

Gente

AÑO 19, NÚMERO 805
DEL 15 AL 22 DE DICIEMBRE DE 2025

madr

ALCOBENDAS | LA MORALEJA | SAN SEBASTIÁN DE LOS REYES

MUYFAN | ENTREVISTA | PÁG. 12

"Hay que ser humilde para pedir perdón"

Francisco celebra sus 45 años de carrera con el lanzamiento de un nuevo disco de estudio, 'De cobardes no hablarán'



AYTO DE ALCOBENDAS

ALCOBENDAS | PÁG. 8

Espíritu navideño en todos los rincones

Alcobendas ya disfruta de una programación municipal que coloca a Navibendas como gran protagonista. Allí se encuentran la pista de hielo, de 800 metros cuadrados, o el Tren de la Navidad. Además, se ha creado una campaña para favorecer el consumo en el comercio local

DEPORTES | PÁG. 10

La Copa se sirve en varios tragos

El torneo del KO no es ajeno a las peculiaridades de un calendario al borde del colapso. El duelo del Rayo Vallecano en Los Carmenes, el campo del Granada, se traslada al 6 de enero



LIBRERÍA LOWCOST
Re-Read
ALCOBENDAS



C/ Marquesa Viuda de Aldama, 15 (junto a la iglesia)
ALCOBENDAS 91 439 82 66 www.facebook.com/rereadalcobendas
www.re-read.com

ACTUALIDAD | PÁG. 4

La tuneladora Mayrit ya está en la estación de Comillas

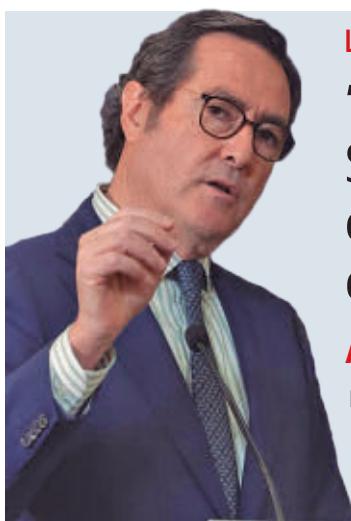
Comenzará a trabajar en el mes de marzo para prolongar la Línea 11 de Metro desde allí hasta Conde de Casal. Ayuso señaló que se ha completado el 43% de la obra

ACTUALIDAD | PÁG. 5

Productos de Madrid para regalar en Navidad

La Comunidad y ASEACAM lanzan por sexto año su campaña de promoción





LA FRASE

“La subida del SMI en un 1,5% en 2026 es más que generosa”

Antonio Garamendi

El presidente de la CEOE propone que el salario mínimo llegue a los 1.202 euros brutos al mes en catorce mensualidades.

LA CIFRA

12%

Un buen aguinaldo por la Renta

La Iglesia católica española ha recaudado más de 429 millones de euros en la última campaña de la renta, un 12% más que en el ejercicio anterior.

OBITUARIO



Días negros para la música

La cultura española en general y la música en particular han dicho adiós en la última semana a Jorge Martínez, líder de Ilegales, y Robe Iniesta.

EDITA:
GENTE EN MADRID, S.L.

EDITOR:
FERNANDO IBÁÑEZ

COORDINADORES DE REDACCIÓN:
FRANCISCO QUIRÓS
JAIME DOMÍNGUEZ

FOTOGRAFÍA:
CARLA FLECHA

Jefe de maquetación:
CARLOS ZUGASTI

MAQUETACIÓN:
ENRIQUE ALONSO

Jefe de marketing:
RAFAEL VARA

Coordinadora de publicidad:
ANA SÁNCHEZ

Diseño gráfico:
PATRICIA MARTÍNEZ

Dpto. Comercial:
ÓSCAR BALLESTEROS
RAFAEL GARCÍA
PACO MARTÍN

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

TELÉFONO:
91 369 77 88

PUBLICIDAD:
comercial@genteenmadrid.com

TELÉFONO:
663 56 77 17

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



Inés Hernand

EL APUNTE

**La Memoria Histórica
no cae en el juego viral**

Sin necesidad de hacer un ejercicio de nostalgia ni caer en el falso razonamiento de que cualquier tiempo pasado fue mejor, quedan pocas dudas de que el pensamiento profundo, sosegado y fundamentado no está en su momento más boyante. En pleno auge de la polarización y las redes sociales, hay que tener una opinión sobre cualquier asunto, no una cualquiera, sino aquella que tenga en la inmediatez a su mejor compañera de viaje.

Con ese caldo de cultivo, basta un reel de Instagram o una reflexión a golpe de TikTok para calar en determinada parte de la población y propagar un mensaje que, tal vez por breve y directo, puede de alcanzar grandes cotas de peligrosidad. Esta es, quizás, una de las razones que explique los resultados de una encuesta del CIS en este 2025 que vive sus últimos capítulos: un 21,3% de los españoles considera que la dictadura franquista fue “buena o muy buena”.

Esa visión distorsionada del pasado, aunque respecto a otro asunto, volvió a quedar de manifiesto días atrás, cuando Inés Hernand afirmó delante de los participantes de ‘OT’ que “la izquierda abertzale vasca era pacifista”. Urge cuanto antes salir de esta especie de amnesia colectiva.

LA FOTO DE LA SEMANA



Un Nobel de la Paz sin la gran protagonista

El pasado miércoles 10 de diciembre tuvo lugar en Oslo la ceremonia de entrega del Premio Nobel de la Paz 2025. Finalmente no fue María Corina Machado quien subió al estrado para recibir el galardón sino su hija, quien valoró que “la lucha de todo un pueblo es reconocida en todo el mundo”.

EL SEMÁFORO



Leire Díaz, de nuevo en el ojo del huracán

La Guardia Civil ha detenido a la exmilitante del PSOE Leire Díaz y al expresidente de SEPI Vicente Fernández. Ambos están acusados de presuntas irregularidades en contratos públicos.



Una polémica que continúa desafinando

Islandia se ha sumado a España, Países Bajos, Irlanda y Eslovenia en su renuncia a participar en Eurovisión de 2026 por la presencia de Israel. El festival sigue en un momento complicado.



‘Sirat’, de Laxe, sigue ganando adeptos

La película que dirige Oliver Laxe ha recibido dos nominaciones para esta edición de los Globos de Oro a mejor película extranjera y banda sonora. La gala tendrá lugar el 11 de enero.



Fundación "la Caixa"

En la Fundación "la Caixa" creemos en el poder de las personas para transformar la sociedad. Por eso colaboramos con entidades sociales que con su compromiso mejoran la vida de los más vulnerables, combaten la pobreza, impulsan la salud y promueven la cultura. Y lo hacemos con una gestión responsable del patrimonio, a través de CriteriaCaixa, que garantiza la sostenibilidad de nuestra actuación.

Porque lo imposible es solo un poco más difícil que las cosas difíciles. Porque la utopía es posible cuando muchas personas creen y actúan unidas.

“Yo ~~no~~ creo en la humanidad”

Del lado de los que creen para transformar



La tuneladora Mayrit ya está en la futura estación de Comillas

La maquinaria se está montando para que empiece a trabajar en el mes de marzo • Excavará los 5.593 metros que unirán la Línea 11 con Conde de Casal

GENTE
@GenteMad

La tuneladora Mayrit, construida durante 20 meses en la ciudad alemana de Schwanau, ya está en la futura estación de Comillas. La pasada semana se inició su montaje y se espera que en el mes de marzo del año que viene pueda empezar a perforar el suelo para avanzar en las obras de prolongación de la Línea 11 de Metro.

Hasta allí se desplazó la presidenta de la Comunidad de Madrid, Isabel Díaz Ayuso, para explicar que hasta el momento ya se ha ejecutado el 43% de la obra de cinco estaciones de esta línea, dos de ellas nuevas (Comillas y Madrid Río) y tres de enlace (Paplos de la Frontera, Atocha y Conde de Casal), en una infraestructura que "reducirá la afluencia de viajeros de la Línea 6 y ayudará a mejorar el tráfico entre el sur y el norte de la capital", señaló.

Sin descanso

Mayrit tendrá que horadar los 5.593 metros que separan la estación de Comillas de Conde de Casal, avanzando a un ritmo de 15 diarios, fren-

ANUNCIO

Una nueva estación para la Línea 10

La Línea 10 de Metro de Madrid (Puerta del Sur-Hospital Infanta Sofía) sumará una nueva estación en superficie entre Colonia Jardín y Aviación Española con el objetivo de dar servicio al nuevo desarrollo creado tras la Operación Campamento, según anunció Isabel Díaz Ayuso en su visita a la nueva tuneladora. Estará situada entre las de Colonia Jardín y Aviación Española, elevando a 32 el número total de estaciones de la línea. El trazado se ubicará junto a la calle Darío Gazapo, en el distrito de Latina, y se construirá en superficie.

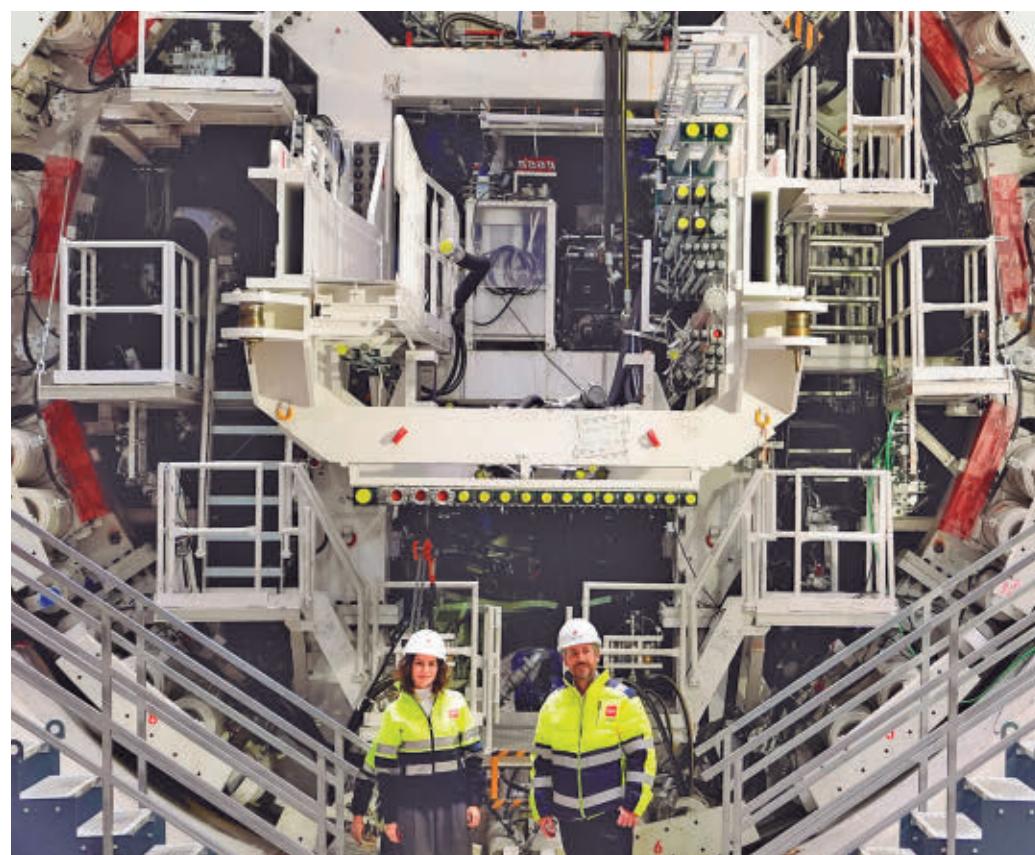
El Consejo de Gobierno aprobó este miércoles 10 el contrato para la redacción del proyecto, con un plazo de ejecución de 24 meses, destinado a mejorar la movilidad de los futuros residentes de esta zona.

te a los 10 mensuales que alcanza el método tradicional de pico y pala. Trabajará las 24 horas los siete días a la semana, operando en turnos continuos para maximizar la velocidad. Solo se detendrá para reemplazar las piezas desgastadas, aproximadamente cada 1.000 metros.

Cada componente de Mayrit se ha producido bajo estándares de calidad, en concreto, la rueda de corte ha sido diseñada específicamente para adaptarse a las condiciones geotécnicas y

HASTA EL MOMENTO YA SE HA LLEVADO A CABO EL 43% DE LOS TRABAJOS

geológicas del terreno, compuesto por peñuelas, toscos y arcillas negras. Esta pieza central incorpora 54 discos o 'rippers' que permiten un trabajo más homogéneo y eficiente; 172 picas responsables de erosionar el suelo y,



Isabel Díaz Ayuso visitó la tuneladora

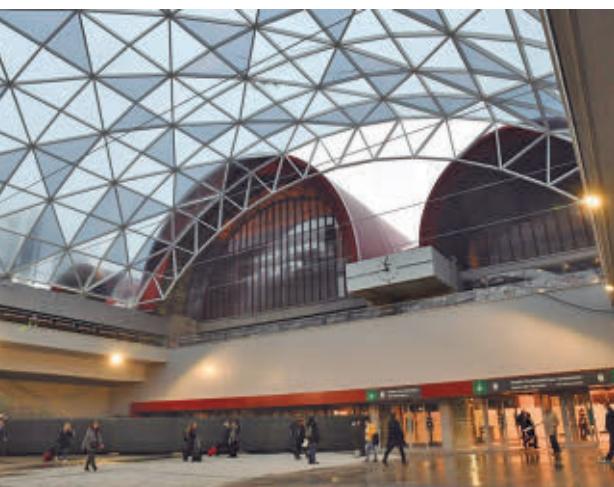


Acero y hormigón: Para construir el túnel por el que circulen los trenes de la futura Línea 11 de Metro también serán necesarias 32.000 toneladas de acero y 210.000 metros cúbicos de hormigón. Díaz Ayuso vio parte de esta infraestructura.

por último, 24 rastreles, que retiran el material conforme avanza la perforación. Después, los residuos se evacuarán mediante una cinta transportadora de 6 kms de longi-

TRABAJARÁ A UN RITMO DE 15 METROS DIARIOS LAS 24 HORAS DEL DÍA

tud. El ensamblaje de esta máquina de última generación se está llevando a cabo a 27 metros de profundidad, punto donde se ubicarán las futuras vías de la prolongación de la Línea 11 del Metro de Madrid.



Así luce el vestíbulo tras la reforma

Chamartín abre más espacio en el vestíbulo y en parte de la entrada

Se ha instalado una gran bóveda acristalada para proteger a los viajeros

REDACCIÓN

La estación de Chamartín-Clara Campoamor abrió la pasada semana al público otros 2.112 metros cuadra-

dos adicionales del vestíbulo principal y ha recuperado parte de la entrada principal, que ha sido cubierta por una gran bóveda acristalada para proteger a los usuarios de las inclemencias del tiempo.

De esta forma, los viajeros llegan al edificio de la estación por la plaza de acceso, en la que se ha generado un

nuevo espacio de espera de 1.325 metros cuadrados, cubierto por siete pares de arcos, con una luz entre apoyos de 34 metros, una longitud de 36 y una altura de 8,5. La bóveda está compuesta por un sistema prefabricado de 253 nudos cilíndricos y 698 barras rectangulares de acero, con un cerramiento de vidrio laminado y templado.

Ubicación inicial

El acceso al vestíbulo se realiza por parte de lo que será la entrada principal, que vuelve a su ubicación inicial y que ya

cuenta con un frente de 14,5 metros de los 33,6 que tendrá finalmente. Desde allí, se accede al vestíbulo que ya dispone de 6.712 metros cuadrados, frente a los 4.600 anteriores.

El vestíbulo principal en la zona de Alta Velocidad se reparte en 1.501 metros cuadrados previos al paso por las radioscopias y otros 5.211 tras el control de acceso, en los que se ubican dos espacios de restauración, aseos públicos, 400 asientos, máquinas autoventas y cargadores para dispositivos electrónicos.

Productos madrileños para regalar esta Navidad

La Comunidad y ASEACAM lanzan por sexto año consecutivo su campaña para promocionar los alimentos de la región en esta época tan especial

REDACCIÓN
@GenteMad

La Comunidad de Madrid ha lanzado la campaña 'Para Navidad, regala Madrid' con el objetivo de promocionar el consumo de productos locales durante las celebraciones navideñas. Por sexto año consecutivo, el Ejecutivo autonómico, junto a la Asociación Empresarial de Industrias Ali-

mentarias de la Comunidad de Madrid (ASEACAM), anima con este proyecto a que los ciudadanos compren, consuman y utilicen la variada oferta de alimentos regionales en sus elaboraciones para estas fiestas.

Para ello, ya se han puesto a la venta 2.500 cestas de Navidad 100% madrileñas, con 46 productos diferentes de 26 empresas participantes. Hay nueve lotes, cuyos pre-



Algunos de los productos madrileños que se pueden comprar

HAY 2.500 CESTAS CON PRECIOS QUE VAN DE LOS 24 HASTA LOS 95 EUROS

cios oscilan entre los 24 y los 95 euros en función de su contenido, pudiendo elegir entre vino, aceite, frutos secos, chocolate, queso, miel, turron y otros alimentos de origen local. Muchos de ellos cuentan con el sello M Pro-

ducto Certificado, con el que el Gobierno regional avala la calidad y trazabilidad de lo que se produce, elabora o envasa en la Comunidad de Madrid. Los surtidos ya pueden adquirirse en los principales establecimientos de BM

Supermercados, Carrefour y Alcampo, donde seguirán a la venta hasta el 31 de diciembre o hasta fin de existencias.

Menú especial

En la presentación de la campaña estuvo el consejero de Medio Ambiente, Agricultura e Interior, Carlos Novillo, que asistió también a un 'showcooking' de la chef Xandra Luque, embajadora de los Alimentos de Madrid 2025, que creó un menú navideño con ingredientes de kilómetro cero. Su propuesta consistió en una ensalada de escarola y salmón ahumado, pochas guisadas con verduritas, ternera asada con puré de manzana, y flan de queso con bizcocho boracho de aceite de oliva.

Novillo también recorrió seis bodegones con productos de calidad diferenciada de la región.

Eléctrico, sostenible, conectado...

Cuando nadie hablaba de nueva movilidad, en Metro de Madrid ya trabajábamos para ofrecerte un Metro más moderno, sostenible y accesible.

Un Metro que te conecta con Madrid, con tu vida y con tus valores.



100% eléctrico



100% digital



Más autonomía



100% sostenible



A la vanguardia de la movilidad urbana desde 1919





Los niños de San Ildefonso cantan los premios del Sorteo de Navidad EUROPA PRESS

Más de 76 euros por persona en Lotería

El Sorteo Extraordinario de Navidad que se celebra en el Teatro Real de Madrid el próximo lunes 22 es uno de los acontecimientos más esperados de estas fechas. El gasto es muy desigual en función de la comunidad autónoma

GENTE
@GenteMad

Cada español gastará este año 2025 una media de 76,08 euros en comprar décimos para el Sorteo Extraordinario de la Lotería de Navidad que se celebrará el próximo 22 de diciembre en el Teatro Real de Madrid, frente a los 73,84 euros del año anterior, según la cifra de consignación por habitante de Loterías y Apuestas del Estado (LAE).

Por regiones, la comunidad autónoma que previsiblemente más va a gastar por habitante este año es Castilla y León, con una media de 121,28 euros, seguida de Asturias (119,67), La Rioja (113,96), Aragón (102,15), Cantabria (101,98), País Vasco (87,43), Castilla-La Mancha (86,47), Comunidad de Madrid (85,19), Comunidad Valenciana (85,17) y Galicia (83,29). Por el lado contrario, los que menos van a gastarse este año son nuevamente los habitantes de las ciudades

autónomas de Melilla (17,32 euros), Ceuta (19,10), Baleares (42,94), Canarias (47,24), Cataluña (57,06), Navarra (58,62), Andalucía (64,05), Extremadura (70,61) y Murcia (73,24).

Respecto a las distintas comunidades autónomas, donde más Lotería de Navidad se va a vender previsible-

SE HAN PUESTO A LA VENTA CINCO SERIES MÁS QUE PARA EL SORTEO DEL AÑO PASADO

Lotería | Sorteo de Navidad

Madrid es la ciudad con más 'Gordos' de la historia

El primer premio ha caído en la capital en 84 ocasiones, seguida por Barcelona con 44. En Ávila y en Tarragona no ha tocado nunca

Madrid es la ciudad de España que mayor número de veces ha recibido la visita del 'Gordo' del Sorteo Extraordinario de la Lotería de Navidad con 84 ocasiones, la última de ellas en 2023. La segunda plaza la ocupa Barcelona, con 44

'Gordos', seguida por Sevilla, con 19, Bilbao (16), Valencia (15), Zaragoza (14) y Cádiz (13). Otras ciudades españolas han sido agraciadas con el primer en repetidas ocasiones a lo largo de la historia del sorteo. Es el caso de Málaga, donde

mente es en Madrid (596 millones de euros), seguida de Andalucía (552 millones), Cataluña (458 millones), Comunidad Valenciana (452 millones) y Castilla y León (289 millones). Las que menos serán Melilla, con 1,4 millones de euros, Ceuta (1,5 millones) y La Rioja (37 millones).

Más premios

El Sorteo Extraordinario de la Lotería de Navidad de 2025 repartirá un total de 2.772 millones de euros en premios, lo que supone 70 millones más que el año pasado, cuando se repartieron 2.702 millones. Este año se han puesto a la venta 198 millones de décimos, de modo que la emisión consta de 198 series (cinco más que el año anterior) de 100.000 números cada una, ascendiendo a un total de 3.960 millones de euros.

LAS CIFRAS

121

Euros

Los ciudadanos de Castilla y León son los que más gastan en Lotería de Navidad

596

Millones de euros

Son los que se ponen a la venta en Madrid, la región que más vende

2.772

Millones de euros

Es la cantidad que se reparte en premios, 70 millones más que el año pasado

ESTADÍSTICAS

El número 5 es la terminación favorita de 'El Gordo'

El número 5 es el reintegro del primer premio, conocido comúnmente como 'El Gordo', más repetido a lo largo de toda la historia del Sorteo Extraordinario de Navidad de la Lotería Nacional, al haber resultado agraciado en un total de 32 ocasiones. Le siguen el número 4 y el 6, con 27 ocasiones cada uno.

En cambio, la terminación menos afortunada en este tradicional sorteo navideño vuelve a ser el número 1 (ocho ocasiones), seguido del 2 (trece ocasiones) y del 9 (un total de 16 ocasiones). Además, el número 8 ha sido el reintegro del primer premio en 25 ocasiones, mientras que el 0 y el 7 lo han sido 24 y 22 veces, respectivamente, y el 3 ha sido la última cifra del número agraciado con 'El Gordo' de este tradicional sorteo navideño 21 veces.

Reparto

De los 214 sorteos extraordinarios de Navidad celebrados hasta la fecha, el primer premio ha correspondido en 65 ocasiones a un número comprendido entre el 0 y el 10.000, en 74 ocasiones a un número entre el 10.001 y el 30.000, y en 76 ocasiones a números comprendidos entre el 30.001 y el 99.999.

ha caído en 12 ocasiones, Granada (11) Alicante (10) o Santander y A Coruña (9 cada una de ellas).

Suerte esquiva

De ciudades capital de provincia, ha caído una sola vez en Girona, Toledo y Jaén (2023), y en Guadalajara (1970). A las ciudades capitalinas de Ávila y Tarragona nunca ha llegado el primer premio, aunque sí a localidades de menor tamaño de sus provincias, como Altafulla, Reus, El Barco o Poyales del Hoyo.



Gente haciendo cola para comprar lotería E. P.



Presentación del nuevo plan para incentivar la venta de vehículos eléctricos | EUROPA PRESS

Ayudas directas del Estado para comprar coches electrificados

El nuevo Plan Auto+ no pasará por las comunidades autónomas para agilizar la llegada del dinero a los compradores de vehículos eléctricos o de híbridos enchufables • También se instalarán cargadores en las llamadas 'zonas sombra'

GENTE
@GenteMad

El Gobierno central impulsará durante el próximo año 2026 un paquete de medidas valorado en 1.280 millones de euros para incentivar la de-

manda del vehículo eléctrico en España. En primer lugar, se pondrá en marcha un programa de ayudas directas denominado Plan Auto+, que estará dotado de 400 millones de euros. Contará con fondos que serán gestionados directamente por el Gobierno cen-

1.280

Millones de euros
Es la dotación del plan impulsado por el Gobierno central para 2026

tral, y no por las comunidades autónomas (como sucedía hasta ahora con el Plan Moves III), con el fin de garantizar una mayor velocidad y homogeneidad en la gestión de ayudas y que los pagos lleguen a los bolsillos de las familias "cuando realmente lo

necesitan", según explicó el presidente del Gobierno, Pedro Sánchez.

Industria

Otra de las medidas es una nueva dotación de 580 millones para el Plan del Vehículo Eléctrico y Conectado (Perte

MOVILIDAD | ESTUDIO DE ALPHABET

Los incentivos económicos solo convencen al 9% de los posibles compradores

El interés por los vehículos eléctricos ha descendido en el último año • El precio y la autonomía son las principales barreras

Solo un 9% de los españoles considera las ayudas como un motivo para el cambio de su vehículo, mientras que las averías o mal funcionamiento siguen siendo la principal razón para la renovación,

allá de la mera existencia de los fondos", subraya el Foro.

De hecho, el interés por el coche 100% eléctrico registra un descenso notable en 2025, y solo el 8% de los españoles lo compraría, frente al 13% de 2024. Las principales barreras citadas por los consumidores siguen siendo consistentemente



Vehículo eléctrico cargando

VEC), con el fin de impulsar la industria desde su cadena productiva hasta el desarrollo de las fábricas y para mejorar la innovación y la competitividad del sector. También se anunció que el próximo año desde el Gobierno central se impulsará la puesta en marcha de un nuevo Plan Moves Corredores, con 300 millones de euros, que va a contribuir al despliegue de puntos de recarga en las denominadas 'zonas sombra', es decir aquellas carreteras donde todavía no se cuenta con una red de infraestructuras de carga.

El presidente del Gobierno afirmó que el vehículo eléctrico "ha llegado para quedarse", motivo por el cual instó a "pisar el acelerador", no solo en

PEDRO SÁNCHEZ:
"EL VEHÍCULO ELÉCTRICO HA LLEGADO PARA QUEDARSE"

la carrera frente a los competidores nacionales, sino en la extensión de los puntos de recarga y en el abaratamiento de los precios para incentivar la demanda.

"Esto no va de vender coches, se venderán coches siempre. La pregunta es si queremos ser un mercado, o un referente industrial donde se produzcan y vendan vehículos. Lo que está en peligro es todo el ecosistema", apuntó el presidente de la Asociación de Fabricantes de Automóviles de España (Anfac), Josep María Recasens, quien estuvo en la presentación del nuevo plan, donde valoró positivamente el plan por tener un enfoque transversal para toda la industria.

el precio (28%), la autonomía limitada (26%) y la escasez de puntos de recarga (23%).

Escepticismo

Estas cifras evidencian que, a pesar de los avances tecnológicos, los factores económicos y de infraestructura continúan siendo un impedimento crucial. Este escepticismo se refuerza con el dato de que el 51% de los ciudadanos no está dispuesto a pagar más por un coche eléctrico y solo un 33% asumiría un sobrecoste de hasta 5.000 euros.



La alcaldesa, Rocío García Alcántara, durante la presentación AYUNTAMIENTO DE ALCOBENDAS

Navibendas se confirma como el epicentro de estas fiestas

El complejo disfruta de más espacio para estas fechas, contando con reclamos como una pista de hielo, el Tren de la Navidad o un circo. Los motivos luminosos también tienen más presencia en la ciudad que en ediciones pasadas

ALCOBENDAS

REDACCIÓN
@GenteMad

La inauguración del belén municipal fue el pistoletazo de salida para una programación navideña en Alcobendas que, además de los even-

tos tradicionales, también incluye algunas novedades destacadas: un incremento del 17% en el alumbrado navideño, la ampliación del espacio Navibendas, una gran pista de hielo y circo por primera vez en estas fechas.

El Ayuntamiento pone el acento en una decoración que se puede disfrutar desde finales de noviembre. Más de

CONSUMO

Campaña de apoyo al comercio local

Además, esta campaña navideña también incluye una acción de apoyo al comercio local, en la que unos 140 establecimientos adheridos repartirán 41.500 vales 'rasca y gana' con 140.000 premios directos, 140 premios sorpresa y tres premios principales consistentes en un iPhone 16, un ordenador portátil y una televisión inteligente de 55 pulgadas.

El Ayuntamiento ofrece asesoría jurídica para la población joven

El servicio, de carácter completamente gratuito, está pensado para jóvenes de entre 14 y 30 años. Se presta en el Centro Joven Daniel Rodríguez

SS. REYES

GENTE
La información jurídica forma parte de nuestro día a día, pero, generalmente, su conocimiento suele entrañar gran-

des interrogantes para la población. Por ello, el Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes ha iniciado un servicio de asesoría jurídica completamente gratuito para los jóvenes de la ciudad que tengan entre 14 y 30 años.

El objetivo es facilitar la información y el asesoramiento especializado a los jóvenes en materia jurídica, orientándoles sobre sus derechos legales, además de prestar atención personalizada, telefónica o por correo.

Dudas frecuentes

Entre otros temas relevantes, está la información esquematizada y concisa sobre los

contratos o las condiciones de trabajo, el acceso a una primera vivienda, dudas sobre los impuestos, tasas o sanciones, la constitución de asociaciones y empresas, así como otras cuestiones legales que puedan interesar o preocupa a los jóvenes.

Para las personas interesadas, se puede acceder a este servicio municipal en el Centro Joven Daniel Rodríguez, situado en la avenida de Valencia, 3. Se puede acudir los martes de 17:30 a 20:30 horas, sin necesidad de pedir cita previa.



No es necesario pedir cita previa

Un avance en la celiaquía con presencia del Infanta Sofía

SANIDAD

AGENCIAS

Un equipo de investigadores liderados por el Instituto Madrileño de Estudios Avanzados Imdea Nutrición de la Comunidad de Madrid ha detectado una asociación directa entre las causas que explican la persistencia de síntomas en celiacos pese a que sigan una dieta sin gluten.

Este estudio se ha podido llevar a cabo gracias a un convenio encabezado por el propio Instituto Imdea Nutrición y en el que también está el Hospital público Infanta Sofía de San Sebastián de los Reyes.

Más espacio

El espacio Navibendas ha ampliado su superficie y contará este año con más atracciones y espectáculos, hasta nue-

SE HAN INSTALADO BOMBILLAS LED PARA EL AHORRO ENERGÉTICO

ve montajes diferentes de humor, música, circo, magia y teatro para disfrutar en familia, además de talleres diarios de adornos, llaveros, postales, marcapáginas y otras actividades manuales.

En este espacio se puede disfrutar de una pista de hielo de 800 metros cuadrados, una de las más grandes de la Comunidad de Madrid, además del Tren de la Navidad, que con 18 metros de largo, dos vagones y capacidad para 58 personas, recorre una distancia de cinco kilómetros entre la Plaza del Pueblo y la Ciudad Deportiva Valdelas-fuentes.

MÁS INFORMACIÓN

 GenteMadrid.es
Consulte la actualidad regional y local en nuestra página web

Optimismo

“Al lograr identificar los marcadores microbianos y metabólicos asociados a este mantenimiento de los síntomas, los resultados del estudio allanan el camino para nuevas intervenciones, desde probióticos y prebióticos hasta pautas dietéticas de precisión, que ayuden a restablecer el equilibrio intestinal”, han asegurado fuentes de Imdea Nutrición.

El estudio se realizó en personas de entre 18 y 65 años con enfermedad celíaca confirmada mediante biopsia, que habían seguido una dieta sin gluten durante al menos 12 meses y seguían presentando síntomas. Se identificaron 431 especies microbianas, y el análisis nutricional reveló desequilibrios en la ingesta de proteínas.

Muchas razones para vivir la Navidad

La programación municipal se llena de propuestas para todos los públicos, como la visita guiada al belén o la exposición de carrozas en el Recinto Ferial. • Este jueves 18 tendrá lugar la Gala de Navidad para jóvenes, antes de la visita del Cartero Real

SS. REYES

REDACCIÓN
@GenteMad

La programación navideña del Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes cuenta con distintas actividades entre las que se incluyen la visita guiada al belén o la exposición de las carrozas que saldrán a la calle durante la Cabalgata de los Reyes Magos.

Tras la inauguración, el municipio ofrece un abanico de actividades entre las que destacan las visitas guiadas al Belén que se realizarán por las mañanas únicamente a entidades y colectivos que así lo soliciten. Por su parte, la exposición de las carrozas que participarán en la Cabalgata de los Reyes Magos tendrá lugar del 2 al 4 de enero. La muestra estará en una carpeta dentro del Recinto Ferial.



Decoración navideña en la Plaza de la Constitución

El Torneo Menina destina 2.000 euros a UNICEF

ALCOBENDAS

GENTE

La Fundación Deporte Alcobendas (FUNDAL) ha finalizado con éxito la XXIV edición del Torneo Menina de Tenis, una competición ya consolidada en el calendario deportivo madrileño y que

este año ha vuelto a reunir a cientos de jóvenes deportistas en 19 categorías masculinas y femeninas.

Pero, más allá del componente competitivo, una de las señas de identidad del Torneo Menina es la solidaridad. De este modo, los organizadores han destinado 2.000 euros de recaudación a

UNICEF con el objetivo de apoyar sus programas de protección a la infancia.

Respuesta "positiva"

Desde FUNDAL se destaca el alto nivel competitivo mostrado por los jóvenes tenistas, así como la positiva respuesta de las familias y equipos técnicos dentro de un campeonato que se disputó entre el 21 de noviembre y el 7 de diciembre en el José Caballero y en pistas de la Federación de Tenis de Madrid.

Recogida de tapones por una buena causa

SS. REYES

El Ayuntamiento de San Sebastián de los Reyes y Fundación SEUR impulsan la iniciativa 'Tapones para una vida', gracias a la cual se dan la mano la ecología y la solidaridad, a través de la ayuda de menores con enfermedades que requieren necesidades especiales. Hay varios puntos de recogida.



gata de los Reyes Magos tendrá lugar del 2 al 4 de enero. La muestra estará en una carpeta dentro del Recinto Ferial.

Más citas

Por otro lado, este jueves 18 (18 horas) se celebrará la Gala de Navidad para jóvenes de 14 a 30 años, en el Centro Joven Daniel Rodríguez, mientras que, al día siguiente, de 17 a 19:30 horas estará el Cartero Real en la Biblioteca Central Marcos Ana.

La cultura también se suma a estas celebraciones con el musical 'Estoy solo en casa' el sábado 20 (18 horas) en el Adolfo Marsillach.

MÁS INFORMACIÓN

GenteMadrid.es

Consulte la actualidad regional y local en nuestra página web



Foto de familia con representantes de los 38 clubes

Una iniciativa para evitar la exclusión en el deporte

ALCOBENDAS

GENTE

Un total de 38 clubes deportivos de Alcobendas se han sumado al programa pionero 'Ningún niño de Alcobendas sin deporte' una iniciativa impulsada por el Ayuntamiento con el objetivo de asegurar que ningún menor quede excluido de la práctica deportiva por motivos económicos.

Esa adhesión de los clubes permite cumplir una promesa recogida en la candidatura como Ciudad Europea del Deporte 2025. Se trata de un "acuerdo histórico para que ningún niño de Alcobendas se quede sin practicar su deporte preferido por motivos económicos", según ha señalado la alcaldesa, Rocío García Alcántara.

TASA DE BASURAS DE ALCOBENDAS

RECURRE

EL TASAZO DE BASURAS DEL DE ALCOBENDAS



Más Madrid
Alcobendas

TE AYUDAMOS A RECLAMAR LA TASA DE BASURA. DESCARGA EL FORMULARIO

Con Madrid al 100%



El Rayo sudó de lo lindo para eliminar en la anterior ronda al Real Ávila

FÚTBOL | COPA DEL REY

Un calendario de locura

Los dieciseisavos de final del torneo del KO no se libran de las peculiaridades de una planificación que deja muy pocos resquicios. ● El Granada-Rayó Vallecano se jugará el 6 de enero por la participación de los franjirrojos en la Conference League

F.Q.
@GenteMad

La apuesta de la Real Federación Española de Fútbol (RFEF) por dotar de más trascendencia a la Copa del Rey sigue firme esta temporada, aunque, eso sí, este torneo tampoco se libra del caos ab-

soluto que genera un calendario tan saturado.

La pasada semana tuvo lugar el sorteo de los dieciseisavos de final de la competición del KO, una ronda en la que, por primera vez, se asoman los equipos que jugarán la Supercopa (Barcelona, Real Madrid, Atlético de Madrid y Athletic Club). Con ese con-

13

De enero:

Esa semana se disputará la ronda de octavos de final, también a partido único

dicionante, el de que haya varios equipos que tengan que viajar a Arabia en enero, y aprovechando el hueco que deja el calendario esta semana, la RFEF ha colocado los emparejamientos entre este martes 16 y el jueves 18. Pero como las piezas de este enrevesado puzzle rara vez encajan, el Granada-Rayó Vallecano queda para el 6 de enero de 2026. La razón, que este jueves 18 el equipo de Iñigo Pérez tiene partido de la liguilla de la Conference League. Concretamente jugará en Vallecas a partir de las 21 horas ante el Drita de Kosovo.

En cuanto al resto de equipos madrileños, el Getafe, verdugo del Artístico Navalcarnero en la ronda anterior, tendrá que viajar (jueves, 19 horas) a El Plantío para jugar ante un Burgos que anda metido de lleno en la pelea por el ascenso a Primera, todo un aviso de su potencial.

Completan esta ronda los siguientes emparejamientos: Ourense-Athletic, Eldense-Real Sociedad, Cultural-Levante, Eibar-Elche, Deportivo-Mallorca, Racing-Villarreal, Sporting-Valencia, Huesca-Osasuna, Albacete-Celta y Alavés-Sevilla.

Los clasificados jugarán los octavos de final entre el martes 13 y el jueves 15 de enero de 2026.

BALONCESTO | PRIMERA FEB

La Liga no da un respiro en diciembre

Los dos equipos madrileños deben jugar fuera de casa en la jornada intersemanal. ● El fin de semana, nueva cita para el Flexicar Fuenlabrada

REDACCIÓN

Tras cerrar el mes de noviembre con un fin de semana de inactividad por las Ventanas FIBA, la Primera FEB pisa el

acelerador en este mes de diciembre. De hecho, sus integrantes deben afrontar una jornada intersemanal que puede marcar el devenir tan-

to de Movistar Estudiantes como de Flexicar Fuenlabrada. En el caso de los colegiales, este miércoles 17 (20:30 horas) se desplazan a la cancha del Hestia Menorca, uno de los conjuntos que se mueve por la zona templada de la clasificación.

Después de ese compromiso, el Movistar Estudiantes tendrá un fin de semana de calma, ya que, al contar esta edición de la Primera FEB con un número impar de equipos, cada fecha debe descansar uno de ellos. Para cerrar el 2025, los colegiales se



Mateo Díaz y Granger, en el último derbi

FÚTBOL | TERCERA FED.

Una jornada para dejar buen sabor de boca antes del parón

GENTE

El Grupo 7 de Tercera Federación avanza hacia el ecuador de su fase regular, pero antes deberá atravesar un pequeño parón navideño al que dejará paso la jornada 15. En ella, dos de los aspirantes al liderato y, por tanto, al ascenso directo, juegan como locales.

Las Rozas cierra el 2025 en Navalcarbón viéndose las caras con un Villaverde San Andrés que en las últimas jornadas ha perdido algo de fuego y que, además, está firmando este curso una versión más sólida como visitante que como local, algo anómalo para un equipo acostumbrado a hacer de Boetticher un fortín.

Con un ojo puesto en ese duelo estará el CD Móstoles URJC, que jugará en El Soto frente al Pozuelo, un recién ascendido que, sin hacer demasiado ruido, se ha colado entre el vagón de aspirantes a disputar el 'play-off'. Ojo, porque en lo que va de temporada el Pozuelo solo ha perdido una vez como foráneo.

Otros favoritos

Por esa zona alta también se mueven dos equipos que cerrarán el año jugando lejos de sus aficionados. El Leganés B visitará La Mina (domingo 21, 11:30), un campo donde el Carabanchel lleva sin ganar desde el 26 de octubre, mientras que el Atlético de Madrid C jugará a pocos kilómetros de allí, en Orcasitas, frente al Racing Ciudad de Madrid.

verán las caras el domingo 28 (12:30) en el Movistar Arena con el Caja Rural Zamora.

Malas sensaciones

Mientras el Estudiantes se fija como objetivo a corto plazo no ceder más terreno respecto al líder, el Flexicar Fuenlabrada trata de revertir una mala dinámica de juego y resultados que le ha llevado a perder varios puestos en la tabla en las últimas semanas. Este martes 16 (20:30) afronta una salida complicada a la cancha del HLA Alicante y el sábado 20 recibirá al Palencia.

MURPROTEC®
Tratamientos definitivos contra la humedad

**¿Aún convives con humedades?
Elimínalas para siempre y vive
en un hogar más saludable**

**ELIMINA LAS
HUMEDADES**
MURPROTEC UNA
DECISIÓN INTELIGENTE

**SATISFACCIÓN GARANTIZADA
HASTA
30
AÑOS
DE GARANTÍA**

La capilaridad, la humedad más común en los hogares

Las filtraciones, el mayor peligro para la estructura de tu edificio

Di adiós al exceso de vapor de agua en tus ventanas y a las manchas de moho en las paredes

No dejes que la mala calidad del aire por la humedad afecte tu salud y la de los tuyos

CAPILARIDAD

FILTRACIONES

CONDENSACIÓN

CALIDAD DEL AIRE

900 30 11 30
www.murprotec.es

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

70 Years anniversary 1954 - 2024

AENOR
EMPRESA REGISTRADA
UNE-EN-ISO 9001
03-03-2018

IQNET
RECOGNIZED CERTIFICATION

CSIC

**IDEADO FABRICADO EN
EUROPA**

QR CODE

Con 45 años de carrera a sus espaldas y más ilusión que nunca, Francisco presenta 'De cobardes no hablarán', el primer disco que produce y dirige íntegramente y que está presentando en una gira que tendrá una fecha muy emotiva, el 27 de diciembre, en el Palau de las Arts.

'De cobardes no hablarán' ha sido el primer trabajo que ha producido y dirigido íntegramente. ¿Qué balance hace de este proceso?

Para mí ha sido muy satisfactorio. Me encuentro muy orgulloso y, al mismo tiempo, expectante por ver qué opina el público, que al final es el que tiene la última palabra. Es un disco que está hecho desde el corazón, con mucho cariño y muchas ganas. Después del problema de salud que tuve en marzo, para mí es un comienzo. No lo he tenido difícil porque he contado con un equipo de grandes profesionales.

El hecho de poder tomar todas las decisiones, ¿le ha dado más libertad?

Sí. El año que viene cumple 45 años en la profesión, y en todo este tiempo he aprendido, sobre todo, lo que no quiero. Quería hacer un disco dentro de mi línea, pero con una evolución notable, y creo que lo hemos conseguido. Son 13 canciones porque es un número que me da buena suerte. No tengo compañía discográfica, así que me lo hago todo. La música es la hija pobre dentro de la cultura en España, no tenemos ayudas, pero no me quejo porque tengo una gira importante y vamos a seguir hasta bien entrado el 2026.

La canción que da nombre al disco tiene una esencia de blues, pero también un alma profundamente romántica. ¿Ha sido fácil combinar ambas cosas?

Ha sido fácil porque las canciones buenas surgen en diez minutos. 'De cobardes no hablarán' nos habla de que hay que ser humildes para pedir perdón, que a veces nos cuesta. Es liberador pedir perdón, cuando nos equivocamos, a la persona quequieres. Y al final tiene una frase que me encanta: "No te olvides que de la mano siempre van la verdad y la mentira". Hoy la verdad adquiere mucha más importancia, todo el mundo estamos acostumbrados a ver tanta mentira. Cuando dije que se iba a llamar así a la canción me preguntaban sobre qué iba. Yo canto al amor y al desamor, no canto a otra cosa.

De estas 13 canciones, ¿hay alguna por la que tenga especial predilección?

Todas, porque están hechas desde el corazón. 'De qué me sirve el cielo' es muy especial. Me la mandó Jorge Avendaño, compositor mexicano. Es una carta real de un hombre que murió de cáncer a su mujer.

También hay boleros y homenajes...

Sí. Está 'Superviviente por tu amor', que es la primera canción que yo compuse. Estuve en 'Supervivientes', una experien-



EN FORMA:

Para mantener la voz, considera básica la salud: "Como de todo y procuro hacer ejercicio"

FRANCISCO

"Creo que lo más valiente es seguir todos los días como hace 45 años"

A pocos meses de cumplir 67 años, el artista de Alcoy lanza nuevo disco, 'De cobardes no hablarán', con el que ya está inmerso en una gran gira. En 13 canciones recoge versiones de grandes clásicos y algún homenaje

ENTREVISTA DE FRANCISCO QUIRÓS SORIANO (@FranciscoQuiros)

"HOY LA VERDAD ADQUIERE MUCHA MÁS IMPORTANCIA, VEMOS DEMASIADAS MENTIRAS"

"ROSALÍA DEMUESTRA QUE SE PUEDE HACER UNA BUENA CANCIÓN CON CALIDAD"

cia de las peores que he pasado en mi vida. Una noche, tumbado en la arena mirando las estrellas, me salió la letra en dos minutos. Hice una regla memorística para no olvidarla, así que me la repetía cada día. Al llegar al hotel, lo primero que hice fue escribirla. Como homenaje está 'Vivir', que en su momento ya grabé para recordar a Nino Bravo.

¿Qué es lo más valiente que ha hecho en su trayectoria musical?

Creo que lo más valiente es seguir todos los días, si eso tiene algo de valiente. Yo

me levanto cada mañana con la misma ilusión que hace 45 años. En España hay que examinarse todos los días. En Latinoamérica, cuando eres una estrella, lo eres para siempre. Aquí es muy diferente, de hecho muchos artistas de allí no vienen porque saben que es muy complicado. Por eso me gusta lo que ha hecho Rosalía. A los chicos de 18 años les han estado metiendo en todos los lados el reguetón, y ella ha mezclado el pop con la música clásica. Sirve para hacer llegar a la gente joven la buena música, que entiendan que se puede hacer una buena canción pero con calidad y músicos de verdad. Donde está el alma de un músico o un cantante, nunca va a estar una máquina. El autotune no sé ni si quiera lo que es, no lo conozco.

Cierra este 2025 con un concierto solidario. ¿Es el más especial que tiene dentro de la gira?

Para mí es muy importante. Es en Valencia, para ayudar a niños de pueblos afectados por la DANA. Se perdieron más de 220 vidas, que es lo más terrible, pero también los sueños de muchos niños: instrumentos, locales de ensayo... En Valencia hay una cultura musical muy fuerte desde niños, estudian y aprenden a tocar instrumentos como el clarinete, por eso la Comunidad Valenciana es la que tiene más músicos por metro cuadrado en el mundo. En este concierto el éxito será de los asistentes que llenen el Palau de Las Arts para recaudar fondos. Es sólo un granito de arena, pero si todos aportamos lo que podemos, se puede de hacer mucho.

**Para suturar heridas de guerra:
hilo quirúrgico, pinzas e ideales.**



UCRANIA © ANDRII OVOD

**TUS IDEALES
TAMBIÉN CURAN**

Independencia | Compromiso | Humanidad



Entra en
idealesquecuran.com



CINE | ESTRENO

'Fragmentos', un espejo sobre el dolor en el amor

La película dirigida por Horacio Alcalá llega a las salas con un reparto donde brillan Emma Suárez, Manuel Vega, Asia Ortega y José Luis García Pérez. Los escenarios de Lanzarote también juegan su papel

TEXTO DE F. QUIRÓS SORIANO (@FranciscoQuiros)

El espíritu navideño se ha adueñado de muchos espacios, incluida la cartelera de cine, aunque en este ámbito también hay lugar para historias que no entienden de momentos o fechas concretas. 'Fragmentos', la cinta dirigida por Horacio Alcalá, llegaba a las salas el pasado viernes día 12 con una trama articulada a partir de dos relaciones de pareja en las que muchos se pueden sentir identificados: "No me gusta el término de relaciones tóxicas. Lo que sucede en una pareja es que, al estar juntos, hay una química negativa. Al igual que se necesitan dos bailar para un tango, el hecho de estar estar mal en la pareja no suele ser única y exclusivamente culpa de uno", argumenta el director a GENTE.

"LA PELÍCULA SIRVE PARA CUESTIONAR EN QUÉ PUNTO ESTÁ TU RELACIÓN"

Rodada en Lanzarote, 'Fragmentos' reúne a un elenco donde un matrimonio joven formado por Diego (Manuel Vega) y Alba (Asia Ortega) trata de salvar su relación a partir de un viaje donde acabarán encontrándose con otra pareja, la que forman Irene (Emma Suárez) y Ben (José Luis García Pérez). "La película no viene con un mensaje, sino que es un espejo para que, cada uno, a partir de lo que ve, se plantee en qué situación está a nivel de pareja o, como es mi caso,

cuando se está soltero analizar qué sucedió en una relación pasada", expone Horacio Alcalá.

Esa conexión con el público también la comparte Emma Suárez: "Es muy habitual que en relaciones de parejas que llevan muchos años llegue un punto donde uno se pregunte al lado de quién está. A veces ese alguien se ha convertido casi en un hermano, en el mejor de los casos, alguien con quien comparates tu vida pero no compartes casi nada de ti. Y en el peor de

"LA PAREJA PUEDE LLEGAR A SER COMO UN HERMANO O UN DESCONOCIDO"

los casos, ese alguien es un desconocido".

Todo medido

La elección de las localizaciones no es casual. "Inicialmente estaba pensado el guion para rodar en un bos-



El personaje de Emma Suárez es el que más conexiones establece



DEBATE POSTERIOR: La actriz Emma Suárez afirma que "me gustaría que la gente que viniera a ver 'Fragmentos' tenga la oportunidad de hablar de su relación cuando salgan del cine, que se miren a los ojos y que, en el mejor de los casos, exista la complicidad y la honestidad para hablar de lo que les ha provocado la película".

que. Yo conozco muy bien Lanzarote y, al leer el guion, ya visualizaba esos lugares. Estos personajes caminan todo el tiempo sobre lava. Van a salvar una relación que no tiene salvación, y eso conecta mucho con ese paisaje", sostiene el director en relación a una trama que, en varios puntos, pivota sobre un cuestionario con mucha miga: 'Siete preguntas para salvar tu matrimonio'. "Lo bonito de una revista que te plantea esas preguntas y de

una película que te haga de espejo es que te vas a cuestionar las cosas. La cultura, el arte o la religión vienen dadas para cuestionar, para que hagamos referencia a nuestras vivencias", destaca la actriz Asia Ortega.

ESTRENOS PARA EL 19 DE DICIEMBRE



EL REGRESO DE UN UNIVERSO DISTINTO: La tercera entrega de la saga Avatar se introduce al Pueblo de las Cenizas, habitado por un nuevo clan Na'vi con una visión más agresiva que el resto de pueblos del mundo.

'AVATAR: FUEGO Y CENIZA' >> Director: James Cameron. Reparto: Sam Worthington, Zoe Saldana, Sigourney Weaver. Duración: 195 minutos.



DE LA NOVELA A LA GRAN PANTALLA: Adaptación de 'El extranjero', libro de Albert Camus. Argel, 1938. Meursault, un hombre tranquilo y reservado, asiste al funeral de su madre sin mostrar emociones y vuelve a su rutina al día siguiente.

'EL EXTRANJERO' >> Director: François Ozon. Reparto: Benjamin Voisin, Rebecca Mader, Pierre Lottin. Duración: 123 minutos.

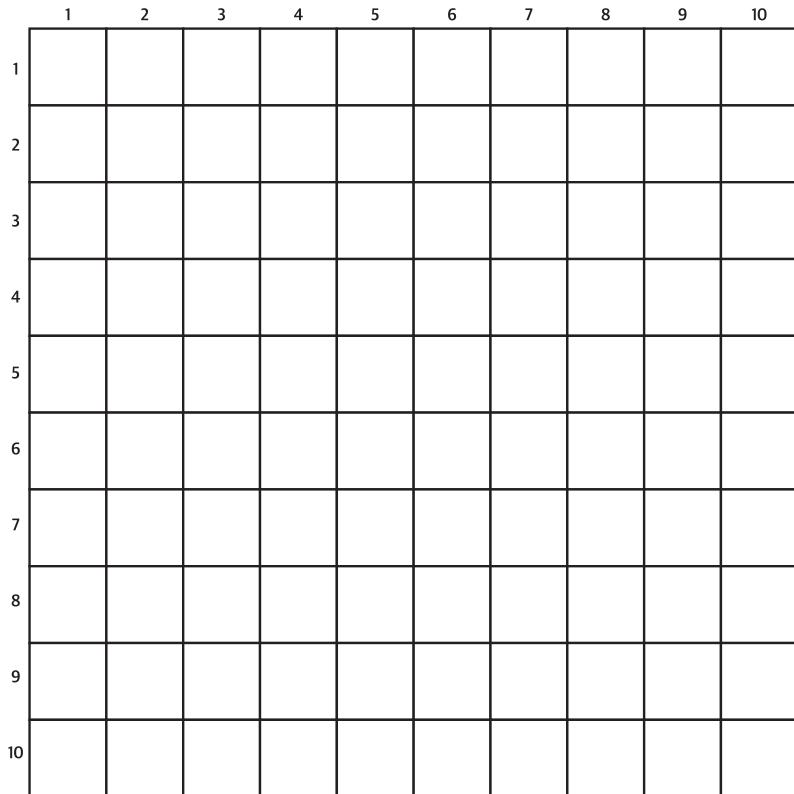


ENTRE LA PSIQUIATRÍA Y EL 'THRILLER': La reconocida psiquiatra Lilian Steiner inicia una investigación por cuenta propia tras la misteriosa muerte de uno de sus pacientes, convencida de que no se trata de un suicidio.

'VIDA PRIVADA' >> Director: Rebecca Zlotowski. Reparto: Jodie Foster, Daniel Auteuil, Virginie Efira. Duración: 105 minutos.



CRUCIGRAMA BLANCO



Horizontales:

1. Hormonas segregadas por el ovario. 2. Pasabas la vista por el escrito. Pecho. 3. Discriminación por razón de edad. Carbono. 4. Obrero que trabaja en los servicios de alumbrado por gas. Otorga. 5. Voz de mando. Oxígeno. Percibí por medio de la nariz. Cinco romanos. 6. Nitrógeno. Cero. Escogerá algo entre varias cosas. 7. Piezas que cierran por la parte superior. Adj. demos. que denota cercanía a la persona que habla. 8. Rigurosamente ciertos o correctos. La competencia del café. 9. Personaje mitológico griego famoso por las alas con las que intentó volar. Perro. 10. Arrasa, destruye, arruina. Famosa bodega riojana en la que todos cambiamos la v por una U para poder pronunciar su nombre...

Verticales:

1. Dotado de gracia, nobleza y sencillez. La primera. 2. Anestesiar pero flojito. Segunda vértebra del cuello. 3. Las hermanas de mi madre. Que no es translúcido. 4. Prenda o tejido muy gastado por el uso. Canoa. 5. Marca de productos de belleza y, sobre todo, fijación. Molusco marino con concha de valvas desiguales. 6. Gramo. Señal de circulación que obliga a detenernos. La cerveza sin alcohol. 7. Barnices vítreos que por medio de la fusión se adhieren a la loza. Carbono. 8. Protagonista de Matrix. Inteligencias Artificiales. Cuenca. 9. Encendido. 500 romanos. Palma originaria de Oriente con la que se hacen muebles, bastones y otros objetos. 10. Excava algo por debajo. Consonante que, si se tumba, es una z.



EMERGENCIA HAMBRE 

270 millones de personas no tienen alimentos suficientes para sobrevivir

Colabora en accioncontraelhambre.org 

20 PAÍSES EN ALERTA

HORÓSCOPO DE LA SEMANA

ARIAS
21 MAR – 20 ABR

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

TAURO
21 ABR – 20 MAY

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

GÉMINIS
21 MAY – 21 JUN

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

CÁNCER
22 JUN – 22 JUL

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

LEO
23 JUL – 22 AGO

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

VIRGO
23 AGO – 21 SEP

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

LIBRA
22 SEP – 22 OCT

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

ESCORPIO
23 OCT – 21 NOV

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

SAGITARIO
22 NOV – 22 DIC

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

CAPRICORNIO
23 DIC – 21 ENE

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

ACUARIO
22 ENE – 21 FEB

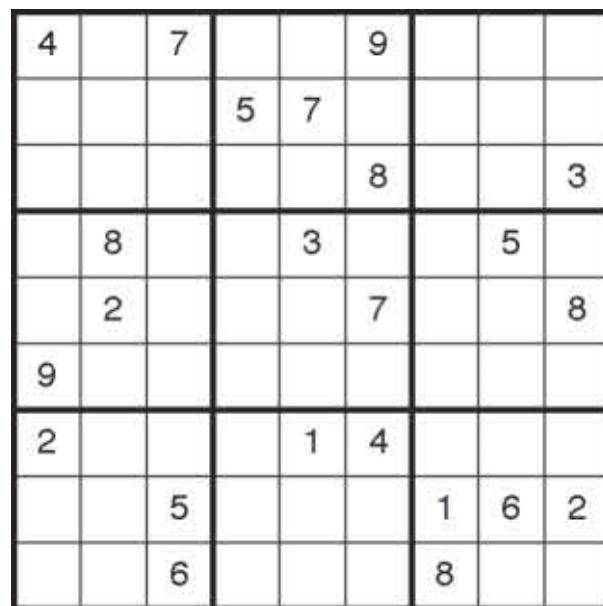
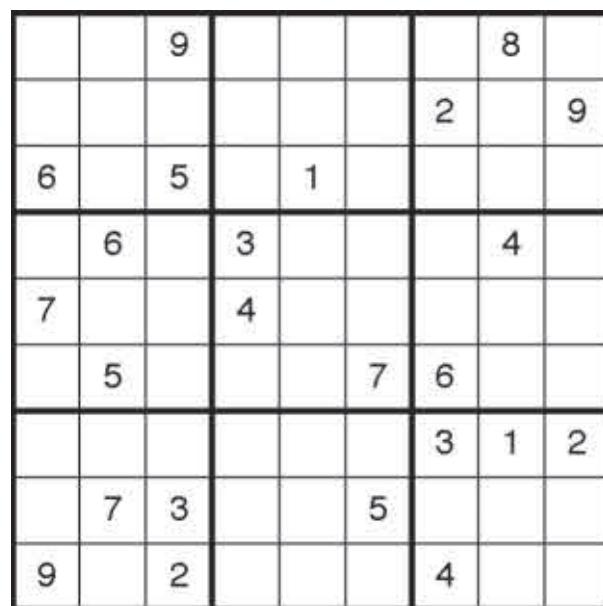
● SALUD: ●●●●●
● DINERO: ●●●●●
● AMOR: ●●●●●

PISCIS
22 FEB – 20 MAR

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

● Sube | ● Se mantiene | ● Baja

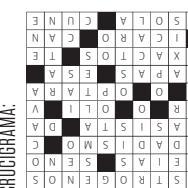
SUDOKUS



Cómo jugar:

Complete el tablero de 81 casillas (dispuestas en 9 filas y columnas). Deberá llenar 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



Todos los **viernes** las noticias de
25 municipios de Madrid
en 14 periódicos

Gente
tu periódico gratuito

LAMPARAS ILUMINACIÓN



Las mejores marcas
en iluminación y
ventilación

TODO AL 50% DESCUENTO
LIQUIDACIÓN POR JUBILACIÓN

Válido para productos en stock



Avda. de los Pirineos, 7
(A-1, Salida 19)
San Sebastián de los Reyes - Madrid
www.lamparasg.com

91 652 28 40