

Gente

AÑO 11, NÚMERO 415
3 - 10 JUNIO 2016

Fuenlabrada

Día Mundial del Medio Ambiente



El Real Madrid vuelve a reinar en Europa

Con la consecución de la 'Undécima', el equipo de Zidane recupera su papel hegemónico en el viejo continente, mientras el Atlético lamenta su mala fortuna. **PÁG. 19**

El aumento de las inversiones en la ciudad protagoniza el balance anual

Robles destaca el gasto de 20,4 millones de euros en mejoras en Fuenlabrada, mientras que el PP critica que la ciudad se encuentre en el "top ten" de paro de la Comunidad de Madrid **PÁG. 8**



Fachada del Ayuntamiento de Fuenlabrada GENTE

SEGURIDAD

PÁG. 10

La unidad 'Antón' luchará contra el maltrato animal

La Policía Local de Fuenlabrada cuenta desde esta semana con una nuevo cuerpo, integrado en la Unidad de Policía de Barrio.

DEPORTES

PÁG. 18

El CFS Fuenlabrada logra el ascenso a Segunda División B

El filial azulón de fútbol sala militarará la próxima temporada en Segunda B al imponerse al Melistar en los 'play-offs'.



iGente TIEMPO LIBRE **Pág. 22**

Eduardo Noriega:
"Me apetece hacer teatro desde hace mucho tiempo"

gentedigital.es



EDUCACIÓN

PÁG. 2

Casi 30.000 estudiantes madrileños se enfrentarán a la última selectividad

Las pruebas se realizarán en la región los días 7, 8 y 9 de junio en las universidades públicas • El año que viene se sustituirá por una reválida del Bachillerato

8 PARQUES DE OCIO, BALNEARIO, MÁS DE 100 ESTABLECIMIENTOS Y UN MUNDO DE SERVICIOS INCLUIDOS: NIÑOS GRATIS, BARRA LIBRE EN BUFFETS, ANIMACIÓN...

GRATIS 100€

¡Llama ya! Ahora, tu reserva tiene descuentos y una Tarjeta Regalo de hasta 100€

964 72 72 70
www.marinador.com

VALIDA EN MÁS DE 10 TIENDAS MARINA D'OR



Examen de selectividad en Madrid

El último año de la selectividad

La Prueba de Acceso a la Universidad (PAU) vive su última edición tal como la conocemos con casi 30.000 jóvenes madrileños que se enfrentarán a los exámenes del 7 al 9 de junio

JAIME DOMÍNGUEZ
@JaimDominguez

La antigua selectividad, conocida desde el año 2010 como Prueba de Acceso a la Universidad (PAU), se despide este año. Los alumnos que han superado el segundo curso de Bachillerato y que en los próximos días se enfrentarán al examen que puede condicionar su futuro académico y laboral serán los últimos que tengan que pasar este trago. En el caso de la Comunidad de Madrid, serán casi 30.000 los jóvenes que realicen los exámenes los días 7, 8 y 9 de junio en los campus de las univer-

sidades públicas de la región. Las calificaciones se publicarán el 17 de junio, mientras que las reclamaciones serán del 20 al 21.

El sistema es el mismo que se ha empleado en los últimos años. Habrá una primera fase general que consta de cuatro exámenes: Lengua española y Literatura, Lengua extranjera (a elegir entre alemán, francés, inglés, italiano o

La reválida del Bachillerato será obligatoria a partir del curso que viene

portugués), Historia de España o Filosofía (también según la elección del estudiante) y una materia perteneciente a su modalidad de Bachillerato. Tras ella llega la fase específica para subir nota, de carácter voluntario pero casi imprescindible para acceder a la mayoría de las carreras. Se harán un máximo de cuatro ejercicios y las asignaturas estarán relacionadas con la rama del conocimiento de la titulación a la que se desee acceder.

REVÁLIDA EN 2017

Dentro de un año, las cosas cambiarán. Los alumnos deberán su-

perar una reválida para obtener el título de Bachillerato, algo que ahora se conseguía directamente con las evaluaciones de los centros educativos. Este examen obligará a enfrentarse a ocho asignaturas y será necesario sacar un mínimo de 5 puntos para aprobar (hasta ahora, bastaba con sacar un 4 y que la media con las notas de Bachillerato superase el 5).

La ley también permite que las universidades realicen pruebas posteriores para aceptar a los alumnos, aunque la inmensa mayoría de los rectores se han negado y seguirán tomando la nota de esta reválida como referencia.

CONSEJOS DE ÚLTIMA HORA

No a los 'ladrones'

Hay que identificar aquellas cosas que nos roban tiempo a la hora de estudiar y que reducen nuestra productividad. El ordenador, el móvil, la televisión o la comida han de quedarse a un lado durante estos días.

Respetar tu cuerpo

El descanso y la buena alimentación son tan importantes como las horas de estudio. Si no dejamos que el cuerpo y el cerebro se repongan del esfuerzo, el trabajo no servirá de nada.

No agobiarse

Lo ideal es empezar a estudiar desde el primer día de clase, pero si no lo has cumplido, los lloros y lamentos no sirven de nada. Hay que asumir lo que hemos hecho y aprovechar el tiempo que nos queda.

Ir con tiempo

El día del primer examen hay que salir con tiempo suficiente de casa para evitar los nervios y el miedo de llegar tarde. Antes de salir hay que asegurarse de llevar el DNI y el material que vamos a necesitar.

Leer atentamente

Una vez que empiecen las pruebas, hay que dedicar un rato a leer atentamente las preguntas y asegurarnos de que entendemos lo que dicen. En caso de que haya opciones, hay que tomarse un tiempo para elegir.

Cómo me aburre que cada vez que pasa algo nos pongamos a buscar culpables. Las cosas pasan porque tienen que pasar y, en muchos casos, no hay un solo culpable. Todos los que participamos en una acción tenemos responsabilidad sobre ella. Y no solo cuando estamos ante algo negativo. También es difícil que las cosas positivas salgan bien por la acción de uno solo. El sábado se disputó la final de la Champions y el Atleti, por segunda vez, cayó ante el Real Madrid, pero no por jugar peor o por contar con jugadores que no son capaces de estar a la altura de los blancos. Simplemente, porque es

OPINIÓN

Cholo, quédate

MAMEN CRESPO REDACTORA JEFE

una final muy difícil y en ella la suerte juega un papel esencial. De ahí que no entienda que Siemeone, tras acabar el partido, saliera decaído. Me parece muy bien que piense sobre su continuidad, pero no comparto esa actitud por parte de alguien que se ha convertido en el impulso de mucha gente para creer, para seguir

adelante. Sí, Cholo, partido a partido en el campo y paso a paso en la vida. Igual que contagiaste ilusión y sueños, ahora transmites pesimismo y derrota. Por supuesto que te puedes permitir estar triste (habéis perdido una final), que nadie me malinterprete, pero de ahí a abandonar el barco, no. Hay millones de per-

sonas que creen en ti y en tu forma de dirigir al equipo pero, sobre todo, en tu capacidad para crecer en los peores momentos. Quizá ahora, con el resultado reciente, tú no lo ves, pero has llevado al equipo a dos finales de la Liga de Campeones, algo que solo ocurrió en 1974, superando por el camino a equipos de la talla del Bayern de Munich o del Barça. Eso es grande, muy grande, igual que ser campeones de Europa. Y si llegar a la final ya es un sueño cumplido, creyendo, algún día, se ganará. Cholo, quédate, para que esa victoria sea contigo al frente del equipo.

GENTEDIGITAL.ES/COMUNIDAD/MAMEN/

EDITA: GENTE EN MADRID, S.L.

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

TEL.: 91 369 77 88

E-MAIL: INFO@GENTEENMADRID.COM · COMERCIAL@GENTEENMADRID.COM

Gente
madrid

GERENTE: FERNANDO IBÁÑEZ

REDACTORA JEFE: MAMEN CRESPO

EDICIONES SUR: JAIME DOMÍNGUEZ

DIRECTOR GRANDES CUENTAS Y ACC. ESPECIALES: CARLOS ECHEGUREN

JEFE DE FOTOGRAFÍA: CHEMA MARTÍNEZ

DEPORTES: FRANCISCO QUIRÓS

JEFE DE MARKETING: RAFAEL VARA

JEFE DE MAQUETACIÓN: CARLOS ZUGASTI

COORDINADORA DE PUBLICIDAD: ANA SÁNCHEZ

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

ppd **oj**
COMUNIDAD DE MADRID

Tres nuevas estaciones de tren

Se construirán junto a la M-40, el paseo Imperial y el recinto ferial

GENTE
@gentedigital

La ministra de Fomento en funciones, Ana Pastor, anunció esta semana la construcción de tres nuevas estaciones de Cercanías en la ciudad de Madrid, que estarán ubicadas en la confluencia de la A-2 y la M-40, el paseo Imperial y el Campo de las Naciones (Recinto Ferial de Ifema). La intención es la de redactar el proyecto antes de que concluya este año para poder licitarlo a lo largo de 2017. Teniendo en cuenta estas previsiones, es posible que las estaciones no sean una realidad hasta dentro de casi dos años.

La primera de ellas, que tiene el nombre de O'Donnell, ya existe, aunque se dedica únicamente al transporte de mercancías. Está situada en el distrito de Hortaleza, junto al barrio de Ciudad Pegaso. La del paseo Imperial estará ubicada en el distrito de Arganzuela, justo entre los intercambiadores de

Ana Pastor realizó el anuncio durante un acto del PP en Fuencarral-El Pardo

Cristina Cifuentes pide que se mejoren las frecuencias de paso en la red

Pirámides y Príncipe Pío. Por último, la que dará servicio a Ifema está proyectada en la avenida Manuel Azaña.

Pastor realizó este anuncio después de un acto del Partido Popular de en el distrito de Fuencarral-El Pardo, en el que participó junto al consejero regional de Transportes, Pedro Rollán. "Estamos trabajando junto con la Comunidad por mejorar la movilidad de todos los barrios y las áreas de Madrid", señaló la ministra en funciones.

ALEGRÍA Y CRÍTICAS

La presidenta regional, Cristina Cifuentes, mostró su "alegría" por el anuncio y restó importancia al hecho de que se produjera durante un acto de partido. Sin embargo, aprovechó la ocasión para pedir a Fomento mejoras en el actual servicio de Cercanías del que disfrutaban los madrileños. "Me alegro del

anuncio y les pediría que además de nuevas estaciones se mejoraran las frecuencias y el servicio de Cercanías porque hay muchas quejas", declaró Cifuentes en la rueda de

prensa posterior al Consejo de Gobierno. Las críticas al funcionamiento de la red de Cercanías han sido una constante en los últimos meses, sobre todo en la zona Sur.



Ana Pastor, durante el acto en el que realizó el anuncio

www.renfe.com

Síguenos en:  

Se vende billete de tren
Incluye el descanso de unas merecidas vacaciones.



MADRID – BARCELONA 30€
MADRID – GIRONA 35€
MADRID – FIGUERAS 35€
MADRID – ZARAGOZA 15€
MADRID – CORDOBA 20€
MADRID – SEVILLA 20€
MADRID – VALENCIA 25€

Este verano no dejes escapar tu asiento.
Compra tu billete de AVE antes del 19 de junio para viajar entre el 26 de julio y el 4 de septiembre.*

*Plazas limitadas.

Tu tiempo. Tu tren.



MAMEN CRESPO / LILIANA PELLICER
@gentedigital

Lleva casi un año al frente de la Portavocía del Ayuntamiento de Madrid y toca hacer balance justo cuando echa a andar la comisión municipal de investigación sobre la gestión de los últimos doce años. Visita la redacción de GENTE el lunes, con la resaca todavía de la final de la Champions, que vio, como casi todos los madrileños, pero no dice si su equipo ganó o no. Rita Maestre se sube al carro de que lo importante es que ganó Madrid. En esta entrevista insiste en lo mucho que ha ganado la ciudad gracias al gobierno de Ahora Madrid.

¿Qué balance hace de este año?

Han sido doce meses ganados para el cambio. Es la primera vez en bastante tiempo que durante todo un año el Ayuntamiento de Madrid ha gestionado los recursos públicos con honestidad y con rigor. Puedo afirmar tajantemente que no se han producido casos de sobrecostes e irregularidades. Además, hemos avanzado en la limpieza de Madrid, aunque la situación no es cien por cien satisfactoria. También hemos aumentado y ampliado los servicios públicos municipales. Que los polideportivos y las piscinas municipales abran antes o sean más baratos y que haya más atención a la teleasistencia es una realidad. Son medidas que mejoran la vida de la gente y, en concreto, de los que más lo necesitan.

Cuando uno no gobierna promete muchas cosas que igual después no es tan fácil cumplir.

Los únicos obstáculos que nos hemos encontrado son el tiempo y la urgencia. La dificultad está en que tienes que poner en marcha iniciativas con una estructura como la del Ayuntamiento de Madrid, que es particularmente lenta, oxidada y burocrática.

¿Pero hay algunos temas en los que tienen las manos atadas?

Desde el Consistorio no se puede cambiar todo porque existen estructuras normativas superiores como, por ejemplo, la Ley Hipotecaria. Nosotros no podemos parar los desahucios, pero sí crear los dispositivos legales para paliar una situación que es dramática.

¿Qué le diría a la gente que considera que no han hecho nada?

Hay mejoras que se notan en la vida cotidiana y yo creo que hasta los votantes del PP están más contentos de que, por ejemplo, las piscinas municipales sean más baratas. Las políticas las nota cualquier ciudadano que vote al partido que vote.

Personalmente, ¿cómo ha vivido estos doce meses?



CHEMA MARTÍNEZ/GENTE

RITA MAESTRE PORTAVOZ DEL AYUNTAMIENTO DE MADRID

La edil destaca la ampliación de los servicios públicos y los avances en limpieza cuando se cumple un año de gobierno de Ahora Madrid

“Nuestros proyectos tienen que ver con mejorar la vida de la gente, no con especular”

Ha sido el año más fascinante y satisfactorio de mi vida. Muchas de las cosas por las que he luchado durante toda mi vida adulta, he comprobado que se pueden hacer desde dentro de una institución y tienen consecuencias directas en la vida de la gente.

En este año también ha habido muchas críticas...

Hay momentos en los que es du-

“Me he criado en una familia católica y no tengo anticlericalismo en vena”

ro. Reivindico la voluntad de que esa política de la descalificación no me convierta en una cínica. Lucho para que la forma de hacer política que ha sido hegemónica durante tanto tiempo no me ab-

sorba. Eso significa que cuando te hacen una crítica te la piensas o te duele.

Pero, ¿y con la ciudadanía? Los católicos están muy enfadados con usted.

Yo fui a hablar con el Arzobispo porque entendía que si alguien tenía un carácter de representación de la Iglesia madrileña era él. Hay gente que me critica por haber dicho que nunca había sido la voluntad de esa protesta ofender y que, por tanto, si había ofendido a alguien lo lamentaba. Esas disculpas no eran por la acción, porque defendiendo el laicismo de las instituciones y la protesta pacífica y legítima. Me he criado en una familia católica y no tengo ningún anticlericalismo en vena.

¿Seguiría en el Gobierno una segunda legislatura?

Sinceramente, no lo tengo muy pensado. Me gusta mucho esto,

pero creo firmemente en que la política no puede convertirse en una profesión. Lo evaluaré cuando estemos cerca y en función de muchos elementos.

¿Manuela Carmena ha influido como jefa en ese balance tan positivo de estos doce meses?

Es la mejor jefa que he tenido nunca. Tiene un tipo de liderazgo muy poco habitual, muy poco

“Las políticas las nota cualquier ciudadano, vote al partido que vote”

masculino. Se aprende mucho de una persona que después de una vida muy activa y muy fructífera sigue teniendo la capacidad de escuchar, de sorprenderse y de aprender.

Desde el PSOE han dicho que tras las elecciones plantearán entrar en el Gobierno municipal.

No es una negociación abierta. Es una idea que siempre ha estado ahí, porque somos un Gobierno en minoría y el PSOE nos apoya por regla general y para las cosas fundamentales. Nosotros también tendríamos que consultarlo con nuestros simpatizantes o votantes y, como dice la alcaldesa cuando le preguntan, ahora mismo estamos bien. A veces uno mueve las cosas y las estropea.

¿Qué retos se plantean para los próximos tres años?

Consolidar una política de muchas inversiones y de dotaciones, y un cambio en la política de vivienda después de encontramos con una Empresa Municipal de la Vivienda descapitalizada. Tenemos presupuestada la construcción de vivienda pública. Otro reto es mejorar la limpieza, que sigue siendo preocupante, y el estado de las vías públicas, que también sufrió un recorte de presupuesto brutal. Además, está la regeneración urbana de Madrid. Hay personas que no salen de sus casas porque no tienen ascensor y eso es sangrante en una capital europea en 2016. Eso es un macroproyecto para nosotros. Otros hacían obras faraónicas que nos endeudaron y algunas han quedado como cadáveres urbanísticos. Nuestros grandes proyectos tienen que ver no con el interés especulativo, sino con mejorar la vida de la gente.





MARINA D'OR

Ciudad de Vacaciones

¡qué guay!

Oropesa del Mar - Cabanes (Castellón)



8 PARQUES DE OCIO, CINE 4D, BALNEARIO, MÁS DE 100 ESTABLECIMIENTOS... Y UN MUNDO DE SERVICIOS ¡INCLUIDOS!:

HASTA 2 NIÑOS GRATIS

BARRA LIBRE EN BUFFETS

RELAX Y BELLEZA

ANIMACIÓN, DESFILES...

JACUZZIS, SAUNA, GYM...

SERVICIO DE LUDOTECA

WI-FI Y PRENSA GRATUITA

SERVICIO DE CUNA...

Y PARA TI, con tu reserva, llévate tu **TARJETA REGALO** de 50 ó 100€

GRATIS
100€

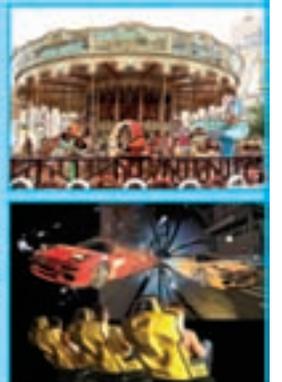
VALIDA EN MÁS DE 10 TIENDAS MARINA D'OR



RESERVA YA TU MEJOR VERANO. ¡LLAMA AHORA Y BENEFÍCIATE DE NUESTROS **DESCUENTOS!**

Descubre las características y condiciones de las ofertas en tu agencia de viajes, en marinador.com y en el

964 72 72 70





Hugo Vela en la Finca Monjarama, donde cultiva fresas ecológicas CHEMA MARTÍNEZ/GENTE

REPORTAJE FRESA ECOLÓGICA EN SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES
Hugo Vela cultiva esta fruta en la vega del río Jarama, donde permite a los consumidores recolectarla personalmente • Ha apostado por la producción ecológica porque permite disfrutar de una gran calidad

No hay sabor sin sol

MAMEN CRESPO
@mamencrespo

Si nos preguntaran por el origen que creemos que tienen las fresas que nos comemos, la mayoría de los madrileños responderíamos, sin duda, que son de Huelva. Y si nos dijeran que proceden de la Comunidad de Madrid, pensaríamos automáticamente en Aranjuez. Y no estaríamos equivocados porque la fresa onubense es la que predomina en el mercado y porque la más conocida de la región es la de la localidad ribere-

ña. Sin embargo, hay otro lugar donde se produce fresa de gran calidad, en este caso ecológica, y que, todavía, una parte de los consumidores desconoce. Se trata de San Sebastián de los Reyes, donde, a la orilla del río Jarama, Hugo Vela cultiva este producto en su Finca Monjarama.

Las fresas necesitan agua y arena y en la vega del río Jarama se encuentran las dos

Esa gran calidad se obtiene por varias razones. En primer lugar, por el tipo de tierra en la que se cultiva. “Las fresas necesitan agua y arena y esta tierra es arenosa y tiene un PH muy bueno para la producción de fruta”, asegura Hugo. También, porque produce en ecológico: “No utilizamos nitratos, no dopamos a la planta”, señala, pero, sobre todo, porque madura al sol y no en una cámara. “Hay una relación directa entre el sol y la calidad. No hay sabor ni olor si no hay sol, eso hay que meterlo en la cabeza.” “La gente se

sorprende de que esté dulce, de que sepa a las fresas que tomaban antes”, defiende Hugo. Y él lo mete en la cabeza abriendo las puertas de su explotación durante los meses de mayo y junio para que los consumidores puedan no solo comprarla, sino ser ellos quienes la recojan. En la Finca Monjarama entregan una cesta a la entrada donde el cliente va depositando las fresas que cosecha, una vez que le han explicado cómo se recogen. A la salida, se las pesan y paga por la cantidad que haya recolectado. “Es algo que cada vez estamos potenciando más porque la gente necesita alejarse del ladrillo y volver al campo, que también existe. En Rivas, Torremocha de Jarama o Brunete se está plantando ya nuestra fresa principal,

Ahora nos encontramos en plena recogida de este fruto

que es de la variedad Mara de Bois, porque vendemos la planta a otros agricultores. La idea es que esta actividad se pueda ejercer en otros puntos de la Comunidad para que el madrileño lo pueda disfrutar”, argumenta Hugo Vela. Y es que el objetivo es potenciar la agricultura de proximidad, porque, según este ingeniero agrónomo, “todo lo que está próximo está siempre mucho mejor”. También acercan el cultivo de la fresa a los niños organizando visitas para los colegios durante mayo y junio.

DESDE FRANCIA

Ahora están en plena recolección en una campaña que comenzó mal a principios de mayo por culpa de las lluvias, que inundaron el fresal provocando la pérdida de alrededor de mil kilos de fresa. “Pero en estos momentos, la calidad está siendo impresionante”, asegura Hugo, quien comenta que los enemigos de esta fruta son los golpes de calor que, afortunadamente, no se están produciendo en la actualidad.

De madre francesa y padre extremeño, Hugo ha cumplido su sueño de vivir de lo que más le gusta: la agricultura, una actividad con la que ha crecido, ya que es la cuarta generación que cultiva fresa en su familia. Su bisabuelo materno ya producía en Francia alrededor de 1905, una tarea que continuaron, primero, su abuelo, también en el país galo, y, posteriormente, su madre, desde 1972 en la vega del Jarama. Él sigue la tradición con ilusión y con más ganas cada día gracias al buen recibimiento que le han dado los madrileños a sus sabrosas fresas.

LOS DATOS: Finca Monjarama
Camino de Barajas s/n
(S.S. de los Reyes)
Teléfono: 91.652.74.41

León está de moda

AYUNTAMIENTO DE LEÓN

León
Ciudad del Patrimonio

Los desahuciados en riesgo social tendrán 300 pisos de emergencia

La Comunidad crea un parque de viviendas para familias necesitadas

J. D.
@gentedigital

Las familias madrileñas que pierdan sus casas y que se encuentren en una situación económica delicada podrán beneficiarse del nuevo parque de viviendas de emergencia social que la Comunidad de Madrid ha creado esta semana. Estará formado por al menos 300 pisos, de los que actualmente ya hay disponibles un total de 163. La presidenta regional, Cristina Cifuentes, explicó que el proyecto se dirige a aquellas personas que vayan a perder su vivienda habitual a causa de un desahucio provocado por la disminución de sus ingresos y que ya tengan fecha de lanzamiento inminente por resolución judicial.

El texto aprobado por el Gobierno de la Comunidad de Madrid también establece un nuevo sistema de adjudicación de estos

inmuebles, que pretende agilizar los trámites de concesión. También se podrá optar a uno de estos pisos en caso de que se resida en una infravivienda y exista una situación de dependencia o un

Menos requisitos para las víctimas

Las mujeres que hayan sido víctimas de la violencia de género y que hayan tenido que abandonar sus domicilios por este motivo tendrán menos obstáculos a la hora de acceder a estos pisos de emergencia social. La Comunidad de Madrid ha eliminado el requisito de que estas personas tuvieran que llevar un mínimo de diez años empadronadas en la región para poder optar a uno de estos inmuebles.

problema de salud relacionado con las condiciones de la misma, así como acontecimientos extraordinarios que dejen a los afectados en situación de exclusión residencial, como pueden ser atentados o derrumbes de edificios. Según Cifuentes, el objetivo es "adecuar las normas de adjudicación de viviendas públicas a las auténticas necesidades de los ciudadanos".

Los beneficiarios podrán quedarse seis meses en estos pisos, que se podrán prorrogar en caso de que concurren determinadas circunstancias.

NUEVOS DESARROLLOS

El decreto también establece que las próximos desarrollos de vivienda pública que se construyan y que estén impulsados por la Comunidad de Madrid tendrán que reservar al menos un 5% de sus inmuebles a la emergencia social.



EDUCACIÓN OBRA DE LOS ALUMNOS DE SAN ISIDRO

La hoja artesanal más grande

Más de 400 alumnos del Instituto San Isidro de Madrid batieron el récord de fabricar la hoja de papel artesanal más larga del mundo, en la que escribirán fragmentos de 'El Quijote'. Tiene 20 metros de largo por 50 centímetros de ancho y 600 gramos por metro cuadrado.

Hasta -50% aplicable sobre el precio oficial por persona en habitación doble y régimen de alojamiento y transporte válido para estancias temporales hasta el 31/12/17, según calendario de apertura de hoteles. Documento no aplicable sobre los suplementos de media pensión y pensión completa. Niños -50% de 7 a 12 años (compañerías habitación con dos adultos). Pago en 3 meses sin intereses. Estancias subvencionadas por Viajes El Corte Inglés S.A. Financiación sujeta a la aprobación de Financiación El Corte Inglés C.F.C. S.A. Límite máximo 30€ Gastos de gestión facturados en función del importe de la venta. 500€ para reservas de 10 días. 1.100€ para reservas de 15 días. 1.500€ para reservas de 20 días. 2.000€ para reservas de 30 días. 2.500€ para reservas de 45 días. 3.000€ para reservas de 60 días. 3.500€ para reservas de 75 días. 4.000€ para reservas de 90 días. 4.500€ para reservas de 105 días. 5.000€ para reservas de 120 días. 5.500€ para reservas de 135 días. 6.000€ para reservas de 150 días. 6.500€ para reservas de 165 días. 7.000€ para reservas de 180 días. 7.500€ para reservas de 195 días. 8.000€ para reservas de 210 días. 8.500€ para reservas de 225 días. 9.000€ para reservas de 240 días. 9.500€ para reservas de 255 días. 10.000€ para reservas de 270 días. 10.500€ para reservas de 285 días. 11.000€ para reservas de 300 días. 11.500€ para reservas de 315 días. 12.000€ para reservas de 330 días. 12.500€ para reservas de 345 días. 13.000€ para reservas de 360 días. 13.500€ para reservas de 375 días. 14.000€ para reservas de 390 días. 14.500€ para reservas de 405 días. 15.000€ para reservas de 420 días. 15.500€ para reservas de 435 días. 16.000€ para reservas de 450 días. 16.500€ para reservas de 465 días. 17.000€ para reservas de 480 días. 17.500€ para reservas de 495 días. 18.000€ para reservas de 510 días. 18.500€ para reservas de 525 días. 19.000€ para reservas de 540 días. 19.500€ para reservas de 555 días. 20.000€ para reservas de 570 días. 20.500€ para reservas de 585 días. 21.000€ para reservas de 600 días. 21.500€ para reservas de 615 días. 22.000€ para reservas de 630 días. 22.500€ para reservas de 645 días. 23.000€ para reservas de 660 días. 23.500€ para reservas de 675 días. 24.000€ para reservas de 690 días. 24.500€ para reservas de 705 días. 25.000€ para reservas de 720 días. 25.500€ para reservas de 735 días. 26.000€ para reservas de 750 días. 26.500€ para reservas de 765 días. 27.000€ para reservas de 780 días. 27.500€ para reservas de 795 días. 28.000€ para reservas de 810 días. 28.500€ para reservas de 825 días. 29.000€ para reservas de 840 días. 29.500€ para reservas de 855 días. 30.000€ para reservas de 870 días. 30.500€ para reservas de 885 días. 31.000€ para reservas de 900 días. 31.500€ para reservas de 915 días. 32.000€ para reservas de 930 días. 32.500€ para reservas de 945 días. 33.000€ para reservas de 960 días. 33.500€ para reservas de 975 días. 34.000€ para reservas de 990 días. 34.500€ para reservas de 1005 días. 35.000€ para reservas de 1020 días. 35.500€ para reservas de 1035 días. 36.000€ para reservas de 1050 días. 36.500€ para reservas de 1065 días. 37.000€ para reservas de 1080 días. 37.500€ para reservas de 1095 días. 38.000€ para reservas de 1110 días. 38.500€ para reservas de 1125 días. 39.000€ para reservas de 1140 días. 39.500€ para reservas de 1155 días. 40.000€ para reservas de 1170 días. 40.500€ para reservas de 1185 días. 41.000€ para reservas de 1200 días. 41.500€ para reservas de 1215 días. 42.000€ para reservas de 1230 días. 42.500€ para reservas de 1245 días. 43.000€ para reservas de 1260 días. 43.500€ para reservas de 1275 días. 44.000€ para reservas de 1290 días. 44.500€ para reservas de 1305 días. 45.000€ para reservas de 1320 días. 45.500€ para reservas de 1335 días. 46.000€ para reservas de 1350 días. 46.500€ para reservas de 1365 días. 47.000€ para reservas de 1380 días. 47.500€ para reservas de 1395 días. 48.000€ para reservas de 1410 días. 48.500€ para reservas de 1425 días. 49.000€ para reservas de 1440 días. 49.500€ para reservas de 1455 días. 50.000€ para reservas de 1470 días. 50.500€ para reservas de 1485 días. 51.000€ para reservas de 1500 días. 51.500€ para reservas de 1515 días. 52.000€ para reservas de 1530 días. 52.500€ para reservas de 1545 días. 53.000€ para reservas de 1560 días. 53.500€ para reservas de 1575 días. 54.000€ para reservas de 1590 días. 54.500€ para reservas de 1605 días. 55.000€ para reservas de 1620 días. 55.500€ para reservas de 1635 días. 56.000€ para reservas de 1650 días. 56.500€ para reservas de 1665 días. 57.000€ para reservas de 1680 días. 57.500€ para reservas de 1695 días. 58.000€ para reservas de 1710 días. 58.500€ para reservas de 1725 días. 59.000€ para reservas de 1740 días. 59.500€ para reservas de 1755 días. 60.000€ para reservas de 1770 días. 60.500€ para reservas de 1785 días. 61.000€ para reservas de 1800 días. 61.500€ para reservas de 1815 días. 62.000€ para reservas de 1830 días. 62.500€ para reservas de 1845 días. 63.000€ para reservas de 1860 días. 63.500€ para reservas de 1875 días. 64.000€ para reservas de 1890 días. 64.500€ para reservas de 1905 días. 65.000€ para reservas de 1920 días. 65.500€ para reservas de 1935 días. 66.000€ para reservas de 1950 días. 66.500€ para reservas de 1965 días. 67.000€ para reservas de 1980 días. 67.500€ para reservas de 1995 días. 68.000€ para reservas de 2010 días. 68.500€ para reservas de 2025 días. 69.000€ para reservas de 2040 días. 69.500€ para reservas de 2055 días. 70.000€ para reservas de 2070 días. 70.500€ para reservas de 2085 días. 71.000€ para reservas de 2100 días. 71.500€ para reservas de 2115 días. 72.000€ para reservas de 2130 días. 72.500€ para reservas de 2145 días. 73.000€ para reservas de 2160 días. 73.500€ para reservas de 2175 días. 74.000€ para reservas de 2190 días. 74.500€ para reservas de 2205 días. 75.000€ para reservas de 2220 días. 75.500€ para reservas de 2235 días. 76.000€ para reservas de 2250 días. 76.500€ para reservas de 2265 días. 77.000€ para reservas de 2280 días. 77.500€ para reservas de 2295 días. 78.000€ para reservas de 2310 días. 78.500€ para reservas de 2325 días. 79.000€ para reservas de 2340 días. 79.500€ para reservas de 2355 días. 80.000€ para reservas de 2370 días. 80.500€ para reservas de 2385 días. 81.000€ para reservas de 2400 días. 81.500€ para reservas de 2415 días. 82.000€ para reservas de 2430 días. 82.500€ para reservas de 2445 días. 83.000€ para reservas de 2460 días. 83.500€ para reservas de 2475 días. 84.000€ para reservas de 2490 días. 84.500€ para reservas de 2505 días. 85.000€ para reservas de 2520 días. 85.500€ para reservas de 2535 días. 86.000€ para reservas de 2550 días. 86.500€ para reservas de 2565 días. 87.000€ para reservas de 2580 días. 87.500€ para reservas de 2595 días. 88.000€ para reservas de 2610 días. 88.500€ para reservas de 2625 días. 89.000€ para reservas de 2640 días. 89.500€ para reservas de 2655 días. 90.000€ para reservas de 2670 días. 90.500€ para reservas de 2685 días. 91.000€ para reservas de 2700 días. 91.500€ para reservas de 2715 días. 92.000€ para reservas de 2730 días. 92.500€ para reservas de 2745 días. 93.000€ para reservas de 2760 días. 93.500€ para reservas de 2775 días. 94.000€ para reservas de 2790 días. 94.500€ para reservas de 2805 días. 95.000€ para reservas de 2820 días. 95.500€ para reservas de 2835 días. 96.000€ para reservas de 2850 días. 96.500€ para reservas de 2865 días. 97.000€ para reservas de 2880 días. 97.500€ para reservas de 2895 días. 98.000€ para reservas de 2910 días. 98.500€ para reservas de 2925 días. 99.000€ para reservas de 2940 días. 99.500€ para reservas de 2955 días. 100.000€ para reservas de 2970 días. 100.500€ para reservas de 2985 días. 101.000€ para reservas de 3000 días. 101.500€ para reservas de 3015 días. 102.000€ para reservas de 3030 días. 102.500€ para reservas de 3045 días. 103.000€ para reservas de 3060 días. 103.500€ para reservas de 3075 días. 104.000€ para reservas de 3090 días. 104.500€ para reservas de 3105 días. 105.000€ para reservas de 3120 días. 105.500€ para reservas de 3135 días. 106.000€ para reservas de 3150 días. 106.500€ para reservas de 3165 días. 107.000€ para reservas de 3180 días. 107.500€ para reservas de 3195 días. 108.000€ para reservas de 3210 días. 108.500€ para reservas de 3225 días. 109.000€ para reservas de 3240 días. 109.500€ para reservas de 3255 días. 110.000€ para reservas de 3270 días. 110.500€ para reservas de 3285 días. 111.000€ para reservas de 3300 días. 111.500€ para reservas de 3315 días. 112.000€ para reservas de 3330 días. 112.500€ para reservas de 3345 días. 113.000€ para reservas de 3360 días. 113.500€ para reservas de 3375 días. 114.000€ para reservas de 3390 días. 114.500€ para reservas de 3405 días. 115.000€ para reservas de 3420 días. 115.500€ para reservas de 3435 días. 116.000€ para reservas de 3450 días. 116.500€ para reservas de 3465 días. 117.000€ para reservas de 3480 días. 117.500€ para reservas de 3495 días. 118.000€ para reservas de 3510 días. 118.500€ para reservas de 3525 días. 119.000€ para reservas de 3540 días. 119.500€ para reservas de 3555 días. 120.000€ para reservas de 3570 días. 120.500€ para reservas de 3585 días. 121.000€ para reservas de 3600 días. 121.500€ para reservas de 3615 días. 122.000€ para reservas de 3630 días. 122.500€ para reservas de 3645 días. 123.000€ para reservas de 3660 días. 123.500€ para reservas de 3675 días. 124.000€ para reservas de 3690 días. 124.500€ para reservas de 3705 días. 125.000€ para reservas de 3720 días. 125.500€ para reservas de 3735 días. 126.000€ para reservas de 3750 días. 126.500€ para reservas de 3765 días. 127.000€ para reservas de 3780 días. 127.500€ para reservas de 3795 días. 128.000€ para reservas de 3810 días. 128.500€ para reservas de 3825 días. 129.000€ para reservas de 3840 días. 129.500€ para reservas de 3855 días. 130.000€ para reservas de 3870 días. 130.500€ para reservas de 3885 días. 131.000€ para reservas de 3900 días. 131.500€ para reservas de 3915 días. 132.000€ para reservas de 3930 días. 132.500€ para reservas de 3945 días. 133.000€ para reservas de 3960 días. 133.500€ para reservas de 3975 días. 134.000€ para reservas de 3990 días. 134.500€ para reservas de 4005 días. 135.000€ para reservas de 4020 días. 135.500€ para reservas de 4035 días. 136.000€ para reservas de 4050 días. 136.500€ para reservas de 4065 días. 137.000€ para reservas de 4080 días. 137.500€ para reservas de 4095 días. 138.000€ para reservas de 4110 días. 138.500€ para reservas de 4125 días. 139.000€ para reservas de 4140 días. 139.500€ para reservas de 4155 días. 140.000€ para reservas de 4170 días. 140.500€ para reservas de 4185 días. 141.000€ para reservas de 4200 días. 141.500€ para reservas de 4215 días. 142.000€ para reservas de 4230 días. 142.500€ para reservas de 4245 días. 143.000€ para reservas de 4260 días. 143.500€ para reservas de 4275 días. 144.000€ para reservas de 4290 días. 144.500€ para reservas de 4305 días. 145.000€ para reservas de 4320 días. 145.500€ para reservas de 4335 días. 146.000€ para reservas de 4350 días. 146.500€ para reservas de 4365 días. 147.000€ para reservas de 4380 días. 147.500€ para reservas de 4395 días. 148.000€ para reservas de 4410 días. 148.500€ para reservas de 4425 días. 149.000€ para reservas de 4440 días. 149.500€ para reservas de 4455 días. 150.000€ para reservas de 4470 días. 150.500€ para reservas de 4485 días. 151.000€ para reservas de 4500 días. 151.500€ para reservas de 4515 días. 152.000€ para reservas de 4530 días. 152.500€ para reservas de 4545 días. 153.000€ para reservas de 4560 días. 153.500€ para reservas de 4575 días. 154.000€ para reservas de 4590 días. 154.500€ para reservas de 4605 días. 155.000€ para reservas de 4620 días. 155.500€ para reservas de 4635 días. 156.000€ para reservas de 4650 días. 156.500€ para reservas de 4665 días. 157.000€ para reservas de 4680 días. 157.500€ para reservas de 4695 días. 158.000€ para reservas de 4710 días. 158.500€ para reservas de 4725 días. 159.000€ para reservas de 4740 días. 159.500€ para reservas de 4755 días. 160.000€ para reservas de 4770 días. 160.500€ para reservas de 4785 días. 161.000€ para reservas de 4800 días. 161.500€ para reservas de 4815 días. 162.000€ para reservas de 4830 días. 162.500€ para reservas de 4845 días. 163.000€ para reservas de 4860 días. 163.500€ para reservas de 4875 días. 164.000€ para reservas de 4890 días. 164.500€ para reservas de 4905 días. 165.000€ para reservas de 4920 días. 165.500€ para reservas de 4935 días. 166.000€ para reservas de 4950 días. 166.500€ para reservas de 4965 días. 167.000€ para reservas de 4980 días. 167.500€ para reservas de 4995 días. 168.000€ para reservas de 5010 días. 168.500€ para reservas de 5025 días. 169.000€ para reservas de 5040 días. 169.500€ para reservas de 5055 días. 170.000€ para reservas de 5070 días. 170.500€ para reservas de 5085 días. 171.000€ para reservas de 5100 días. 171.500€ para reservas de 5115 días. 172.000€ para reservas de 5130 días. 172.500€ para reservas de 5145 días. 173.000€ para reservas de 5160 días. 173.500€ para reservas de 5175 días. 174.000€ para reservas de 5190 días. 174.500€ para reservas de 5205 días. 175.000€ para reservas de 5220 días. 175.500€ para reservas de 5235 días. 176.000€ para reservas de 5250 días. 176.500€ para reservas de 5265 días. 177.000€ para reservas de 5280 días. 177.500€ para reservas de 5295 días. 178.000€ para reservas de 5310 días. 178.500€ para reservas de 5325 días. 179.000€ para reservas de 5340 días. 179.500€ para reservas de 5355 días. 180.000€ para reservas de 5370 días. 180.500€ para reservas de 5385 días. 181.000€ para reservas de 5400 días. 181.500€ para reservas de 5415 días. 182.000€ para reservas de 5430 días. 182.500€ para reservas de 5445 días. 183.000€ para reservas de 5460 días. 183.500€ para reservas de 5475 días. 184.000€ para reservas de 5490 días. 184.500€ para reservas de 5505 días. 185.000€ para reservas de 5520 días. 185.500€ para reservas de 5535 días. 186.000€ para reservas de 5550 días. 186.500€ para reservas de 5565 días. 187.000€ para reservas de 5580 días. 187.500€ para reservas de 5595 días. 188.000€ para reservas de 5610 días. 188.500€ para reservas de 5625 días. 189.000€ para reservas de 5640 días. 189.500€ para reservas de 5655 días. 190.000€ para reservas de 5670 días. 190.500€ para reservas de 5685 días. 191.000€ para reservas de 5700 días. 191.500€ para reservas de 5715 días. 192.000€ para reservas de 5730 días. 192.500€ para reservas de 5745 días. 193.000€ para reservas de 5760 días. 193.500€ para reservas de 5775 días. 194.000€ para reservas de 5790 días. 194.500€ para reservas de 5805 días. 195.000€ para reservas de 5820 días. 195.500€ para reservas de 5835 días. 196.000€ para reservas de 5850 días. 196.500€ para reservas de 5865 días. 197.000€ para reservas de 5880 días. 197.500€ para reservas de 5895 días. 198.000€ para reservas de 5910 días. 198.500€ para reservas de 5925 días. 199.000€ para reservas de 5940 días. 199.500€ para reservas de 5955 días. 200.000€ para reservas de 5970 días. 200.500€ para reservas de 5985 días. 201.000€ para reservas de 6000 días. 201.500€ para reservas de 6015 días. 202.000€ para reservas de 6030 días. 202.500€ para reservas de 6045 días. 203.000€ para reservas de 6060 días. 203.500€ para reservas de 6075 días. 204.000€ para reservas de 6090 días. 204.500€ para reservas de 6105 días. 205.000€ para reservas de 6120 días. 205.500€ para reservas de 6135 días. 206.000€ para reservas de 6150 días. 206.500€ para reservas de 6165 días. 207.000€ para reservas de 6180 días. 207.500€ para reservas de 6195 días. 208.000€ para reservas de 6210 días. 208.500€ para reservas de 6225 días. 209.000€ para reservas de 6240 días. 209.500€ para reservas de 6255 días. 210.000€ para reservas de 6270 días. 210.500€ para reservas de 6285 días. 211.000€ para reservas de 6300 días. 211.500€ para reservas de 6315 días. 212.000€ para reservas de 6330 días. 212.500€ para reservas de 6345 días. 213.000€ para reservas de 6360 días. 213.500€ para reservas de 6375 días. 214.000€ para reservas de 6390 días. 214.500€ para reservas de 6405 días. 215.000€ para reservas de 6420 días. 215.500€ para reservas de 6435 días. 216.000€ para reservas de 6450 días. 216.500€ para reservas de 6465 días. 217.000€ para reservas de 6480 días. 217.500€ para reservas de 6495 días. 218.000€ para reservas de 6510 días. 218.500€ para reservas de 6525 días. 219.000€ para reservas de 6540 días. 219.500€ para reservas de 6555 días. 220.000€ para reservas de 6570 días. 220.500€ para reservas de 6585 días. 221.000€ para reservas de 6600 días. 221.500€ para reservas de 6615 días. 222.000€ para reservas de 6630 días. 222.500€ para reservas de 6645 días. 223.000€ para reservas de 6660 días. 223.500€ para reservas de 6675 días. 224.000€ para reservas de 6690 días. 224.500€ para reservas de 6705 días. 225.000€ para reservas de 6720 días. 225.500€ para reservas de 6735 días. 226.000€ para reservas de 6750 días. 226.500€ para reservas de 6765 días. 227.000€ para reservas de 6780 días. 227.500€ para reservas de 6795 días. 228.000€ para reservas de 6810 días. 228.500€ para reservas de 6825 días. 229.000€ para reservas de 6840 días. 229.500€ para reservas de 6855 días. 230.000€ para reservas de 6870 días. 230.500€ para reservas de 6885 días. 231.000€ para reservas de 6900 días. 231.500€ para reservas de 6915 días. 232.000€ para reservas de 6930 días. 232.500€ para reservas de 6945 días. 233.000€ para reservas de 6960 días. 233.500€ para reservas de 6975 días. 234.000€ para reservas de 6990 días. 234.500€ para reservas de 7005 días. 235.000€ para reservas de 7020 días. 235.500€ para reservas de 7035 días. 236.000€ para reservas de 7050 días. 236.500€ para reservas de 7065 días. 237.000€ para reservas de 7080 días. 237.500€ para reservas de 7095 días. 238.000€ para reservas de 7110 días. 238.500€ para reservas de 7125 días. 239.000€ para reservas de 7140 días. 239.500€ para reservas de 7155 días. 240.000€ para reservas de 7170 días. 240.500€ para reservas de 7185 días. 241.000€ para reservas de 7200 días. 241.500€ para reservas de 7215 días. 242.000€ para reservas de 7230 días. 242.500€ para reservas de 7245 días. 243.000€ para reservas de 7260 días. 243.500€ para reservas de 7275 días. 244.000€ para reservas de 7290 días. 244.500€ para reservas de 7305 días. 245.000€ para reservas de 7320 días. 245.500€ para reservas de 7335 días. 246.000€ para reservas de 7350 días. 246.500€ para reservas de 7365 días. 247.000€ para reservas de 7380 días. 247.500€ para reservas de 7395 días. 248.000€ para reservas de 7410 días. 248.500€ para reservas de 7425 días. 249.000€ para reservas de 7440 días. 249.500€ para reservas de 7455 días. 250.000€ para reservas de 7470 días. 250.500€ para reservas de 7485 días. 251.000€ para reservas de 7500 días. 251.500€ para reservas de 7515 días. 252.000€ para reservas de 7530 días. 252.500€ para reservas de 7545 días. 253.000€ para reservas de 7560 días. 253.500€ para reservas de 7575 días. 254.000€ para reservas de 7590 días. 254.500€ para reservas de 7605 días. 255.000€ para reservas de 7620 días. 255.500€ para reservas de 7635 días. 256.000€ para reservas de 7650 días. 256.500€ para reservas de 7665 días. 257.000€ para reservas de 7680 días. 257.500€ para reservas de 7695 días. 258.000€ para reservas de 7710 días. 258.500€ para reservas de 7725 días. 259.000€ para reservas de 7740 días. 259.500€ para reservas de 7755 días. 260.000€ para reservas de 7770 días. 260.500€ para reservas de 7785 días. 261.000€ para reservas de 7800 días. 261.500€ para reservas de 7815 días. 262.000€ para reservas de 7830 días. 262.500€ para reservas de 7845 días. 263.000€ para reservas de 7860 días. 263.500€ para reservas de 7875 días. 264.000€ para reservas de 7890 días. 264.500€ para reservas de 7905 días. 265.000€ para reservas de 7920 días. 265.500€ para reservas de 7935 días. 266.000€ para reservas de 7950 días. 266.500€ para reservas de 7965 días. 267.000€ para reservas de 7980 días. 267.500€ para reservas de 7995 días. 268.000€ para reservas de 8010 días. 268.500€ para reservas de 8025 días. 269.000€ para reservas de 8040 días. 269.500€ para reservas de 8055 días. 270.000€ para reservas de 8070 días. 270.500€ para reservas de 8085 días. 271.000€ para reservas de 8100 días. 271.500€ para reservas de 8115 días. 272.000€ para reservas de 8130 días. 272.500€ para reservas de 8145 días. 273.000€ para reservas de 8160 días. 273.500€ para reservas de 8175 días. 274.000€ para reservas de 8190 días. 274.500€ para reservas de 8205 días. 275.000€ para reservas de 8220 días. 275.500€ para reservas de 8235 días. 276.000€ para reservas de 8250 días. 276.500€ para reservas de 8265 días. 277.000€ para reservas de 8280 días. 277.500€ para reservas de 8295 días. 278.000€ para reservas de 8310 días. 278.500€ para reservas de 8325 días. 279.000€ para reservas de 8340 días. 279.500€ para reservas de 8355 días. 280.000€ para reservas de 8370 días. 280.500€ para reservas de 8385 días. 281.000€ para reservas de 8400 días. 281.500€ para reservas de 8415 días. 282.000€ para reservas de 8430 días. 282.500€ para reservas de 8445 días. 283.000€ para reservas de 8460 días. 283.500€ para reservas de 8475 días. 284.000€ para reservas de 8490 días. 284.500€ para reservas de 8505 días. 285.000€ para reservas de 8520 días. 285.500€ para reservas de 8535 días. 286.000€ para reservas de 8550 días. 286.500€ para reservas de 8565 días. 287.000€ para reservas de 8580 días. 287.500€ para reservas de 8595 días. 288.000€ para reservas de 8610 días. 288.500€ para reservas de 8625 días. 289.000€ para reservas de 8640 días. 289.500€ para reservas de 8655 días. 290.000€ para reservas de 8670 días. 290.500€ para reservas de 8685 días. 291.000€ para reservas de 8700 días. 291.500€ para reservas de 8715 días. 292.000€ para reservas de 8730 días. 292.500€ para reservas de 8745 días. 293.000€ para reservas de 8760 días. 293.500€ para reservas de 8775 días. 294.000€ para reservas

Las inversiones y políticas sociales marcan el balance

Los grupos políticos de Fuenlabrada hacen un repaso del primer año de legislatura • El PP critica que la ciudad tenga la renta per cápita más baja

POLÍTICA

MARCOS BAILE
fuenlabrada@genteenmadrid.com

Pasado el primer año de legislatura, los diferentes grupos políticos del Ayuntamiento de Fuenlabrada han hecho balance de los logros conseguidos en estos doce meses. En el caso del Gobierno municipal han asegurado que se han centrado en las inversiones en la ciudad y el mantenimiento y ampliación de las políticas sociales.

En este sentido, el alcalde, Manuel Robles, destacó que durante el primer año de legislatura han destinado un total de 20,4 millones de euros a inversiones en la ciudad. Robles ha puesto en valor

la "salud económica" del municipio y ha remarcado que están "muy por encima en cuanto a capacidad financiera" del resto de localidades vecinas que superan los 100.000 habitantes. Además, ha anunciado que este año se invertirán más de 6 millones de euros en infraestructuras, a los que se sumarán 1,1 millones en la mejora de asfaltado y 2,5 millones en los barrios.

En educación, el regidor anunció que a partir del próximo curso las Fuenbecas "se extenderán a la etapa universitaria y permitirán

Robles: "En el último año se han invertido un total de 20,4 millones de euros"

que muchos jóvenes puedan continuar sus estudios superiores".

ALTOS IMPUESTOS

Por su parte, el portavoz del PP, Sergio López, ha criticado que Fuenlabrada tenga el "nivel impositivo más elevado", así como la renta per cápita más baja de la Comunidad. López criticó que la ciudad se encuentre, además, en el "top ten del paro" de la región, hecho que ha atribuido a un Gobierno local "fatigado" y con "vicios que paralizan a la ciudad".

El popular ha destacado que buena parte de los logros obtenidos en relación a la Comunidad se deben a propuestas realizadas por el PP. "Este año nuestro grupo ha aportado muchísimo", ha señalado López. Además, ha afirmado que han desbloqueado varias situaciones y "reclamaciones que estaban enquistadas para Fuenlabrada" con la Comunidad.

PROPUESTAS ÚTILES

Ciudadanos, que irrumpió en el consistorio hace doce meses, también ha hecho balance del



Javier Ayala y Manuel Robles, en la rueda de prensa GENTE

primer año de legislatura. Un periodo en el que la formación naranja "hemos demostrado nuestra extraordinaria capacidad para irrumpir con fuerza en un Consorcio antaño reservado a unos pocos", según destacó su portavoz, Patricia de Frutos. Ha puesto en valor varias de las mociones,

entre las que ha destacado la emisión 'online' y en directo de los plenos, el "instar a la Comunidad a agilizar la conexión por transporte público del municipio con la capital" o la relativa a la gratuidad de los libros de texto, por la que "se camina a un acceso libre a la educación".

SER MADRID SUR
Escucha, habla y participa

ESCUCHA CON NOSOTROS LA VIDA

CADENA **SER**

HOY POR HOY
con Paga Bueno y Gemma Niergo

94.4 FM
MADRID SUR
www.sermadridsur.com

Dé lunes a viernes, de 05:30h a 12:20h

CURSOS de Estética y Peluquería

Nuevas instalaciones y equipos

Novella amplia sus instalaciones con un renovado equipo tanto técnico como humano, en sus 400m² dedicados a la imagen personal para ser un referente en la zona sur de Madrid que te ayudará a mejorar tu futuro laboral.

Novella agradece a sus clientes la confianza que depositan en sus alumnos

Nuestros cursos de

PELUQUERÍA	
40h	CORTE BÁSICO
160h	AUXILIAR DE PELUQUERÍA
11 meses	PELUQUERÍA
240h	PERFECCIONAMIENTO PELUQUERÍA
90h	PEINADOS Y ACABADOS
2 meses	CORTE CABALLERO Y BARBERÍA

ESTÉTICA	
20h	CURSO DE UÑAS ACRÍLICO
20h	CURSO UÑAS GEL
1 mes	MAQUILLAJE
360h	SERVICIOS AUXILIARES DE ESTÉTICA
11 meses	ESTÉTICA

INFÓRMATE SIN COMPROMISO 91 605 87 99 / 601 45 18 20

Novella Centros de Formación Calle Río Ebro 4B Parla.
Otros centros: Getafe y Coslada.

La Policía Local inicia una campaña para el uso de casco

SEGURIDAD

REDACCIÓN

La Policía Local ha puesto en marcha la campaña 'Usa el coco, usa el casco', que tiene como objetivo controlar el uso correcto del casco obligatorio en motocicletas, ciclomotores y bicicletas. Hasta el día 5, la Unidad de Seguridad Vial de la Policía Local de Fuenlabrada realizará controles diarios por las calles, verificando el correcto uso de este elemento por parte de conductores y pasajeros. Además, comprobará que la documentación de dichos vehículos está en regla. El uso de cascos de protección homologados es obligatoria en ciclomotores, motocicletas y bicicletas y no utilizarlos supone una sanción de 200 euros y la pérdida de 3 puntos del carné.

LO ÚLTIMO DE LÍNEA DIRECTA:

#17
**SEGUIMIENTO
DE LA GRÚA
EN TU MÓVIL.**



POR EL PRECIO DE UN TERCEROS,
EL SEGURO CON TODO.

902 123 216

Una compañía
bankinter.



lineadirecta.com

LOS DÍAS 3, 4 Y 5 DE JUNIO Y DEL 10 AL 12

La Ruta de la Tapa amplía su duración a dos fines de semana

GASTRONOMÍA

E.P.

La octava edición de la Ruta de la Tapa de Fuenlabrada se ampliará por primera vez a dos fines de semana: los días 3, 4 y 5 de junio y del 10 al 12 del mismo mes. Este año acogerá la oferta gastronómica de 48 establecimientos hosteleros de la localidad, según ha anunciado el alcalde, Manuel Robles.

Junto a la concejala de Comercio y Consumo, Teresa Fernández, el primer edil ha presentado esta semana la nueva edición de una ruta en la que los establecimientos participantes han expuesto sus propuestas culinarias que serán objeto de votación los próximos días por parte de los consumidores, tras tener en cuenta criterios de presencia, calidad, elaboración y cantidad. La Ruta propone, por el precio de 2,30 euros, degustar una elaborada tapa



Varios participantes GENTE

que mezcle la tradición de la cocina local, con la innovación, a la vez que se acompaña de una cerveza.

Un año más, habrá un trenecito que recorrerá la ciudad en horario de 12 a 16 y de 19 a 24 horas para facilitar los desplazamientos y fomentar la participación de los ciudadanos en la actividad.

LA SESIÓN NO SE CELEBRARÁ POR MOTIVOS "DE AGENDA"

El PP acusa de "cobardía" al PSOE tras la suspensión del pleno

POLÍTICA

REDACCIÓN

El portavoz del PP de Fuenlabrada, Sergio López, ha mostrado su descontento por la suspensión del pleno del Ayuntamiento correspondiente al mes de junio. López ha destacado que los socialistas lo hizo para no verse obligados a pronunciarse sobre la moción de los populares para declarar persona non grata en Fuenla-

brada a Arnaldo Otegi. Algo que el líder de la formación azul ha calificado de "cobardía política".

Según explicó el líder popular en rueda de prensa, el equipo de Gobierno informó a todos los grupos políticos a través de su portavoz, Javier Ayala, de que no se celebraría la sesión en la fecha que establece la Ley "por cuestiones de agenda". López ha señalado que esta noticia es una "extorsión a la democracia" y "una forma de echar balones fuera".

Paralizados 259 desahucios en los últimos 4 años en la ciudad

EDUCACIÓN

E.P.

El alcalde de Fuenlabrada, Manuel Robles, ha informado de que la Oficina Municipal de Intermediación ha logrado "paralizar" hasta 259 desahucios desde su

puesta en marcha, hace cuatro años.

El primer edil ha recordado que el municipio fue el primero en poner en marcha una oficina de estas características. "Creo que es un éxito importante", ha manifestado al valorar los resultados obtenidos. Por otro lado, Manuel

Nace la unidad contra el maltrato animal de Fuenlabrada

El nuevo cuerpo se denomina 'Antón' y está integrado por 6 policías

SEGURIDAD

M.B.

fuenlabrada@genteenmadrid.com

Esta semana ha comenzado su andadura la nueva unidad de la Policía Local de Fuenlabrada destinada a la protección animal. 'Antón' es el nombre de esta nueva sección del cuerpo fuenlabreño, que está integrada en la Unidad de Policía de Barrio.

Según han explicado desde el Ayuntamiento, "este equipo se ocupará de todos aquellos asuntos y requerimientos por parte de la ciudadanía que tengan que ver con los animales, como identificación, casos de abandono o malos tratos", entre otros. Por su parte, la concejala de Seguridad Ciudadana, Raquel López, ha explicado que el nuevo grupo de trabajo nace como respuesta a una reclamación social cada vez mayor por parte de la población, para atender las demandas que presenten los vecinos relacionados con los animales.

CURSO DE FORMACIÓN

Con la creación de este equipo, 25 agentes de la Policía Local han participado en un curso de formación específico para el cargo. Finalmente, seis han sido los elegidos para desempeñar las funciones del mismo. Según López, "los agentes reciben información especializada para que dispongan de la cualificación necesaria para atender con mayor eficacia y sensibilidad los asuntos en los que se nos requiera, relacionados con



Imagen de la nueva unidad policial fuenlabreña

Medio centenar de multas permutadas

En relación a los animales en Fuenlabrada, el alcalde de Fuenlabrada ha informado de que el pasado año medio centenar de dueños de perros de Fuenlabrada permutaron por "trabajos sociales" las sanciones impuestas por el Ayuntamiento por no recoger las heces de sus mascotas de la vía pública. Esta cifra supone una sexta parte de los 300 dueños a los que Policía expedientó, una cifra que ya se ha alcanzado en este 2016.

animales". El equipo de docentes que ha impartido la formación pertenecen a diversas entidades de prestigio en la protección animal, como el despacho de abogados DeAnimals, el Grupo de Rehabilitación de la Fauna Autóctona y su Hábitat (GREFA), el Observatorio de la Violencia contra los Animales y la Federación de Asociaciones Protectoras y de Defensa Animal (FAPAM).

Por otro lado, el Ayuntamiento también pone en marcha una campaña en favor de la recogida de excrementos caninos. En este sentido, Robles ha informado de que ampliarán hasta 15 las zonas de uso exclusivo de perros, así como los puntos de bolsas caninas.



Manuel Robles, alcalde de Fuenlabrada GENTE

Robles ha recordado que Fuenlabrada es "referente nacional en políticas sociales" merced a la salud económica de las arcas municipales.

En este sentido ha destacado que la ciudad es la que más ayudas concede a la educación. Señala que, de tres años a Bachillerato, se han presentado un total de 18.500 solicitudes para becas de libros de texto y material de cara al próximo curso. A lo que se suman las ayudas de 0 a 3 años.

MURPROTEC
Tratamientos definitivos contra la humedad

Elimina la humedad de tu hogar



Condensación



Capilaridad



Infiltraciones

Esta problemática acarrea **graves problemas estructurales y de salud** que pueden afectar gravemente a toda la familia.

Solúcelos con un **diagnóstico completo y gratuito** gracias a **Murprotec**, empresa líder en Europa y en España en tratamientos anti humedad.

Interviene para eliminar de forma **definitiva y garantizada** las humedades de su vivienda.



No dejes que tu patrimonio se deteriore.



INSTITUTO PARA LA
Excelencia
PROFESIONAL IEP



900 30 11 30 www.murprotec.es

MURPROTEC
colabora con
Cáritas

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

Entidades como Ecovidrio apuestan por marcas de moda para promover la separación de residuos.

Cambios de hábitos como apagar las luces o el 'stand by' suponen un ahorro energético.

Las ventas se han animado a comienzos de año, pero estos vehículos son una clara minoría.

OTRA FORMA DE TRABAJAR

Empleo verde: Crece el número de ofertas que contribuyen a mejorar el medio ambiente. Estas son algunas salidas profesionales

ALBERTO ESCRIBANO
@albertoescri

A pesar de la crisis económica que tan duramente ha afectado al mercado laboral de nuestro país, el sector del empleo verde parece haberse resentido menos que el resto y, año tras año, registra un aumento de ofertas de trabajo que asciende al 25%. Un dato que, aunque queda mucho camino por recorrer, refleja la importancia creciente que las empresas dan a la inversión en sostenibilidad.

Agricultura ecológica

1: España ha duplicado en los últimos años la superficie dedicada a la agricultura ecológica. La superficie forestal es una de las que más ha crecido de la UE.

Consultoría ambiental

2: Esta actividad incluye temáticas como el cálculo de la huella de carbono, desarrollo de proyectos de eficiencia energética, la implantación de etiquetas ecológicas o la

reducción de gases contaminantes. Es una profesión en auge.

Prevención contaminación

3: La Asociación de Ciencias Ambientales de España asegura que éste es uno de los empleos con más salidas laborales. Ingenierías, grados de Economía o Ciencias Ambientales son los perfiles más demandados.

Ecodiseño

4: Se encuentra estrechamente ligado al diseño sostenible y sirve para conseguir que un determinado producto tenga más eficiencia energética, consuma menos materiales o, por ejemplo, tenga una huella ecológica tendente a cero en su vida útil.

Energías renovables

5: Se trata también de uno de los perfiles con mayor demanda en la actualidad. Destacan, por ejemplo, los ingenieros de parques eólicos, ingenieros superiores de plantas termosolares y otros de alta cualificación y tecnológicos.



CADA VEZ SON MÁS las personas que se deciden a cultivar una explotación agrícola autónoma basada en la utilización sostenible de los recursos naturales a nuestra disposición. Un sector primario libre de productos químicos

Rehabilitación de edificios

6: Estudios recientes señalan que en los próximos quince años se podrían generar en España 35.000 empleos estables para recuperar y rehabilitar energéticamente más de dos millones de viviendas.

Gestión de residuos

7: El tratamiento y la gestión de residuos y desechos ha generado en nuestro país más de 14.000 puestos de trabajo.

Yacimientos empleo verde

8: La biodiversidad, el turismo sostenible, el I+D+i, las nuevas tecnologías de la información aplicadas a la gestión del medio ambiente, el impulso del coche eléctrico o la movilidad sostenible son algunos de los ámbitos y áreas que más se están desarrollando durante los últimos años y, por tanto, suponen un importante nicho de empleo.

RSC

9: La Responsabilidad Social Corporativa es la forma de dirigir una empresa basada en la gestión de los impactos que su actividad genera sobre clientes, empleados, medio ambiente y sociedad en general.

Servicios energéticos

10: Las Empresas de Servicios Energéticos basan su negocio en conseguir ahorro energético y, por lo tanto, costes totales, a sus clientes. Mejoran la eficiencia y reducen el impacto ambiental.

MÓNICA MORALES CAMARZANA Vicedecana de Ciencias Ambientales de la UNED

¿Por qué estudiar Ciencias Ambientales?

Llega el verano y termina el curso escolar, es el momento de que miles de jóvenes de todo el país se enfrenten a la Selectividad y, después, llegará el turno de elegir qué grado y universidad escoger.

Aprovechando estas fechas, y con motivo del Día Mundial del Medio Ambiente que se celebra el domingo, GENTE ha hablado con Mónica Morales, vicedecana de la UNED y coordinadora del Grado de Ciencias Ambientales, que nos ha dado algunas claves que pueden ayudar a los alumnos y alumnas a decidirse o no por unos estudios que, como hemos visto,

tienen muchas y muy variadas salidas laborales.

Interdisciplinar

Una de las características de este Grado, que este curso que ahora termina ha contado con 3.020 personas matriculadas, es su carácter "interdisciplinar" y que está "enfocado al análisis y la resolución de problemas ambientales", según destaca Mónica Morales, vicedecana de Ciencias Ambientales de la UNED.

Si bien es cierto que al tratarse de estudios a distancia, los alumnos que se matriculan son

de todos los rangos de edad, el grueso de ellos, afirma, oscila entre los 36 y los 45 años.

Con una base "muy fuerte" de ciencias, lo que da una visión a los alumnos "muy amplia", Morales destaca también el "amplio espectro" de salidas laborales una vez finalizados los estudios.

La Vicedecana de Ciencias Ambientales ha señalado a GENTE como uno de los incentivos de esta carrera el "amplio espectro" de posibilidades, que pueden ir desde trabajar como educador ambiental, a la economía ambiental o la investigación.



La UNED cuenta en este curso con 3.020 alumnos en el Grado





PIENSO A CAMBIO DE BOTELLAS Sin duda una de las iniciativas para animar al reciclaje que más han llamado la atención es la que ha puesto en marcha una empresa turca, que seguro no tardará en llegar a España. El mecanismo es fácil y consiste en que por cada botella que se recicla, el conte-

nedor instalado en plena calle expulsa agua a un bebedero, que siempre estará rebotante, y bolitas de pienso a un comedero. En ellos, perros y gatos pueden alimentarse. Este invento busca además hacer visibles a los animales abandonados y fomentar la adopción de las mascotas

ALA ÚLTIMA EN RECICLAJE

Innovación: Entidades sin ánimo de lucro, como Ecovidrio, apuestan por marcas de moda para animar a reciclar y promover una cultura del cuidado de nuestro entorno

ALBERTO ESCRIBANO GARCÍA
@albertoescr

Instituciones y entidades sin ánimo de lucro encargadas de la gestión de los envases han visto en las marcas de moda un reclamo perfecto para promover el reciclaje, ya sea de vidrio, plástico, cartón u otros envases reutilizables. El objetivo está claro: conseguir atraer a un mayor número de personas que, llamados por la originalidad y lo llamativo de las campañas, se sumen a la práctica del reciclaje como algo rutinario en sus vidas y conseguir así reducir la huella ecológica del producto hasta la mínima expresión posible.

La esencia del reciclaje

Decididos a innovar, Ecovidrio optó recientemente por lanzar una campaña dirigida a un producto poco convencional en este tipo de acciones, como son los envases de los perfumes.

Los envases de perfume, también

Con la campaña 'Eau de Vitrium, la esencia del reciclaje', Ecovidrio y El Corte Inglés han regalado 7.000 perfumes que se agotaron a las pocas horas de lanzarse la iniciativa. La acción se dinamizó en las redes sociales a través del hashtag #laesenciadelreciclaje.



Para su puesta en marcha, El Corte Inglés y Ecovidrio reciclaron, y nunca mejor dicho, tres míticos anuncios de perfume, que seguro que muchos recordarán, de la mano de cuatro 'celebrities': "Busco a Jacqs", con la presentadora y actriz Adriana Abenia; "Le Male de Jean Paul Gaultier", con la modelo Laura Sánchez y el compositor David Ascanio; y "Solo Loewe", con el cantante Carlos Baute.

Borja Martiarena, director de Marketing de Ecovidrio, afirma que el objetivo de campañas como esta es "enfátizar algún aspecto determinado del reciclaje". "Las colonias y perfumes mucha gente no saben que se reciclan, y eso es lo que queríamos divulgar", afirma.

Una necesaria "llamada de atención", ya que según datos de la organización, son más de 20.000 toneladas de envases de



este tipo las que se ponen al año en el mercado en nuestro país.

Concienciar tiene premio

Un homenaje y reconocimiento a la labor de concienciación que las mujeres ejercen en las labores de reciclaje. Esta fue la intención con la que la diseñadora Ágatha Ruiz de la Prada, junto con Ecovidrio, lanzaron la campaña 'Échale flores'. Y es que las mujeres, según un sondeo de Ecovidrio, son uno de los segmentos de población que más importancia dan al reciclaje de los productos cotidianos. No en vano, según este sondeo, el 72 % de las encuestadas deposita siempre estos residuos en el contenedor correspondiente.

En el caso de las mujeres con una edad comprendida entre los 55 y 64 años, el estudio muestra un mayor grado de concienciación, dado que el 82% siempre separa los envases de vidrio.

Según cuenta Martiarena, esta campaña fue la continuación de los "contenedores agathizados" que durante la Semana de la Moda se pudieron ver en algunas calles de Madrid. En total, alrededor de 2.500 contenedores han sido distribuidos a través de internet, una cifra que ha "desbordado" todas las previsiones.

De los colores del Atlético de Madrid, del Mutua Madrid Open de Tenis, con motivos flamencos... si quieres tu 'mini iglú' de Ecovidrio personalizado, encuéntralo en www.minigu.es.

Contenedores a la moda

'Échale flores', campaña promovida por Ecovidrio y la diseñadora Ágatha Ruiz de la Prada, combinó recientemente reciclaje y moda en una edición limitada de mini contenedores. Los fondos se destinaron a la Fundación Vicente Ferrer.

1: Entre 21 y 25 grados

No es necesario vestir en marga corta en pleno invierno ni taparse con una manta en verano cuando estamos dentro de casa. Mantenga su hogar a 21°C en los meses de frío y a 25°C en los de calor.

3: El 'stand by' consume aunque no lo parezca

El modo 'stand by' también gasta, por lo que es recomendable apagar del todo todos los aparatos. De hecho, este modo 'durmiente' supone el 11% del consumo energético.

5: Atención con el frigorífico

Hay que mantener las puertas abiertas el menor tiempo posible y comprobar que han cerrado correctamente. Es recomendable no introducir alimentos calientes en el interior.

7: Cuida del aire acondicionado

El modo ECO ahorra cerca del 30% de la energía. También es recomendable limpiar los filtros con regularidad e instalar el termostato lejos de las fuentes de calor, como una lámpara o la luz del sol.

9: En el baño

Ducharse en lugar de bañarse facilita una reducción del 75% del consumo. Se puede ahorrar agua caliente si se regula la caldera para que suministre agua en torno a los 36 grados.

11: Usa la calefacción con la cabeza

Instalar termostatos en los radiadores permite regular la temperatura. De día sube las persianas para aprovechar el calor del sol y de noche baja las persianas para reducir la pérdida de calor.

2: Los electrodomésticos, A

Aunque sean más caros, los electrodomésticos A+ o superior son más eficientes y, a la larga, se ahorra ya que éstos son los grandes consumidores de energía en las viviendas.

4: Aísla bien tu hogar

Las ventanas de doble acristalamiento pueden reducir en calefacción un 15%. Además, instalar toldos, bajar persianas y aislar muros y techos ahorra un 30%.

6: A la hora de lavar y secar

Cuantas más revoluciones y mayor temperatura de la lavadora, más se consumirá. Las secadoras de condensación con bomba de calor son más eficientes.

8: Cambia todas las bombillas de tu casa por LED

Las bombillas fluorescentes compactas y las LED no sólo son más eficientes que las halógenas, además gastan menos y duran entre 5 y 10 veces más. Sin embargo, no hay que olvidarse de utilizar la luz natural.

10: Ventila para refrescar

Cuando empieza el calor, antes de decidirte a encender el aire acondicionado, ventila la casa cuando el ambiente es más fresco, abriendo ventanas en los extremos opuestos de la casa.

12: La receta para cocinar y ahorrar energía

Al cocinar se puede aprovechar el calor residual de la vitrocerámica apagándola tres minutos antes de retirar la comida. Las ollas a presión ahorran energía y tiempo.



LILIANA PELLICER
@gentedigital

No es necesario escalar un edificio o salvar ballenas para luchar contra el cambio climático y para proteger el Medio Ambiente. Desde nuestro propio hogar podemos realizar pequeños gestos que, además de reducir las emisiones de efecto invernadero, también producirán un ahorro en los bolsillos.

De hecho, según datos de la Unión de Consumidores, el consumo de energía en la vivienda de una familia media española es responsable, cada año, de la emisión a la atmósfera de un total de 5 toneladas de CO₂.

Aunque no existen fórmulas milagrosas que minimicen el impacto de los hogares en la natura-

leza, un uso eficiente de los electrodomésticos, un mayor control del agua que se usa o de la temperatura a la que está la vivienda pueden ayudar a conservar el planeta.

Desde el momento de la compra de aparatos y bombillas, has-

ta su utilización responsable y correcto mantenimiento hay decisiones que marcan la diferencia en la calidad del aire y en la cuantía de la factura, según recomiendan organizaciones como la OCU o la Confederación de Consumidores y Usuarios, y empresas del

sector energético como Iberdrola, que insisten en la compra de los electrodomésticos más eficientes.

A esto se une un cambio en las costumbres y hábitos, como utilizar la luz natural, apagar las luces que no son necesarias, modificar

ligeramente los grados del aire acondicionado, refrescar la casa abriendo las ventanas, no ventilar en invierno más de diez minutos al día o cerrar la puerta de la nevera.

Desde la construcción

Sin embargo, las decisiones más responsables con el Medio Ambiente pueden tomarse mucho antes. La Confederación de Consumidores y Usuarios recomienda planificar la construcción de la casa basándose en criterios eficientes, con lo que se puede llegar a ahorrar hasta un 25% de energía.

Cuando es imposible incidir en esta fase, otra alternativa es realizar reformas para conseguir un aislamiento óptimo, con la instalación de ventanas de doble acristalamiento o mejoras en techos y paredes.

ILUMINA EN VERDE TU HOGAR

Una vivienda más eficiente: Las familias pueden reducir su impacto medioambiental y ahorrar energía mediante el cambio de algunos hábitos y el uso responsable de los electrodomésticos





Su compromiso para 2020 es devolver a la naturaleza el 100% del agua que contienen sus refrescos

Agua, clima, envases y agricultura sostenible, la apuesta ambiental de Coca-Cola

Ha reducido su ratio de consumo energético por litro de producto fabricado en un 18% entre 2010 y 2015 • Todos los envases de Coca-Cola son 100% reciclables

REDACCIÓN
@gentedigital

Agua, clima, envases y agricultura sostenible. Estas son las principales áreas de actuación de Coca-Cola, donde desarrolla numerosas acciones y proyectos con el objetivo de reducir su huella ambiental, impulsar el consumo ambientalmente responsable así como proyectos locales para la protección del entorno y contribuir a afrontar los grandes retos ambientales a través de su capacidad de transformación.

Desde la gestión del negocio de Coca-Cola, según afirma la empresa, se trabaja para minimizar el impacto ambiental, optimizando los procesos y el consumo de recursos naturales en toda la cadena de valor. Estas iniciativas abarcan desde la compra de materias primas, la fabricación y embotellado de productos, hasta la distribución al mercado y su reutilización y reciclado, además del fomento de la economía circular, entre muchas otras cosas.

El agua, pilar principal

Coca-Cola ha asumido compromisos ambiciosos de cara al año 2020, entre los que se encuentran devolver a la naturaleza el 100%

del agua contenida en sus envases y también el reto de alcanzar una reducción del 25% de su ratio de consumo de agua con respecto a 2010.

En 2015, Coca-Cola ha devuelto a la naturaleza un total de 1.500 millones de litros de agua y ha mejorado la eficiencia en su uso en un 12% en los últimos cinco años.

Además de mejorar la eficiencia, Coca-Cola desarrolla distintos programas de recuperación de espacios naturales en colaboración con ONGs, administraciones públicas y universidades. Actualmente hay en marcha siete proyectos en Castilla La-Mancha, Castilla y León, Comunidad Valenciana, Cataluña y Andalucía.

Estos programas dedican recursos con el fin de proteger entornos de gran valor ecológico como pueden ser el Parque Nacional de las Tablas de Daimiel, de la mano de WWF, el manantial de Fuenmayor, en colaboración con Fundación Ecodes, la desembocadura del Río Guadalhorce, donde trabaja con la Universidad de



Coca-Cola desarrolla programas de recuperación de espacios naturales

Málaga, o el entorno de La Albufera de Valencia, entre otros.

Contra el cambio climático

En materia de clima, Coca-Cola apuesta por contribuir al esfuerzo global en la lucha contra el cambio climático, con actuaciones como la contratación de energía verde en todas las plantas de nuestro país. Coca-Cola, además,

ha reducido su ratio de consumo energético por litro de producto fabricado en un 18% en los últimos cinco años.

Envases 100% reciclables

Coca-Cola utiliza envases más respetuosos con el medio ambiente y ha reducido de forma considerable la generación de residuos en sus operaciones. Todos los envases de Coca-Cola son 100% reciclables. En 2015, el 12% del material de sus envases de PET provenía de PET reciclado. Del mismo modo, el 25% y el 50% del material de sus latas de acero y aluminio respectivamente y el 25% del material de los de vidrio provienen de materiales reciclados.

Agricultura sostenible

En el ámbito de la agricultura sostenible, el compromiso ambiental de Coca-Cola impacta de manera prioritaria en sus proveedores agrícolas.

El 100% de los procesos de selección de proveedores que se llevan a cabo tiene en cuenta criterios medioambientales y son objeto de auditorías para garantizar el cumplimiento de los compromisos adquiridos por la empresa, comprendidos dentro de los 'Principios de Guía de Proveedores'.

Coca-Cola afronta su compromiso ambiental desde el desarrollo de un modelo de negocio respetuoso con el entorno mediante actuaciones innovadoras y transversales que reducen su impacto ambiental.

Estas iniciativas se completan con otras acciones que implican el apoyo de Coca-Cola a proyectos ambientales de protección de nuestro entorno natural y el respaldo también a la sensibilización social de la importancia de cuidar nuestro planeta.

Coca-Cola dedica recursos a proteger entornos de gran valor ecológico



PRECIO: 26.000 EUROS

Chevrolet Bolt, un salto cualitativo de cara a comienzos del año 2017

Chevrolet hace una apuesta firme por este tipo de coches con Bolt EV 2017, un vehículo completamente eléctrico que cuenta con una autonomía mayor: 200 millas (unos 320 kilómetros). Estará en el mercado a finales de año.



PRECIO: AÚN POR DEFINIR

Volkswagen no renuncia a la moda 'vintage' en su modelo Camper

Un diseño clásico respetuoso con el medio ambiente. Así podría definirse el Volkswagen Camper, un vehículo 100% eléctrico con una autonomía de 300 kilómetros y una potencia que ronda los 115 cv.



PRECIO: 21.625 EUROS

La tecnología y la ecología se dan la mano en el nuevo Renault ZOE

Renault tampoco quiere quedarse atrás dentro del mercado de vehículos eléctricos y ofrece un modelo en el que se incluyen aspectos de última generación, como el sistema R-LINK, que consiste en una pantalla táctil con navegador.

EL COCHE ELÉCTRICO SIGUE SIN CONECTAR

Las ventas de este tipo de vehículos siguen a la baja: El repunte experimentado a comienzos de año es alentador, pero se antoja insuficiente para su implantación • La autonomía y la recarga, entre las dudas de los conductores

GENTE
@gentedigital

Niveles de contaminación por las nubes y los precios del combustible a expensas de la dictadura del petróleo. Por unos u otros motivos, el mantenimiento del coche se ha convertido en un verdadero problema para algunos ciudadanos, quienes sufren las restricciones de circulación además de hacer frente a la sangría económica que supone llenar el depósito.

En este escenario, el debate sobre la implantación de un automóvil cuyo carburante sea menos agresivo con el medio ambiente se convierte en algo recurrente. Durante el mandato de José Luis Rodríguez Zapatero, el entonces ministro de Industria, Miguel Sebastián, se convirtió en uno de los firmes impulsores del coche eléctrico, una especie de fiebre que llevó al propio Sebastián a establecer un vaticinio lapidario: según sus cálculos, a finales de 2014 estarían circulando unos 250.000 vehículos de este tipo. Lejos de esas cifras, se calcula que en el año 2015 se vendieron poco más de 2.100 unidades en España.

Más coches

A pesar de estar registrando un crecimiento menor de lo espera-



El uso del coche eléctrico no acaba de despegar

Aparcamiento gratis en la zona ORA y fomentar las ayudas, posibles soluciones

do, la llegada de 2016 está siendo sinónimo de buenas noticias para el sector. El primer mes del año se cerró con un repunte en las ventas del 195%, aunque ese porcentaje traducido en cifras absolutas refleja el lento impulso: 242 vehículos. Este fue uno de los asuntos tratados días atrás en el primer

congreso de Movilidad Sostenible ECOMOV, celebrado en el Museo Príncipe Felipe de la Ciudad de las Artes y las Ciencias de Valencia. Allí se incidió sobre varios puntos que podrían animar al consumidor a apostar por estos coches: necesidad de unificar las ayudas o bonificaciones que reci-

usan un carburante más tradicional. Además, los prototipos fabricados hasta el momento alcanzan una autonomía de 250 kilómetros, una deficiencia que se ve acrecentada por la escasez de puntos de recarga: mientras París cuenta con 4.000, Madrid se queda en 200.

ben los coches eléctricos, híbridos y de bajas emisiones, y aplicar las máximas ventajas posibles, como el parking gratuito en zonas ORA, que ya aplican Madrid y Barcelona, los peajes gratuitos en autopista, puesto en marcha en Cataluña, o la continuidad de los planes de ayuda del Gobierno, ahora llamado Movea y que no tiene un carácter permanente como si sucede, por ejemplo, en Alemania.

Más trabas

Hasta que todo eso sea una realidad, la situación actual deja un panorama de dudas, especialmente entre el posible comprador, que encuentra en el mercado vehículos eléctricos básicos con un precio inicial de 20.000 euros, bastante superior al de otros coches que



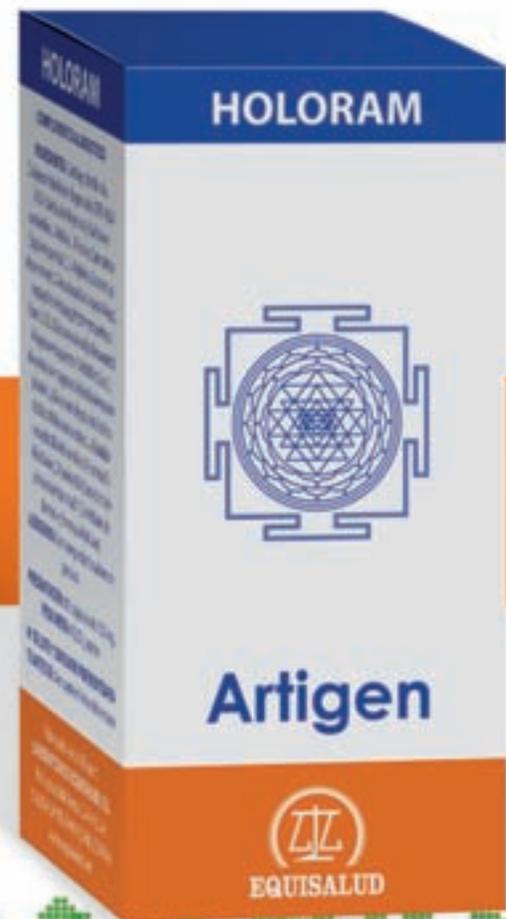
COMPLEMENTO ALIMENTICIO

HoloRam **ARTIGEN**



COMPLEMENTO ALIMENTICIO A BASE DE: CARTÍLAGO DE TIBURÓN, COLÁGENO, MSM, CONDROITINA, HIALURONATO SÓDICO, AMINOÁCIDOS, PLANTAS Y MINERALES.

Ayuda a mantener la salud de tus articulaciones



EQUISALUD
Bienestar natural

www.artigen.info

Los complementos alimenticios no deben de utilizarse como sustitutos de una dieta variada equilibrada. No superar la dosis diaria expresamente recomendada. Mantener fuera del alcance de los más pequeños.

Ingredientes: Cartilago de tiburón, Colágeno hidrolizado de pescado, OPTI-MSM, Sulfato de condroitina, L-Prolina, L-Tirosina, Quercetina, L-Arginina, Escaramujo, Maca, Harpagofito, Gluconato de calcio, Resveratrol, Gluconato de magnesio, Vellosilla, Gluconato de potasio, Fosfato tricálcico, Hialuronato sódico, L-Glutation reducido, Dióxido de silicio, Vitamina B2, Vitamina B6, Vitamina B1. *Alérgenos: Contiene productos a base de pescado.



NaturSanix
La web de salud natural

www.natursanix.com

91 125 09 23

contacto@natursanix.com

FÚTBOL SALA 'PLAY-OFF' TERCERA DIVISIÓN

El CFS Fuenlabrada consiguió un puesto en la Segunda División B para la próxima temporada al imponerse al Melistar en la fase final • Unos mil aficionados lo festejaron en el Fernando Torres

Los novatos azulones logran ascender**MARCOS BAILE**

fuenlabrada@genteenmadrid.com

El CFS Fuenlabrada acaba de cerrar una temporada épica en su año de nacimiento. Con apenas unos meses de vida, el filial de fútbol sala del club azulón ha conseguido el ascenso a Segunda División B tras empatar 7-7 con el Melistar en el partido de vuelta de los 'play-offs'.

Los de Rubén Barrios cierran así un año plagado de éxitos sobre el parqué. Los azulones únicamente han cosechado una derrota en toda la temporada, por lo que han ostentado el primer puesto de la tabla durante casi toda la campaña. El pasado fin de semana llegaba a Melilla con la ilusión del ascenso y un 4-1 a su favor cosechado en el partido de ida.

Era un partido importante para el CFS Fuenlabrada. Tanto que desde el club lo retransmitieron en directo por Periscope, con un seguimiento de cerca de 300 espectadores, según el club. Tras el resultado, los jugadores fueron recibidos en el Fernando Torres por más de mil personas, que celebraron el ascenso del filial de fútbol sala con los jugadores.

FINAL CON TENSIÓN

El Melistar no se lo puso fácil a los fuenlabreños. A pesar de contar con la ventaja del 4-1 en la ida, los



El CFS Fuenlabrada, en su último encuentro ante el Melistar GENTE

Los fuenlabreños han conseguido el ascenso de categoría con un año de vida

Los de Rubén Barrios sólo han perdido un partido en toda la temporada

melillenses sabían lo que se jugaban y presentaron una dura batalla a los visitantes. A los cuatro minutos de juego, los locales obligaban a Rubén Barrios a solicitar un tiempo muerto, con un 2-0 en el marcador. Carlos consiguió recortar distancias, aunque los locales anotaban su tercer tanto de doble penalti. Párraga y Cacho, éste último también de doble penalti, hicieron el provisional 3-3 antes del descanso.

En la segunda mitad el Melistar volvía a adelantarse, dejando al Fuenlabrada con pocas opciones y permitía a los locales soñar con la remontada. Sin embargo, los azulones no se rindieron. Cuervas, Gonzalo, Párraga, con un 'hat-trick', y Samu fueron los encargados de que en el electrónico se viera un 7-7 al final del encuentro, que dejaba al Melistar sin opciones y daba el ascenso a los de Rubén Barrios.

EN BREVE**BALONCESTO****El Montakit cae en los cuartos de final**

El Montakit Fuenlabrada ha cerrado la temporada tras caer en los cuartos de final de los 'play-offs' ante el FC Barcelona Lassa por 2-0 (99-65 y 68-84). El cuadro naranja cae así en la primera ronda de la lucha por el título.

NATACIÓN**Arranca el verano con la apertura de piscinas**

La Concejalía de Deportes de Fuenlabrada ha anunciado la apertura oficial de las piscinas de verano del complejo de la Ciudad Deportiva Fermín Cacho el próximo 11 de junio.

FÚTBOL**El Real Madrid gana el Mundial de Clubes**

El Real Madrid se ha proclamado campeón del Mundial de Clubes Sub-17 celebrado en los campos de fútbol de La Aldehuela de Fuenlabrada, al imponerse por 5-4 en la tanda de penaltis al Palmeiras, tras empatar 2-2 en el encuentro.

FLAG FOOTBALL**Los ANV Cuervos preparan su torneo**

Los Cuervos fuenlabreños preparan el IV Trofeo ANV Cuervos de flag football, en el que competirán contra el Garrapatas Furibundas y Black Storks, el próximo 19 de junio en el polideportivo Loranca.

ARRANCA EL PROGRAMA DE ACTIVIDADES EN LOS PARQUES DE LA CIUDAD**Deporte al aire libre en junio y julio****M.B.**

Con la primavera cercana a su fin y las grandes citas deportivas acabadas, llega el turno de los deportes al aire libre en Fuenlabrada. Bajo esa premisa se enmarca el programa 'Deporte en los parques', desarrollado por el Ayuntamiento de la ciudad. Una serie de actividades que pretende llenar los parques de la ciudad de deportistas durante los meses de junio y julio.

Un año más, las principales zonas de paseo de Fuenlabrada estarán repletas de gente de todas

las edades practicando deportes de mantenimiento. El programa de este año volverá a convertir las zonas verdes del municipio en gimnasios improvisados al aire libre. La Solidaridad, La Cueva, La Paz, Loranca y Roncali son los lugares elegidos para el desarrollo de esta actividad deportiva, que incluye prácticas como yoga, tai-chi o la gran novedad de este año, aeróbic en familia. Una práctica que buscará fomentar tanto el ejercicio físico como el fortalecimiento de los vínculos familiares y de la que se espera una gran

acogida. Según recomendó el concejal de Deportes, Juan Carlos López, será necesario acudir a los eventos con calzado cómodo y, sobre todo, una gorra y agua para combatir el calor. Además, animó a los ciudadanos a participar en todas las sesiones.

HORARIOS

Según anunció el Ayuntamiento de Fuenlabrada, las actividades se desarrollarán de lunes a viernes en los cinco parques municipales de la ciudad. El horario será de 9:30 a 12 horas para evitar reali-



Parque de La Solidaridad M.PLAENCIA/GENTE

zar esfuerzos físicos en las principales horas de calor del día. En cuanto al aeróbic en familia será la que se salga de los horarios, dependiendo de la zona. Así, en los

parques de La Cueva y La Paz se llevará a cabo los sábados; mientras que en Roncali será los jueves y en La Solidaridad y Loranca, los lunes.



UNA FIESTA DE CASI VEINTICUATRO HORAS La expedición blanca regresó a casa bien entrada la madrugada del domingo 29 de mayo, aunque esas horas intempestivas no fueron obstáculo para que jugadores y cuerpo técnico se dieran el habitual baño de masas en Cibeles. Pocas horas después, tras un breve paréntesis, llegó el momento de las recepciones oficiales, tanto en el Ayuntamiento de la capital como en la sede del Gobierno regional.

FÚTBOL LIGA DE CAMPEONES

El Real Madrid se llevó el gato al agua en un partido muy igualado que se tuvo que decidir en los penaltis • Los blancos levantaron la 'Undécima'

Madrid vibró con la fiesta de la final de la Champions

FRANCISCO QUIRÓS SORIANO
francisco@gentedigital.es

A la espera de que el próximo viernes 10 de junio arranque la Eurocopa, la actualidad futbolística viene marcada por la resaca de la temporada de clubes, especialmente con el partido que sirvió para bajar el telón en lo que a la élite se refiere. El Real Madrid se impuso al Atlético en la final de la Liga de Campeones, para levantar la que es su undécima Copa de Europa. De este modo, los blancos se ratifican como reyes del viejo continente, ampliando la brecha que mantiene respecto al segundo clasificado, el AC Milan, ganador de seis ediciones.

La segunda final madrileña de la historia tuvo un guión parecido a la de Lisboa 2014, aunque con los papeles cambiados: un equipo que se marcha con una ligera ventaja al descanso, un rival

Los pupilos de Zidane disputarán la Supercopa de Europa ante el Sevilla

que logra empatar al filo del tiempo reglamentario y varios jugadores con problemas físicos en la prórroga. Lo que no varió fue el desenlace, con los blancos llevándose el triunfo a sus vitrinas tras

una agónica tanda de penaltis, conquistando la 'Undécima'.

MÁS MADERA

Una nueva vuelta al pasado tendrá lugar en el próximo mes de agosto, cuando Real Madrid y Sevilla protagonicen de nuevo el primer gran partido de la temporada 2016-2017. Será en tierras noruegas, concretamente, en la ciudad de Trondheim, donde madrileños e hispalenses reeditarán el choque que jugaron en el verano de 2014 en Cardiff. De este modo, el fútbol español copará, por tercer año consecutivo, la Supercopa de Europa, en otra muestra del dominio que está ejerciendo en el fútbol continental.

un descanso en los caminos

TU PROGRAMA DE BALNEARIO PARA EL AÑO JUBILAR

OFERTA VÁLIDA DEL 30/04/16 AL 31/12/2016

DESCANSO EN LOS CAMINOS 1, 2 o 3 NOCHES

- Alojamiento en habitación estándar.
- Régimen de alojamiento y desayuno o media pensión.
- Tratamiento termal
- Uso libre de las piscinas termales.
- Préstamo de albornoz y toalla.

TRATAMIENTO TERMAL 3 NOCHES

Bañera de hidromasaje.
Cabina de calor/sauna/baño de vapor.
Masaje Castrejo.
Masaje parcial de relajación.
Envolvimiento corporal hidratante.

TRATAMIENTO TERMAL 2 NOCHES

Bañera de hidromasaje.
Cabina de calor/sauna/baño de vapor.
Masaje Castrejo.
Masaje parcial de relajación.

TRATAMIENTO TERMAL 1 NOCHE

Cabina de calor/sauna/baño de vapor.
Masaje Castrejo.

DESDE **79€** persona-noche

calDaria.es

HOTELES Y BALNEARIOS

Vivir, en una palabra

RESERVA YA! 988 280 406 / www.caldaria.es

ANA BALLESTEROS
@anaballesterosp

Pasión e intensidad. Zapateos y quejíos. Sentimientos y pelos de punta. Este cóctel envuelve la segunda edición del festival Flamenco Madrid 2016, que se desarrollará hasta el 1 de julio en el Teatro Fernán Gómez-Centro Cultural de la Villa. Bajo la dirección de Ángel Rojas, el público podrá disfrutar de más de 20 propuestas que incluyen danza, conciertos, conferencias y clases magistrales.

En la Sala Guirau y en la Jardiel Poncela, presente y futuro, se mezclarán tendiendo lazos y creando una simbiosis entre el autor y los espectadores. Así, nombres tan consagrados de la talla de Antonio Canales, Carmen Cortés o Diego Carrasco se juntan con otros nuevos talentos como La Lupi, Carmen 'la talegona' o Nino de los Reyes.

INVITADO INTERNACIONAL

Para Ángel Rojas, este festival es "una ventana de exhibición para los artistas". Porque "el flamenco

"El flamenco es del mundo; nace en España, pero no es propiedad de nadie"

en Madrid vive un momento de plenitud y, dentro de esta tendencia, el evento funciona como una bomba de oxígeno que atrae más espectadores al género y enriquece la cultura flamenca", afirma Rojas. Este año, como novedad, la ci-



Madrid también tiene su duende

El festival **Flamenco Madrid** se desarrollará en el **Teatro Fernán Gómez** hasta el 1 de julio con más de 20 propuestas

ta abre sus fronteras e invita a la compañía finlandesa Kaari & Roni Martín, que desembarca con su galardonado 'Kill Carmen'. Además, la programación incluye títulos como 'Flamenco serás tú', de Tino di Geraldo; 'Aleluya Erótica',

de la compañía AndanZas; 'Camino', de Ángel Rojas y Carmen Cortés; o 'Manhattan de la Frontera', de José Antonio Rodríguez. Asimismo, se celebrará el XXV Certamen Coreográfico de Danza Española y Flamenco.

En definitiva, un mes que pondrá de manifiesto que hay gente en todo el planeta haciendo flamenco. Y es que, como define Rojas, es un arte que "es del mundo; nace en España, pero no es propiedad de nadie".

HAPPENING RÍO

La Ribera del Manzanares tiene festival

GENTE

Diecisiete bandas actúan en la primera edición del Happening Río Music Festival, que se celebrará hasta el domingo 19 de junio en el Teatro Sanpol. La sala madrileña acoge un total de 19 actuaciones en el que pretende ser el mayor festival musical dirigido al público familiar en España. ELE, Durango14, Black Light, Nowhere Beat, Orquesta Sinfónica Athanor y Nacho Mañó encabezan su cartel. Su programación abarca una gran variedad de estilos, desde 'surf rock' a 'indie pop', pasando por 'rock'n roll' de los 50 a los 90, percusión brasileña, 'swing', 'soul', 'gospel', pop, jazz y flamenco. Además, habrá conciertos cinematográficos y teatralizados.

"Padres e hijos disfrutan juntos de la música en directo", señala Natasha Fischtel, gerente del Teatro Sanpol y directora de primer Happening Río. "Queremos educarles en la pasión por la música, al igual que durante la temporada les educamos en las artes escénicas", explica.

Las actuaciones tienen lugar de viernes a domingo, en horario de mediodía, tarde y noche, y las entradas están disponibles como 'pack' familiar a un precio único de 10 euros.

PHOTOESPAÑA 2016 celebra su XIX edición hasta el 28 de agosto

Una panorámica de la fotografía europea

A. B.

Tras abordar la fotografía española y latinoamericana, PHotoEspaña encara su decimonovena edición proponiendo una panorámica sobre el medio fotográfico en el continente europeo. Bajo el lema 'Europas', el programa artístico del Festival presentará exposiciones comisariadas por diferentes especialistas con las que pretende analizar el concepto mismo del viejo continente: qué es, qué ha sido o cómo se está configurando el continente en términos sociales, geográficos, políticos,

económicos o creativos. En total, participarán 330 autores en 94 exposiciones y 16 programas y actividades, en 52 sedes nacionales e internacionales.

Entre las exposiciones que presentará esta cita, se encuentran muestras monográficas del fotógrafo francés Bernard Plossu, Premio PHotoEspaña 2013, y la artista española Linarejos Moreno.

ANÁLISIS SOBRE LA EVOLUCIÓN

También las colectivas 'Transiciones', que abordará las tensiones de la época comprendida entre



El programa incluye 94 exposiciones

1979 y 1989 en el continente de la mano de autores como Chris Killip, Jean Marc Bustamante, Candida Höfer y Boris Mikhailov, entre otros. La exposición 'Migraciones', por su parte, reflexionará sobre los movimientos migratorios reuniendo obras de la colección del Musée Nicéphore Niépce junto a las de artistas contemporáneos como Peter Knapp, Mathieu Pernot, Antoine d'Agata y John Batho. El Ayuntamiento de Madrid participa en esta edición de este Festival de fotografía y artes visuales con exposiciones en tres centros municipales: CentroCentro Cibeles, Fernán Gómez-Centro Cultural de la Villa y Conde Duque. Alcobendas y Alcalá de Henares se encuentran también entre las 52 sedes.



CMI

clínica medicina integrativa

- Un nuevo enfoque en el diagnóstico y tratamiento de las enfermedades crónicas
 - Fusionamos tecnologías avanzadas eficaces con las terapias menos agresivas
 - Diagnósticos exhaustivos con carácter preventivo
 - Un equipo orientado al paciente
- Diagnóstico y tratamiento:
 - Estudios complementarios
 - Estudios genéticos
 - Terapias de apoyo
 - Programas nutricionales individuales
 - Suplementación ortomolecular

Medicina integrativa, la medicina del futuro

Pida su cita en: cita@medicinaintegrativa.com • Teléfono: 91 299 94 16 • Móvil: 678 606 275 • Web: www.medicinaintegrativa.com
Dirección: C/ Goya 7, Entreplanta 1ª - 28001 Madrid • Horario: de 11:00 a 21:00 de lunes a jueves y de 10:00 a 14:00 los viernes

Enfermedades intestinales y colon irritable

Las enfermedades intestinales funcionales son cuadros muy frecuentes que pueden afectar y producir graves quebrantos a la calidad de vida. Para la **Medicina Integrativa** -un nuevo modelo de atención médica de pacientes crónicos-, los objetivos terapéuticos en estas enfermedades deben ser disminuir la permeabilidad intestinal, recuperación de la flora intestinal normal y estabilización del sistema inmune.

Debajo de un diagnóstico de síndrome de intestino irritable o de colon irritable hay algo más que un cuadro funcional: hay una disbiosis intestinal. Este término hace referencia a la existencia de un desequilibrio cualitativo y cuantitativo de la microflora intestinal, de la pérdida de la estructura de la pared intestinal y de la alteración e hiperestimulación del sistema inmune asociado al intestino (Tabla 1). La ineficacia del sistema microbiota/pared intestinal/sistema inmune es la base patogénica de estos procesos y de sus complicaciones.

Estos cuadros funcionales se diagnostican después de un estudio riguroso de los síntomas gastrointestinales de un paciente, descartando una enfermedad de base: inflamatoria, cancerosa, infecciosa o alérgica (celiaquía del adulto, por ejemplo). Los estudios de sangre, métodos de exploración visual (endoscopias, radiología...) o incluso biopsias de mucosas

TABLA 1

La importancia de la unidad: microbiota / pared intestinal / sistema inmune

Se estima que en el intestino habitan numerosas bacterias de defensa que hoy la medicina ortodoxa comienza a estudiar. Esta microbiota convive en armonía cumpliendo numerosas funciones metabólicas, nutritivas, tróficas e inmunológicas.

La pared intestinal debe estar íntegra, permitiendo cumplir su función de barrera.

El sistema inmune protege al organismo de la entrada de agentes indeseables.

entre otras se realizan antes de definir el proceso. Cuando no se encuentra ningún dato relevante el diagnóstico es el señalado. Pero los tratamientos actuales le sitúan a los que lo padecen en la cronicidad.

Para la Medicina Integrativa debajo de este diagnóstico hay algo más: disbiosis intestinal.

La sintomatología es muy diversa, siendo frecuente el hinchazón abdominal, digestiones pesadas, dolor cólico abdominal, alteración del ritmo intestinal, pero también síntomas extradigestivos: migrañas, dolores articulares y musculares, dermatitis y eccemas...

La composición de la dieta juega un papel muy importante a la hora de garantizar una correcta salud intestinal, diversos estudios demuestran como el consumo de fibra y alimentos fermen-

tados pueden favorecer el crecimiento de bacterias intestinales beneficiosas para nosotros y sin embargo, dietas muy ricas en proteínas o en azúcares simples, pueden provocar el aumento de bacterias intestinales patógenas o metabolitos tóxicos.

Una de las posibles causas de disbiosis intestinal es la presencia de la candidiasis crónica. *Cándida albicans* se encuentra en nuestro intestino y en algunas membranas mucosas como comensal oportunista del organismo

sano. El sobrecrecimiento de *Cándida* surge por una alteración entre huésped y comensal que dispara la infección a través del endotelio mucoso, invadiendo gran parte de nuestras mucosas cuando existe un terreno favorable para su proliferación.

Hoy sabemos que diversos nutrientes pueden ser beneficiosos a la hora de garantizar la correcta salud gastrointestinal. Un programa nutricional correcto es esencial dentro del

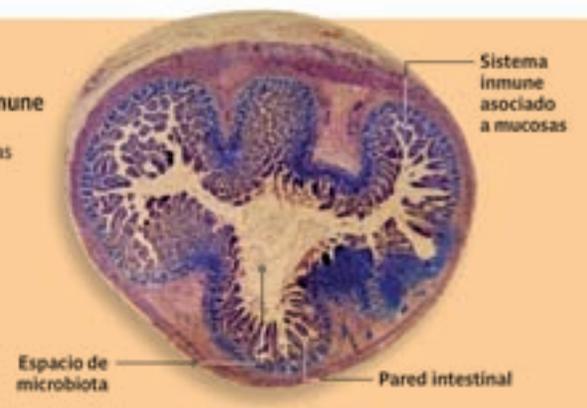
tratamiento. De igual manera estabilizar la pared intestinal reparándola con combinaciones de aminoácidos y ácidos grasos esenciales omega 3 puede ayudar a mejorar la permeabilidad intestinal.

Igualmente, como tercera gran medida, estabilizar la función del sistema inmune adherido a la mucosa intestinal ya que el 70% de nuestro sistema de defensa está vinculado al intestino.

Cada día existen más investigaciones en las que se estudia el vínculo que hay entre la flora intestinal y multitud de patologías crónicas, entre las que podemos destacar las enfermedades autoinmunes, el hipotiroidismo, la obesidad, enfermedades inflamatorias, autismo, hiperactividad en niños, alergias y pseudoalergias...

La adecuada nutrición, el control de estrés (terapias mente-cuerpo), el uso de probióticos y prebióticos, terapias ortomoleculares y microinmunoterapia permiten un abordaje diferente y nuevo de las enfermedades intestinales funcionales (colon e intestino irritable).

Dr. José E. Tímao



912 999 416

C/ Goya 7, Entreplanta 1ª - 28001 Madrid
cita@medicinaintegrativa.com

Móvil: 678 606 275 / Web: www.medicinaintegrativa.com

Horario: de 11:00 a 21:00 de lunes a jueves y de 10:00 a 14:00 los viernes.

Eduardo Noriega

El actor estrena este viernes en cines 'Nuestros amantes', en la que **interpreta a un escritor** • **Michelle Jenner y Amaia Salamanca** son sus compañeras de reparto

“Grabar una película es renovar la ilusión por la dificultad que supone”

MAMEN CRESPO COLLADA
@mamencrespo

Sin maquillar y con una gran sonrisa. Así llegó Eduardo al estudio que tienen en pleno centro de Madrid los productores de la película, donde hicimos la entrevista, durante la que no pudo ocultar, en ningún momento, la ilusión que le hace este proyecto. También tiene ganas de subirse a las tablas, pero sin prisas. Todo llegará.

Después de 20 años, ¿ya lo has aprendido todo y has llegado a lo más alto?

No, no. Estoy convencido de que el actor nunca deja de hacerse y de formarse. Espero seguir creciendo como persona y así tener más perspectiva sobre la vida porque, según vas creciendo, puedes aportar mayor complejidad a los personajes y volcar tus vivencias personales en ellos. Por eso, creo que el actor no deja de hacerse nunca. Cada vez que nos enfrentamos a un guión, género o director nuevo, empezamos de cero. Además, si tú crees que lo puedes hacer mejor, siempre hay un margen de mejora, una ilusión, unas ganas por crecer y evolucionar. Si, por el contrario, das por hecho que esto es muy fácil...

¿La ilusión del principio se mantiene intacta?

La ilusión se renueva. Esa ilusión del veinteaño al que le llega un guión y va a hacer su primera película es irreplicable. Además, está bien que sea así. Pero sí que procuro rescatar cosas de ello. Hemos pasado por una crisis importante, donde cuesta muchísimo financiar una película. Ahora, que te llamen para grabar supone una renovada ilusión porque sabes la dificultad que supone. Iciar Bollain decía que hacer una película ya era un logro, ya no te digo hacerla bien.

¿Cómo definirías la película?

Es diferente en cuanto a las formas y el fondo. Yo creo que sobre todo es una comedia amorosa, más que romántica. Habla del amor, de enamorarse y de nuestra incapacidad para cerrar etapas sentimentales. Es muy difícil en la vida cerrar

una etapa sentimental y estar dispuesto a empezar otra. Es complicado porque hay mucho cariño, amor... Habla de todo esto pero espolvoreado con un humor muy inteligente que se sale de lo común. Los personajes también se salen de lo habitual. Me interesó desde el primer momento porque era un guión distinto a todo lo que había leído. Mi personaje es escritor y guionista de éxito pero frustrado, porque escribe películas muy seguidas, que a la gente le encantan, y a él le horrorizan. Lo que realmente quiere escribir no le sale, entonces está pasando por una crisis personal y profesional y, cuando está en ese momento, se encuentra con un ángel, un hada madrina que es un hada chalada. Ella le va a rescatar de esa época gris que está atravesando.

Ha corrido como la espuma la historia de que conociste a tu

“Soy un romántico empedernido pero siempre lo he negado”

mujer en un aeropuerto por la casualidad de que se retrasó un vuelo. Pero no es verdad, y mira que es romántico.

Lo han contado mal, pero he leído tantas veces que conocí a mi mujer en un aeropuerto que ya estoy convencido de que ha sucedido de verdad (risas). Desgraciadamente no, pero estoy seguro de que las decisiones importantes de tu vida dependen de una casualidad, de algo instintivo, de perder un tren, y eso te cambia la vida y conoces a una persona en la estación. Dicho esto, conocí a mi mujer en Cáceres. Soy un romántico empedernido, pero lo he negado toda mi vida. Me he dado cuenta de que soy capaz de enamorarme a primera vista. A los cinco segundos yo sabía que ella era la mujer de mi vida. Lo mismo le pasa a mi personaje. **¿Cómo ha sido trabajar de nuevo con Fele Martínez y, por primera vez, con Michelle Jenner y Amaia Salamanca?**



CHEMA MARTÍNEZ / GENTE

Fele es un comicazo que desde que se levanta por la mañana está soltando chorradas, no lo puede remediar. Mi personaje empieza así la película, suelta un chiste pésimo en una barra. El camarero quiere hacer una mueca como si le doliera físicamente haberlo escuchado y le dice: “¿Eso es un chiste?”, a lo

que le contesta: “Perdón, es que en mi cabeza sonaba mejor”. A Fele le pasa, pero encima es gracioso. En esta película tiene un personaje un tanto extrovertido y estrambótico. Es un placer trabajar con un amigo, alguien a quien quieres y a quien admiras. Hace que la escena siempre esté viva porque es

imprevisible. Con Amaia no había coincidido en una película, pero sí hace años haciendo un spot y ya nos conocíamos. Es una mujer aparentemente seria y fría, pero lo primero que me sorprendió de ella fue su humor. Con Gabino habíamos coincidido en otra comedia y he visto sus películas. Es una institución en el cine español, es un reparto de lujo. Y Michelle tiene la luz y luminosidad que necesitaba este hada chalada. Es un personaje que lo está pasando mal y vende todo lo contrario.

Ya tienes una estrella de la fama en Santander.

Lo primero que pensé es que normalmente se la dan a alguien que está al final de su trayectoria, pero lo bueno es que así puedo disfrutar de ella. Quiero la estrella ahora porque puedo verla cuando voy a tomar cañas a la calle Tetuán.

¿Y has pensado que después de la de Santander puede venir la de Hollywood?

No, no. Creo que la de Santander es más difícil que la de Hollywood y hace más ilusión.

¿Cómo se logra mantenerse en esta profesión de altibajos?

Hay que pensar que pasas por todas las épocas. Es una profesión inestable en sí misma. Hay que amar este trabajo y valorarlo, no solo porque haya un espacio lleno de gente viéndote, sino por el hecho de actuar. La oportunidad llegará.

“La estrella de la fama de Santander es más difícil que la de Hollywood”

¿Qué oportunidad te gustaría que llegara?

Acabo de hacer en la tele 'La sonata del silencio', para TVE. Hemos acabado de rodar ahora y se emite en televisión en septiembre. Esto es un dramón tremendo, oscuro... Justo lo opuesto a la película. Me apetece hacer cine y, por qué no, comedia. Y también teatro desde hace mucho tiempo. No llega el proyecto que yo quiero, pero es verdad que no he hecho teatro nunca. Me cuesta mucho cuando me ofrecen una gira de dos años, ya que no quiero estar dos años sin poder hacer cine. Seguramente tendré que ser productor para subirme a las tablas. No me apetece dejar de hacer tantos proyectos por uno solo.

¿También has pensado en dirigir tu propia película?

Me parece muy difícil, pero no digo que no a nada en esta vida, aunque no está en mis planes ahora. Tendría que tener una historia y la necesidad de contarla.

CONCIERTOS: LAS MEJORES CITAS**Modestia Aparte**

El evento 'Modestia Aparte | Destinados a Ayudar', en el que la banda presentará por primera vez su single 'Óyeme', se celebrará en colaboración con la Asociación Española Contra el Cáncer con el fin de recaudar fondos para la investigación.

Sala Kapital // 10 de junio

**Pájaro Sunrise**

Presenta su disco 'Oh My', que incluye nuevos temas, grabaciones caseras y versiones de canciones.

Sala Clamores // 11 de junio

**Barei**

Tras Eurovisión, ofrecerá un concierto en el que presentará los temas de su último disco 'Throw the Dice'.

Sala Shoko // 24 de junio

Superviuda en Hollywood

La interpretación de **Susan Sarandon** salva 'Una madre imperfecta', segundo trabajo como realizadora y guionista de **Irene Scafaria**

JUAN LUIS SÁNCHEZ
@decine21

Dos años después de enviudar, Marnie Minervini se traslada a Los Ángeles, para estar cerca de su única hija Lori, guionista de Hollywood. Mujer de sólida posición económica, con grandes habilidades sociales, enseguida hace amistades. Por contra, Lori no parece del todo contenta.

Segundo trabajo como directora y guionista de Irene Scafaria, tras la interesante 'Buscando un amigo para el fin del mundo'. Resulta evidente que la historia está llena de numerosos elementos autobiográficos, pues habla de las relaciones materno-filiales de una profesional del sector audiovisual con muchos puntos en común con ella misma, y también porque las anécdotas que cuenta transmiten cierta sensación de realismo; parecen bastante sentidos esos roces inevitables con una



madre que, sin embargo, derrocha amor incondicional y soluciona numerosas cosas.

UNA ACTRIZ BRILLANTE

No tendría ningún interés de no ser por el trabajo de Susan Sarandon, que con su composición insufla vida, optimismo y vitalidad a un personaje que posiblemente sobre el papel sería demasiado tónico. En roles más pequeños, no

desentonan J.K. Simmons, apasionado de la música country de Dolly Parton, y Rose Byrne aunque su personaje se describe con mucha antipatía. Aunque se sigue con agrado, al final 'Una madre imperfecta' se queda en mera sucesión de anécdotas irrelevantes.

PUEDEN VER EL TRAILER DE ESTA PELÍCULA EN:

decine21.com

Una nueva sonrisa en tiempo récord

Implantología dental avanzada



DentalCorbella
DENTOLOGÍA AVANZADA



info@dentalcorbella.com
www.dentalcorbella.com

Madrid
c/ Goya 133 - 91 402 3286

Las Rozas
c/ Santolina esq. c/ Irs. - 91 631 6604

Majadahonda
Av. Reyes Católicos 8. - 91 638 6738

Parece increíble que en un solo día sea posible restaurar una dentadura completa, pero gracias a los avances en Implantología esto ya es posible.

En una sola sesión, y tras planificar los doctores Corbella meticulosamente cada caso, se realizan las extracciones de piezas enfermas (si hay), se colocan los implantes, que serán las nuevas raíces dentarias, y se ponen los nuevos dientes fijos.



A partir de ese momento, el paciente podrá **sonreír y masticar con confianza**. No hará falta que el paciente use más dentaduras postizas, ni siquiera de forma provisional.

Ni una edad avanzada ni la **falta de hueso** en los maxilares suelen ser motivos para ser descartado como candidato a este tratamiento dental.

Además, contamos con un médico anestesista que mediante una **Sedación suave** eliminará la ansiedad del paciente.

Los doctores Corbella cuentan con una dilatada experiencia como cirujanos, han realizado cientos de complejas cirugías, que gracias a sus conocimientos han podido simplificar, lo cual se traduce en ventajas para el paciente.

Nuestras clínicas **NO** son franquicia, contamos con un equipo fijo de doctores y tratamos a nuestros pacientes como se merecen. Solo colaboramos con las mejores marcas de implantes y los más prestigiosos laboratorios.

La **1ª visita es gratuita**, en la que le informaremos en detalle sobre el tratamiento más aconsejable.

Juan Ramón Vaquero

El periodista y escritor acaba de publicar su primer libro, **'Mañana'**, que ha recibido el Primer Premio 'Alféizar de Novela' 2016 • Con sus páginas pretende que **nadie quede indiferente**

“Es un homenaje a la gente que se va de nuestra vida antes de tiempo”

ANA BALLESTEROS

@anaballesterosp

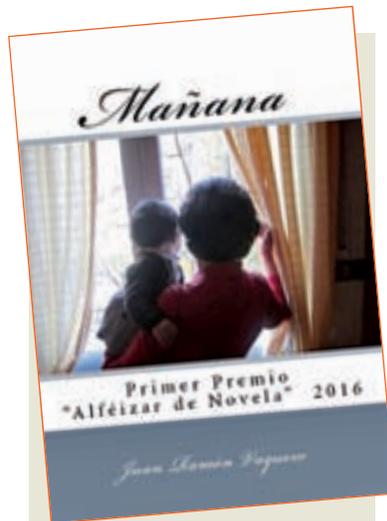
Hay personas que no han inventado nada ni saldrán en los libros de historia. Sin embargo, siempre las recordaremos por hacernos felices. Juan Ramón Vaquero dedica su primer libro, 'Mañana' (Ediciones Alféizar), a todas ellas. Y en especial a su madre, Carmen, que en la portada sostiene en brazos a su nieta. La historia personal del autor se canaliza en estas páginas hasta el punto en que realidad y ficción se funden en un relato que no dejará indiferente a nadie.

Con tu madre empieza todo.

Sí. Escribir el libro fue muy duro porque yo tenía esa espinita clavada. Mi madre falleció de un día para otro, sin que lo esperásemos, y me quedé en shock. Quería contar la historia que hay en estas páginas pero no sabía cómo, hasta que, de repente, el otoño pasado me llegó la inspiración.

¿Hubo algún punto de inflexión?

Que tenía muchas ganas de hacerlo. Cuando te pasa algo así, te quedas bloqueado. Tiene que pasar mucho tiempo hasta que puedes escribir. Yo durante tres años no pude, porque estar sin mi ma-



Una historia digna de premio

Si acabar el libro fue un éxito para el autor, que le dieran el Premio 'Alféizar de Novela' multiplicó su alegría. Entre casi 300 novelas eligieron su historia, que transcurre en una semana y que gira en torno a un cuadro de Jackson Pollock, el arte, la literatura, la crisis económica o la amistad. Para él, este reconocimiento es la mejor forma de calibrar si lo que ha escrito "tiene calidad".

dre es muy duro, pero cuando lo asumí, me salieron las palabras.

¿Escribir este libro te ha ayudado a superar ese duelo?

Sí, de alguna forma ha sido una terapia. Además, este libro es un homenaje a mi madre y a toda la gente que pasa por nuestra vida y que se ha ido antes de tiempo y que, como ella, solo estuvieron aquí para hacernos felices. A esa gente que no está en los libros de historia pero que llevamos todos en el corazón.

¿Por qué 'Mañana'?

Porque el libro es duro, pero habla de la esperanza de que queda un mañana, de que nos volveremos a ver en algún sitio, no sé ni dónde, ni cómo, ni cuándo.

Empiezas cada capítulo haciendo mención a figuras como Mario Vargas Llosa, Luis García Montero, Joaquín Sabina o Paul Auster.

Cada capítulo me recordaba a algo o lo asociaba a alguna cosa. He crecido leyendo muchos libros y escuchando muchas canciones, y he querido homenajear a esos escritores y cantantes que me han acompañado.

Desde pequeño rodeado de libros. ¿Has tenido siempre la idea de escribir tú el tuyo?



CHEMA MARTINEZ/GENTE

Siempre he escrito cosas, pero nunca les he llegado a dar forma. Lo de mi madre fue el hilo conductor y salió muy fácil, en dos meses lo tenía terminado. Ahora estoy creando otros textos, pero después del primero es más difícil.

A simple vista, parece que el libro va a ser autobiográfico.

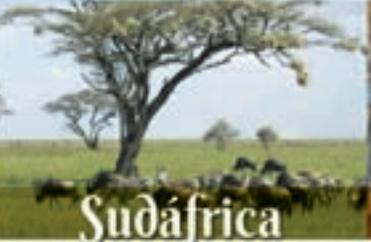
Es autobiográfico en la medida en que yo me he volcado en él, pero he contado las cosas como a mí me hubiese gustado que fuesen, como yo las recuerdo, y he cam-

biado el nombre de los personajes. Nada es lo que parece aquí, y yo no he querido hacer muchas de las cosas que salen en el libro. Es literatura.

Volviendo al título: ¿Eres de los que viven el hoy, de los que piensan en mañana o de los que se anclan en el pasado?

Ahora disfruto mucho el presente. Soy muy feliz con lo que tengo, sobre todo con las cosas sencillas, que son las que te hacen disfrutar del día a día. Estoy en un momento pleno.

Este Verano  **Grandes Viajes** Grandes Experiencias

 <p>Cuba</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desde 1.675€ • Salidas sábados de mayo a octubre. 9 Días / 7 Noches. 	 <p>Canadá</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desde 2.395€ • Salidas lunes de junio a agosto. 11 Días / 9 Noches 	 <p>Filipinas Espectacular</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desde 2.350€ • De abril a octubre 12 Días / 11 Noches (sin contar vuelo). 	 <p>Sudáfrica</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desde 1.320€ • Salidas lunes y domingos de mayo a septiembre. 9 Días / 6 Noches. 	 <p>Irán</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desde 2.385€ • Salidas sábados de junio a diciembre. 12 Días / 10 Noches.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Nota: El precio incluye: Vuelo I/V, estancia en hotel y régimen elegido, indicado o similar. Traslados Aeropuerto-Hotel-Aeropuerto, Tasas Aeropuerto incluidas, seguro de viaje. **Importante** solicite el itinerario específico de cada destino, para saber lo que incluye exactamente cada programa.

INFORMACIÓN Y RESERVAS EN SU AGENCIA DE VIAJES

Son productos con la garantía **POLITOURS**

¿PROBLEMAS DE HUMEDAD EN SU VIVIENDA? EN ACUASEC TENEMOS LA SOLUCIÓN

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



> NUESTROS EXPERTOS RESPONDEN:

> En mi casa hay humedad, ¿puede ser un problema?

Las manifestaciones en superficie de la humedad son un indicio de un problema más profundo. Deteriora los muebles y la carpintería, desoncha las paredes, provoca manchas negras en la ropa y mal olor... También hay amenazas causadas por la humedad que no se ven: hongos, ácaros. Puede causar problemas de salud y provocar alergias, sobre todo en el caso de los niños.

> Mis hijos tienen problemas respiratorios, ¿tendrá que ver entonces con esto?

Puede deberse a que viven en un ambiente demasiado húmedo. Según estudios científicos sobre adolescentes, los que duermen en habitaciones con problemas de humedad tienen más de un 80% de posibilidades de sufrir asma, bronquitis y rinitis. En este caso, hay que acudir a un técnico.

> ¿Es perjudicial un excesivo aislamiento?

Actualmente tendemos en exceso a cerrar la casa para no dejar escapar el calor, y eso propicia que ocurran problemas de humedad.

> ¿Por qué aparecen manchas negras en las paredes y en la ropa?

La aparición de salitre, manchas negras en la ropa, vaho en las ventanas y mal olor en una vivienda suelen ser indicativo de que existen problemas de humedad, que también deterioran el espacio físico de la casa.

> ¿Qué problemas de salud puede causar la humedad?

Están relacionados, sobre todo, con afecciones respiratorias: asma, sinusitis, dificultades para respirar, bronquitis y rinitis... Tienen que ver con la proliferación de ácaros y hongos. Una casa con problemas de humedad es, definitivamente, una casa insalubre.

> Mis padres tienen una bodega pero nunca la impermeabilizaron, total ahí no vive nadie.

Pues mal hecho, y seguramente se verán las consecuencias en un futuro en forma de problemas de humedad. Las bodegas, sótanos y garajes que están en contacto con la tierra y que no se tratan adecuadamente reciben filtraciones, que afectan a los muros y los pueden dañar seriamente.

> Tengo problemas con la pintura de la pared, que cae. Es un indicio habitual de que hay humedad capilar, es decir, la que viene de los cimientos y sube por las paredes. Asciende a través de las juntas de mortero.

> ¿A qué se debe que se desprendan los zócalos?

A lo mismo: humedad por capilaridad. El agua lleva consigo sales que cristalizan en la superficie, degradando el revoco y los escayolados. Es frecuente que en esos casos aparezcan depósitos salinos en las paredes, y las sales acaban atrayendo más humedad. Para evitar o corregir este tipo de fenómenos, lo mejor es acudir a un técnico que informe acerca de las características de un caso particular.

> ¿Qué altura puede alcanzar la humedad de los cimientos?

Depende del grosor del muro, del tipo de pintura, de los poros de la pared y de otras varias circunstancias. Aunque normalmente no alcanza más de dos metros, en casos extremos, por ejemplo cuando la pared tiene una cubierta impermeable, puede llegar a los cinco metros de altura.

> Me ha aparecido moho en las paredes, ¿cuál es el motivo?

El moho aparece debido a que existe una infección por parte de una colonia de hongos. Éstos proliferan debido a la humedad por condensación, es decir, aquella que aparece en las paredes y techos. Seguramente hay también vaho en las ventanas, malos olores y dificultad para calentar la casa.

> ¿Y que problemas pueden acarrear los hongos?

Además de ser estéticamente desagradables, las colonias de hongos pueden causar serios perjuicios para la salud de los ocupantes de la vivienda. En concreto, pueden provocar de manera directa enfermedades como asma y sinusitis, además de problemas respiratorios y dolores de cabeza.

> ¿De qué manera se solucionan?

Cada tipo de humedad es compleja y requiere un diagnóstico exhaustivo para ver a qué tipo de humedad nos enfrentamos y sólo una vez analizadas las causas podremos acometer la obra con éxito. Por eso es mejor ponerse en manos de profesionales.



Pida su diagnóstico
COMPLETO Y GRATUITO
900 809 939

www.actuasec.com

Garantía
hasta
30 años

• Información:



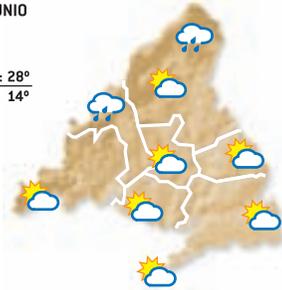
Tratamientos DEFINITIVOS contra la humedad

EL TIEMPO
COMUNIDAD DE MADRID



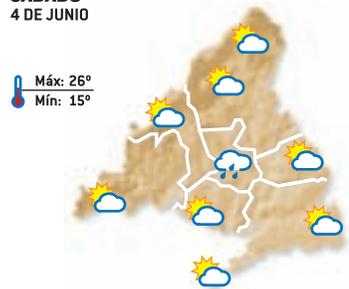
VIERNES
3 DE JUNIO

Máx: 28°
Mín: 14°



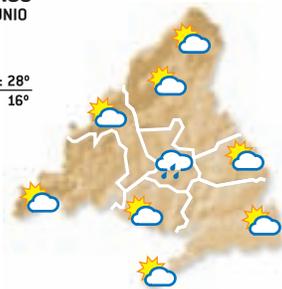
SÁBADO
4 DE JUNIO

Máx: 26°
Mín: 15°



DOMINGO
5 DE JUNIO

Máx: 28°
Mín: 16°



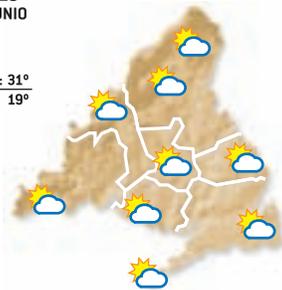
LUNES
6 DE JUNIO

Máx: 28°
Mín: 17°



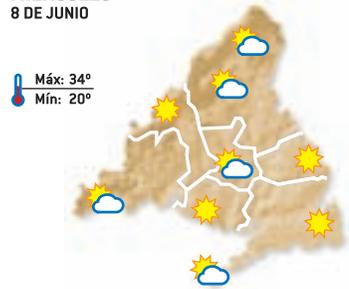
MARTES
7 DE JUNIO

Máx: 31°
Mín: 19°



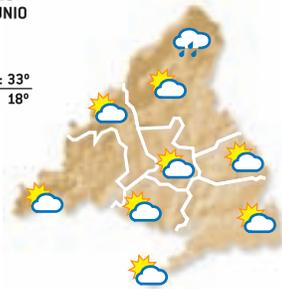
MIÉRCOLES
8 DE JUNIO

Máx: 34°
Mín: 20°



JUEVES
9 DE JUNIO

Máx: 33°
Mín: 18°



LA RECETA DE LA SEMANA:

Presas ibérica

por **Ciro**

Primero aliñamos la carne con sal madon y posteriormente untamos la plancha con la que vamos a cocinar con un poquito de aceite. Una vez hecho esto, marcamos simplemente la carne vuelta y vuelta y estará listo. Acompañamos el plato con patatas fritas artesanas.

Ingredientes:

Presas ibérica, sal madon, aceite de oliva virgen extra y patatas artesanas.

Casa Ciro Calle Fernando el Santo, 4, Madrid, Teléfono: 911 386 233



SUDOKUS:

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

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

Instrucciones

CÓMO JUGAR AL SUDOKU

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

SOLUCIONES:

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

HORÓSCOPO:

LA PREDICCIÓN DE LA SEMANA

ESPACIO PATROCINADO POR: **625 666 045**
 **Victoria Vélez** Bióloga - Naturópata (Col. 4331) 

Aries
21 MARZO - 20 ABRIL
Acción: Debes dedicarte a formar esas empresas que tenías en mente. Sentimientos: Piensa lo que dices. Suerte: En asuntos profesionales y sociales. Salud: Época estupenda.

Libra
23 SEPT - 22 OCTUBRE
Acción: Estás de enhorabuena. Por fin te sientes útil. Sentimientos: Demasiada vorágine. Suerte: En la estabilidad de tus bases. Salud: Vigila la alimentación en general.

Tauro
21 ABRIL - 21 MAYO
Acción: Fíjate metas diferentes cada día. Sentimientos: Momentos idílicos. Disfruta. Suerte: Los viajes ampliarán tus conocimientos. Salud: Descansa y evita el pesimismo en todo.

Escorpio
23 OCT - 22 NOV
Acción: Claves en tus sueños. Sentimientos: Necesitas que te demuestren cariño y afecto. Suerte: En tus acciones cotidianas. Salud: Mayor tranquilidad.

Géminis
22 MAYO - 21 JUNIO
Acción: Mucho movimiento y también aventuras. Sentimientos: Todo será provechoso. Ya verás. Suerte: En tu patrimonio y valor personal. Salud: Tu ánimo te ayudará en todo.

Sagitario
23 NOV - 21 DIC
Acción: Notas que estás alcanzando todo. Sentimientos: Época tranquila. Suerte: En tus ganancias y bases en la vida. Salud: Evita preocupaciones, minan la salud.

Cáncer
22 JUNIO - 22 JULIO
Acción: Tus proyectos necesitan bases estables. Sentimientos: Todo será agradable y cambiante. Suerte: Con tu pareja y amigos íntimos. Salud: Evita la melancolía.

Capricornio
22 DIC - 20 ENERO
Acción: Nuevos comienzos profesionales. Sentimientos: Lo que das a otros vuelve. Ya sabes. Suerte: Sientes que eres el centro. Salud: Época más tranquila. Cuida tu alimentación.

Leo
23 JULIO - 22 AGOSTO
Acción: Nuevos amigos. Sentimientos: Mantén el ánimo alto. Suerte: En tus quehaceres diarios. Salud: Lo más importante es observar cómo marchan tus pensamientos.

Acuario
21 ENERO - 19 FEB
Acción: Usa tu sabiduría interior. Es la clave. Sentimientos: Buena temporada. Es un momento ideal. Suerte: Sigue tu instinto. Te ayudará en todo. Salud: Plenitud y felicidad.

Virgo
23 AGOSTO - 22 SEPT
Acción: Momento de pedir ese préstamo. Sentimientos: Replantéate todo, a veces necesitas dar un vuelco. Suerte: En tus romances. Salud: Necesitas descanso y evadirte de todo.

Piscis
20 FEB - 20 MAR
Acción: Tu bagaje sabio te ayudará. Sentimientos: Si das el paso, serás una persona afortunada. Suerte: En tus proyectos. Salud: Lo más importante es la foma de adaptarte a los cambios.



Gente

- 1. Inmobiliaria
- 2. Empleo
- 3. Enseñanza
- 4. Casa y Hogar
- 5. Animales
- 6. Deportes
- 7. Salud
- 8. Ocio
- 9. Música
- 10. Informática
- 11. Motor
- 12. Servicios
- 13. Finanzas
- 14. Varios
- 15. Relaciones
- 16. Masajes
- 17. Líneas 803
- 18. Esoterismo

91 548 02 63 - 91 541 20 78

También puede poner su anuncio personalmente en: calle Gran Vía 57. 9ºA. 28013 Madrid. (Metro Plaza España) en horario de 9:00 a 17:00 h. (Lunes a Jueves). Viernes de 9:00 a 14:00 h. La recogida de anuncios para la edición de la semana será hasta las 14:00 h. del martes, o remitiendo un email a la siguiente dirección: gente.clasificados@gmail.com.

Gente en Madrid no se responsabiliza de la procedencia ni de la veracidad de los anuncios breves, y se reserva el derecho de modificar el emplazamiento de los anuncios breves, así como la publicación o no en caso de no cumplir las condiciones.

Anuncios clasificados

Ávila: 807 505 783*
Barcelona: 91 541 20 78
Burgos: 807 505 132*

León: 807 517 310*
Logroño: 807 505 794*
Palencia: 807 505 781*

Santander: 807 505 779*
Segovia: 807 505 789*
Valladolid: 807 517 023*

*El coste de la llamada a los 807 es de 1.21 €/min. desde la red fija, y de 1.57 €/min. desde la red móvil. IVA incluido.

Descargue esta edición, y todas las nacionales en PDF: www.gentedigital.es/edicion-impresa/



CONSULTA Y LIMPIEZA ESPIRITUAL

EL FIN DE LAS OBRAS DEL MAL

DOMINGO · 18 HORAS

AYUDA ESPIRITUAL PARA TRABAJOS DE:
Envidia - Mal de Ojo - Mala Suerte - Endulzamiento - Salación - Hechizos
Macumba - Maldiciones Hereditarias - Amarres - Conjuros - Males en la Vida
Sentimental - Vudú - Energías negativas - Magia Negra - Parálisis del Sueño

MARCA UNA CITA O CONSULTA ESPIRITUAL

+34 677 447 079

GRUPO OMEGA

PASEO SANTA MARÍA DE LA CABEZA, 12 - MADRID

1. INMOBILIARIA

1.2. ALQUILER PISOS

OFERTA

ESTUDIO amueblado 300€. 653919653.

PISO 2 dormitorios. 430€. 653919652.

PISO 3 dormitorios. 460€. 653919652.

1.4. VACACIONES

OFERTA

GUARDAMAR. Apartamento. Pegando playa. 616936928.

NOJA. Cantabria. Apartamentos. 942630704. 626590663.

1.6. PLAZAS GARAJE

OFERTA

ALQUILO plaza garaje. Núñez Balboa- Hermsilla. Coche pequeño. 100€. 675248939.

1.7. NEGOCIOS

OFERTA

MÓSTOLES. Traspaso / Alquiler. Restaurante Los Rosales. Negociable. 653444633.

2. EMPLEO

OFERTA

EMPRESARIO NECESITA SECRETARIA PRIVADA. JOVEN, INDEPENDIENTE. CONOCIMIENTOS INFORMÁTICOS. 5 HORAS DIARIAS. 400€ MES. 603433448.

INGRESOS extras. 918273901

NECESITO Señora mayor. Interna, 913260172.

DEMANDA

BUSCO trabajo como interna. 699123132.

8. OCIO

8.1. JUGUETES

DEMANDA

COMPRO juguetes antiguos, álbumes, Mádelman, scalextric, trenes, playmobil. 653017026.

9. MÚSICA

9.2. DISCOS

DEMANDA

COMPRO discos. 693615539.

10. INFORMÁTICA

10.1. REPARACIONES

OFERTA

INFORMÁTICO Domicilios. 671277949.

12. SERVICIOS

12.1 REFORMAS

OFERTA

ALBAÑILERÍA, reformas económicas. 916886760. 627857837.

ELECTRICIDAD, fontanería, reformas. 916994957/ 637016101.

12.2 PLAGAS

OFERTA

CONTROL de plagas. 910161526.

15. RELACIONES

15.2 ÉL BUSCA ELLA

OFERTA

BUSCO chica guste bdsm. Formar pareja amistad. 628450953.

BUSCO mujer atractiva, horóscopo cáncer. Autónomo, 50 años. Relación estable. 606784158.

DIVORCIADO

58 años. Busca mujer estable. 617925412.

HOMBRE 42 años, busca mujer, 35/ 45 años, relación estable. Atrévete. 637788021.

HOMBRE 56 años, conocería mujer. Relación seria. 651043128.

15.4 ÉL BUSCA ÉL

OFERTA

HOMBRE, 43 años. Activo, decente, fiel con hombre pasivo, relación estable, novio formal, entre 35/ 50 años, mismas cualidades. Amor verdadero. Sincero. 634181551.

PASIVO. Busca activo. 633803069.

16. MASAJES

OFERTA

¡¡AMIGAS !! 30. Media hora. Leganés. 604358253.

¡¡CARLA!! MASAJISTA PROFESIONAL. HOTELES/ DOMICILIOS. 70€. TAXI INCLUIDO. VISA. 600095042. 913666960.

ALCOBENDAS. Jennifer. 678028495.

ALCOBENDAS. Lorena. 663646046.

ALCORCÓN. Quiromasajista. 649209278.

ALINA. MASAJISTA. RELAJACIÓN TOTAL. VOY DONDE ESTÉS (HOTELES/ DOMICILIOS/ OFICINAS). 70€ TAXI INCLUIDO. VISA. 610093249.

AMIGUITAS. Alcorcón. 645669519.

AMIGUITAS. Maduritas. Vista- alegre. 660968628.

ANA madurita. Coslada. 642142960.

ARGENTINA. Madurita. Vista- alegre. 660968628.

ASIÁTICAS Leganés 665110395.

ATOCHA. Masajes 20. 648740917.

CAPITÁN Haya. 604101473.

ESPAÑOLA (sola). Super- masajes. Avenida América. 608819850.

EVA. Jovencita masajista. 678525838.

FUENLABRADA. Española. 648607072.

FUENLABRADA. Gissel. Masajista. 603116970.

FUENLABRADA. Masajista. 681185206.

GABRIELA. 19 AÑOS. MEJICANA. MASAJES DOMICILIO. MADRID/ ALREDEDORES. ECONÓMICOS. 24 HORAS. 618200378

GETAFE. ASIÁTICAS. 688050173.

GETAFE. Masajistas. 914240449.

KATY. Masajista sensitiva. 639215971.

MADURITA. 30. 695089077.

MADURITA. Espléndida. 635979619.

MADURITA. Masajista, Sensitiva. 631492956.

MAYTE. Supermasaje 30. San Sebastián Reyes. 632703086.

MORENA. Móstoles. 674268882.

PAOLA. Masajista sensual. 631183140.

PINTO. Masajes. 630382625.

QUINTANA. Masajista sensitiva. 910021822.

RUSA. Jovencita. Carabanchel. 690877137.

TETUÁN. Relajantes. 911525859.

DEMANDA

NECESITO señoritas. 631166550.

NECESITO señoritas. 662403466.

18. ESOTERISMO

18.1 VIDENCIA

OFERTA

TAROT y mucho más. Acierto total. Soluciona problemas. Compruébalo. 20€ 1 hora. 916722518/ 696615384.

VIDENTE Amine. Gran Médium curandero. Soluciona todos tus problemas. Amor, protección, mal de ojo, negocios, impotencia sexual, etc. 653375131.



ANUNCIOS CLASIFICADOS

Gente

Pisos, empleo, animales, muebles, reformas, coches...

AUTÉNTICO VIDENTE AFRICANO

Maestro Mamadou resuelve cualquier tipo de problema con rapidez.

Amor, recuperación de pareja, amarres, atracción pasional, endulzamiento. Alejar malas influencias, suerte en los negocios, trabajos, estudios, azar. Quito mal de ojo y maleficios. Potencia la sexualidad.

TRABAJO SERIO Y EFICAZ RESULTADOS EN 3 A 7 DIAS

914 743 635
699 615 558

EMBAJADORES Pº Sta. María de la Cabeza 74, 6ºb

GABINETE DE VIDENCIA PROFESOR MAKOTÓ

37 años de experiencia avalan al profesor Makotó, que está dotado para encontrar una solución rápida a sus problemas, por difíciles que sean.

RESULTADOS EN UNA SEMANA - TRABAJOS GARANTIZADOS

DINERO • AMOR • TRABAJO • SUERTE • MAL OJO • PROTECCIÓN FAMILIAR

FACILIDADES DE PAGO 603 696 033 TRIBUNAL LÍNEAS 1 Y 10

RECIBO TODOS LOS DÍAS DE 9 A 20 H.

Maestra Chamana Chalana La Bruja del amor

¿CANSADO DE SUFRIR POR AMOR NO CORRESPONDIDO? AMARRES RECUPERE LA FELICIDAD

En sólo 72 horas recupero a tu ser amado. Pensará en ti día y noche. El o ella regresará en busca de pasión. Experta en uniones de pareja. Puedo hacer posible lo imposible.

AMOR - DINERO TRABAJO SALUD ESTUDIOS - NEGOCIOS 100% EFECTIVO

638 209 482

REENCARNADA SACERDOTIZA HECHICERA DEL AMOR

MAESTRA DE AMARRES MILAGROSOS HACE POSIBLE LO IMPOSIBLE

Si tu pareja no te quiere, te desprecia o te ha abandonado no dejes que tu relación sentimental se destruya. El Vudú Blanco puede dominar el amor más difícil, sin tener ningún efecto negativo, recuperando el deseo y la pasión.

SÓLO ACEPTO EL PAGO SI ESTÁS CONFORME CON MI TRABAJO FONO CONSULTA GRATIS 24 H. 677 131 129

Samanta pacta con poderosos espíritus. Soluciones personalizadas para cada caso.

Si eres practicante de magia, tarotista, vidente..., y has hecho un ritual que te ha salido mal, contáctame, rectifico trabajos mal hechos por otros.

Gente digital

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

www.gentedigital.es

GONZALO CABALLERO TORERO

El diestro madrileño sufrió el pasado 12 de mayo una de las cornadas más graves de este San Isidro • En pleno proceso de recuperación, ha contado a GENTE cómo vivió una tarde épica

“Salí con Las Ventas en pie y la sangre hasta el tobillo. No lo olvidaré nunca”

ALBERTO ESCRIBANO GARCÍA
@albertoescri

Sangre, sudor y... no, no sigan. No hubo lágrimas aquella tarde del 12 de mayo, por lo menos en la cara de Gonzalo Caballero. Su rostro reflejaba, aún con una cornada de doble trayectoria que le “había partido el muslo”, la sonrisa de quien salió dispuesto a “honrar” la palabra torero. ¡Y vaya si lo hizo!

Llegó a Madrid a por todas, o como él mismo define, “a la guerra con un cartucho”. “Si uno quiere funcionar en esto sabe que hay días clave en la vida de un torero en los que tiene que cruzar esa raya y asumir todas las consecuencias”, admite. Y así fue. La cornada llegó con la izquierda, toreando con los riñones metidos, con Caballero buscando la colocación, en definitiva, pisando unos terrenos donde se adquiere el respeto del mundo del toro. Y también, claro, allí donde los toros “pueden castigar más”.

SE RESISTIÓ A ABANDONAR

“Sentía un dolor horroroso, pero sabía que era Madrid. Esta plaza me lo ha dado todo y tenía que devolverle todo lo que me ha dado, que es todo lo que tengo. Me quería entregar a esa afición”. Así justifica Gonzalo Caballero las imágenes en las que pudimos verle cómo, pese a la grave cornada que llevaba y la sangre que le cubría la pierna y llegaba hasta el tobillo, se resistía a ser llevado en volandas por sus compañeros hasta la enfermería.

Una enfermería a la que llegó andando, tranquilo, después de haber pasaportado a su primer toro y con un torniquete en el muslo herido. Una escena que permanecerá grabada para siempre en la cabeza del diestro: “Salí con Las Ventas en pie y la sangre



ANA ESCRIBANO

HERIDO GRAVE: Pese a la cornada de dos trayectorias, de 20 y 15 cms, Caballero estuvo en el ruedo hasta matar al tercer toro de la tarde. Entró andando a la enfermería.

hasta el tobillo. No lo olvidaré nunca”, afirmó Caballero sólo unos días después de aquella tarde, a sólo unos metros de donde ocurrió todo y muy cerca también de donde Don Máximo García Padrós, cirujano jefe de la plaza, hizo una vez más lo que mejor sabe hacer: salvar vidas.

“Me dijo que había hecho lo que hacen los toreros de verdad”.

“Hay días clave en los que hay que asumir todas las consecuencias”

“Siento una paz interior muy grande. Son cornadas que te hacen más fuerte”

cuenta Gonzalo Caballero, que no esconde en su rostro las muestras de dolor de una herida que pudo ser mucho peor si el pitón del toro hubiese llegado a alguna de las arterias. “Por suerte, sólo las golpeó”, recuerda el joven diestro.

ÁNGEL DE LA GUARDA

Parece un tópico, un argumento manido, pero no lo es. Si hoy muchos toreros y novilleros del escalafón siguen en activo es gracias a personas como García Padrós, siempre en la sombra de la Monumental madrileña pero dispuesto a ponerse al frente de su equipo cuando el miedo a la tragedia paralizaría a cualquiera. “Aquí en Madrid, Don Máximo es la persona a la que todos los toreros más admiramos y más queremos.

Ha salvado tantas vidas y cornadas grandes ha hecho pequeñas...” “Me regañó por aguantar en la plaza y por el torniquete, ya que las consecuencias podrían haber sido tremendas, pero los médicos son unos genios y se ponen en nuestra situación. Nos entienden”, reconoce el torero.

En pleno proceso de rehabilitación, para lo que sabe que la “paciencia” va a ser indispensable, Caballero no se arrepiente de haber salido a Madrid, como se suele decir, a matar o morir, ni tampoco de haber aguantado, casi exhausto, en el ruedo, y afirma sentir “una paz interior muy grande”. “Son cornadas que a uno le hacen más fuerte”, añade.

Figuras del toreo, prensa, profesionales, afición... y hasta el club de su vida, el Atlético de Madrid. Todos han coincidido en valorar la entrega y disposición de un to-



Gonzalo Caballero atendió a GENTE en el Patio de Arrastre de Las Ventas

Ejemplo para el Atlético de Madrid

Amigo del ‘Profe’ Ortega, si algo no ha ocultado nunca Caballero es su amor por el club rojiblanco. Tanto es así que incluso llegó a lucir en Madrid, en uno de sus paseillos de su etapa de novillero, el escudo del Atleti en el capote de paseo después de perder la final de la Champions contra el Real Madrid.

Ahora, dos años después, la historia ha vuelto a repetirse, pero no hay duda de que volverán a intentarlo. Como Gonzalo, si hay algo que tienen los colchoneros, es “sacar fuerzas de no sabemos dónde y creer más que nadie”. Entre Champions o Puerta Grande... se queda con las dos.

tero para el que no valen las medias tintas, para el que la verdad no se negocia. Nos confiesa además un secreto: la película de ‘300’, como preparándose para la guerra, fue la que vio en el hotel antes de salir.

Una actitud gracias a la cual, reconoce, ya se han puesto en contacto con él otras plazas, aunque ahora está centrado en la recuperación y en “trabajar muy duro la rehabilitación todos los días”. El resto vendrá después.

Con el “basto interno y externo partidos”, las consecuencias podrían haber sido fatales, pero ahí estaba Máximo, otra vez, para evitarlo. Gonzalo llegó a Madrid, en su segunda actuación como matador de toros, con el objetivo de “emocionar a la gente”.

A juzgar por la reacción de los tendidos, en pie, de Las Ventas... ¡y tanto que lo consiguieron!

