

# Gento

AÑO 14, NÚMERO 534  
22 - 29 MARZO 2019

PARLA | PINTO | VALDEMORO



MUYFAN | ENTREVISTA | PÁG. 12

**"La continuidad está garantizada"**

Camela celebra su 25 aniversario con 'Rebobinando', un repaso de sus éxitos.

HAY JOYAS CON UN VALOR INCALCULABLE  
CÁMBIALAS POR DINERO SIN DESPRENDERTE DE ELLAS CON NUESTRA  
**VENTA RECUPERABLE**

**SUPER EFECTIVO** Calle San Antón, 56. Parla T. 91 698 43 31

VENTA RECUPERABLE • COMPRO ORO • PRÉSTAMOS PERSONALES

PARLA | PÁG. 9

## Más Madrid promete un Cinturón Verde en la zona Sur

Errejón quiere crear varios campus relacionados con la innovación • El de Parla sería sobre Vivienda Sostenible

ACTUALIDAD | PÁG. 4

**La receta electrónica ya funciona en toda España**

Madrid ha sido la última región en incorporarse al sistema estatal del Ministerio de Sanidad

MUYFAN | PÁG. 13

**El agua, esencial para conseguir una piel firme, sana y luminosa**

Las cremas que aportan este líquido contribuyen a hidratar, evitando la aparición de arrugas

gentedigital.es



POLÍTICA | PÁG. 8

**El PP presenta a sus candidatos**

La candidata popular a la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, respaldó a los cabezas de lista de Parla, Pinto y Valdemoro • Díaz Ayuso prometió impulsar la industria en la región con un plan de apoyo a los empresarios y a los autónomos en caso de ganar las elecciones del 26 de mayo

**OFERTA Semana Santa 2019** Del 17 al 21 de ABRIL VUELOS ESPECIALES B-737 desde MADRID

**BELGRADO**

Incluye TOUR PANORÁMICO

Horarios de Vuelos (sujeto a posibles modificaciones)		
17 Abril	Madrid - Zaragoza	5.18,50 / LL. 11,40
17 Abril	Zaragoza - Belgrado	5.12,30 / LL. 15,30
21 Abril	Belgrado - Zaragoza	5.16,05 / LL. 19,15
21 Abril	Zaragoza - Madrid	5.20,05 / LL. 21,00

**PRECIO FINAL (5d/4n)**  
desde **739€**  
(Incluye Tasas de Aeropuerto: 15€)

**DUBROVNIK**

Incluye VISITA PANORÁMICA

Horarios de Vuelos (sujeto a posibles modificaciones)		
17 Abril	Madrid - Dubrovnik	5.16,00 / LL. 19,00
21 Abril	Dubrovnik - Madrid	5.23,20 / LL. 02,20*

**PRECIO FINAL (5d/4n)**  
desde **790€**  
(Incluye Tasas de Aeropuerto: 15€)

EL PRECIO FINAL INCLUYE: Vuelo especial, 4 noches en el hotel elegido (o similar) en habitación estándar en régimen de alojamiento y desayuno, traslado de llegada y salida; Tasas de aeropuerto y carburante (YK, a recomfirmar); Seguro de viaje. Precios: Vuelos combinados sujetos a Condiciones Especiales de Contratación (C.E.E.C.) Tasas de aeropuerto y carburante a recomfirmar calculadas al 15/03/2019. Regimos recomfirmar en el momento de la reserva, ya que pueden sufrir modificaciones. Consultar al el destino tiene impuesto de tasa Turística, que paga el cliente directamente en el hotel. Consultar también Condiciones Generales del Contrato de Viaje Combinado, Manifiesto Seguro, Manifiesto Precios Incluir y Póliz-ventas en nuestro folleto General de Venta Anticipada 2018. Plazas limitadas y sujeto a Disponibilidad. Los precios podrán ser revisados conforme al Real Decreto 1/2007 fecha de edición de esta oferta 11 Enero 2019.

INFORMACIÓN Y RESERVAS EN SU AGENCIA DE VIAJES o EN [www.politours.com](http://www.politours.com)

Con la Garantía de **POLITOURS** C.A.S. 19



## LA FRASE

"Qué represiva es España, te manifiestas y no pasa nada"

**Josep Borrell**

El ministro de Asuntos Exteriores ironizó durante una entrevista al ser preguntado por la concentración realizada en Madrid por independentistas catalanes.



## LA CIFRA

7%

**Pocos empresarios ven brotes verdes**

El 7% de los empresarios cree que la economía mejorará en los próximos meses, y el 48% asume que irá a peor.

## EL PERSONAJE



**Cuando tu portero te mete un gol**

Hacienda ha multado a la presentadora Patricia Conde. Al parecer, el portero de su vivienda aseguró que el inmueble no se usaba para las actividades profesionales y, por tanto, no era un gasto deducible.

**EDITA:**  
GENTE EN MADRID, S.L.

**EDITOR:**  
FERNANDO IBÁÑEZ

**REDACTORA JEFE:**  
MAMEN CRESPO

**COORDINADORES DE REDACCIÓN:**  
LILIANA PELLICER  
FRANCISCO QUIRÓS  
JAIME DOMÍNGUEZ

**JEFE DE FOTOGRAFÍA:**  
CHEMA MARTÍNEZ

**JEFE DE MAQUETACIÓN:**  
CARLOS ZUGASTI

**MAQUETACIÓN:**  
ENRIQUE ALONSO

**COLABORADORES:**  
MIGUEL HERNÁNDEZ  
(Redacción)

ALBERTO ESCRIBANO  
(Redacción)

SOFÍA CARMONA  
(Redacción)

IRENE CASANOVA  
(Fotografía)

**SECRETARIA DE REDACCIÓN:**  
ELENA HORTA

**DIRECTOR DE GRANDES CUENTAS Y ACC. ESPECIALES:**  
CARLOS ECHEGUREN

**JEFE DE MARKETING:**  
RAFAEL VÁRA

**COORDINADORA DE PUBLICIDAD:**  
ANA SÁNCHEZ

**DISEÑO GRÁFICO:**  
PATRICIA MARTÍNEZ

**REDACCIÓN:**  
CONDE DE PEÑALVER, 17  
1ª PLANTA  
28006, MADRID

**TELÉFONO:**  
91 369 77 88

**E-MAIL:**  
info@genteenmadrid.com

**CONTROLADO POR:**



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

## Mi quiniela

MAMEN CRESPO COLLADA · REDACTORA JEFE

Lo que pasará el próximo 28 de abril en las elecciones generales es una gran incógnita y está en manos de lo que votemos los españoles, pero a mí me encanta hacer quinielas, a pesar de que debo reconocer que, desde la aparición de Ciudadanos y Podemos y la consiguiente fragmentación, he fallado más que acertado. No importa. Vuelvo a arriesgar y comparto absolutamente la posición de mi compañero en la Cadena COPE Carlos Herrera. Él está convencido de que Pedro Sánchez ganará las elecciones y, es más, de que el PSOE gobernará. Y yo también. Se preguntarán en qué datos me apoyo para afirmar esto y les diré que en lo que menos me ha fallado en la vida en casi todas las cuestiones: el sentido común, aunque no voy a negarles que ha influido mucho en mi parecer lo que escucho entre los votantes socialistas que un día apoyaron a Podemos y que ahora tienen claro que volverán a apostar por el PSOE; lo que oigo a muchos jóvenes, que han visto como su salario, gracias a Sánchez, llegaba a los 900 euros; y lo que dicen muchos papás, encantados con la decisión del presidente del Gobierno de aumentar el permiso de paternidad hasta las 16 semanas. Sí, ya sé que piensan que los criticados 'Viernes sociales' están muy presentes en mi diagnóstico, pero es que, al final, queramos o no, son estas medidas las que realmente inclinan la balanza. Y, por si fuera poco, este fin de semana, Sánchez dejaba claro que independencia en Cataluña, "nunca". Lo va a tener muy difícil Pablo Casado para hacerle frente a un líder socialista que tiene el apoyo de todos los suyos (Susana Díaz no y toma nota...), y cada vez más el de la calle. Ahora bien, que nadie se olvide de lo que supone gobernar con el apoyo de los independentistas.



**SÍGUEME EN LAS REDES SOCIALES:**

@mamencrespo  
@mamencrespocollada

## LA FOTO DE LA SEMANA



**Un récord histórico en el Metropolitano**

60.739. Esa cifra tiene un gran contenido simbólico ya que se trata del número de espectadores que se congregaron el pasado domingo 17 en el Wanda Metropolitano para ver el partido entre el Atlético y el Barça, batiendo el récord histórico en un encuentro femenino.

## EL SEMÁFORO



**El pánico llama a la puerta de Europa**

La localidad holandesa de Utrecht vivió el pasado lunes una jornada trágica. Una persona inició un tiroteo en el interior del tranvía, dejando tres muertos y varios heridos.



**Las primarias sacan los colores a Ciudadanos**

Tras la polémica en Castilla y León, la sospecha vuelve a planear sobre la formación de Albert Rivera. En Cantabria denuncian que la candidatura de Félix Álvarez recibió varios votos dudosos.



**El TS rompe una lanza contra el Toro de la Vega**

El Tribunal Supremo ha ratificado la prohibición de alancear al Toro de la Vega al inadmitir a trámite el recurso planteado por el Ayuntamiento de Tordesillas contra la sentencia del TSJCYL.



@gentedigital







# Los madrileños pueden utilizar la receta electrónica en toda España

Es la última comunidad que se une al sistema nacional, que se gestiona desde el Ministerio de Sanidad • Los pacientes procedentes de otras regiones también estarán habilitados para adquirir sus medicamentos en Madrid

**GENTE**  
@gentedigital

Los madrileños ya pueden desde esta semana retirar, si así lo necesitan, medicamentos prescritos por facultativos en farmacias de otras comunidades autónomas sin necesidad de presentar la receta en papel. Con esta medida, según el Ejecutivo regional, los ciudadanos "ganan en calidad de vida", ya que solo necesitarán llevar su tarjeta sanitaria.

En las próximas semanas, del mismo modo, el resto de españoles que acudan a la Comunidad de Madrid también accederán a este servicio, ya que las oficinas de farmacia de la región se irán incorporando en breve y de forma progresiva al programa de receta electrónica interoperable del Sistema Nacional de Salud.

## Desde 2012

Madrid dispone de la posibilidad de obtener los medicamentos de manera electrónica desde el año 2012, pero ha sido la última región de toda España en sumarse a la red nacional, razón por la que los madrileños encontraban dificultades cuando se encontraban en otras partes de España.

En 2015, el Sistema Nacional de Salud puso en marcha el proyecto para que la prescripción digital, que hasta ese momento solo se podía hacer en las propias comunidades autónomas, se extendiese por todo el país, independientemente del lugar donde se adquiriesen los medicamentos. Todos los datos están centralizados en el Ministerio de

## CUESTIONES TÉCNICAS

### Problemas en los primeros días

Los madrileños que intentaron recoger sus medicamentos con su tarjeta sanitaria en farmacias situadas en otras comunidades autónomas se encontraron este lunes 18 de marzo, primer día de la unificación, con problemas técnicos que les impidieron realizar la operación. El Ministerio de Sanidad señaló que se solucionarán en los próximos días.



Pacientes recogiendo sus medicamentos en una farmacia

Sanidad, desde donde se asigna a cada usuario un código individual y se registra toda la información que tiene que ver con su historial médico.

En el caso de Madrid, una de las novedades que se ha puesto en marcha en los últimos años tiene que ver con la posibilidad de que los pacientes puedan recoger con su tarjeta sanitaria las medicinas que les prescriben en los hospitales y en los servicios de urgencias sin necesidad de pasar antes por el médico de familia. Esta novedad se ha ido implantando a lo largo de la presente legislatura, teniendo que superar varios escollos técnicos. Desde septiembre de 2018 ya se han unificado los datos de todos los centros sanitarios y se encuentran en proceso los del Summa 112.

## Gran Vía estrenará los tornos del futuro

**E. P.**

La estación de Metro de Gran Vía será la primera que contará con un nuevo modelo de "tornos del futuro" para acceder al suburbano, además de la instalación de nuevas máquinas de venta de títulos, según anunció el Gobierno regional. Los nuevos tornos presentan un mayor número de funcionalidades, "totalmente adaptadas a personas con algún tipo de discapacidad", y dispondrán de pantallas de información, altavoz, paneles LED y un sistema de validación muy fácil, entendible y visible, que a través iluminación de colores, permitirán a los clientes "saber en todo momento el estado del equipo y si han validado correctamente su acceso".

Gran Vía lleva siete meses cerrada y aún no tiene fecha de reapertura.

## Vox anuncia a sus candidatos al Congreso

Santiago Abascal, Javier Ortega e Iván Espinosa encabezarán la lista de Vox al Congreso de los Diputados por Madrid en las elecciones generales del 28 de abril, según anunció la formación ultrac conservadora a través de su perfil de Twitter.

Por otra parte, el escritor e intelectual José María Marco será el candidato con que concurrirán al Senado.

## Ignacio Aguado plantea soterrar la autovía A-5 por fases si es presidente

Es su apuesta para mejorar la movilidad y reducir la polución sin poner semáforos

**G. G.**

El candidato de Ciudadanos para la Comunidad de Madrid y portavoz del partido en la Asamblea, Ignacio Agua-

do, defendió esta semana el soterramiento de la autovía A-5 por fases como "la mejor opción" para facilitar la movilidad y luchar contra la contaminación atmosférica y acústica.

"No estamos de acuerdo con poner semáforos", señaló Aguado, haciendo referencia a la iniciativa llevada a cabo

por el Ayuntamiento de Madrid en los últimos meses y a la que se han opuesto.

### De tapas

El cabeza de lista de Cs lanzó esta idea durante la presentación de su propuesta 'De Tapas con Aguado' en Alcalá de Henares, que tiene por objetivo "seguir estando cerca de los vecinos y de sus preocupaciones en un entorno amigable". En las próximas semanas este formato se trasladará a otros espacios de la Comunidad de Madrid, según apuntaron desde el partido.



Ignacio Aguado

## Cuatro ministras en la lista del PSOE de las generales

Calvo, Ribera, Delgado y Maroto acompañan a Pedro Sánchez en la candidatura de Madrid

### REDACCIÓN

La candidatura del PSOE al Congreso de los Diputados por Madrid estará encabezada por Pedro Sánchez, al que acompañarán cuatro de sus actuales ministras: Carmen

Calvo (2), Teresa Ribera (4), Dolores Delgado (5) y Reyes Maroto (6).

El número 3 será para el actual secretario general de los socialistas madrileños, José Manuel Franco. El resto de la lista la completan nombres como los de Rafael Simancas (7), Beatriz Corredor (8) o Zaida Cantera (9). En 2016, el PSOE obtuvo siete escaños por Madrid.



# Molestias intestinales frecuentes

## Una bifidobacteria especial puede ayudar eficazmente

Estrés, infecciones, una dieta poco saludable: ¡eso irrita el colon! El resultado, cada vez más personas sufren de diarrea, dolor abdominal o flatulencia. Una cepa bacteriana especial puede ayudar contra el colon irritable.

Muchas personas lo conocen: una y otra vez incómoda diarrea o dolor abdominal interrumpen su vida diaria. Además, flatulencia o desagradable hinchazón abdominal merman la calidad de vida. La causa de esto a menudo es un colon irritable, también llamado colon irritable. Lo que la mayoría de la gente no sabe, es que, entre otras cosas, el estrés, la alimentación poco saludable, las infecciones o la medicación, favorecen la irritación del colon. La mayor parte de los afectados tratan de combatir los síntomas de forma puntual, pero esto generalmente

solo ayuda a corto plazo. Porque en muchos casos la causa real, un colon irritable, permanece.

### ¿Qué significa exactamente padecer un colon irritable?

Cada vez más investigadores opinan que las molestias de un colon irritable son causadas por una barrera intestinal deteriorada. Suponen que toxinas y agentes patógenos penetran a través de la pared intestinal dañada e irritan el intestino. Las consecuencias son síntomas típicos como diarrea, dolor abdominal o flatulencia. Investigadores han

descubierto ahora una cepa de bifidobacterias única en el mundo (exclusivamente contenida en Kijimea Colon Irritable, disponible sin receta médica) que puede reforzar y proteger eficazmente el colon.

### Una cepa bacteriana única en su género

Un equipo de científicos descubrió que la cepa de bifidobacterias contenida en Kijimea Colon Irritable se fija directamente en la pared intestinal. Así, esta cepa patentada B. bifidum MIMBb75 se adhiere directamente a la pared intestinal como un parche y la protege. En un ensayo clínico,

la eficacia pudo ser demostrada: los síntomas del colon irritable pudieron ser significativamente aliviados, hasta en algunos casos incluso desaparecieron. Además, la calidad de vida de los pacientes mejoró decisivamente. Por lo tanto, asegúrese de preguntar específicamente en su farmacia por Kijimea Colon Irritable, no necesita receta médica.



### DATOS QUE DEBERÍA CONOCER:

- ✓ **¿Qué causa los problemas intestinales recurrentes?**  
Diarrea, dolor abdominal o flatulencia: la causa suele ser una pared intestinal deteriorada. Cada vez más científicos están de acuerdo en que los agentes patógenos y los gérmenes pueden penetrar la pared intestinal a través de las microlesiones.
- ✓ **¿Qué se puede hacer contra los problemas intestinales recurrentes?**  
Los científicos encontraron una cepa bacteriana que puede ayudar eficazmente: la exclusiva cepa B. bifidum MIMBb75 (contenida en Kijimea Colon Irritable) que se adhiere a la pared intestinal deteriorada – como un parche – y por lo tanto la protege de la irritación.
- ✓ **¿Qué información científica existe sobre Kijimea Colon Irritable?**  
Un estudio clínico demostró que la cepa de bifidobacterias B. bifidum MIMBb75, contenida exclusivamente en Kijimea Colon Irritable, alivió significativamente los síntomas del colon irritable, hasta en algunos casos incluso desaparecieron. La calidad de vida de los afectados también mejoró decisivamente.

Para su farmacia:

**Kijimea Colon Irritable**  
(CN-183853.7)



## La fórmula secreta para una piel firme: beber colágeno



Quisiéramos mantener toda la vida nuestra piel fresca y elástica. El problema: el contenido de colágeno de la piel disminuye con la edad. La piel se marchita, se arruga y desarrolla celulitis. Las cremas de colágeno no pueden hacer mucho. La razón: sus moléculas de colágeno suelen ser demasiado grandes para llegar desde el exterior hasta el interior de la piel. Sin embargo, científicos dermatológicos han encontrado una manera de transportar colágeno hasta el interior de la piel con una bebida de colágeno única, Signasol.

### El secreto del éxito: péptidos de colágeno que se beben

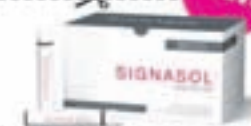
El colágeno es el componente principal de esta bebida, ya que es responsable de la elasticidad de nuestra piel. Los denominados péptidos de colágeno de Signasol son muy especiales: tienen un peso molecular muy bajo, por lo que pueden rellenar la piel claramente mejor, lo que resulta ser una gran ventaja sobre las cremas. Además, la nueva bebida de colágeno, disponible en farmacias, contiene vitaminas y minerales importantes para una apariencia radiante de la piel (ver recuadro informativo). El resultado habla por sí solo: los depósitos de colágeno de la piel se rellenan, esta se vuelve más elástica y se siente mucho más tersa y lisa.



### ¿Qué hace especial a Signasol?

- Los péptidos de colágeno**  
Con su bajo peso molecular pueden reafirmar la piel especialmente bien desde el interior
- La vitamina C**  
Contribuye a la formación normal de colágeno para el funcionamiento normal de la piel
- La vitamina E**  
Contribuye a la protección de las células frente al daño oxidativo
- Las vitaminas B2, B6 y B12**  
Contribuyen al metabolismo energético normal
- El zinc y la biotina**  
Contribuyen al mantenimiento de la piel en condiciones normales
- El cobre**  
Contribuye al mantenimiento del tejido conectivo en condiciones normales
- El sabor de arándano y grosella negra**  
Convierte el nuevo ritual de belleza en un momento refrescante y delicioso

Para su farmacia:  
**Signasol**  
(CN-187551.8)



**NUEVO**





Errejón, durante una protesta contra el cambio climático

## Errejón creará una Tarjeta de Transportes

El candidato de Más Madrid a la Comunidad presenta algunas de sus propuestas • Su Plan V fomentará el uso de la bicicleta y del Metro

ha sido sometido en estos últimos años, en el que se contempla la contratación de más personal y la adquisición de más trenes.

Otra de las medidas más novedosas tiene que ver con los autobuses interurbanos nocturnos. Más Madrid pretende aumentar la seguridad e implantar un sistema de paradas a demanda para que las mujeres puedan bajarse más cerca de sus domicilios.

### Comer de cercanía

El candidato de Más Madrid quiere que la Comunidad "coma sano, sostenible y de cercanía". "Hay que impulsar una estrategia agroecológica regional, orientada al rejuvenecimiento y modernización ecológica del sector primario rural y periurbano. Con apoyo desde las institucio-

JAIME DOMÍNGUEZ  
@JaimDominguez

Mientras la maquinaria electoral de los partidos nacionales está todavía centrada en las generales del próximo 28 de abril, el candidato de Más Madrid a la Comunidad, Íñigo Errejón, anunció la pasada semana una serie de medidas que llevará a cabo en caso de convertirse en presidente regional después de los comicios autonómicos del 26 de mayo.

Errejón presentó su Plan V, un proyecto de desarrollo en el que se incluyen iniciativas como la Tarjeta Única de Transportes. Este documento, a diferencias del que existe actualmente, serviría como monedero pre o postpago para todos los medios públicos de la región (Metro, autobús y Cercanías) e integraría también la red de bicicletas de alquiler, el taxi o las empresas de vehículos compartidos.

### Plan de choque

Para reducir el uso del vehículo privado, Errejón promete un plan de choque en el Metro "frente al maltrato al que

MÁS MADRID  
QUIERE UN ÚNICO  
DOCUMENTO  
PARA PAGAR LOS  
TRANSPORTES

LAS MUJERES  
PODRÁN ELEGIR  
DONDE PARAR EN  
LOS AUTOBUSES  
NOCTURNOS

nes, con una central pública de compras y logística y estableciendo por ley un mínimo de compra alimentaria de proximidad para colegios y hospitales", señala.

La renovación de la flota regional de vehículos por otros propulsados por energía eléctrica es otra de las propuestas del Plan V.

## Díaz Ayuso no llevará alcaldes en su candidatura

La lista del PP a la Asamblea no contará con ningún número uno municipal

### GENTE

A diferencia de lo que venía ocurriendo en anteriores citas electorales regionales, la candidata del Partido Popular a la Presidencia de la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz

Ayuso, no llevará en su lista a ningún aspirante de su partido a alguna de las alcaldías de la región.

Díaz Ayuso justificó su decisión señalando que quiere que todos los parlamentarios de su grupo estén pendientes de sus tareas en la ASamblea "al cien por cien". "El tiempo no es el mismo si se lo dedicas a dos responsabilidades que a una", añadió.



901 30 20 10  
www.amavir.es



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

### Residencias



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



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



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



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



La familia de la persona mayor forma parte de nuestro centro

### Centros de día



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



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



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



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



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

“Levántate  
que  
el niño  
está  
tosiendo  
de nuevo”

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

**MURPROTEC**  
Diagnóstico / Tratamiento / Solución

**900 30 11 30**  
**www.murprotec.es**



Empresa líder del sector  
con certificación  
ISO 9001



# Isabel Díaz Ayuso asegura que impulsará la industria en el Sur

La candidata popular a la Comunidad promete un plan que ayudará a los empresarios y a los autónomos • Lanzó la propuesta en el acto en el que presentó a los cabezas de lista de su partido para los ayuntamientos de la zona

## POLÍTICA

GENTE  
@gentedigital

La candidata del Partido Popular a la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, aprovechó el acto en el que presentaba a los aspirantes de su formación a las alcaldías del Sur de la región para prometer que, si gana las elecciones del próximo 26 de mayo, impulsará la industria en esta zona.

En concreto, Díaz Ayuso señaló que pondrá en marcha un plan que ayudará especialmente a los autónomos y



Isabel Díaz Ayuso, junto a los candidatos del Sur de la Comunidad

empresarios. “Son los valientes que levantan este país cada día con el patrimonio de sus hijos”, recalcó la cabeza de lista a la Asamblea en el evento celebrado en Alcorcón.

“Vamos a dar soluciones porque nosotros gobernamos para todos”, continuó Díaz Ayuso, que sostuvo que “la izquierda ha creído que el sur era históricamente suyo” porque lo ha entendido siempre como “una guerra de obreros del siglo XIX”, cuando los ciudadanos son “las familias del siglo XXI”. “Han entendido que esto era una cuestión de pertenencia. A esto lo llamamos cinturón rojo y me lo quedo para siempre”, apuntó. A su parecer, es automático que “municipio que deja de ser del PP y pasa a ser de la izquierda” pasa a estar “más sucio”, a tener “actividades minoritarias contra la gente” y a sufrir “ataques directos contra las tradiciones, gustos y preferencias de la familia”.

### “Gente comprometida”

Tras su intervención, Díaz Ayuso pasó a presentar a los candidatos de su partido para

los ayuntamientos del Sur de la región, entre los que se encontraban los de Parla, Luis Martínez Hervás; Pinto, Miriam Rabaneda; y Valdemoro, David Conde. La aspirante a suceder a Ángel Garrido en la Puerta del Sol los calificó como gente “comprometida, que conoce sus municipios, que no es sectaria, que gobierna y va a gobernar para todos los vecinos”.

## EN EL ACTO ESTUVIERON LOS CANDIDATOS DE PARLA, PINTO Y VALDEMORO

En las elecciones que se celebran el próximo 26 de mayo los populares tendrán el reto de intentar conservar la Alcaldía de Parla, que consiguieron hace cuatro años por la incapacidad de los partidos de izquierda para llegar a un acuerdo; y de recuperar las de Pinto y Valdemoro, que habían ostentado en la anterior legislatura y que perdieron en 2015.

## PARLA

### REDACCIÓN

Ningún concejal del PSOE en el Ayuntamiento de Parla repetirá en la lista electoral que ha aprobado el partido para las próximas elecciones municipales del 26 de mayo, encabezada por el candidato Ramón Jurado, también secretario general de la formación local.

El propio Jurado recordó que las listas han sido aprobadas a través de un proceso de primarias en el que los mili-

## Limpieza total en la lista local del PSOE

Ninguno de los actuales concejales repetirá de cara a las municipales • El candidato Ramón Jurado asegura que es un proyecto “renovado”

tantes de la ciudad han votado a sus compañeros y ha indicado que, “como llevamos diciendo desde el primer día que fui elegido secretario general”, el suyo es un “proyecto renovado, con caras nuevas, ideas nuevas y un pro-

yecto ambicioso, realista e ilusionante”.

### Nombres

Nerea Ruiz-Roso, Andrés Correa, Ana Sánchez Valera y Francisco Conde ocupan los puestos del 2 al 5.

## El pleno rechaza un crédito de 13 millones

## PARLA

### E. P.

El pleno de Parla, con los votos de la mayoría de los concejales de la oposición, rechazó por segundo año consecutivo un crédito de casi 13 millones de euros proveniente del Ministerio de Hacienda

y adscrito al Fondo de Ordenación al que el Ayuntamiento se adhirió en 2015.

De hecho, el punto ni siquiera llegó a debatirse, ya que los grupos Cambiemos Parla, Mover Parla, IU-CM-LV y el concejal no adscrito Alberto Olayo rechazaron el carácter de urgencia de la convocatoria.



Ayuntamiento de Parla

**COPLACO.COM**  
Comunicación publicitaria

Soluciones eficaces para pymes en progreso

- ✓ Páginas web
- ✓ Campañas publicidad
- ✓ Contratación medios
- ✓ Vinilos, lonas, roll ups
- ✓ Redes sociales
- ✓ Video y audio
- ✓ Impresión publicitaria
- ✓ Diseño gráfico

**COPLACO**  
Fco. Javier Sauquillo, 33  
FUENLABRADA

91 615 11 50  
sur@coplaco.com  
www.coplaco.com



## Más Madrid promete un 'Cinturón Verde' en el Sur

Su candidato al Gobierno regional, Íñigo Errejón, asegura que implantará un campus en cada localidad • Estarán especializados en campos relacionados con la innovación, como agroecología

### POLÍTICA

GENTE  
@gentedigital

La zona Sur de la Comunidad de Madrid, con más de 1,2 millones de habitantes solo en sus nueve municipios más poblados, es un caladero de votos muy apetecible por los partidos políticos, sobre todo ahora que llegan las elecciones generales, municipales, autonómicas y europeas.

Si en 2015 fue la entonces candidata popular y a la postre presidenta regional Cristi-

na Cifuentes la que prometió la implantación de un 'Silicon Valley' en sus municipios (proyecto del que no hay rastro), ahora es el cabeza de lista de Más Madrid a la Asamblea, Íñigo Errejón, el que ha presentado una iniciativa innovadora.

En concreto, la propuesta del que fuera candidato de

Podemos consiste en la creación de un 'Cinturón Verde'. "En cada localidad fomentaremos Campus de Innovación especializados que integren Formación Profesional y viveros de empresas sostenibles para impulsar un nuevo modelo productivo", señaló Errejón.

### Centros

Concretamente, los centros propuestos son en Alcorcón el campus Salud+cuidados, en Leganés Redes, en Getafe Nuevos Materiales, en Parla Rehabilitación de vivienda, en Fuenlabrada Agroecología y en Mostoles Energía.

PARLA, GETAFE,  
FUENLABRADA O  
LEGANÉS, ENTRE  
LOS MUNICIPIOS  
ELEGIDOS



Errejón, en un acto junto a Manuela Carmena

## Ruta por las huellas que dejó la Guerra Civil

Ecologistas en Acción organiza la actividad este domingo 24 de marzo a las 9:30 horas • Transcurrirá por el Parque Regional del Sureste

### PINTO

C. A. Ecologistas en Acción de Pinto organiza este domingo 24 de marzo una ruta por los vestigios que la Guerra Civil

dejó en la ciudad. Durante aproximadamente cuatro horas de marcha a pie por los campos del Parque Regional del Sureste y de la Zona de Especial Protección de Aves, se podrá descubrir la belleza de sus paisajes, a la vez que

recordar los hechos bélicos que allí acontecieron, todo ello guiados por Miguel Ángel García, gran conocedor de este periodo.

### Gratuita

La actividad está prevista para las 9:30 horas y el lugar desde donde partirá y en el que finalizará es la Ermita de San Antón (calle San Martín esquina Pablo Picasso). Es completamente gratuita y no es necesaria inscripción previa. Los organizadores recomiendan llevar ropa cómoda, calzado adecuado y agua.



Finca de La Torrecilla

## El Ayuntamiento estudia cómo acabar con los malos olores

El Consistorio pretende obligar a Valoriza a retirar los lodos de La Torrecilla • El problema se agrava en varias zonas con la llegada del buen tiempo

### PINTO

E. P. El Ayuntamiento de Pinto estudia actualmente los "resortes legales" para obligar a la empresa Valoriza a retirar de la finca La Torrecilla los lodos para su secado que se han llevado allí desde una Estación Depuradora de Aguas Residuales, residuos que son los que generan malos olores en la localidad durante las noches de verano.

El concejal de Ecología y Modelo de Ciudad, Raúl Sánchez, mantuvo una reunión en el Consistorio de la capital con ediles de Madrid, Getafe y Rivas Vaciamadrid, así como con representantes de la Federación Regional de

Asociaciones Vecinales de Madrid y la Subdirección de Residuos y Calidad Ambiental de la Comunidad de Madrid. Los municipios afectados por los hedores han exigido que el Gobierno regional "cumpla con su obligación y vele por el bienestar de los vecinos del Sur".

### Origen

El pasado verano, los vecinos denunciaron ante el Ayuntamiento de Pinto la existencia de olores, especialmente durante la noche, que les impedían conciliar el sueño y generaban malestar, así como dudas respecto a su posible insalubridad. La Policía Local confirmó que el origen estaba en los lodos de la finca de La Torrecilla.

## Campamento gratuito para las días de Semana Santa

### VALDEMORO

#### REDACCIÓN

El Ayuntamiento de Valdemoro, a través de la Concejalía de Educación y Deportes, ha programado Smart Week, un campamento urbano gratuito para ayudar a las familias a conciliar la vida laboral con el cuidado de los más pequeños durante los días no lectivos de la Semana Santa (12, 15, 16, 17 y 22 de abril).

Está dirigido a niños escolarizados desde Educación Infantil de 3 años hasta 6º curso de Primaria y para participar en estas jornadas cargadas de actividades lúdicas y didácticas que se desarrollarán en el Centro de Actividades Educativas (avenida de Hispanoamérica, 3), es preciso tramitar la inscripción allí mismo antes del 5 de abril.

### Horarios

El horario por el que se puede optar para la entrada es 7:30, 8 y 8:30 horas, mientras que para la salida también se puede recoger a los pequeños cada media hora entre las 14 y las 15 horas. En ninguno de los casos habrá servicio de comedor, aunque podrán llevar un tentempié de casa.

El número de plazas ofertadas es 80, por lo que si las solicitudes son superiores a esta cifra habrá un sorteo público el 8 de abril, a las 9 horas en el Centro de Actividades Educativas, donde se podrán consultar las listas a partir de las 15 horas.

## Movilización de los trabajadores municipales

### VALDEMORO

#### REDACCIÓN

Decenas de trabajadores municipales del Ayuntamiento de Valdemoro se concentraron el pasado viernes frente a la sede del Consistorio, en la plaza de la Constitución, para criticar la política laboral del Gobierno local y reclamar una negociación colectiva

"sin imposiciones y cumpliendo lo pactado".

Entre las peticiones realizadas destaca que el alcalde, Serafín Faraldos, haga una "rectificación pública de las manifestaciones vertidas en los medios poniendo en entredicho la profesionalidad de los trabajadores", además de solicitar un "proceso legal para regularizar a los empleados indefinidos"



Estructura defensiva



BALONCESTO | LIGA ENDESA

# El liderato y el morbo presiden otro 'Clásico'

El Real Madrid y el Barça vuelven a verse las caras en el WiZink Center con la primera plaza en juego y la polémica de la última Copa del Rey aún latente

F. Q. SORIANO  
@franciscoquiros

Dos de los grandes favoritos a hacerse con el título de campeón en la Liga Endesa, el Real Madrid y el FC Barcelona Lassa, regresan este domingo 24 (19:30 horas) al lugar de los hechos. No hay que remontarse mucho en el tiempo para recordar que el parque del WiZink Center albergaba el pasado 17 de febrero la final de la Copa del Rey, un trofeo que acabó volando hacia la Ciudad Condal después de una última jugada marcada por la polémica que ha deparado, incluso, una supuesta amenaza del club blanco de abandonar la ACB.

Ha pasado prácticamente un mes y la acción sigue teniendo eco, como se pudo comprobar en el choque que ambos disputaron recientemente en el Palau, correspondiente a la fase regular de la Euroliga. Parece que ese tapón de Anthony Randolph ha avivado aún más si cabe

## PASAPORTES

### Dos de los títulos de 2015, en el aire

La temporada 2014-2015 se saldó con un pleno de títulos para el Real Madrid, pero aquellos éxitos pueden verse mermados próximamente. Según informó esta semana el periódico La Vanguardia, el exjugador blanco Marcus Slaughter tendrá que declarar en relación al presunto pasaporte falso que obtuvo en 2015, gracias al cual se hizo con la nacionalidad ecuatoguineana para no ocupar plaza de extranjero. En ese caso, el Madrid podría perder la Liga y la Copa.

esta rivalidad histórica.

Y en medio de todo esto, el calendario de la Liga Endesa depara otro 'Clásico' en el que, si bien no hay título en juego, sí se puede decir que podría tener consecuencias importantes en a medio plazo. El Barça se presenta en la capital como líder en solitario de la clasificación, aunque el hecho de tener un solo triunfo de ventaja respecto al segundo clasificado, el Real Madrid, le coloca en la tesitura de poder perder esa privilegiada posición en caso de caer en el recinto de la calle Goya. En este contexto conviene recordar que el precedente de la ida también da un importante margen de maniobra a los hombres de Pesic, quienes gracias a aquel triunfo por 86-69 se pueden permitir caer por menos de 17 puntos para



Esta jugada decantó la última final de Copa

## AMBOS EQUIPOS LLEGAN TRAS DISPUTAR SENDAS JORNADAS EN LA EUROLIGA

mantener a su favor el 'average' particular.

### Una semana ajetreada

Ese 'Clásico' podría decantarse por la profundidad de banquillo, ya que la semana ha estado cargada de compromisos importantes. El formato de la Euroliga, con una fase regular extenuante, ha hecho que se hayan disputado dos jornadas en los últi-

mos días, con el Barça recibiendo el martes al Herbalife Gran Canaria y viajando el jueves a Múnich para medirse con el Bayern. El Madrid tuvo un día menos de descanso, aunque a cambio recorrió menos kilómetros, ya que tras recibir el miércoles al Armani Milan visitará este viernes la pista de otro representante español, el Kirolbet Baskonia.

LIGA ENDESA | JORNADA 24

## Ocasión propicia para el Estudiantes

El conjunto colegial también jugará como local este domingo (12:30 horas) para recibir al UCAM Murcia • Una nueva victoria dejaría a los hombres de Josep María Berrocal con más de media permanencia en el bolsillo

Después de 23 encuentros, el Movistar Estudiantes se encuentra instalado en la decimotercera posición, a medio camino entre los agobios de la permanencia y la ilusión por pelear por meterse en los 'play-offs' por el título. Sin embargo, en

la entidad colegial no se pierde de vista que el primer objetivo es la salvación, sobre todo mirando a las temporadas precedentes, una meta que podría quedar prácticamente asegurada en el caso de sacar adelante su compromiso de este do-

mingo 24 (12:30 horas) en el WiZink Center.

Su rival, el UCAM Murcia, salió de los puestos de descenso el pasado fin de semana gracias a su vital triunfo ante el Tecnicon Zaragoza (116-94), pero aún tiene el mismo balance de vic-

torias y derrotas, 7-16, que el Cafés Candelas Breogán, quien marca ahora mismo la zona roja.

### Precedentes

En estos momentos, el Movistar Estudiantes tiene dos triunfos de ventaja sobre el cuadro universitario y, además, ya se impuso en el encuentro de ida disputado en el Palacio de los Deportes de Murcia por 73-88. Peor recuerdo dejó el duelo entre ambos en la 2011-2012, cuando una victoria murciana condenaba al 'Estu' al descenso.





Gian Clavell en un partido reciente



FÚTBOL | TERCERA DIVISIÓN

# Los dos vecinos del Sur caminan de la mano

El Parla y el Pinto llegan a la jornada 30 con solo dos puntos de diferencia entre ambos • El objetivo es alejarse de la zona baja por la posibilidad de que haya arrastres al final de la temporada

24/03	12:00H.
 PIN	10 <sup>o</sup>   38PT.
 VIC	18 <sup>o</sup>   24PT.

F. Q. SORIANO  
@franciscoquiros

Un empate en el campo del Villaverde San Andrés (1-1) y un triunfo en Los Prados (2-0) ante el Trival Valderas hicieron que el Atlético de Pinto y la AD Parla acabaran la jornada 29 del Grupo VII de Tercera División en los pue-



El Parla ganó al Trival con goles de Manu Matos y Mario

tos décimo y undécimo, respectivamente, con sólo dos puntos de ventaja a favor de los pinteños.

Teniendo en cuenta que la cuarta plaza queda bastante lejana, el objetivo de los dos equipos del Sur es alejarse lo máximo posible de la zona baja, ya que los hipotéticos descensos del Unión Adarve y el Navalcarnero desde Segunda B podrían deparar que hasta seis equipos cayeran a Preferente.

### Necesidad

Esa amenaza es bastante real para el próximo rival del Pinto. Este domingo 24 (12 horas) llega al Amelia del Castillo un Vicálvaro al que parece que la alegría de haber retornado a Tercera le puede durar exactamente un año. Actualmente ocupa la antepenúltima posición y sólo ha sumado 2 de los últimos 24 puntos que ha disputado.

Por su parte, la AD Parla tendrá uno de los choques más complicados de la temporada, ya que visitará este domingo (12 horas) Navalcarbón, el feudo del líder, Las Rozas CF.



Imagen de otra edición anterior

ATLETISMO | XII EDICIÓN

# La Capitán Duque no olvida la solidaridad

### REDACCIÓN

Ya está todo preparado para que Valdemoro celebre este domingo 24 de marzo una nueva edición, la duodécima, de la Carrera Solidaria Capitán Duque. Organizada por el Colegio de Guardias Jóvenes Duque de Ahumada de la Guardia Civil y con la colaboración y patrocinio del

Ayuntamiento de Valdemoro y diversas marcas comerciales, la prueba constará de 10 kilómetros, con salida y meta en las instalaciones del Colegio de Guardias Jóvenes. Este año los beneficios obtenidos serán destinados íntegramente a la Asociación de Familiares de Enfermos de Alzheimer de Valdemoro.



**P**arece que fue ayer cuando iniciaban su carrera en el mundo de la música vendiendo la friolera, sin pretenderlo ni esperar, de más de un millón de copias de su primer disco. Desde entonces hasta ahora han pasado 25 años y Ángeles Muñoz y Dioni Martín siguen con la misma ilusión de entonces.

Les hace muy felices saber que los adolescentes que les escuchaban en los años 90, hoy son padres de una generación que también ha decidido oír su música. El 12 de abril celebrarán con un concierto en el Palacio de los Deportes este cumpleaños, pero no será el único, ya que tienen decenas de citas por toda España ya cerradas para este año.

#### ¿En serio han pasado 25 años?

**Dioni:** Es la pregunta del millón. Es increíble, pero cierto, que esos chicos de barrio que empezaron por hobby, porque no lo buscábamos en ningún momento, sigan aquí 25 años después. En todas las entrevistas nos lo preguntan porque es sorprendente.

#### ¿Qué veis cuando rebobináis?

**Ángeles:** Que ha pasado el tiempo muy deprisa, muy rápido, porque no hemos sido conscientes. Lo bueno es que no hemos parado nunca de trabajar.

**Lo que está claro es que el sueño está hoy más vivo que nunca. El 12 de abril vais a estar en el WiZink Center de Madrid, donde no habéis actuado nunca en este tiempo.**

**D:** Va a ser un día de celebración para ponerle la guinda a estos 25 años de carrera y esperamos disfrutarlo y pasarlo bien con nuestra gente. Algunos artistas de este último trabajo vendrán y mi hijo Rubén también. Vamos a disfrutar con nuestra gente en un habitáculo tan memorable como el WiZink. Solo nos ha costado 25 años y va a ser un día muy emotivo. Hemos cantado muchas veces, hemos actuado ante mucho público, pero siempre al aire libre. El sonido de la gente se esparce y en el Palacio de los Deportes va a ser cerrado y solo de pensarlo sé que voy a llorar.

#### ¿Ha sido difícil digerir el éxito?

**A:** Nosotros no sabíamos ni lo que habíamos hecho cuando vendimos un millón de discos, no éramos conscientes. Nunca lo hemos tomado como un éxito, sino como un sueño realizado, algo inesperado.

#### ¿Dónde creéis que tenéis la clave del éxito?

**D:** No hay ninguna fórmula, es un cúmulo de cosas. Hemos contado siempre con el apoyo y el cariño de la gente.

**En su día os hizo triunfar el boca a boca. Ahora eso son las redes sociales. ¿Cómo os maneáis?**

**A:** Yo he sido la última en entrar en las redes sociales porque todo el mundo me lo decía. No tenía y se hacían pasar por mí. Es una de las cosas que más ha cambiado, pero nos desenvolvemos.

## CAMELA

# “Hay un político del PP que baila y canta nuestras canciones en fiestas”

El grupo formado por Ángeles y Dioni celebra con un nuevo disco, 'Rebobinando', sus bodas de plata en la música ● Para este álbum se han rodeado de grandes artistas, entre los que se encuentra David Bisbal

ENTREVISTA DE MAMEN CRESPO (@mamenrespo) | FOTO DE CHEMA MARTÍNEZ



**Vosotros nunca habéis sido muy dados a las colaboraciones y en este disco hay muchas, David Bisbal, Alaska o Taburete, entre otros. ¿Por qué ahora sí?**

**D:** Porque decíamos que para el 25 aniversario teníamos que hacer algo especial. Se empezó a barajar hacerlo con compañeros y amigos que nos tienen cariño y de ahí nació todo.

**En las redes sociales se han sorprendido por la colaboración con Taburete.**

**D:** El ámbito social de Camela siempre ha sido de todos los sitios, lo único que algunos pasaban calamidades por decir que escuchaban a Camela. Ahora no, los tiempos han cambiado, dan un paso para delante y dicen que nos escuchan. Hacer una colaboración con Willy Bárcenas ha sido un lujo porque es encantador.

#### ¿Os escuchan los políticos?

**D:** Nos han dicho que alguna vez a un político le han visto bailar alguna de nuestras canciones. Era del PP y bailaba en los mítines y en las fiestas.

#### ¿Cómo habéis hecho la selección de temas?

**D:** Ha sido muy difícil, realmente complicado, porque tenemos muchas canciones muy conocidas para nuestro público, pero bueno, al final, entre todos hemos pensado las que mejor podrían cuadrar y ahí está el resultado. Esperamos que le guste a la gente la decisión.

“NO HAY NINGUNA FÓRMULA PARA EL ÉXITO, HAN SIDO EL APOYO Y EL CARIÑO DE LA GENTE”

“ALGUNOS LO PASABAN MAL POR DECIR QUE NOS ESCUCHABAN, PERO ESO HA CAMBIADO YA”

#### ¿Están vuestras favoritas?

**A:** Todas nos gustan, pero de las que han quedado fuera, hay muchas que nos gustan también y no hemos podido incluir. Las 12 seleccionadas son emblemáticas, aunque es verdad que podría haber sido un disco de 24 o 30 canciones. Hacer un álbum de colaboraciones así es difícil, tienes que coincidir con las fechas, hay que mirar bien los tonos, el tema... Hemos participado mucho en el proyecto, musicalmente el disco tiene nuestra esencia y los sonidos también, pero el artista invitado también ha influido mucho.

#### ¿Cómo os veis en los próximos 25 años?

**A:** Encima de los escenarios. La voluntad y el corazón están, otra cosa es lo que digan los huesos. Además, yo voy a dar el paso para hacer algo en solitario y lo voy a empezar a grabar ya para poder sacarlo. Tengo muchas canciones hechas. Va a ser un traje a mi medida. Con Camela, hemos firmado con Warner para dos discos más, así es que la continuidad está garantizada.



**Nuestra selección:**

En GENTE hemos seleccionado varios tratamientos para el cuidado del rostro que aportan agua y, por tanto, hidratación a la piel



LA PIEL SE DESHIDRATA A LO LARGO DEL DÍA Y CON LA PRÁCTICA DE EJERCICIO

ESTE LÍQUIDO HARÁ QUE LAS TEMIDAS ARRUGAS NO APAREZCAN

ventajas para que luzca radiante, jugoso e hidratado. Además, nos recuerda que el agua está presente en todas las capas de la cara. Tenemos un 70% en la dermis y un 10 o 20 % en la epidermis. El agua de la primera va subiendo a las superiores hasta que se evapora a través de los poros y ese proceso se desarrolla durante todo el día. De ahí su importancia.

**Para que no te deshidrates**

Es importante aportar agua a la piel para que no se deshidrate, ya que a lo largo del día vamos perdiéndola y, con más facilidad, si realizamos ejercicio físico.

**Para evitar arrugas**

Si la piel está hidratada será mucho más elástica y llevará bien los movimientos gestuales. Una piel deshidratada se romperá con facilidad ante gestos como reír, llorar o guiñar un ojo, formando las tan temidas arrugas.

**Para que las cremas actúen**

Los tratamientos penetrarán mejor si la piel está hidratada y los activos anti- edad o anti- acné serán más eficaces cuanto más agua haya.

**Para mantener la firmeza**

Las fibras de colágeno y elastina están sumergidas en una sustancia compuesta por minerales y agua.

**Para evitar las bacterias**

La barrera cutánea protege de bacterias, por tanto es necesario tener un film hidrolipídico sano formado por agua y grasa en la epidermis para que no puedan entrar y este líquido no pueda fugarse.

MAMEN CRESPO  
@mamencrespo

**22 DE MARZO: DÍA MUNDIAL | CONSEJOS**

**Ponle agua a tu piel**

Una crema que aporte este líquido contribuirá a hidratar, a evitar las arrugas y a mantener la firmeza

● Agua y grasa en la epidermis son fundamentales para evitar las bacterias

**E**ste viernes, 22 de marzo, es el Día Mundial del Agua, y aprovechamos esta celebración para hablar de la importancia que tiene para la piel este líquido, que ayuda a que se mantenga hidratada. No solo hay que beber, sino también utilizar cremas que la aporten para mantener el rostro radiante. La experta en belleza Cuca Miquel (www.todoenbelleza.es) nos habla de sus



**SEMANA SANTA 2019**

PARA RELAJARTE, DESCANSAR O DISFRUTAR

OFERTA VÁLIDA del 12 al 21 de abril

**73€**  
PERSONA SUJETA

**ESCAPADA DE PRIMAVERA 2 NOCHES + NOCHES EXTRAS**

- 2 noches de alojamiento en habitación doble estándar
- Desayuno buffet
- Tratamiento termal por persona y por estancia: 1 masaje relajante con aromaterapia personalizada de aceites esenciales, 1 baño de sales, 1 cabina calor y 1 chorro
- Acceso libre a las piscinas de agua mineral medicinal

**SERVICIO PREMIUM**  
RESERVAS antes del 8 de abril (bajo disponibilidad)

Habitación Superior/Desayuno Premium  
Acceso a piscinas y cabinas de calor/Salida tardía.



**SEMANA DE SENDERISMO EN EL XURÉS**

del 18 al 21 de abril

**LOBIOS CALDARIA**  
HOTEL BALNEARIO

En el Balneario de Lobios podrás disfrutar del Festival de Senderismo del Xurés que este año contempla rutas por la Reserva Mundial de la Biosfera Gerés-Xurés, degustaciones gastronómicas, conciertos de música y diversas actividades culturales.

**INSCRIPCIONES**

617 164 082 / 696 760 910  
ecoturismoxures@gmail.com

• info: facebook.com/xureswalkingfestival

**caldaria**  
Finis, es una palabra

RESERVA YA! 988 280 406  
www.caldaria.es



**Gente** ANUNCIOS CLASIFICADOS

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

Pregunte al servicio al Cliente: 911 - 800 20019

Madrid: 911 548 0263 y 911 548 0263 | 91 548 0263

Ávila: 907 505 783\* | Palencia: 907 505 781\*  
 Burgos: 907 505 132\* | Santander: 907 505 779\*  
 León: 907 517 310\* | Segovia: 907 505 789\*  
 Logroño: 907 505 794\* | Valladolid: 907 517 623\*

**1. INMOBILIARIA**  
1.7. VACACIONES

**DEMANDA**

**SANJENJO.** Apartamento 2 habitaciones, ajardinado. Frente playa. Tardes. 607271916.

**2. EMPLEO**  
2.2. DEMANDA

**DEMANDA**

**BUSCO** trabajo como interna. 664398130.

**COBRO** la voluntad. Ángel, pintor español. Experiencia. 639006668.

**Gente digital**

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

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

**¡ALQUILA O VENDE TU PISO!**

**ANÚNCIALO AQUÍ**

**Gente** ANUNCIOS CLASIFICADOS

TU ANUNCIO POR SÓLO **6€**

Llámanos **91 548 02 63**

**14 VARIOS**  
14.1. INVERSIÓN

**DEMANDA**

**TESSLINE.** Interés Compu. 918273901.

Ofertas y demandas **EMPLEO**

ANUNCIAS AQUÍ POR **6€**

**Gente** ANUNCIOS CLASIFICADOS

Llámanos **91 548 02 63**

**7. OCIO**  
7.3. JUGUETES

**DEMANDA**

**COMPRO** juguetes antiguos, álbumes, Mádélman, scales-tric, trenes, playmobil. 653017026.

**COMPRO** juguetes. Scales-tric, Mádélman, Nancy, Playmobil, Trenes. 609148383.

**MAESTRO SIDIBE AUTENTICO VIDENTE**

SEÑAL DE SUFUR, ESTA LLAMADA SERÁ LA LÍNEA DE TU CAMINO

¡DESCUBRE TU DESTINO! ¡DESCUBRE TU FUTURE!

¡LLAMADA GRATIS! 654 540 158 - 655 439 651

¡WHATSAPP! 654 540 158

**Si no lo anuncias... NO LO VENDES**

Tu anuncio durante una semana por sólo **6€**

**Gente** ANUNCIOS CLASIFICADOS

Llámanos **91 548 02 63**

**PROFESIONAL** Promociona tus servicios

¡Más de 400.000 lectores semanales verán tu anuncio!

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

**Gente** CLASIFICADOS

**91 548 02 63**

**SUDOKUS**

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

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

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

SOLUCIÓN IZQ.:  SOLUCIÓN DCHA.: 

**HORÓSCOPO | LA PREDICCIÓN DE LA SEMANA**

**ARIES** 21 MARZO — 20 ABRIL

**ACCIÓN:** En tus entrenamientos y ocio.  
**SENTIMIENTOS:** Necesitas dar más para recibir lo que quieres.  
**SUERTE:** Sigue tu intuición.  
**SALUD:** Necesitas mucho descanso y bastante relax para estar bien.

**LIBRA** 23 SEPTIEMBRE — 22 OCTUBRE

**ACCIÓN:** En tus nuevos proyectos.  
**SENTIMIENTOS:** Te gusta mantener tu pequeño resquicio de libertad.  
**SUERTE:** Todo depende de la ayuda que prestes a otros.  
**SALUD:** Saldrán a la luz recuerdos de otros tiempos.

**TAURO** 21 ABRIL — 21 MAYO

**ACCIÓN:** Reorganización del entorno familiar.  
**SENTIMIENTOS:** Notas que te falta vitalidad. Es necesario que tengas paz y armonía.  
**SUERTE:** En tus planes.  
**SALUD:** Para entender todo mejor, ponte en el lugar de los demás.

**ESCORPIO** 23 OCTUBRE — 22 NOVIEMBRE

**ACCIÓN:** En tus aspectos más mundanos y sociales.  
**SENTIMIENTOS:** Deshazte del pasado que te persigue en el presente.  
**SUERTE:** En tus diversiones y ocio.  
**SALUD:** Aprende a dialogar sin discutir.

**GÉMINIS** 22 MAYO — 21 JUNIO

**ACCIÓN:** En tus excursiones y viajes.  
**SENTIMIENTOS:** Ten en cuenta los sentimientos de los otros.  
**SUERTE:** En tu profesión.  
**SALUD:** Necesitas tu espacio privado. Es muy importante.

**SAGITARIO** 23 NOVIEMBRE — 21 DICIEMBRE

**ACCIÓN:** En tus estudios y aprendizaje.  
**SENTIMIENTOS:** Es bueno mantener el buen humor para todo.  
**SUERTE:** En asuntos familiares y hogareños.  
**SALUD:** Necesitas sentirte feliz con tus creaciones.

**CÁNCER** 22 JUNIO — 22 JULIO

**ACCIÓN:** En asuntos económicos y de inversiones.  
**SENTIMIENTOS:** No mantengas temas ocultos.  
**SUERTE:** En tu sabiduría y bagaje ancestral.  
**SALUD:** Has de ser responsable en todo.

**CAPRICORNIO** 22 DICIEMBRE — 20 ENERO

**ACCIÓN:** Aumento de tus ganancias extras.  
**SENTIMIENTOS:** Debes innovar y aprender a hacer felices a los demás.  
**SUERTE:** Con tus amigos y conocidos.  
**SALUD:** Recibirás de vuelta tus buenas acciones.

**LEO** 23 JULIO — 22 AGOSTO

**ACCIÓN:** En tus principios.  
**SENTIMIENTOS:** Debes mantener conversaciones directas y defender la verdad.  
**SUERTE:** En tu patrimonio y propiedades.  
**SALUD:** Cuida bien la alimentación y la nutrición.

**ACUARIO** 21 ENERO — 19 FEBRERO

**ACCIÓN:** En asuntos de trato con otras personas.  
**SENTIMIENTOS:** Notarás que tienes premios que te concede la vida.  
**SUERTE:** En tus ganancias y economía.  
**SALUD:** Cuida especialmente los nutrientes y la vida sana.

**VIRGO** 23 AGOSTO — 22 SEPTIEMBRE

**ACCIÓN:** Guíate por tus corazonadas.  
**SENTIMIENTOS:** Debes saber que lenguaje usar para no dañar innecesariamente.  
**SUERTE:** En asuntos con otros o con la pareja.  
**SALUD:** Necesitas tiempo para ti.

**PISCIS** 20 FEBRERO — 20 MARZO

**ACCIÓN:** En tu forma de ayudar a otros.  
**SENTIMIENTOS:** Cuida el lenguaje y tu forma de presentarte a los demás.  
**SUERTE:** En la forma en la que inicias los proyectos.  
**SALUD:** Por fin todo es restituido a su lugar de origen.

ESPACIO PATROCINADO POR:

**Victoria Vélez** 625 666 045

**Bióloga - Naturópata (Col. 4331)**

[www.astral.com.es](http://www.astral.com.es)



# ¿Problemas de humedad en su vivienda?



EN **ACUASEC** TENEMOS LA **SOLUCIÓN.**

PIDA SU DIAGNOSTICO **COMPLETO Y GRATUITO**



✓ **Tratamientos DEFINITIVOS** contra la humedad



# 900 535 625

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





COLEGIOS  
**Juan Pablo II**  
PARLA

CATÓLICO  
CONCERTADO  
BILINGÜE

*¡Porque tu hijo es único!*

**Jornada de  
puertas abiertas**

**6 de abril**  
De 10h a 12h

*¡Conócenos!*  
[colegiojuanpablosegundo.es](http://colegiojuanpablosegundo.es)

