

# Gente

AÑO 14, NÚMERO 575  
DEL 13 AL 20 DE MARZO DE 2020

**NOROESTE:** POZUELO | LAS ROZAS | MAJADAHONDA | BOADILLA | COLLADO VILLALBA | SIE

MUYFAN | ENTREVISTA | PÁG. 12

**"La religión está muy presente en España"**

Cantores de Hispalis ofrecerá un gran show sobre Jesucristo en el Teatro Nuevo Apolo



**Amplios unifamiliares de 4 y 5 dormitorios en Boadilla del Monte**

Urbanización privada con piscinas, pista de pádel y gimnasio

Desde **467.000€ IVA**

PASE 2 A LA VENTA

OBRAS INICIADAS

900 053 612

glaciar. Construyendo Confianza

**COMPRA VENTA DE LIBROS**

COMPRAMOS LIBROS Y BIBLIOTECAS A DOMICILIO  
HACEMOS ENVÍOS NACIONALES E INTERNACIONALES  
[www.librosalcana.com](http://www.librosalcana.com)

[info@librosalcana.com](mailto:info@librosalcana.com)  
C/ Marqués de Viana, 52 - 28039 Madrid  
91.220.42.63 929.240.523 884.442.863

SALUD | PÁG. 8

## El Noroeste se blindará por la llegada del coronavirus

Cierran los edificios municipales y se suspenden las actividades • Los funcionarios trabajarán en casa y se facilitará la conciliación a las familias

CORONAVIRUS | PÁGS. 4 Y 5

## Clases cerradas y el triple de camas

La Comunidad de Madrid ha anunciado un plan especial para hacer frente a la expansión descontrolada del coronavirus en la región • El Gobierno regional multiplicará por tres la capacidad de los hospitales y ha enviado a 1,5 millones de estudiantes a sus casas al menos hasta el día 26

DEPORTES | PÁG. 10

## La Liga cede y suspende la actividad

Aunque en un principio las dos próximas jornadas se iban a jugar a puerta cerrada, finalmente, el organismo de Tebas ha suspendido los encuentros • La Copa, aplazada

ACTUALIDAD | PÁG. 6

## El 58% de los españoles no consigue dormir bien

Este viernes 13 de marzo se conmemora el Día Mundial del Sueño

MUYFAN | PÁGS. 14 Y 15

## Día del Padre: un detalle para acertar con el mejor regalo

GENTE selecciona los mejores productos para sorprender a nuestro progenitor



## LA FRASE

"Las violaciones no han dejado de aumentar desde que Pedro Sánchez llegó a la Moncloa"

**Santiago Abascal**

El líder de Vox se descolgó con estas declaraciones en las horas previas al 8-M, criticando también las movilizaciones feministas, a las que calificó de "aquejarre" para pedir "más subvenciones para sus chiringuitos".



## LA CIFRA

1.000

**GENTE en Burgos ya es milenario**

Corría el mes de octubre de 1998 cuando Burgos alumbraba un periódico gratuito. Veintidós años después, sigue al pie del cañón. ¡Felicidades!



**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

## Y esto, ¿cuánto dura?

MAMEN CRESPO COLLADA · REDACTORA JEFE

o hay otro tema de conversación en la calle, en los hogares o en los centros de trabajo. El coronavirus lo ha copado todo en los últimos días, y más, después de que la Comunidad de Madrid haya tomado medidas como cerrar los colegios, institutos y universidades, dando a entender que la situación es complicada. Sí, complicada, porque, si no, no se entendería esta decisión, así es que a todos aquellos que aseguran que los medios de comunicación lo único que conseguimos es alarmar a la población, les digo que no es así, que lo que hacemos es interpretar las medidas, pero que somos los principales interesados en que esta situación se frene cuanto antes por el bien de todos. Vivimos un momento difícil que nos ha llevado también a suspender una de las fiestas más relevantes de nuestro país, las Fallas, con las grandes pérdidas económicas que supone esta decisión; y ahora es inevitable preguntarse qué pasará con la Semana Santa en las ciudades que más personas congrega esta festividad religiosa. Las hermandades siguen ensayando y preparando todo, pero están en manos de la evolución del virus. Nos toca esperar y no hacer planes, pero, sobre todo, protegernos con los cuidados que nos han aconsejado las autoridades sanitarias, que ya se saben más que de sobra, entre las que destacan lavarse las manos constantemente. Poco más depende de nosotros, y por mucho que nos preguntemos hasta cuándo va a durar esto, lo único que podemos hacer es armarnos de paciencia y esperar, en casa a ser posible, y no por obligación, sino porque con teatros, exposiciones y hasta cines cerrados, y con eventos deportivos y conciertos suspendidos, poco más podemos hacer. Siempre nos quedarán la lectura y las series.



**SÍGUEME EN LAS REDES SOCIALES:**

@mamencrespo  
@mamencrespocollada

## LA FOTO DE LA SEMANA



**La fiebre también llega al consumismo**

No se trata de un centro de Estados Unidos en las horas previas al paso de un huracán. Esta fotografía pertenece a un establecimiento de Madrid, donde varias superficies se vieron desbordadas. La razón es que, a causa del coronavirus, parte de la población decidió hacer provisión de víveres.

## EL SEMÁFORO



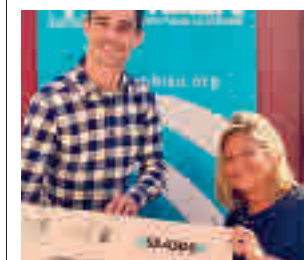
**Un terreno prolífico para las 'fake news'**

El vídeo de una masa de gente tratando de entrar en un supermercado se convirtió en viral como supuesto ejemplo de la psicosis consumista por el coronavirus. En realidad pertenecía a 2011.



**Unos sobresueldos bajo sospecha**

La presidenta del Govern de Balears, la socialista Francina Armengol, defendió el sobresueldo de 22.000 euros al año que perciben los altos cargos con residencia fuera de Mallorca.



**La mejor pirueta de Javier Fernández**

Aunque no lo parezca hay noticias más allá del coronavirus. El patinador Javier Fernández ha donado a la Fundación También 52.430 €, parte de la recaudación de 'Revolution on Ice'.



@gentedigital



# BRICOMART

ABRIMOS TODOS LOS DOMINGOS Y FESTIVOS DEL AÑO

El almacén de la construcción y la reforma

## MUEBLES DE BAÑO

<p><b>Mueble en kit: fácil transporte</b></p> <p><b>Encimera intercambiable</b></p>  <p><b>84 €</b> Cajetas</p> <p><b>MUEBLE BAÑO LUT 80</b> 80 x 46 cm. Estructura en melamina. 2 puertas. Encimera de cerámica blanca con lavabo integral. Espejo liso. Color blanco. 1902447 / 1902452</p>	<p><b>Mueble en kit: fácil transporte</b></p> <p><b>Encimera intercambiable</b></p>  <p><b>110 €</b> Cajetas</p> <p><b>MUEBLE BAÑO KRONI 80</b> 80 x 46 cm. Estructura en melamina. 2 puertas. Encimera cerámica blanca con lavabo integral. Espejo liso. Color roble. 1919688</p>	<p><b>Mueble en kit: fácil transporte</b></p> <p><b>Encimera intercambiable</b></p>  <p><b>129 €</b> Cajetas</p> <p><b>MUEBLE BAÑO ANODA 80</b> 80 x 46 cm. Estructura en melamina. 2 cajones. Encimera cerámica blanca con lavabo integral. Espejo liso. Color blanco. 1919704 / 1919705</p>	<p><b>Mueble en kit: fácil transporte</b></p> <p><b>Encimera intercambiable</b></p>  <p><b>124 €</b> Cajetas/Cajetas</p> <p><b>MUEBLE BAÑO JIRIAN 80</b> 80 x 46 cm. Mueble en melamina alto brillo. 1 cajón. 1 puerta. Encimera cerámica blanca con lavabo integral. Espejo liso. Color:  Casta 1902650 / 1902651 <b>124€</b> Blanco 1902648 / 1902649 <b>124€</b> Nature 1902646 / 1902647 <b>124€</b></p>	<p><b>Cierre amortiguado</b></p>  <p><b>149 €</b> Cajetas/Mueble</p> <p><b>MUEBLE DE BAÑO DIADOTA 80</b> 80 x 46 cm. Estructura en melamina. Encimera cerámica blanca con lavabo integral. Lavabo textil con guías soft. Espejo liso.  Nereid 2 cajones 1904190 / 1904191 <b>149€</b> Nereid* 3 cajones 1904191 / 1904192 <b>169€</b> Natare* 3 cajones 1904200 / 1904201 <b>169€</b></p>	<p><b>Mueble en kit: fácil transporte</b></p>  <p><b>149,95 €</b> Cajetas</p> <p><b>MUEBLE BAÑO MILAN 80</b> 80 x 46 cm. Estructura en melamina. 3 cajones. Encimera cerámica blanca con lavabo integral. Lavabo de cerámica blanca. Color vintage. 1902450 / 1902451 / 1902452</p>	<p><b>Encimera intercambiable</b></p>  <p><b>156,95 €</b> Cajetas/Blanco</p> <p><b>MUEBLE BAÑO NILO 80</b> Estructura en melamina alto brillo. 2 cajones. 2 puertas. Encimera cerámica blanca con lavabo integral. Espejo liso.  Blanco 80 x 46 cm 1902450 / 1902451 <b>156,95€</b> Cajetas lila 80 x 46 cm 1902448 / 1902449 <b>156,95€</b></p>
<p><b>Cajones con cierre progresivo</b></p>  <p><b>170 €</b> Cajetas</p> <p><b>MUEBLE BAÑO CENTIUM 80</b> 80 x 46 cm. Estructura en melamina. 3 cajones. Encimera en porcelana con lavabo integral. Espejo liso. Color blanco***. 1902453</p>	<p><b>Mueble en kit: fácil transporte</b></p>  <p><b>174 €</b> Cajetas</p> <p><b>MUEBLE BAÑO CALIPSO 80</b> 80 x 46 cm. Estructura lacada. 1 cajón. 2 puertas. Encimera cerámica blanca con lavabo integral. Espejo liso. Color blanco. 1902454</p>	<p><b>Cajones con cierre progresivo</b></p> <p><b>Tanale redondeado</b></p>  <p><b>185 €</b> Cajetas</p> <p><b>MUEBLE BAÑO CHIPRE 80</b> 80 x 38 cm. Estructura en melamina. 2 cajones. Encimera en porcelana con lavabo integral. Espejo liso. Color cambrian.***. 1902455</p>	<p><b>Cierre amortiguado</b></p>  <p><b>259 €</b> Cajetas</p> <p><b>MUEBLE BAÑO GENIA 80</b> 80 x 46 cm. Estructura en melamina. 3 cajones. 1 puerta. Encimera cerámica blanca con lavabo integral. Espejo liso. Tiradores tipo esfera. Color negro café. 1902456 / 1902457 / 1902458</p>	<p><b>Cierre progresivo</b></p>  <p><b>295 €</b> Cajetas</p> <p><b>MUEBLE BAÑO TENA 80</b> 80 x 46 cm. Estructura en melamina. Encimera cerámica blanca con lavabo integral. Espejo liso.  2 cajones 1902459 <b>295€</b> 3 cajones 1902460 <b>349€</b></p>	<p><b>Cierre progresivo</b></p>  <p><b>300 €</b> Cajetas</p> <p><b>MUEBLE BAÑO TIR 80</b> 80 x 46 cm. Estructura en melamina. 2 cajones. Encimera cerámica blanca con lavabo integral. Espejo decorado a juego. Color cerámica gris. 1902461 / 1902462 / 1902463</p>	<p><b>Cierre progresivo</b></p>  <p><b>335 €</b> Cajetas/Mueble</p> <p><b>MUEBLE BAÑO INNO 80</b> 80 x 46 cm. Estructura en melamina. 3 cajones. Encimera cerámica blanca con lavabo integral. Espejo decorado a juego.  Natural 1902464 / 1902465 / 1902466 <b>335€</b> Blebe azul 1902468 / 1902469 / 1902470 <b>335€</b></p>

\*Luz blanca y 2000K de temperatura de color. \*\*Luz blanca y 4000K de temperatura de color. \*\*\*Cajetas decoradas en el interior.

 <p><b>ALCOBENDAS</b> Carretera Financera, 95. 28108 ALCOBENDAS</p>	 <p><b>MAJADAHONDA</b> M. 504. FRENTE A EL CARRALEJO. Calle Hasta Magica, nº 25. 28222 MAJADAHONDA</p>
 <p><b>ALCORCÓN</b> P. EL LUCERO. Calle del Ejército de Tierra, 1. 28951 ALCORCÓN</p>	 <p><b>RIVAS VACIAMADRID</b> PARQUE RIVAS. Avenida de la Tercera vía, 28529 RIVAS VACIAMADRID</p>
 <p><b>LEGANÉS</b> PARQUE COMERCIAL PLAZA NUEVA. Carretera M-425. Km. 2,200. 28918 LEGANÉS</p>	 <p><b>USERA</b> Av. de los Rosales, 24. 28041 (MADRID)</p>



**PRECIOS DE ALMACÉN IVA INCLUIDO**



**TODO EL STOCK EN EL ALMACÉN**



**RAPIDEZ DE COMPRA**



**MARCAS DE CALIDAD PROFESIONAL**

De lunes a viernes de 7:00 h. a 21:30 h. y sábados de 7:30 h. a 22:00 h. (santander.com). Abierto todos los festivos de 10:00 h. a 21:30 h. y todos los domingos de 9:00 h. a 19:00 h. a de 9:00 h. a 19:00 h. Cierran las puertas en la noche.

Todos los precios de nuestros productos incluyen IVA. Precios válidos hasta el 20 de marzo de 2020. BRICOMART Bricomart S.L.U. - CIF: B04942391 - Calle Magica 25, 5 Parcela Financera, 28918 Leganés

[bricomart.es](http://bricomart.es)



# Madrid declara la guerra al coronavirus

La Comunidad ha clausurado todos los centros escolares hasta el próximo 26 de marzo como mínimo

● El Gobierno niega que se vaya a cerrar la autonomía por el momento y asegura que las cifras de infectados aumentarán "severamente" en las próximas semanas

POR JAIME DOMÍNGUEZ (@JaimDominguez)

**C**lases cerradas, instalaciones públicas clausuradas, recomendaciones para que no haya concentraciones de gente y, por encima de todo, un plan para reforzar una sanidad pública que está al borde del colapso según sus propios profesionales. Son algunas de las medidas que la Comunidad de Madrid ha implementado en los últimos días para frenar la expansión incontrolada del coronavirus en la región. A pesar de las voces que piden el cierre de la autonomía (el 'hashtag' #cerradMadrid se convirtió en el primer trending topic nacional en Twitter este miércoles), la presidenta, Isabel Díaz Ayuso, negó que su Gobierno vaya a tomar esta decisión. "Si el Gobierno de España quiere o sopea hacerlo, que lo explique, pero no podemos dejar correr esas informaciones que están perjudicando gravemente a la economía y que también causan estupor a los ciudadanos que no saben a que atenerse", apuntó.

Tanto Ayuso como su vicepresidente, Ignacio Aguado, advirtieron a la población de que lo más duro está aún por llegar. La presidenta señaló que habrá un "repunte elevado" durante este fin de semana, mientras que Aguado explicó que la cifra de infectados aumentará "severamente" y reconoció que las camas de la UCI "pueden no ser suficientes si la expansión del virus sigue creciendo al mismo ritmo".

Tanto Ayuso como su vicepresidente, Ignacio Aguado, advirtieron a la población de que lo más duro está aún por llegar. La presidenta señaló que habrá un "repunte elevado" durante este fin de semana, mientras que Aguado explicó que la cifra de infectados aumentará "severamente" y reconoció que las camas de la UCI "pueden no ser suficientes si la expansión del virus sigue creciendo al mismo ritmo".

Tanto Ayuso como su vicepresidente, Ignacio Aguado, advirtieron a la población de que lo más duro está aún por llegar. La presidenta señaló que habrá un "repunte elevado" durante este fin de semana, mientras que Aguado explicó que la cifra de infectados aumentará "severamente" y reconoció que las camas de la UCI "pueden no ser suficientes si la expansión del virus sigue creciendo al mismo ritmo".

## Refuerzo

Por este motivo, además de pedir responsabilidad a

## 1.388

### positivos

Son los casos confirmados en la Comunidad al cierre de esta edición

## 38

### fallecidos

Se trata de personas que tenían patologías previas, según el Gobierno regional

## 10

### laboratorios

Son los que se han habilitado para realizar las pruebas de coronavirus

la población, la Comunidad anunció un plan para triplicar el número de camas y para reforzar el número de teléfono habilitado para resolver dudas, el 900 102 112, que este miércoles estuvo completamente colapsado durante todo el día.

"Tenemos 102 hospitales. Lo que vamos a hacer es aprovecharlos al máximo, sacar lo mejor de ellos, para que mientras tanto funcione con absoluta normalidad. Hay que tener en cuenta que el coronavirus está aquí, pero también tenemos que estar pendientes de otro tipo de emergencias", señaló Ayuso. El objetivo es que sigan "funcionando con normalidad" mientras se amplían espacios y efectivos para los enfermos que temporalmente tengan que estar en ellos. Su previsión es que el 80% de los in-



## PSICOSIS

### La patronal de supermercados llama a la calma

El anuncio del cierre de las aulas y la expansión del virus por la región provocó que la gente acudiera en masa a los supermercados y acabara con las existencias en muchos de ellos. La patronal que agrupa a marcas como Mercadona, Dia o Ahorramas hizo un llamamiento a la calma y aseguró que el suministro está garantizado.

## AL DETALLE

### Los efectos colaterales de la epidemia

- **#1:** El Congreso de los Diputados y el Senado suspenden su actividad una semana
- **#2:** La Guardia Civil interrumpe su formación en sus academias de Madrid, Valdemoro y El Escorial.
- **#3:** Los centros docentes de la Policía Nacional también cierran hasta el 25 de marzo.
- **#4:** Mercadona, Carrefour y Dia restringen su venta 'online' en Madrid por avalancha de pedidos.
- **#5:** Las visitas al Museo del Prado caen un 42%.
- **#6:** Instituciones Penitenciarias suspende las visitas que no sean en locutorio a las cárceles de la región.







**Clases vacías:** La actividad educativa se ha paralizado en toda la Comunidad de Madrid

fectados tendrá síntomas leves, que se curan con aislamiento en el domicilio; un 15% necesitará una mayor atención; y solo el 5% estará en zona más sensible.

#### Sin clases

La primera medida drástica del Ejecutivo regional fue el cierre de las escuelas infantiles, los colegios, los institutos y las universidades, lo que provocó que 1,5 millones de estudiantes se quedaran sin clases al menos hasta el 26 de marzo. La Consejería de Educación aseguró que se hará todo lo posible para que los alumnos no pierdan materia y los profesores puedan impartir los conocimientos a distancia. Sin embargo, según los docentes a los que ha consultado este periódico, el sistema educativo madrileño no está preparado para



**Vuelos cerrados:** El Gobierno central canceló esta semana los vuelos con origen o destino en Italia para evitar la expansión. Solo un día después, Estados Unidos hizo lo propio con las expediciones procedentes de varios países de Europa, entre ellos España.

### POR MUNICIPIOS

#### Torrejón

El Ayuntamiento ha clausurado uno de los emplazamientos más conocidos de la localidad, el Parque Europa, al que acuden visitantes de todos los puntos de la Comunidad.

#### Tres Cantos

Una de las medidas que ha tomado el Gobierno local ha sido la cancelación del mercadillo municipal, una iniciativa que también han anunciado municipios como Móstoles y Parla.

#### Sanse

La Carrera de la Mujer prevista para este domingo 15 de marzo ha sido suspendida.

#### Colmenar

La representación de la Pasión Viviente, prevista para el 4 de abril, ha tenido que ser cancelada.

#### Fuenlabrada

El Consistorio decidió anular el homenaje a las víctimas del atentado terrorista del 11 de marzo de 2004 para evitar contagios en la localidad.

#### Leganés

La Policía Local se vio obligada a desalojar a las familias de los alumnos de la Escuela de Música, que protagonizaban un encierro de protesta.

hacer frente a ese desafío, por lo que, al menos en Primaria, se han tenido que limitar a mandar deberes a los niños y a estar en contacto con ellos y con sus padres a través de correo electrónico y de las diferentes plataformas habilitadas para ello.

La situación es especialmente delicada en los barrios más humildes de la capital, ya que muchas familias no cuentan con los medios tecnológicos necesarios.

#### En clave laboral

De forma paralela, el Gobierno central incluirá medidas para facilitar la reducción de la jornada laboral a los padres y madres trabajadoras que tengan que cuidar a menores como consecuencia del cierre de los centros educativos.

También se actuará para garantizar el suministro y la producción de medicamentos y el acceso al material sanitario y para proteger el empleo en sectores que sufran caídas temporales de demanda, con procedimientos de flexibilidad laboral para que las empresas puedan hacer frente a estas dificultades sin recurrir a despidos mediante reducciones de jornadas o ajustes temporales.

Unida a estas medidas, irán otras para apoyar la liquidez de las pymes, con líneas de crédito y medidas para facilitar su cumplimiento tributario con aplazamientos y moratorias. Además, se adoptarán otras decisiones en el ámbito del turismo y el transporte, que están siendo muy sensibles a la crisis actual.

### CULTURA | VÍCTIMAS COLATERALES

## La región se queda sin conciertos, obras musicales y museos

La oferta de ocio se ve gravemente afectada por la expansión del coronavirus

El Triángulo de Oro del arte (Museo del Prado, Reina Sofía y Thyssen), las joyas del 'Broadway' de la Gran Vía ('El rey león', 'Ghost' o 'Billy Elliott') o conciertos tan esperados como el de Amaral o la despedida de Tequila de los escenarios. El sector del ocio de la capital, uno de los más importantes debido a su importancia para atraer turismo, es otro de los damnificados por el coronavirus.

Al cierre de estas líneas aún no se había decretado ninguna orden



'El rey león' ha echado el cierre temporalmente

para teatros y cines, pero algunas entidades privadas como la Fundación Mapfre ya han anunciado la clausura de sus instalaciones.

#### Hoteles al 15%

Otro de los grandes perjudicados es el sector

hotelero, cuya ocupación se ha desplomado en los últimos días y este miércoles apenas llegaba al 15%, cuando lo normal a estas alturas es rondar el 80%. Bares y restaurantes también notan la expansión del coronavirus.

## LA CASA DE TUS SUEÑOS...



**SOTO BOSQUE**  
DESDE 94.900 €

Chalets pareados de 2, 3, 4 y 5 dormitorios en parcela de 250 m<sup>2</sup> a 48 km. de Madrid, con piscina individual.

TL. 690 07 00 69 - 949 05 00 46 [www.vivesotobosque.com](http://www.vivesotobosque.com)

Pseo. Bosque del Henares, 238. 19162 Plaz (Guadalajara)



# Más de la mitad de la gente, insatisfecha con la calidad de su sueño

Un estudio de Philips revela que el 58% de los españoles asegura dormir mal • El estrés, entre las razones • Este viernes 13 de marzo se celebra el Día Mundial del Sueño

GENTE  
@gentedigital

Más de la mitad de los españoles no duerme bien y utiliza el fin de semana para recuperar las horas de sueño perdidas. Así lo pone de manifiesto la encuesta '¿Cómo duermen los españoles?' realizada el pasado año por Ipsos para Philips en colaboración con la Sociedad Española de Sueño (SES). Este viernes 13 de marzo se celebra el Día Mundial del Sueño.

El porcentaje de personas que duerme mal (58%) supe-

LA MEDIA DE HORAS DE SUEÑO SE SITÚA EN LAS 6,8 LOS DÍAS DE DIARIO

MUCHOS APROVECHAN EL FIN DE SEMANA PARA INTENTAR RECUPERARSE

ró al de las que duerme bien (42%), destacando que un 13% de los encuestados no descansa "nada bien". Con este estudio se pretende demostrar que la calidad del sueño no es óptima, ya que los españoles duermen una media de 6,8 horas entre semana, mientras que se usa el fin de semana para recuperar el sueño perdido.

El insomnio es otro de los problemas fundamentales que saca a la luz el informe. "El 75% de los entrevistados se despierta al menos una vez por la noche, y tres de cada diez afirman directamente



El sueño es un problema para la mayoría de españoles

que padecen insomnio", reconoce la directora de Marca, Comunicación y Digital de Philips Ibérica, Ángeles Barrios. "Un sueño reparador debería ser lo habitual, pero los datos de este informe nos dicen que para los españoles dormir bien supone un esfuerzo. No prestamos suficiente atención al sueño como pilar de salud junto con otros hábitos como la alimentación o el ejercicio físico y restamos horas de sueño al día. La privación crónica de sueño se está revelando como una epidemia de la sociedad actual", añade la portavoz.

## Parejas e hijos

En cuanto a las consecuencias que los problemas para descansar correctamente acarrean a su salud, los encues-

## CONSEJOS PARA DORMIR MEJOR

### Ni televisión ni dispositivos móviles

Los expertos destacan, entre las principales medidas para mejorar la calidad de sueño, no utilizar la cama para ver la televisión o dispositivos electrónicos, hacer ejercicio físico al aire libre y durante el día, tener rutinas de sueño, un dormitorio con un entorno agradable, ordenado y ventilado, cenas poco copiosas, o usar técnicas de relajación.

tados consideran que el sueño es el segundo aspecto que afecta más a la salud (34%) después de la alimentación (39%) y por encima del ejercicio físico (27%). Además, dos de cada tres personas culpan al estrés y la preocupación de su mala calidad de sueño. En cuanto a las circunstancias familiares y personales, llama la atención que

el porcentaje de personas que duermen mal es mayor cuando lo hacen en pareja (59%) que solos (46%). El tener o no tener hijos es otro factor determinante. Tres de cada cinco españoles reconocen que duermen peor al ser padres, mientras que poco más de la mitad de los encuestados sin descendencia afirma que no duerme bien.

## Un 16 aniversario del 11-M sin grandes actos

La crisis del coronavirus redujo el número de homenajes • En la capital solo se celebraron dos, frente a los siete de años anteriores

## GENTE

La crisis del coronavirus afectó también a la conmemoración del 16 aniversario de los atentados terroristas del 11 de marzo de 2004, reduciendo el número y la cantidad de asistentes a los actos in-

memoriam. Madrid fue una buena muestra de los efectos de la expansión de la epidemia. Frente a las convocatorias de años anteriores, los dos únicos homenajes tuvieron lugar en la Puerta del Sol y el Bosque del Recuerdo del

## Reacciones

De forma paralela, los partidos políticos lanzaron varios mensajes a través de las redes sociales. El presidente del Gobierno, Pedro Sánchez, pidió "memoria" para que la barbarie no se repita.

Parque de El Retiro. La presidenta regional, Isabel Díaz Ayuso, y al alcalde, José Luis Martínez-Almeida, colocaron junto a la placa de recuerdo una corona de laurel, al tiempo que sonaron durante 5 minutos las campanas de la Real Casa de Correos.

**REFORFAST**.com

La reforma ideal

627 082 164 - 91 919 37 54

- Armarios a medida
- Cocinas
- Baños
- Platos de ducha
- Y mucho más...




**¡INFÓRMATE!**

20%\*

**DTO.**

ESPECIAL

APERTURA



\*Consulta condiciones en tienda

Av. de la Universidad, 31 Local 3 • 28911 Leganés

www.reforfast.com • info@reforfast.com











Ayuntamiento de Boadilla del Monte

## El Noroeste se blindaba ante el coronavirus

Los ayuntamientos cierran los edificios municipales y suspenden sus actividades • Facilitarán la conciliación laboral de los funcionarios y se limitan las concentraciones

### SALUD

BORJA MÉNDEZ  
@Borjamendez

Los ayuntamientos de la zona Noroeste han adoptado medidas frente al coronavirus por la alerta sanitaria que ha

NO HABRÁ  
DURANTE DOS  
SEMANAS  
MERCADILLO EN  
POZUELO

obligado a cancelar la actividad en todos los centros educativos de la Comunidad de Madrid. En todas las ciudades se han cerrado los edificios y las instalaciones municipales para evitar nuevos contagios. Sin embargo, estas medidas son más flexibles dependiendo de las localidades. Los servicios de emergencias,

### CASOS EN LA ZONA

#### Positivos en Pozuelo y dudas en Boadilla

La alerta del coronavirus se vivió durante la última semana en la zona con casos positivos confirmados en Pozuelo. Grandes empresas afincadas en este municipio como CaixaBank y Orange anunciaron que dos empleados de la sede tienen la enfermedad y recomendaron el trabajo desde casa al resto de trabajadores. En Boadilla se desinfectó el Pabellón Rey Felipe VI ante un posible caso en un usuario.

limpieza y seguridad de Las Rozas seguirán funcionando, mientras que los centros municipales restringen su actividad a la atención administrativa. Los roceños han suspendido la programación cultural.

Más restrictivas son las medidas en Majadahonda, donde se han suspendido totalmente la actividad de las escuelas deportivas, la biblioteca y los centros deportivos hasta el próximo 26 de marzo, salvo que la valoración epidemiológica de salud pública establezca otra fecha. Los funcionarios que tengan hijos menores de 14 años podrán utilizar el teletrabajo.

#### Horario reducido

El Ayuntamiento de Boadilla del Monte también ha decretado medidas de contención como la suspensión de todas las actividades y el cierre de las instalaciones municipales en las que haya aglomeración de personas. La atención al público en las distintas dependencias municipales se realizará en horario de 12 a 14 horas. Se recomienda acudir al Consistorio solo si es estrictamente necesario.

#### Facilitar conciliación

Por su parte, el Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón, anunció el cierre de las instalaciones públicas que conlleven aglomeraciones y actividades municipales. La alcaldesa, Susana Pérez Quisilant, firmó un decreto municipal y pidió la colaboración de los vecinos para hacer frente a esta crisis. Además, el mercadillo semanal ubicado entre las calle San Juan de la Cruz y Gerardo Diego, no se celebrará durante quince días, fecha que podría ampliarse más adelante.

## EN BREVE

### POZUELO

#### Menos gasto en los edificios locales

El Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón ha instalado sistemas de producción de energía eléctrica para autoconsumo con placas fotovoltaicas. Esta acción equivale a la plantación de 2.000 árboles.

### BOADILLA DEL MONTE

#### Un nuevo servicio para los mayores

El Ayuntamiento de Boadilla del Monte ha puesto en marcha un nuevo servicio de transporte para mayores de 75 años. El objetivo es posibilitar que puedan acudir a sus centros socio-sanitarios.



El homenaje

### BOADILLA DEL MONTE

#### Una calle para un policía local

El Consistorio de Boadilla del Monte ha inaugurado una calle en memoria de Eduardo Asenjo Carrasco, cabo de la Policía Local que falleció en 2008 en un accidente ocurrido en la M-513.

## Los polideportivos tendrán máquinas nuevas

Las cuatro instalaciones municipales contarán con renovado material de entrenamiento • En total habrá más de 800 elementos en las salas

### LAS ROZAS

#### GENTE

La Junta de Gobierno del Ayuntamiento de Las Rozas aprobó la propuesta de la Mesa de Contratación para la adjudicación del contrato de renovación de equipamiento deportivo para los polideportivos municipales. Esta iniciativa permitirá renovar completamente los elementos de entrenamiento, tanto cardiovascular como de musculación, de las cuatro infraestructuras roceñas: Navalcarbón, Entremontes, Alfredo Espiniella y San José. En con-

creto, se trata de más de 800 elementos que estarán a disposición de los usuarios antes de verano. De ellos, la mayor parte, algo más de 600, corresponden a equipamiento para entrenamiento con peso libre, a lo que se suman 74 máquinas de trabajo de fuerza y otras 95 de entrenamiento cardio, como pueden ser cintas para correr, elípticas o bicicletas estáticas, entre otras.



Instalaciones deportivas locales

para su uso en las zonas de entrenamiento funcional de las que disponen estos polideportivos, como pueden ser bandas elásticas, ruedas de trabajo de abdominales u otros. La renovación completa del material se realizará mediante un contrato de renting con un plazo de cuatro años ampliable a uno más, adjudicado por un valor inicial de 470.000 euros.

#### Durante cuatro años

A este equipamiento se suman elementos específicos

Las especificaciones del expediente fijan además que está incluido en el documento el servicio de mantenimiento necesario.



## La Plaza del Padre Vallet tendrá más equipamientos

Se instalarán fuentes y nuevo mobiliario en este entorno ● El objetivo es que los vecinos disfruten de este céntrico punto

### POZUELO DE ALARCÓN

BORJA MÉNDEZ  
@Borjamendez

El Ayuntamiento de Pozuelo de Alarcón sigue centrando sus esfuerzos en mejorar el entorno de la Plaza del Padre Vallet para que se convierta en un punto neurálgico de la actividad vecinal en el municipio con la celebración de eventos en el mismo.

Hace unas semanas se aprobó el expediente de contratación de una cubierta textil que se instalará antes de verano con la finalidad de servir como protección para los meses de calor. Después de esta actuación, la Junta de Gobierno ha aprobado un

nuevo escrito para contratar suministros en el lugar e instalar pérgolas y otros elementos en esta plaza.

Ambas actuaciones, en las que el Consistorio tiene previsto invertir cerca de 200.000 euros, forman parte del proyecto de acondicionamiento ambiental de esta plaza. El objetivo de esta iniciativa es mejorar las condiciones en este entorno, y crear una estancia más agradable, sobre todo para el periodo estival.

#### Mejor entorno

Así, entre las intervenciones que se prevén en el proyecto aprobado se incluye recuperar las fuentes y superficie de la plaza; reordenar los elementos urbanos y mobiliario, con una mejor disposición de los mismos y mejorar

los espacios estanciales con más bancos y mobiliarios urbanos. Desde el Consistorio detallan que, a pesar de estas instalaciones, el espacio tiene previsto continuar celebrando fiestas, ferias y eventos. Los nuevos planteamientos del Ayuntamiento también



Plaza del Padre Vallet

tienen pensado mejorar la accesibilidad a la plaza y la evacuación en casos de emergencias.

Esta ubicación está denominada como el 'corazón de Pozuelo' y se peatonalizó hace más de una década con el objetivo de ser punto de encuentro de los vecinos. Precisamente, la semana pasada decenas de ciudadanos se concentraron en ella para celebrar el Día Internacional de la Mujer que se conmemoró el pasado 8 de marzo.

## Iluminación para el busto en recuerdo del ilustre vecino Alfredo Kraus

La figura se encuentra en la rotonda que lleva el nombre del tenor, fallecido en 1999

### BOADILLA DEL MONTE

#### GENTE

El Ayuntamiento de Boadilla del Monte ha iluminado el busto dedicado al famoso tenor Alfredo Kraus en la rotonda que lleva el nombre del que fuera vecino de la localidad. El Consistorio también ha colocado su nombre en grandes letras y ha instalado balizas luminosas con el objetivo de mejorar la seguridad en este punto neurálgico de la ciudad.

Kraus residió en Boadilla del Monte, donde murió con 71 años. En septiembre del año pasado se cumplió el veinte aniversario de su fallecimiento. Este tenor, uno



La rotonda

de los artistas españoles más reconocidos a nivel internacional del siglo XX, ha tenido numerosos actos de homenaje en la que fuera su ciudad durante décadas. Con motivo del 80 aniversario del nacimiento del cantante canario, Ainhoa Arteta ofreció un recital en el Auditorio local.





FÚTBOL | LIGA SANTANDER

# El fútbol español, en cuarentena

A pesar de la idea inicial de que los partidos de Primera y Segunda se disputasen a puerta cerrada, LaLiga aplaza todos los choques fijados, al menos, a dos semanas vista

FRANCISCO QUIRÓS  
francisco@gentedigital.es

Parecía que ni el manido coronavirus iba a parar el fútbol español, pero los acontecimientos de las últimas horas han hecho que, finalmente, impere la cordura y que la actividad se paralice en todas las categorías del balompié nacional.

Curiosamente, el camino seguido por todas las divisiones, a excepción de las que atañen a jugadores amateur, ha sido el mismo. La primera medida estaba pensada para minimizar daños en lo que al calendario se refiere, es decir, dar continuidad a las jornadas correspondientes, aunque sin perder de vista el riesgo que ello implicaba para los aficionados y la salud pública. La solución resultante era disputar todos esos encuentros a corto plazo a puerta cerrada, una decisión que no fue recibida de buen grado por la AFE, el organismo que hace las veces de sindicato de futbolistas.

En este escenario, el Consejo Superior de Deportes (CSD) ya había instado a la Real Federación Española de

"SI SE CIERRA UNA ESCUELA SE DEBE CERRAR UN VESTUARIO"

**David Aganzo:**  
PRESIDENTE DE AFE

"CUANDO ESTÁ EN JUEGO LA SALUD, EL FÚTBOL PASA A OTRO PLANO"

**Monchi:**  
DTOR. DEP. DEL SEVILLA

"SOMOS PERSONAS Y NOS PODEMOS CONTAGIAR ENTRE NOSOTROS"

**Dani Pacheco:**  
JUGADOR DEL MÁLAGA

"LA SALUD ES LO PRIMERO, ES UNA INCOGRUENCIA JUGAR SIN PÚBLICO"

**Mario Suárez:**  
FUTBOLISTA DEL RAYO

Fútbol (RFEF) a tomar cartas en el asunto. El organismo que preside Luis Rubiales dejó en manos de las federaciones territoriales la celebración de los partidos de Tercera División, aunque finalmente esa categoría y la Segunda B veían suspendidas las dos próximas fechas de sus respectivos calendarios este miércoles.

## Doble frente

En medio de este proceso interno, con las discrepancias entre la RFEF y LaLiga nuevamente a flor de piel, la UEFA ya mandaba un aviso para navegantes al suspender los partidos de ida de los octavos de final de la Europa League que iban a enfrentar al Inter de Milán con el Getafe en tierras transalpinas, y al Sevilla con la AS Roma en el Sánchez Pizjuán.

Pocas horas después, el círculo se terminaba cerrando



El pulso por el título entre el Barça y el Real Madrid queda en 'stand by'

11

**Jornadas por delante**  
En Primera y en Segunda aún queda por disputarse casi un cuarto de Liga

do con la decisión de LaLiga de aplazar las dos jornadas venideras también en la Liga Santander y la Liga SmartBank. A partir de aquí, todo son interrogantes, ya que el hándicap de contar con un calendario tan apretado y de estar en una temporada en la que se celebrarán una Eurocopa y una Copa América

llevan a los organismos correspondientes a plantearse diferentes escenarios. Por ejemplo, en otro de los países severamente afectados por el coronavirus, Italia, la Serie A ya ha puesto encima de la mesa la posibilidad de que el campeonato se dé por terminado, sin campeón y sin descensos de categoría.

FÚTBOL | DECISIÓN TEMPORAL

## Otras competiciones, a la expectativa

La final de la Copa del Rey que iban a disputar la Real Sociedad y el Athletic en Sevilla el 18 de abril ha quedado aplazada sin fecha • Desde la RFEF se hará todo lo posible para que este partido especial se juegue con público

No existía tanta urgencia temporal como en el caso de los encuentros de competiciones europeas o los correspondientes a las jornadas de este fin de semana, pero la RFEF no quiso dejar para última hora los deberes correspondientes a la final de la

Copa del Rey. Apenas unos días después de que el Athletic y la Real Sociedad se ganaran el billete para ese partido tan especial, sus respectivos presidentes, Aitor Elizategi y Jokin Aperribay se reunían esta semana con su homólogo de la RFEF,

Luis Rubiales. Todas las partes llegaron al acuerdo de que se aplazase el choque fijado en un principio para el 18 de abril en el sevillano estadio de La Cartuja.

La opción de que se jugara a puerta cerrada no era vista con buenos

ojos, ni por los clubes ni por Rubiales, ya que se trata de un partido que tradicionalmente aglutina a miles de aficionados. "Queremos que La Cartuja esté a rebosar", aseguró el presidente de la RFEF.

## A la espera

Al cierre de esta edición no se había decidido la fecha definitiva, aunque todo indica a que se tendrá que ir esperando a la evolución del COVID-19 en la sociedad. Además, también se podrían suspender la Champions y la Europa League.



Rubiales, junto a los presidentes del Athletic y la Real

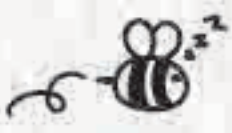


# CAMPAMENTOS DE VERANO

para disfrutar y aprender



LAS ROZAS 2020



DEPORTIVO,  
CREATIVO,  
DE TEATRO,  
DE JUVENTUD,  
TECNOLÓGICO Y  
CASA DE VERANO

- TEATRO
- Juegos
- ROBOTICA
- Manualidades
- TALLERES
- Deporte



Preinscripciones del 24 de febrero al 20 de marzo de 2020

+ info: [www.lasrozas.es](http://www.lasrozas.es)



La mayoría de los campamentos cuentan con plazas reservadas para niños con discapacidad





“LA RELIGIÓN ESTÁ PRESENTE EN NUESTRO PAÍS, PERO HAY QUIEN NO LO QUIERE VER”

“ES HORA DE PREDICAR DE FORMA DIFERENTE. LA GENTE ESTÁ ABURRIDA DE LO MISMO”

vuelta de tuerca y estamos muy satisfechos.

**De la canción protesta de vuestros inicios pasastéis a las sevillanas para terminar, ahora, con la música religiosa.** Cuando comenzamos hacíamos canción social, pero tuvimos la mala suerte o la buena de que entró la Democracia. Entonces, Carlos Cano tomó la bata de cola y empezó a cantar copla. Por su parte, Manuel Llerena empezó con el flamenco serio como José Menese. “¿Y nosotros qué hacemos?”, nos preguntamos. Y grabamos un disco de sevillanas en Suiza y aquello empezó a sonar y ya solo querían sevillanas. Nos condicionó bastante porque queríamos cantar otro tipo de cosas, pero sonó la flauta y a partir de ahí estamos muy vinculados a las sevillanas. Lo bueno es que ahora hemos podido hacer otras cosas y dan resultado.

**Tras Madrid estaréis en Jerez de la Frontera, Córdoba o Murcia.**

Es necesario recordar que nosotros no hemos abandonado nuestro estilo lo que pasa es que tenemos la suerte de que en nuestra vida artística confluyen dos espectáculos. Por un lado ‘Cristo, Pasión y Esperanza’ y luego nuestro show de guerra, por el que nos conocen los niños, los viejos, los gatos, que se llama ‘Que no nos falte de ná’. Estamos durante dos horas cantando éxitos que muchas veces si nosotros nos calláramos, los cantaría todo el mundo. Nunca abandonaremos nuestro folclore ni nuestras sevillanas

**¿Es complicado mantener el ritmo con tanto concierto?**

(Risas). Es complicado no hacer nada. En la etapa en que Pascual estuvo malo y no hacíamos nada, eso fue muy malo. Nosotros lo que tenemos que hacer es disfrutar y transmitir al público lo que sentimos. ¡Viva el trabajo!

**¿Os preocupa que la incidencia del coronavirus pueda suponer la cancelación de algún concierto?**

Estamos como todo el país, esperando el resultado. Creemos que todo el mundo está deseando interiormente que todo pase y estamos preocupados porque tenemos una gira delante y no sabemos si nos va a afectar, esperamos que no. También se habla de que es más la alarma que lo que está ocurriendo. De momento no hemos suspendido ningún concierto, aunque también es cierto que la mayor parte del trabajo la tenemos en Andalucía y ahí la cosa está más tranquila.

**E**l 31 de marzo, apenas unos días antes del inicio de la Semana Santa, el grupo sevillano Cantores de Híspalis, liderado por Pascual González, ofrecerá en el Teatro Nuevo Apolo de Madrid ‘Cristo, Pasión y Esperanza’, su gran ópera cofrade. Este trabajo, más que una actuación, es una experiencia que aúna la tradición de la Semana Santa con la música popular, en un espectáculo musical y audiovisual al estilo de las grandes producciones de Hollywood.

**¿Qué vamos a encontrar en este show?** Os vais a encontrar con la historia de Jesucristo cantada, que no contada, a través de un libreto que Pascual González comenzó a escribir sobre las sábanas de un hospital después de 16 operaciones. Una obra que llegó a culminar, aún sin hablar, en Jerusalén. Una vez que la acomodó musicalmente, la pusimos en pie en el año 2018. Desde entonces hemos hecho más de 60 conciertos y este año vamos a culminar, si el coronavirus quiere, con cuarenta y tantos espectáculos.

**¿Por qué es tan valorado?**

Ya anteriormente habíamos hecho un rodaje sobre obras y temas cofrades. Aparte de nuestra alegría con las sevillanas, la gente siempre nos requiere que cantemos ese tipo de temas.

**En la actualidad, ¿es arriesgado poner en valor la vida de Jesucristo?**

No, porque cada uno defiende lo que quiere. También es una forma de unificar

## CANTORES DE HÍSPALIS

# “Nunca abandonaremos nuestro folclore ni nuestras sevillanas”

La banda presentará el próximo 31 de marzo en el Teatro Nuevo Apolo su ópera cofrade ‘Cristo, Pasión y Esperanza’ ● Es un espectáculo majestuoso en el que muestran la historia de Jesucristo a través de la música

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

a un público, generalmente católico. Pero hay que verlo desde el punto de vista de que estás contando la historia de un personaje histórico. Estuvo ahí, creas en él como Mesías o no. Sí lo quieres ver desde el punto de vista biográfico vas a aprender.

**¿España sigue siendo un país devoto?**

Nosotros recorremos muchas provincias a lo largo del año y el tema cofrade está creciendo muchísimo. Cada vez vemos más clases para que los niños aprendan a tocar el tambor y la corneta. Cada vez hay

más bandas de música y las que ya existían se van agrandando. Todo ello se suma a que la religión está presente y muy presente en nuestro país, pero hay quien la quiere ver y quien no la quiere ver. El que la quiere ver tiene una oportunidad a través de ‘Cristo, Pasión y Esperanza’, no dicho por nosotros, sino por personas muy importantes dentro de la religión. Es un momento de evangelizar de una forma y una manera que antes no se había hecho porque la gente, quizá, pueda estar aburrida de escuchar siempre lo mismo. Creemos que sin querer le hemos dado una





OCIO | ESTRENOS

# 'Remakes', terror y empoderamiento

Los readaptaciones de títulos clásicos se alternan en la gran pantalla, con películas de suspense y otras que ponen el foco en la reivindicación

JAIME DOMÍNGUEZ  
@JaimDominguez

**Y**a huele a primavera en el séptimo arte. Con la Semana Santa a la vuelta de la esquina, algunas de las grandes productoras internacionales no han dudado en programar para las próximas semanas varios de sus títulos más jugosos del año. Pero, como para gustos los colores, y teniendo en

cuenta que en el mundo del cine hay de todo, como en botica, procedemos a hacer un ligero repaso por los filmes más destacados:

**Vuelta al pasado**

La nostalgia ha demostrado ser un negocio bastante rentable en varios ámbitos de la vida y el cine no es una excepción. Por ello, varios directores no han dudado en revisar algunos títulos clásicos para buscar esa fibra del espectador y, de paso, pasaportar un producto que encaje bien en ese estereotipo de 'película

familiar' que casi siempre es sinónimo de buenas recaudaciones en la taquilla. Así, el 27 de marzo, 'Mulán' seguirá la senda marcada meses atrás por 'Aladdín' para dejar la animación y convertirse en un personaje de carne y hueso, gracias a la actriz Yifei Liu.

**Gritos y sustos**

Aunque la fiesta de Halloween queda ya lejos, los amantes del cine de terror se encontrarán con varios motivos para asistir a las salas de



'Ofrenda a la tormenta', una de las producciones destacadas

cine. Por orden cronológico, el 19 de marzo tendrá su puesta de largo la secuela de la aclamada 'Un lugar tranquilo', seguida de 'Ofrenda a la tormenta' (27 de marzo), o la sorprendente 'The boy. La maldición de Brahms', cuyo estreno será el 8 de abril. Por otro, a rebufo del 8-M, la gran pantalla también sirve para dar voz a historias reivindicativas con protagonismo para féminas como 'Arab blues' (3 de abril) o 'Rompiendo las normas' (30 de abril).



**POLÉMICA PREVIA:** Antes de su estreno, la rumorología ya se ha encargado de labrar una mala reputación a 'Mulán'. Entre las razones, el reemplazo del mítico dragón Mushu por un ave fénix.

'MULÁN' | ●●●●● >> Reparto: Yifei Liu, Donnie Yen, Jason Scott Lee.  
Estreno: 27 de marzo



**¿QUIÉN SOY?:** Cuando Pablo se hace esa pregunta se da cuenta de que le gusta un hombre, teniendo que enfrentarse al estereotipo modelo de padre, marido y practicante religioso.

'TEMBLORES' | ●●●●● >> Reparto: Juan Pablo Olyslager, Diane Bathen, María Telón.  
Estreno: 20 de marzo.



901 30 20 10  
www.amavir.es



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

## Residencias



La residencia puede 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.





**CELEBRACIONES | DÍA DEL PADRE**

# Un detalle para el mejor regalo

El jueves 19 de marzo se celebra San José

- Hemos seleccionado los mejores productos para sorprender al mejor obsequio que podemos tener, nuestro progenitor
- Un buen aceite, un vino, un perfume o buena música, entre nuestras recomendaciones

POR MAMEN CRESPO COLLADA (@mamencrespo)

**REGANDO LA VIDA CON UN BUEN ACEITE:**

A los papás que les gusta la buena gastronomía, les encantará que les regales alguno de los mejores aceites para acompañar los platos que preparan en casa. En esta ocasión nos hemos quedado con la DO Comarca Sierra Mágina, con La Chinata, con Finca La Torre y con Palacio de los Olivos.

**GASTRO:**

Disfruta con tu padre de la mejor salsa brava de Madrid, de las pastas y salsas de Los Lositos y del menú de pintxos degustación de perretxiCo, que cuesta 62 euros y va recogido en un bote ideal, con el que, sin duda, le sorprenderás.



**BRINDANDO JUNTOS POR LOS BUENOS MOMENTOS:**

Con una copa de vino, sin alcohol si se prefiere gracias a Pure, brindarás con tu progenitor por los buenos momentos juntos si eliges una botella de vino de regalo. Nos quedamos con el nuevo Don Zoilo de Jerez y con Emilio Moro. Si tu padre es más de cerveza, apuesta por la Magna de San Miguel.



**UNA COPA EN BUENA COMPAÑÍA:**

Con la compañía de tus hijos adultos, es un buen plan tomarse una copa. Si tu padre es de los que elige casa, aprovecha para regalarle nuestras ginebras elegidas. Le gustarán seguro.





14 €

Rosconería Bargaño (Madrid)

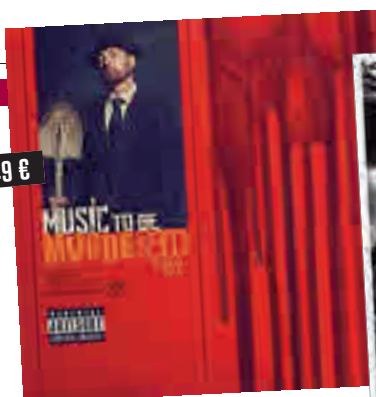


35,85 €

**AL MAL TIEMPO, BUENA MÚSICA Y MEJOR LECTURA:**

Aunque el buen tiempo intenta hacerse su hueco estos días, lo cierto es que todavía tienen que llegar días fríos en los que los padres disfrutarán viendo una de las mejores series de los últimos tiempos, 'Chernobyl'; leyendo un libro, como la edición ilustrada del 'Romancero Gitano'; o escuchando buena música con el nuevo disco de Alejandro Fernández.

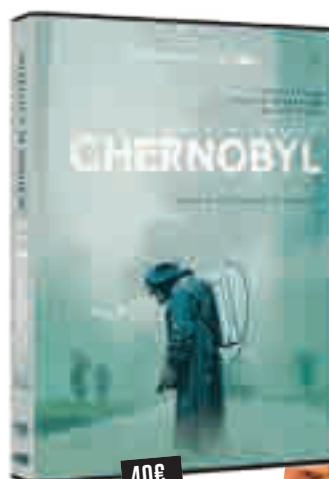
16,49 €



14,99 €



24 €



40 €



24,90 €



329,95 €

**MÁS BELLOS:**

En el marco de la belleza hemos seleccionado uno de los mejores geles de ducha del mercado, de Lush, el champú de Maria Nila, y el producto de Somatoline para definir abdominales.

28 €



14,95 €



**NUNCA FALLA:**

Tenemos uno de los obsesivos con los que es imposible quedar mal, el cepillo Oral-B Genius X que se adapta a la forma de cepillado de cada uno.

**CON BARBA (Y TAMBIÉN SIN ELLA):**

Tanto si tu progenitor es de los que se afeita, como si es de los que se dejan barba, tenemos los regalos perfectos para todos. Nos quedamos con el pack para cuidar la barba de La Rebotica y con los mejores productos de L'Oreal y Weleda para el afeitado.

11 €



7 €



15,80 €



39,10 €



**INICIÁNDOSE EN EL CUIDADO DE LA PIEL:**

A los padres cada día les gusta más verse mejor y, por ello, apuestan por los mejores tratamientos del mercado. Hemos seleccionado alguno para que se lo regales a tu padre y, o lo disfrute, o le inicies en la hidratación del rostro, con estos complejos de marcas tan reconocidas como Clinique, Clarins, Avène, SkinClinic o Uriage, a los que no podrás resistirte.

49,90 €



80 €

**TRADICIÓN:** Parece lo típico, pero si tu padre es de los que no puede vivir sin su perfume, no lo dudes, y regálale alguno de estos: Azzaro Wanted Tonic o Alien de Mugler.



69 €



35 €



29,80 €



70 €



CPPV



1ª consulta gratuita  
91 111 7575

DentalCorbella  
DENTISTAS DE AVANZADA

IMPLANTOLOGÍA DENTAL AVANZADA

“Creía que mi boca no tenía solución”

Ésta es una de las frases más repetidas que escuchamos de cientos de pacientes que recibimos en nuestra clínica.

Pacientes que han llegado a tal deterioro que tienen problemas para comer, hablar o sonreír, y que se han desanimado ante la posibilidad de seguir un tratamiento con las técnicas tradicionales, que se traducen, en el mejor de los casos, en un año hasta que el paciente dispone de una prótesis fija.

Gracias a las técnicas más avanzadas de la Implantología y los conocimientos y experiencia de los Doctores Corbella, en la mayoría de los casos se realizan las extracciones de los dientes enfermos, se colocan los implantes necesarios y los dientes fijos: todo en el mismo día.



Incluso en pacientes con poco hueso en los maxilares, en la mayoría de los casos es posible llevar a cabo este tratamiento.

Además, muchos de nuestros pacientes sufren de miedo al dentista. La buena noticia es que disponemos de diversos métodos para que los pacientes estén relajados y una cirugía de este tipo pase casi inadvertida.

Nº Registro Sanitario CS6089

Gracias a las últimas técnicas,  
se puede disponer de **dientes fijos en una sola sesión**



Amplias garantías otorgadas por escrito



Dr. Gerardo Corbella  
Implantólogo

Hernán Corbella  
Director General

Dr. Rodolfo Corbella  
Implantólogo



15 años de experiencia en implantología



www.dentalcorbella.com  
info@dentalcorbella.com



Las Rozas  
c/ Santolina esq. c/ Iris  
Majadahonda  
Av. Reyes Católicos 8.

Madrid 1  
c/ Goya 133  
Madrid 2  
c/ Hilarión Eslava 47.

