

Gente

ESPECIAL PUENTE DE TODOS LOS SANTOS
31 OCTUBRE - 8 NOVIEMBRE 2019

FUENLABRADA



ESPECIAL PUENTE DE LOS SANTOS | PÁG. 8

El Joker será la estrella de Halloween

El disfraz del personaje interpretado por **Joaquín Phoenix** es uno de los más demandados para la noche del 31

COMPRA VENTA DE LIBROS

COMPRAMOS LIBROS Y BIBLIOTECAS A DOMICILIO
HACEMOS ENVÍOS NACIONALES E INTERNACIONALES

www.librosalcana.com

info@librosalcana.com

C/ Marqués de Viana, 52 - 28039 Madrid

☎91.220.42.63 ☎629.240.523 📍664.442.863

Libros Alcana

ACTUALIDAD | PÁG. 4

Arranca la campaña electoral más corta de la democracia

Su comienzo, el viernes 1 de noviembre con la simbólica pegada de carteles, coincide con el Puente de Todos los Santos ● Los políticos de los diferentes partidos solo tendrán por delante 8 días para solicitar el voto de los ciudadanos

GASTRONOMÍA | PÁG. 7

Buñuelos y huesos de santo, los dulces que no amargan a nadie

Las pastelerías madrileñas apuestan fuerte por los productos típicos de estas fechas



CHEMA MARTÍNEZ / GENTE

TRADICIÓN | PÁG. 6

Flores para recordar a los seres queridos

La celebración de Todos los Santos representa el 20% de la facturación anual de las floristerías ● Los crisantemos, las rosas y los claveles son las más elegidas para llevar a los cementerios en una tradición que resiste mejor fuera de las grandes ciudades ● El sector reclama ayuda para acabar con la venta ilegal en estas fechas



AGENDA | PÁGS. 10 Y 11

Planes de todo tipo para una noche de miedo

Pasajes del terror, conciertos, fiestas de disfraces y películas de terror forman parte de la oferta cultural relacionada con Halloween ● Habrá eventos por toda la Comunidad

LA FRASE

“Los muertos pueden llegar en Cataluña, como ya sucedió en el País Vasco”

Santiago Abascal

El líder de Vox reclama medidas urgentes para frenar la violencia. Cree que ha habido “rendición de Estado”.



LA CIFRA

5%

Contratos laborales como regalo navideño

La campaña de Navidad de este año generará en España 453.260 contratos, cifra un 5% superior a la de 2018.

EL PERSONAJE



Unanimidad en el Congreso

A sus 72 años, Paloma Santamaría se jubilará este 1 de noviembre después de 36 años ejerciendo como ujier del Congreso de los Diputados. En ese tiempo se ha ganado el cariño de todos los grupos.

EDITA:
GENTE EN MADRID, S.L.

EDITOR:
FERNANDO IBÁÑEZ

REDACTORA JEFE:
MAMEN CRESPO

COORDINADORES DE REDACCIÓN:
FRANCISCO QUIRÓS
JAIME DOMÍNGUEZ

JEFE DE FOTOGRAFÍA:
CHEMA MARTÍNEZ

JEFE DE MAQUETACIÓN:
CARLOS ZUGASTI

MAQUETACIÓN:
ENRIQUE ALONSO

COLABORADORES:
MIGUEL HERNÁNDEZ
(Redacción)

SOFÍA CARMONA
(Redacción)

CARLA FLECHA
(Fotografía)

SECRETARIA DE REDACCIÓN:
ELENA HORTA

DIRECTOR DE GRANDES CUENTAS Y ACC. ESPECIALES:
CARLOS ECHEGUREN

JEFE DE MARKETING:
RAFAEL VARA

COORDINADORA DE PUBLICIDAD:
ANA SÁNCHEZ

DISEÑO GRÁFICO:
PATRICIA MARTÍNEZ

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

TELÉFONO:
91 369 77 88

E-MAIL:
info@genteenmadrid.com

CONTROLADO POR:

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

Cariño y memoria

MAMEN CRESPO COLLADA · REDACTORA JEFE

Es verdad que no se necesita una fecha marcada en el calendario como Todos los Santos o el día de los Difuntos para acordarse de los que nos dejaron. Cada uno, en su día a día, en momentos determinados, devuelve a su cabeza los mejores ratos con aquellos familiares o amigos que se fueron. Y no hay nada más bonito porque dicen que mientras uno está en la memoria de alguien, no muere del todo. Sin embargo, es cierto que los españoles nos echamos a las carreteras en este puente para llevar flores a nuestros difuntos y para asistir a las misas que se ofician por ellos en todos los pueblos. Es una forma de recordar, todos juntos y unidos, a los que ya no están. Hay otros que prefieren no celebrarlo porque les llena de dolor, y es tan respetable como los que, como yo, desde niña, sigo la tradición de llevar flores al cementerio, entonces a mis cuatro bisabuelos y a Carmen, una hermana de mi abuela Emelia, que fue la que me enseñó la importancia de no olvidar nunca a los que tanto han hecho por nosotros. A mí me encantaba acompañar a mi abuela mientras me contaba cosas de ellos. Para ella era una tradición muy arraigada, que le hacía levantarse muy temprano cada 1 de noviembre para dejar intactas las tumbas, tanto de sus suegros como de sus padres, sobre la que colocaba unos faroles que la iluminaban. Me da pena no poder hoy seguir sus pasos poniendo esos faroles porque sé que le encantaría, pero no pasa nada porque, al final, lo importante es que la llevo siempre en mi memoria, al igual que a mi abuelo Jesús, su marido, y que, una vez más, estaré allí con mis flores, como ella me enseñó, para ellos, para sus padres, mis bisabuelos, y para la tía Carmen, a la que solo conocí a través de las palabras de mi abuela.



SÍGUEME EN LAS REDES SOCIALES:

@mamencrespo
@mamencrespocollada

LA FOTO DE LA SEMANA



Las cabinas telefónicas se quedan colgadas

Forman parte del paisaje urbano desde hace décadas, pero su futuro está en el aire. La Comisión Nacional de los Mercados y la Competencia solicita que las 16.000 cabinas telefónicas que aún quedan desaparezcan el 31 de diciembre. La decisión está en punto muerto por el bloqueo político.

EL SEMÁFORO



Salvajadas en plena vía y morbo mediático

Una pelea entre clanes dedicados a la venta de droga en Badalona se saldó con un muerto y tres heridos graves. Algunos medios informaron del suceso publicando fotos muy sensibles.



Paréntesis inesperado en el juicio del 'Chicle'

La Audiencia de La Coruña ha aplazado al 11 de noviembre el juicio por el asesinato de Diana Quer. La razón, la ausencia de cuatro miembros potenciales del jurado por edad y causa médica.



Metro acelera los fines de semana

Metro de Madrid abrirá hasta las 2:30 horas los fines de semana en 2020, tal y como ha avanzado el vicepresidente Ignacio Aguado. Se espera que, en una tercera fase, se amplíe a 24 horas.



@gentedigital

MURPROTEC®

Tratamientos definitivos contra la humedad

Hay espacios
de tu hogar...

que solo deberían
estar reservados para
su **creatividad.**



CONDENSACIÓN



CAPILARIDAD



FILTRACIONES



Empresa líder del sector
con certificación
ISO 9001

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

900 30 11 30

www.murprotec.es

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

Arranca la campaña más corta de la democracia

Los candidatos tendrán solo ocho días para convencer a los electores • El 1 de noviembre se producirá la simbólica pegada de carteles de las generales

M. HERNÁNDEZ
@gentedigital

La campaña de las elecciones generales del 10-N arranca de forma oficial este viernes 1 de noviembre, coincidiendo con el puente de Todos los Santos. Los cabezas de lista de los diferentes partidos tendrán apenas 8 días para recorrer en una apretada agenda los diferentes puntos de nuestra geografía con el objetivo de sumar apoyos. El conflicto catalán será, a buen seguro, uno de los temas más recurrentes en los debates y mítines políticos.

PARTIDO SOCIALISTA: La solución al bloqueo

‘Ahora sí’ será el lema de campaña de los socialistas. Su candidato y presidente del Gobierno en funciones, Pedro Sánchez, asegura que el PSOE es la única opción para romper el actual bloqueo político y conseguir una legislatura estable que sea capaz de

transformar España en un país más moderno, que es justo lo que no quieren, en su opinión, ni las tres derechas ni los independentistas.

PARTIDO POPULAR La reforma económica

El presidente del PP, Pablo Casado, al calor de las últimas encuestas, considera que están “a tiro de piedra de ganar las elecciones”. El líder popular propone una “revolución de bajada de impuestos”, que incluiría suprimir por ley el impuesto de sucesiones y donaciones, una bajada del impuesto de patrimonio, de sociedades, de la cuota a los autónomos y del impuesto de actos jurídicos documentados para que la gente “tenga más dinero disponible”.

CIUDADANOS: Soluciones para Cataluña

La actual situación catalana es una de las cuestiones que más



Pedro Sánchez (PSOE)



Pablo Casado (PP)



Albert Rivera (Ciudadanos)



Pablo Iglesias (U. Podemos)

preocupa al cabeza de lista de Cs, Albert Rivera, además de que los catalanes puedan votar con “libertad”. La formación naranja, por otro lado, promete prohibir por ley las amnistías fiscales.

UNIDAS PODEMOS: El voto útil

El secretario general de Podemos, Pablo Iglesias, defiende que el voto útil es el de Unidas Podemos porque con



Santiago Abascal (Vox)

él se logra que el PSOE no gobierne con el PP y garantiza que se llevarán a cabo medidas eficaces para resistir a la desaceleración económica.

VOX: Azote del ‘tricentrito’

El presidente de Vox, Santiago Abascal, dice que su formación frenaría un pacto entre PSOE, PP y Cs que, a su juicio, es el que tiene “mayor probabilidad” de forjarse. En



Íñigo Errejón (Más País)

su programa, Vox defiende la eliminación a largo plazo de las comunidades para la formación de un Estado unitario.

MÁS PAÍS: Medidas sociales

El candidato de Más País, Íñigo Errejón, propone reducir la lista de espera de Dependencia, crear una farmacéutica pública y articular un paquete de medidas para combatir la violencia de género.

Más autobuses para llegar a los cementerios madrileños

M. H./E. P.

La Empresa Municipal de Transportes (EMT) reforzará un total de ocho líneas de autobús que dan servicio a los cementerios de la capital para hacer frente a la mayor demanda de público prevista con motivo del Día de Todos los Santos.

Las rutas que van a incrementar su dotación de vehículos, siempre en función del día concreto y la franja horaria, son la 25 (Ópera-Casa de Campo), 106 (Manuel Becerra-Vicálvaro), 108 (Oporto-Cementerio de Carabanchel), 110 (Manuel Becerra-Cementerio de La Almudena), 113 (Méndez Álvaro-Ciudad Lineal), 118 (Embajadores-La Peseta); y los Servicios Especiales Plaza Elíptica-Cementerio Sur y Plaza de Castilla-Cementerio de Fuencarral. Los mayores refuerzos se pusieron en marcha el pasado 27 de octubre, y se prolongarán hasta este viernes 1 de noviembre.

La Almudena

En concreto, la línea 110, que permite acceder al cementerio de La Almudena, aumentó su dotación el pasado 19 de octubre y la incrementó aún más el domingo 27 de octubre, un dispositivo especial que estará operativo hasta el 3 de noviembre.

En total, EMT suma a los servicios habituales de estas ocho rutas un total de 25 vehículos extra para hacer frente a la afluencia de viajeros que visitan estos recintos en estos días señalados.

DEL 1 AL 9 DE DICIEMBRE DE 2019

Puente de Diciembre
Pida un deseo desde...

POLITOURS | 115 años

Infórmese en su agencia o en politours.com

| | | | | |
|------------------|---------------------|-----------------------|-----------------------|--------------------|
| <i>Andalucía</i> | LAPONIA BRUSELAS | NÜREMBERG BRUSELAS | JORDANIA MARRUECOS | VIETNAM MYANMAR |
| LISBOA | <i>Baleares</i> | LISBOA | BRATISLAVA | CHINA |
| LONDRES | LAPONIA | MÚNICH | PARÍS | CUBA |
| PARÍS | CRACOVIA | BERLÍN | TOULOUSE | <i>País Vasco</i> |
| PRAGA | <i>Barcelona</i> | LONDRES | LYON | NÜREMBERG |
| ESTAMBUL | EGIPTO | DUBROVNIK | MÚNICH | <i>Valladolid</i> |
| BRUSELAS | IRÁN | MARRUECOS | ÁMSTERDAM | ESTAMBUL |
| <i>Aragón</i> | JORDANIA | PRAGA | LAPONIA | LUXEMBURGO |
| JORDANIA | CASABLANCA | VIENA | NÁPOLES | |
| ESTAMBUL | CHIPRE | LAPONIA | ESLOVENIA | |
| DÜSSELDORF | DUBÁI | <i>Madrid</i> | CHIPRE | |
| <i>Asturias</i> | ZAGREB | IRÁN | ESTAMBUL | |
| ESTAMBUL | ESTAMBUL | EGIPTO | LIBANO | |
| | | | DUBÁI | |

Cruceiros
RHIN
DANUBIO

TEMA: NUTRICOSMÉTICA

¡La belleza natural viene del interior!



Convierta Signasol en su ritual de belleza diario

Nutricosmética, el renacimiento de una tendencia centenaria

Ser bella, un objetivo que Cleopatra ya perseguía en el antiguo Egipto. Y aún hoy en día, mujeres de todo el mundo siguen dando gran importancia a una apariencia hermosa y a una piel firme. Para conseguirlo, como en tiempos de Cleopatra, hay que utilizar la menor cantidad de química posible. Es aquí donde entra en juego la nutricosmética: aportar belleza desde el interior, a través de la absorción de nutrientes vitales. Una bebida especial de belleza, Signasol, ahora hace que sea realmente fácil tener la piel radiante y firme.



Belleza radiante desde el interior: con colágeno

El colágeno es un componente natural de nuestra piel, una proteína estructural del tejido conectivo.

Signasol – la bebida de colágeno de farmacia

Esta mantiene la piel firme y elástica. Sin embargo, la producción propia de colágeno del cuerpo disminuye significativamente a partir de los 25 años y las arrugas y la celulitis comienzan a aparecer. La bebida de belleza Signasol proporciona al cuerpo, desde el interior, el valioso colágeno. Lo especial de los péptidos de colágeno de Signasol es su bajo peso

molecular, lo que permite que sean fácilmente absorbidos por el cuerpo. De esta manera rellenan la piel desde el interior y le devuelven su elasticidad.

Reponga belleza una vez al día

Además, esta bebida de belleza única, Signasol, contiene muchas vitaminas y minerales, como zinc, biotina y

cobre, que favorece el mantenimiento del tejido conectivo normal. Una cantidad suficiente de estos nutrientes es a menudo difícil de incorporar solo con la dieta diaria. Signasol lo hace muy sencillo: solo una ampolla al día y el cuerpo recibe todo lo que necesita para tener un aspecto saludable y radiantemente bello. ¡Repóngase de belleza desde el interior!

Resultados impresionantes después de tan solo 8 semanas:

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

Para una piel radiante y bella

De venta en farmacias: CN - 187551.8

www.signasol.es

Proksch et al., 2016, Skin Pharmacol Physiol 27:113-119; Proksch et al., 2014, Skin Pharmacol Physiol 27:47-56; Schunck et al., 2015, Journal of Medicinal Food 18(12):1340-1348 • La imagen representa a una afectada.

NOVEDAD

¿Enrojecimiento facial?

Una nueva crema anti-rojeces ayuda de inmediato

El enrojecimiento facial es un problema muy extendido. Muchas de las personas afectadas han intentado inútilmente controlar las rojeces con diferentes productos cutáneos. Pero una innovadora crema anti-rojeces, Deruba disponible en farmacias, soluciona al momento dicho problema con un triple efecto único.

¿Cómo aparecen las rojeces en el rostro?

Hay muchos factores que contribuyen a la aparición del enrojecimiento facial. Los cambios frecuentes de temperatura, el paso de los años o la exposición excesiva a los rayos UV, todo esto conlleva a que las venas se irrigen más de lo normal. La consecuencia: los vasos sanguíneos se traslucen con un color rojizo a través de la piel. Si bien no se trata de una enfermedad, los afectados se sienten con frecuencia muy incómodos. A me-

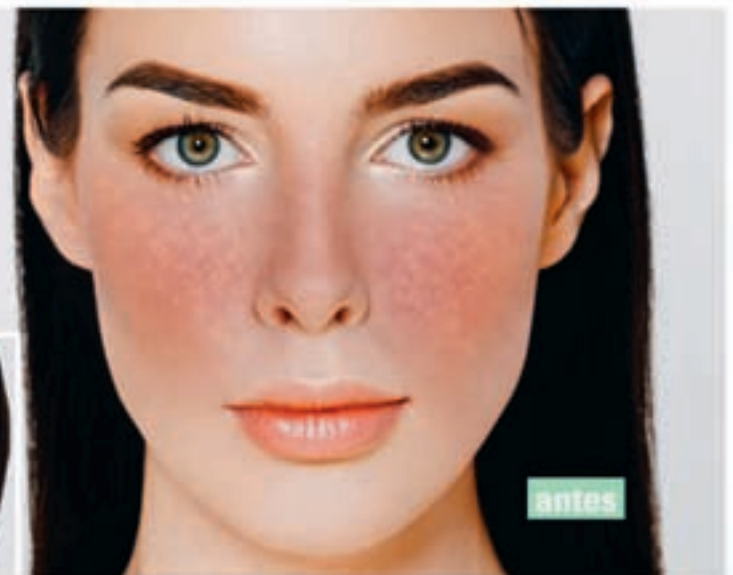
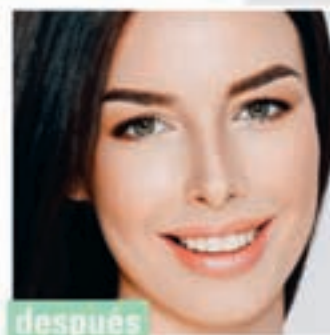
nudo intentan ocultar el enrojecimiento utilizando una gran variedad de productos para el cuidado de la piel, pero en la mayoría de los casos los resultados son poco convincentes. Ahora hay una innovadora crema para las rojeces faciales, Deruba disponible en farmacias, que ayuda de inmediato gracias a un triple efecto único.

La fórmula innovadora con un triple efecto
La innovadora crema anti-rojeces Deruba actúa proporcio-

nando tres efectos. Primero unos pigmentos micro-encapsulados

LAS VENTAJAS DE DERUBA

- ✓ triple efecto: oculta, atenúa y previene las rojeces
- ✓ sustituye el tratamiento diario y el maquillaje
- ✓ textura ligera y agradable sin efecto máscara



lo que permite que la tez se vea uniforme y fresca. Deruba está dermatológicamente testada y es recomendada por expertos dermatológicos para combatir el enrojecimiento facial.

Esto dicen las usuarias:

Muchas mujeres afectadas confían plenamente en esta crema anti-rojeces. Una de ellas, Maria L., afirma satisfecha: «Llevo utilizando Deruba desde hace algunas semanas. Las molestas rojeces cutáneas desaparecen en un abrir y cerrar de ojos. Me siento liberada de un

problema muy incómodo. Gracias al equipo de investigación de Deruba por este extraordinario producto.

Innovadora crema anti-rojeces ¡Por fin en España!

Para su farmacia: **Deruba** (CN - 195150.2)

Si Deruba no está disponible, su farmacia puede pedirlo de inmediato.

www.deruba.es



(Las imágenes representan a unas afectadas, testimonio con nombre modificado)

TRADICIÓN | HOMENAJE A LOS DIFUNTOS

La semana grande de las floristerías

La costumbre de llevar flores a los difuntos se mantiene a pesar de la percepción ● La venta ilegal es el enemigo de un sector que pide más ayuda a las administraciones

POR JAIME DOMÍNGUEZ (@JaimDominguez)

A pesar de la cada vez mayor implantación de Halloween, para una gran parte de la población española la celebración de Todos los Santos sigue vinculada a la tradición de llevar flores a los seres queridos que ya no están. Esta costumbre, a pesar de la percepción general, se mantiene vigente en toda España, aunque según asegura la directora de la Asociación Española de Floristas (Aefi), Olga Zarzuela, “goza de mayor



Floristerías en el centro de Madrid CHEMA MARTÍNEZ / GENTE

20%

De facturación
Esta semana es la más importante de todo el año para las floristerías

arraigo fuera de las grandes capitales”.

La importancia para el sector es tan grande que el volumen de negocio de esta semana representa la quinta parte de los ingresos de las floristerías de todo el año. “Es la fecha en la que más se vende, seguida por el Día de la Madre y por San Valentín”, explica Zarzuela.

Flores en cubos

El principal enemigo del sector, la venta ilegal de flores en plena calle, también hace su particular agosto en estos días. Para la directora de Aefi, la clave para acabar con este “enorme” problema es la mayor implicación de las administraciones públicas. “Bastaría con que hicieran un seguimiento, requisando la mercancía a quienes venden sin licencia, aunque no les multasen como indica la normativa. Solo con eso ya se con-

LAS MÁS VENDIDAS

Crisantemos, claveles y rosas son las favoritas

Con respecto a las preferencias de los clientes a la hora de adquirir flores para estas fechas, desde Aefi aseguran que los clásicos como los crisantemos, los claveles, las rosas, el lilium y los gladiolos siguen siendo los más vendidos. No obstante, en los últimos tiempos se abren paso flores exóticas como el anthurium, la strelizia y la phalaenopsis.

seguiría un efecto positivo para nuestro sector y disuasorio para los vendedores ilegales”, apunta Olga Zarzuela, que añade que esta cuestión les afecta mucho, ya que “nuestro negocio es muy estacional, con picos de venta muy necesarios para el mantenimiento de las tiendas”.

Desde Aefi también exigen que ciudades como Madrid no den permisos a personas “que venden flores en un cubo, ya que esto supone un grave perjuicio para los empresarios floristas, que están sometidos a mayores obligaciones tributarias y fiscales” que estos vendedores ambulantes, que no tienen las mismas condiciones de “estabilidad ni dignidad profesional”. También apelan a que los clientes compren “de forma responsable” y se pongan “en el lugar del comerciante” a la hora de adquirir sus flores.

RETOS | PRESENCIA DIGITAL

Un sector que se adapta a las nuevas tecnologías

La venta ‘online’ de flores aún es reducida, pero crece “poco a poco” ● Aefi organiza jornadas sobre innovación para las empresas

Con respecto a la venta por Internet, tan implantada en otro tipo de productos, desde Aefi aseguran que las ventas “aún son reducidas, aunque poco a poco van ganando terreno”.

Olga Zarzuela asegura que lo más habitual es que los clientes utilicen las nuevas tecnologías para ver los ramos, pero que luego se acercan a la tienda o llamando por telé-

fono para adquirirlos, por lo que es muy importante para los negocios tener un buen escaparate ‘online’.

Para que los negocios de siempre se adapten a los nuevos tiempos, Aefi promueve la presencia digital en jornadas como las que van a tener lugar en Madrid el año que viene para asesorar a las pequeñas empresas sobre innovación y que cuentan con la colaboración de la Dirección General de Comercio y Consumo de la Comunidad de Madrid.

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 
Calle de Valparaíso, 2
FUENLABRADA

☎ 91 615 11 50
✉ sur@coplaco.com
🌐 www.coplaco.com

GASTRONOMÍA | REPOSTERÍA

Un bocado para endulzar a todos los paladares

El sector espera que este año se vendan 345.000 kilos de estos productos ● Los buñuelos, con recetas innovadoras, siguen siendo lo más demandado

F. Q. SORIANO
@franciscoquiros

Entre visitas al camposanto y el recuerdo a los difuntos, la celebración de Todos los Santos también reserva un lado más dulce, representado a través de los productos típicos de estas fechas: los buñuelos y los huesos de santo.

Después del paréntesis estival, donde los helados copan prácticamente el mercado, el sector pastelero espera la lle-

gada de esta época del año que supone un empujón económico destacado, solapándose prácticamente con la llegada de la Navidad.

El rey

Conscientes de ello, los establecimientos que conforman este sector en la Comunidad de Madrid realizan una seria

apuesta por estos productos. Según las cifras que maneja la Asociación de Empresarios Artesanos del Sector de Pastelería de Madrid (Asempas), este 2019 se venderán más de 345.000 kilos de dulces tradicionales, divididos

entre buñuelos, huesos de santo, empiñonados y almenrados.

De entre todos ellos, se llevan la palma los buñuelos. La gran demanda de los madrileños coloca la expectativa de ventas en unos 265.000 ki-

DE LA CIFRA
TOTAL PREVISTA
DE VENTAS, MÁS
DE LA MITAD
SERÁN BUÑUELOS



La oferta de estos productos cada vez es más amplia CHEMA MARTÍNEZ / GENTE

los y ha llevado a varios obradores a arriesgar con propuestas innovadoras. A la cabeza de todos ellos lleva situado, desde hace varios años, Nunos Pastelería. En este 2019 su maestro pastelero, José Fernández, rinde home-

NUNOS O
PASTELERÍA
MALLORCA
SON SITIOS
DE REFERENCIA

naje a varios países como México, con buñuelos rellenos de crema con tequila y chiles picantes. Para los amantes de los huesos de santo, Pastelería Mallorca los prepara rellenos de batata, trufa, marrón, praliné y yema.

Diarrea, dolor abdominal, flatulencia: pueden ser los síntomas de un colon irritado



Diarrea, dolor abdominal o flatulencia siempre condicionando la vida diaria, muchas personas lo conocen muy bien. Le explicamos lo que a menudo significan los problemas intestinales recurrentes y lo que realmente puede ayudar.

Nuestro intestino es una verdadera maravilla: en una longitud de unos seis metros, descompone nuestros alimentos en componentes vitales como vitaminas, enzimas y oligoelementos. A los 75 años, el órgano más grande de nuestro cuerpo ha procesado unas 30 toneladas de alimentos, lo que equivale al peso de unos 25 coches. A pesar de su enorme eficacia, el intestino también es muy sensible y puede causarnos numerosas molestias. Muchas personas padecen casi diariamente de diarrea, dolor abdominal y flatulencia. ¡La realidad es que a menudo estas molestias se deben a un colon irritado! El problema es que nuestro estilo de vida moderno favorece el desarrollo del llamado colon irritable. La falta de ejercicio, la alimentación desequilibrada, el estrés y la tensión psicológica son factores de riesgo que a me-

nudo son difíciles de evitar en el mundo actual.

Así se desarrollan los problemas intestinales

Pero ¿cuál es exactamente la causa de un colon irritado? Actualmente, muchos expertos opinan que en un colon irritado la barrera intestinal está dañada. A través de pequeñas microlesiones pueden penetrar agentes patógenos y toxinas en la pared intestinal. Pudiendo llegar a irritar el colon y perturbar sus funciones, lo que a menudo produce problemas como diarrea, dolor abdominal

y flatulencia. Científicos han encontrado una respuesta a la pregunta de qué puede ayudar eficazmente contra los síntomas del colon irritable: la cepa bacteriana exclusiva B. bifidum MIMBb75 (contenida exclusivamente en Kijimea Colon Irritable).

Ayuda efectiva científicamente probada

Los expertos descubrieron que la cepa de bifidobacterias contenida en Kijimea Colon Irritable se adhiere directamente a la pared intestinal irritada, como un parche. Así la protege de irritaciones

adicionales. La eficacia fue probada en un estudio clínico: con la cepa bacteriana contenida en Kijimea Colon Irritable, en muchos pacientes las molestias típicas del colon irritable se aliviaron significativamente, hasta en muchos casos incluso desaparecieron. De esta forma, la calidad de vida de los afectados 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)

Kijimea Colon Irritable cumple con la normativa vigente sobre los productos sanitarios. Se requiere un primer diagnóstico médico del colon irritable. CPSP18138CAT



Maléfica y el Joker son tendencia



Los esqueletos son un clásico PEPE RIOFRÍO / GENTE



Pennywise, de 'It', también estará presente PEPE RIOFRÍO / GENTE

CELEBRACIONES | DISFRACES

'La casa de papel' y 'Joker' arrasarán este Halloween

Los atuendos de la serie española y de la película americana son los más solicitados este año ● La importancia de esta fecha para el sector ya ha igualado a la de una tradición más arraigada como es el Carnaval

POR JAIME DOMÍNGUEZ (@JaimDominguez)

Hace tiempo que Halloween dejó de ser una tradición anglosajona que se veía con cierta distancia en nuestro país para convertirse en una de las fiestas con más seguidores. Uno de los elementos más reconocibles de esta celebración son los disfraces, hasta el punto de que el volumen de negocio que representa la noche de 31 de octubre para el sector ya ha igualado al Carnaval.

Así lo aseguran en Maty, una de las tiendas más representativas de Madrid si se quiere adquirir un disfraz y pionera a la hora de ofrecer productos relacionados con Halloween en Madrid. Fue gracias a un viaje de sus dueños a Estados Unidos en los años 80 cuando se dieron cuenta del potencial que tenía esta celebración para una empresa como la suya, que hasta entonces estaba prácticamente limitada a la actividad del mes de febrero.

Series de moda

Desde su céntrico local, situado muy cerca de la Puerta del Sol, una de sus empleadas, Sophie Vázquez, explica a GENTE que, un año más el gusto de los compradores se ha decantado por los grandes fenómenos audiovisuales de la temporada. "Lo más demandado son los disfraces de 'La casa de papel' y de 'Joker', hasta el punto de que hemos tenido que reponer existencias porque se agotaron en muy poco tiempo", señala, mientras añade que otros de los éxitos de 2019 son Maléfica, Pennywise, el payaso sali-



Atracadores: El disfraz de 'La casa de papel' es uno de los más codiciados por los clientes



MÁSCARAS: Para los que quieran acudir a una fiesta de Halloween y no quieran complicarse demasiado existe la posibilidad de adquirir una máscara con la que cubrir el expediente y no ser el único del evento que no va disfrazado.

do de la imaginación de Stephen King en su novela llevada al cine 'It', y Harley Quinn, la novia del principal enemigo de Batman.

Sin estar tan pegados a la actualidad, en Maty se está viviendo un repunte de los artículos relacionados con Eduardo Manostijeras. En

LA TIENDA MATY
FUE PIONERA
EN OFRECER
ARTÍCULOS DE
HALLOWEEN

cuanto a los clásicos que no pasan de moda, los más vendidos vuelven a ser un año más los disfraces de diablo, bruja, vampiro, médico, enfermera, policía, esqueleto o pirata. Cualquier opción es buena para sumarse a las innumerables fiestas que se celebrarán en esa noche.

MOTOCICLISMO | MOTO2

Álex Márquez, un motivo para celebrar en el Puente

El hermano de Marc depende de sí mismo para lograr su segundo título mundial

F. QUIRÓS
@gentedigital

Ajeno a la invasión de Halloween o a la tradición aparejada al día de Todos los Santos, el mundo del deporte se prepara para otro fin de semana rutinario, en el que el calendario futbolístico quema otra fecha más. Eso, sin embargo, no es sinónimo de que los amantes del deporte no tengan una razón de peso para sentarse frente al televisor. Tendrán, eso sí, que pegarse un buen madrugón, ya que a primera hora de este domingo 3 de noviembre (6:20 horas) se pondrá el semáforo en verde en el circuito de Sepang para que arranque la carrera de Moto2.

No se trata de una prueba más dentro del calendario, sino que este Gran Premio de Malasia puede servir para completar la fiesta en casa de los Márquez, ya que apenas

un mes después de que Marc lograra la corona en MotoGP podría seguir sus pasos su hermano menor, Álex, en la categoría de Moto2.

Teniendo en cuenta que las categorías de MotoGP y Moto3 ya están resueltas en favor de Marc Márquez y Lorenzo Dalla Porta, respectivamente, se puede decir que el gran interrogante que queda por despejar es saber quién se proclamará campeón en Moto2. Por el momento, Álex Márquez lidera la clasificación de la categoría intermedia, pero su escaso margen de ventaja y el hecho de que aún haya otros dos pilotos implicados en la lucha por el título invita a pensar que la cita de este domingo en Sepang no se presta a los grises: o se decanta el campeonato en favor del pequeño de los Márquez o Valencia ejercerá como juez definitivo.

Lo ideal para el piloto del Estrella Galicia es no tener que esperar a la última carrera, donde los nervios y la presión podrían jugar una maña pasada, pero también dejaría un sabor más dulce el hecho de celebrar el título con la grada de Cheste el próximo 17 de noviembre.

Cábalas

Si no quiere demorar ese reto, las cuentas de Álex Márquez son claras. Para zanjar este asunto este mismo domingo le basta con ganar la carrera o, en su defecto, quedar en segunda posición y esperar a que el suizo Thomas Luthi no se haga con la victoria. Las otras posibilidades pasan por quedar siempre por delante del propio Luthi y de Brad Binder, el tercero en discordia.

Ajeno a estas apreturas, Marc Márquez se presenta en Sepang con el deseo de ver a su hermano proclamarse campeón y, de paso, aumentar unas estadísticas personales que ya son históricas. Con su triunfo en Australia ha superado el número máximo de puntos en una temporada desde que llegara a MotoGP (actualmente tiene 375, 13 más que en 2014) y aspira a igualar el tope de 13 triunfos en una sola temporada,

aunque para ello debería imponerse en las dos pruebas restantes. Bien diferente es la situación que atraviesa su compañero de equipo, Jorge Lorenzo.



Álex Márquez sufrió para acabar octavo en Australia



amavir

901 30 20 10
www.amavir.es



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

Residencias



Centros de día



A ÁLEX MÁRQUEZ LE BASTA CON GANAR LA CARRERA EN SEPANG

ACTUALMENTE CUENTA CON UNA VENTAJA DE 28 PUNTOS SOBRE THOMAS LUTHI

POR SU PARTE, MARC MÁRQUEZ BUSCA AMPLIAR SU RÉCORD DE PUNTUACIÓN

AGENDA CULTURAL | HALLOWEEN, PROTAGONISTA



CINE, MICROTEATRO Y MENTALISMO: Con el terror como argumento, el Palacio de la Prensa de Madrid celebrará un evento multidisciplinar que llega reforzado por el encanto del entorno en el que se sitúa, uno de los lugares "con mayor energía paranormal" de la capital de España. La velada arrancará con un espectáculo de microteatro y mentalismo además de incluir espiritismo, la proyección de las películas 'Pesadilla en Elm Street' (1984) y 'Christine' (1983) y una fiesta temática. El recinto ejercerá asimismo de lugar de celebración de la cuarta edición del 'Terror Frame Fest', el cual tendrá lugar a las 23.30 horas en una de las salas de cine.

MADRID >> Palacio de la Prensa (Plaza de Callao, 4) | 21 horas | 10-20 euros



CONCIERTO EL VOLCÁN: El sello discográfico El Volcán organiza una fiesta de Halloween en la mítica sala El Sol con las actuaciones del grupo de garage Los Nastys y del cantante de cumbia Víctor Coyote. Después pincharán Joe Crepúsculo y Yung Beef, una de las figuras más destacadas del panorama 'trap'.

MADRID >> Sala El Sol (C/ Jardines, 3) | 21 horas | 15 euros



AUTOCINE RACE: Una de las nuevas apuestas de ocio de la capital también se suma este año a la celebración de Halloween con una fiesta ambientada en un cementerio que contará con la actuación de DJ Dark. Habrá concurso de disfraces y menú sangriento y se podrá ver la película 'Noche de Halloween'.

MADRID >> Autocine RACE (C/ Isla de Java, 2) | 20 horas | 8 euros



MEGA ALTAR DE MUERTOS: La Casa de México ha vuelto a montar un altar típico de estas fechas en el país centroamericano. Con 200 metros de flores y 500 de papel picado, las calaveras y las velas recuerdan una tradición, la del Día de Muertos, que se ha visto reflejada recientemente en películas como 'Coco'.

MADRID >> Casa de México | Hasta el 10 de noviembre | Gratis



LA FÁBRICA DEL MIEDO: El evento de terror más grande de la Comunidad de Madrid tiene lugar en San Sebastián de los Reyes. Hay dos pasajes del terror, un reto conocido como Personal Extreme y una parte especialmente pensada para los más pequeños, con actividades y atracciones adaptadas a su edad.

SANSE >> Plaza de Toros | Hasta el 3 de noviembre | A partir de 2 euros

ALTERNATIVO VIDENTE AFRICANO

MAESTRO KARAN

Gran experiencia en la solución de cualquier problema.

Rapidez y garantía, en menos 7 días tus problemas estarán resueltos: vuelta de la persona amada, cura de la impotencia sexual, previene el mal de ojo, mejora la vida familiar; protege frente a los enemigos y soluciona todo aquello que te preocupa.

Trabajo conjuntamente con un gran centro especializado de África. Utilizamos su magia para darle a conocer su camino y destino a seguir a través de una videncia clara de su pasado, presente y futuro.

Consultas en mi gabinete o por correspondencia si no puede desplazarse

GARANTÍA TOTAL 600 806 572

MAESTRO CISSE

AUTÉNTICO VIDENTE CURANDERO

ADIVINACIÓN COMPLETA Y CLARA

CON GRAN EXPERIENCIA EN TODOS LOS CAMPOS DE LA MAGIA. Resuelva cualquier problema por difícil que sea. Amores, recuperación de pareja de 3 a 7 días, impotencia sexual, mal de ojo, depresiones, atraer (compraventa), protecciones familiares, suerte en los negocios, mantener puesto de trabajo, endulzamientos, justicia y exámenes, deportes, enfermedades crónicas, etc.

ESPECIALISTA EN PROBLEMAS MATRIMONIALES

TRABAJO SERIO Y EFICAZ

RESULTADOS INMEDIATAMENTE GARANTIZADOS AL 100% DE 3 A 7 DÍAS

TRABAJOS A DISTANCIA - POSIBLE DESPLAZAMIENTO

918 275 707 - 654 127 028 TODOS LOS DÍAS de 8:00 a 22:00h.



GRAN CIRCO DE LOS MUÑECOS: Boadilla ha organizado una completa jornada de Halloween en la que los vecinos podrán recorrer de nuevo el pasaje del terror, instalado en el sótano del Palacio del Infante Don Luis. Este año el túnel acogerá El gran circo de los muñecos, un recorrido lleno de terroríficas sorpresas.

BOADILLA >> Palacio del Infante Don Luis | 17 horas | Gratis



CASERÓN DEL TERROR: La Comparsa de Gigantes y Cabezudos de Torrejón de Ardoz, en colaboración con el Ayuntamiento, organiza la sexta edición del Caserón del Terror. Este año estrena ubicación y la Plaza de Toros será el escenario de un pasaje terrorífico con nuevos decorados y más actores.

TORREJÓN >> Plaza de Toros | Del 1 al 3 de noviembre | 3 euros



MARCHA ZOMBIE: Los muertos vivos invadirán Alcalá de Henares en la noche del 31 de octubre. Este año, la Marcha Zombie, en la que participan varias asociaciones y agrupaciones culturales de la localidad, estará ambientada en el Museo del Prado, con motivo de su bicentenario.

ALCALÁ >> Centro urbano | A partir de las 17 horas | Gratis



LA CLAVE
COCINA ESPAÑOLA

LA CUCHARA DEL BARRIO DE SALAMANCA

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





"Entre tradición y vanguardia renace lo clásico"



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



'UNDER THE INFLUENCE': La película de 1974 'Una mujer bajo la influencia', de John Cassavetes, es el punto de partida de este montaje sobre el desequilibrio mental y sus abismos, en el que teatro y cine borran sus contornos para ser uno solo.

TEATROS DEL CANAL, SALA VERDE >> 20 y 21 de noviembre, 20 horas



'HIJOS DE GRECIA': 12 horas de una singular y única tragedia griega al más puro estilo de las antiguas celebraciones dionisiacas y barrocas. Tramo 1: La creación del mundo: hijos de Prometeo y de Edipo. Tramo 2: La Iliada, Ifigenia y Filoteles. Tramo 3: Las Olimpiadas, Orestes y Telémaco.

TEATRO DE LA ABADÍA >> 30 de noviembre y 1 de diciembre, de 11 a 23 horas



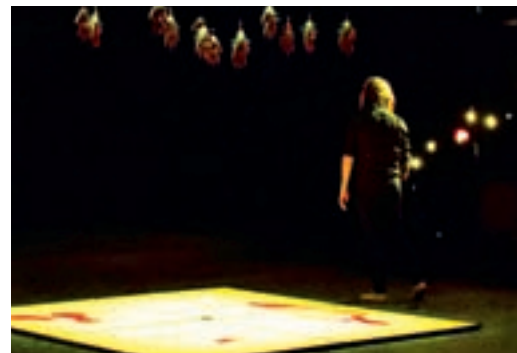
'THE DOOR': Quiere ser un retrato de los aspectos más destructivos y decepcionantes del ser humano a través de un grupo de personas separadas por una red. Una puerta se convierte en el umbral del cambio.

TEATRO KAMIKAZE >> 23 y 24 de noviembre, 20.30h y 18.30h



'TEATRO INVISIBLE': La pieza nace tras un parón de la compañía Matarile Teatro, durante el cual, sus fundadores, Ana Vallés y Baltasar Patiño, optaron por refugiarse de la escena para poder recuperarla.

RÉPLIKA TEATRO >> 30 de noviembre y 1 de diciembre, 20 horas



'GOTA A GOTA': Performance. En palabras del autor: Tal vez, sea eso, una nube que dejamos un rato en escena, lo que aguante hasta desvanecerse. O hasta convertirse en lluvia.

TEATRO PRADILLO >> 22 y 23 de noviembre, 21 horas

TEATRO | XXXVII EDICIÓN

Madrid se sube a las tablas con la llegada del otoño

Es una de las citas más esperadas para los amantes de las artes escénicas ● La región se consolida como un espacio de referencia para la difusión cultural

POR @PURITITOTEATRO

Desde el 15 de noviembre, durante dos semanas intensas y con un precio único de 15 euros para todos los espectáculos, la Comunidad de Madrid se convierte un año más en el punto de encuentro internacional de las artes escénicas. Danza, teatro, performances y una decena de experiencias escénicas,



'LAS COSAS QUE SÉ QUE SON VERDAD': Interpretada por Verónica Forqué. Parte de los esfuerzos de 4 hijos por ser ellos mismos, más allá de las expectativas proyectadas por sus padres, que han trabajado muy duro a lo largo de su vida.

TEATROS DEL CANAL >> 30 de noviembre 20 horas | 1 de diciembre 18:30 hrs

se darán cita en esta edición de reconocido prestigio que cuenta con una programación de calidad dirigida a un público heterogéneo.

Variedad

El programa recoge 27 espectáculos que llegarán a 10 espacios: los Teatros del Canal, el Teatro de La Abadía, la Sala Cuarta Pared, el Teatro Pradillo, El Pavón Teatro Kamikaze, La Casa Encendida, el Corral de Comedias de Alcalá de Henares, Réplika Teatro, la Sala Exlímite y el Museo del Prado. Habrá 5 estrenos absolutos, 8 en España y 10 en Madrid. Entre ellos, destaca el nuevo proyecto de Verónica Forqué que interpretará 'Las cosas que sé que son verdad', de Julián Fuentes Reta/Octubre Producciones, en los Teatros del Canal. Entre las figuras internacionales presentes en el festival, destaca la directora polaca Maja Kleczewska, ganadora del León de Plata de Venecia, que visita por primera vez nuestro país con 'Under the Influence'.

Toda la información en Madrid.org/fo/2019/.

OPINIÓN

Un 'Festival de Babel'

@PURITITOTEATRO
CRÍTICO TEATRAL

En los próximos días la Comunidad de Madrid tendrá todos los ojos de la esfera teatral internacional -

y nacional- puestos encima ya que, pronto, se celebrará la 37 edición Festival de Otoño, donde la diversidad lingüística destaca. Contará con 27 espectáculos en 6 lenguas: español, francés, italiano, sueco, polaco y hebreo provenientes de 11 países; pero también, con mayor presencia de creadores nacionales que en otras ediciones.

Aunque los espectáculos "hablen" distintas lenguas, en realidad, hablan la misma: fomentar la cultura a través de diversas experiencias escénicas. Al contrario que en el mito de la Torre de Babel, donde no se entienden los unos con los otros al hablar lenguas distintas, aquí todos trabajan en la misma dirección, haciendo que el festival se haya consolidado como una cita de referencia y de gran prestigio en la escena internacional. Entre los espectáculos programados destacan creadores como Alain Platel y Fabrizio Cassol, con 'Requiem pour L' El festival de Eurovisión con el encargo de las letras de las canciones a filósofos es la propuesta de Massimo Furlan y Claire de Ribautpierre, del Théâtre Vidy-Lausanne, que presentan 'European Philosophical Song Contest'. Otro artista en cartel es el suizo Milo Rau, que trae su 'Orestes in Mosul'. ¡A qué esperáis, sacad la agenda y tomad buena nota de las propuestas que más os interesen!



OCIO | EVENTOS

Exposiciones y mercadillos para todos los gustos

Madrid acoge diferentes propuestas culturales y de ocio ● Dentro de los actos destaca una muestra sobre la Guerra Civil o una ruta gastronómica

S. CARMONA TENA
@gentedigital

La oferta cultural y de ocio que acoge Madrid estos días es amplia y variada con actividades para todos los públicos. Dentro de los planes programados destaca la muestra 'LOS ÚLTIMOS, retratos y testimonios de la Guerra Civil' en el Instituto Francés. Por

su parte, la Casa Museo Lope de Vega presenta un figurín inspirado en 'El Caballero de Olmedo' ideado por el actor José Luis López Vázquez. Por otro lado, los amantes de las compras podrán deleitarse en la 'Feria Artesanía Es Más Otoño', en el Paseo de Recoletos, o en el 'Mercado del Juguete de Madrid' en el Centro Comercial La Ermita Para finalizar la jornada nada mejor que probar las delicias gastronómicas de 'Madrid Exquisito Nights'.



'Mercado del Juguete de Madrid'



Figurín ideado por José Luis López Vázquez



'LOS ÚLTIMOS' en el Instituto Francés



'Madrid Exquisito Nights'



'Feria Artesanía Es Más Otoño'

PITINGO

MESTIZO Y FRONTERIZO

regresa a MADRID

TEATRO

APOLO

28, 29 Y 30
NOVIEMBRE

Tres únicas funciones !!!

ENTRADAS YA A LA VENTA:



ticketmaster.es
902 150 025



GRUPOS
918 554 162
grupos@sumumusic.com
www.sumumusic.com



entradas.com

APTO PARA TODOS LOS PÚBLICOS Y PARA DISFRUTARLO EN FAMILIA

PATROCINADORES:




DEHESA Y CANÓNIGOS BODEGA



SUDOKUS

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

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

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.:

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

SOLUCIÓN DCHA.:

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

HORÓSCOPO | LA PREDICCIÓN DE LA SEMANA

| | |
|---|---|
| <p>ARIES 21 MARZO — 20 ABRIL</p> <p>ACCIÓN: En tus iniciativas. SENTIMIENTOS: Evita tensiones innecesarias y diviértete. SUERTE: En tu economía y ganancias del trabajo. SALUD: Podrás repartir cariño y te sentirás feliz y alegre.</p> | <p>LIBRA 23 SEPTIEMBRE — 22 OCTUBRE</p> <p>ACCIÓN: En tu forma de comunicarte con las demás personas. SENTIMIENTOS: La armonía es la mejor medicina. SUERTE: En tus ganancias extras. SALUD: Disfruta de tus momentos de relax y tranquilidad.</p> |
| <p>TAURO 21 ABRIL — 21 MAYO</p> <p>ACCIÓN: En tu fuerte intuición. SENTIMIENTOS: Cuando repartes amor te sientes con mucha dicha. SUERTE: En tu personalidad y carácter personal. SALUD: Es tiempo de ayudar a los demás.</p> | <p>ESCORPIO 23 OCTUBRE — 22 NOVIEMBRE</p> <p>ACCIÓN: En tus inversiones y ganancias. SENTIMIENTOS: Lo más importante es el entendimiento mutuo. SUERTE: En tu forma de tratar con los demás. SALUD: Es importante descansar física y mentalmente.</p> |
| <p>GÉMINIS 22 MAYO — 21 JUNIO</p> <p>ACCIÓN: En tus viajes. SENTIMIENTOS: Tendrás que ayudar, igual que otras veces lo hicieron contigo. SUERTE: En tus corazoadas e intuiciones. SALUD: Usa la sutileza y no derroches energía sin sentido.</p> | <p>SAGITARIO 23 NOVIEMBRE — 21 DICIEMBRE</p> <p>ACCIÓN: En tus romances y flechazos. SENTIMIENTOS: No te esfuerces de manera inútil. Todo es mejor haciendo las paces. SUERTE: En la forma de repartir cariño. SALUD: Descansarás como a ti te gusta, plácidamente.</p> |
| <p>CÁNCER 22 JUNIO — 22 JULIO</p> <p>ACCIÓN: En tus ocupaciones y el trabajo. SENTIMIENTOS: Que tu vitalidad sea suave y cariñosa. SUERTE: En tus viajes internos y externos. SALUD: Estarás sensible. Haz ejercicio para sentirte mejor.</p> | <p>CAPRICORNIO 22 DICIEMBRE — 20 ENERO</p> <p>ACCIÓN: En asuntos familiares y con allegados. SENTIMIENTOS: Todo sucederá de una forma tranquila. SUERTE: En tu manera de divertirte y de disfrutar de la vida. SALUD: Lo que hagas por lo demás, te lo haces a ti mismo.</p> |
| <p>LEO 23 JULIO — 22 AGOSTO</p> <p>ACCIÓN: Aprende algo nuevo y que te ayude. SENTIMIENTOS: Podrías pasar un día sensible y de excursión. SUERTE: En asuntos de la profesión. SALUD: Usa tu forma cariñosa.</p> | <p>ACUARIO 21 ENERO — 19 FEBRERO</p> <p>ACCIÓN: En tus excursiones y viajes. SENTIMIENTOS: El cariño que des volverá a ti rápidamente. SUERTE: En temas familiares y con personas cercanas. SALUD: Es preciso un descanso absoluto y una paz total.</p> |
| <p>VIRGO 23 AGOSTO — 22 SEPTIEMBRE</p> <p>ACCIÓN: Importancia de valorarte y hacerlo con los demás. SENTIMIENTOS: Ponte en el lugar de los demás. SUERTE: En tu experiencia en la vida. SALUD: Necesitas equilibrio y paz.</p> | <p>PISCIS 20 FEBRERO — 20 MARZO</p> <p>ACCIÓN: En tu forma de ganarte la vida. SENTIMIENTOS: Trata todos los temas con armonía y calma. SUERTE: En tu forma de expresarte con amistades profundas. SALUD: Un buen masaje o un buen descanso.</p> |

ESPACIO PATROCINADO POR:

Victoria Vélez 625 666 045

Bióloga - Naturópata (Col. 4331)

www.astral.com.es



¿Humedades en su vivienda?

¡En ACUASEC Tenemos la Solución!

1

PIDA SU DIAGNÓSTICO
GRATUITO Y SIN COMPROMISO

2

GARANTÍA POR ESCRITO
EN TODOS NUESTROS
TRATAMIENTOS



Premio Estrella de Oro a la
labor profesional y compromiso
con la excelencia



Premio
A Tu Salud
2015



Premio Innovación y Tecnología
En el Tratamiento de Humedades



Premio Innovación y
Tecnología en el Tratamiento



Tratamientos DEFINITIVOS contra la humedad

900 535 625

www.acuasec.com



Salón Goya



Salón Flamenco



Salón Amor de los Dioses

PLANES

Un recorrido por 500 años de historia de España

La Fundación Casa de Alba ha abierto catorce estancias del Palacio de Liria para deleite del gran público • Ubicado en pleno centro de Madrid, cuenta con numerosos tesoros artísticos e históricos

POR **SOFÍA CARMONA** (@sophiecarmona) | FOTO DE **FUNDACIÓN CASA DE ALBA**

A cuatrocientos metros de la emblemática Plaza de España, en plena calle Princesa y rodeado por un extenso jardín, se ubica el Palacio de Liria, residencia oficial del Duque de Alba, Carlos Fitz-James de Stuart y Martínez Irujo. Un gran edificio del siglo XVIII, que desde el pasado mes de septiembre ha abierto catorce de sus estancias para deleite de madrileños y turistas y que puede ser un interesante plan para este Puente de Todos los Santos

Álvaro Romero, director Cultural de Casa de Alba, explicaba a GENTE, en la entrada del palacio y minutos antes de que comenzase la visita de la que íbamos a disfrutar, que se trata de una “iniciativa del propio Duque de Alba”. “Comenzó en 2016 cuándo se decidió a abrir el Palacio de las Dueñas en Sevilla y en 2018 el Palacio de Monterrey en Salamanca, dándole así un giro de 180 grados a la política de difusión de la fundación”, señalaba. Lo interesante, remarca-

ba Romero, es que “no solo muestra la historia de una familia y una colección de más de 500 años, sino también la historia de España y Europa”.

Colección privada

Los tesoros artísticos e históricos que alberga Liria son obra de la labor de mecenazgo y coleccionismo de este gran linaje. El origen de la colección responde así a los refinados gustos y aficiones culturales de sus habitantes, quienes buscaron pinturas, esculturas, tapices, muebles y grabados, además de un amplio conjunto de porcelanas para decorar sus residencias. De entre las obras expuestas destacan el Retrato del Gran Duque de Alba pintado por Tiziano o el de La Duquesa Cayetana de Alba con vestido



Edificio civil: El Palacio de Liria fue construido entre 1767 y 1785 por Ventura Rodríguez.



Biblioteca

blanco, realizado por Goya. Por primera vez, además, es posible adentrarse en la biblioteca, alojada en la planta baja, que contiene más de 18.000 volúmenes y donde se exhibe la única colección de cartas autógrafas de Cristóbal Colón en manos privadas o el último testamento de Fernando El Católico.

La apertura del Palacio de Liria, que viene a apoyar la oferta cultural tan importante que existe en Madrid, ha despertado un gran interés entre el público. En la primera semana, 1.800 personas pasaron por sus estancias y, a día de hoy, apenas quedan algunas entradas sueltas hasta el mes de enero.

Visitas:
Las visitas cuentan con audioguías en varios idiomas

Precio medio:
Desde 13€

Dónde:
C/ Princesa 20
91 230 2200
www.palaciodeliria.com

