

Gente

AÑO 14, NÚMERO 567
DEL 17 AL 24 DE ENERO DE 2020

mad

ALCORCÓN

MUYFAN | ENTREVISTA | PÁG. 12

“La monarquía ya
no tiene razón de ser”

El periodista **Jaime Peña-fiel** cuenta, en su último libro, ‘Anécdotas de oro’, interesantes chascarrillos de conocidos personajes



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 📍684.442.863

librosalcana

MOVILIDAD | PÁG. 6

Moverse en transporte público en 46 minutos

La empresa Moovit ha realizado un estudio a nivel mundial • Los madrileños son los que menos tienen que andar de toda España a la hora de desplazarse

ALCORCÓN | PÁG. 8

Un año de retos en limpieza y vivienda

El Ayuntamiento invertirá en nueva maquinaria, más moderna y eficaz, que permita mejorar el mantenimiento de la ciudad • La adquisición de parte de las casas del Plan Permuta, la rehabilitación de otras en San José de Valderas y la recuperación del Creaa serán otros de los objetivos

DEPORTES | PÁG. 10

Arabia, la rampa de la cuesta de enero

Después de su participación en la remozada Supercopa, el Real y el Atlético se enfrentan a un saturado calendario • El Sevilla y el Eibar, sus rivales antes de debutar en la Copa



ACTUALIDAD | PÁG. 4

Las 22 caras del nuevo Gobierno de Sánchez

Los integrantes del Ejecutivo de coalición tomaron posesión de sus cargos el 13 de enero

LA FRASE

"Las discrepancias y los matices son algo sano; un partido no es una secta"

Borja Sémpér

El presidente del PP de Gipuzkoa anunció que deja la política para trabajar en la empresa privada.



LA CIFRA

32%

La morosidad, el peor regalo

Un informe revela que la morosidad de las familias se dispara tras la Navidad, como consecuencia del gasto en esas fechas y la resaca del 'Black Friday'.

EL PERSONAJE



El mejor gol de Díaz Ayuso

La presidenta de la Comunidad de Madrid recibió multitud de elogios por la vestimenta que llevaba en la final de la Supercopa celebrada en Arabia Saudí.

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:

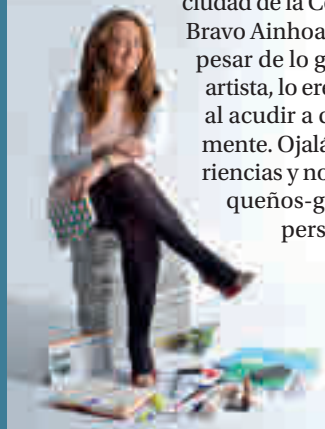
EL PERIÓDICO GENTE NO SE RESPONSABILIZA NI SE IDENTIFICA CON LAS OPINIONES QUE SUS LECTORES Y COLABORADORES EXPONGAN EN SUS CARTAS Y ARTÍCULOS

Las personas

MAMEN CRESPO COLLADA · REDACTORA JEFE

Vivimos en un mundo donde lo único que cuenta es la apariencia. Atrás han quedado otros valores como la solidaridad, el respeto o la educación que, en algunos casos, hasta pasan por aspectos carcas. Esta semana prometía su cargo como vicepresidente Pablo Iglesias y muchos titulares aludían a que iba sin corbata. A mí no me gusta nada personalmente que no la llevara. Creo que uno no es más moderno por pasar de las normas que siempre han regido las sociedades. Es una cuestión, a mi entender, de respeto hacia los demás y más, cuando representas, como es el caso, a todos los españoles. Sin embargo, esto no debe servir como una excusa para el insulto personal como ha ocurrido porque, afortunadamente, las personas somos muchísimo más que nuestra decisión a la hora de vestir. Tampoco me ha pasado desapercibido que ningún miembro del nuevo Gobierno haya jurado su cargo. Me cuesta creer que entre tanto ministro no haya ningún católico, pero ya saben que se ha extendido que es más moderno no reconocerlo. A quien no le importa contarle a quien le escuche sin complejo alguno su fe en la Virgen es a la soprano Ainhoa Arteta, que el pasado martes, tras el pregón que daba en las fiestas de Alcobendas, acudía a la Parroquia de San Pedro Apóstol de la ciudad a cantarle un Ave María a la Virgen de La Paz pillando por sorpresa a todos los asistentes que llenaban la iglesia en el primer día de novena a la Patrona de esta gran ciudad de la Comunidad de Madrid.

Bravo Ainhoa por demostrar que, a pesar de lo grande que eres como artista, lo eres más como persona, al acudir a cantar desinteresadamente. Ojalá nos dejemos de apariencias y nos fijemos en estos pequeños-grandes detalles de las personas.



SÍGUEME EN LAS REDES SOCIALES:

@mamencrespo
@mamencrespocollada

LA FOTO DE LA SEMANA



Más visibilidad para un drama demasiado real

La Reina Letizia recibió el pasado martes a una representación del Fondo de Becas Fiscal Soledad Cazorla Prieto, gestionado por la Fundación Mujeres y destinado a los hijos de mujeres asesinadas por violencia de género que se han quedado huérfanos.

EL SEMÁFORO



Un fallo que pudo acabar en tragedia

Un parque infantil con pista deportiva situado sobre un parking subterráneo se hundió este lunes en una urbanización de edificios de Santander. Afortunadamente no hubo víctimas.



Más dudas sobre la conexión bolivariana

El Gobierno de Bolivia, cuando Evo Morales estaba al frente, asignó a dedo más de un millón de euros a una consultora muy ligada a Unidas Podemos. Ciudadanos ya ha pedido explicaciones.



Del dolor a la posible gloria de los Oscar

El director Pedro Almodóvar y el actor Antonio Banderas podrían recibir una estatua por su participación en el film 'Dolor y gloria'. La gala se celebrará el próximo 9 de febrero.



@gentedigital

Semana del Crucero

Haz Realidad Tus Sueños

- Reserva por solo 40€
- Hasta 65% de ahorro
- Si el precio baja te lo igualamos
- Pago en 3 meses
- Más cruceros gratis o con grandes descuentos

Sin gastos de cancelación hasta 60 días antes de la salida

Mejor precio garantizado

Hasta 10% Tarjeta Regalo de El Corte Inglés

MEDITERRÁNEO E ISLAS GRIEGAS

5 Maravillas del Mediterráneo
 Pullmantur | Sovereign
 8 días | 7 noches
 De abril a noviembre
339€
 Todo incluido en bebidas

Egeo Icónico
 Celestyal | Celestyal Olympia
 4 días | 3 noches
 De marzo a noviembre
729€
 Todo incluido en bebidas • Selección de excursiones y propinas incluidas • 30€ para gastar a bordo

Atardecer sobre el Mar de Liguria
 Costa Cruceros | Costa Smeralda **Nueva Salida**
 8 días | 7 noches
 De enero a noviembre
799€
 Bebidas y comidas limitadas • Cuota de servicio • Paquete 5 excursiones por 49€ • Consulta salud exclusiva "Zoo de la felicidad" el 2 marzo. Incluye manicuras (día) como concierge de viaje, pensamiento positivo, inteligencia emocional, clases de yoga y mucho más.

Adriático, Grecia e Italia
 Celebrity Cruises | Celebrity Infinity[®]
 8 días | 7 noches
 De junio a agosto
1.279€
 Precios especiales familias • Hasta 1.000€ descuento • Paquete de bebidas Crédito a bordo

Francia e Italia
 Azamara Cruises | Azamara Pursuit **Navega Premium**
 9 días | 8 noches
 26 abril
1.323€
 Todo incluido en bebidas • Hasta 40% descuento • Cuota de servicio incluida

NORTE DE EUROPA
Fiordos del Norte
 Pullmantur | Monarch
 8 días | 7 noches
 De mayo a agosto
909€
 Todo incluido en bebidas • Paquete especial excursiones desde 99€

GRANDES VIAJES
Dubái y Leyendas de Arabia
 Pullmantur | Horizon
 8 días | 7 noches
 De enero a marzo
699€
 Todo incluido en bebidas

Viaje completo por Japón
 Princess Cruises | Diamond Princess **Navega Premium**
 15 días | 14 noches
 6 julio
3.472€
 Guía acompañante en español • Visita de Tokio y Kamakura • 3 noches pre-crucero • Experiencia VIP desde solo 38€ (reserva noche) e incluye paquete de bebidas, internet ilimitado y viajes.

CARIBE

Caribe Occidental y Perfect Day at Cococay[®]
 Royal Caribbean | Symphony y Allure of the Seas[®]
 8 días | 7 noches
 De enero a abril y de noviembre a diciembre
1.459€
 Hasta 35% descuento • Precios especiales para familias • Vuelos desde Madrid o Barcelona y traslados incluidos

EXCLUSIVO Viajes El Corte Inglés

Atenciones especiales y asistente exclusivo a bordo para nuestros clientes.

Mediterráneo Clásico
 Royal Caribbean | Allure of the Seas[®] **Navega Premium**
 6 días | 2 noches
 De mayo a octubre
899€
 Hasta 35% descuento • Precios especiales para familias • Vuelos a Barcelona desde 99€

Islas griegas desde Bari
 Costa Cruceros | Costa Deliziosa
 8 días | 7 noches
 De mayo a octubre
1.199€
 Bebidas y comidas ilimitadas • Cuota de servicio

Joyas del Báltico
 Costa Cruceros | Costa Magica
 8 días | 7 noches
 De mayo a septiembre
1.498€
 Bebidas y comidas ilimitadas • Cuota de servicio • Paquete 5 excursiones por 99€

Financia tus viajes en:
 WEB | AGENCIA | TELÉFONO

902 400 454
 viajes@elcorteingles.es



VIAJES El Corte Inglés
 Una sonrisa de ida y vuelta

Información de contacto: Viajes El Corte Inglés, S.A. - Calle de Alcalá, 48 - 28014 Madrid - España. Teléfono: 902 400 454. Web: viajes.elcorteingles.es.

Las caras del nuevo Gobierno progresista de coalición

Los 22 integrantes del Ejecutivo de Pedro Sánchez tomaron posesión el 13 de enero • Solo 10 de ellos estuvieron en funciones en los últimos meses

M. HERNÁNDEZ
@gentedigital

El primer Gobierno de Pedro Sánchez refrendado por el Congreso de los Diputados ya tiene sus integrantes después del constante goteo de nombres al que estuvimos sometidos a lo largo de la semana pasada. El secretario general del PSOE se ha rodeado de un equipo de 22 personas, con cuatro vicepresidencias y 18 ministerios. En este autodenominado Ejecutivo progresista, y en coalición, han tenido cabida tal y como ya se adelantó la semana pasada, cinco miembros de Unidas Podemos y repiten 10 de las personas de confianza de Sánchez en los últimos meses al frente de la gestión del Estado.

Todos ellos prometieron lealtad al Rey y guardar y hacer guardar la Constitución el lunes 13 de enero en el Palacio de la Zarzuela.

La ceremonia duró poco menos de media hora, desde la lectura de los decretos de nombramiento hasta la foto de familia, en la que se vio a Felipe VI bromeando con Yolanda Díaz, probablemente sobre lo alto que es el jefe del Estado, ya que a ella le tocaba colocarse justo detrás. Después, aplausos y conversaciones informales entre ellos. Al Rey se pudo ver charlando con los vicepresidentes Carmen Calvo y Pablo Iglesias, entre otros.

Los miembros del Gobierno tomaron posesión posando su mano derecha sobre la Constitución abierta por el artículo 100, el que establece que corresponde al Rey nom-

brar y separar a los miembros del Ejecutivo a propuesta de su presidente. La mayoría leyeron la fórmula colocada sobre la mesa, salvo Pedro Duque, que recitó de memoria y olvidó precisar que la Constitución es "la norma fundamental del Estado". A Yolanda Díaz, muy sonriente durante todo el acto, se la pudo ver guñar un ojo tras prometer.

Después de la promesa, todos ellos saludaron uno a uno al jefe del Estado, que les deseó suerte y les dio la enhorabuena. La anécdota la pro-

LOS MIEMBROS PROMETIERON EL CARGO ANTE EL JEFE DEL ESTADO, EL REY FELIPE VI

TODOS POSARON LA MANO SOBRE LA CONSTITUCIÓN ABIERTA POR EL ARTÍCULO 100

tagonizó la titular de Política Territorial, Carolina Darias, que tropezó con la alfombra.

Poderes del Estado

Junto al Rey estuvieron los máximos representantes de los tres poderes del Estado: el presidente del Gobierno, Pedro Sánchez; las presidentas del Congreso y del Senado, Meritxell Batet y Pilar Llop; y los presidentes del Consejo General del Poder Judicial (CGPJ), Carlos Lesmes, y del Constitucional, Juan José González Rivas.

NOMBRES Y RESPONSABILIDADES



Pedro Sánchez
PRESIDENTE DEL GOBIERNO



Carmen Calvo
VICEPRESIDENTA PRIMERA. MINISTRA DE PRESIDENCIA Y RELACIONES CON LAS CORTES



Pablo Iglesias
VICEPRESIDENCIA DE DERECHOS SOCIALES Y AGENDA 2030



Nadia Calviño
VICEPRESIDENCIA DE ASUNTOS ECONÓMICOS Y TRANSFORMACIÓN DIGITAL



Teresa Ribera
VICEPRESIDENCIA DE TRANSICIÓN ECOLÓGICA Y EL RETO DEMOGRÁFICO



María Jesús Montero
PORTAVOZ DEL GOBIERNO Y Mª DE HACIENDA



Arancha González Laya
Mª DE ASUNTOS EXTERIORES, UE Y COOPERACIÓN



Margarita Robles
MINISTRA DE DEFENSA



Fernando Grande Marlaska
MINISTRO DE INTERIOR



Juan Carlos Campo Moreno
MINISTRO DE JUSTICIA



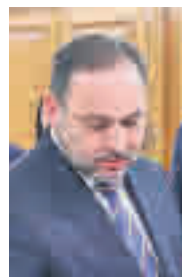
Yolanda Díaz
MINISTRA DE TRABAJO



José Luis Escrivá Belmonte
Mº SEGURIDAD SOCIAL, INCLUSIÓN Y MIGRACIONES



Carolina Darias
MINISTRA DE POLÍTICA TERRITORIAL Y FUNCIÓN PÚBLICA



José Luis Ábalos
MINISTRO DE TRANSPORTES, MOVILIDAD Y AGENDA URBANA



Reyes Maroto
MINISTRA DE INDUSTRIA, COMERCIO Y TURISMO



Luis Planas
MINISTRO DE AGRICULTURA, PESCA Y ALIMENTACIÓN



Isabel Celaá
MINISTRA DE EDUCACIÓN Y FORMACIÓN PROFESIONAL



Pedro Duque
MINISTRO DE CIENCIA E INNOVACIÓN



Manuel Castells
MINISTRO DE UNIVERSIDADES



Irene Montero
MINISTRA DE IGUALDAD



Salvador Illa
MINISTRO DE SANIDAD



Alberto Garzón
MINISTRO DE CONSUMO



José Manuel Rodríguez Uribes
MINISTRO DE CULTURA Y DEPORTES



El Corte Inglés S.A. C/ Hermosilla, 112 28003 Madrid

SOLO viernes 17 y sábado 18

AHÓRRATE EL 21% DE IVA



ELECTRÓNICA, ELECTRODOMÉSTICOS Y VIDEOJUEGOS
Además, Música, Muebles de Cocina, Tachobelleza y Electrónica Deportiva.

Aprovecha y llévate por mucho menos todo lo que te gusta con las ventajas de nuestros Tecnoprecios. Como el envío, la retirada del aparato antiguo, seguros gratis y otras facilidades. Consulta condiciones.



Hasta las 24:00 del sábado en nuestra web

El Corte Inglés S.A. C/ Hermosilla, 112 28003 Madrid. Tel: 91 300 10 10. www.elcorteingles.com. El Corte Inglés S.A. C/ Hermosilla, 112 28003 Madrid. Tel: 91 300 10 10. www.elcorteingles.com. El Corte Inglés S.A. C/ Hermosilla, 112 28003 Madrid. Tel: 91 300 10 10. www.elcorteingles.com. El Corte Inglés S.A. C/ Hermosilla, 112 28003 Madrid. Tel: 91 300 10 10. www.elcorteingles.com.



Moovit ha analizado los trayectos que realizan los madrileños CHEMA MARTÍNEZ / GENTE

Tres cuartos de hora para desplazarse por Madrid

Moovit ha elaborado un informe sobre el uso de transporte público basado en los datos de su aplicación • Los usuarios de la capital recorren una distancia de más de 10 kilómetros

JAIME DOMÍNGUEZ
@JaimDominguez

Los madrileños emplean una media de 46 minutos cuando tienen que realizar un desplazamiento por la capital. Así lo asegura el Informe Global de Transporte Público 2019 que ha presentado esta semana la empresa Moovit. La compañía ha elaborado el documento, el mayor sobre

este aspecto de todo el mundo, combinando los datos de las decenas de millones de trayectos que se registran en su aplicación con las encuestas que ha realizado a sus usuarios en 99 grandes ciudades de Europa, América y Asia durante el pasado año.

Los parámetros utilizados en el informe van desde la duración del viaje, el tiempo de espera, la distancia a pie, el número de transbordos o la

LOS MADRILEÑOS
SON LOS QUE
MENOS TIENEN
QUE ANDAR EN
SUS TRAYECTOS

distancia total, hasta las razones que incentivan un mayor uso del transporte público.

Distintos apartados

En el caso de Madrid, el estudio de Moovit señala que es la ciudad española en que el trayecto medio es más largo tanto en distancia, con 10,7 kilómetros, como en distancia, superando los tres cuartos de hora. Por detrás se sitúa Barcelona, que se queda en 9,3 kilómetros y 36 minutos. El mejor dato en este aspecto es para Burgos, donde sus vecinos solo necesitan invertir 20 minutos para desplazarse por su localidad.

En cuanto al tiempo de espera en las paradas, la capital se sitúa en la media nacional, con 11 minutos. Los que más se tienen que armar de paciencia cuando aguardan a que llegue el transporte público son los habitantes de Lanzarote, con 19 minutos. En el otro extremo están los burgaleses y los bilbaínos, que solo 'pierden' 8 minutos.

El apartado en el que salen ganando los madrileños es en el de la distancia que hay que recorrer a pie entre su punto de salida y la parada más cercana y entre el lugar en el que les deja el transporte y su destino final. En el caso de la capital asciende a 625 metros, una cifra que en Barcelona se eleva hasta los 695 metros y que en Lanzarote y Tenerife se eleva hasta los 1,4 y 1,3 kilómetros, respectivamente.

Cuando se trata de evaluar los motivos que ayudan a utilizar más el transporte público, los usuarios valoran una mayor frecuencia de vehículos y unos tiempos de espera más cortos en las paradas. Asimismo, reclaman horarios de llegada precisos y fiables y tarifas más bajas.



Información al viajero en la Línea 4 C. M. / GENTE

La Comunidad refuerza el servicio alternativo de la Línea 4 de Metro

El cierre de la totalidad del recorrido provocó colas y caos el primer día • Las quejas de los usuarios forzaron a aumentar el número de buses

REDACCIÓN

El primer día de cierre de la Línea 4 de Metro no fue fácil para los usuarios habituales de este trayecto. Las paradas del servicio alternativo de autobuses que se han puesto en marcha entre las estaciones de Avenida de América y Pinar de Chamartín se colapsaron a primera hora de la mañana de este lunes 13 de enero y los viajeros tuvieron que esperar más de media hora en algunos casos para acceder a los vehículos, según denunciaron a través de la redes sociales.

Estas incidencias obligaron al Consorcio Regional de Transportes a reforzar el servicio de cara a los días siguientes, en concreto, un 10% entre las 7 y las 9 de la mañana.

Desde la Empresa Municipal de Transportes (EMT), señalaron que la jornada del martes 14 transcurrió con "normalidad".

Disculpas

Tanto el consejero de Transportes de la Comunidad de Madrid, Ángel Garrido, como el vicepresidente regional, Ignacio Aguado, pidieron "disculpas" a los 48.000 usuarios que pasaron el lunes por el servicio alternativo por las aglomeraciones.

Aguado se refirió también a la celebración de Fitur, que comenzará el próximo 23 de enero, señalando que se buscarán las alternativas "más viables y más útiles" para que no se vea afectada la actividad de la feria.

H

HOTEL SPA

LA PRINCESA

¿Tienes pensado casarte?

Si es así, consúltanos si la fecha que deseas está disponible. Nuestros salones, terrazas ajardinadas, carpas... y resto de instalaciones te sorprenderán; y en cuanto a menús, disponemos de gran variedad, entre ellos un menú 'Todo incluido'. Confía en nuestra experiencia para este día tan especial.

Para más información llámanos al 902 353 252, así como para concertar una cita y conocer nuestras instalaciones.

Hôtel Spa La Princesa: Ctra M-506 km 9 (Salida Móstoles Centro) - Telf: 902 353 252 - www.laprincesa.com



¡Las dunas de **LAC ROSE** en **SENEGAL** te están esperando!

¡La tranquilidad de **TOUBACOUTA** en **SENEGAL** te espera!

¡Senegal te espera!

¡**DAKAR**, la capital africana de refinamiento y sabor, te espera!

¡La puesta de sol de **SALY PORTUDAL** en **SENEGAL** te está esperando!

¡Esta hermosa Jirafa de **BANDIA** en **SENEGAL** te está esperando!

ASPT

La limpieza y la vivienda, dos de los retos del nuevo año

El Ayuntamiento invertirá en nueva maquinaria que permita mejorar el mantenimiento de la ciudad y en la adquisición de pisos del Plan Permuta

POLÍTICA

C.A.
alcorcon@genteenmadrid.com

Alcorcón empieza 2020 con muchos proyectos por realizar. Su alcaldesa, Natalia de Andrés, ha anunciado, en declaraciones a GENTE, que las principales inversiones estarán relacionadas con la lim-

pieza o la vivienda, ya sea con financiación local o central.

En cualquier caso, ha insistido en que el objetivo fundamental de este año es el de recuperar y mejorar los servicios públicos y el mantenimiento de las infraestructuras. Entre los proyectos destacados, se ha considerado urgente el adquirir nueva maquinaria "más moderna y eficaz" para la Empresa Municipal de Limpieza, tratando



Centro de Creación de las Artes GENTE

de que esté en sintonía con los estándares ecológicos, "como ocurrió con el primer vehículo eléctrico presentado en diciembre de 2019", ha dicho De Andrés. Otra de las iniciativas más importantes

pasa por la adquisición de 63 de las viviendas adheridas al Plan Permuta. La medida, cuyo coste se prevé que alcance los 8 millones de euros, aunque intentarán llegar a acuerdos con los bancos

para renegociar quitas, se toma después de que el juez concursal de Emgiasa, propietaria de los pisos, haya accedido a la petición del Consistorio de hacerse cargo de los mismos para no obligar a

las familias "a dejar sus casas adaptadas".

Creaa

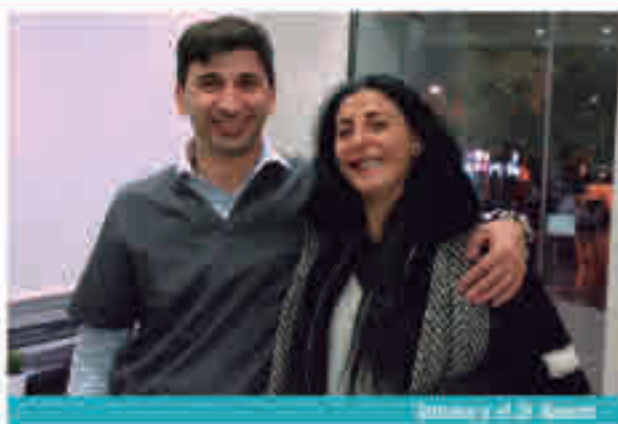
Otra de las actuaciones, que en este caso contará con una inversión de 3,1 millones de euros financiados por Plan Estatal de Vivienda (1,2 millones) y por los propios particulares (1,8 millones), permitirá la rehabilitación de 250 pisos del barrio de San José de Valderas del Área de Regeneración y Renovación Urbana y Rural (ARRUR). No obstante, uno de los principales retos a los que se enfrenta el Gobierno actual es el mismo

250 VIVIENDAS
DEL BARRIO DE
SAN JOSÉ DE
VALDERAS SERÁN
REHABILITADAS

de los últimos años: recuperar el espacio del Centro de Creación de las Artes (Creaa) para los vecinos. "Siempre desde un punto de vista público y desde el ámbito educativo y cultural", ha dicho la regidora.

El Dr. Nasimi marca tendencia en odontología digital y tratamientos sin dolor

PUBLICIDAD



Vanesa Martínez Martín nos cuenta su experiencia en la clínica dental MyDent.

¿Cómo conocí la clínica MyDent?

Tenia mucho miedo al dentista y por este motivo llevaba tiempo posponiendo el arreglarme la boca, hasta que a través de mi madre, que es paciente de MyDent, pude tener la oportunidad de conocer las técnicas que utiliza el Dr. Nasimi y su equipo para poder paliar el miedo y el dolor en el dentista y sobre todo conseguir los resultados que quería.

¿Al que del miedo te impidió empezar tu tratamiento antes?

Eso es, tenía mucho drama con la boca, y al posponerlo, cada vez se fue complicando

más. Cuando el Dr. Nasimi me comentó que podía hacerme todo sin que yo me enterara de nada con sedación consciente, fue cuando decidí que era el momento de darme la oportunidad para mejorar mi calidad de vida.

¿Podrías contarnos tu experiencia en MyDent?

Pues tengo que reconocer que el día de la intervención, me encontraba bastante nerviosa, pero el Dr. Nasimi junto con todo su equipo me transmitieron toda la confianza del mundo para que pudiera sentirme cómoda más allá del nerviosismo que tenía. También puedo decir, que al salir de la operación, no había sentido nada, todo había sido como ellos me dijeron y sobre todo, al tener mis dientes fijos ese mismo día, me parecía un sueño. ¡Me cambiaron la vida! Ahora en mi trabajo sonrío, me ven de otra manera y mi autoestima ha subido de manera notable.

¿Qué tiene diferente MyDent respecto a otras clínicas que hayas podido visitar?

Pues como te comentaba, el Dr. Nasimi y su

equipo de trabajo me transmitieron mucha confianza y tranquilidad como no había sentido antes. El trato fue muy personalizado, las citas muy puntuales, el tratamiento que me plantearon fue inmejorable. Creo que otra diferencia importante es el hecho de que te puedan realizar tu dentadura fija desde el primer día (carga inmediata) y poder hacer esto bajo sedación consciente.

Todo esto te hace sentir que estas en el lugar indicado.

¿Quédate contenta con el resultado?

¡Sí, muchísimo! No puedo tener mejor resultado. La vida, como te decía, me ha cambiado. Antes no reía y ahora voy con otra sonrisa (nunca mejor dicho). La gente de mi alrededor ve la mejoría y me preguntan mucho dónde me lo hice. Es increíble la tecnología que manejan, y la capacidad que tienen para hacer una cirugía de ese nivel, en la que salí con mis dientes fijos desde el primer día (carga inmediata) y lo mejor de todo es que no sentí nada, la sedación consciente es increíble, y el postoperatorio muy llevadero.

Si hubiera sabido que sería de esta manera, lo habría hecho hace mucho tiempo.



El Centro de Odontología Avanzada MyDent del Dr. Nasimi está ubicado en la Calle Mayor 63 de Alcorcón. Su teléfono de contacto es 916 414 346 y si prefieres contactar a través de WhatsApp utiliza el 648 148 851.

Su correo electrónico:
info@clinicadentalmydent.com

Además cuenta con otro centro en Parla que podrás encontrar en la Calle Real 75, muy cerca de la Estación de Cercanías. Su teléfono de contacto es 916 986 711 y a través de WhatsApp utiliza el 692 867 991.

Su correo electrónico:
infoparla@clinicadentalmydent.com

my-dent
ODONTOLÓGICOS Y DENTISTAS



VENDER MARCAS A PRECIO DE OUTLET, NOS HACE DIFERENTES.

ZANETTI Mozzarella de Bufala 125gr. el kilo le sale a 8€

2x1

1€

*Medio de mercado: 1,93€

le ahorras el **74%**

GUTARRA Natura Espinaca sin Sal Frasco 350gr. el kilo le sale a 3,86€

1,35€

*Medio de mercado: 2,48€

le ahorras el **46%**

NATURE VALLEY Nut Butter Almond Café

NATURE VALLEY Galletas Granola de Almendra 140gr. el kilo le sale a 3,57€

0,50€

PANTENE Champú 3 en 1 Repara y Protege Pack 2x300ml. los 100ml. le salen a 0,99€

5,95€

*Medio de mercado: 8,34€

le ahorras el **30%**

CLOSE UP Dentífrico Verde/ Rojo 75ml. los 100ml. le salen a 1€

0,75€

*Medio de mercado: 1,59€

le ahorras el **53%**

DIM Pack 2 Tangas Microfibra S/M y L/XL

5,95€

C.C. TRES AGUAS (ALCORCÓN)
C/ COLÓN, 15-17 (ALCORCÓN)
AUDA. ALCALDE JOSÉ ARANDA, 57 (ALCORCÓN)

PrimaPrix®
www.primaprix.es |



Carvajal y Saúl, protagonistas en la tanda de penaltis

FÚTBOL | LIGA SANTANDER

El invierno amenaza el sueño del 'triplete'

Real Madrid y Atlético afrontan unos meses clave tras disputar la final de la Supercopa de España • La Champions regresará en febrero con rivales ingleses

COPA DEL REY | DIECISEISAVOS DE FINAL

Invitados de lujo en la gran fiesta de los modestos

Los dos conjuntos de la capital jugarán a domicilio la próxima semana • El Madrid visitará al Unionistas y el Atlético viajará hasta León

Por su condición de participantes en la última Supercopa de España, tanto el Real como el Atlético de Madrid ya sabían que se tendrían que ver las caras en los dieciseisavos de final con al-

gunos de los supervivientes de Segunda División B, a partido único y a domicilio.

En el caso del Real Madrid, su rival será uno de los clubes más modestos que quedan en liza. El

FRANCISCO QUIRÓS
francisco@gentedigital.es

Madrid, Lisboa, Milán, Nueva Jersey y Yeda. Cada vez son más los puntos del planeta los que han vivido un derbi entre el Real y el Atlético, dos conjuntos que protagonizaron la final de la remozada Supercopa de España. Una vez más, la suerte sonrió a los blancos, pero los rojiblancos mantienen sus opciones de visitar este curso a Neptuno, mientras que los de Chamarín no darían por bueno un año en el que el único título que se lograra fuera esa Supercopa.

En el camino hacia el sobresaliente o el suspenso, los dos clubes de la capital pasarán algunos de los exámenes más importantes en pleno invierno. En el caso del Real

Unionistas de Salamanca, con apenas siete años de vida y solo una campaña y media de experiencia en la división de bronce, vivirá este miércoles 22 (21 horas) una de sus noches más grandes, al recibir en Las Pistas, un campo anexo al histórico El Helmántico de Salamanca, al cuadro que dirige Zinedine Zidane.

Más difícil

Por su parte, el Atlético de Madrid tendrá que viajar un poco más al Norte, concretamente a León, donde le espera

JORNADA 20

Morbo con el regreso de Lopetegui

Este fin de semana arranca la segunda vuelta del campeonato de Liga, y lo hace con un encuentro muy atractivo: Real Madrid-Sevilla (sábado, 16 horas). El cuadro hispanense es cuarto en la tabla, con solo cinco puntos de desventaja respecto al dúo de cabeza, pero además está dirigido por un Julen Lopetegui que vivirá un choque especial, después de su abrupta salida del club blanco.

Madrid, el título disputado la semana pasada es el pistoletazo de salida a un maratón de partidos que puede crecer o disminuir en función de su suerte en la Copa del Rey. En el caso de que fueran avanzando rondas, los pupilos de Zidane se presentarían a inicios de marzo con once partidos en las piernas, algunos de ellos tan trascendentales como la ida de los octavos de la Champions League (26 de febrero, 21 horas), o un nuevo derbi de la capital, el que tendrá lugar en el Santiago Bernabéu el sábado 1 de febrero (16 horas).

Confianza

En esa particular agenda hay más citas con las que el segundo clasificado de la Liga debería de tener cuidado. Por ejemplo, los dos partidos que tendrá que afrontar en febre-

ro a domicilio serán en los campos de El Sadar y el Ciudad de Valencia, dos plazas en las que el líder, el Barça, ya se ha dejado puntos esta temporada. Si a eso se le añade la gran igualdad que está presidiendo este campeonato, bien harían los de Zidane en seguir la filosofía 'cholista' de ir partido a partido.

LA COPA PUEDE SATURAR UN CALENDARIO COMPLICADO PARA EL MADRID

EL ATLÉTICO TRATARÁ DE RECORTAR DISTANCIAS CON BARÇA Y REAL

En una tesitura similar se encuentra precisamente el Atlético de Madrid. Los últimos resultados han reenganchado a los rojiblancos a la lucha por la Liga, teniendo ahora mismo al Barça y al Real a cinco puntos de distancia. La imagen ofrecida en la Supercopa, en la que eliminó al Barça en las semifinales, y el hecho de estar vivo en Copa y Champions permite al Atlético soñar con una temporada triunfal.

Además, el calendario que tiene por delante parece un poco más accesible que el de sus vecinos. Para empezar, este sábado 18 (21 horas) visita al Eibar, la primera de las tres citas ante equipos de la zona media y baja de la tabla: Granada y Leganés serán sus rivales previos al derbi del día 1 de febrero en el Bernabéu.



Unionistas, rival del Real Madrid, eliminó al Deportivo

una Cultural que pelea por regresar a la Segunda División dos años después. De hecho, en estos momentos, el equipo que entrena José Manuel Aira es tercero del Grupo 2, con solo tres puntos de desventaja respecto al líder.

A pesar de la diferencia de categorías, la segunda ronda de la Copa ya supuso un serio aviso para los equipos de Primera, ya que algunos, como el Getafe, se llevaron un disgusto en el campo de una Segunda B, el Badalona.

GRAN BAZAR

D'Hogar

SORTEAMOS* un **TOYOTA AYGO**

POR CADA COMPRA
SUPERIOR A

15€

UNA TARJETA
DE PARTICIPACIÓN



* FECHA SORTEO 27 DE FEBRERO 2020
BASES DEPOSITADAS ANTE NOTARIO

**Y MUCHOS
MÁS SORTEOS...**

C/ SEVERO OCHOA, 21 - 28914 LEGANÉS

916 144 119



**PARKING
EXCLUSIVO
CLIENTES**

A sus 87 años y, tras más de medio siglo dedicado al periodismo, Jaime Peñafiel presentó el pasado mes de noviembre su último libro 'Anécdotas de oro'. Editado por Esfera de los Libros, en este texto, Peñafiel narra, desde su experiencia personal, algunos chascarrillos vividos junto a diversos personajes como el rey Juan Carlos, Francisco Franco, Adolfo Suárez, Julio Iglesias o Grace de Mónaco, entre otros muchos.

¿Qué vamos a encontrar en 'Anécdotas de oro'?

De todas mis experiencias, que han sido muchas, he sacado aquellas anécdotas que tuve con determinados personajes y que me llamaron la atención.

En este texto no se ha callado nada.

Yo siempre digo que valgo más por lo que callo que por lo que cuento. Yo no soy cortesano como la mayoría de la prensa, soy un hombre muy leal y digo lo que creo que debo decir, aunque también me callo lo que tengo que callar.

Ha comentado que cuando muera le ha encargado a su mujer que quemara sus documentos comprometidos.

He recibido mucha información, pero a mí no me gusta que nadie me utilice. Yo me busco la vida como puedo, como periodista, y hay gente que me manda información, no sé sabe si interesada o si es contra alguien. Cosas, a veces muy interesantes, pero que no utilizo. Debía de quemarlo yo, pero me da pena.

En el prólogo indica que se trata de un libro bastante personal.

Son experiencias personales que yo he recibido directamente de los personajes. Con don Juan Carlos hay muchísimas historias y es que mi vida corre casi paralela a la de él. Yo le conozco desde que era cadete. Me sorprendió, por ejemplo, conocer que atropelló a un ciclista sin carnet o estar a solas con él y la reina Sofía, el día que le designaron Rey. Yo pensaba que habría cola, pero no había nadie ni nadie llamó a su puerta.

¿Sigue manteniendo relación con el Rey Juan Carlos?

Sí, no es que yo sea amigo porque él no puede tener amigos y el que presume de ello, malo. La amistad ha de ser con iguales y el Rey no lo es. Para mí ha sido el último Rey de España. Felipe es el Jefe del Estado aunque le ha tocado lo peor de lo peor. Nunca pensó que su reinado iba a ser tan duro. El de Juan Carlos también fue complicado, pero tenía un olfato político que no posee su hijo.

¿Considera que la llegada de Podemos puede afectar al reinado de Felipe VI?

Claro, hay un gobierno de izquierda y de extrema izquierda e, incluso, comunistas que han criticado públicamente a la monarquía y creo que Felipe VI lo va a pasar muy mal. En realidad, la monarquía en el siglo que vivimos no tiene mucha razón de ser. Estamos viendo estos días



JAIME PEÑAFIEL

"El Rey Juan Carlos tenía un olfato político que no posee su hijo Felipe VI"

El periodista Jaime Peñafiel acaba de publicar su último libro 'Anécdotas de oro' ● En él muestra, a través de experiencias personales, chascarrillos de conocidos personajes como Julio Iglesias o Adolfo Suárez

ENTREVISTA DE **SOFÍA CARMONA** (@sophiecarmona) | FOTO DE **CHEMA MARTÍNEZ**

"EN REALIDAD, LA MONARQUÍA EN EL SIGLO QUE VIVIMOS NO TIENE RAZÓN DE SER"

"LA INFANTA LEONOR ES UNA NIÑA, NO LA CONVIRTAMOS EN UN 'MONSTRUITO'"

como la monarquía más sólida, la británica, está también cuestionada. El hecho de que el hijo, por ser hijo, pueda heredar el trono ya no vale. En Europa quedan diez monarquías, algunas cuestionadas. Además, desde que los herederos decidieron casarse por amor porque el amor es muy vulnerable, yo no auguro mucho porvenir a la monarquía.

¿Cree que es posible hablar de su desaparición?

No sé. Puede ser que este nuevo Gobierno, incluso, anuncie un referéndum so-

bre la monarquía que imagino que ganaría con Felipe porque con esos individuos e individuos, todo el mundo le apoyará.

¿Cómo valora el papel que ha jugado Doña Letizia?

Como digo yo, Letizia ha acabado con la Familia Real. Es una persona inteligente y con carácter que no ha engañado. Cuando se anunció su compromiso ya se lo dejó bien claro a Felipe: "Déjame hablar a mí, no me interrumpas". Desde entonces marcó su línea. Y es que la Familia Real como tal no existe, existen Felipe y su mujer y sus hijas. Está bien mientras dure.

¿Veremos algún día la coronación de la Infanta Leonor?

No sabemos si su padre va a terminar su reinado, hablar, como habla la prensa española, de que la Infanta Leonor va a ser la reina de España, no tiene sentido. Leonor es una niña, no la convirtamos en un 'monstruito'. Al llevarla a Barcelona a los Premios Princesa de Girona se la debió romper algo por dentro. No debía entender porque eran protegidos por la Policía o porque los catalanes abuchearan a su padre.

Lleva más de cincuenta años ejerciendo como periodista, ¿ha pensado en la retirada?

La verdad es que tengo muchísimo trabajo. Si es inmoral que un chico de 30 o 40 años no tenga trabajo, también lo es que una persona con mi edad tenga tanto trabajo.



UNA SEMANA EN LOS BALNEARIOS DE OURENSE POR 285€

Balnearios y Diputación de Ourense ofrecen un programa de estancias termales de 6 días con pensión completa, tratamientos termales y animación sociocultural por 285€ persona. El programa también puede reservarse con desplazamiento en tren desde Madrid en su modalidad de Tren Balnearios, con un coste de 415€ persona, incluyendo además dos excursiones culturales a lugares de interés turístico de la provincia, Galicia o Portugal.



Las personas mayores de 50 años, con independencia del municipio de España en el que residan, durante el 2020 pueden disfrutar del Programa de Termalismo "Ourense, la provincia termal" 6 días en cualquiera de los balnearios de la provincia, en régimen de pensión completa con las bebidas incluidas, con asesoramiento médico, para recibir 10 tratamientos termales y acceso ilimitado a las piscinas de agua mineral-medical. El programa contempla dos modalidades: la de Bienestar, donde el desplazamiento a los Balnearios corre por cuenta del cliente, cuyo precio es de 285€ por persona; y la de Tren Balnearios, que incluye el viaje en tren desde la estación de Chamartín hasta Ourense, así como el traslado al balneario elegido.

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



Los participantes en la modalidad Tren Balnearios realizarán 2 rutas culturales y diferentes atractivos turísticos de la provincia (complementarias a las sesiones diarias de tratamientos termales).



Obtención de la plaza por internet en 5 minutos

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

Además en el mismo procedimiento y en el mismo momento la institución provincial resuelve la solicitud. Una vez que el ciudadano finaliza la cumplimen-

tación del formulario on-line la administración aprueba la solicitud y asigna plaza en el Programa emitiendo una resolución administrativa que el ciudadano puede imprimir y que contiene todos los datos de la plaza del programa asignada y un código impreso identificativo.

NUEVOS TURNOS 2020

TURNOS ESTANCIAS	ARENDA	LUBAS	LUBOS
20 - 25 de enero		●	
27 de enero - 1 de febrero		●	
3 - 8 de febrero		●	
10 - 15 de febrero		●	
17 - 22 de febrero		●	
24 - 29 de febrero	●	●	
2 - 7 de marzo	●	●	
9 - 14 de marzo	●		●
16 - 21 de marzo	●		●
23 - 28 de marzo	●	●	●
30 de marzo - 4 de abril	●		●

TURNOS ESTANCIAS + TREN	ARENDA	LUBAS	LUBOS
16 - 21 de marzo		●	
30 de marzo - 4 de abril	●		
15 - 18 de abril		●	
20 - 25 de abril			●
4 - 9 de mayo	●		
11 - 16 de mayo	●	●	
25 - 30 de mayo	●		



renfe

DIPUTACIÓN OURENSE

Galpafia

Información y reservas:
988 280 406

Modalidad Bienestar: www.termalismoourense.com
Modalidad Tren Balnearios: www.trenbalnearios.com

RANKING | LITERATURA

Diez libros para 2020

Dedicar más tiempo a la lectura es uno de los propósitos de año nuevo más repetidos ● Es un hábito que ha crecido en los últimos tiempos ● Recomendamos una decena de títulos que se han publicado recientemente en nuestro país

POR GENTE (@gentedigital)

Entre los propósitos que nos marcamos con el comienzo de cada año uno de los más repetidos es el de dedicar más tiempo a la lectura. De hecho, parece que muchos de los que se proponen retomar ese hábito lo consiguen, ya que según el último estudio realiza-

do por el Ministerio de Cultura, el 65,8% de los 16.000 encuestados han leído al menos un libro en el último año, una cifra que supone un aumento de 3,6 puntos con respecto al informe anterior.

El papel sigue siendo el formato preferido por los españoles, ya que un 61,9% lo eligen frente al 20,2% que prefiere leer en formato digital. El documento

también refleja que el 89,2% lee creación literaria, grupo en el que destaca sobre todo la novela contemporánea, opción favorita de un 76,9%.

Grandes autores

A la espera de lo que depare este recién comenzado año

LA NOVELA
ACTUAL ES LA
OPCIÓN FAVORITA
DE LOS LECTORES
ESPAÑOLES

2020 en lo que tiene que ver con el universo literario, desde GENTE queremos recordar algunos de los títulos que más han dado que hablar en los últimos meses para aquellos que no tengan claro por dónde empezar.

Entre estos diez títulos nos encontramos a autores nacionales consagrados como Almudena Grandes o Luis Landero o sorpresas como Manuel Vilas. En el apartado internacional hay escritores como Roberto Saviano, Caitlin Moran, Stephen King o Margaret Atwood.

LECTURAS PARA ESTE AÑO



El instituto

Stephen King
PLAZA & JANÉS

1: El rey del suspense vuelve con una obra en la que un niño de 12 años es raptado y enclaustrado en una institución junto a otros jóvenes con capacidades especiales.



Los testamentos

Margaret Atwood
SALAMANDRA

2: La esperada continuación de 'El cuento de la criada' ha sido uno de los libros de los últimos meses. Atwood recupera su distópico universo tres décadas después.



Yo

Elton John
RESERVOIR BOOKS

3: La vida del cantante británico ha dado mucho de sí, como se puede comprobar en su autobiografía, en la que repasa una de las trayectorias más largas de la música actual.



Alegria

Manuel Vilas
PLANETA

4: Finalista del pasado Premio Planeta, la obra de Manuel Vilas sobre la memoria de una generación ha sido una de las novelas con más impacto en los últimos meses.



La madre de Frankenstein

Almudena Grandes
TUSQUETS

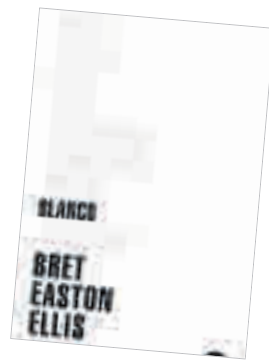
5: La autora vuelve una vez más con uno de sus Episodios de una Guerra Interminable. Cuenta la historia de un matrimonio que trabaja en un manicomio en Ciempozuelos en 1956.



Beso feroz

Roberto Saviano
ANAGRAMA

6: El escritor de 'Gomorra' regresa con otro relato sobre la Camorra napolitana. En este caso se centra en unos adolescentes que trata de hacerse con su sitio en este mundo.



Blanco

Bret Easton Ellis
RANDOM HOUSE

7: Tras una década de silencio retorna el autor de la célebre 'American Psycho' con una obra autobiográfica en la recoge sus opiniones sobre el mundo de la cultura y la política.



Lluvia fina

Luis Landero
TUSQUETS

8: Último trabajo de una de las plumas más importantes de la narrativa española contemporánea. Una familia se reúne para celebrar el 80 cumpleaños de la matriarca.



La cucaracha

Ian McEwan
ANAGRAMA

9: Reflexión sobre el Brexit y la Europa de los populismos de uno de los escritores británicos más reconocidos, que comienza el libro con un homenaje a 'La metamorfosis' de Kafka.



Cómo ser famosa

Caitlin Moran
ANAGRAMA

10: La autora vuelve a la carga con una novela visceral y tronchante sobre el amor y la amistad, en la que también hace una reflexión sobre el daño que hace la fama.



OCIO | PROPUESTAS

Conciertos y rutas gratis para sobrellevar enero

Empresas e instituciones públicas ofrecen actividades a precios simbólicos ● La música y la historia copan el grueso de las propuestas

S. CARMONA
@gentedigital

La 'cuesta de enero' sigue siendo, a día de hoy, un escollo para los madrileños, especialmente a nivel económico. Así pues y a fin de animar estas primeras semanas del año son numerosas las empresas e instituciones que ofrecen actividades gratuitas o a un precio simbólico. Entre los planes ideados sobresalen con fuerza los musicales. En este sentido, el Centro Cultural Huerta de la Salud ofrece todos los viernes de enero las actuaciones de reconocidas figuras del flamenco como Sergio Vivar, Cristina Soler o Jacob Quirós.

Por su parte, la plataforma Madrid Low Cost presenta este sábado 18 de enero, de 16:30 a 21:00 horas, una nueva edición de 'Tardeo con flamenquito en vivo y Djs' en el restaurante NuBel alojado en el Museo Reina Sofía. En la misma línea, el estableci-

miento Rey Lagarto inaugura este domingo 19 de enero el Festival Gran Tardeo Tropical que contará con la participación de Sonidero Mandril y Low Profile.

Visitas guiadas

Por otro lado y, para los amantes de los viajes, una buena opción son las diferentes rutas guiadas que se ofrecen por distintos rincones emblemáticos de la capital. La compañía HistoAventura organiza de manera habitual visitas para conocer Madrid desde múltiples puntos de vista y ámbitos. Además, cuenta entre sus múltiples propuestas con divertidas y misteriosas gymkanas. Las plazas se pueden reservar a través de la página web Eventbrite.

Finalmente, el Ayuntamiento de Madrid brinda a los madrileños la posibilidad de adentrarse en los entresijos de su sede, el emblemático Palacio de Cibeles, mediante visitas gratuitas. Los encuentros tienen lugar de martes a domingo, en horario de mañana o tarde.



TARDES DE FLAMENCO

Mientras que el Centro Cultural Huerta de la Salud ofrece este mes de enero conciertos dedicados al flamenco más puro, por su parte, el restaurante NuBel acoge una versión más relajada acompañada por DJs mientras disfrutas de un cóctel.



amavir

901 30 20 10
www.amavir.es



Atención médica personalizada | Fisioterapia | Terapia ocupacional | Atención social y psicológica
Atención sociofamiliar | Rehabilitación, podología y estética | Transporte adaptado para centro de día
Cuidado integral y apoyo especializado | Programas específicos de rehabilitación en fracturas
Unidades de convivencia según tipo de dependencia

Residencias



La residencia permite 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.

MAESTRO CISSE
AUTÉNTICO VIDENTE CURANDERO
ADIVINACIÓN COMPLETA Y CLARA

CON GRAN EXPERIENCIA EN TODOS LOS CAMPOS DE LA MAGIA. Resuelve cualquier problema por difícil que sea. Amantes, recuperación de pareja de 3 a 7 días, impotencia sexual, mal de ojo, depresiones, atraco (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
TRABAJO A DISTANCIA - POSIBLE DESPLAZAMIENTO

654 127 028 - 631 706 991 TODOS LOS DÍAS de 8:00 a 22:00h.

MURPROTEC

Tratamientos definitivos contra la humedad

Tener una temperatura **confortable** en tu hogar...

...debería estar al alcance de cualquier **familia**. Elimina para siempre la **humedad**



EFICACIA COMPROBADA
HASTA 30 AÑOS
 DE GARANTÍA

¿Sabías que los hogares con humedades aumentan hasta un 30% tu gasto en calefacción?



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

