

# Gente

BARCELONA

Número 203 · año 4 · del 6 al 13 de julio de 2012



**“Los jueces son subjetivos por naturaleza”**

La gimnasta Sandra Aguilar, que se estrena en unos Juego Olímpicos con el equipo de rítmica, habla de las posibilidades de su debut con GENTE. **Pág. 12**

## La llibertat d'horaris topa amb el 'no' dels comerciants

Sindicats i patronal signen un manifest en contra de la nova llei que prepara el govern central i amenaçen amb una vaga · Denuncien que la modificació només beneficia les grans superfícies **Pág. 4**



A banda d'ampliar de 8 a 10 els festius de l'any que podran obrir les botigues, també es vol allargar l'horari d'obertura de 72 a 90 hores. **ACN**

**iGente SALUD & BELLEZA**

**La nutrición orientada a la cosmética**

Págs. 9-11

SUCCESSOS

Pág. 4

**Detingudes dues dones per injectar bòtox i silicona**

Les detingudes enien una clínica il·legal a la zona alta de Barcelona.



SERVEI DE LA CREU ROJA

Pág. 5

**Teleassistència mòbil per donar autonomia als grans**

Creu Roja posa en marxa un servei de teleassistència mòbil per donar més independència a la gent gran fora de casa. L'usuari contacta amb el centre només pitjant una tecla.

www.gentedigital.es visita nuestra web



OCI

Pág. 13

**'Metamorphosis': Un treball físic impactant a dalt de l'escenari**

Anys de gimnàstica professional li han servit a l'actor Gisli Örn per aguantar el tipus de Gregor Samsa enfilat a la paret, en una explosió física, emocional i intel·lectual que construeix 'Metamorphosis', que s'ha estrenat al Festival Grec.

**DIAL KITCHEN**

**1.372.09€** Mobles instal·lats segons dibuix (IVA inclòs)

**MAGATZEM DE MOBLES DE CUINA I ACCESSORIS**

Al comprar la seva cuina, presenti aquest anunci i l'obsequiaran amb una campana extractible Balay model 38T-732 X d'acer inoxidable. (Oferta vàlida fins a fi d'existències)

<b>SERVEIS</b> Assessorament Projecte virtual 3d Amidament Transport i muntatge	<b>REFORMES</b> Cuines Banyos Pisos complets
<b>DEP. TÈCNIC</b> Rehabilitacions Comunitat propietaris Cèl·lules d'habitabilitat Tràmits, permisos i subencions Inspecció tècnica d'edificis (ITE)	<b>FINANCIACIÓ</b> fins a 60 mesos

Mobles sense instal·lar segons dibuix (IVA inclòs) **975,93€**

**CUINES ÚNIQUES A PREUS INCREÏBLES**

Roger de Flor 229 local · 08025 Barcelona · T. 93 457 99 73

www.dialkitchen.com

## Opinió

## A PRIMERA LÍNIA

El jutge de l'Audiència Nacional Fernando Andreu ha citat a declarar l'expresident de Bankia, Rodrigo Rato, l'expresident de Bancaja, José Luis Olivas, i l'exministre de l'Interior i exmembre del Consell d'administració de Bankia, Ángel Acebes, com a imputats en la causa de Bankia. Andreu ha ordenat les citacions després d'admetre a tràmit la querrela que va interposar la formació de Rosa Díez, Unión Progreso y Democracia (UPyD) contra 33 exmembres del consell d'administració de Bankia i la seva entitat matriu, el Banco Financiero y de Ahorros (BFA) per suposats delictes d'estafa. La querrela té el suport de la Fiscalía Anticorrupció.

## Els exdirectius de Bankia, a la banqueta



Rodrigo Rato amb el nou president de Bankia.

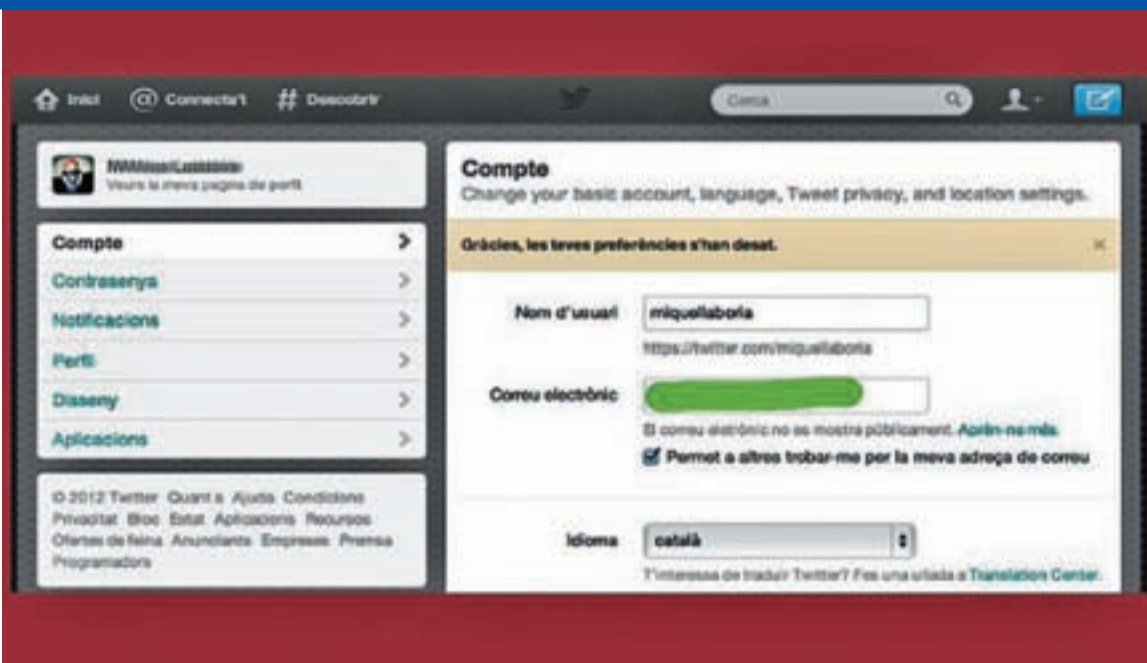
Andreu imputa als 33 directius de Bankia possibles delictes de falsificació de comptes, administració deslleial, apropiació indeguda i maquinació per alterar el preu de les coses. Decidirà sobre la possible intervenció judicial de Bankia el pròxim 23 de juliol un cop escoltades les parts.

També hauran de declarar com a testimonis l'exgovernador del Banc d'Espanya, Miguel Ángel Fernández Ordóñez, el president de la Comissió Nacional del Mercat de Valors, Julio Segura, i l'auditor de Deloitte que va analitzar els comptes de Bankia, Francisco Celma. A més, el jutge reclama que remetin la còpia de les actes de les reunions del Consell d'Administració des del 30 de desembre del 2010.

JA ESTÀ DISPONIBLE EN CATALÀ

### El twitter 'piularà'

Twitter va anunciar fa poc més de dues setmanes que el 5 de juliol la interfície en català de la plataforma estaria disponible per a tots els internautes. Va ser aquell dia que els col·laboradors en la traducció ja van poder configurar la plataforma en llengua catalana. Ara la traducció de la xarxa social al català arriba de manera general, després d'una llarga reivindicació dels internautes que ha durat més d'un any i mig. Segons informava un dels impulsors de la campanya #twitterencatala, el periodista Albert Cuesta, el llançament s'ha fet efectiva aquetsa matinada.



### CARTES DELS LECTORS

Envíe sus cartas al Director a [cartas@genteenbarcelona.com](mailto:cartas@genteenbarcelona.com) (máx. 1000 caracteres)

#### Pasotismo laboral

El otro día, como todos los días cogí el tren por la mañana para ir a trabajar. Cuando iba a salir de la estación de el Prat de Llobregat observé como una persona se me puso detrás, con una clara intención de pasar detrás mío sin pasar su billete. Como intuía que se quería colar y no quiero que nadie pase a mi costa, decidí retroceder y esperar. El chico esperó a que saliera otro y salió detrás de él sin pagar. Yo me quedé sorprendido, mpues a cinco metros había un guarda de seguridad que permaneció impassible. Le recriminé al guarda su actitud y me dijo en un tono enfadado, chulesco y desafiante que ese no era su

problema, que él no está para arreglar todos los problemas de Catalunya. Y añadió: "Vale colega, tengo 40 años". Le recordé ofendido por su atrevimiento y descaró que no soy su colega, a lo que me respondió: ni ganas!, mientras me levanta el dedo pulgar en símbolo de aprobación. Me fui a mi trabajo indignadísimo. A mi no se me permite ser des-cortés con los clientes ni aplicar la ley del mínimo esfuerzo.

Alexis Jiménez  
(Barcelona)

#### La merienda de los presos

Me ha sorprendido que el portavoz del gobierno de Catalunya, el señor Homs, en rue-

da de prensa, comunicara que a partir de ahora en las cárceles catalanas no servirán meriendas a los presos. Recuerdo que en los hospitales, durante el año 2011, a causa de los recortes, se dejaron de servir meriendas o en su defecto el llamado 'resupó' de las doce de la noche en todos los centros.

Hay que tener en cuenta que los enfermos que duermen en los hospitales cenan sobre las siete de la tarde, así que pasan más de 13 horas sin comer nada. Entonces el gobierno no dio ninguna explicación sobre esta decisión.

Javier López  
(Barcelona)

**Gente**  
Catalunya

Gerente  
Fernando Ibáñez

Jefe de Fotografía  
Chema Martínez

Jefe de Maquetación  
Carlos Zugasti

Redacción  
redaccion@genteenbarcelona.com

Jefe Marketing  
Rafael Vara

Coordinadora de Publicidad  
Ana Sánchez

PUBLICIDAD:  
[publicidad@genteenbarcelona.com](mailto:publicidad@genteenbarcelona.com)  
Tel. publicidad:  
689 241 062

Grupo de Información GENTE  
[grupo@grupogente.es](mailto:grupo@grupogente.es)

Director General  
Raúl Preciado Gómez

Director gentedigital.es  
Leandro Pérez Miguel

Protección de datos:

[www.gentedigital.es](http://www.gentedigital.es)

¿Tienes un blog?  
Vente a Gente

Si mantienes un blog en plataformas como Wordpress o Blogger y quieres formar parte de nuestra comunidad, escríbenos a [nosotros@gentedigital.es](mailto:nosotros@gentedigital.es) con tu propuesta

[gentedigital.es/comunidad](http://gentedigital.es/comunidad)

📌 NUEVOS BLOGS

#### Diamantes en serie

Alberto Nahum repasa las principales apuestas de las grandes productoras. 'Hit & Miss' puede ser una de las grandes revelaciones. Conoce más detalles sobre ella en: [gentedigital.es/comunidad/series/](http://gentedigital.es/comunidad/series/)

#### Hache se escribe con H

Héctor Romero sintetiza la euforia vivida en relación a la pasada Eurocopa en su post 'Mis padres se esforzaron en educarme pero me gusta el fútbol'. Puedes leerlo en su blog: [gentedigital.es/comunidad/hacheseescribeseconhache/](http://gentedigital.es/comunidad/hacheseescribeseconhache/)

#### Cañaveralejo

El verano es sinónimo de ferias taurinas. Conoce todo que acontezca en los cosos españoles en el blog: [gentedigital.es/blogs/taurino/](http://gentedigital.es/blogs/taurino/)

[gentedigital.es/comunidad](http://gentedigital.es/comunidad)

🌐 WEB

#### En las redes sociales

Además de en nuestra web, puedes mantenerte informado en nuestras páginas en Facebook y Twitter.

[Twitter.com/gentedigital](https://twitter.com/gentedigital)

[Facebook.com/gentedigital](https://facebook.com/gentedigital)

**Gente**

Si quieres  
contratar publicidad  
con nosotros llama al

93 458 04 02 • 616 435 772

# rebajas

DEL 1 DE JULIO AL 31 DE AGOSTO



**“Me encantan”**  
Eva González

## MUJER

Bermudas	19,99€
Blusas	19,99€
Vestidos	29,99€

## HOMBRE

Polos	19,99€
Camisas	19,99€

## MODA JOVEN

### PARA ELLA

Camisetas	3,99€
Pantalones	19,99€

### PARA ÉL

Camisetas	9,99€
Bermudas	19,99€

## INFANTIL

Camisetas, polos y pantalones cortos	5,99€
---	-------

## ZAPATERÍA Y ACCESORIOS

Sandalias	19,99€
Bolsos	24,99€

Síguenos en  
facebook.com/elcorteingles



SI NO QUEDA SATISFECHO, LE DEVOLVEMOS SU DINERO



tus compras también en:  
elcorteingles.es

# Barcelona

## REPORTATGE REBUIG AL NOU MODEL COMERCIAL

Sindicats i patronal del comerç signen una declaració en contra de la nova llei que prepara el govern central • Els botiguers catalans no descarten una vaga si no se'ls té en compte i si es veuen "amb l'aigua al coll"

# Els comerciants planten cara a la llibertat horària

Nàdia Blanch

Els principals representats de les també principals patronals del sector del comerç, més els dos sindicats majoritaris han signat en el Parlament un manifest sectorial en rebuig de les modificacions anunciades per part del govern espanyol de modificar la llei general del comerç i implantar la llibertat d'horaris comercials. En el manifest, els representants d'aquestes entitats i sindicats, afirmen que la pretensió del govern espanyol suposa 'de facto' un canvi del model comercial i una invasió de les competències pròpies de la Generalitat.

En el primer punt afirmen que la llibertat d'horaris comercials no suposa un augment de la facturació del sector. Els signants diuen que la llibertat d'horaris comercials el que farà és que l'actual nivell de consum que es fa en sis dies a partir d'aquell moment es repartiria en set dies.

### AMENAÇA DE VAGA

Les vagues vénen quan no hi ha més remei que fer-les i això va passar durant els anys vuitanta quan es va fer una mobilització per reclamar seguretat als comerços, segons ha explicat Pere Llorens, president de la Confederació de Comerç de Catalunya. Llorens ha afegit que "si és

### LES REACCIONS

«No es pot tolerar que vagin arruïnant el comerç en benefici de les grans empreses»

Pere Llorens, president de la Confederació de Comerç de Catalunya

«La reforma dels horaris comercials ha de respectar el nostre model»

Xavier Trias, alcalde de Barcelona

«No pot ser és que vingui imposat des de Madrid, vulnerant les competències»

Francesc Homs, portaveu del Govern

«La liberalització s'ha de limitar a certes àrees i artèries per millorar el consum»

Josep González, president de Pimec

convenient i necessari" ara "també la farem" per donar resposta contra la intenció del govern espanyol d'implantar llibertat d'horaris comercials, su-

plint les competències del Govern. Llorens ha dit que si el sector del comerç, botiguers i treballadors, "es veuen en l'aigua el coll res els pot aturar" perquè "no es pot tolerar que vagin arruïnant el comerç cada cop més en benefici de les grans empreses de distribució".

En general, des del sector s'ha rebut amb gran desànim la reforma de liberalització del comerç que proposa el govern espanyol de Mariano Rajoy i que preveu ampliar els horaris comercials en dies laborables de 72 a 90 hores setmanals i passar de vuit a deu els festius autoritzats d'obertura comercial al llarg de l'any. El sector considera que la nova situació afavorirà les grans superfícies en detriment del petit comerç i desmenteix que la liberalització comercial suposi més consum i ocupació.

Per la seva part, el portaveu del Govern, Francesc Homs, ha advertit l'Estat que no podrà "imposar" el seu model comercial, ja que podria acabar provocant que la Generalitat portés la nova llei al TC per envair competències. I és que segons Homs, a Catalunya no es farà cap canvi sense comptar amb el suport i l'acord del sector del comerç. En aquest sentit, el portaveu ha assegurat que "qualsevol moviment de caràcter estructural, legislatiu o organitzatiu ha d'anar



L'anunci del govern central ha encès el sector del comerç. GENTE

## La reforma suposaria 3.713 nous llocs de treball

L'Associació Espanyola de Centres Comercials (AECC) calcula que la liberalització d'horaris comercials en la totalitat del territori nacional, amb la consegüent obertura dels centres comercials els diumenges i festius, suposaria la creació de 37.387 nous llocs de treball, el 12% més. L'associació considera que, davant l'actual situació de crisi i de descens del consum, la implantació de la llibertat d'horaris en tot el territori nacional suposaria un "creixement de l'ocupació". A Catalunya els contractats serien 3.713.

acompanyat de la concertació amb els propis agents".

Des de Barcelona, l'alcalde Xavier Trias ha assenyalat que "la proposta ha de ser respectuo-

sa amb el nostre model basat en un comerç de proximitat i que "això no vol dir que no es puguin buscar determinades fórmules per a zones concretes"

## SUCCESSOS DUES TREBALLADORES D'UNA CLÍNICA IL-LEGAL

# Detingudes per fer infiltracions amb botox i silicona líquida

Gente

Els Mossos d'Esquadra han detingut la directora i una treballadora d'una clínica il·legal de Barcelona, que feien infiltracions amb botox i silicona líquida com a tractaments d'estètica sense cap permís ni formació mèdica. Els productes que utilitzaven a

Elixir Clinic, situada al carrer Muntaner, 328, procedien del mercat negre. El dia que la policia va inspeccionar la clínica, el 2 de juliol, celebraven la jornada 'Botox Day', amb descomptes publicitats a través de xarxes socials com Facebook i Twitter. El centre ha estat clausurat.



Els fàrmacs interceptats. ACN

## JUSTÍCIA

# L'Audiència demana que es destrueixi la droga confiscada

El president de l'Audiència de Barcelona, Pablo Llarena, ha enviat a tots els jutjats d'instrucció de la província una circular que estableix un protocol per destruir la droga pocs mesos després de ser confiscada i no haver d'esperar que hi hagi sentència ferma al cap de tres o cinc anys.

## TRIBUNALS

# La Guàrdia Civil investigarà la gestió a l'hospital Sant Pau

El jutge que investiga la suposada gestió irregular de les fundacions de l'hospital de Sant Pau ha ordenat a la Guàrdia Civil que investigui els fets a fons. Demana que verifiqui les denúncies presentades, delimiti els fets delictius en el temps i els vinculi a "persones determinades".

# Un servei de teleassistència mòbil per a la gent gran

Creu Roja posa en marxa aquest nou projecte per afavorir l'autonomia

## Gente/Agències

Creu Roja Catalunya ha posat en marxa un nou servei de teleassistència mòbil per afavorir l'autonomia de la gent gran fora de casa. La iniciativa consisteix en donar un mòbil als usuaris on només pitjant una tecla marcada en vermell es posen en contacte amb el centre de coordinació de Creu Roja. Aquest servei permet donar continuïtat a la teleassistència domiciliària que funciona fa vint anys a Creu Roja i d'aquesta manera s'afavoreix que la persona pugui sortir de casa amb la seguretat que si es troba davant de qualsevol incidència podrà ser atesa ràpidament. A més, el dispositiu mòbil permet la localització exacta de la persona que el porta ja sigui a través de GPS o del sistema del mòbil.

## SISTEMA PREVENTIU

La directora del departament de gent gran de Creu Roja, Susanna



La usuària Montserrat Torres amb una membre de Creu Roja. ACN

Roig, ha explicat que tot i això, a la pràctica acaba sent un servei "molt preventiu i d'acompanyament". Ha afegit que el 90% de les trucades són més aviat per saber com està la persona i no perquè faci falta activar un servei.

De fet, a través d'aquest servei també es fan trucades de comprovació als usuaris per saber

com estan, per oferir informació i assessorament si en necessiten i per felicitar-los el dia del seu aniversari. El servei ja compta amb 70 usuaris que s'han donat d'alta en les darreres dues setmanes. El servei té un preu de 15 euros al mes per aquelles persones que ja són usuàries de la teleassistència domiciliària.

## ECONOMIA L'OPOSICIÓ, MENYS PP, VOLIA ANULAR LA TAXA

# La continuïtat de l'euro per recepta es valorarà al 2013

## Gente

CiU i PPC han acordat iniciar un procés d'anàlisi dels efectes que l'euro per recepta i l'increment del copagament estatal farmacèutic tindran sobre les finances públiques, amb el compromís de "valorar la continuïtat" de la taxa catalana a partir del 2013. La decisió es prendrà en el marc dels pressupostos de l'any que ve i d'acord amb els objectius del dèficit. Els dos

grups han pactat una proposta de resolució que descarta la supressió immediata de l'euro per recepta i insta el Govern a avaluar l'eficàcia de la taxa durant els propers mesos. El suport de CiU i PPC assegura que la proposta sigui aprovada aquesta tarda en el debat sobre el tercer pla d'ajust. Les propostes de la resta de grups de la cambra demanen la supressió de l'euro per recepta.

## MADRID LES NÒMINES SERAN PÚBLIQUES

# El govern espanyol fixarà el sou d'alcaldes i regidors

## Gente

La vicepresidenta del govern espanyol, Soraya Sáenz de Santamaría, ha explicat que el seu executiu impulsarà en els pròxims dies la reforma de la Llei de bases de règim local que "redefinirà" les competències dels ajuntaments, i la de Llei de

transparència, que limitarà els sous dels alcaldes i regidors segons les característiques del municipi. Els barems d'aquestes retribucions seran públics i es fixaran als pressupostos generals. Aquells territoris que no compleixin els objectius de dèficit "rebran una visita d'Hisenda".

# Sociedad

## Estabilizan el incendio de Valencia entre críticas por falta de medios

El fuego arrasó 50.000 hectáreas, causó cientos de desalojados y provocó la muerte a un piloto

### Gente

Los incendios forestales de las localidades valencianas de Cortes de Pallás y Andilla ya se encuentran estabilizados después de que arrasaran cerca de 50.000 hectáreas de monte y provocaran el desalojo de cientos de vecinos. El suceso causó la muerte a un piloto de helicóptero que trabajaba en las labores de extinción y heridas en otros dos.

Así, el incendio de la zona de Cortes, que se inició el pasado jueves por la negligencia de dos operarios que soldaban unas placas solares en una finca privada, quemó 28.643 hectáreas. Y el incendio de Andilla, provocado el viernes por unas quemaduras agrícolas no permitidas, acabó con 19.940 hectáreas. Estos incendios podrían haber arrasado tantas hectáreas como todos los fuegos registrados en España hasta el 31 de mayo, cuando se quemaron 49.738 hectáreas.

### CARRETERAS CORTADAS

Además, un total de ocho carreteras comarcales se han mantenido cortadas a causa de los incendios, mientras que casi quinientas personas han tenido que alojarse en los cuatro albergues habilitados por la Cruz Roja en municipios de la zona.

Sin embargo, la mayor pérdida ha sido la muerte de un piloto del helicóptero este lunes que sufrió un accidente en la zona del pantano de Forata y otros dos heridos, un piloto y un copiloto, de una segunda aeronave

### Ayudas inmediatas para los afectados

Una comisión mixta interdepartamental establece el nivel de ayudas para los afectados por los incendios de Cortes de Pallás y Andilla (Valencia), que pueda ser aprobado por el pleno del Consell y por el Consejo de Ministros este mismo viernes, con el fin de atender "de manera inmediata" a los vecinos de los 22 municipios cuyos términos han sufrido daños.

Según señaló el ministro de Interior, Jorge Fernández Díaz, una vez "delimitados" los incendios, el objetivo es que los afectados reciban "cuanto antes las ayudas de las que se han hecho acreedores". Asimismo, señaló que el Consell solicitará un crédito extraordinario "si fuera necesario".

siniestrada, que se encuentran ingresados con pronóstico reservado y estable respectivamente.

Tanto la oposición como los sindicatos consideran que los recortes de medios son la causa de que estos incendios se descontrolaran, mientras que los alcaldes de los municipios afectados señalan a la falta de limpieza de los montes.

La sección sindical en las Brigadas de Emergencia del Sindicato Profesional de Policías Locales y Bomberos criticó que "la falta de recursos, la descoordi-



Un helicóptero trata de apagar el incendio

### La Generalitat valenciana asegura que se mantiene el presupuesto del pasado año

nación y sobre todo, la falta de prevención han agravado considerablemente los daños producidos por los incendios acaecidos recientemente" en la Comunidad Valenciana.

Sin embargo, el consejero de Gobernación de la Generalitat,

Serafín Castellano, aseguró que aunque se hubiera "multiplicado por diez" los medios habría dado "exactamente igual" dado que las condiciones de extremo calor, baja humedad y las rachas de viento no permitían la extinción.

De hecho, el presidente de la Generalitat valenciana, Alberto Fabra, pidió que no se culpara a la falta de presupuesto ya que aseguró que este año se cuenta con cerca de 100 millones, un millón más que en 2011 cuando "se quemaron 2.500 hectáreas".

### SANTIAGO DE COMPOSTELA

## Detienen a una familia por el robo del Códice Calixtino

### E. P.

Un electricista que trabajó en la Catedral de Santiago de Compostela fue detenido este martes por la Policía por su supuesta relación con la desaparición, hace casi un año, del Códice Calixtino, según fuentes conocedoras de la investigación.

A sólo 48 horas de que se cumpliera un año de la desaparición de la considerada como primera guía de peregrinación, también fueron arrestados la mujer y el hijo de este extrabajador como posibles cómplices o encubridores.

El detenido trabajó como electricista en la Catedral, pero fue despedido en una regularización de empleo, lo cual alimentaría la tesis del robo por venganza, aunque las investigaciones prosiguen. El extrabajador era considerado sospechoso desde hacía tiempo y era sometido a vigilancia.

### EN UN TRASTERO

A pesar de que en un primer momento la Policía nacional no encontró el Códice Calixtino, finalmente el texto fue hallado en un trastero. Además, los agentes localizaron 1,2 millones de euros y varios libros religiosos procedentes de la Catedral de Santiago, así como ocho facsímiles del Códice Calixtino, en los registros de cuatro domicilios relacionados con los detenidos por la desaparición.



Manos Unidas  
CAMPAÑA CONTRA EL HAMBRE

LA SALUD, DERECHO DE TODOS:  
¡ACTÚA!

902 40 07 07 - www.manosunidas.org

# Descubren la "partícula de Dios"

El CERN anuncia el hallazgo de una partícula consistente con el Bosón de Higgs • Explica cómo la materia obtiene su masa en el Universo y podría ayudar en la investigación de la materia oscura

## Gente

La Organización Europea para la Investigación Nuclear (CERN) anunció este miércoles el descubrimiento de una partícula subatómica consistente con el Bosón de Higgs, la partícula clave para conocer la formación del Universo. Según explicó el portavoz del experimento CMS del Gran Colisionador de Hadrones (LHC), Joe Incandela, se encontró una protuberancia en los 125 Gev (gigaelectrovoltio) que permite determinar que se ha descubierto "una nueva partícula" y que ésta "debe ser un bosón".

Incandela señaló que "se trata de un resultado preliminar", pero el equipo cree que "es muy fuerte y muy sólido". Explicó que, sumando todas las estadísticas de datos obtenidos por CMS, el resultado es 5 sigma (superior al 99,99994), una cifra que, oficialmente, es suficiente para dar por confirmado un descubrimiento.

Se cumplen así los rumores que señalaban que este miérc-

les se iba a anunciar el descubrimiento del Bosón de Higgs, también conocido como la 'Partícula Dios'. El Bosón de Higgs es una partícula elemental masiva, cuya existencia está predicha por el modelo estándar de la física de partículas y su hallazgo supone un papel importante en la explicación del origen de la masa de otras partículas elementales.

Se cree que el Bosón de Higgs tiene un papel fundamental en el mecanismo por el que se origina la masa en el Universo y es la única partícula predicha por el Modelo Estándar de Física de Partículas que aún no había sido descubierta.

El Modelo describe las partículas elementales y sus interacciones, pero queda una parte importante por confirmar, precisamente la que da respuesta al origen de la masa. Sin masa, el Universo sería un lugar muy diferente. Si el electrón no tuviera masa no habría átomos, con lo cual no existiría la materia como



La investigación se desarrolló en el Gran Colisionador de Hadrones

se conoce actualmente, por lo que tampoco habría química, ni biología, ni existiría el hombre.

El descubrimiento es el comienzo de una nueva fase en la Física de Partículas ya que el bosón marca el camino en la inves-

tigación de otros muchos fenómenos físicos como la naturaleza de la materia oscura (que compone el 23 por ciento del Universo pero cuyas propiedades son completamente desconocidas).

## EL HIERRO

### Pronostican nuevos sismos de hasta 4'5 grados

#### E. P.

El Comité Científico del Pevolca informó de que la próxima semana se podría producir un incremento de la intensidad de los sismos en la isla de El Hierro, pudiéndose registrar movimientos sísmicos de hasta 4.5 ó 4.6 grados en la escala de Richter.

Así lo indicó la directora del Instituto Geográfico Nacional (IGN) de Canarias, María José Blanco, que indicó que, según los sismos que se han venido registrando a lo largo de estos días, es probable que la semana que viene se produzcan terremotos con magnitudes superiores a la máxima registrada hasta el momento, de 4.4 grados.

Por su parte, el jefe de servicio de Protección Civil y Emergencias, Humberto Gutiérrez, aclaró que la situación actual se mantiene estable, y recomendó a la población que siga atenta a la información y a los consejos de autoprotección que se repartieron cuando comenzaron los movimientos sísmicos.



Hotel Diamante Beach, donde ya hubo otro brote a principios de año

## SANIDAD OTRO FOCO A PRINCIPIOS DE AÑO

### Investigan un posible brote de legionella en un hotel de Calpe

#### Gente

La Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid va a abrir una investigación epidemiológica tras detectarse varios casos de legionella con supuesto origen en un hotel de Calpe (Alicante) y tener a tres personas hospitalizadas en el Hospital Universitario Puerta de Hierro de Majadahonda, una en Montepíncipe y otra en la clínica Quirón.

Así lo señalaron fuentes de la Consejería, que explicaron que las autoridades madrileñas han iniciado ya el cuestionario epide-

mológico para determinar posibles fuentes de exposición de los cinco pacientes en Madrid, que se alojaron la semana pasada en el hotel Diamante Beach de Calpe.

Precisamente, el Diamante Beach ya fue noticia por una situación de características similares. Un foco de legionella afectó a una quincena de personas a principios de año, y aunque permaneció cerrado mientras se hacían las labores de desinfección, fue de nuevo reabierto. Tres británicos fallecieron a causa de esta infección.

UN ESTIU PER ENAMORAR-TE DE BARCELONA

Aquest estiu Barcelona ha preparat un munt de coses per fer amb tu.

bcn.cat/estiu  
facebook.com/bcn.cat  
twitter.com/Barcelona\_cat  
#estiuBCN

Ajuntament de Barcelona

Barceloneta, la casa que vull

Entra al web i enamora't.

# Primer plano

## REPORTAJE ESPAÑA, OTRA VEZ CAMPEONA

Miles de personas volvieron a echarse a la calle para festejar otro título de una selección que mantiene un fuerte atractivo deportivo y económico

# Baño de masas en la marea roja

### Francisco Quirós

Cuatro años. Ese es el tiempo que ha necesitado la selección española de fútbol para pasar de ser una decepción habitual en los grandes torneos a conseguir un éxito inédito en este deporte. La Eurocopa de Polonia y Ucrania ha vuelto a rendirse a los pies de un equipo del que todos quieren formar parte. Atrás han quedado los años en los que las convocatorias del seleccionador de turno eran vistas como un inoportuno compromiso por jugadores y afición. Ahora, todos están al lado de la 'Roja', ya sea en partido oficial o amistoso.

Esa comunión volvió a quedar patente en otra jornada festiva con las calles de Madrid como testigos. Algunas fuentes cifran en un millón el número de aficionados que se echaron a la calle, camiseta y bandera en mano, para compartir unos minutos de alegría con los héroes de Kiev. Tras las pertinentes visitas institucionales, los jugadores fueron desfilando a bordo de un autobús descapotable por zonas tan significativas como la Gran Vía y la calle Alcalá, hasta desembocar en la plaza de Cibeles.

### UN CACHÉ CRECIENTE

El hecho de revalidar el título de campeona de Europa le sirve a la Real Federación Española de

Fútbol (RFEF) para presumir de selección, pero también para asegurarse unos ingresos jugosos de cara al futuro. Como ya sucediera tras el triunfo en el Mundial, el equipo de Vicente Del Bosque volverá a vestirse de corto a mediados de agosto para jugar un amistoso en pleno mes de agosto. Si en 2010 México fue el destino escogido, en esta ocasión el rival será Puerto Rico, un equipo cuya federación abonará una suma a su homóloga española que no ha trascendido de forma oficial, pero que podría acercarse a los dos millones de euros que pagó el año pasado Costa Rica por un encuentro similar. Ese caché también es un fiel exponente de la popularidad creciente de la selección en los últimos años. A comienzos de 2010, el coste de la contratación de un amistoso con la 'Roja' ascendía a un millón de euros, justo la mitad que ahora y muy por encima de los 600.000 euros que se embolsaba la RFEF antes de junio de 2008.

Pero otro de los termómetros que calibran la popularidad y el atractivo que destila esta selección es la cantidad que llega a la RFEF procedente de los patrocinadores. Tras el triunfo reciente en la Eurocopa se calcula que los 27 millones que recaba el organismo que preside Ángel María

un jugador italiano, porque aquello fue una lluvia de buen juego y de goles. Si nos dicen que las cosas iban a salir así, no lo hubiéramos creído. Al día siguiente, tocó celebrar. Madrid se volcó con la selección, que se mostró agradecida con esta afición que tiene marca propia: España. Si los indicadores económicos se basaran en el buen juego o en la pasión de los españoles, este fin de semana hubiéramos salido definitivamente de la



Los internacionales celebraron por todo lo alto su éxito

## El Mundial de Brasil, próximo objetivo deportivo

Con el telón de la Eurocopa bajado de forma definitiva, la selección ya piensa en el próximo gran evento. Dejando a un lado la Copa Confederaciones que se jugará el próximo verano en Brasil, el equipo que dirige Vicente Del Bosque tendrá como reto inmediato lograr la clasificación para el campeonato del mundo de 2014. Para ello, deberá conquistar la

primera plaza del grupo I de la zona europea, en el que también aparecen Finlandia, Georgia, Bielorrusia y sobre todo Francia. El combinado galo parte como gran rival para hacerse con un billete directo para el torneo de Brasil. En caso de acabar en segunda posición, España debería estar entre los ocho mejores segundos para disputar la repesca.

Villar por este concepto aumente hasta un 35 por ciento.

### BALANCE RECÍPROCO

Los otros grandes beneficiados del valor al alza de la selección son los propios patrocinadores. Uno de ellos, Iberdrola, calcula que el retorno de su inversión publicitaria se ha multiplicado por cuatro. Otro dato más que demuestra que fútbol y economía sí van de la mano cuando se habla de la selección española.

## OPINIÓN

Lo conseguimos. Los chicos de La Roja se alzaron el domingo con la Eurocopa 2012 y han colocado a España en la historia del fútbol mundial. Hay que reconocer que esta vez, a diferencia de 2008 y 2010, no hemos sufrido. Ni penaltis, ni prórroga, ni tan siquiera ese cosquilleo del que teme un empate en el último momento, porque desde el minuto 13 todo fueron alegrías. No había dado tiempo a creerse que habíamos marcado el primer gol, cuando entró el segundo, con el que llegó la tranquilidad. No importó que el árbitro no pitara un penalti, que lo fue claramente porque el balón tocó la mano de

Mamen Crespo

Redactora Jefe

## Euforia empañada

mos la victoria, centenares de personas eran desalojados de sus casas ante la inminente llegada del fuego que se ha saldado con miles y miles de hectáreas quemadas y con una vida, la del piloto de un helicóptero que intentaba sofocar las llamas. No está confirmado si finalmente algún

crisis. Qué grande es nuestro país y no sólo para celebrar los éxitos, también para volcarse con los desafortunados porque mientras la mayoría celebraba

jugador de la selección ha donado los 300.000 euros que les dan de prima por ganar el campeonato europeo a los afectados por el fuego de la Comunidad Valenciana. Pero si es así, a mí me emociona profundamente. Ya hay muchos diciendo "con lo que ganan, qué menos". Pero se equivocan, ganan lo que es suyo y si en el fútbol se pagan sumas desorbitadas, eso es otro debate. Lo que está claro es que nuestros jugadores, en medio de la euforia, han tenido un momento para acordarse de los que no pudieron celebrar la victoria porque a ellos las llamas les empañaron la alegría.





El resveratrol, obtenido de las pepitas de uva, es un gran antioxidante

## El elixir de la eterna juventud

La nutricosmética usa sustancias de los alimentos en el cuidado personal • La provitamina A y vitamina E mantienen la juventud y la belleza; y los hialurónicos quitan las pequeñas arrugas

### Gente

Mantenerse joven y sano es posible siempre que se conozcan cuáles son los recursos naturales que ayudan a conseguirlo. La nutricosmética o cosmética de tercera generación sienta las bases, ya que permite conocer los nutrientes que benefician al organismo y que el cuerpo no puede fabricar.

“Conseguir no envejecer es algo que se busca a lo largo de

todo los tiempos”, señala el presidente de la Sociedad Española de Nutrición Terapéutica y Nutricosmética, el doctor Manuel Jiménez Utero, quien acaba de publicar ‘Los secretos de la Nutricosmética’.

La nutricosmética, que se podría definir como “la intersección entre la alimentación y el cuidado personal”, consiste en introducir en la alimentación un conjunto de sustancias, bien

### UNA ALIMENTACIÓN ANTIENVEJECIMIENTO

**DESAYUNO:** Pan integral, cítricos, lácteos, jamón, huevos y entre 10 y 20 gramos de mantequilla

**MEDIA MAÑANA Y TARDE:** pequeño bocadillo integral y fruta

**COMIDA:** De primer plato, ensaladas y verduras y, en caso de to-

mar féculas, tan sólo medio plato. De segundo plato, pescados, mariscos, crustáceos y carnes como el pollo o el pavo. No más de 200 gramos en peso crudo

**CENA:** Igual que en la comida, pero más ligera. De bebida: agua no muy fría y una copa de vino

porque se encuentran en algunos alimentos o mediante complementos nutricionales, presentados en forma de cápsulas, ampollas, ‘stocks’ de gel o polvo.

Se trabaja alrededor de unas 40 sustancias procedentes de alimentos, entre las que se encuentran vitaminas, minerales y oligoelementos. Jiménez Utero destaca que “la medalla de oro se la podría llevar el resveratrol, obtenido de las pepitas de uva, que es un gran antioxidante; medallas de plata serían las provitaminas A y vitamina E que man-

Esta técnica trabaja con un total de **cuarenta sustancias** procedentes de los alimentos

tienen la juventud y la belleza, que son dos grandes antioxidantes naturales, a los que se les suma la vitamina C; finalmente, la medalla bronce se encontrarían los hialurónicos que quitan las pequeñas arrugas”.

Es necesario ser “perseverante” para ver los primeros resultados, aunque éstos podrán verse a partir del mes. Lo recomendable es comenzar a partir de los 30 años y recordar que deben usarse toda la vida.

Frente a estos productos, que actúan sobre las células, los cosméticos externos son complementarios para hidratar las capas más superficiales de la piel y atenuar las imperfecciones de forma momentánea.

### EL 43% DE LOS ESPAÑOLES TOMAN EL SOL DE MANERA INADECUADA

## Lograr un bronceado sano

### Gente

El 43% de los españoles toma el sol de manera inadecuada, según el presidente de la Asociación Riojana de Dermatología, Miguel Aizpún. De hecho, la Sociedad Española de Medicina Estética asegura que ocho de cada diez pacientes que acuden a una clínica de medicina estética tienen importantes alteraciones en la piel del cuello y el escote como consecuencia de la sobreexposición al sol.

Por ello, la Sociedad aconseja iniciar la preparación de la piel del cuello y del escote durante el invierno, aplicando cremas nu-

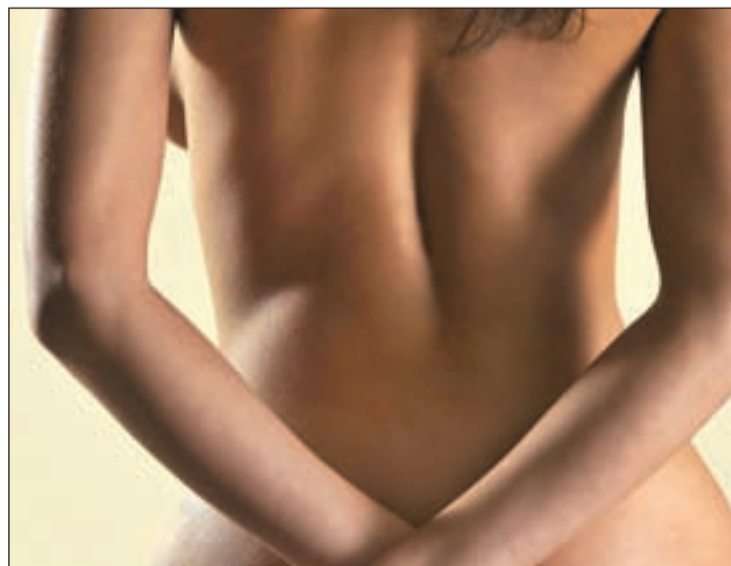
tritivas y realizando ‘peelings’ revitalizantes que engrosan la epidermis y la nutren. Además, recomienda aumentar la producción de antioxidantes que combatan los radicales libres que deterioran y envejecen la piel, realizar una alimentación sana, abundante en vitaminas B, C y E, a base de frutas, verduras, pescados y legumbres, que ayudan a un bronceado natural.

### EXPOSICIÓN PROGRESIVA

Comenzar a tomar el sol progresivamente, empezando a primera hora de la mañana o a última hora de la tarde, utilizar las cre-

mas de protección solar, usar sombreros amplios, gorros, pamelas, beber abundantes líquidos y extremar las medidas de precaución con algunos medicamentos como antibióticos y anticonceptivos, ayudan también a evitar estos problemas en la piel.

En resumen, para tener una piel sana este verano hay que usar cremas con factor de protección a partir de 15, cuidando, especialmente, la cara y el cuello: utilizar ropa holgada, y evitar las exposiciones al sol entre las 12 y las 17 horas por ser el momento en el que la radiación infrarroja y ultravioleta es mayor.



**COMER ESPINACAS,** lechuga, mango, kiwi, calabaza o zanahoria durante el verano y de una manera habitual ayuda a broncear la piel sin necesidad de exponerse al sol ya que contienen betacaroteno y alfacaroteno, que protegen la piel de los daños solares e incrementan la formación de melanina.

## CONSEJOS PARA RENOVAR EL VESTUARIO

Las ofertas de julio son un buen momento para crearse un fondo de armario a un precio asequible sin olvidarse de introducir las prendas del verano, como faldas 'tail hem' o unos pantalones de flores

# Las rebajas mejor aprovechadas

L.P.

Las rebajas han irrumpido en pleno verano con amplios descuentos desde el principio. Los carteles de -70% o 'Sales' se repiten en los escaparates y, en este contexto de gangas y montones de ropa desordenados, a veces es difícil separar la paja e ir a lo interesante.

En plena crisis económica y con la sombra del paro acechando en cada esquina, las ofertas de julio y agosto no deben desaprovecharse. Es el momento ideal para dar un vuelco al vestuario y crearse un buen fondo de armario a un precio asequible.

Sin embargo, antes de lanzarse a por la prenda soñada no hay que olvidar pararse a respirar. Revisar el armario, recorrer las tiendas on line preferidas y preparar una lista con lo que se desea comprar puede ayudar a aclarar las ideas de cualquier loca por las gangas y huir el consumismo.

### CREAR UN FONDO DE ARMARIO

Las prendas básicas para un buen fondo de armario dependen bastante del tipo de vida de cada persona, pero en general hay prendas que no deberían faltar en ningún armario. Araceli Moreno-Cid, coordinadora del Servicio Personal Shopper de El Corte Inglés, considera imprescindibles: una gabardina, un chubasquero para lluvia, un par de pantalones (uno para diario y



Este verano se llevan los toques étnicos y los flecos

### UN TOQUE FLUOR SIN PASARSE

Los colores que más se encuentran en las tiendas esta temporada son el salmón, los ácidos y los pasteles, y muchos consideran el verde agua como el tono del verano. También asaltan desde todos los escaparates las prendas fluor. Átrévete a introducirlo en tu armario, pero con moderación: hazte con unas sandalias fluor o una camiseta con dibujos en estos tonos.

otro reservarlo para cuando tenga que ir más arreglada), una o dos faldas versátiles, unas blusas para combinar con los pantalones y las faldas, un par de vestidos, un par de chaquetas de punto o alguna blazer, depende de cómo sea su ritmo de vida.

En cuanto a los complementos, Moreno-Cid destaca un

buen bolso en un tono neutro que pueda combinar con todo su armario, mientras que Blanca Gordon, directora de la empresa Shopin, añade unos zapatos de tacón de color nude o bronce dorado que sirvan tanto para ir a eventos como bodas como para combinar con los vaqueros.

Además, las rebajas son un buen momento para renovar la lencería y para elegir una amplia variedad de complementos que nos alegren y permitan un cambio de look según qué pañuelo, broche o bolso se combine en cada ocasión.

Un buen fondo de armario debería durar varios años, por lo que dedicar un poco más de dinero en estas prendas puede ser una buena inversión. Además, Gordon recomienda huir de los estampados muy marcados y reconocibles para alargar la vida de la ropa.

### TENDENCIAS

Las tendencias más marcadas esta primavera-verano son, según Moreno-Cid, las prendas tail hem, más cortas por delante y más largas por detrás; los vestidos o camisetas con encajes, que dan un look muy estiloso; los short con el talle un poco más alto; los plisados en vestidos y faldas; y las faldas largas, combinadas tanto con una camiseta básica para un look totalmente de día, como con una blusa más arreglada y que nos sirva para una cena o incluso para salir una noche.

Desde Shopin recuerdan que este verano también se llevan los toques étnicos y los flecos, así como los estampados de flores, preferiblemente grandes y en pantalón, y recomiendan un look: botas camperas arrugadas al tobillo con vestido lencero blanco y suelto.

## CUIDADOS PRODUCTOS CONTRA EL SOL Y EL CLORO

# El cabello también sufre el verano

Gente

A la hora de ponerte bajo el sol, hay que prestar mucha atención y ofrecer al cabello el cuidado extra que necesita durante verano. El sol, el agua del mar o el cloro pueden llegar a debilitarlo, o incluso, llegar a alterar su tono natural. Existen algunos productos que ayudan a tu cabello para ser la estrella del verano.

Para nutrir el cabello seco y dañado, TRESemmé recomienda su gama Hidratación Intensa. El Spray Protector del Calor de TRESemmé ayuda a proteger el cabello del sol y de temperaturas de hasta 230°. Al igual que la

piel, el pelo necesita un cuidado específico antes y después de exponerlo al sol. Para ayudar a reparar el cabello de los daños sufridos por el sol y el calor, se utiliza la gama Reparador del Calor de TRESemmé. Con la agresión del sol y la sequedad que puede aportar el cloro, no hay que olvidar una mascarilla reparadora como la Mascarilla Reestructurante de TRESemmé.

No es el único producto. La gama Urban Style de Jean Louis David presenta tres novedades ideales para todo tipo de cabello, para mantenerlo con brillo y fijarlo de manera natural.



Productos de TRESemmé y Urban Style de Jean Louis David

Los productos están pensados para proteger de las agresiones diarias del entorno urbano, facilitando el peinado y cuidando el cabello simultáneamente.

Design Paste es una pasta para esculpir que aporta materia y sustancia a todos los tipos de cabellos sin engrasarlos. Da forma al cabello aportando densidad, sustancia y textura.

Design Gel+, con su textura ultra flexible y moldeable, es ideal para liberar la creatividad en tu peinado con una fijación fuerte y natural, sin dejar residuos.

Por último, Shine Wax domina el encrespamiento y los cabellos rebeldes. Fija y consigue dar un brillo extremo al cabello aportándole gran disciplina sin dejar residuos.

# Clínica Baviera revisa la vista a niños de acogida este verano

Infecciones, conjuntivitis o estrabismo son los problemas más importantes

L.P.

Cientos de niños procedentes de zonas desfavorecidas aterrizan estos días en España para pasar las vacaciones con familias de acogida. Días de piscina y experiencias culturales, a las que se unen el acceso a unos recursos sanitarios de los que carecen en sus países de origen.

Las Clínicas Baviera aprovecha esta oportunidad y cada verano revisan la vista a cientos de niños procedentes de Ucrania, Rusia, Bielorrusia, Guinea Occidental y el Sáhara Occidental a través de acuerdos con diferentes asociaciones locales integradas por familias que ceden sus hogares durante los meses de julio y agosto.

## REVISIÓN COMPLETA

Las clínicas, que el pasado verano atendieron a 250 menores de estos programas, ofrecen una revisión óptica completa para detectar y corregir los problemas oftalmológicos más habituales durante la infancia, como el ojo vago o el estrabismo.

“Normalmente las enfermedades que más se detectan son ojo vago, estrabismo, problemas de graduación, conjuntivitis crónica, creatocconjuntivitis...”, explica Alicia Mancebo, oftometrista de la Clínica Baviera de Valladolid. “En general son problemas de infecciones derivados de las condiciones higiénicas en las que viven y por la alta exposición a la luz solar”, añade Mancebo.



Revisión de una niña en Clínica Baviera

## REVISIONES EN ONCE CIUDADES

Clinica Baviera y las asociaciones pretenden que, aunque sólo sea dos meses, los niños tengan un buen régimen alimenticio, sean sometidos a revisiones médicas y afronten el resto del año con más salud. Este año harán revisiones en Palma de Mallorca, Palencia, Valladolid, Castellón, Logroño, Albacete, Hospitalet, Mataró, Girona, Tarragona y Burgos.

Además, realizan una labor de concienciación dirigida a las familias de acogida, ya que deben ser conscientes de que está en sus manos que el niño acuda a las revisiones (que son gratuitas), ya que el resto del año no tienen este tipo de servicio a su

alcance. “También intentamos darles unos pequeños consejos para su vuelta, pero son muy pequeños y no se puede esperar que lo recuerden”, asegura Mancebo, que incide en que es “nuestro pequeño grano de arena para que su vida sea mejor”.



La técnica necesita una media de 6 a 8 sesiones

## El láser de Diodo, eficaz hasta con pieles morenas

I.D.

Con la llegada del buen tiempo el vello estorba más que nunca. Una buena alternativa es la depilación láser que, en una media de 6 a 8 sesiones, puede acabar con el pelo debido a que elimina de un 15% a un 20% del vello en cada una. Según explica Jaime Rodríguez, experto en depilación del centro Diodepil “es prácticamente definitiva, con algunas sesiones de repaso, la zona permanecerá depilada, aunque los hombres necesitan alguna más que las mujeres”. Otra de las ventajas es que el láser permite trabajar con todo tipo de pieles, incluso las bronceadas si se trata de Diodo, que es “seguro, selectivo y eficaz”, afirma. Como se observa, el láser se presenta como una buena opción frente a los incómodos métodos tradicionales, como la dolorosa cera o la cuchilla que potencia el crecimiento del vello.

A pesar de que el sol -además de los medicamentos fotosensi-

bles y el embarazo- esta contraindicado para un tratamiento láser, gracias a los avances en depilación ya es posible comenzar con un tratamiento incluso en verano. “Ahora mismo hay equipos como es el láser de Diodo, que respetando unos tiempos mínimos de exposición al sol (10 días antes y 10 días después) permite realizar las sesiones en verano” matiza Jaime y añade: “con láser Alejandrita y otras técnicas el plazo sería mucho mayor, de 30 días”.

## TARIFAS PLANAS

La depilación láser se ha vuelto asequible. Según señala Jaime “Diodepil nace con la idea de igualarse a los centros de tarifa plana de luz pulsada, pero con láser de Diodo. 40 euros por zona y sesión”. Además, este centro también ofrece distintas promociones como piernas enteras, ingles y axilas por 95 euros “frente a 300 euros que podría costar hace unos años”, concluye.

## EN BREVE ESCUDOS FACIALES CONTRA EL SOL



### LA CREMA DE NIVEA, COMO BASE DE MAQUILLAJE

El Fluido Facial Solar Rápida Absorción de NIVEA Sun proporciona una protección UVA/UVB contra el sol a la vez que su fórmula extra ligera hidrata la piel para un cutis de apariencia más fresca. Idóneo para uso diario, y como base de maquillaje.



### PROTECCIÓN DE CLARINS CONTRA EL SOL Y ARRUGAS

La Crème Solaire Anti-Rides Haute Protection UVA/UVB 30 es la crema solar antiarrugas alta protección de Clarins. Formulada para piel normal, seca, mixta y grasa, contiene Multi-Protección Celular reforzada gracias al Phytosunactyl 2.



### HIDRATACIÓN, PROTECCIÓN Y COLOR IMPECABLE

Estée lauder presenta DayWear BB Creme FPS 35. Esta crema ligera proporciona un tono uniforme y saludable, una poderosa protección con el Complejo Super Anti-Oxidante y FPS 35, e hidratación de alto rendimiento y sin aceites.



### LA TECNOLOGÍA SOLAR SMART DE CLINIQUE

Clinique presenta Clinique Sun SPF 30 Face Cream, con la tecnología SolarSmart ayuda a prevenir los signos del envejecimiento. Con antioxidantes solares que previenen de los daños causados por el sol. Suave para pieles sensibles.



### CREMA PARA OCHO HORAS DE ELIZABETH ARDEN

El nuevo Eight Hour Cream Targeted Sun Defense Stick SPF 50 de Elizabeth Arden combina los beneficios de Eight Hour Cream con una intensa protección solar presentada de forma elegante y para un consumidor con una necesidad clara.

# Deportes

## CUENTA ATRÁS PARA LOS JUEGOS OLÍMPICOS

### SANDRA AGUILAR GIMNASTA

La madrileña se estrena en unos JJOO con el equipo de rítmica • Su deseo es emular a Almudena Cid

# «Soñamos con lograr una medalla, aunque está difícil»



La pinteña llega con ilusión a la cita de Londres

#### Francisco Quirós

A punto de cumplir 20 años, Sandra Aguilar afronta con ilusión su debut en unos Juegos Olímpicos y con el honor de ser la primera deportista de su localidad (Pinto, Madrid) que está en una cita de este calado. Lo hará con el equipo nacional conjunto de gimnasia rítmica, después de haber ido pasando por todas las categorías inferiores.

#### ¿Cómo va la preparación de cara a los Juegos?

Estamos ya en la recta final puesto que estamos a menos de un mes para la cita de Londres. A lo largo de este año sí que hemos ido a diferentes competiciones, siendo la última de ellas el Europeo, en la que acabamos en quinta posición, muy cerca de las cuartas y las terceras clasificadas. Tras esto ahora estamos dando los últimos retoques con casi toda la atención puesta en los Juegos Olímpicos.

#### Tras la decepción del Mundial de Montpellier en 2011, seguro que el Preolímpico supuso una alegría enorme...

Si todo hubiese ido bien, en el Mundial del año pasado ya habríamos logrado el pase, pero tuvimos mala suerte en el ejercicio de cintas y eso nos bajó la nota, obligándonos a ir al Preolímpico en enero de este año. Allí sí que clavamos los dos ejercicios.

#### ¿Con qué expectativas irá el equipo español a los Juegos?

Todo el mundo que va a los JJOO aspira a una medalla, pero sí que está difícil y complicado. Los cinco equipos que estábamos en los primeros puestos del Europeo son los que estamos luchando por tres medallas. A nosotras sólo nos queda hacerlo lo mejor posible, luego los jueces que valoren como ellos vean porque es un deporte un poco subjetivo.

#### Hablando de ese componente subjetivo de las valoraciones de los jueces, ¿cómo se interiorizan esas decisiones?

Es uno de los deportes más subjetivos que hay. No es como, por ejemplo, una carrera en la que si llegas el primero a meta es el ganador y no te puede decir nadie que no. Esto depende de unos jueces y eso conlleva unas decisiones subjetivas por naturaleza. Al principio te choca, pero ahora ya estamos más acostumbradas y aprendes a valorarlo mejor.

#### Individualmente, ¿cuáles son tus deseos de cara a esta cita?

Unos JJOO es lo máximo para un deportista, es algo a lo que aspiras en su carrera deportiva. En mi

caso son los primeros en los que voy a estar, por lo que intentaré disfrutarlos al máximo y dar lo mejor de mí.

#### Dentro de poco disputáis la Copa del Mundo de Bielorrusia. Esta competición ¿es un buen entrenamiento para la cita olímpica o por el contrario es un obstáculo en el calendario?

Sí, a mediados de este mes tenemos la Copa del Mundo en Minsk. La verdad es que nos viene bastante bien porque la última competición importante que tuvimos fue el Europeo a principios de junio. Si no hubiéramos competido hasta mediados de agosto, que es cuando disputaremos los Juegos, sí que habría-

« La carrera por el podio va a ser muy igualada con cinco equipos con serias opciones»

« La gimnasia es un deporte subjetivo en el que todo depende de unas valoraciones»

mos corrido el riesgo de haber estado un poco paradas. Nos viene bien porque nos pone a prueba una última vez y así podemos hacer los últimos retoques de cara a Londres.

#### ¿Cuántas horas dedicas al entrenamiento?

La gimnasia es como un trabajo, si cumples con la tarea que tienes prevista para una determinada jornada te marchas antes, en cambio, si no lo haces en el tiempo estimado a lo mejor tienes que dedicarle un poco más. Es una tarea que debo compatibilizar con los estudios. Por ejemplo, ahora estoy en época de exámenes y también estoy

volcada con los entrenamientos.

#### ¿En quién te fijabas cuando comenzabas a dedicarte a la gimnasia?

En este deporte Rusia es una potencia indiscutible y siempre acabas fijándote en alguna de ellas, pero también a nivel nacional Almudena Cid siempre ha sido un referente por haber estado en tantos JJOO. Como en cualquier deporte, supongo que acabas fijándote siempre en las más grandes.

#### En tu especialidad, hay una parte individual pero sobre todo debe haber una compenetración con el resto de tus compañeras ¿cómo se trabajan esos ejercicios colectivos?

En gimnasia rítmica hay dos modalidades, una individual y otra de conjunto. Yo practico la última y se nota que es mucho más compleja porque tienes que estar al 100% compenetrada con tus compañeras. Somos cinco componentes y eso supone que tienes que pensar por ti misma y por los demás. Al final todo esto supone que la compenetración y por tanto el trabajo acaban siendo mayores que en el individual. Ya de cara a los Juegos, el ejercicio que desarrolléis lleva aparejado mucho entrenamiento, pero también una alta dosis de concentración porque os lo jugáis todo en pocos minutos ¿supone un punto mayor de presión?

Sí, hay un poco más de presión, pero es un trabajo que llevas preparando durante bastante tiempo y que tienes ya interiorizado y mecanizado. Están los nervios típicos cuando sales a competir, pero al final eres como un robot que tienes encadenar movimientos uno detrás de otro. Esto no evita que tengas el gusanillo cuando estás a pocos segundos de empezar, pero una vez que comienzas el ejercicio ya dejas todo de lado y te centras plenamente en tu trabajo.

### “Los JJOO son una recompensa a tanto sacrificio”

Como cualquier joven de su edad, Sandra Aguilar tiene otras preocupaciones e intereses que no se corresponden con la competición. Estudiante del Ciclo Superior de Deportes TAFAD, la gimnasta pinteña debe dedicar el tiempo necesario a su carrera académica, ya que cree que “en un futuro es lo que me va a ayudar”, algo complicado de compaginar con pero que “poquito a poco te vas a acostumbrando y acabas cumpliendo en ambas facetas”. Hablando propiamente del deporte de élite, Sandra reconoce que “te ves obligado a hacer bastantes sacrificios ya sea por tema relacionado con las vacaciones o por salidas de cumpleaños o incluso eventos a los que quieres ir y no puedes”. Sin embargo, la gimnasta madrileña da por bien empleado todo ese esfuerzo cuando llega “una recompensa como los Juegos Olímpicos”.

Toda la información sobre  
nuestros trenes en tu móvil

renfe.mobi

www.renfe.com  
902 320 320

Oci

## Actuar en un escenari distorsionat

Una explosió física, emocional i intel·lectual  
s'instal·la al Grec amb 'Metamorphosis'

### Gente

Anys de gimnàstica professional li han servit a l'actor i director islandès Gisli Örn per aguantar el tipus de Gregor Samsa enfilat a la paret, en una explosió física, emocional i intel·lectual que construeix 'Metamorphosis', una adaptació del prestigiós text de Franz Kafka, dels anglesos Lyric Hammersmith i els islandesos Vesturport, que es podrà veure fins al 7 de juliol a la sala Fabià Puigserver en el marc del Festival Grec.

Gisli Örn és Gregor Samsa, el conegut personatge de Kafka que un matí desperta convertit en un gran insecte, però que en aquesta adaptació es limita a portar un habitual vestit masculí

de treballador de banc. El treball físic de l'actor és espectacular, i ell mateix descriu l'experiència com la que es deu tenir en "ser atropellat per un tren que et passa pel damunt cada matí".

### DOS ESCENARIS

Aquesta força física és necessària per mantenir Gregor Samsa penjat en un segon nivell, ja que l'escenari està dividit en dos espais, la sala d'estar vulgar i a peu pla de la família Samsa, que contrasta amb la visió zenital del dormitori de Gregor distorsionat. La música que acompanya la peça és original de Nick Cave i Warren Ellis, i la veu de baríton de Cave emfatitzen el dramatisme del text.



'Metamorphosis' es representa dins el Festival Grec. GENTE

D'altra banda, El Grec comença aquest any una relació amb el Premi Quim Masó programant l'obra guanyadora d'aquest any, 'Molly Sweeney', de l'irlandès Brian Friel i dirigida per Miquel Gorriç. Són tres

monòlegs que teixeixen una història dramàtica sobre una dona cega des de la infància, interpretada per Miriam Alamany, que s'ha acostumat a viure una vida rica i satisfactòria en la foscor.

### ESPECTACLES

La ciutat s'obre a  
**la dansa** durant  
tot el **juliol**

### Gente

Els Brodas Bros actuen per primera vegada al festival Grec i en el seu escenari principal, el Teatre Grec, on reestrenaran l'espectacle Concierto Concepto, que han revisat i enriquit amb molts artistes convidats. L'actuació dels germans Lluc i Pol Fruítos pretén ampliar el tipus de públic del festival barceloní, com és la intenció del seu nou director, Ramon Simó.

A banda, la dansa també és protagonista aquest juliol a Barcelona amb diferents propostes. Una és la del centre de creació La Caldera, que del 6 al 29 de juliol, omple el mes de propostes escèniques i de reflexió. Un dels projectes és BCN/Mont.real, en què ballarins d'aquí fan un intercanvi amb canadencs i diferents generacions es connecten amb rols oposats als habituals.

# VIVE SIN PREOCUPACIONES

## Consigue el crédito que necesitas

**400 € en tu casa**  
**en sólo 10 minutos**

Sin compromiso, 100% Seguro  
Tú decides cuándo y cómo  
Cómodo, rápido y sencillo  
Sin aval y sin dar explicaciones



**902 541 320**



**sucredito.es**

## Ocio

## CAIXAFORUM DE MADRID

## Cien obras muestran el carácter visionario del artista británico William Blake

## Gente

Un centenar de obras dan cuenta en Madrid del carácter visionario del artista británico William Blake, considerado en el Reino Unido "figura fundamental" e incluso "tesoro nacional" a la vez que "icono contracultural". Así lo destacó Alison Smith, comisaria de esta exposición que podrá verse en CaixaForum entre el 4 de julio y el 21 de octubre.

'William Blake (1757-1827). Visiones en el arte británico' propone un acercamiento inédito a la obra de este artista y a su influencia en el arte británico posterior. Formada por más de 100 piezas, 74 de ellas del propio Blake y las 30 restantes de otros destacados artistas ingleses influenciados por su legado, es la primera muestra centrada en esta figura que se organiza en España desde 1996.

## INCONFORMISMO

Grabador, pintor, poeta, paradigma del artista integral, William Blake (Londres, 1757-1827), incomprendido y rechazado por el público de su época, ocupa un lugar incuestionable en la historia de la cultura occidental por su original y visionaria concepción del arte, enfrentada a los dogmatismos sociales, religiosos y académicos. Inconformismo y misticismo son los rasgos definitorios de su obra.

Alison Smith ha hecho hincapié en la influencia que su forma expresiva tiene en los artistas actuales, especialmente los que pretenden "reaccionar contra el poder establecido", algo que hizo también el propio Blake, "aunque sin perder de vista que fue un artista de su tiempo".

Para Smith, el calificativo de "visionario" alude a la capacidad de este artista para trabajar "a partir de la imaginación".



El hombre araña busca su identidad como adolescente y como superhéroe

## El nuevo y asombroso Spiderman, el gran estreno de este verano

Andrew Garfield protagoniza la primera entrega de la nueva saga del héroe

## Gente

El hombre araña regresa a la gran pantalla este verano, pero renovado. La saga comienza de nuevo de la mano del director Marc Webb, que presenta 'The Amazing Spiderman', la primera entrega de la nueva era de la saga basada en el popular trepamuros de Marvel.

"Esta vida no es fácil...!" Así arrancaba uno de los trailers. Toda una declaración de intenciones de Peter Parker en la que deja claro cual es el objetivo que perseguirá en esta nueva entrega cinematográfica. "Lo único que me ha obsesionado toda mi vida es descubrir la verdad acerca de mis padres", dice el héroe.

La película bucea en las contradicciones de un personaje, que hace frente tanto a policías como a ladrones, que se forja poco a poco como un héroe.

'The Amazing Spiderman' (Sony Pictures) narra por prime-

### Los superhéroos están de moda

Tras el éxito de Los Vengadores y con Batman y Spiderman prestos para reventar la taquilla, los superhéroos siguen saliendo de debajo de las piedras. Ahora, además de las secuelas de Thor, El capitán América y Los Vengadores, y de la tercera entrega de Iron Man, Marvel prepara el desembarco de otros personajes que podrían ser Ant-Man, The Black Panther (Pantera negra), The Human Fly (La mosca humana) y Guardians of the Galaxy.

ra vez los primeros años y la adolescencia de Peter Parker (Andrew Garfield), un estudiante de secundaria que fue abandonado por sus padres cuando era niño, dejándolo a cargo de su tío Ben

(Martin Sheen) y su tía May (Sally Field). Como la mayoría de los adolescentes de su edad, Peter trata de averiguar quién es y qué quiere llegar a ser.

## SECRETOS DEL PASADO

Peter también está encontrando su camino con su primer amor de secundaria, Gwen Stacy (Emma Stone). Cuando Peter descubre un misterioso maletín que perteneció a su padre, comienza la búsqueda para entender la desaparición de sus padres, una búsqueda que le lleva directamente a Oscorp, el laboratorio del Dr Curt Connors (Rhys Ifans), ex compañero de trabajo de su padre.

Mientras Spider-Man se encuentra en plena colisión con el alter-ego de Connors, el Lagarto, Peter hará elecciones que alterarán sus opciones para usar sus poderes y darán forma al destino que le convertirá en un héroe.

## SALUD SEXUAL

Blanca de Lamo Guerras

Terapeuta de Pareja y Sexual

## Estando juntos

Estando juntos la vida parece mejor. O no. En verano aumenta el número de separaciones y a todo el mundo le parece que debería ser al revés, ya que, al tener más tiempo para compartir, disfrutas más de la persona a la que amas. Pero la realidad es que muchas parejas no se conocen y empiezan a hacerlo en este periodo, descubriendo que a su "media naranja" le gusta algo que ella odia, como puede ser jugar a las palas en la playa o pasarse toda la semana viendo exposiciones. Mi experiencia es que hasta lo que te hace disfrutar se debe de hablar. Por ejemplo, sentándose en un ambiente relajado a ver cuáles son las expectativas del otro y lo que quieres hacer tú. En esta conversación saldrán las cosas que sí podéis hacer por el otro, como por ejemplo ir una vez por semana al cine; algo que no te importa, como ir a clases de baile moderno juntos; y algo por lo que no puedes pasar, como puede ser que tus vacaciones sean nadando entre tiburones, animal al que tienes fobia. Estos ejemplos pueden ser muy exagerados, pero hacen reflexionar sobre el hecho de que cedemos a hacer cosas que de ningún modo queremos realizar. lo que va creando brecha en nuestra relación, cuando la solución más sencilla y que puede salvar nuestra relación es hablar para poner los límites.

[www.espacioteman.com](http://www.espacioteman.com)

## LIBROS: LAS RECOMENDACIONES DE LA SEMANA

### El cielo es real

Todd Burpo

El cielo es real es una novela que cuenta la asombrosa historia de Colton, un niño de 4 años que durante una operación de apendicitis estuvo a punto de morir y visitó el cielo. Tres meses después de esa intervención Colton, comenzó a contar que los ángeles le visitaron en el quirófano y que el mismo pudo ver la agonía de sus padres al verle morir.



### ¡Esto sí que es Hollywood!

Ana García-Siñeriz

La banda de Zoe sigue su periplo por el mundo. Después de París y Londres llega Hollywood. La Banda pone rumbo a la ciudad del cine y de los sueños para desentrañar el misterio que rodea el rodaje de la película que va a protagonizar Matilde, una de las chicas de la banda que misteriosamente desaparecerá.



### El ángel perdido

Javier Sierra

El mejor Javier Sierra nos sumerge en un mundo en el que historia, magia, tecnologías ancestrales y ciencia de vanguardia se aúnan en un thriller tan evocador y documentado como original. La historia transcurre mientras Julia, la protagonista está trabajando en la restauración del Pórtico de la Gloria de la catedral de Santiago de Compostela.



### Gothic Galicia

Marañas y Leiva

José Ángel Marañas y Antonio Domínguez Leiva nos presentan el episodio tres de la serie 21 dedos. En esta ocasión el particular héroe de la novela deja las playas y bebidas exóticas del caribe y de Brasil y desembarca un poco más cerca, en la Costa Da Morte gallega dispuesto a hartarse de la comida y bebida típica de la tierra. Centollos y albariño.



### La tierra del fuego

Carla Federico

El lago Llanquihue, en Chile, es el escenario de esta emotiva novela que narra la mayor emigración europea hacia América. Una historia sobre la fuerza irresistible de amor en un marco exótico y virgen y maravillosamente documentado y narrado por esta joven escritora de nacionalidad austriaca pero residente en Alemania.



# Parrilla televisión

	viernes	sábado	domingo	lunes	martes	miércoles	jueves
<b>1 TVE 1</b>	<b>06.30</b> Telediario matinal. <b>09.00</b> Por determinar. <b>12.00</b> Sorteo de la Lotería de El Niño. <b>14.00</b> Informativo territorial. <b>14.30</b> Corazón. <b>15.00</b> Telediario 1. <b>16.05</b> El tiempo. <b>16.00</b> Tour de Francia. <b>17.10</b> Corazón apasionado. <b>19.00</b> Por determinar. <b>21.00</b> Telediario 2. <b>22.15</b> Programa a determinar. <b>23.00</b> Cine por determinar. <b>01.10</b> Ley y orden. Acción criminal.	<b>07.15</b> Encierros San Fermín. <b>09.30</b> Cine para todos. Por determinar el film. <b>12.10</b> Lo que hay que ver. <b>13.30</b> Cocina con Sergio. <b>14.30</b> Corazón. <b>15.00</b> Telediario primera edición. <b>16.00</b> Tour de Francia. <b>17.30</b> Sesión de tarde por determinar. <b>19.00</b> Cine de barrio, film por determinar. <b>21.00</b> Telediario segunda edición. <b>21.30</b> Informe Semanal, reportajes. <b>22.30</b> Cine. Versión española	<b>07.15</b> Encierros San Fermín. <b>09.30</b> Cine para todos. Por determinar el film. <b>12.10</b> Lo que hay que ver. <b>13.30</b> Cocina con Sergio. <b>14.30</b> Corazón. <b>15.00</b> Telediario primera edición. <b>16.00</b> Tour de Francia. <b>17.30</b> Sesión de tarde (por determinar). <b>19.05</b> Programación a determinar. <b>21.00</b> Telediario 2. El tiempo. <b>22.15</b> La película de la semana. <b>00.00</b> Especial cine. A determinar.	<b>06.30</b> Telediario matinal. <b>06.30</b> Telediario matinal. <b>07.15</b> Encierros San Fermín. <b>09.00</b> Los desayunos de TVE <b>10.15</b> La mañana de la 1. <b>14.00</b> Informativo territorial. <b>14.30</b> Corazón. <b>15.00</b> Telediario 1. <b>16.05</b> El tiempo. <b>16.15</b> Tour de Francia. <b>17.10</b> Corazón apasionado (telenovela) <b>19.00</b> ¿Conoces España? y +Gente <b>21.00</b> Noticias Segunda edición. <b>22.40</b> Españoles en el mundo. Por determinar.	<b>06.30</b> Telediario matinal. <b>07.15</b> Encierros San Fermín y conexiones en directo. <b>09.00</b> Los desayunos de TVE <b>10.15</b> La mañana de la 1. <b>14.00</b> Informativo territorial. <b>14.30</b> Corazón. <b>15.00</b> Telediario 1. <b>16.05</b> El tiempo. <b>16.15</b> Tour de Francia. <b>17.10</b> Corazón Apasionado. <b>19.00</b> ¿Conoces España? y +Gente <b>21.00</b> Noticias Segunda edición. <b>22.40</b> Españoles en el mundo. Por determinar.	<b>06.30</b> Telediario matinal. <b>07.15</b> Encierros San Fermín y conexiones en directo <b>10.15</b> La mañana de La 1. <b>14.00</b> Informativo territorial. <b>14.30</b> Corazón. <b>15.00</b> Telediario 1. <b>16.05</b> El tiempo. <b>16.15</b> Tour de Francia. <b>18.00</b> Corazón Apasionado. <b>19.00</b> ¿Conoces España? y +Gente <b>21.00</b> Telediario 2. <b>22.15</b> Comando actualidad. <b>00.15</b> El debate de La 1. <b>01.45</b> La noche en 24 horas. <b>04.00</b> Noticias 24 horas.	<b>06.30</b> Telediario matinal. <b>07.15</b> Encierros San Fermín y conexiones en directo <b>09.00</b> Los desayunos de TVE <b>10.15</b> La mañana de la 1. <b>14.00</b> Informativo territorial. <b>14.30</b> Corazón. <b>15.00</b> Telediario 1. <b>16.05</b> El tiempo. <b>16.15</b> Tour de Francia. <b>18.00</b> Corazón Apasionado. <b>19.00</b> ¿Conoces España? y +Gente <b>21.00</b> Telediario 2. <b>22.15</b> Clásicos de La 1. A determinar.
<b>2 La2</b>	<b>07.00</b> Conciertos de Radio 3. <b>09.30</b> Aquí hay trabajo. <b>11.00</b> Grandes documentales. <b>13.30</b> Para todos la 2. <b>13.40</b> Crónicas. <b>15.30</b> Saber y ganar. <b>16.00</b> Grandes documentales. <b>18.00</b> Grandes documentales. <b>20.00</b> Curro Jiménez. <b>20.30</b> Frasier (serie). <b>21.00</b> Por determinar. <b>21.45</b> La Suerte en tus manos. <b>22.00</b> El documental de La 2. A determinar. <b>23.30</b> Programación por determinar.	<b>10.30</b> España en comunidad. <b>11.00</b> En lengua de signos. <b>12.15</b> Mapa sonoro. <b>12.10</b> Acción directa. <b>13.10</b> Tierra herida. <b>14.00</b> Tendido Cero. <b>15.00</b> Jara y Sedal. <b>15.30</b> Palabra por palabra. <b>17.00</b> Docufilia, por determinar. <b>19.10</b> Días de cine, por determinar. <b>21.00</b> Grandes documentales. <b>22.45</b> Crónicas, por determinar programa. <b>01.00</b> Programación por determinar.	<b>08.00</b> Los conciertos de La 2. <b>09.30</b> La fábrica de ideas. <b>10.30</b> El Día del Señor. <b>12.00</b> Babel en tve. <b>14.30</b> Más que perros y gatos. <b>15.30</b> Saber y ganar. <b>17.00</b> Grandes Documentales. <b>17.55</b> Miradas 2. <b>18.30</b> Miradas 2. <b>20.00</b> Convive. <b>20.30</b> Tres 14. <b>22.00</b> Documentos tv, por determinar la programación. <b>00.30</b> Especial cine por determinar.	<b>07.00</b> Los lunnis. <b>08.30</b> Documentales. <b>09.30</b> Aquí hay trabajo. <b>11.00</b> La aventura del saber. <b>14.30</b> Archivos antología. <b>15.30</b> Saber y ganar. <b>17.00</b> Grandes documentales. <b>17.55</b> Docufilia, documentales culturales. <b>18.55</b> BIODIARIO. <b>19.00</b> Bubbles. <b>19.30</b> Para todos La 2. <b>20.00</b> Noticias. <b>20.30</b> Más que perros y gatos. <b>21.00</b> Documentales culturales. <b>22.00</b> Versión española.	<b>07.00</b> Los lunnis. <b>8.30</b> Documentales. <b>09.30</b> Aquí hay trabajo. <b>11.00</b> Babel en TVE. <b>14.40</b> Documentales culturales. <b>15.30</b> Saber y ganar. <b>16.00</b> Grandes documentales. <b>17.00</b> Grandes documentales. <b>18.55</b> BIODIARIO. <b>19.00</b> Bubbles. <b>19.30</b> Para todos La 2. <b>20.00</b> Noticias. <b>20.30</b> Más que perros y gatos. <b>21.00</b> Documentales culturales. <b>22.00</b> Versión española.	<b>07.00</b> Los lunnis. <b>8.30</b> Documentales. <b>09.30</b> Aquí hay trabajo. <b>11.00</b> Emprendedores e innovadores E+I. <b>14.40</b> Documentales culturales. <b>15.30</b> Saber y ganar. <b>16.00</b> Grandes documentales. <b>17.00</b> Programación por determinar. <b>18.55</b> Zoom Tendencias. <b>20.30</b> Frasier (serie) <b>21.00</b> Documentales culturales. Docufilia. <b>22.00</b> El cine de La 2. Por determinar. <b>22.00</b> El cine de La 2.	<b>07.00</b> Los lunnis. <b>8.30</b> Documentales. <b>09.30</b> Aquí hay trabajo. <b>11.00</b> Grandes documentales. <b>13.55</b> Cazadores de nazis. <b>15.30</b> Saber y ganar. <b>16.00</b> Grandes documentales. <b>17.00</b> Programación por determinar. <b>18.55</b> BIODIARIO. <b>19.00</b> La España sumergida. <b>19.30</b> Para todos La 2. <b>20.00</b> Solo moda. <b>20.30</b> Frasier. <b>21.00</b> Documentales culturales. <b>23.30</b> Crónicas. Por determinar.
<b>3 TV3</b>	<b>06.00</b> Noticias 3/24 <b>08.00</b> Els matins <b>13.20</b> El Gran Dictat <b>14.00</b> TN comarques <b>14.20</b> El medi ambient <b>14.30</b> Telenotícies migdia <b>15.40</b> Cuines <b>15.50</b> La riera <b>16.40</b> Divendres <b>18.30</b> Julie Lescaut <b>20.15</b> Export Club <b>20.35</b> Espai Terra <b>21.00</b> Telenotícies vespre <b>21.50</b> Zona záping <b>22.15</b> La gran pel·lícula: Spider-man 2 <b>23.55</b> Pel·lícula: Submergits <b>01.45</b> Ventdelplà <b>03.30</b> Blues a l'estudi	<b>06.00</b> Noticias 3/24 <b>10.00</b> <b>10.30</b> Planetari <b>13.10</b> Terminator: Les cròniques de Sarah Connor <b>14.00</b> Zona záping <b>14.20</b> Tot un món <b>14.30</b> TN migdia <b>15.40</b> Tarda de cine: Traïdor <b>17.45</b> Pel·lícula: Mar de plàstic <b>19.20</b> Benvinguts a l'hort <b>20.00</b> Benvinguts a l'hort <b>20.45</b> TN vespre <b>22.00</b> Alguna pregunta més? <b>22.35</b> Cantada d'havaneres des de Palafrugell <b>22.00</b> Pel·lícula: Fràgils	<b>06.00</b> Noticias 3/24 <b>10.00</b> Signes del temps <b>10.50</b> Planetari <b>12.55</b> Terminator: Les cròniques de Sarah Connor <b>13.15</b> Crackòvia <b>13.50</b> Polònia <b>14.20</b> Tot un món <b>14.30</b> TN migdia <b>15.40</b> APM? Extra <b>16.15</b> Tarda de cine <b>16.15</b> Pel·lícula <b>20.30</b> Chuck <b>21.00</b> Telenotícies vespre <b>21.50</b> 30 Minuts <b>22.30</b> Julie Lescaut <b>00.15</b> Nip/Tuck <b>00.55</b> Parlament <b>01.15</b> Pel·lícula <b>02.50</b> Blues a l'estudi	<b>06.00</b> Noticias 3/24 <b>10.00</b> Estrellas de la gran pantalla <b>10.45</b> Un disseny per a la vida <b>11.35</b> Fabrica que fabricaràs <b>12.30</b> La memòria dels cargols <b>13.20</b> El Gran Dictat <b>14.00</b> TN comarques <b>14.30</b> TN migdia <b>15.40</b> Cuines <b>15.50</b> La riera <b>16.40</b> Divendres <b>18.30</b> Julie Lescaut <b>20.15</b> Export. Cat <b>21.00</b> TN vespre <b>21.50</b> APM? <b>22.30</b> Terreny personal <b>23.00</b> Pel·lícula: Otros días que vendrán	<b>06.00</b> Noticias 3/24 <b>10.00</b> Estrellas de la gran pantalla <b>10.45</b> Un disseny per a la vida <b>11.35</b> Fabrica que fabricaràs <b>12.30</b> La memòria dels cargols <b>13.20</b> El Gran Dictat <b>14.00</b> TN comarques <b>14.30</b> TN migdia <b>15.40</b> Cuines <b>15.50</b> La riera <b>16.40</b> Divendres <b>18.30</b> Julie Lescaut <b>20.15</b> Export. Cat <b>21.00</b> TN vespre <b>21.50</b> APM? <b>22.30</b> Terreny personal <b>23.00</b> Pel·lícula: Otros días que vendrán	<b>06.00</b> Noticias 3/24 <b>10.00</b> Estrellas de la gran pantalla <b>10.45</b> Un disseny per a la vida <b>11.35</b> Fabrica que fabricaràs <b>12.30</b> La memòria dels cargols <b>13.20</b> El Gran Dictat <b>14.00</b> TN comarques <b>14.30</b> TN migdia <b>15.40</b> Cuines <b>15.50</b> La riera <b>16.40</b> Divendres <b>18.30</b> Julie Lescaut <b>20.15</b> Export. Cat <b>21.00</b> TN vespre <b>21.50</b> Veterinaris <b>22.30</b> Polònia <b>23.10</b> Confía en mi <b>00.10</b> Breaking bad <b>01.15</b> Ventdelplà	
<b>Antena 3</b>	<b>06.00</b> Las noticias de la mañana. <b>08.45</b> Espejo público. <b>12.00</b> Karlos Arguiñano. <b>12.30</b> La ruleta de la suerte. <b>14.00</b> Los Simpson: dos capítulos por determinar. <b>15.00</b> Noticias. <b>16.00</b> Bandolera. <b>17.15</b> El secreto de Puente Viejo. <b>18.30</b> Ahora Caigo. <b>19.30</b> Atrapa un millón. Especial famosos. <b>21.00</b> Antena 3 Noticias. <b>22.00</b> Atrapa un millón. Entretenimiento. <b>00.00</b> Equipo de investigación.	<b>06.00</b> Repetición de programas. <b>07.00</b> Mi mundo y yo. <b>08.45</b> Magia sin secretos. <b>12.30</b> Lo más. <b>13.30</b> Ahora caigo (Entretenimiento). <b>14.00</b> Los Simpson: dos capítulos por determinar. <b>15.00</b> Noticias Primera edición. <b>15.45</b> Multicine. <b>17.45</b> Multicine. <b>19.30</b> Multicine. <b>21.00</b> Antena 3 Noticias segunda edición. <b>22.00</b> El Peliculón, por determinar. <b>00.30</b> Programación a determinar.	<b>06.00</b> Repetición de programas. <b>07.00</b> Mi mundo y yo. <b>08.45</b> Magia sin secretos. <b>12.30</b> Lo más. <b>13.30</b> Ahora caigo (Entretenimiento). <b>14.00</b> Los Simpson: dos capítulos por determinar. <b>15.00</b> Noticias Primera edición. <b>15.45</b> Multicine. <b>17.45</b> Multicine. <b>19.30</b> Multicine. <b>21.00</b> Antena 3 Noticias segunda edición. <b>22.00</b> Espacio por determinar. cine o reposiciones. <b>00.00</b> Cine por determinar.	<b>06.00</b> Las noticias de la mañana. <b>08.45</b> Espejo público. <b>12.00</b> Karlos Arguiñano. <b>12.30</b> La ruleta de la suerte. <b>14.00</b> Los Simpson: dos capítulos por determinar. <b>15.00</b> Noticias. <b>16.15</b> Bandolera. <b>17.15</b> El secreto de Puente Viejo. <b>18.30</b> Ahora Caigo. <b>19.45</b> Atrapa un millón. <b>21.00</b> Noticias. <b>21.45</b> El Hormiguero. <b>22.30</b> Por determinar. <b>02.00</b> Y gana porque me toca.	<b>06.00</b> Las noticias de la mañana. <b>08.45</b> Espejo público. <b>12.00</b> Karlos Arguiñano. <b>12.30</b> La ruleta de la suerte (concurso). <b>14.00</b> Los Simpson: dos capítulos por determinar. <b>15.00</b> Noticias. <b>16.15</b> Bandolera. <b>17.15</b> El secreto de Puente Viejo. <b>18.30</b> Ahora Caigo. <b>19.45</b> Atrapa un millón. <b>21.00</b> Noticias. <b>21.45</b> El Hormiguero. <b>22.30</b> Por determinar. <b>00.15</b> Modern family. <b>02.00</b> Estrellas del juego, repeticiones.	<b>06.00</b> Las noticias de la mañana. <b>08.45</b> Espejo público. <b>12.30</b> La ruleta de la suerte. <b>14.00</b> Los Simpson: dos capítulos por determinar. <b>15.00</b> Noticias. <b>16.15</b> Bandolera. <b>17.15</b> El secreto de Puente Viejo. <b>18.30</b> Ahora Caigo. <b>19.45</b> Atrapa un millón. <b>21.00</b> Noticias. <b>21.45</b> El Hormiguero. <b>22.30</b> Por determinar. <b>00.15</b> Modern family. <b>02.00</b> Estrellas del juego, repeticiones.	<b>06.00</b> Las noticias de la mañana. <b>08.45</b> Espejo público. <b>12.00</b> Karlos Arguiñano. <b>12.30</b> La ruleta de la suerte (concurso). <b>14.00</b> Los Simpson: dos capítulos por determinar. <b>15.00</b> Noticias. <b>16.15</b> Bandolera. <b>17.15</b> El secreto de Puente Viejo. <b>18.30</b> Ahora Caigo. <b>19.45</b> Atrapa un millón. <b>21.00</b> Noticias. <b>21.45</b> El Hormiguero. <b>22.30</b> Por determinar. <b>00.15</b> Modern family. <b>02.00</b> Estrellas del juego, repeticiones.
<b>Cuatro</b>	<b>07.00</b> Matinal Cuatro. <b>09.00</b> Alerta Cobra. <b>12.30</b> Las mañanas de Cuatro, con Marta Fernández. <b>14.00</b> Noticias. <b>16.00</b> House: dos capítulos. <b>18.30</b> NCIS Los Angeles dos capítulos <b>20.00</b> Noticias Cuatro y Deportes Cuatro. <b>21.00</b> Deportes Cuatro. <b>21.30</b> Me cambio de familia. <b>23.00</b> Más cambio de familia. <b>00.30</b> Callejeros, por determinar. <b>02.00</b> Por determinar.	<b>09.00</b> El zapping de Surferos. <b>10.00</b> Las playas más sexys del mundo. <b>12.00</b> Callejeros viajeros. <b>14.00</b> Noticias Cuatro. <b>14.50</b> Deportes. <b>15.40</b> Home Cinema. Sesión por determinar. <b>17.45</b> Cine por determinar. <b>20.00</b> Noticias Cuatro y Deportes Cuatro. <b>21.45</b> Cine Cuatro, por determinar. <b>00.00</b> Cine Cuatro (por determinar). <b>03.00</b> True Blood (dos sesiones por determinar). <b>06.15</b> Shopping.	<b>07.00</b> La vida secreta. <b>07.30</b> Kyle XY. <b>08.15</b> Al final de mi correa. <b>09.00</b> El último superviviente. <b>12.00</b> El encantador de perros. <b>14.00</b> Noticias Cuatro. <b>14.50</b> Deportes. <b>15.40</b> Home Cinema. <b>18.00</b> Home Cinema, por determinar. <b>20.00</b> Noticias Cuatro y Deportes Cuatro. <b>22.45</b> Uno para ganar. Concurso. <b>01.30</b> Cuarto Milenio, con Ker Jiménez. <b>02.50</b> Por determinar.	<b>07.00</b> El zapping de los surfers. <b>09.30</b> Alerta Cobra: Dos capítulos por determinar. <b>12.30</b> Las mañanas de Cuatro. <b>13.55</b> Noticias Cuatro. <b>14.50</b> Deportes. <b>15.45</b> House: Dos capítulos por determinar. <b>18.30</b> NCIS Los Angeles, dos capítulos <b>20.00</b> Noticias Cuatro y Deportes Cuatro. <b>22.30</b> Cine Cuatro. Por determinar. <b>00.15</b> Diario de ... <b>02.15</b> Ciudades del pecador: Por determinar.	<b>07.00</b> El zapping de los surfers. <b>09.30</b> Alerta Cobra: Dos capítulos por determinar. <b>12.30</b> Las mañanas de Cuatro. <b>13.55</b> Noticias Cuatro. <b>14.50</b> Deportes. <b>15.45</b> Castle: Dos capítulos por determinar. <b>18.30</b> House, repeticiones. <b>20.00</b> Noticias Cuatro y Deportes Cuatro. <b>22.45</b> Perdidos en la tribu. <b>00.30</b> Conexión Samantha. <b>00.30</b> Cine cuatro.	<b>07.00</b> Matinal Cuatro. <b>09.00</b> Alerta Cobra: Dos capítulos por determinar. <b>12.30</b> Las mañanas de Cuatro. <b>13.55</b> Noticias Cuatro. <b>14.50</b> Deportes. <b>15.45</b> House: Tres capítulos por determinar. <b>17.45</b> House: dos capítulos por determinar. <b>22.30</b> Mentiras criminales. <b>23.15</b> Imborrable: Héros y repeticiones de Mentes Criminales. <b>06.15</b> Shopping.	<b>07.00</b> Matinal Cuatro. <b>09.00</b> Alerta Cobra: Dos capítulos por determinar. <b>12.30</b> Las mañanas de Cuatro. <b>13.55</b> Noticias Cuatro. <b>14.50</b> Deportes. <b>15.45</b> Home cinema. <b>17.45</b> House: dos capítulos por determinar. <b>20.00</b> Noticias Cuatro. <b>20.45</b> Deportes Cuatro. <b>21.30</b> El cubo. <b>22.30</b> Castle (serie) De Cabeza). Repeticiones a continuación del capítulo.
<b>5 Telecinco</b>	<b>06.30</b> Informativos Telecinco. <b>09.00</b> El programa de Ana Rosa. <b>12.45</b> Mujeres, hombres y viceversa. <b>14.30</b> De buena ley. <b>15.00</b> Informativos Telecinco. <b>15.45</b> Sálvame diario. <b>20.00</b> Pasapalabra. <b>20.55</b> Informativos Telecinco. <b>22.00</b> Sálvame Deluxe. Entretenimiento. <b>02.30</b> Locos por ganar. <b>03.30</b> Más Que Coches. <b>04.00</b> En concierto. <b>04.30</b> Infocomerciales. <b>05.30</b> Fusión sonora.	<b>07.00</b> Palm Springs. <b>11.00</b> Este no es el típico programa de viajes. <b>13.00</b> Vuélveme loca. <b>15.00</b> Informativos Telecinco. <b>16.00</b> Cine en familia (por determinar). <b>18.00</b> ¿Qué tiempo tan feliz?, presentado por María Teresa Campos. <b>20.45</b> Eurocopa 2012. <b>22.30</b> El Gran Debate, con Jordi González Seguido de La Noria que comienza a las 00.30 h. <b>05.00</b> En concierto.	<b>07.00</b> Palm Springs. <b>09.00</b> Wildfire. <b>11.00</b> Programación por determinar. <b>13.00</b> I love TV. <b>15.00</b> Informativos Telecinco, con José Ribagorda. <b>16.00</b> Programación por determinar especial verano. <b>20.55</b> Informativos segunda edición. <b>22.00</b> Por determinar. <b>00.00</b> Aída: capítulo por determinar. <b>04.00</b> No sólo música. <b>04.30</b> Infocomerciales. <b>05.30</b> Fusión sonora.	<b>07.00</b> Informativos. <b>09.00</b> El programa de Ana Rosa. <b>12.45</b> Mujeres, hombres y viceversa, con Emma García. <b>14.30</b> De buena ley. <b>15.00</b> Informativos. <b>15.45</b> Sálvame diario. <b>20.30</b> Informativos Telecinco segunda edición. <b>20.00</b> CSI Miami: por determinar y CSI Las Vegas, dos capítulos por determinar. <b>2.30</b> Locos por ganar. <b>02.45</b> Locos por ganar. <b>05.00</b> Fusión sonora.	<b>07.00</b> Informativos. <b>09.00</b> El programa de Ana Rosa. <b>12.45</b> Mujeres, hombres y viceversa, con Emma García. <b>14.30</b> De buena ley. <b>15.00</b> Informativos. <b>15.45</b> Sálvame diario. <b>20.30</b> Informativos Telecinco segunda edición. <b>22.00</b> CSI Miami: por determinar y CSI Las Vegas, dos capítulos por determinar. <b>2.30</b> Locos por ganar. <b>02.45</b> Locos por ganar. <b>05.00</b> Fusión sonora.	<b>07.00</b> Informativos. <b>09.00</b> Por determinar. <b>12.45</b> Mujeres, hombres y viceversa, con Emma García. <b>14.30</b> De buena ley. <b>15.00</b> Informativos, primera edición. <b>15.45</b> Sálvame diario. Entretenimiento. <b>20.30</b> Informativos Telecinco, segunda edición. <b>22.30</b> Gran Hermano 12+1: La Revuelta, con Mercedes Milá. <b>00.30</b> Programa por determinar. <b>05.00</b> Fusión sonora.	<b>06.30</b> Informativos Telecinco. <b>09.00</b> El programa del verano. <b>12.45</b> Mujeres, hombres y viceversa. <b>14.30</b> De buena ley. <b>15.00</b> Informativos Telecinco. <b>15.45</b> Sálvame diario. <b>20.30</b> Informativos Telecinco, segunda edición. <b>22.30</b> Hospital Central: Salta tu o salto yo. <b>02.15</b> Resistiré, ¿vale? <b>02.30</b> Locos por ganar. <b>05.00</b> Fusión sonora
<b>6 laSexta</b>	<b>07.00</b> En concierto. <b>08.25</b> Megaconstrucciones. <b>10.00</b> Crímenes imperfectos. <b>11.25</b> Crímenes imperfectos. <b>12.30</b> Al rojo vivo. <b>14.00</b> Noticias. <b>14.55</b> Deportes. <b>15.30</b> Bónos, capítulo por determinar. <b>16.30</b> Navy investigación criminal. <b>20.00</b> Noticias Segunda edición. <b>21.30</b> Por determinar. <b>22.20</b> Navy Investigación Criminal. <b>00.55</b> Por determinar. <b>02.15</b> Astro TV. <b>03.55</b> Por determinar.	<b>07.30</b> En concierto. <b>08.30</b> Lo mejor de la Sexta. <b>09.30</b> Concurso. <b>10.50</b> Los cazadores del pantano. <b>13.55</b> La casa de empuños. <b>15.00</b> Noticias. <b>16.05</b> El Club de la comedia y Cine. <b>18.25</b> Cine por determinar. <b>20.20</b> Noticias. <b>21.30</b> Cine por determinar. <b>00.10</b> Cine por determinar. <b>01.40</b> Programación por determinar.	<b>06.00</b> Por determinar. <b>07.30</b> En concierto. <b>08.30</b> Lo mejor de la Sexta. <b>11.55</b> Las reparaciones más difíciles del mundo. <b>12.00</b> Documental por determinar. <b>14.00</b> Noticias. <b>16.00</b> Por determinar. <b>18.00</b> Minuto y resultado. <b>20.00</b> Noticias Segunda edición. <b>21.35</b> Salvados, programa de Jordi Evole-información y entretenimiento. <b>22.25</b> Bónos. <b>00.00</b> The walking dead. <b>01.20</b> Sin identificar.	<b>07.00</b> En concierto. <b>08.25</b> Carreteras secundarias. <b>10.00</b> Crímenes imperfectos: Historias criminales. <b>11.10</b> Las pruebas del crimen. <b>12.30</b> Al rojo vivo. <b>14.00</b> Noticias. <b>14.55</b> Deportes. <b>15.30</b> Padre de Familia y Bónos. <b>18.00</b> Navi, investigación criminal. <b>19.30</b> Noticias Segunda edición. <b>21.30</b> El intermedio. <b>22.25</b> El taquillazo. <b>00.25</b> Cine en la Sexta, por determinar. <b>02.15</b> Astro TV.	<b>07.00</b> En concierto. <b>08.00</b> Lo mejor de. <b>09.00</b> Crímenes imperfectos. <b>11.00</b> Crímenes imperfectos: Australia. <b>12.30</b> Al rojo vivo. <b>14.00</b> Noticias Primera edición. <b>14.55</b> Deportes. <b>15.30</b> Padre de Familia y Bónos. <b>18.00</b> Navi, investigación criminal. <b>20.00</b> Noticias Segunda edición. <b>21.30</b> El intermedio. <b>22.25</b> The walking dead. <b>02.15</b> Astro TV. <b>05.00</b> Telediada.	<b>07.00</b> En concierto. <b>08.10</b> Lo mejor de la Sexta. <b>09.00</b> Crímenes imperfectos. <b>11.00</b> Crímenes imperfectos: Australia. <b>12.30</b> Al rojo vivo. <b>14.00</b> Noticias Primera edición. <b>14.55</b> Deportes. <b>15.30</b> Padre de Familia y Bónos. <b>18.00</b> Navi, investigación criminal. <b>20.00</b> Noticias Segunda edición. <b>21.30</b> El intermedio. <b>22.25</b> Navy investigación criminal. <b>00.00</b> Cine por determinar. <b>02.15</b> Astro TV.	
<b>7 La Siete</b>	<b>08:00</b> Camaleones <b>08:45</b> Rebelde <b>09:30</b> Alias <b>10:30</b> Vaya semana <b>11:30</b> Agitación + IVA <b>12:30</b> Gran Hermano diario <b>13:00</b> Gran Hermano: La casa en directo <b>15:00</b> Vuélveme loca, por favor <b>16:00</b> Mujeres y hombres y viceversa <b>17:45</b> Adopta a un famoso <b>18:15</b> La pecera de Eva <b>18:45</b> Gran Hermano: La casa en directo <b>20:30</b> El juego de tu vida <b>22:25</b> Gran Hermano diario <b>23:00</b> Fear Factor	<b>06:00</b> Infocomerciales <b>06:30</b> I Love TV <b>06:45</b> Reporteros <b>07:00</b> I Love TV <b>07:45</b> 100% sun <b>08:00</b> Más Que Coches <b>08:30</b> Más Que Coches GT <b>09:00</b> Banzuke <b>10:00</b> I Love TV <b>10:45</b> Duffiri <b>12:00</b> Agitación + IVA <b>13:00</b> Vaya semana <b>14:00</b> Fear Factor <b>15:00</b> I Love TV <b>15:30</b> Sálvame Deluxe <b>19:45</b> Reporteros <b>20:00</b> Enemigos íntimos <b>22:00</b> Fibrilando <b>22:30</b> Mientras duermes	<b>06:00</b> Infocomerciales <b>06:50</b> Reporteros <b>11:00</b> I love TV <b>21:30</b> Más que coches competición <b>21:35</b> Reporteros <b>22:40</b> Reporteros <b>01:00</b> Vaya semana <b>02:00</b> Vaya semana <b>05:00</b> I Love TV	<b>08:00</b> Camaleones <b>08:45</b> Rebelde <b>09:30</b> Alias <b>10:30</b> Vaya semana <b>11:30</b> Agitación + IVA <b>12:30</b> Gran Hermano diario <b>13:00</b> Gran Hermano: La casa en directo <b>15:00</b> Vuélveme loca, por favor <b>16:00</b> Mujeres y hombres y viceversa <b>17:45</b> Adopta a un famoso <b>18:15</b> La pecera de Eva <b>18:45</b> Gran Hermano: La casa en directo <b>20:30</b> El juego de tu vida <b>22:25</b> Gran Hermano diario <b>23:00</b> Gran Hermano	<b>08:00</b> Camaleones <b>08:45</b> Rebelde <b>09:30</b> Alias <b>10:30</b> Vaya semana <b>11:30</b> Agitación + IVA <b>12:30</b> Gran Hermano diario <b>13:00</b> Gran Hermano: La casa en directo <b>15:00</b> Vuélveme loca, por favor <b>16:00</b> Mujeres y hombres y viceversa <b>17:45</b> Adopta a un famoso <b>18:15</b> La pecera de Eva <b>18:45</b> Gran Hermano: La casa en directo <b>20:30</b> El juego de tu vida <b>22:25</b> Gran Hermano diario <b>23:00</b> Me cambio de familia	<b>08:45</b> Rebelde <b>09:30</b> Alias <b>10:30</b> Vaya semana <b>11:30</b> Agitación + IVA <b>12:30</b> Gran Hermano diario <b>13:00</b> Gran Hermano: La casa en directo <b>15:00</b> Vuélveme loca, por favor <b>16:00</b> Mujeres y hombres y viceversa <b>17:45</b> Adopta a un famoso <b>18:15</b> La pecera de Eva <b>18:45</b> Gran Hermano: La casa en directo <b>20:30</b> El juego de tu vida <b>22:25</b> Gran Hermano diario <b>23:00</b> Enem	

SANITAS RESIDENCIAL

## ¿LO QUE MÁS ME GUSTA? JUGAR AL BINGO Y UNA BUENA CONVERSACIÓN

[sanitasresidencial.com](http://sanitasresidencial.com)  
ESTANCIAS  
DE VERANO

"Me encanta jugar al bingo con mis amigas y tirarnos horas charlando entre cartón y cartón. Durante la época de verano esa costumbre siempre se ha interrumpido, ya que cada una nos vamos a un lugar diferente.

El año pasado pasé mi primer verano en Sanitas Residencial y allí encontré un nuevo grupo de amigos. Es como volver a tener una pandilla de verano. Jugamos al bingo, hablamos, y hacemos cientos de planes.

Además me siento muy bien cuidada por todo el equipo de Sanitas Residencial. Médicos, enfermeras, cuidadores, psicólogos, fisioterapeutas y animadores están a mi disposición en todo momento, para que yo pueda disfrutar de lo que más me gusta."

**Carmen Guijar. Una historia real.**

INFÓRMATE DE NUESTRAS  
ESTANCIAS TEMPORALES  
LLAMANDO AL 902 58 58 29.  
SEAS O NO CLIENTE DE SANITAS

  
Sanitas