ninguna familia vulnerable se quede en la calle • Pide a la Comunidad que abra un centro de especialidades sanitarias

ELECCIONES 26-A

P. LIMÓN

Pese a que esta legislatura IU solo ha tenido un concejal en la corporación de Alcobendas, el partido se presenta a estas elecciones con el fin de tener una representación que ayude a mejorar la ciudad. Lo cuenta su candidato, Juan Bautista.

¿Qué aporta IU?

Un proyecto de democracia radical, feminista, ecologista y para la mayoría.

¿Cuál es su principal reto en materia de vivienda?

La creación de un parque de viviendas sociales, para que ninguna familia vulnerable se quede sin una solución habitacional.

¿Y en empleo?

Pondremos en marcha políticas de empleo juvenil e igualdad en el trabajo, vinculado al empleo verde, al cambio de modelo energético, a la rehabilitación de viviendas y a la movilidad sostenible.

¿Qué pediría a la Comunidad de Madrid?

En transporte, un carril BusVAO en la A-1 y potenciar el transporte público. En educa-



ción, que se recuperen las inversiones en la escuela pública. En Sanidad, un centro de especialidades médicas, tras el desmantelamiento de la calle Blas de Otero y la apertura de un centro de urgencias extrahospitalario.

¿Se plantea algún pacto? Sí, con las opciones progresistas con las que fuéramos capaces de llegar a un acuerdo de modelo de ciudad.

¿Cómo valora al alcalde, Ignacio García de Vinuesa?

Esta legislatura ha estado viviendo de las rentas, no ha sacado nada adelante que se note en el día a día.



IZQUIERDA UNIDA ▼ ALCOBENDAS EN PIE

Juan Bautista

Candidato a la Alcaldía de Alcobendas por Izquierda Unida - Madrid en Pie

Ahora en Alcobendas
para las municipales



BALONCESTO | EUROLIGA

Cuando el éxito se convierte en pura rutina

La 'Final Four' de Vitoria decide al nuevo campeón de Europa • El Real Madrid de Pablo Laso, el Fenerbahçe y el CSKA

FRANCISCO QUIRÓS
francisco@gentedigital.es

El baloncesto del viejo continente asiste a uno de sus fines de semana más especiales del año. Vitoria alberga la 'Final Four' de la Euroliga, los últimos pasos en un camino que

comenzó en octubre con 16 protagonistas. De todos ellos, sólo la cuarta parte tiene opciones de hacerse con la corona europea, una condición que, echando un vistazo a las ediciones recientes, parece cosa de tres: en cuatro de las últimas cinco ediciones, Real Madrid, CSKA de Moscú y



Lull y Campazzo, dos piezas clave para Pablo Laso

Fenerbahçe se han hecho con tres de las cuatro plazas de semifinalistas.

En este selecto grupo se ha ganado un hueco el Real Madrid. El palmarés de la competición dice que los blancos son el equipo más laureado de la historia, pero esos diez títulos no esconden que hasta hace pocos años la clasificación para la 'Final Four' se convirtió en una quimera. Tuvieron que pasar 15 años (entre 1996 y 2011) para que los merengues se colaran en el fin de semana decisivo, aunque el regreso a unas semifinales se saldó con una dura derrota (82-63) ante el Maccabi Tel-Aviv. Eso sí, dos años después, ya de la mano de Pablo Laso, el Madrid invertía la tendencia, quedándose incluso a las puertas de lograr otro título (derrota ante Olympiacos en la final por 100-88). Desde esa edición de 2013, los blancos sólo se quedaron fuera de la 'Final Four' en 2016.

Nombres

El camino hacia la reválida de la Euroliga emparejó a los blancos (viernes, 21 horas)

con el mismo rival que en 2018, el CSKA de Moscú. Los rusos son otros viejos conocidos en esta ronda, ya que desde 2003 sólo se perdieron la 'Final Four' de 2011. En su plantilla hay jugadores de tanto caché como De Colo, Sergio Rodríguez, Kyle Hines u Othello Hunter.

Por el otro lado del cuadro vuelve a aparecer el Fenerbahçe de Zeljko Obradovic, campeón en 2017, que jugará las semifinales frente al único equipo que cambia res-

SÓLO EL EFES
PILSEN, QUE
ELIMINÓ AL
BARÇA, CAMBIA
RESPECTO A 2018

pecto al año pasado, el Efes Pilsen. El choque (18 horas) tendrá un punto de morbo, ya que no sólo estará en juego un puesto en la final del domingo 19 (20:30 horas), sino que hay una rivalidad histórica por el hecho de pertenecer ambos equipos a la misma ciudad: Estambul.



¡Ven a visitarnos!

Monumento de los Toros
Plaza de Andrés Caballero
San Sebastián de los Reyes

912 116 659 686 691 913

 Monumentum
Clínica Dental



1ª consulta y radiografía gratuita

Financiación hasta

36 meses

SIN INTERESES



LIGA ENDESA | JORNADA 33

Una jornada de muchas emociones a escasos kilómetros de Vitoria

La carrera por la permanencia puede quedar decidida este fin de semana • El choque del WiZink Center entre el Movistar Estudiantes y el Monbus Obradorio será clave en la zona baja

Aunque la 'Final Four' se celebre en Vitoria y cuente con la presencia del Real Madrid, la Liga Endesa no se toma un respiro este fin de semana, celebrando la jornada 33, la penúltima de la fase regular. En ella, buena parte de la atención estará puesta en los partidos que tienen como protagonistas a equipos que pelean por evitar el temido descenso a la Liga LEB Oro. Un buen ejemplo de ello es el Movistar Estudiantes-Monbus Obradorio (domingo, 12:30 horas). Madrileños y gallegos son decimosexto y decimoquinto, respectivamente, con un solo triunfo de diferencia entre ambos, por lo que el que salga ganador de la



El Estudiantes se la juega con un rival directo

cita podría asegurarse la permanencia, sobre todo teniendo en cuenta que el Delteco GBC visita al Barça.

Mirando al 'play-off'

En esa zona noble de la clasificación, los otros

dos candidatos han visto aplazados sus compromisos. Así, el Real Madrid recibirá al Valencia Basket el martes 21 (21 horas) en el WiZink Center, mientras que el Baskonia jugará el miércoles con el Joventut.

FÚTBOL | 'PLAY-OFF' DE ASCENSO

El Tacón busca una remontada con premio

El conjunto madrileño afronta el choque de vuelta de una de las finales por subir a la Liga Iberdrola • En la ida, el equipo de David Aznar caía por 1-0 ante el Santa Teresa en Badajoz

F. Q. SORIANO
@franciscoquiros

Después de varias temporadas dominando el Grupo 5 de Segunda División, el CD Tacón se enfrenta de nuevo a la posibilidad de dar el salto a la máxima categoría femenina nacional, la Liga Iberdrola. La primera eliminatoria dejó buenas noticias para el club madrileño, ya que tras un empate a uno en el García de la Mata con el Zaragoza CFF, un tanto de Lorena Navarro en tierras mañas daba el billete a la última ronda, don-



Las jugadoras celebrando su triunfo en Zaragoza

de el equipo que dirige David Aznar debe superar un nuevo escollo: el CD Santa Teresa.

La ida, disputada en Badajoz el pasado domingo 12, se decantó para el conjunto pacense por un solitario tanto (1-0), otorgando a las extremeñas una ligera ventaja de cara a la cita de este domingo 19 (12 horas) en el García de la Mata. Esa situación no es nueva para un Tacón que el año pasado también se jugó el ascenso como local, aunque en aquella ocasión sacó un empate sin goles en la ida con la EDF Logroño, cayendo en la vuelta por 1-2.

Argumentos

Para buscar esta remontada que suponga el soñado salto a la Liga Iberdrola, el conjunto de David Aznar apela al apoyo de la grada, aunque también hay otro factor que invita a ser optimista: la estadística. En la presente temporada, el Tacón ha jugado 14 partidos en casa, 13 de ellos en la fase regular, acumulando 11 victorias y solo tres empates (el ya mencionado con el Zaragoza CFF y ante el Olímpico y el Torreledones).

JIMENA PÉREZ | NATACIÓN

Una madrileña entre la élite internacional

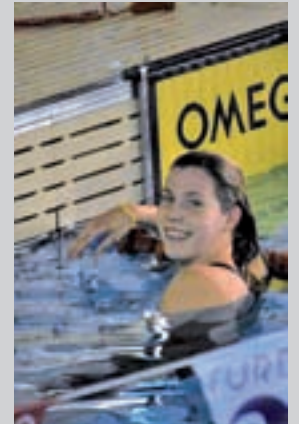
La joven nadadora batió su mejor marca personal en los 1.500 metros

EL PERSONAJE

F. Q. SORIANO

Cada vez que la natación española se acerca a una gran competición internacional, buena parte de las esperanzas suelen focalizarse en las prestaciones de la gran Mireia Belmonte. Sin embargo, la campeona olímpica en Río 2016 puede tener una escudera de lujo a corto plazo.

El nombre de Jimena Pérez lleva ya tiempo sonando con fuerza en la Federación Española de Natación. Basta decir que la madrileña se entrena



Pérez, del Gredos S. Diego

en el Centro de Alto Rendimiento de Sant Cugat del Vallès. Los resultados no se están haciendo esperar. El pasado fin de semana batió en una prueba en Zaragoza su marca personal en los 1.500 metros, colándose en el top-10 mundial de la distancia.

Cs
Alcobendas

¡VAMOS! ALCOBENDAS

- ✓ Bajaremos los impuestos para familias, autónomos y jóvenes.
- ✓ 1.000 viviendas públicas para alquiler de menos de 500€/mes.
- ✓ Solucionaremos los atascos diarios con nuevas infraestructuras.
- ✓ Escuelas infantiles y libros de texto gratuitos.





Celebración del Helvetia

ALCOBENDAS | BALONMANO

El Helvetia se asegura la permanencia

A falta de dos partidos, el Alcobendas ha conseguido asegurarse una plaza para seguir en la Liga Guerreras Iberdrola

P. CRISTÓBAL
@pcristobal_

El Helvetia Alcobendas seguirá jugando la temporada que viene en Primera, tras la remontada de los últimos partidos y, en concreto, después de que el pasado fin de semana se impusiera con un notable 33-19 al Canyameler Valencia, que no ha corrido la misma suerte y está sentenciado a descender.

La posterior derrota del Morvedre ante el Granollers certificó que las de Cristina Cabeza seguirán el próximo curso en la Liga Guerreras Iberdrola. Ocupan actualmente la undécima posición, con 15 puntos, teniendo por delante al Godoy Maceira Porriño, a tan solo un punto de distancia. Por debajo de ellas están el Canyameler, el Club Balonmano Morvedre y el Castellón.

No obstante, las alcobendenses tienen todavía dos jornadas por delante, con lo que podrían ascender alguna posición. En concreto, este sábado 18 jugarán a las 16 horas contra el Bilbao, mientras que el sábado 25 pondrán el broche final a esta temporada

con un encuentro en el que recibirán en casa al Super Amara Bera Bera.

Desde el club han celebrado su permanencia tras las "exhibiciones" de las últimas jornadas, y han agradecido especialmente a la afición "el apoyo y la confianza que le han brindado durante toda la temporada".

El Asobal desciende

Por otro lado, en la Liga Asobal, el Secin Group Alcobendas sabe que ya no tiene opciones de salvación, aunque desde el equipo han asegurado que, pese a ello, los jugadores "van a disputar hasta el último punto del campeonato". Así lo hicieron el pasado fin de semana contra el Bidasoa Irún, aunque éste se llevó el triunfo (23-28) en la segunda parte y se asegura, así, su presencia en Europa.

El Alcobendas jugará este sábado 18 a las 16 horas contra el Liberbank Cuenca, un rival nada accesible, séptimo en la tabla, con 33 puntos. Por su parte, los del Norte de Madrid siguen colistas, con 7 puntos, lejos del Condes de Albarei Teucro y del Frigoríficos Morrazo, con 13 y 16 puntos, respectivamente.

VOTA

IGNACIO GARCÍA DE VINUESA

populares[®]
de Alcobendas



DESCARGA NUESTRO PROGRAMA ELECTORAL EN
elfuturodealcobendas.es
o pide tu ejemplar vía 📞 en el teléfono 690 95 18 86. ¡Gracias!



Una jugada del Sport y el Rayo B

FÚTBOL | TERCERA Y SEGUNDA B

El Sport, con vistas a escalar posiciones

REDACCIÓN

El Sport jugará este domingo 19 a las 11:30 horas contra el Canillas, tras haber ganado 1-0 al Rayo la semana pasada. Con esta victoria, el Alcobendas es cuarto, con 69 puntos, por detrás del Móstoles, con 71; Las Rozas, con 79; y el Getafe B, líder con 80. Por su parte, el Canillas está deci-

mosexto, con 39 puntos, por lo que el encuentro del domingo parece una oportunidad para que el Sport sume puntos.

Por su parte, en Segunda B, el Sanse jugará este domingo 19 a las 18 horas la última jornada, contra el Navalcarnero. Los sanseros están octavos, con 53 puntos.

“Levántate
que
el niño
está
tosiendo
de nuevo”

“Maldita
humedad...
teníamos que
haber llamado
a Murprotec
en cuanto
apareció”

MURPROTEC
Diagnóstico / Tratamiento / Solución

900 30 11 30
www.murprotec.es



Empresa líder del sector
con certificación
ISO 9001

TENDENCIAS | COMPRAS

Los accesorios necesarios para combatir el calor

Los capazos de rafia, los gorros de lluvia y los collares playeros serán los principales protagonistas de la temporada ● Desde GENTE hemos realizado una elección con las propuestas más destacadas

POR **SOFÍA CARMONA TENA** (@sophiecarmona)

El incremento significativo de las temperaturas y la posibilidad de disfrutar de días soleados y secos, sin lluvias, aumenta el deseo de lucir accesorios realizados con materiales naturales y cargados de color. La periodista y ahora también estilista y asesora de imagen, Sara Pellicer, revela, en declaraciones a GENTE, las tendencias más destacadas para esta primavera y próximo verano en materia de complementos. En su opinión, los bolsos de rafia, madera o corcho, "tanto en colores como en tono natural o neutro", explica Pellicer volverán a reinar en las tiendas y, también en los armarios de

toda it-girl que se precie, porque "pegan con todo y son muy originales".

Hora de reciclar

Por su parte, esta primavera las gorras marineras y los gorros de lluvia restarán protagonismo a los tradicionales sombreros de paja. "Los he visto mucho en mi último viaje a Japón, y todo lo que se lleva allí... llegará aquí", explica la experta en comunicación.

Al mismo tiempo, la bisutería con detalles de conchas volverán a complementar los looks más urbanos. "Se empezaron a ver el año pasado pero este se han hecho masivos", añade la personal shopper. En cuanto al calzado, si bien las sandalias planas, de inspiración étnica y tejidos naturales, vestirán los looks del día a día, las sandalias con tacones originales (geométricos, desestructurados, de colores...) serán la mejor opción en ocasiones más formales. Lo interesante de estas tendencias es que, en general, podrán recuperarse de años anteriores.



GAFAS 'CAT-EYE': Vanessa Roja, autora del blog 'Peggy Heart' luce las gafas de sol más aclamadas de la temporada, la des estilo 'cat-eye'. Lo positivo es que "ayudan a alargar los rostros cuadrados o redondos", expresa la estilista Sara Pellicer.



GORRA MARINERA:

Sonia Pérez, editora de la bitácora 'Ponte tu Ropa', complementa la gran mayoría de sus looks con gorras de inspiración marinera y hasta ahora relegadas a los meses más fríos.



BOLSOS NATURALES:

La firma española Amichi propone en su catálogo de bolsos para esta primavera y próximo verano diferentes y renovadas versiones del tradicional capazo veraniego.

AMICHI

MÓ EYEWEAR

LÁBULA

EXÉ SHOES



UNA SEMANA EN LOS BALNEARIOS DE OURENSE POR 275€

Balnearios y Diputación de Ourense ofertan un programa de estancias termales de 6 días con pensión completa, tratamientos termales y animación sociocultural por 275 € persona. El programa también puede reservarse con desplazamiento en tren desde Madrid en su modalidad de Tren Balnearios, con un coste entre 363 y 399 € persona según el balneario elegido, incluyendo además dos excursiones culturales a lugares de interés turístico de la provincia, Galicia o Portugal.



Las personas mayores de 50 años, con independencia del municipio de España en el que residan, durante el 2019 pueden disfrutar del Programa de Termalismo "Ourense, la provincia termal": 6 días en cualquiera de los balnearios de la provincia, en régimen de pensión completa con las bebidas incluidas, con asesoramiento médico para recibir 10 tratamientos termales y acceso ilimitado a las piscinas de agua minero-medicinal. El programa contempla dos modalidades: la de **Bienestar**, donde el desplazamiento a los Balnearios corre por cuenta del cliente, cuyo precio es de 275€/persona; y la de **Tren Balnearios**, que incluye el viaje en tren desde la estación de Chamartín hasta Ourense, así como el traslado al balneario elegido.

Los participantes en el Programa de **Tren Balnearios** no se tendrán que preocupar de la compra del billete de tren y el posterior traslado al balneario, el billete será enviado a su casa la semana previa a su viaje gestionado por los balnearios y a su llegada a la estación de Ourense se le estará esperando para su posterior traslado al establecimiento termal. **La modalidad de Bienestar** es aconsejable para aquellas personas que deseen desplazarse en su vehículo propio y utilizarlo luego para sus desplazamientos por la provincia, el resto de Galicia o lugares de interés turístico de Portugal próximos a los balnearios.



Los participantes en la modalidad Tren Balnearios realizarán **2 rutas culturales** a diferentes atractivos turísticos de la provincia (complementarias a las sesiones diarias de tratamientos termales), entre las que destacamos la **Ribeira Sacra** o la **comarca del Ribeiro**, donde se realizará una jornada de enología. La oferta cultural para algunos turnos contempla 1 excursión de un día a **Oporto** (Portugal), **Santiago de Compostela** o las **Rías Baixas**.



Obtención de la plaza por internet en 5 minutos.

Cualquier ciudadano con independencia de donde resida podrá acceder a las estancias termales a través de internet. El interesado en participar en el Programa, gestionado por la Diputación de Ourense, no tendrá que desplazarse físicamente a la administración pública ni pasar por tiempos de espera o por la necesidad de aportar documentación, sino que a través de un ordenador o de cualquier dispositivo móvil puede presentar su **solicitud a través de un sencillo proceso** en el que puede elegir el balneario en el que realizar su estancia y escoger la fecha en la que quiere disfrutar del programa, sin ninguna necesidad de aportar documentación, la Diputación se ocupa de solicitar la documentación requerida directamente a otras administraciones, creando

expedientes digitales de los solicitantes, evitando los desplazamientos físicos del ciudadano de administración en administración.

Además en el mismo procedimiento y en el mismo momento la institución provincial resuelve la solicitud. Una vez que el ciudadano finaliza la cumplimentación del formulario on-line la administración aprueba la solicitud y asigna plaza en el Programa, emitiendo una resolución administrativa que el ciudadano puede imprimir y que contiene todos los datos de la plaza del programa asignada y un código impreso identificativo.

El plazo de solicitudes está abierto hasta noviembre de 2019 a través de las direcciones:

Modalidad Bienestar www.termalismourense.com

Modalidad Tren Balnearios www.trenbalnearios.com

Balnearios Caldaria

Los interesados en solicitar una plaza en este programa en los Balnearios de Caldaria (Arnoia, Laías y Lobios) pueden dirigirse al **teléfono 988280406** para resolver cualquier duda o ampliar información.



renfe

DEPUTACIÓN OURENSE

caldaria

Información y reservas:
988 280 406

Modalidad Bienestar: www.termalismourense.com

Modalidad Tren Balnearios: www.trenbalnearios.com



AGENDA CULTURAL | MADRID IMPRESCINDIBLE



TECNOLOGÍA Y CIENCIA: La sede en Alcobendas del Museo Nacional de Ciencia y Tecnología (Muncyt) se suma a la celebración del Día Internacional de los Museos, declarado por el Consejo Internacional de Museos, ofreciendo talleres y planes didácticos y gratuitos que se desarrollarán durante todo el fin de semana, hasta la tarde del domingo.

ALCOBENDAS >> En el Muncyt, todo el fin de semana, gratis | Programa completo en la web (Muncyt.es)



DE VUELTA CON LAS RAÍCES ESPAÑOLAS: San Sebastián de los Reyes retoma esta semana su ciclo 'Los viernes de la tradición', un evento cultural que ofrece diversos acercamientos a todo tipo de estilos musicales folclóricos. Este viernes la cita correrá a cargo del grupo Caracol Andador, que versiona canciones populares españolas.

SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES >> Este viernes 17 a las 19 horas, con entrada libre | En El Caserón



TRES DÉCADAS SONANDO: El Teatro de Alcobendas recibe a la Orquesta de Cámara Andrés Segovia, que celebra este año su 30 aniversario junto a la compañía Nota de paso.

ALCOBENDAS >> Este viernes 17 | Desde 15 euros



GITA FAMILIAR: Este domingo 19 el Teatro Adolfo Marsillach conocerá una nueva versión de la historia de amor de 'La dama y el vagabundo', a cargo de Golfo y Reina.

SANSE >> El domingo 19, a las 18 horas | Desde 11 euros



'LA CELESTINA (1499) Y PICASSO (1968)': El Museo Picasso- Colección Eugenio Arias acoge la exposición 'La Celestina (1499) y Picasso (1968)'. En ella se pueden ver más de 60 estampas del pintor en las que se refleja su visión sobre este icono ideado por Fernando de Rojas.

BUITRAGO DEL LOZOYA >> Museo Picasso | Hasta el 7 de julio



'GARCÍA- OCHOA, EL ARTE DE LA BIBLIOFILIA': La Biblioteca Histórica de la Universidad Complutense de Madrid (UCM) alberga una retrospectiva en homenaje al pintor donostiarra Lus García- Ochoa, fallecido recientemente. Una exposición que evalúa su legado y su evolución artística.

MADRID >> Biblioteca Histórica UCM | Hasta el 30 de septiembre | Gratuita



FESTIVAL 'FLAMENCO MADRID': El Fernán Gómez- Centro Cultural de la Villa es el escenario de la quinta edición del festival 'Flamenco Madrid'. A fin de festejar este popular arte se han programado más de 40 espectáculos, talleres y visionado de películas junto a las Noche en Vivo.

MADRID >> Fernán Gómez- Centro Cultural de la Villa | Hasta el 2 de junio



LA CLAVE
COCINA ESPAÑOLA

LA CUCHARA DEL BARRIO DE SALAMANCA

Cocido, fabada, callos, cachopos, merluza, cabrito, cochinillo...
...hasta 60 recetas regionales de la cocina española





"Entre tradición y vanguardia renace lo clásico"



www.restaurantelaclave.com
Tel. 910532031
C/ Velázquez, 22
28001 Madrid
reservas@restaurantelaclave.com

LOS FAVORITOS



HOLANDA: Desde que se publicó 'Arcade', la canción con que Duncan Laurence participa en el certamen representando a Holanda, siempre ha estado en los primeros puestos como la gran favorita a ganar.



SUECIA: Otra de las grandes favoritas es 'Too late for love', una canción pop con toques de góspel cantada por John Lundvik. Además, este artista es el compositor del tema con el que competirá Reino Unido.



RUSIA: Este país apuesta por segunda vez por Sergey Lazarev con su 'Scream'. A su favor está su experiencia en el festival, en el que ya participó en 2016 consiguiendo un nada despreciable tercer puesto.



ITALIA: El cuarto puesto de los favoritos está más disputado. Además de Italia, se habla de Francia, Australia y Suiza. Representando al primero, viajará Alessandro Mahmood con su canción 'Soldi'.

EUROVISIÓN | ESTE SÁBADO DÍA 18 A LAS 21 HORAS

Espectacularidad y fiesta para conquistar Europa

Miki Núñez intentará dejar atrás 50 años de derrotas con el 'buenrollismo' de 'La Venda' ● La puesta en escena será colorista, efectista y cargada de simbolismo ● El ritmo, cercano a la charanga, conecta con la imagen de España

POR GENTE (@gentedigital)

Justo cuando se cumplen 50 años de la última victoria (y segunda) de España en Eurovisión, nuestro país intentará desprenderse de sus complejos con 'La Venda', un tema lleno de buen rollo y vitalidad interpretado por Miki Núñez y con mensaje: despojarse de los prejuicios y ser uno mismo. Nuestro representante en la 64 edición del festival buscará contagiar a toda Europa de su energía, sorprendiendo con una puesta en escena más espectacular y cargada de simbolismos.

Creada por el cantante y compositor de La Pegatina Adrià Salas, 'La Venda' conecta con la imagen de fiesta de España, aunque no por contar con un tono latino, sino por su ritmo más cercano a la charanga. Sin embargo, detrás de todo ese 'buenrollismo', hay un mensaje, en la línea con el canto antibullying que ganó en la pasada edición: hay que quererse más, librarse de esa sociedad

que oprime, quitarse la venda y ser más feliz cada día.

Escenografía

En línea con este mensaje, la puesta en escena será colorida y efectista, de la mano de toda una institución en Eurovisión: el director artístico Fokas Evagelinos. Con tres palabras la define el mismo Miki, "grande, color y non-stop", que además estará acompañado sobre el escenario de cinco bailarines y vestirá ropa cómoda.

Algunos ven como una fortaleza esta escenografía, cargada de simbolismos, mientras que otros la consideran una debilidad, por su complejidad y saturación:



Uno de los ensayos



GRAN FINAL: Tony Aguilar y Julia Varela serán los comentaristas de la gala de Eurovisión, junto con el experto en este certamen Víctor Escudero. Por su parte, la presentadora y modelo Nieves Álvarez será, por tercer año consecutivo, la portavoz de los puntos españoles.

un edificio, una marioneta gigante, una cámara de vídeo, luces, manchar de color y hasta una proyección de huellas dactilares que pueden desviar la atención de lo realmente importante, la música.

Expectativas

Con esta mochila, Miki ya prepara los últimos detalles para la gran final del festival, que se celebra este sábado día 18 y que podrá seguirse por La 1 y TVE Internacional a partir de las 21 horas. El cantante lo tiene claro, para él lo más importante no es ganar sino que el arduo trabajo se vea representado. "Lo único que quiero es volver aquí con la cabeza bien alta", dice.

EL MENSAJE ES QUE HAY QUE DESPOJARSE DE LOS PREJUICIOS Y SER UNO MISMO

LA EFECTISTA PUESTA EN ESCENA ES OBRA DE FOKAS EVAGELINOS





Su inmobiliaria de confianza

SOMOS ESPECIALISTAS EN VENTA Y ALQUILER DE INMUEBLES.

Gestionamos su inmueble con todos los servicios y la seguridad que avalan nuestros 10 años de experiencia en el sector.

SERVICIOS

- ✓ VENTA Y ALQUILER de sus inmuebles en Madrid, Valencia, Málaga y periferia.
- ✓ Seguros y protección asegurada desde 0€. Garantías de cobro.
- ✓ Asesoría Jurídica. Tramitación de herencias, separaciones, embargos...
- ✓ Gestoría.
- ✓ Reformas en general.
- ✓ Gestión financiera.
- ✓ Decoración, mudanzas... y muchos más servicios.

ALQUILER GARANTIZADO

DESDE

0%

EN COMISIONES

PAGOS
LOS PRIMEROS
5 DÍAS
DE CADA MES

100%

GARANTÍAS

VENTA
Y ALQUILER
DE TODO TIPO
DE INMUEBLES

Le asesoramos y orientamos con todas las garantías
Consúltenos sin compromiso:



678 504 751

Iván Romero (Gestor)
Oficinas centrales en Madrid
(I.R.N Gestión Inmobiliaria)



www.irninmobiliaria.es

'HELLBOY' | ●●●●●

Más sabe el diablo por viejo

La tercera entrega de esta saga cuenta con dos novedades importantes en la dirección y en el papel protagonista ● A pesar de ello se mantiene la naturaleza de un personaje muy característico ● Harbour resuelve con nota esta interpretación

F. Q. SORIANO
@franciscoquiros

Quince años después de que se estrenara la primera adaptación cinematográfica del personaje de cómic 'Hellboy', creado por Mike

Mignola, se puede decir que la esencia de este peculiar tipo sigue intacta (al menos en el ámbito del celuloide).

Este viernes llega a las salas españolas la tercera entrega, la primera de la saga que no cuenta con la dirección de Guillermo del Toro, aunque el primer cambio que notará el espectador es que el actor que encarna a este particular diablo no es Ron Perlman, sino David Harbour, conocido por su papel en la popular serie 'Stranger things'.

Luces y sombras

Aunque las críticas no están dejando muy bien parado a

Director: Neil Marshall.
Reparto: David Harbour, Milla Jovovich, Ian McShane, Sasha Lane, Daniel Dae Kim.
Duración: 121 minutos.
Género: Fantasía, acción.

este 'reboot', lo cierto es que los seguidores de los títulos anteriores tienen motivos para invertir dos horas de su tiempo en ver esta nueva entrega. El guion no rebosa la originalidad de Del Toro, pero al menos mantiene ese tono ácido en Hellboy, al tiempo que presenta al espectador un debate existencial en torno a lo que la sociedad espera de él y el camino que sigue en función de sus ideales.

Harbour está muy solvente en esta nueva faceta de diablo, alternando secuencias muy canallas en cantinas de México con otras mucho más movidas en peleas. Porque de eso, peleas y acción, va sobrada esta película.

En el enésimo capítulo apocalíptico dejan un buen sello interpretativo Milla Jovovich, quien hace de mala malísima, e Ian McShane, el padre de Hellboy al que le toca conjugar la labor educativa con la de salvador del mundo.



El amor también está presente en esta curiosa historia

'SOMBRA' | ●●●●●

Otra delicia estética con la firma de Yimou Zhang

El director chino presenta un nuevo trabajo ● Al igual que 'La casa de las dagas voladoras', se enmarca en el denominado género wuxia

Director: Yimou Zhang.
Reparto: Chao Deng, Jing-chun Wang, Wu Lei, Guan Xiaotong, Hu Jun.
Duración: 116 minutos.
Género: Histórico, drama.

séptimo arte chino. En su dilatada carrera ya ha alumbrado títulos como 'La linterna roja', 'Hero' o 'La casa de las dagas voladoras'.

El arte de la lucha

Ya sea por lejanía geográfica o conceptual, el cine asiático en general y el chino en particular aparecen como rara avis para los espectadores españoles. Eso sí, si esa distancia tiene algo bueno es que supone una criba tan potente que cuando un título se hace un hueco desde aquellas latitudes es que realmente merece la pena.

Ese es el caso de 'Sombra', una película que lleva la firma de Yimou Zhang, uno de los grandes exponentes a nivel internacional del

Fiel a su estilo, Zhang plasma en 'Sombra' las características del género wuxia, donde las artes marciales y la lucha tienen un peso fundamental en la narración. Ese punto de acción, sumado a los juegos cromáticos, con amplio dominio de los grises, dan forma a una factura estética de gran belleza. Además, esta producción supone un nuevo acercamiento a la historia de China, ya que la trama está ambientada entre los años 280 y 220 antes de Cristo.



Hellboy, con los miembros del Club Osiris

OTROS ESTRENOS DESTACADOS



LA REALIDAD SUPERA A LA FICCIÓN: Durante la ocupación nazi en la II Guerra Mundial, un niño de 8 años, Eda, se ve obligado a dejar su Praga natal para mudarse a un pequeño pueblo en el campo.

'LEJOS DE PRAGA' | ●●●●● >> **Director:** Jan Sverak. **Reparto:** Jan Triska, Oldrich Kaiser, Tereza Voriskova. **Género:** Histórico.



UNA MEZCLA DE RISA: Una candidata a presidir Estados Unidos une su camino al periodista Fred Flarsky, especialista en meterse en líos, y a quien curiosamente cuidó en una etapa anterior como canguro.

'CASI IMPOSIBLE' | ●●●●● >> **Director:** Jonathan Levine. **Reparto:** Charlize Theron, Seth Rogen, O'Shea Jackson Jr. **Género:** Comedia.



HERIDAS DE GUERRA: Película ambientada en la Serbia de 1999, con un conductor de camiones de la OTAN como protagonista. A través de él se aborda el drama de uno de los últimos grandes conflictos europeos.

'LA CARGA' | ●●●●● >> **Director:** Ognjen Glavonic. **Reparto:** Leon Lucev, Pavle Cemerikic, Tamara Krcunovic. **Género:** Drama.



SAN ISIDRO | PROPUESTAS

El rabo de toro, protagonista de la cocina madrileña

La VII edición del mes de este producto se celebra en 17 restaurantes

GENTE @gentedigital

El rabo de toro, plato por excelencia de las fiestas de San Isidro, será el protagonista de la gastronomía madrileña hasta el próximo 31 de mayo, coincidiendo con la celebración del VII Mes del Rabo de Toro, una cita de la que es actual ganador el restaurante La Clave (C/ Velázquez, 22) gracias a una receta que alcanza las 170.000 reproducciones en Youtube.

Hasta el viernes 31, quienes se acerquen a su establecimiento de la calle Velázquez podrán degustar su original receta cordobesa como plato principal de un menú que cuenta de primero con revuelto de espárragos trigueros de la ribera navarra del Ebro y langostinos de Sanlúcar. De postre, arroz con leche a la asturiana. El rabo de toro de La Clave entra por la puerta

grande al ruedo de la hostelería madrileña y con motivo de la entrega del premio, su directora Ainhoa Gutiérrez afirmó que “es un homenaje a la receta tradicional y reivindica la cocina de casquería en la restauración”.

Receta universal

Elaborada por el jefe de cocina Pepe Filloa, la receta del rabo de toro estofado a la cordobesa no macera el rabo en vino ni lo deja a remojo previamente. Tras enharinarlas, las porciones de carne se sellan con aceite de oliva virgen extra. Entonces, se añaden al sofrito de ajo cebolla, zanahoria, pimiento y tomate, rematado con laurel y bañado en tinto. Tras hervir cinco

minutos, se vierte el agua y se deja cocer a fuego lento no más de tres horas. Una vez sacado de la cacerola para batir la salsa, se vuelve a cocer todo cinco minutos antes de servir.

Los restaurantes que participan en estas Jornadas ya cuentan en su carta habitual

con este plato, pero durante todo el mes ofrecen un menú especial con su mejor receta a un precio de 30 euros.

Todos los detalles en Mesdelrabodetoro.com.



Plato ganador del VII Mes del Rabo de Toro

LA CLAVE ES LA ACTUAL VENCEDORA DE ESTA CITA ANUAL



MENÚ GANADOR DEL VI MES DEL RABO DE TORO: El restaurante La Clave ganó gracias a un menú en el que su primer plato era alcachofas en flor con tacos de jamón ibérico de bellota y el postre, filloa con helado.



amavir

901 30 20 10
www.amavir.es



Atención médica personalizada. Fisioterapia. Terapia ocupacional. Atención social y psicológica.
Animación sociocultural. Peluquería, podología y estética. Transporte adaptado para centro de día.
Cocina propia y menús adaptados. Programa específico de rehabilitación en fracturas.
Unidades de convivencia según tipo de dependencia.

Residencias



La residencia pasa a convertirse en el hogar de la persona mayor



La persona mayor socializa en el centro con otras personas y evita así la soledad



En el centro participa en programas terapéuticos, talleres, actividades y excursiones adaptadas



El mayor cuenta las 24 horas con un equipo interdisciplinar experto en el campo de la geriatría



La familia de la persona mayor forma parte de nuestro centro

Centros de día



La persona mayor vive en su hogar sin necesidad de dejar su entorno



Por la mañana puede acudir al centro por su cuenta o en nuestro transporte adaptado



Mientras permanece en el centro puede participar en programas, talleres y actividades



La persona mayor cuenta con un equipo interdisciplinar experto en el campo de la geriatría



Al terminar la jornada, generalmente por la tarde, regresa a su hogar

Gente Para poner su anuncio llame al: **91 548 02 63**

ANUNCIOS CLASIFICADOS

Avila: 887 585 783* | Palencia: 887 585 781*
 Burgos: 887 585 132* | Santander: 887 585 778*
 León: 887 517 319* | Segovia: 887 585 789*
 Logroño: 887 585 784* | Valladolid: 887 517 823*

1. INMOBILIARIA
 1.4. VACACIONES
OFERTA
 NOJA, Cantabria. Primera Línea. Jardín. Apartamentos. 942630704, 626590663.
 Sanjejo. Apartamento 2 habitaciones, ajardinado. Frente playa. Tardes. 607271916.

2. EMPLEO
 2.1. OFERTA
OFERTA
OPORTUNIDAD trabajo. 697200804.
 2.2. DEMANDA
DEMANDA

3. BUSCO trabajo como interna. 664308130.
COBRO la voluntad. Ángel, pintor español. Experiencia. 639006668.
 7.3. JUGUETES
DEMANDA
COMPRO juguetes. Scalectric, Madelman, Nancy, Playmobil, Trenes. 609148383.
COMPRO juguetes antiguos, álbumes, madelman, scalectric, trenes, playmobil. 653017026.

4. PROFESIONALES
DEMANDA
ELIMINACIÓN cucarachas. 653621721.
 11. RELACIONES
 11.2 EL BUSCA ELLA
DEMANDA
SEÑOR busca mujer 60/65 años. Libre. Relación estable. 619177406.
 11.4 EL BUSCA EL
DEMANDA
CHICO busca chico. Estable. 633803069.

8. VARIOS
 8.4 SERVICIOS

Gente digital

- Toda la información de tu ciudad
- Actualizada diariamente
- A tan sólo un click

www.gentedigital.es

PROFESIONAL
 Promociona tus servicios

¡Más de 400.000 lectores semanales verán tu anuncio!

- Espacios publicitarios a tu medida
- Diseñamos tu anuncio gratis
- Precios muy económicos

Gente CLASIFICADOS

91 548 02 63

SUDOKUS

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

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

Cómo jugar: 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 IZQ.:

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

SOLUCIÓN DCHA.:

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

HORÓSCOPO | LA PREDICCIÓN DE LA SEMANA

<p>ARIES 21 MARZO — 20 ABRIL</p> <p>ACCIÓN: En temas de pareja o de relaciones. SENTIMIENTOS: Utiliza tu forma de ser responsable y actúa con practicidad. SUERTE: En asuntos familiares. SALUD: Momentos de gran paz y armonía en tu vida. Aprovecha.</p>	<p>LIBRA 23 SEPTIEMBRE — 22 OCTUBRE</p> <p>ACCIÓN: En tu aspecto personal. SENTIMIENTOS: Importancia de un ambiente armonioso y placido. SUERTE: En tu profesión y trabajo. SALUD: Tus preocupaciones son las finanzas.</p>
<p>TAURO 21 ABRIL — 21 MAYO</p> <p>ACCIÓN: Importancia de la empatía. SENTIMIENTOS: El ambiente estará más calmado y tranquilo. SUERTE: En tus nuevos contactos y reuniones de amistades. SALUD: Necesitas descansar y tiempo solamente para ti.</p>	<p>ESCORPIO 23 OCTUBRE — 22 NOVIEMBRE</p> <p>ACCIÓN: Guíate por tu corazón. SENTIMIENTOS: No mezcles la economía en tus asuntos sentimentales. SUERTE: Aprende algo nuevo. Te ayudará. SALUD: Descansa de tus días de paz.</p>
<p>GÉMINIS 22 MAYO — 21 JUNIO</p> <p>ACCIÓN: En tus romances inesperados. SENTIMIENTOS: Lo más importante es disfrutar del momento sin tensiones. SUERTE: En tus inversiones y finanzas. SALUD: Crea armonía y paz a tu alrededor.</p>	<p>SAGITARIO 23 NOVIEMBRE — 21 DICIEMBRE</p> <p>ACCIÓN: En tus nuevas creaciones. SENTIMIENTOS: Te relajarás en un ambiente distendido. SUERTE: En tu propia valoración y valores. SALUD: Importancia del ejercicio para relajarte.</p>
<p>CÁNCER 22 JUNIO — 22 JULIO</p> <p>ACCIÓN: En asuntos familiares y con amigos cercanos. SENTIMIENTOS: Es importante crear un ambiente de armonía. SUERTE: En tus iniciativas. SALUD: Olvídate de falsas promesas y sé realista.</p>	<p>CAPRICORNIO 22 DICIEMBRE — 20 ENERO</p> <p>ACCIÓN: En tu profesión y trabajo. SENTIMIENTOS: Con cariño y amor todo tiene solución. SUERTE: En temas con asociaciones y con la pareja. SALUD: Descansarás placidamente.</p>
<p>LEO 23 JULIO — 22 AGOSTO</p> <p>ACCIÓN: Nuevos contactos y, por lo tanto, proyectos. SENTIMIENTOS: Para ti lo importante es la sinceridad. SUERTE: Sigue tu instinto. SALUD: Debes poner en práctica la forma de ser realista.</p>	<p>ACUARIO 21 ENERO — 19 FEBRERO</p> <p>ACCIÓN: En tu experiencia personal. SENTIMIENTOS: Todo vuelve a sus cauces. ¡Qué bien! SUERTE: Si eres empático con los demás. SALUD: El equilibrio y la armonía son lo mejor para ti.</p>
<p>VIRGO 23 AGOSTO — 22 SEPTIEMBRE</p> <p>ACCIÓN: En tu economía y ahorros. SENTIMIENTOS: No te gustan los engaños. La verdad por delante. SUERTE: En tus nuevos proyectos. SALUD: Necesitas calma y relax.</p>	<p>PISCIS 20 FEBRERO — 20 MARZO</p> <p>ACCIÓN: En temas inmobiliarios y de patrimonio. SENTIMIENTOS: Te beneficiarás si hay calma y paz. SUERTE: En tus ratos de diversión y ocio. SALUD: Podrás descansar de tus días de tranquilidad.</p>

ESPACIO PATROCINADO POR:

Victoria Vélez 625 666 045
 Bióloga - Naturópata (Col. 4331)

www.astral.com.es



**SI SU VIVIENDA
TIENE HUMEDADES**

**NO TIENE
VIVIENDA**

Pida su diagnóstico **gratuito y sin compromiso**
**Y SIENTA EL PLACER DE VOLVER A
DISFRUTAR DE UN
HOGAR SANO**



 **900 535 625**
www.acuasec.com



¡VAMOS! ALCOBENDAS

- ✓ Solucionaremos los atascos diarios con nuevas infraestructuras.
- ✓ Bajaremos los impuestos para familias, autónomos y jóvenes.
- ✓ 1.000 viviendas públicas para alquiler de menos de 500€/mes.
- ✓ Escuelas infantiles y libros de texto gratuitos.
- ✓ Más plazas para residencias de mayores.

¡VAMOS!
CIUDADANOS

Miguel Ángel Arranz
Candidato a la Alcaldía de Alcobendas

@Cs_Alcobendas_

CiudadanosAlcobendas

Cs

Alcobendas

