

# Gente

CATALUNYA

NÚMERO 576 · AÑO 14 · DEL 7 AL 14 DE OCTUBRE

MUYFAN | ENTREVISTA | PÁG. 10

"En este disco se nota nuestra evolución"

La banda **Elefantes** publica este viernes 7 su nuevo álbum, 'Trozos de papel / Cosas raras'



Presentación de los presupuestos

ACTUALIDAD | PÁG. 8

## Cercanías seguirá siendo gratis a partir del 1 de enero

El Gobierno central prorrogará los actuales descuentos en Renfe el año que viene si consigue aprobar los presupuestos generales ● Las cuentas también contemplan una subida de las pensiones que estaría en torno al 8,5%

TRÀNSIT | PÁG. 4

## El 18% de les víctimes han perdut la vida a l'AP-7

123 persones han mort en accidents de trànsit fins al setembre, un 9,6% menys que el 2019

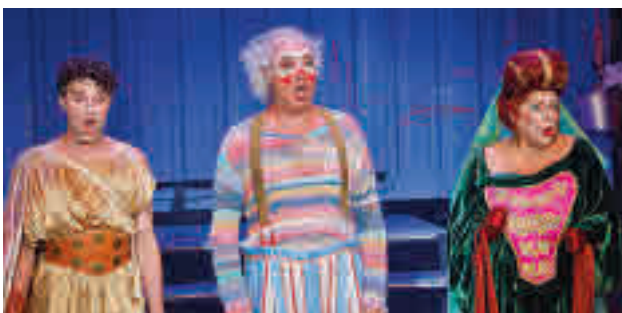


ACN

URBANISME | PÁG. 6

## Primera fase d'obres a la Rambla

Les obres per transformar la Rambla de Barcelona han començat aquest dilluns al tram inferior, tocant al monument de Colom ● La primera fase de la remodelació del passeig es preveu finalitzar en uns 18 mesos ● La nova Rambla vol reduir l'espai destinat als vehicles



ESTRENA TEATRAL | PÁG. 12

## La ironia d'un esclau que busca la llibertat

El Teatre Condal estrena en català el musical de Stephen Sondheim 'Golfus de Roma' ● La producció dirigida per Daniel Anglès està protagonitzada per Jordi Bosch



## LA FRASE

"El que més em preocupa és l'estabilitat del Govern"

**Jaume Giró**

El conseller d'Economia ha defensat la necessitat d'uns bons pressupostos per afrontar el 2023

## LA CIFRA

50%

## Contractes indefinits

Segons les dades de setembre, el 50% de la nova contractació en aquest mes han estat indefinits, concretament el 49,4% dels 265.006 contractes

## TREBALLAR AL PIRINEU



## Ofereixen 250 vacants

Empreses del Pirineu ofereixen 250 llocs de treball de perfils relacionats amb l'hostaleria, la restauració i el turisme per a la campanya d'hivern.

**EDITOR:**  
FERNANDO IBÁÑEZ

**REDACCIÓ:**  
FRANCISCO QUIRÓS  
JAIME DOMÍNGUEZ

**JEFE DE FOTOGRAFÍA:**  
CHEMA MARTÍNEZ

**JEFE DE MAQUETACIÓ:**  
CARLOS ZUGASTI

**MAQUETACIÓ:**  
ENRIQUE ALONSO

**JEFE DE MARKETING:**  
RAFAEL VARA

**COORDINADORA DE PUBLICIDAD:**  
ANA SÁNCHEZ

**DISEÑO GRÁFICO:**  
PATRICIA MARTÍNEZ

**TELÉFONO PUBLICIDAD:**  
689 241 062

**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



Els retrassos són el pa de cada dia. ACN

## RODALIES DE RENFE

## Un servei gratuït que cada dia surt més car

**R**etrasos de més d'una hora a Rodalies per una avaria a Sants... 'Aquest tren quedarà aturat fins a nou avis'...Panells que no indiquin els retrassos o anulacions de trens... El dia a dia d'un viatger de Rodalies de Renfe és una tortura sense fi. I és que les avaries no cessen, al contrari, s'han incrementat des de la gratuïtat edel servei. Però ja molts anys que és una situació que els usuaris perceben com a endèmica i reclamen canvis. Les incidències passen a qualsevol hora del dia, però són molt més habituals en hora punta, quan les subestacions estan sent exigides al màxim, els trens van més carregats, els horaris són més inflexibles i un problema acaba per provocar un efecte dominó amb retards afectant moltes més circulacions.

Els experts assenyalen que el coll d'ampolla del sistema de Rodalies són els dos túnels de Barcelona. No són suficients per a transportar el volum de passatgers que espeen a les andanes. Per tant duplicar trens no arreglaria el problema (encara que s'agrairia que els trens fossin dobles en hores puntes). En qualsevol cas, tota solució transitòria afectaria la capacitat total del sistema i continuaria sent la mateixa en el punt clau. A Rodalies falten túnels, per tant, falta inversió. Res més.

## LA FOTO DE LA SEMANA



## Propostes per protegir el Cap de Creus

El nou Pla Rector d'Usos i Gestió de l'àmbit marí del Parc Natural de Cap de Creus planteja implementar camps de boies experimentals a les cales Rostella, Guillola i Taballera (67 en total) permetent el fondeig lliure fora d'aquestes i limitar-lo a les cales Murtra, Jugadora i Galladera.

## EL SEMÁFORO



## Expedient a empreses vinculades al metro

**L**'Autoritat Catalana de la Competència ha obert un expedient sancionador contra dues empreses per repartir-se concursos públics de les línies 9 i 10 del metro de Barcelona.



## Es necessiten més donants de plasma

**E**l Banc de Sang i Teixits (BST) ha engegat una campanya per incrementar el nombre de donants de plasma. L'entitat estima que en farien falta unes 65.000 donacions.



## Premi Internacional Catalunya

**L**a periodista i escriptora bielorussa Svetlana Aleksievitx, Premi Nobel de Literatura el 2015, ha estat guardonada amb el XXXIV Premi Internacional Catalunya que atorga el Govern.



@gentedigital



Una veu contra el suïcidi #TriolaVida

# EL SUÏCIDI S'EVITA PARLANT-NE.

Si tens pensaments suïcides o coneixes algú en situació de risc, truca al 061 i parla amb un professional sanitari.

**061** /Salut  
Respon

Fem-ho/ BE  
TOT  
POSSIBLE

 Generalitat  
de Catalunya

## CAUSES DE COLISIÓ

## Augment de les topades frontals entre vehicles

Dels 111 sinistres mortals registrats fins al 30 de setembre, 79 han estat col·lisions amb més d'un vehicle implicat i 32 en solitari. Les col·lisions que han provocat més morts aquest 2022 són les topades frontals, amb un total de 36, el que representa un 32,4% dels sinistres mortals d'enguany i se n'han registrat un 24,1% més que el 2021 i un 16,1% més que el 2019. En zona interurbana han mort 14 vianants, sis ciclistes i una persona que anava en patinet, tot i que aquests vehicles tenen prohibida la circulació per la xarxa viària.



## L'AP-7 acumula una de cada cinc morts al volant de Catalunya

123 persones han mort en accidents de trànsit fins al setembre, un 9,6% menys que el 2019 ● El 17,9% de les víctimes han perdut la vida a l'AP-7 ● La segona via que registra més víctimes mortals enguany és l'A-2

Aquest setembre han mort 8 persones a les carreteres catalanes, són dues morts menys que el setembre del 2021 i 6 menys que el mateix mes del 2019 (14), any de referència abans de la pandèmia. De fet, aquest setembre ha estat el mes menys mortífer de l'any a les carreteres catalanes, després del març, que va registrar 7 persones mortes.

El 78% de les víctimes mortals d'aquest 2022 són homes (96) i el 22% són dones (27). D'entre els 96 homes morts en accident de trànsit, 82 eren conductors, 3 passatgers i 10 eren vianants. Pel que fa a les dones, 13 eren conductores, 10 eren passatgeres i 4 eren vianants..

## Menys motoristes

Fins al 30 de setembre han mort a les carreteres 33 motoristes, un 15,4% menys que el 2019, quan se'n van registrar 39. Respecte al 2021, el nombre de motoristes morts també és menor, atès que n'hi va haver 37. Durant els nou primers mesos de l'any també han mort en zona interurbana 14 vianants.

## RISC D'ACCIDENTS

## Més de 400 denúncies al dia per utilitzar el mòbil

Els mossos d'esquadra i els policies locals van interposar més de 420 denúncies diàries per l'ús del telèfon en la conducció durant la darrera campanya centra en les distraccions al volant, realitzada l'abril passat. En total es van interposar 3.178 sancions, de les quals 2.957 van ser per la manipulació o subjecció del mòbil.

Cada any es posen a Catalunya més de 20.000 sancions per fer ús del mòbil mentre es condueix i les distraccions continuen sent la primera causa dels accidents amb víctimes. Per això, aquesta setmana es posa en marxa una campanya preventiva de control de les distraccions i també de compliment dels semàfors.

## El risc de les distraccions

Les distraccions causades per l'ús del telèfon mòbil són les més esteses i incrementen considerablement el risc d'accidents de gravetat.

## TRÀNSIT

NÀDIA BLANCH

redaccion@genteenbarcelona.com

Un total de 123 persones han mort en 111 accidents de trànsit fins al 30 de setembre a Catalunya. Segons un comunicat del Servei Català de Trànsit, és un 20,5% més que l'any passat i un 9,6% menys que el 2019. Concretament, durant els nou primers mesos del 2021 van perdre la vida a la carretera 103 persones en 96 accidents mortals i el 2019 van morir-ne 136 en 129 sinistres mortals. L'AP-7 encapçala el rànquing de les vies amb més víctimes mortals aquest 2022.

Hi han mort 22 persones, cosa que suposa un 17,9% del conjunt de víctimes que han perdut la vida a la xarxa viària catalana. Trànsit ho atribueix a l'augment de la mobilitat que ha registrat aquest corre-

dor amb l'eliminació dels peatges.

L'any passat, durant els tres primers trimestres de l'any, van morir a l'AP-7 nou persones, les mateixes que 2019. La segona via que registra més víctimes mortals enguany és l'A-2 amb 6 morts i a la tercera posició hi ha l'N-II i la C-63, amb 5 persones mortes

### S'ACTIVA UNA NOVA CAMpanyA CONTRA LES DISTRACCIONS AL VOLANT

cadascuna. Durant els nou primers mesos de l'any han resultat ferides greus o han mort 642 persones, un 11,4% menys que el 2019, quan n'hi va haver 725. El nombre d'accidents mortals o greus també s'ha reduït un 15,6% en comparativa amb el 2019 (de 609 a 514).



A l'AP-7 hi han mort 22 persones aquests primers nou mesos. ACN



# MURPROTEC

Tratamientos definitivos contra la humedad

## Aunque por fuera se vea bien, su interior pone en juego tu salud.

Las humedades son como las naranjas: lo esencial no está al azar de la vista.

Siempre que vas al mercado, te encuentras una persona escogiendo las naranjas más coloridas y brillantes pensando que son las mejores. Nada más distante de la realidad cuando las abre en el hogar.

Con las humedades es similar cuando solo lo arreglamos visualmente. Siguen apareciendo las manchas al poco tiempo; el moho, las enfermedades respiratorias crónicas y poniendo en peligro hasta la seguridad del hogar a nivel estructural.

Por ello es imprescindible eliminar de raíz el problema y solo confiar en los profesionales con certificados garantizados por escrito. Esta es la base definitiva para su eliminación.

**NO tomes decisiones al azar, decide por la efectividad garantizada 100%.**



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

**900 30 11 30**  
[www.murprotec.es](http://www.murprotec.es)

IDEADO  
FABRICADO EN  
**EUROPA**



CONDENSACIÓN



CAPILARIDAD



FILTRACIONES



CALIDAD DEL AIRE



Más de  
**65**  
AÑOS DE  
EXPERIENCIA  
DESDE 1954

Delegaciones Murprotec en: España, Portugal, Francia, Bélgica, Holanda, Italia, Suiza y Luxemburgo



Empresa líder en España  
con certificaciones  
ISO 9001

# La remodelació de la Rambla comencen amb les obres al tram inferior

El consistori destaca que Colom deixarà de ser una rotonda de vehicles i una nova plaça connectarà la ciutat i el port

● La primera fa es preveu que duri uns 18 mesos

## INFRAESTRUCTURES

N.B.  
redaccion@genteenbarcelona.com

Les obres per transformar la Rambla de Barcelona han començat aquest dilluns al tram inferior, tocant al monument de Colom. El de Colom-Santa Madrona és el primer dels cinc àmbits previstos en la transformació de la Rambla, un dels eixos més emblemàtics de Barcelona i un dels que rep més pressió turística. La remodelació ha de permetre una nova ordenació del passeig, millorar-ne l'accessibilitat i reconnectar els barris del Raval i el Gòtic. La idea és fomentar la transversalitat de l'eix, que actualment té un caràcter lineal.

Aquesta primera fase consisteix a remodelar l'àmbit de la Rambla que connecta amb el mar per fer un passeig més verd, amable i cultural, han destacat els responsables de l'equip municipal en un atenció als mitjans de comunicació amb motiu de l'inici de les obres. En els propers mesos, es modificarà el traçat de l'avinguda de les Drassanes per millorar la connexió amb



**Un espai per tornar a 'ramblejar':** La nova Rambla vol reduir l'espai destinat als vehicles i guanyar-ne per als vianants. Hi haurà tres espais majors al llarg de l'eix, en tres de les cruïlles més singulars: l'Espai Moja-Betlem, el Pla de la Boqueria i el Pla del Teatre.

el litoral i allargar la Rambla amb una nova plaça amb arbrat per afavorir-ne els usos socials.

### Un sentit de circulació

Les obres es faran per fases, per no ocupar simultàniament els dos costats de la Rambla. Quan s'actui als vials de pujada i baixada es farà per meitats, de manera que quedin garantits els accessos i el pas del trànsit veïnal, ser-



**El consistori preveu que els treballs de la primera fase s'acabin a principis del 2024.** ACN

veis, bicicletes i vehicles d'emergència. També es podrà accedir als guais i aparcaments.

La desena d'estàtues humanes i el quiosc afectats per les obres se situaran en el tram superior i tornaran a la seva ubicació un cop acabi la reforma. Més endavant, s'haurà de renovar el paviment de l'espai rodant de la rotonda del monument a Colom i es buscarà el moment

perquè suposi el menor impacte a la circulació de la zona, indiquen des del consistori.

En lloc d'asfalt, el nou paviment serà de peces de diferents formats de pedra natural, concretament granit i porfir, i cobrirà tot l'espai de l'eix, de manera que farà d'element unificador de façana a façana. Hi haurà prop d'un centenar d'arbres, 21 dels quals seran nous.

EL PROJECTE  
PRETÉN  
DONAR MÉS  
ESPAI PER ALS  
VIANANTS

HI HAURÀ UN SOL  
CARRIL PER  
BANDA ON HI  
PODRAN  
CIRCULAR BICIS

## Pressió per permetre els desallotjaments exprés

Un conjunt d'alcaldes de l'Arc Metropolità a pressa el Congrés a modificar la llei per permetre els desallotjaments exprés en 48 hores

## HABITATGE

**GENTE**  
L'Associació de Municipis de l'Arc Metropolità ha traslladat al Congrés dels Diputats la necessitat d'impulsar reformes legals per tal de poder lluitar de manera més efecti-

va contra les ocupacions il·legals.

Una de les propostes que posen sobre la taula els alcaldes és la d'habilitar els jutges per tal que puguin ordenar desallotjaments exprés en un màxim de 48 hores si els ocupes no aporten cap documentació que legítimi



**Volent que es modifiqui la llei.** ACN

la seva estada a l'immoble. Aquesta petició va en la línia de les esmenes a la Llei d'enjudiciament criminal que va presentar el PSOE la setmana passada. Una delegació d'alcaldes de l'Arc Metropolità es reuneix aquesta setmana a Madrid amb representants del PSOE, PP, Unides Podem, ERC, Junts, Cs, PNV i PDeCAT.

### En joc la convivència

L'alcaldessa de Sabadell i presidenta de l'Arc Metropolità, Marta Farrés, demana a aquestes formacions que vo-

tin a favor de la modificació de la llei que proposen els socialistes i recorda que en molts casos l'ocupació il·legal d'habitatges "posa en joc la convivència en molts dels barris" de les ciutats metropolitanas.

També l'alcaldessa de Mataró, David Bote, destaca el paper de l'entitat municipalista per "fer veure la importància d'aquests canvis legals". En declaracions a La Xarxa, Bote diu que la reforma legislativa que es proposa és una manera de donar resposta a la reivindicació dels veïns.



El govern espanyol ha anunciat que mantindrà la gratuïtat. ACN

## Rodalies i Mitja Distància seran gratuïts tot el 2023

El projecte de pressupostos aprovat al Consell de Ministres d'aquest dimarts inclou allargar aquesta mesura ● Renfe ha entregat gairebé 500.000 abonaments gratuïts

### TRANSPORTS

M. L.  
readccion@genteenbarcelona.com

La ministra d'Hisenda, María Jesús Montero, ha anunciat que els pressupostos generals de l'Estat per a 2023 inclouen la gratuïtat a Rodalies i Mitja Distància. D'aques-

ta manera, la mesura que està en vigor des del setembre i vencia a finals d'aquest any es mantindrà durant tot l'any vinent.

En roda de premsa aquest dimarts després de la reunió del Consell de Ministres que ha aprovat el projecte de comptes públics per a l'any que ve, Montero ha explicat que la partida destinada al Ministeri de Transportes s'in-

RENFE HA AUGMENTAT VIATGERS PERÒ LES AVARIES CONTINUEN

crementa un 41,2% fins als 700 milions d'euros. La major part anirà destinada a Renfe per sufragar el manteniment de la bonificació i gratuïtat de Rodalies i Mitja Distància.

Montero ha defensat convertir aquesta política en "estructural" i ha dit que l'executiu vol "veure resultats concrets per a la transició ecològica", que és una "política prioritària".

### Mig milió d'abonaments

Renfe ha entregat gairebé 500.000 abonaments gratuïts de Rodalies i Mitja Distància en el primer mes amb bonificacions al transport públic, segons ha informat la companyia ferroviària.

La xifra suposa que l'11,5% de la població activa de Catalunya ha adquirit títols rebaixats, segons el Ministeri de Transportes. Del total de títols, el 83,5% corresponen a Rodalies (374.663) i el 16,5% a Mitja Distància (82.355). Pel que fa a títols d'Avant, se n'han venut prop de 6.000 amb descomptes del 50%, dels quals 4.100 són del trajecte Barcelona-Figueres i 1.800 per Barcelona-Lleida. Amb tot, en l'acumulat de 2022 prop de 9 milions de viatgers han fet servir Renfe o els serveis Regionals, el que suposa un increment del 16% respecte de l'any passat.

Al conjunt de l'Estat, Renfe ha entregat 1,5 milions d'abonaments gratuïts.

Des del Govern català s'ha carregat diverses vegades contra la gratuïtat dels abonaments de Rodalies coincidint amb les múltiples avaries que han patit els passatgers durant aquest setembre. El conseller de Polítiques Digitals i Territori va reclamar, llavors, el traspass de competències per millorar el servei de la xarxa.



Les platges són un dels punts d'atracció. ACN

## L'oci i les platges són els elements més valorats pels turistes

El 96% dels turistes estan satisfets amb el viatge a Catalunya ● L'estiu tanca amb una recuperació turística "inusitada" per sobre les expectatives

### TURISME

GENTE

El turisme es recupera amb "intensitat inusitada" a l'agost, quan es van recuperar 9 de cada 10 dels visitants que viatjaven a l'Estat abans de la pandèmia.

L'increment de costos ha empès la despesa turística per sobre del 90% a l'estiu, segons ha detallat el secretari d'estat de turisme, Fernando Valdés a la II Convenció de Turespaña que s'ha celebrat al Centre Convencions Internacional de Barcelona (CCIB). Segons Valdés, els primers indicadors de la tardor són "realment bons" i confirma que l'any es tancarà amb un 85% de la demanda de 2019.

El ministeri ha fet pública una enquesta que destaca que el 96% dels turistes estan satisfets o molt satisfets amb l'estada a Catalunya, el mateix percentatge que la mitjana espanyola

Del resultat de l'enquesta, feta a 10.800 persones, se'n desprèn que l'oferta d'oci és l'atribuït del mercat turístic estatal que més es destaca, amb un 94% que es mostra molt satisfet.

Completen la llista d'elements més ben valorats les platges (88%), l'oferta cultural (89%) i les instal·lacions esportives (80%). En canvi, la sostenibilitat treu pitjor nota (75%), fet que es deu a que "el turista no està habituat a que li preguntin" sobre aquesta qüestió".

## Els millors bars del món estan a Barcelona

¡Paradiso i Sips són primer i tercer millors bars del món segons el rànquing World's 50 Best Bars ● El també barceloní Two Schmucks es setè

### LOCAL

GENTE

El bar de Barcelona Paradiso ha aconseguit aquest dimarts la primera posició del rànquing World's 50 Best Bars,

millorant, així, la tercera que va aconseguir l'any passat.

El Paradiso ha superat el londinenc Tayer + Elementary, que ha repetit la segona posició del 2021, i el també barceloní Sips, que ha completat el podi i que s'ha endut

el guardó al bar que més ha ascendit en la llista, des del lloc 37 d'ara fa 12 mesos.

### Primer lloc únic

En setena posició s'ha situat un altre local de Barcelona, el Two Schmucks. La presència estatal entre els 50 millors bars del món s'ha completat amb el madrileny Salmon Guru, que ha quedat en quinzena posició. Segons ha explicat l'organització, és la primera ocasió que un bar fora de Nova York o Londres aconsegueix el primer lloc del rànquing.



La capital catalana té tres bars entre els deu primers. ACN

# Cercanías seguirá siendo gratis y las pensiones subirán

El Gobierno central presenta los presupuestos generales para el 2023, el último de la legislatura • Contemplan la prórroga de algunas medidas de ahorro y se incluye una nueva Ley de Familias con una ayuda de 100 euros al mes

GENTE  
@gentedigital

El Gobierno central presentó esta semana los presupuestos generales de 2023, los últimos de la legislatura. El Ejecutivo formado por PSOE y Unidas Podemos llevó las cuentas al Congreso de los Diputados este jueves para comenzar un trámite en el

que necesitan el apoyo de otras fuerzas políticas. Estas son algunas de las claves.

## Trenes gratis:

Los presupuestos contemplan la prórroga de la gratuidad de los trenes de Cercanías y de Media Distancia para los viajeros recurrentes. Esta medida finaliza el 31 de enero. El

LAS CUENTAS  
TENDRÁN QUE  
PASAR AHORA  
EL TRÁMITE  
PARLAMENTARIO

descuento del 30% o del 50% en los abonos autonómicos se estudiará más adelante. Solo en el primer mes de funcionamiento, los viajes aumentaron un 24% en Cercanías y un 40% en Media Distancia.

## Pensiones:

Uno de los principales gastos a los que se enfrentará el

## LAS CIFRAS

# 198

**Mil millones**  
Los presupuestos tienen el techo de gasto más elevado de la historia

# 8,5%

**Pensiones**  
Es lo que se revalorizarán las pensiones, que seguirán unidas al aumento del IPC

# 100

**Euros**  
Mensuales recibirán todas las familias con niños entre 0 y 3 años

Estado el próximo año será el del pago de las pensiones, ya que su subida está unida a la del IPC, que está marcando cifras récord. El Gobierno estima que esa subida será finalmente del 8,5% e insiste en que se aplicará, tal y como se comprometieron.

En cuanto a los funcionarios, la subida de cara al año que viene será del 2,5%.

## Familias:

Se pondrá en marcha una Ley de Familias que incluirá nuevos permisos de conciliación, el impulso de una prestación de crianza de 100 euros al mes para familias con menores de 0 a 3 años y se asimilarán las familias monomarentales, con dos hijos, a la actual categoría de familias numerosas.

## Fiscalidad:

Las cuentas incluyen el nuevo impuesto a las grandes fortunas a partir de un patrimonio neto de 3 millones de euros, la rebaja del IRPF para las rentas hasta 21.000 euros, el aumento del gravamen de las rentas del capital a partir de 200.000 euros, la reducción de los módulos para los autónomos o la subida del Impuesto de Sociedades para las grandes empresas.

## Otros:

El refuerzo de la atención sanitaria, fundamentalmente la primaria, las becas, la Educación o la Dependencia son otros de los aspectos fundamentales de las cuentas, que también incrementan el gasto en Defensa.



María Jesús Montero presentó los presupuestos de 2023

## En el aire la rebaja del IVA del gas y de la luz

Esta medida acaba el próximo 31 de diciembre y no está reflejada en los presupuestos • El Gobierno está actualizando el plan de choque

### REDACCIÓN

La ministra de Industria, Comercio y Turismo, Reyes Maroto, no ha descartado que las rebajas en el IVA de la luz y el gas se extiendan a partir del próximo mes de enero, en el marco de una actualización del plan de choque para hacer frente a las consecuen-

cias de la guerra en Ucrania. Preguntada por la ausencia de estas herramientas en el proyecto de presupuestos generales, Maroto señaló que ese texto recoge "prioridades estructurales" y que medidas de ese tipo se encuadran en "políticas de choque" por adversidades coyunturales, que



El IVA de la luz se ha rebajado

han sido abordadas en dos planes específicos desde que comenzó la guerra.

La ministra adelantó que que el Gobierno está elaborando "ahora mismo" una actualización de esos planes "que entrará en vigor en enero" y en la que reforzarán medidas ya aprobadas, rehusando avanzar parte del contenido o si incluirá concretamente esas bonificaciones al gas y la luz. "Todas las medidas que tengamos que adoptar para hacer frente a consecuencias de la guerra para proteger a las familias y empresas serán

puestas en marcha o continuarán, como es el caso de algunas de las deducciones fiscales que hemos aprobado", se limitó a apuntar.

## Seguridad nacional

Por otro lado, la titular de Industria apuntó que el aumento de un 25% de la partida para Defensa "es una buena noticia para reforzar nuestras capacidades industriales", subrayando que este sector "necesita también de una modernización" que revierte además en la seguridad nacional.



# VENTA DE LIBROS

Más de  
**300.000**  
en nuestra web



[www.libros-antiguos-alcana.com](http://www.libros-antiguos-alcana.com)

Hacemos envíos nacionales e internacionales

[info@librosalcana.com](mailto:info@librosalcana.com)

C/ Marqués de Viana, 52 - 28039 Madrid

Tel.: ☎ 91. 220 42. 63 - ☎ 629. 240. 523 - ☎ 664. 442. 863

**C**asi 30 años de trayectoria parece tiempo suficiente para asegurar, sin riesgo a equivocarse, que Elefantes es uno de los grupos de la escena musical española con unas señas de identidad más consolidadas. Una nueva muestra de ello es 'Trozos de papel / Cosas raras', el disco que lanza la banda barcelonesa este viernes 7 de octubre y que les llevará de gira por varios puntos de la geografía nacional, como Madrid (19 de noviembre en Lula Club). Hablamos de este nuevo trabajo con su cantante y compositor, Shuarma.

**Cuatro años después de 'La primera luz del día' publicáis nuevo disco de estudio. ¿Cómo ha influido este periodo de tiempo tan atípico a la hora de componer estos nuevos temas?**

Pues como a todo el mundo nos ha afectado a varios niveles, los negativos son obvios, pero los positivos dentro del grupo es que nos dio tiempo para escribir, ensayar, grabar y mezclar con mucha tranquilidad y utilizando el tiempo a nuestro favor. Siempre hemos sentido mucha urgencia a la hora de grabar discos y lo sucedido nos permitió utilizar la palabra "Tranquilidad" como parte del proceso. Interesante.

**En 2018, en la promoción del anterior disco, afirmabais que 'La primera luz del día' conectaba con 'Nueve canciones de amor y una de esperanza'. ¿Supone este nuevo trabajo una ruptura respecto a esa línea?**

Si, totalmente. Con el disco anterior acabamos una etapa mucho más conformista y clásica. Con este disco nos adentramos en un nuevo periodo mucho más libre, comprometido y arriesgado. Digamos que hemos soltado lastre y podemos dar un paso hacia adelante.

**Las primeras fechas de presentación fijadas son para Barcelona, Zaragoza y Madrid. ¿Qué se va a encontrar el público que asista a estos directos?**

Creemos que la banda ha evolucionado a muchos niveles, por supuesto se ve en el nuevo disco y se notará incluso más en el directo. Las canciones nuevas ya son diferentes en sí mismas, pero las antiguas han evolucionado hacia una nueva sonoridad que hacía tiempo que buscábamos y ahora hemos podido hacerlo realidad.

**En relación al primer adelanto del álbum, el estribillo dice algo así como "¿me harías el favor de callar de una vez?". ¿A quién le pediría Elefantes que deje correr el aire?**

A muchas situaciones a las que todos tenemos que enfrentarnos a diario, lo que nos hace ser unos adictos a nuestro trabajo es, entre otras muchas cosas, poder gritar a los cuatro vientos tu forma de sentir.

**Otro de los adelantos es el primer corte del disco, 'Mañana'. Respecto a la letra, parece que es un tema que habla de cierto desengaño con la vida, pero**



## ELEFANTES

# "Con este disco nos adentramos en un nuevo periodo mucho más libre"

El grupo barcelonés lanza este viernes 7 de octubre su último álbum de estudio, 'Trozos de papel / Cosas raras'

● Esas canciones serán presentadas en directo en una gira que incluye parada en Madrid el 19 de noviembre

ENTREVISTA DE FRANCISCO QUIRÓS SORIANO (@FranciscoQuiros) | FOTO DE JUAN PÉREZ FAJARDO

"CREO QUE LA BANDA HA EVOLUCIONADO, SE NOTA EN EL DISCO Y SE NOTARÁ EN EL DIRECTO"

"EN LA MÚSICA TODO ES MUY DIFÍCIL, SOBRE TODO A MEDIDA QUE PASAN LOS AÑOS"

deja cierto halo de optimismo. ¿Sentís que es una canción que solo se puede componer en un momento vital de madurez?

Para mí, más que relacionarla con la positividad o negatividad, la relaciono con la realidad y aceptar que nada ni ningún estado de ánimo es eterno, todo pasa, para bien o para mal.

También habéis reservado un espacio para una versión de 'Al olvido', con Ara Malikian, Rozalén, Mikel Izal, Coque Malla y Noni. ¿Cómo surgió la idea de

este giro a un clásico de vuestro repertorio y hasta qué punto ha influido la experiencia de aquel cover de 'Momentos' en 2020 junto al propio Coque Malla y Alberto de Miss Caffaina?

Esta revisión se debe a que sentimos que se acaba una etapa y comienza una nueva, por eso elegimos esa canción y esa letra. Somos muy afortunados de contar con muchos amigos que además son muy generosos y nos han apoyado en un momento tan importante como este. Todos ellos tienen un inmenso talento y les estamos profundamente agradecidos no solo por su gesto sino también por su implicación. Se nota mucho cuando se hacen las cosas con ganas o no y ya juzgaréis vosotros cuando escuchéis la canción.

**En pleno 2022, cuando echáis la vista atrás a los primeros pasos de la banda con 'El hombre pez', ¿qué recordáis de aquella etapa?**

El entusiasmo y no ver límites, creer que eres capaz de todo. Inevitablemente el tiempo te va colocando y te muestra tu horizonte, por eso me gustan tanto las bandas que empiezan, porque son capaces de convertir los errores en virtudes.

**Han pasado más de 20 años desde 'Azul'. ¿Qué reconforta más, encabezar las listas de éxitos o poder decir que conserváis a fans de vuestros inicios?**

En la música todo es muy difícil, sobre todo a medida que pasan los años, así que nos sentimos muy agradecidos tanto por seguir en los escenarios como por mantener un público tan fiel.



## ESTRENES | COMÈDIA D'EMBOLICS

# El musical 'Golfus de Roma' en català i amb humor

El Teatre Condal estrena el musical de Stephen Sondheim ● La producció dirigida per Daniel Anglès està protagonitzada per Jordi Bosch

M.L.  
redaccion@genteenbarcelona.com

**E**l Teatre Condal estrena el musical 'Golfus de Roma' dirigit per Daniel Anglès i Roger Julià, protagonitzat per Jordi Bosch i amb Mercè Martínez i Eloi Gómez al repartiment. La comèdia d'embolics arriba a Barcelona després de l'èxit a Madrid i compta amb un repartiment format per 26 intèrprets i músics en directe. Es tracta d'una obra escrita i composta per

## SEMPRE L'AMOR

## Un esclau que vol la llibertat

El musical explica la història de Pseudolus, un esclau irreverent, que intenta aconseguir la llibertat ajudant a Eros, el fill del seu amo, a guanyar-se l'amor de Phília. Però Phília pertany a M. Lycus que l'ha venuda al general Miles Gloriosus. I ningú està disposat a renunciar a ella.

Stephen Sondheim que s'ha traduït a una quinzena de llengües i que ho fa, per primera vegada, en català.

La producció compta amb un pressupost de 1,1 MEUR. La comèdia musical es podrà veure a la capital catalana fins a principis de 2023.

## Comèdia esbojarrada

Segons han explicat, es tracta de la comèdia musical "més divertida de tots els temps". Està basada "molt lliurement" en les comèdies de



L'espectacle ja es pot veure al Teatre Condal. ACN

Plaute, "els seus autors creen el vehicle perfecte perquè totes les escenes més esbojarrades i les situacions més desbaratades es barregin amb grans cançons i números musicals". El director del muntatge Daniel Anglès ha tret pit

EN AQUESTA  
VERSIÓ S'HI HA  
POTENCIAT EL  
SENTIT DE  
L'HUMOR

de la producció que porten a Barcelona amb 26 intèrprets i ha recordat que el text original és considerat un dels 10 títols més importants en la història dels musicals. La funció s'ha reinventat per exhibi-se a Barcelona.

## SÈRIES | S'HOMENATJARÀ LA SÈRIE 'TERESINES SA'

## Serielizados Fest inaugurarà la 9a edició amb l'estrena de 'Smiley'

L'acte d'inauguració tindrà lloc el 18 d'octubre a la Sala Phenomena

## GENTE

El Festival Internacional de Series, Serielizados Fest, inaugurarà la seva 9a edició a Barcelona amb l'estrena en pri-

mícia de 'Smiley', la nova sèrie de Netflix basada en l'aclamada obra de teatre de Guillem Clua, que exerceix de 'showrunner' en aquesta adaptació protagonitzada per Miki Esparbé i Carlos Cuevas.

Així mateix, 'Fácil' (Movistar+), 'La Ruta' (ATRESplayer Premium), 'Esterno notte'

(RAI) i 'Sherwood' (BBC) són algunes de les estrenes també destacades d'aquesta edició. El festival homenatjarà enguany la sèrie 'Teresines SA'.

L'acte d'inauguració del Serielizados Fest Barcelona tindrà lloc el 18 d'octubre a la Sala Phenomena. El festival es desenvoluparà fins el 22 d'octubre a espais com el CCCB, CASA SEAT, Sala Phenomena i el Rouge Cocktail Club. Com a novetat, les set sèries internacionals que competeixen en secció oficial podran veure's en pantalla gran.



## EXPOSICIONS

## La fusta acapara el jardí del Pavelló Mies van der Rohe

El Pavelló Mies van der Rohe acull la instal·lació temporal 'Mass is More', que transforma el jardí de l'espai amb grans estructures de fusta industrialitzada i laminada. La instal·lació pretén ser un diàleg entre el segle XX i el segle XXI.

# ¿Te gusta la radio?

## ¿Quieres tener tu propio programa?

**S**i te gusta la radio y quieres conducir y gestionar tu propio programa, podemos echarle una mano. Una emisora con 30 años de historia y en el centro de Barcelona.

Así que, si tienes una idea de un programa (música, cultura, imagen, diseño, moda, salud, estética, economía, redes sociales, ocio, relaciones humanas, motor, deportes, gastronomía, discotecas, espectáculos, idiomas, viajes, etc.) ahora puedes desarrollarlo.

Reestructuramos la parrilla y podemos incluir cualquier idea que enamore a los oyentes.

Envía tu sugerencia a:  
[direccion@radiokanalbarcelona.com](mailto:direccion@radiokanalbarcelona.com)



# RKB

Ràdio Kanal Barcelona

106.9fm



## BEGO, LA ORDENATRIZ

# "Solemos guardar muchas cosas por consumismo pero también por apego"

La 'influencer' de referencia sobre orden y limpieza recoge en un libro unos consejos útiles para ahorrar tiempo y hacer las tareas domésticas más sencillas

ENTREVISTA DE F. Q. SORIANO (@FranciscoQuiros) | FOTO DE CARLOS RUIZ

**L**as obligaciones laborales, el cuidado de los hijos... La lista de quehaceres cotidianos es tan larga y estresante que, en muchas ocasiones, acabamos descuidando otras tareas, especialmente aquellas que tienen que ver con el hogar. Esta realidad convierte a perfiles como el de Bego, La Ordenatriz (@la\_ordenatriz, en Instagram) en un espacio de referencia. Su relevancia creciente encuentra una nueva ventana en forma de libro, 'Limpieza, orden y felicidad' (editorial Planeta), en el que aporta "pequeños

"CON LA PANDEMIA NOS FIJAMOS MÁS EN LOS ERRORES DE LAS CASAS"

"TENER SIETE HIJOS ME HA DADO LA OPORTUNIDAD DE SER MÁS EFICAZ"

trucos para solucionar grandes desastres".

Su trayecto es relativamente corto: "Al principio me centraba en el orden, quería darme a conocer como organizadora profesional, pero llegó la pandemia y observé que veíamos más los errores de las casas, así que había que buscar soluciones. Empecé a ofrecer consejos. Auné sabiduría de hace años con los trucos que he ido descubriendo de la mano de los seguidores", rememora.

### Realidad sin edulcorantes

Así, consejo a consejo, La Ordenatriz se ha hecho un hueco en muchos hogares, superando los 632.000 seguidores en Instagram. Cree que buena parte de esa fama radica en aquello de predicar con el ejemplo. "Tengo siete hijos, es mucho follón y muchas manchas, pero también me ha dado la oportunidad de investigar más y ser más eficaz. Además, creo que por ello mis seguidores piensan que no me asusto de nada, que en esta materia lo habré visto casi todo", reflexiona antes de apuntar otro secreto de su éxito: "En redes parece que estamos obligados a ser perfectos. Con los pantallazos anónimos la gente se anima,



### INTRAHISTORIA

#### Varios retos profesionales aún por delante

Aunque asegura que "toda su mancha tiene su remedio", también reconoce que hay excepciones que confirman la norma: "Hay dos a las que no he logrado encontrar solución: el cueiro ecológico y la lejía. Esta última no es una mancha sino una decoloración, pero creo que si doy con su remedio e hiciera una segunda parte de este libro se vendería sola", bromea.

"LA MANCHA ES FEA, PERO ES UNA REALIDAD Y YO TAMBIÉN LA MUESTRO"

"EN LOS ARMARIOS TENEMOS DEMASIADOS 'POR SI ACASO'"

ven que las cosas que les suceden son normales. Tendemos a enseñar solo lo bonito; la mancha es fea, es una realidad, y yo lo muestro".

A través de las hojas de este libro aporta trucos, como "usar la laca de pelo para quitar un desteñido o un pegamento que lleva ahí años", pero también invita a la reflexión en otros muchos aspectos. Uno de ellos, no juzgar a la gente ni a nosotros mismos por el desorden que se pueda encontrar: "La vida es dinámica, evolucionamos, y creemos que esa evolución siempre es para bien, que tenemos que estar perfectos. Ni siempre tenemos el tiempo necesario ni siempre necesitamos lo mismo. Puede haber personas que estén nerviosas porque estén cambiando de trabajo o vayan a tener un hijo... No debemos machacarnos".

En cuanto al orden, la autora invita en uno de los puntos de su decálogo a deshacerse de aquellas cosas que llevamos sin usar un año. "Tenemos un exceso de consumismo, nos apetece lo que se lleva, sobre todo en ropa. Luego está el apego. Quizás la mente nos dice que hay algo que llevamos sin usar años, pero nos da pena tirarlo porque perteneció a alguien querido. Ahí está mi papel: ser la amiga que no critica, pero enseñando a usar el espacio, que es finito. Muchas veces me encuentro con personas que me dicen que tienen pocos armarios. No. Normalmente tenemos demasiados 'por si acaso', defiende.

Preguntada por una clave para encontrar el orden en nuestro caótico día a día, esta 'influencer' de la limpieza anima a que "si dedicamos 10 o 15 minutos por la mañana a tareas como hacer la cama o dejar la lavadora programada nos puede hacer muy agradable la vuelta a casa".

**Manos Unidas**  
CAMPAÑA CONTRA EL HAMBRE

# NUESTRA INDIFERENCIA LOS CONDENA AL OLVIDO



**CONTRA EL HAMBRE, ACTÚA**

**900 811 888**  
bizum **33439**  
[manosunidas.org](https://manosunidas.org)

## CRISIS ENERGÉTICA | PRODUCCIÓN LIMPIA

# España no dará marcha atrás en su plan nuclear

El último de los siete reactores dejará de estar operativo en 2035 ● Países como Francia apuestan por la ampliación de este tipo de centrales ● La incertidumbre se dispara con la crisis del gas ruso

POR D. NEBREDÁ (@dnebreda)

**A**lemania ha alcanzado el punto de no retorno. Los tres reactores que tiene operativos dejarán de operar este invierno. Por ello, el motor de la Unión Europea se quedará, de manera inevitable, expuesta ante la incertidumbre energética

debido a la posible interrupción del suministro de gas ruso por la guerra de Ucrania. España tiene operativos siete reactores nucleares. Según el Plan Nacional Integrado de Energía y Clima 2021-2030 aprobado en 2020 por el Ministerio para la Transición Ecológica, todos cerrarán antes de 2035: Almaraz I (2027), Almaraz II (2028), Ascó I (2030), Cofrentes (2030), Ascó II (2032), Vandellós II (2035) y Trillo (2035). De esta manera, se dejará de producir el 20% de la energía total que consumimos y será necesaria su obtención a través de otras fuentes.

LOS RESIDUOS MANTIENEN SU RADIATIVIDAD DURANTE VARIOS MILES DE AÑOS

El presidente de la Sociedad Nuclear Española, Héctor Domínguez, criticó que "España es el único país de la Unión Europea con generación nuclear que no está revisando su programa para ampliar la vida de los reactores". En este sentido, Francia ha consolidado su apuesta por esta energía. El presidente Macron anunció en febrero la construcción de 14 reactores más,

que se sumarán a los 56 ya existentes. Reino Unido también ha dado un impulso a su política nuclear, aprobando la construcción de ocho reactores más. Por último, Holanda sumará dos más y Bélgica ha dado marcha atrás a su política de cierres.

## Residuos

El debate de las centrales nucleares, tradicionalmente, no se centraba tanto en las emisiones de CO<sub>2</sub> sino en su seguridad, sobre todo tras el accidente de Chernóbil y en la gestión de los residuos. En España se depositan en el almacén centralizado de El Cbril, en Hornachuelos (Córdoba). Desde su construcción, guarda 28.218 metros cúbicos de residuos radiactivos (23.500 procedentes de las centrales, 2.500 de intervenciones especiales y 2.000 de la medicina nuclear).

El principal inconveniente y el mayor motivo para el desmantelamiento de todas las centrales nucleares es que su combustible, el dióxido de uranio, mantiene su radiactividad durante varios miles de años. Ante la crisis energé-



Panorámica de la central nuclear de Cofrentes

ca proveniente del corte de suministro del gas ruso, el problema está en cómo seguir generando electricidad si se cierran las nucleares, que en España produjeron el 20,8% del total de la energía. El proceso para sustituir la nuclear por renovables durará varias décadas. Es por ello por lo que los países han vuelto a recurrir a la quema de carbón, abriendo incluso centrales térmicas ya cerradas. El pasado marzo volvió a operar la central de As Pontes, en la provincia de Galicia.

## Etiqueta verde

En este contexto, Europa aboga por la energía nuclear. El Parlamento Europeo avaló el pasado mes de julio la posición adoptada por el Consejo que clasificaba la energía nuclear y el gas merecedoras de la etiqueta verde. Esta medida respalda la petición de Francia, quien reclamaba un reconocimiento expreso de la energía nuclear como fuente libre de emisiones de CO<sub>2</sub>. Mairead McGuinness, comi-

saria europea de servicios financieros, durante el debate parlamentario celebrado en la Eurocámara, incidió en que "las bajas emisiones de carbono hacen que forme parte de nuestra combinación energética en transición".

ESPAÑA SE HA VISTO OBLIGADA A LA REAPERTURA DE LA TÉRMICA DE AS PONTES

## MEDIO AMBIENTE | FALTA DE LLUVIAS

# El aumento de temperaturas traerá sequías generalizadas

También acarreará problemas de desertificación en todo el territorio peninsular

## GENTE

Las sequías más frecuentes y duraderas causadas por el aumento de las temperaturas globales serán un riesgo importante para las personas y los ecosistemas de todo el

mundo en los años venideros. Un estudio de la Universidad de East Anglia (UEA), publicado en la revista *Climatic Change*, muestra que incluso un modesto aumento de la temperatura de 1,5°C tendrá graves consecuencias en India, China, Etiopía, Ghana, Brasil y Egipto. Si el incremento fuera de dos grados, la probabilidad de sequía se cuadruplicaría en Brasil y



Cada vez aumentan más las zonas en riesgo

China y se multiplicaría por dos en Etiopía, Ghana y la India. En Egipto se elevaría hasta el 90%.

## Desertificación

España no quedaría inmune al aumento de la temperatura global. Según los datos del Instituto Geográfico Nacional, más de dos tercios partes de la superficie española están expuestas a la desertificación, siendo el riesgo muy alto en el 11% del territorio. Canarias y la costa mediterránea son las que más riesgo tienen de padecer este problema. Además, el informe 'Impactos y riesgos derivados

del cambio climático en España (2021)', elaborado por el Ministerio para la Transición Ecológica, concluye que el 74% de la superficie de España está en riesgo de desertificación por el cambio climático, sólo salvándose el norte y noroeste peninsular. Los potenciales riesgos, como detalla el documento, no sólo afectarían al suelo, sino que se extenderían en todos los sectores: recursos hídricos, ecosistemas terrestres, agricultura y ganadería, medio marino, costas, medio urbano, salud humana, energía, infraestructuras, transporte y turismo.



**CRUCIGRAMA BLANCO**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									

**Horizontales:**

1. De buen origen y casta. Al revés, voz de los arrieros.  
 2. Persona distinta de la que se habla. Capa que se forma en los metales cuando se oxidan.  
 3. Comunidad Europea. Al revés, ¡explosión!. Costilla inglesa.  
 4. Dios del viento griego. Interjección usada para animar a alguien. Voz de mando.  
 5. 500 romanos. España. Que no está partida.  
 6. Habitación. Supermán.  
 7. Extraño. Organizaciones sin ánimo de lucro.  
 8. Especie de bambú mejicano muy alto y con púas. Perteneciente o relativo a las alas.  
 9. Que tiene tendencia al sadismo. Traje que usaron los sanitarios para protegerse del contagio por COVID.  
 10. Negación. Se forma en el mar. Cerveza sin alcohol.

**Verticales:**

1. Sitios donde se cuece el marisco.  
 2. Que no cree en Dios. El ángel caído.  
 3. Señor. Abogado.  
 4. Cojo. Asociación de Operadores de Turismo Industrial.  
 5. Uno. La última vocal. Preposición. Repetición de un sonido.  
 6. Tonto, abrutado. Al revés, Logroño.  
 7. Buey inglés. Acierta. La primera.  
 8. Marchar. Águila inglesa que da nombre a uno de los más famosos aviones de combate.  
 9. Tener odio a alguien. Si lo besa una princesa, se convierte en príncipe.  
 10. Lo que te toca cenar muchas veces. Curso de agua.

**SUDOKUS**

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

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

**Cómo jugar:**

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

**SOLUCIONES**

0	0	0	0	0	0	0	0	0
1	4	3	0	0	1	0	0	5
8	7	1	0	0	1	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0
0	0	0	0	0	0	0	0	0

● Sube | ● Se mantiene | ● Baja



**HORÓSCOPO DE LA SEMANA**

**ARIES**  
21 MAR – 20 ABR

● SALUD: ●●●●●  
 ● DINERO: ●●●●●  
 ● AMOR: ●●●●●

**CÁNCER**  
22 JUN – 22 JUL

● SALUD: ●●●●●  
 ● DINERO: ●●●●●  
 ● AMOR: ●●●●●

**LIBRA**  
22 SEP – 22 OCT

● SALUD: ●●●●●  
 ● DINERO: ●●●●●  
 ● AMOR: ●●●●●

**CAPRICORNIO**  
23 DIC – 21 ENE

● SALUD: ●●●●●  
 ● DINERO: ●●●●●  
 ● AMOR: ●●●●●

**TAURO**  
21 ABR – 20 MAY

● SALUD: ●●●●●  
 ● DINERO: ●●●●●  
 ● AMOR: ●●●●●

**LEO**  
23 JUL – 22 AGO

● SALUD: ●●●●●  
 ● DINERO: ●●●●●  
 ● AMOR: ●●●●●

**ESCORPIO**  
23 OCT – 21 NOV

● SALUD: ●●●●●  
 ● DINERO: ●●●●●  
 ● AMOR: ●●●●●

**ACUARIO**  
22 ENE – 21 FEB

● SALUD: ●●●●●  
 ● DINERO: ●●●●●  
 ● AMOR: ●●●●●

**GÉMINIS**  
21 MAY – 21 JUN

● SALUD: ●●●●●  
 ● DINERO: ●●●●●  
 ● AMOR: ●●●●●

**VIRGO**  
23 AGO – 21 SEP

● SALUD: ●●●●●  
 ● DINERO: ●●●●●  
 ● AMOR: ●●●●●

**SAGITARIO**  
22 NOV – 22 DIC

● SALUD: ●●●●●  
 ● DINERO: ●●●●●  
 ● AMOR: ●●●●●

**PISCIS**  
22 FEB – 20 MAR

● SALUD: ●●●●●  
 ● DINERO: ●●●●●  
 ● AMOR: ●●●●●



RUT NIEVES

# “Nos han educado para encontrar la seguridad y el amor en el exterior”

La autora, especialista en crecimiento personal, publica un nuevo libro, ‘Recupera tu poder’, en el que da pautas para liberar la mente y disfrutar de una vida plena

ENTREVISTA DE F. Q. SORIANO (@FranciscoQuiros) | FOTO DE CHEMA MARTÍNEZ

**S** olemos situar al mes de enero como el periodo ideal para los nuevos propósitos. Sin embargo, muchas teorías apuntan a que la etapa más propicia es el arranque del nuevo curso, una idea que comparte Rut Nieves: “Septiembre es el inicio del curso realmente, más que enero, hay propósitos más potentes, ya que además coincide con el cambio de estación, del verano al otoño, que es la época de recogerse para ver qué quiero sembrar para recoger en el nuevo año”.

Y qué mejor propósito que el de conocerse a uno mismo para hallar el verdadero camino de la felicidad, una de las líneas maestras sobre las que Rut Nieves ha articulado su último libro, ‘Recupera tu poder’ (editorial Planeta). “Solo tenemos una vida. A cualquier persona que no se sienta feliz, le animo a preguntarse si está viviendo la vida que quiere. Después de los tiempos que hemos vivido, nos hemos dado cuenta de que el tiempo y la salud son preciosos”, defiende. Por eso Rut Nieves invita al lector a “escuchar al corazón y la mente”, alertando de que “nos han enseñado a vivir para fuera, a encontrar el amor, la seguridad y el reconocimiento en el exterior, pero no nos han enseñado a escucharnos, a conocernos, a conectar con nuestro interior”.

**Ejemplo propio**  
En ‘Recupera tu poder’, Rut Nieves vuelve a demostrar por qué se ha convertido en una de las autoras de crecimiento personal más reconocidas, una obra que parte de una experiencia que vivió de primera mano. “Este libro comenzó a aflorar en medio del confinamiento. Era un

momento en el que me sentía, como todos, privada de libertad, sentía que no tenía claridad sobre hacia dónde quería seguir creciendo. Me pregunté qué había en mí para sentir que me habían quitado la libertad. La respuesta eran determinados pensamientos, experiencias que no había aceptado y unas creencias sobre aquello que no podía hacer”, recuerda an-

“HAY QUE PREGUNTARSE SI ESTAMOS VIVIENDO LA VIDA QUE QUEREMOS”

“LAS CREENCIAS LIMITANTES NOS ALEJAN DE HACER LO QUE NOS APASIONA”

“DESDE LA INFANCIA INTERIORIZAMOS PALABRAS QUE NOS DAÑAN”

tes de asegurar que “el aprendizaje que he realizado con este libro es que cuando somos conscientes de nuestras verdaderas capacidades y recordamos nuestros derechos de nacimiento, encontramos el valor y la fuerza para hacer realmente lo que nos apasiona” Por eso anima a hacer un ejercicio de introspección para liberarnos de todos los condicionamientos internos: “Cuando nos deshacemos de esas creencias limitantes, conectamos con la paz, con la



OBRAS ANTERIORES

**Un libro que cierra el círculo personal**

Aunque explica que no hace falta leer sus libros anteriores para entender este ‘Recupera tu poder’, Rut Nieves argumenta que este libro “es la continuación” de sus dos publicaciones anteriores, ‘El amor de tu vida’ y ‘Naciste para disfrutar’. “Con ‘Recupera tu poder’ se complementa todo”, expone.

EXPERIENCIA PERSONAL

**Arquitecta de su propio destino**

El camino profesional de Rut Nieves estaba ligado, hasta hace pocos años, al mundo de la arquitectura, una labor que ejercía en Alemania. Tras una trayectoria de 12 años, decidió hacer borrón y cuenta nueva para dedicarse a lo que verdaderamente le

apasionaba: descubrir el potencial interior. Ahí arrancó una nueva etapa que marcha viento en popa. Rut Nieves es una de las escritoras más reconocidas de habla hispana en materia de autoayuda con más de 500.000 lectores.

felicidad y con nuestro amor”. La autora argumenta que somos rehenes de buena parte de los mensajes que hemos recibido desde pequeños: “Además de las creencias limitantes, también nos dañan mucho los insultos que nos decimos a nosotros mismos, desde tonto hasta idiota, que son palabras que escuchamos mucho desde la infancia. Las personas que nos dicen esas palabras no son conscientes de lo destructivas que son”.

