



MADRID LUNES 22
de febrero de 2016
Año XVII. Número 3665

Nuevos contratos: solo el 6% son indefinidos y a tiempo completo

La temporalidad, la parcialidad o ambas asoman en el 94,4% de los empleos generados en enero; solo 78.754 de los casi 1,4 millones registrados fueron indefinidos y de jornada completa. La precariedad afecta también a los ingresos: los asalariados con contrato temporal ganan un 36% menos que los fijos, según el INE. **2**



CORDIALIDAD 42 DÍAS DESPUÉS DE LA TOMA DE POSESIÓN

Felipe VI coincidió por primera vez en público con Carles Puigdemont ayer, un mes y medio después de que este fuera investido presidente de la Generalitat. Aunque ambos evidenciaron afabilidad en sus gestos, el rey no dudó en invitar al jefe del Govern catalán a trabajar «por el bien común». **5**

JORDI BEDMAR PASCUAL / EFE

BANKIA DEVUELVE EL DINERO DE LA SALIDA A BOLSA.

SI COMPRÓ ACCIONES DEL TRAMO MINORISTA EN LA SALIDA A BOLSA DE BANKIA RECUPERE EL 100% DE SU INVERSIÓN DE LA FORMA MÁS ÁGIL Y SENCILLA.

ACUDA A SU OFICINA BANKIA.

Bankia
SIGAMOS TRABAJANDO

bankia.com 916 024 638



JORGE ZAPATA / EFE

MADRID Y ATLETI DEJAN QUE EL BARÇA SE ESCAPE

DEPORTES Un 1-1 en La Rosaleda pone a los de Zidane a 9 puntos de los azulgrana. El Atleti, que tampoco pasó del empate ante el Villarreal (0-0), se queda a 8. **9**

1.500 madres en España por inseminación casera

4

Canal de Isabel II: de la privatización fallida al vínculo con el 'caso Púnica'

6

Pedro Sánchez inicia una semana decisiva con la reunión 'de la izquierda' **3**

Y MUCHAS MÁS NOTICIAS EN 20minutos.es

CRUCERO Mediterráneo Oriental

Salida desde Bari.
Visitando Katakolon/Olimpia, Mykonos, Atenas, Dubrovnik, Venecia y regreso a Bari.

689€ MSC MAGNIFICA
Camarote Interior
8 días · Pensión Completa
Tasas: 180€

Consulta condiciones.

VUELOS y TRASLADOS INCLUIDOS desde Madrid

bthetravelbrand.com | 902 200 400

Barceló VIAJES evoluciona a **B the travel brand**

España precaria: solo 1 de cada 20 nuevos contratos son 'completos'

La temporalidad o la parcialidad asoman en el 94,36% de los nuevos empleos, mientras cae el sueldo para los trabajadores no indefinidos

HÉCTOR M. GARRIDO
hgarrido@20minutos.es / @hctormgarrido
20minutos

El mercado laboral español se reanima desde 2013: hay un millón de parados menos en los registros de Empleo y llegan a ventanilla decenas de miles de contratos más que en años anteriores. Pero el empleo creado desde la crisis económica es más inestable (el 91% de los nuevos contratos son temporales y el 31,4% son parciales) y está peor pagado.

Los datos de enero reflejan que solo 78.754 contratos de los 1.396.929 registrados fueron indefinidos y de jornada completa. Es decir, apenas el 5,64% de los trabajos comenzados el mes pasado (uno de cada 20) ofrecen seguridad ante el futuro y una jornada que dé para completar un sueldo.

Los sindicatos culpan de la precarización a la reforma laboral del Gobierno del PP, que el 10 de febrero cumplió 4 años. Pero algunos economistas discrepan. «La culpa no es de la reforma, sino de que las indemnizaciones por despido son inferiores en los temporales y eso incentiva al empresario a no contratar fijos», explica José Ignacio García Pérez, profesor de Economía en la universidad sevillana Pablo de Olavide (UPO).

El diagnóstico de García Pérez no lo comparte Miguel Ángel Malo, experto de la Universidad de Salamanca y exinvestigador de la Organización Internacional del Trabajo. «Eso significa depositar en la regulación legal el problema de la precariedad; y yo creo que obedece más a una estrategia de las empresas para externalizar sus riesgos a la plantilla», apunta.

Pero la temporalidad no es una novedad. De hecho, lleva arraigada en nuestro país desde que en 1984 se legisló su uso y se extendió a necesidades permanentes de las empresas. Ya en 1995 el 94,62% de los contratos formalizados eran temporales, y esa tasa se ha mantenido hasta ahora. Solo Polonia (28,4%) supera hoy en día a España (25,66%) en temporalidad de su población activa. «Las empresas se acostumbraron a contratar así y bajo otras flexibilidades», explica Malo.

Cuando dice «otras flexibilidades», se refiere a los contratos a tiempo parcial, que en 1995 suponían solo el 14,5% de

El contrato único, ¿una solución?

Lo propuso UPyD y ahora es C's el que ofrece el contrato único contra la dualidad laboral. «El mantra es falso», explica el profesor García Pérez; «no importa que sea uno o 40 contratos sino la consecuencia del despido». El profesor de la UPO cree que las indemnizaciones «deben equiparse, como pasa en el Reino Unido, Austria o Dinamarca; si no, la dualidad seguirá viva».

los registrados y que en 2016 se han disparado al 31,4%. «A la empresa le permite evitar despidos», dice este experto, que advierte, sin embargo, de que «muchos empleados parciales trabajan más horas de las que refleja su contrato». La tasa de parcialidad en España es aún de las más bajas en Europa (15,7%), pero en la última década se duplicó. Y según la EPA, el 61,9% de los 2.843.700 trabajadores parciales que existen en nuestro país lo son porque no encuentran un empleo mejor, el doble que en 2007 (31,4%).

La precariedad afecta también al sueldo. Según el INE, los temporales ganan 15.433 € de media al año, un 36% menos que los fijos, que sí revalorizaron su cuantía en la crisis. «Tiene sentido», analiza García Pérez; «si el empresario no puede cambiar las condiciones de los indefinidos, hace recaer el ajuste en los temporales». Malo culpa de esto a la reforma laboral: «Debilitó los convenios, y los temporales o parciales entran ahora con menos sueldo».

El tamaño de la compañía es otro factor que empuja a la temporalidad. «Nuestro tejido económico es más débil que el francés o el alemán porque se nutre de microempresas que pueden ofrecer menos seguridad en el empleo», dice Malo.

PSOE, Podemos e IU quieren derogar la reforma del PP, pero los economistas no lo ven adecuado. «Favoreció al empleo estable», dice García Pérez. Los datos le dan la razón. El 7,52% de contratos registrados en enero de 2012 eran fijos; 4 años después, son el 8,99%. «Sería catastrófico derogarla», añade Malo; «pero debe mejorarse y ser más equitativa para que no afecte tanto a los jóvenes».



EN PRIMERA PERSONA ROCÍO RUBIO

Cajera. Madrid. 25 años.
Cobra 350 € por un contrato parcial de 60 horas al mes.

«ES HUMILLANTE, ME SIENTO PISOTEADA»

Hace dos años la vida de Rocío dio un vuelco. El hipermercado donde trabajaba le dijo que debía reducir drásticamente sus horas de trabajo. «Entonces vivía sola y cobraba 1.200 euros», recuerda. Con la reducción, ese sueldo se quedó en 350 euros y tuvo que mudarse a casa de sus tíos. «Es humillante, me siento pisoteada después de los seis años que he dado por esta empresa».

61,9%

de los contratos a tiempo parcial lo son contra la voluntad del empleado, el doble que en 2007

LA PRECARIEDAD, EN CIFRAS

TIPO DE CONTRATACIÓN	2007	2016 (*)
Indefinidos (nuevos)	15,4%	8,9%
Indefinidos y completos (nuevos)	11,9%	5,6%
Temporales (nuevos)	84,5%	91,1%
Tasa de temporalidad	31,6%	25,6%
Tasa de parcialidad	11,6%	15,7%
Tasa de parcialidad involuntaria	31,4%	61,9%

FUENTE: MINISTERIO DE EMPLEO Y EUROSTAT / (*) DATOS DE LA EPA DE DICIEMBRE DE 2015



6 PREGUNTAS A...
JOSEP MARÍA BLANCH
RUBIO

Catedrático de Psicología Social Aplicada en la UAB

«Ser precario produce más desasosiego que el paro»

Blanch dirigió en la Universidad Autónoma de Barcelona un estudio que consistió en dividir voluntarios en cuatro grupos: parados, empleados fijos, temporales voluntarios y temporales que buscan un empleo mejor. «El resultado del estudio fue revelador», asegura a 20minutos este experto; «los que enlazaban situaciones de precariedad sufrían un desasosiego mayor que los desempleados».

1 ¿Y por qué ocurría eso?

Psicológicamente, la gente necesita varias condiciones para no sentirse mal. Y entre ellas está la certidumbre.

2 ¿A qué se refiere con certidumbre?

A vivir en un mundo manejable. Es la base de nuestra seguridad: saber que en el futuro nos podemos alimentar o que mantendremos bien la hipoteca. Cuando eres un trabajador precario la incertidumbre te tambalea: «Estoy mal, ¿pero puedo estar peor?», «¿Me renovarán en la empresa o no lo harán?»

3 Y eso es peor que el paro.

Sí, el desempleado ya es consciente de que lo tiene mal. Es una experiencia psicológica de certidumbre; es un 'peor imposible' y solo puede evolucionar a mejor. En cambio, si eres precario, aún puedes empeorar.

4 ¿El precario se autoinculpa?

Algunos se preguntan qué les pasa o qué les falta, pero en un entorno de crisis generalizada como este, la autoinculpación se diluye: lo antinatural ahora es tener un contrato estable.

5 ¿Afecta a la psicología social?

La generación previa tenía identidad social y psicológica: eras el 'hijo del carpintero' o 'el del maestro'. Ahora los precarios cambian de oficio cada semana, sobre todo los más jóvenes. El trabajo ha dejado de ser una fuente de identidad social.

6 ¿Y cuál es ahora esa fuente de identidad?

Cualquier cosa que ofrezca estabilidad. El ocio es una de ellas. La gente se identifica como 'el que los sábados está en esa discoteca' o el 'hincha del Barcelona'. Eso les ofrece una identidad social que no les da ahora el empleo. H. M. G.

JORGE PARIS

La reunión a 4 inaugura una semana clave para los pactos

Ciudadanos aspira a cerrar entre hoy y mañana su acuerdo con el PSOE y recela del encuentro de las 'fuerzas del cambio'

S. G.
actualidad@20minutos.es / @20m
20minutos

El líder del PSOE, Pedro Sánchez, afronta una semana decisiva para llegar a un acuerdo que le permita ser investido presidente del Gobierno y que puede depender en buena medida del éxito que hoy tenga la reunión que celebrarán las comisiones negociadoras de su partido, de Podemos, de IU y de Compromís.

Los socialistas, reacios en principio a dar este paso –aunque finalmente aceptaron la propuesta de reunión a cuatro bandas lanzada por el diputado de UP-IU Alberto Garzón– se enfrentan esta tarde a un encuentro que puede ser decisivo, ya que Podemos tiene la llave para hacer prosperar la investidura del líder socialista.

De hecho, Pedro Sánchez quiere que la negociación desemboque en un pacto de investidura, relegando de momento el objetivo de Podemos de crear un Gobierno de coalición entre las cuatro formaciones de la izquierda.

«Hoy es posible un cambio en España. Hoy es posible que arranque la legislatura con un Gobierno progresista, reformista y estable y que no haya elecciones como quieren otros», afirmó ayer el secretario de Organización del PSOE, César Luena. Según explicó, su partido ha constatado estos días «avances» en las negociaciones para formar Gobierno con la formación morada y son «optimistas» respecto a la marcha de las conversaciones.

Pese a ello, Luena lanzó una advertencia directa a Pablo Iglesias: «Que nadie espere al PSOE en nada que lleve a incumplir la Constitución, sobre todo si lo que se intenta es discutir la soberanía nacional, que reside en el pueblo español».

Por su parte, desde Podemos se limitaron a valorar la reunión de hoy: «Por fin el PSOE se ha decidido a sentarse con quienes serían sus socios naturales de Gobier-

La militancia se pronuncia el 27

El tiempo apremia para Pedro Sánchez que, tenga o no los avales, presentará el próximo sábado a sus militantes los acuerdos alcanzados con las diferentes fuerzas políticas. Aunque esta votación entre los afiliados no es vinculante, precederá a una de mucho mayor calado; la reunión del Comité Federal del PSOE, que será el día 29 o 1 de marzo y ratificará o no los pactos.

Andrea Levy (PP):

«Pedro Sánchez tiene que dejar de negar la realidad y debe sentarse a negociar»

no», explicó su secretario de Organización, Sergio Pascual, que se mostró muy optimista.

La incógnita, sin embargo, es saber qué reacción tendrá la formación de Albert Rivera en caso de que esta tarde se alcance algún compromiso entre los cuatro participantes. Ciudadanos ya adelantó la semana pasada su intención de alcanzar entre hoy y mañana un acuerdo con los socialistas, si bien mantiene su determinación de abstenerse en la investidura de Sánchez, a pesar de lograr el hipotético acuerdo.

«Un desacuerdo en algún punto que consideramos fundamental puede hacer encallar el acuerdo. Si el Gobierno no está dispuesto a llevar a cabo reformas que consideramos decisivas, no lo apoyaremos», advirtieron ayer desde la formación naranja en un claro mensaje a la reunión que hoy mantendrá el PSOE con las 'fuerzas del cambio'.

Una vez cierra su acuerdo con el PSOE, la intención de Ciudadanos es reunirse con el PP para forzar su abstención en la investidura de Sánchez, algo que el PP ya ha dicho varias veces que no contempla.

20"



EL FUEGO DESTROZA UN HOTEL PARA REFUGIADOS

Un hotel de refugiados en Bautzen (Alemania) quedó dañado ayer por un incendio presuntamente intencionado. FOTO: RICO LOEB / EFE

El ciclón Winston deja siete muertos en Fiji

El ciclón Winston dejó siete muertos y cuantiosos daños materiales en Fiji a lo largo del fin de semana, con vientos torrenciales de hasta 230 kilómetros por hora.

Liberan a tres periodistas secuestrados en Turquía

Ayer fueron liberados tras 48 horas de cautiverio los tres reporteros de la agencia turca Anadolu

secuestrados por supuestos miembros del Partido de Trabajadores de Kurdistán.

Bolivia vota con «normalidad»

El fiscal general de Bolivia calificó ayer de «normal» el desarrollo del referéndum sobre la reforma constitucional con el objetivo de que Evo Morales pueda presentarse a la reelección en 2019. Al cierre de esta edición (23.00 horas) no habían trascendido los primeros resultados.

Más de **100.000 hogares** disfrutaron ya de un ahorro medio del **10%** en su factura de la luz. El tuyo puede ser el siguiente.

Contrata tu Plan a Medida de Iberdrola y paga menos cuando más estás en casa.

Infórmate en el **900 24 24 24** o en planesatumedida.es



PATROCINADOR
DONOSTIA / SAN SEBASTIÁN 2016
CAPITAL EUROPEA DE LA CULTURA
DSS2016.EU





El bebé de Silvia y Laura (la pareja de la imagen) nació a principios de enero gracias al esperma recibido desde Dinamarca. MIQUEL TAVERNA

1.500 españolas, madres por inseminación 'casera'

La opción de inseminarse en casa, con esperma adquirido en un banco internacional que permite elegir donante, se abre paso en España. Las clínicas de fertilidad son muy críticas

S. GOZALO

sgozalo@20minutos.es / @gozalosusana
20minutos

Gema y la pareja formada por Silvia y Laura [los nombres son ficticios] no se conocen, pero tienen mucho en común. La primera está embarazada de 36 semanas y en breve dará a luz a su hija en un hospital público de Madrid. Las segundas acaban de estrenarse como madres en Barcelona, tras la llegada al mundo de su primer hijo a primeros del mes de enero.

Gema (soltera de 40 años) y Silvia y Laura (lesbianas de 29 y 30) han logrado cumplir el sueño de la maternidad gracias al semen de un donante. Nada nuevo si no fuera porque las tres eligieron al propietario del esperma y se embarazaron en la intimidad de su hogar.

Desde 2008, el banco de semen danés Cryos vende en Es-

paña muestras de esperma que 'vadean' la Ley de Técnicas de Reproducción Asistida de 2006 y permiten a la mujer no solo elegir al donante —que puede ser o no anónimo— sino proceder a inseminarse en su propia casa —es decir, sin necesidad de acudir a una clínica de fertilidad— y a un precio mucho más asequible. El resultado: 1.500 bebés nacidos por autoembarazo en España desde esa fecha.

«No es fácil, el cálculo de la ovulación es muy complicado. Es más fácil si tienes una regla regular, pero nosotras tuvimos suerte», cuenta Silvia a modo de resumen. «En nuestro caso fue un donante anónimo porque en nuestra familia esa figura no iba a existir. Solo buscábamos el material para concebir», dice.

Esta pareja de lesbianas explica también por qué no recurrieron a una clínica priva-

da o continuaron el tratamiento en el hospital público de Barcelona donde lo iniciaron: «Queríamos una inseminación lo menos intrusiva posible. Ni clínica ni medicalizada. Somos mujeres jóvenes y sanas, sin problemas para concebir, no necesitamos un tratamiento médico», añaden.

Una postura muy similar a la de Gema —profesional de la Biología—, que optó por el semen danés y el autoembarazo por un rechazo frontal a las clínicas: «No te dan información sobre el donante y te tratan como a una paciente, como a una enferma». Eso, sumado al precio, fue determinante para todas ellas.

Silvia y Laura pagaron 700 euros por su pedido a Cryos y Gema, 600. Recibieron la muestra congelada de puerta a puerta en un tanque de nitrógeno. También puede recibirse

en hielo seco. Con el semen y las instrucciones que se adjuntan, se inseminaron en casa.

«El 35% de las mujeres que recurren a nosotros son lesbianas, el 45% solteras y el resto parejas en las que el estéril es él», cuentan desde Cryos España, colocado en las últimas semanas en el ojo del huracán por esta novedosa técnica, que no lo es tanto en otros países.

«Nos molesta que duden de la trazabilidad de nuestras muestras [el origen y recorrido que siguen] porque las propias clínicas españolas nos están comprando», aclara el banco a 20minutos. Ellos saben que son «la opción más asequible para las mujeres que quieren ser madres pero no tienen el dinero».

La muestra danesa más sencilla —con los datos básicos del paciente y la cantidad suficiente para embarazarse— puede salir por 450 euros, según datos facilitados por el propio banco. La misma técnica en la clínica oscila entre 1.300 y 1.700 euros de media, dependiendo de si se precisa o no medicación.

¿Por qué tanta diferencia de precio? La respuesta la da el propio banco: «La inseminación en clínica es de tres a cuatro veces más efectiva, porque es intrauterina. En casa la mujer deposita el semen en la vagina con la jeringa», aclaran.

A pesar de la transparencia, casi todos los expertos cargan con dureza contra la inseminación casera o autoembarazo. «No ponemos en duda al banco, sino el uso que haga la usuaria de esa muestra», cuestiona Agustín Ballesteros, presidente de la Sociedad de Fertilidad.

«En España la donación es anónima, bajo control médico y exigiendo una correcta trazabilidad de la muestra», añade, al tiempo que no descarta posibles «riesgos» en el proceso casero. A su juicio, poder conocer al donante cuando el hijo engendrado cumpla 18 años [la opción que proporciona Cryos] «es elegir un padre», sentencia.

Una visión que no comparte al cien por cien el doctor García Velasco, presidente de IVI Madrid. «No creo que en estos casos el niño tenga padre. Yo lo integro en familias monoparentales», dice. «No entiendo el rechazo frontal. Es una opción más», acepta el médico, que sí remarca que el proceso en una clínica «es mucho más efectivo y está controlado por profesionales».

El 75% prefiere una muestra anónima

«Las mujeres quieren algo que se parezca a ellas», explican desde Cryos. Por eso sus clientas españolas eligen perfiles caucásicos frente a asiáticos o africanos. «El 75% no quieren saber la identidad del donante», afirma el banco, «pero sí su perfil, y esto es algo que no les dan en la clínica». Ellos aportan fotos de cuanto eran bebés, grabaciones de voz o datos que ayuden a elegir.

6

embarazos es el máximo que la ley permite que se gesten con semen del mismo donante

Varoufakis pide «brigadas internacionales» para traer de vuelta la democracia

El exministro de Finanzas griego Yanis Varoufakis aseguró ayer en Madrid que hay que «organizar de nuevo

unas Brigadas Internacionales» [como las que actuaron en la Guerra Civil] para poder traer la democracia a Europa,

y afirmó que el próximo Gobierno español deberá «respetar la decisión» que tomaron los españoles el 20-D.

«Lo fundamental no es quién esté en el Gobierno» dijo el exministro griego, sino que «haya un Gobierno democrático, que haya democracia».

Así lo manifestó Varoufakis durante el acto de cierre de las jornadas organizadas por la plataforma Plan B Eu-

ropa para «romper con la austeridad por una Europa democrática», con el fin de buscar alternativas para una Europa «justa, solidaria, feminista y ecológica». A su juicio, tras la «rendición» de Grecia, el campo de batalla contra las políticas de austeridad está en España.

20"

Kerry anuncia un «acuerdo provisional» para Siria

Al menos 57 personas murieron ayer en un atentado doble en la ciudad siria de Homs, y otras 62 personas más perdieron la vida en cuatro explosiones localizadas en la periferia de Damasco.

Mientras, el secretario de Estado estadounidense, John Kerry, anunciaba un «acuerdo provisional» con su homólogo ruso, Serguei Lavrov, para un próximo alto el fuego. Sin embargo, no ofreció fechas ni detalles, y aclaró que se trata de un «principio de acuerdo» después de que el pasado sábado progresasen en la redacción de un borrador con opciones.

Cameron dice que salir de la UE restaría peso al Reino Unido...

El primer ministro británico afirmó ayer que dejar la Unión Europea otorgaría al Reino Unido «una falsa ilusión de soberanía», pero le restaría peso internacional.

... y el alcalde de Londres se posiciona a favor del 'brexit'

Por su parte, el conservador Boris Johnson se ha situado dentro del bando euroescéptico en contra de la línea oficial del Gobierno, de cara al referéndum del próximo 23 de junio.

Seis muertos en un tiroteo en EE UU

Un nuevo tiroteo ha dejado al menos seis muertos y dos heridos graves en Michigan, Estados Unidos. Ocurrió el sábado en tres escenarios separados, y la Policía ya ha detenido al presunto autor, de 45 años.

El triunfo de Clinton y la salida de Bush marcan las primarias

Las victorias de Hilary Clinton y Donald Dump el sábado en los caucus de Nevada y las primarias en Carolina del Sur comienzan a dibujar el nuevo panorama electoral de EE UU. El republicano Jeb Bush, por su parte, anunció su esperada retirada debido a los malos resultados obtenidos.



Jóvenes sin cualificación y mayores de 55 años tienen difícil hallar trabajo por sus propios medios. L.C.

Salir de la exclusión a través del trabajo

Solo en 2015, el programa Incorpora de «la Caixa» facilitó más de 23.000 empleos a personas en situación de vulnerabilidad

L.C.

Después de siete años de crisis, el mercado laboral atraviesa por un momento de cambio, pero la mejora no beneficia a todos por igual. Jóvenes poco cualificados y mayores de 55 años, inmigrantes, parados de larga duración y mujeres víctimas de la violencia de género fueron expulsados del mercado de trabajo y, según advierten los expertos, difícilmente consiguen un empleo solo por sus propios medios.

En este contexto es clave la intermediación de entidades dedicadas a la formación y a orientación en la búsqueda de empleo, como el programa de integración laboral de la Obra Social «la Caixa», Incorpora.

Desde 2006, el programa se ha consolidado como un referente en la intermediación entre las empresas y los colectivos que más han sufrido los envites de la crisis. Ofrece a las empresas un servicio gratuito de asesoramiento y acompañamiento en acciones de responsabilidad social corporativa,

Apuesta por el autoempleo

Una de las líneas prioritarias este año es la creación de los Puntos de Autoempleo, cuyo objetivo es asesorar y financiar a emprendedores en situación de vulnerabilidad. La inserción mediante el autoempleo permite aumentar sus posibilidades de salir de la situación de vulnerabilidad.

rativa, en este caso centradas en la integración laboral de personas en situación de vulnerabilidad.

23.626 personas vulnerables encontraron un puesto de trabajo a lo largo de 2015 en España, frente a las 18.405 de 2014. Esto ha sido posible gracias a la implicación de 8.723 empresas y a la colaboración de 370 entidades sociales y 374 técnicos de inserción laboral, encargados de desarrollar Incorpora en cada provincia.

Conchi Corona, responsable de intermediación de Fundación Tomillo, explica: «Incorpora nos ha permitido a las entidades de la red tra-

bajar de forma coordinada impulsando nuestra labor con las empresas».

Marc Simón, director del área social de la Fundación Bancaria «la Caixa», enfatiza que «el fin último de Incorpora es construir puentes entre las empresas y las entidades sociales que se dedican a la integración laboral que se traduzca en oportunidades para los más desfavorecidos como mecanismo para combatir su exclusión social».

Cómo entrar en Incorpora

Los interesados pueden dirigirse a cualquiera de las entidades colaboradoras que se encuentran en la web incorporadelacaixa.com. Tras una evaluación previa para conocer sus competencias y preferencias profesionales, se prepara un programa de formación y se les asigna un técnico de inserción que supervisa su proceso. «Detrás de cada inserción laboral, hay todo un recorrido de confianzas, esperanzas, expectativas y realidades», resume Juan Lozas Cubero, técnico de Inserción en la Asociación Candelita.

BLOGS 20"

FIRMA INVITADA

Por Elisa Fernandino de Lera, economista



LAS PETROLERAS SE QUEDAN 600 MILLONES

La buena noticia: los carburantes bajaron en 2015 de media más de un 10% respecto a 2014 y los consumidores se ahorraron unos 4.400 millones de euros. La mala noticia: la bajada no fue completa. La Comisión Nacional de los Mercados y la Competencia acaba de publicar un informe que dice que los márgenes de las petroleras fueron en 2015 un 3% superiores a los del año anterior, y que estas aprovecharon los meses de diciembre, julio y agosto para subirlos nuevamente. Estas fechas coinciden con los periodos vacacionales, y son las preferidas por las petroleras para marcar máximos del año, sobre todo si en los mercados internacionales los precios están bajando. Y es que las petroleras utilizan la 'ilusión monetaria' de los consumidores en las épocas en las que los precios de los carburantes caen en los mercados de forma tan intensa como la que ha acontecido en 2015. El usuario no percibe toda la bajada del carburante, pero se queda tan contento porque pagó menos que en el anterior repostaje. De esta forma, las petroleras españolas se quedan con una parte de la bajada de los precios y se embolsan la diferencia, en torno a 600 millones. El consumidor ni se entera. Pero no todo está perdido. Por suerte nos quedan las gasolineras independientes. En diciembre pasado, las gasolineras de los hiper y marcas blancas fueron 6 céntimos de euro más baratas que las grandes petroleras. El informe también recuerda que repostar en autopistas es más caro que hacerlo en carretera y que Navarra y Huesca son las provincias con precios inferiores.



20m.es/blogs

Sigue y comenta este blog, y otros muchos más, en 20minutos.es

El rey saluda por primera vez a Puigdemont y le invita a trabajar «por el bien común»

El rey Felipe VI y el presidente de la Generalitat catalana, Carles Puigdemont, protagonizaron ayer su primer saludo desde la investidura del jefe del Ejecutivo catalán, el pasado 10 de enero. El apretón de manos, con aparente cordialidad entre ambos, tuvo lugar en el Teatre del Liceu de Barcelona, donde el rey presidió la cena de bienvenida del Mobile World Congress.

En su discurso en inglés, si bien con algunas frases en castellano y en catalán, el rey subrayó que la condición de Barcelona como sede del congreso mundial de telefonía móvil es fruto del esfuerzo conjunto de las Adminis-

traciones del Estado y de Cataluña, y recalzó que ese «es el camino para garantizar la prosperidad de todos: trabajar juntos por el bien común».

El monarca, en su primera visita a Cataluña desde la toma de posesión de Puigdemont, 42 días atrás, también fue recibido por la alcaldesa de Barcelona, Ada Colau; y por la presidenta del Parlament, Carme Forcadell, a la que en su día rechazó recibir en audiencia para que le notificara el nombramiento del nuevo presidente (la emplazó a hacerlo por escrito), quien juró el cargo sin hacer ninguna mención a la Constitución ni a la corona.

DICHO A MANO Por Eneko



Huelga en el metro de Barcelona

El comité de huelga del Metro de Barcelona ha anunciado para hoy y el miércoles paros en el servicio durante todo el día. La protesta afectará previsiblemente a la movilidad de los 95.000 asistentes al Congreso Mundial de Móviles que se celebra en la ciudad.

Mueren los ocupantes de un ultraligero

Los dos ocupantes de un avión ultraligero perdieron la vida ayer después de que el aparato se precipitase al intentar aterrizar en el aeródromo de Muchamiel (Alicante).

Puig y Díaz piden que se les condone el Fondo de Liquidez Autonómica

Los presidentes valenciano y andaluz, Ximo Puig y Susana Díaz, trasladaron ayer al Gobierno central una petición para que condone la devolución de parte del Fondo de Liquidez Autonómica a las comunidades «infrafinanciadas».

Detienen en Marbella a seis miembros de una banda británica

La Policía Nacional ha detenido en Marbella a seis supuestos miembros de una banda británica que habían viajado al municipio para matar al líder de una banda rival.



Lo que hace grande a un número son las historias que hay detrás

Gracias

Obra Social "la Caixa"

Canal de Isabel II: del vínculo con Púnica a la privatización fallida

La empresa pública de la Comunidad de Madrid que gestiona el ciclo del agua ha sido objeto de varias polémicas en los últimos años relacionadas con la corrupción, el nepotismo o la subida de las tarifas

R. M.
madrid.local@20minutos.es / @20m
20minutos

El Canal de Isabel II, la empresa pública controlada por la Comunidad que gestiona el agua en la región, fue supuestamente el instrumento que usó el Gobierno de Madrid durante la etapa de Ignacio González (2012-2015), para sufragar los gastos de campañas de popularidad en internet de altos cargos del PP, entre ellos, el propio González. Las empresas que realizaron los trabajos están vinculadas a la *operación Púnica*, la presunta trama de corrupción que adjudicaba contratos públicos a cambio de comisiones. Se trata de la última polémica que rodea a la sociedad pública después de que se haya levantado el secreto de sumario en los tomos del sumario sobre *la trama Púnica*.

POLÉMICAS DEL CANAL

Intento de privatización. La ex-presidenta regional, Esperanza Aguirre (2003-2012), decidió en 2008 impulsar la privatización del 49% del Canal con el objetivo de sacarlo a Bolsa y lograr unos 4.000 millones de euros. Entonces, la Comunidad justificó su decisión en la necesidad de obtener fondos para realizar inversiones que garantizaran la cobertura de la demanda futura para el abastecimiento de los madrileños. Sin embargo, la Comunidad nunca ha hecho público ningún estudio que acredite la realización de las actuaciones. En principio, Aguirre se encontró con la oposición, entre otros, del entonces alcalde de la capital, Ruiz Gallardón, que consideraba que la privatización no se podía llevar a cabo sin el visto bueno de los ayuntamientos, responsables del saneamiento y distribución de las aguas. Después de unas duras negociaciones, la *lidereza* logró convencer a Gallardón y a otros alcaldes cediéndoles



Antiguo depósito de agua en las instalaciones centrales del Canal de Isabel II (en Chamberí). ARCHIVO

¿Cuál es la postura de Cifuentes?

La actual presidenta de la Comunidad, Cristina Cifuentes, se ha comprometido a mantener la titularidad pública del 100% del Canal de Isabel II, según figura en el acuerdo de 76 medidas que firmó con Ciudadanos para obtener el apoyo del partido que lidera en la región Ignacio Aguado en la sesión de investidura.

parte de la sociedad. En mayo de 2012, la Comunidad anunció la paralización provisional

del proceso debido a la imposibilidad de encontrar un inversor que pagase el precio que se pedía, aunque no renunciaba a la privatización.

Indicios de nepotismo. El Canal de Isabel II ha sido señalado en el último lustro como la empresa pública en la que se daba acomodo a familiares y personas cercanas al PP. Comisiones Obreras denunció en 2009 que la sociedad llevaba realizando desde 2004 contrataciones que no estaban sujetas a ningún control o proceso selectivo.

'Operación Tosca'. El director general de la compañía, Adrián Martín, aseguró en la Comisión de Estudio de la Deuda de la

Asamblea que el Canal de Isabel II corría con los gastos de la defensa de un imputado de corrupción por su labor en su filial Hispanagua de Melilla, se-

224

millones de euros obtuvo de beneficio el Canal de Isabel II el año pasado

gún publicó *eldiario.es*. Se trata de Gerardo Díaz Martín, exgerente de Hispanagua, imputado en la *operación Tosca* por amaño de contratos en Melilla, que ahora ha sido recolocado

en la Dirección Financiera.

Tarifazos con beneficios. Pese a que el Canal de Isabel II genera beneficios millonarios (224 millones de euros en 2015), el Gobierno regional ha subido varias veces las tarifas del agua desde 2011. El precio del recibo medio bimensual pasó de 35,9 euros en 2011 (+2,3%) a 36,97 en 2012 (+3%). En 2013 tocó techo al alcanzar los 38,52 (+4,2%), cayendo hasta los 38,48 euros en 2014 y a los 38,44 en 2015 y 2016. Esto significa que a la conclusión de 2016, los usuarios habrán pagado 15,24 euros más por el agua que en el año 2011, o, lo que es lo mismo, un 7,1% adicional.

Más rodajes en el Metro, sobre todo en Chamartín

Los rodajes de películas y programas de televisión ambientados en las estaciones, andenes y trenes del suburbano madrileño aumentaron un 66% en 2015, con un total de 19 grabaciones en 13 estaciones del metro, según datos facilitados ayer por la empresa Metro de Madrid.

El espacio más demandado fue la estación de Chamartín, seguida de Gran Vía, la antigua estación de Chamberí y Príncipe Pío. Entre las más solicitadas figuran también edificios históricos como la Nave de Motores, depósitos de trenes como el de Sacedal o estaciones como Nuevos Ministerios, Ópera o Sevilla. Además, en el año de su estreno, la estación de Paco de Lucía se ha sumado este club de favoritas al ser la elegida para la grabación de un *spot* de la plataforma musical *indie* Gaana. Por otra parte, ayer se supo que Vodafone prepara una aplicación que permitirá pagar el metro a través del móvil y que podría empezar a funcionar a finales de año. **R. A.**

El Comité Ejecutivo Nacional ratifica hoy la gestora de Madrid

Justo una semana después de que Esperanza Aguirre presentara su dimisión como presidenta del PP de Madrid, el Comité Ejecutivo Nacional del partido ratificará hoy la gestora que preside Cifuentes. Dirigirá el partido en la región hasta el próximo congreso, aún sin fecha.

Juicio a un guardia civil por estafa

Hoy arranca en la Audiencia Provincial el juicio contra Andrés L. G., un guardia civil retirado, para el piden una pena de ocho años y seis meses de prisión por encabezar desde 2010 una red de falsos préstamos con la que estafó a 30 personas.

Brecha salarial

UGT denunció ayer que la brecha salarial en la región es del 26,26%, ya que el salario medio en 2014 de los hombres fue de 28.066 euros, frente a los 20.696 euros que cobraron ellas.

Barbero dice que solo llamó «fascistas» a un pequeño grupo de policías municipales

El concejal de Seguridad de Madrid, Javier Barbero, aseguró ayer que solo llamó «fascistas» a un pequeño grupo de po-

licías municipales que «actuaban como tal» en la manifestación del pasado martes, en la que le insultaron, y afirmó

que está «muy contento» con el trabajo de este cuerpo.

Respecto a la denuncia que el Colectivo Profesional de la

Policía Municipal (CPPM) ha interpuesto contra él por su calificativo, Barbero considera que este sindicato puede hacer «lo que le parezca oportuno». Según dijo, él no va «contra nada ni contra nadie» y señaló que tiene «mucha tranquilidad de espíritu» pues todas las imágenes y «están grabadas», dijo.

A la denuncia se refirió también ayer la alcaldesa, Manuela Carmena, sobre la que afirmó no tener «nada» que decir. «Creo que lo bueno de vivir en un país en el que tenemos esta maravillosa libertad es que cada uno asuma su responsabilidad y las acciones que crea convenientes», opinó.

Grandes viajes

encantado de conocerte



Vuelos y traslados incluidos



Pago 3 meses sin intereses

Esencia de India

8 días | 6 noches
Delhi - Jaipur - Agra
Hoteles primera sup y lujo

1.195€

Incluye: 5 visitas, 6 desayunos, 6 almuerzos y 6 cenas

Solo para clientes de Viajes El Corte Inglés

Isla de Fabula | Sri Lanka

10 días | 7 noches
Colombo - Sigiriya - Habarana - Hiriwaduna - Matale - Kandy - Nuwara Eliya - Kitulgala
Hoteles 3*

1.905€

7 % de descuento

Incluye: 9 visitas, 7 desayunos y 7 cenas. Producto de Catai Tours

Esencia de Kenia

8 días | 6 noches
Nairobi - Monte Aberdare - Lago Nakuru - Masai Mara
Hoteles 4* o 5* y lodges o tented camp

2.205€

Incluye: Safari garantizado en vehículo 4 X 4 y chofer-guía de habla hispana. 4 almuerzos y 5 cenas

Pekin - Xian - Shanghai

10 días | 7 noches
Pekin - Xian - Shanghai
Hoteles primera y lujo

1.699€

Incluye: 6 visitas, 7 desayunos, 4 almuerzos y 1 cena

Triángulo del Este | Estados Unidos

9 días | 7 noches
Nueva York - Niágara - Washington
Hoteles categoría turista

2.175€

Incluye: 5 visitas, 4 desayunos

Perú Esencial

11 días | 9 noches
Lima - Arequipa - Puno - Cuzco
Hoteles 3*

2.225€

Incluye: 8 visitas, 9 desayunos y 4 almuerzos

902 400 454

VIAJES El Corte Inglés

Una sonrisa de ida y vuelta



Felipe Reyes levanta la Copa del Rey con el resto de sus compañeros del Real Madrid en el podio. KIKO DELGADO / EFE

Tercera Copa seguida del Madrid

Los de Pablo Laso se impusieron en la final al Herbalife Gran Canaria y levantaron su tercera Copa del Rey consecutiva. El sólido bloque del Real Madrid pudo con el equipo revelación de la competición

Herbalife G. Can. 81

Real Madrid 85

Incidencias. Coliseum de A Coruña ante unos 10.000 espectadores.

Herbalife (18+20+21+22). Pangos (3), Newley (8), Salin (3), Báez (8) y Pasecniks (2) - equipo inicial-, Oliver (16), Savané (4), Seeley (9), Rabaseda (14), Omic (8) y Aguilar (6).

Real Madrid (24+16+22+23). Maciulis (11) Reyes (12), Ayón (15), Carroll (13) y Llull (2) - equipo inicial-, Rivers (10), Rodríguez (11), Nocioni (7) y Lima (4).

Árbitro. José A. Martín, Juan C. García y Carlos Peruga. Sin eliminados.

R. RIOJA
rrioja@20minutos.es / @raulrijozubi
20minutos

Los éxitos de este Real Madrid parecen no tener fin. Tras lograr el pleno de títulos la temporada pasada, un flojo arranque de campaña

arrojó ciertas dudas sobre el rendimiento del equipo, con el cansancio y una posible falta de 'hambre' como probables causas del bajón. Pero en la primera gran cita de la temporada, los de Pablo Laso han vuelto a demostrar que cuando se trata de competir, son un equipo de una fiabilidad absoluta. Ayer, tras superar en la final al Herbalife Gran Canaria, levantaron su tercera Copa del Rey de manera consecutiva, algo que jamás había pasado con el actual formato.

El conjunto madridista dominó el partido desde el primer momento, intentando no dejar que la gran revelación del torneo del K.O. se lo creyera, y las primeras distan-

Gustavo Ayón, MVP de la final

Gustavo Ayón ganó el MVP de la final tras hacer 15 puntos (6 de 11 lanzamientos, 3 de 4 tiros libres), 6 rebotes, 2 asistencias, 3 robos y 2 tapones en 30 minutos. «Estamos muy contentos del camino que llevamos. Creo que el equipo tiene grandísimos jugadores con ganas de triunfar y salir adelante», dijo el mexicano, que también quiso destacar el «trabajo increíble» del Herbalife. Por su parte, Luka Doncic se convirtió en el jugador más joven en ganar la Copa del Rey (16 años y 11 meses), superando a Ricky Rubio.

cias en torno a la decena de puntos llegaron gracias a la buena labor de Carroll y Felipe Reyes.

Sin embargo, los de Aíto demostraron por qué habían llegado hasta la gran final del torneo y, en un gran segundo cuarto, igualaron el choque. La dirección de Albert Oliver u el acierto de Xavi Ra-

baseda hicieron creer a los isleños.

Tras el descanso llegaron las primeras ventajas del Herbalife, pero no hubo nervios en el Real Madrid, que pronto recuperó el mando del partido de la mano de un intenso Gustavo Ayón.

El objetivo del Herbalife estaba cumplido, llegaba con

vida al último cuarto (59-62) ante el poderoso Real Madrid, dar la sorpresa era algo factible, soñar estaba permitido.

Y el mejor Madrid, aprovechando su mayor experiencia en este tipo de partido, salió a relucir. El Chacho se hizo con el mando del partido, Ayón siguió martilleando ambos aros y la ventaja de los blancos llegó a situarse alrededor de los diez puntos a poco más de tres minutos del final.

Intentó la heroica el Granca de la mano de Oliver y Rabaseda, y la diferencia llegó a bajar a los dos puntos a pocos segundos del final, pero era ya demasiado tarde. El Real Madrid se llevó el primer gran título de la temporada.

Ricky Rubio se exhibe en la dirección pero los Knicks tumban a los Timberwolves

En el duelo entre bases españoles en la jornada de la NBA, el partido se lo llevaron los Knicks de José Manuel Calde-

rón (96-103) pese al gran partido de Ricky Rubio, que repartió 16 asistencias para los Timberwolves.



Carmelo Anthony, defendido por Shabazz Muhammad. FOTO: NBA

Ricky, autor de 9 puntos, se entendió de maravilla con el novato Karl-Anthony Towns y con Andrew Wiggins, ambos autores de 24 tantos, pero el gran partido de Carmelo Anthony (30 puntos) y Robin López (26) le dio la victoria al equipo neoyorquino.

«Nos volvió a faltar definición en los momentos deci-

sivos del partido, pero sobre todo que no estuvimos acertados en el primer cuarto», declaró Rubio, que añadió que «las estadísticas individuales no tienen mayor valor sin al final del partido no consigues el triunfo».

Por su parte, Calderón anotó 9 puntos, cogió 6 rebotes y dio 3 asistencias. **R. D.**

20"

Nadal cae ante Cuevas y se queda fuera de la final de Río

Rafa Nadal, primer cabeza de serie, cayó ayer ante el uruguayo Pablo Cuevas en las semifinales del Abierto de Río de Janeiro (6-7, 7-6 y 6-4) tras un largo partido de tres horas y 28 minutos. El tenista uruguayo, número 45 en la clasificación de la ATP, se empleó a fondo y salió victorioso en la mayoría de las jugadas en la red ante un Nadal que admitió su «mal sabor de boca» por quedarse fuera de la final.

«Llevo tres partidos seguidos perdiendo después de estar a muy pocos puntos de ganar: en Australia, en Buenos Aires y aquí. Aunque no creo en ella, también un poquito de suerte viene bien. Normalmente tiene la suerte que lo hace mejor y supongo que no habré sido yo», se lamentó Nadal.

Valverde se impone en Andalucía...

El ciclista murciano Alejandro Valverde ganó su cuarta Vuelta a Andalucía tras imponerse ayer en la quinta y última etapa, disputada entre San Roque (Cádiz) y el alto de Peñas Blancas, en Estepona, con 164 kilómetros de recorrido.

...y Contador gana la etapa en el Algarve

Alberto Contador se impuso ayer en la última etapa de la Vuelta al Algarve, que se llevó el británico Geraint Thomas por delante del guipuzcoano Ion Izagirre.

Castillejo y González, campeones de maratón

El catalán Carles Castillejo y la cántabra Paula González se proclamaron ayer campeones de España de maratón en Sevilla. Jesús España, subcampeón, también logró la mínima olímpica en su primera experiencia en la distancia.

Lucas Eguibar logra su primer podio

El español Lucas Eguibar, último ganador de la Copa del Mundo de boardercross de snowboard, logró ayer su primer podio de la temporada en la estación rusa de Sunny Valley, donde finalizó tercero.

El Real Madrid tira la Liga

El conjunto madridista tropieza en Málaga y se queda a nueve puntos del Barça en la Liga. Cristiano marcó, pero falló un penalti y el empate de los andaluces fue justo

Málaga	1
Real Madrid	1

Incidencias. La Rosaleda, 31.000 espectadores.

Málaga. Kameni; Rosales, Albentosa, Welington, Torres; Juanpi (Duda, m.88), Camacho, Recio, Horta (Formals, m.63); Cop (Santa Cruz, m.80) y Charles.

Real Madrid. Keylor Navas; Carvajal, Sergio Ramos, Nacho, Marcelo; Kovacic, Kroos, Modric, Isco (James Rodríguez, m.74); Cristiano Ronaldo, Jesús (Lucas Vázquez, m.60).

Goles. 0-1, m.32: Cristiano Ronaldo. 1-1, m.66: Albentosa.

Árbitro. Iglesias Villanueva (Comité Gallego). Mostró tarjeta amarilla a Torres, Welington, Juanpi, Camacho, Kameni, Marcelo y Modric.

R. RIOJA
rrioja@20minutos.es / @raulriojazubi
20minutos

No es un adiós a la Liga, pero casi. Otro tropiezo fuera de casa del Real Madrid de Zidane, el segundo en los tres partidos en los que el francés ha dirigido al conjunto blanco a domicilio en la competición doméstica, le alejan a 9 puntos del Barça, una distancia que suena ya a insalvable a estas alturas de la temporada y viendo el nivel del rival.

Y es que el Madrid salió al campo sin alma, como si ya hubiera hecho los deberes ganando el miércoles en la Champions, ninguneando la Liga de un modo casi inconsciente, pero que se aprecia con la actitud de los jugadores en el campo.

Sin Bale ni Benzema, el equipo lo fio todo a Cristiano, pues pese al talento de jugadores como Isco, Modric o Kovacic, esperar un gol de alguno de ellos es demasiado esperar.

Y el luso no falló. Pese a que el Málaga dispuso de varias ocasiones, a los jugadores andaluces le temblaron las piernas cuando la hora de batir a Navas llegaba. Le pasó a Juanpi, solo ante Keylor, y



Cristiano Ronaldo se queja de un golpe en el partido en La Rosaleda. DANIEL PÉREZ / EFE

«Nunca vamos a bajar los brazos»

Zinedine Zidane admitió tras el empate en Málaga que ahora la lucha por ganar la Liga «va a ser más difícil», pero aseguró que «nunca» van a «bajar los brazos» porque quedan «muchos puntos» en juego. El entrenador del Real Madrid dijo que «no existe desconectar, sabemos de las dificultades, está la Liga y la Champions y vamos a luchar hasta el final»

4

puntos se ha dejado el Madrid fuera de casa en tres partidos desde la llegada de Zidane

después a Horta, pero no a Cristiano, que remató imperial de cabeza -y en fuera de juego, eso sí- para poner por delante a los blancos.

Apenas un minuto después, el propio Cristiano forzó un penalti que parecía que iba a dejar el choque sentenciado, pero Kameni adivinó la intención del luso y dio vida al partido.

El Madrid siguió jugando con fuego tras el descanso, como si la Liga no importara, y era el Málaga el que más dominaba, el que más atacaba, el que más llegaba a la meta rival. Keylor tuvo que intervenir en un par de ocasiones, y la entrada al campo de James y Lucas Vázquez apenas cambió nada.

La insistencia del Málaga

tuvo su premio mediada la segunda parte, cuando un centro de Welington lo remató Albentosa para poner el empate. Que fueran los dos centrales los protagonistas de la jugada habla de la ambición malaguista.

Con media Liga perdida, el Madrid lo intentó, pero sin la ambición suficiente y, sobre todo, sin apenas fe. Ataques deslabazados para cumplir el expediente y que quedara como que lo habían intentado, pues no había ni motivación ni, casi lo que es más preocupante, recursos. Una despedida triste para un equipo que demostró no tener orgullo ni armas futbolísticas para presentar batalla a sus rivales en una carrera de larga distancia.

El Atlético no pasa del empate ante el Villarreal y también se aleja del líder

El Atlético pinchó ayer en el Calderón al no pasar del empate ante el Villarreal (0-0), un punto insuficiente para mantener el pulso con el Barça, que el sábado ganó en Las Palmas (1-2) y ya cuenta con una ventaja de ocho puntos sobre los colchoneros.

El duelo ante el Villarreal fue mostró dos formas diferentes de trazar el camino hacia la victoria: el Atlético con un fútbol directo y balones largos a la continuación de un delantero; el Villa-

real, con algo más de elaboración y posesión para dirigir la pelota a la meta rival.

Los rojiblancos lo intentaron con más corazón que fútbol, especialmente en la segunda mitad, pero las ocasiones no llegaron. Los de Marcelino buscaron hacer daño al contragolpe, pero en ningún momento se dejaron sorprender el Atlético. El empate acabó siendo el resultado más justo, aunque a los de Simeone les frena en su lucha por la Liga.



EL RAYO RECUPERA UN PUNTO ANTE EL SEVILLA (2-2)

El Rayo Vallecano, con goles de Manucho y Miku, logró empatar un duelo vibrante ante el Sevilla, que se adelantó 0-2 con tantos de N'Zonzi e Iborra. FOTO: EFE

El Valencia deja colista al Granada (1-2)

El Valencia ganó 1-2 en casa del Granada, nuevo colista de Primera División. Parejo y Santi Mina firmaron los tantos para el equipo de Neville. Edgar marcó para los granadinos.

La Real Sociedad toma San Mamés (0-1)

La Real Sociedad presentó en San Mamés su candidatura a los puestos europeos con una victoria por la mínima en el derbi vasco ante el Athletic. Jonathas, en el minuto 17, decidió el partido.

Tu nuevo canal

#0



Empezamos de #0

movistar+

#0, un nuevo canal de MOVISTAR+, un hashtag y muchas caras, Raquel Sánchez Silva, Buenafuente, Eva Hache, Iñaki Gabilondo o Javier Coronas. ¿Estás preparado? Comienza a disfrutarlo en el dial 7 de MOVISTAR+.

@cero | /cero | /cerotube | @cerogram
plus.es/cero

McLaren enseña el nuevo juguete de Alonso

El MP4-31 mantiene la estética del coche de 2015 y una aerodinámica muy compacta. El morro es más corto y el motor, renovado

JACOBO ALCUTÉN

jalcuten@20minutos.es / @jalcuten
20minutos

El equipo McLaren presentó ayer su nuevo monoplaza MP4-31, con el que Fernando Alonso y Jenson Button intentarán recuperar el prestigio perdido por una escudería mítica, que el año pasado completó el peor Mundial de Fórmula 1 de su historia. «No voy a hacer ninguna predicción sobre cuándo llegarán las victorias, pero puedo decir sin temor a equivocarme que cada miembro de este equipo ha trabajado con dedicación implacable en los últimos meses para mejorar el coche», aseguró el presidente de la escudería, Ron Dennis.

Aunque el monoplaza del año pasado arrastró numerosos problemas, el nuevo McLaren mantiene el mismo concepto, con un chasis compacto y una parte trasera muy

«El nuevo paquete aerodinámico muestra una atención a los detalles increíble. Estoy preparado para el reto que nos espera»

FERNANDO ALONSO

«El McLaren MP4-31 tiene una pinta tremenda. Por lo que he visto, los detalles aerodinámicos son fantásticos»

JENSON BUTTON

estrecha para lograr el mayor rendimiento aerodinámico posible. Entre las novedades destaca el morro más corto, aunque se modificará al largo de la pretemporada.

Esa apuesta por minimizar el tamaño implica que el espacio para el nuevo motor Honda seguirá siendo muy reducido, un hándicap que en 2015 provocó más de un disgusto. El fabricante japonés, no obstante, confía en haber solucionado sus problemas de fiabilidad. «Hemos aprendido del año pasado y, por lo tanto, hemos realizado cambios en el compresor y demás

Hoy empieza la pretemporada

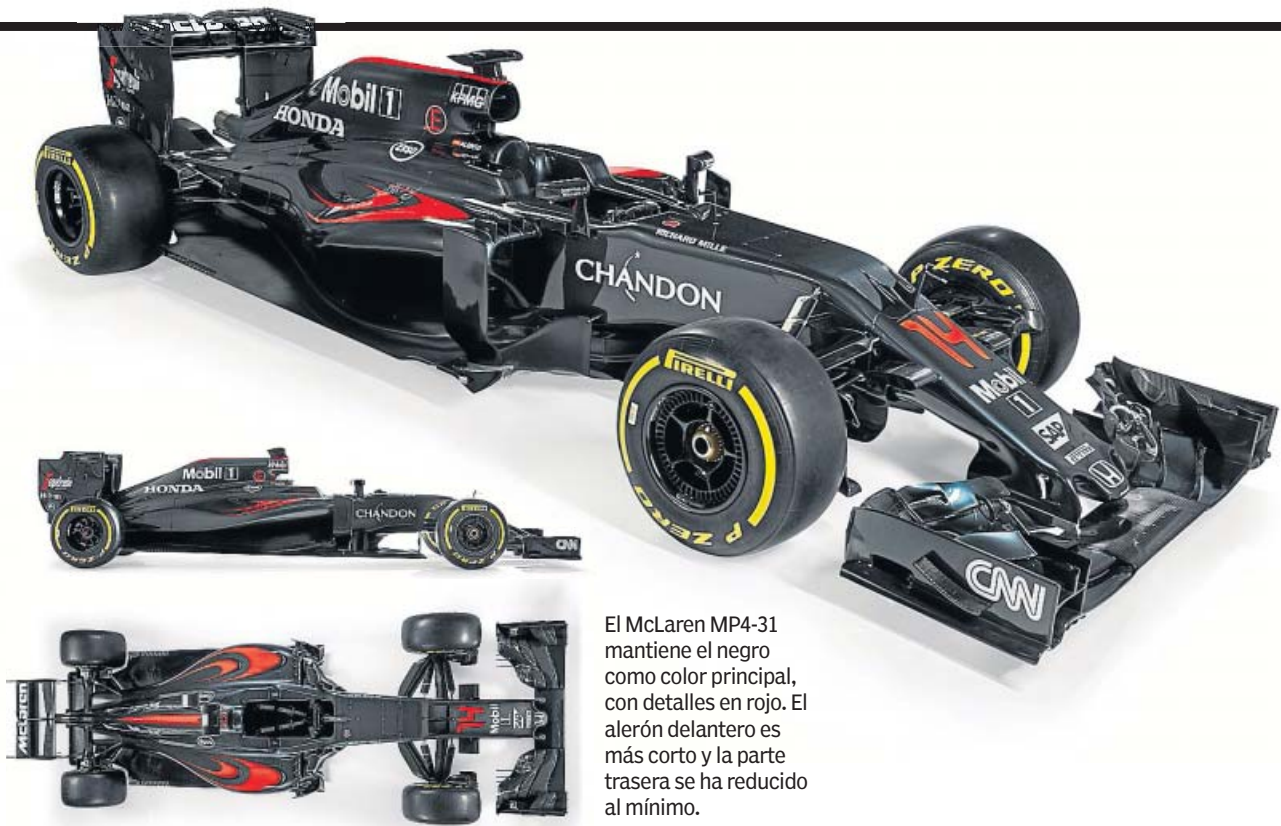
El circuito de Montmeló acoge hoy la primera jornada de entrenamientos oficiales de la pretemporada de Fórmula 1. Button será el encargado de estrenar el McLaren, mientras que Alonso tendrá que esperar a la sesión de mañana. Hoy también rodarán pilotos como Hamilton (Mercedes), Vettel (Ferrari) o Carlos Sainz (Toro Rosso).

hardware de la unidad de potencia durante el invierno. Hemos madurado el concepto general del año pasado», explicó el responsable de Honda, Yasuhisa Arai.

Fernando Alonso, por su parte, se mostró ilusionado con su nuevo juguete. «El paquete aerodinámico muestra una atención a los detalles increíble. El coche entero es precioso y, como he dicho, desde un punto de vista aerodinámico, está muy bien ensamblado. Estoy completamente preparado para el reto que nos espera», dijo. Además, aseguró estar convencido de que McLaren ha aprendido de los errores de 2015: «El año pasado iniciamos una nueva asociación y fue una temporada complicada para todos, pero aprendimos muchísimo. El equipo ha hecho este invierno un trabajo increíble».

Su compañero, Jenson Button, también destacó el trabajo realizado en la factoría de Woking: «El nuevo McLaren tiene una pinta tremenda. Por lo que he visto hasta el momento, los detalles aerodinámicos del coche tienen un aspecto fantástico. No voy a realizar ningún pronóstico demasiado optimista porque la Fórmula 1 es demasiado impredecible, pero tenemos una base sólida».

El Mundial de Fórmula 1 arrancará el 18 de marzo en Australia. McLaren y el resto de equipos solo tendrán este año dos tandas de tests oficiales para poner a punto sus monoplazas, ambas en el circuito de Montmeló: la primera entre hoy y el jueves; la segunda, del 1 al 4 de marzo.



El McLaren MP4-31 mantiene el negro como color principal, con detalles en rojo. El alerón delantero es más corto y la parte trasera se ha reducido al mínimo.



Fernando Alonso y Jenson Button, con los nuevos monos del equipo McLaren y con los nuevos diseños de sus cascos. Chandon aparece como patrocinador principal este año. FOTO: MCLAREN

OTROS COCHES DE 2016 DESVELADOS



FERRARI SF16-H.

Morro más corto y entradas de aire reducidas para el nuevo Ferrari, que destaca por el blanco que decora la cubierta del motor.



MERCEDES W07.

El coche más temido también fue presentado ayer por la escudería alemana. Mantiene el mismo diseño de 2015.



HAAS VF16.

El nuevo equipo americano, que debuta este año en el Mundial, presentó ayer el VF16, el primer coche de su historia, con motor Ferrari.



WILLIAMS FW38.

Estética continuista lució también el nuevo Williams, que pilotarán Bottas y Massa. Espera acercarse a la cabeza de la parrilla.



General Optica

En General Optica miramos también por tu audición

Ven a descubrir el **nuevo Servicio de Audiología** de General Optica. Para oír mejor y así disfrutar de la vida con todos los sentidos, ponte en manos del mejor equipo de profesionales. Ven a nuestros centros y te haremos una **revisión del oído gratuita** y, si lo necesitas, podrás aprovechar nuestro **2X1 en audífonos**.

Cuidamos de tu mirada, cuidamos de tu audición.

 900 626 626
www.generaloptica.es

(((AUDÍFONOS)))

DEPORTES

CLASIFICACIONES

Fútbol Primera división

RESULTADOS	EQUIPOS	CASA	FUERA	TOTAL	GOLES
Betis 1 - 1 Sporting					
Espanyol 1 - 0 Deportivo					
Granada 1 - 2 Valencia					
Athletic 0 - 1 R. Sociedad					
Málaga 1 - 1 R. Madrid					
At. Madrid 0 - 0 Villarreal					
Levante 3 - 0 Getafe					
Celta 3 - 2 Eibar					
Las Palmas 1 - 2 Barcelona					
R. Vallecana 2 - 2 Sevilla					
Próxima jornada					
Betis - R. Vallecana					
Sporting - Espanyol					
Deportivo - Granada					
Valencia - Athletic					
R. Sociedad - Málaga					
R. Madrid - At. Madrid					
Villarreal - Levante					
Getafe - Celta					
Eibar - Las Palmas					
Barcelona - Sevilla					

*Champions ■ Europa League ▼ Descenso. PT: Puntos totales. J: Partidos jugados. G: Part. ganados. E: Part. empatados. P: Part. perdidos. F: Goles a favor. C: Goles en contra

La Quiniela

JORNADA 40

- Espanyol - Deportivo 1
- Betis - Sporting X
- Celta - Eibar 1
- Rayo Vallecano - Sevilla X
- Málaga - Real Madrid X
- Granada - Valencia 2
- Athletic - Real Sociedad 2
- Atlético - Villarreal X
- Mallorca - Gimnastic X
- Ponferradina - Córdoba X
- Alavés - Almería X
- Girona - Oviedo X
- Valladolid - Numancia X
- Osasuna - Zaragoza X
- Las Palmas - Barcelona 1-2

Apuesta Hípica

DOMINGO 21 DE FEBRERO

- Quintuple Plus**
- 1ª carrera 02
 - 2ª carrera 05
 - 3ª carrera 01
 - 4ª carrera 06
 - 5ª carrera
 - Primer caballo 03
 - Segundo caballo 01



Luis Suárez
FC BARCELONA
25 goles

- Cristiano (Madrid) 22
- Benzema (Madrid) 19
- Neymar (Barça) 18
- B. Bastón (Eibar) 16
- Messi (Barça) 15



BUFETE ROSALES
Abogados

SWAP
PREFERENTES
CLÁUSULA SUELO
HIPOTECA MULTIDIVISA
91 550 15 15
bufeterosales.es

Segunda división

RESULTADOS	EQUIPOS	TOTAL	GOLES
Ponferradina 1 - 3 Córdoba			
Alcorcón 1 - 0 Athletic Club B			
Valladolid 2 - 2 Numancia			
Mallorca 2 - 2 Gimnástico			
Elche 1 - 1 Huesca			
Girona 1 - 1 Oviedo			
Tenerife 3 - 1 Llagostera			
Albacete 1 - 1 Mirandés			
Alavés 1 - 1 Almería			
Lugo 1 - 2 Leganés			
Osasuna 1 - 1 Zaragoza			
Próxima jornada			
Athletic Club B - Ponferradina			
Numancia - Alcorcón			
Gimnástico - Valladolid			
Huesca - Mallorca			
Oviedo - Elche			
Llagostera - Girona			
Mirandés - Tenerife			
Almería - Albacete			
Leganés - Alavés			
Zaragoza - Lugo			
Córdoba - Osasuna			

Segunda división B

GRUPO I	GRUPO II	GRUPO III	GRUPO IV
U. D. Logroñés, 1 - Celta B, 1. Arandina, 2 - Peña Sport, 1. At. Astorga, 0 - Izarra, 0. Racing, 2 - Sporting B, 1. Coruxo, 0 - Pontevedra, 1. Ferrol, 2 - Somozas, 0. Compostela, 0 - Valladolid B, 1. Lealtad, 3 - C. D. Leonesa, 1. C. D. Tudelano, 0 - Burgos, 0. Cacereno, 0 - Guijuelo, 1.	R. Unión, 2 - Mensajero, 3. R. Sociedad B, 1 - Amorebieta, 0. Castilla, 3 - Sestao, 1. Majadahonda, 4 - Arenas, 2. Ebro, 2. Toledo, 2. La Roda, 1 - Socuellamos, 3. Talavera, 5 - Getafe B, 1. Leioa, 0 - Fuenlabrada, 0. Portugalete, 0 - Guadalajara, 2. Gernika, 1 - Barakaldo, 0.	Olimpic, 1 - Llosetense, 1. Eldense, 2 - Cornella, 2. Huracán, 0 - P. Mafumet, 1. Valencia Mestalla, 1 - Espanyol B, 0. At. Baleares, 1 - L'Hospitalet, 1. Sabadell, 3 - Olot, 0. Badalona, 0 - Hércules, 0. Barcelona B, 2 - Levante UD, 0. Reus Dep., 3 - Alcoyano, 0. Lleida, 0 - Villarreal B, 1.	Jaén, 3 - Betis B, 1. UCAM Murcia, 1 - Recreativo, 0. Jumilla, 0 - Cartagena F.C., 0. Mérida, 2 - Granada B, 1. Almería B, 0 - Algeciras, 0. Sev. Atlet., 1 - Marbella, 1. Linense, 2 - Villanovense, 0. Cádiz, 1 - La Hoya Lorca, 1. Linares, 0 - R. Murcia, 1. San Roque, 0 - Melilla, 1.

ASOBAL

CLASIFICACIÓN

EQUIPOS	PT	PG	PE	PP
1 FC. Barcelona	36	18	0	0
2 Nat. La Rioja	29	14	1	3
3 Granollers	26	12	2	4
4 Ademar León	24	11	2	5
5 V. de Aranda	22	9	4	5
6 F. Morrazo	22	10	2	6
7 Bada Huesca	18	6	6	6
8 Guadalajara	15	6	3	9
9 GO FIT	15	7	1	10
10 BM. Benidorm	14	6	2	10
11 Teucro	12	4	4	10
12 H. Anaitasuna	12	5	2	11
13 C. Encarnada	12	5	2	11
14 F. Pto. Sagunto	12	5	2	11
15 Ángel Ximénez	11	5	1	12
16 BM. Aragón	8	4	0	14

Otras ligas

CALCIO

Torino, 0 - Carpi, 0. Verona, 3 - Chievo Verona, 1. Sassuolo, 3 - Empoli, 2. Atalanta, 2 - Fiorentina, 3. Bologna, 0 - Juventus, 0. Inter de Milán, 3 - Sampdoria, 1. Genova, 2 - Udinese, 1. Frosinone, 0 - Lazio, 0. Roma, 5 - Palermo, 0. Nápoles - AC Milan, hoy a las 21.00 horas.

EQUIPOS	PT	J
1 Juventus	58	26
2 Nápoles	56	25
3 Fiorentina	52	26
4 Roma	50	26
5 Inter de Milán	48	26
6 Milan	43	25
7 Sassuolo	38	26
8 Lazio	37	26
9 Bologna	34	26
10 Empoli	34	26
11 Torino	32	26
12 Chievo Verona	31	26
13 Atalanta	29	26
14 Génova	28	26
15 Udinese	27	26
16 Palermo	26	26
17 Sampdoria	25	26
18 Frosinone	23	26
19 Carpi	20	26
20 Verona	18	26



Totti, apartado en la Roma por Spalletti, saluda a la afición. EFE

BUNDESLIGA

Bayern Múnich, 3 - Darmstadt, 1. B. Leverkusen, 0 - B. Dortmund, 1. B. Mönchengladbach, 1 - Köln, 0. Eintracht, 0 - Hamburgo, 0. Hertha Berlin, 1 - Wolfsburg, 1. Hoffenheim, 3 - Mainz, 2. Ingolstadt, 2 - Werder Bremen, 0. Schalke, 1 - Stuttgart, 1. Hannover, 0 - Augsburg, 1.

EQUIPOS	PT	J
1 Bayern Múnich	59	22
2 B. Dortmund	51	22
3 Hertha Berlin	36	22
4 B. Leverkusen	35	22
5 B. Mönchengl.	35	22
6 Schalke 04	34	22
7 Mainz 05	33	22
8 Wolfsburg	31	22
9 Köln	29	22
10 Ingolstadt	29	22
11 Stuttgart	28	22
12 Hamburgo	27	22
13 Augsburg	24	22
14 Darmstadt	24	22
15 Eintracht F.	22	22
16 Werder Bremen	20	22
17 Hoffenheim	18	22
18 Hannover	14	22



Aubameyang dio el triunfo al Dortmund en Leverkusen. EFE

Semana del Crucero

¿DIVERTIRTE
A MEDIAS?

¿ESTAMOS
LOCOS?

RESERVA YA TU CRUCERO
DESDE 395€
CON TODO INCLUIDO.



55%

Hasta un 55%
de descuento

TI

Todo incluido
en bebidas

6

Pago 6 meses
sin intereses

ES

Idioma a
bordo español



Hasta

5%

Tarjeta Regalo
de El Corte Inglés



Reserva ya tus excursiones al mejor precio:
Paquete de 3 excursiones desde 89€ por persona

Sea Break

8 días / 7 noches

Buque Sovereign

Escapada para gente joven

Barcelona - Livorno (Florencia/Pisa)-
Civitavecchia (Roma) - Ibiza - Barcelona

26 de marzo, 2 y 9 de abril

395€

Incluye: ¡Fiestas temáticas,
excursiones a Pacha y mucho más!

Brisas del Mediterráneo

8 días / 7 noches

Buque Sovereign

Barcelona - Olbia (Cerdeña) - Nápoles
(Pompeya) - Civitavecchia (Roma) - Livorno
(Florencia/Pisa) - Toulon (Francia) - Barcelona

De marzo a septiembre

405€

Capitales Bálticas

8 días / 7 noches

Buque Monarch

Rostock (Alemania), Estocolmo,
Tallin, San Petersburgo, Helsinki

De julio a septiembre

899€

Vuelos desde Madrid
y traslados incluidos

Fiordos del Norte

8 días / 7 noches

Buque Monarch

Rostock (Alemania), Stavanger,
Bergen, Flam, Olden, Alesund, Trondheim

De junio a agosto

1.249€

Vuelos desde Madrid
y traslados incluidos

902 400 454
viajeselcorteingles.es

VIAJES **El Corte Inglés**
Una sonrisa de ida y vuelta

ENVÍANOS TUS CARTAS, RELATOS, IMÁGENES...

Correo electrónico
zona20@20minutos.es

Correo postal C/ Condesa de Venadito, 1,
2ª planta. 28027 Madrid

Twitter @20m
Facebook facebook.com/20minutos.es

CARTAS

Incluye nombre y dos apellidos, dirección, teléfono, edad y DNI. Los textos que superen 9 líneas de folio serán descartados. ¡No los envíes en mayúsculas! 20minutos se reserva el derecho de extractarlos

Benditos anticonceptivos

Por fin este papa ha bendecido para todos los creyentes el uso de anticonceptivos, que el papa Paulo VI admitió para las monjas en caso de violación. Si aquel papa lo hubiera hecho entonces, habría evitado muchísimos dramas y abandonos de la Iglesia. En la misma Italia, la venta de píldoras anticonceptivas aumentó mucho al año siguiente de publicar su encíclica contra la anticoncepción, por lo que se dijo que «El cisma del útero fue mayor que el de Lutero». Más grave aún fue la actitud de Juan Pablo II, yendo a África a condenar el uso de condones, incluso entre 'paganos', en plena epidemia del sida. Menos mal que la actual epidemia del zika ha movido a Francisco ser más humano y aceptar la anticoncepción para todos. En el plano racional –y la fe puede estar sobre, pero nunca contra la razón, según la teología católica–, es difícil condenar como antinatural un preservativo cuando desde la cabeza hasta los pies utilizamos todos preservativos contra el calor, frío o lluvia. **Martín Sagrera.**

Los políticos no entienden nada

No se ha entendido que los ciudadanos hemos requerido que se haga política de verdad. Y esa política consiste en no poner líneas rojas a nada, en aceptar y tolerar las ideas de otros, en no exigir puestos de mando antes de saber para qué, en dialogar de todo hasta la extenuación, en no poner vetos a nadie por

ser 'del otro lado'. En fin, en hacer política de verdad en un país demasiado acostumbrado a frases rotundas, a la división entre rojos y azules, a romper España, a la corrupción impune... En fin, lo que queremos los españoles es que se rompa esa división que es de falta de tolerancia de todos y que aprendamos a dialogar y no poner líneas rojas de simple chulería. Pues, bien, el ir a otras elecciones será un desastre porque nada cambiará y perderemos más tiempo. Y seguirá la corrupción insostenible. **Cesar Moya Villasante.**

¿De qué muerte estamos heridos?

A la persona que induce a otra a ejercer la prostitución y se beneficia de las ganancias econó-

f Lo más visto en
facebook.com/20minutos.es



16:33h - 19 de febrero

El pueblo que quiere instalar una fuente de cerveza para atraer turistas
<http://cort.as/CC2X>

176 57

micas que se obtienen de esta actividad, se le denomina proxeneta. Pero al sistema educativo y a la sociedad que induce a sus jóvenes al triunfo a cualquier precio, ¿cómo se le llama? «Tanto tienes, tanto vales», refranes como este, la admiración que suscitan los ricos y el menosprecio que causan los fracasados, confirman, según creo, la necesidad de inventar una nueva palabra que

designe a este tipo de manipulaciones.

Entiendo que es difícil nadar a contracorriente, las tentaciones son muchas. Y en este sentido, la comunidad universitaria es la más influenciada, debido a las expectativas que se han ido generando a lo largo de la carrera. Y es precisamente de ahí de donde se nutren los gobiernos del personal para que la máquina siga funcionando. Ver a compañeros que triunfan y uno se queda atrás es una pesadilla de la que, a toda costa, todos quieren salir. Es ahí donde se empiezan a malograr los grandes ideales, si es que alguna vez se han tenido. Y después de dar el primer paso, la caída de los valores es pan comido. «El pago del pecado es la muerte», dice la Biblia. Teniendo en cuenta que hay muchas maneras de morir, me pregunto: ¿de qué muerte estamos heridos? **Venancio Rodríguez Sanz.**

¿Cómo se ve en el lado opuesto?

Me gustaría creer en el talante democrático del sindicato de la policía municipal que utilizó la frase «rojo de mierda» para ofender al concejal del Ayuntamiento de Madrid. Pero mucho me temo que con dichas aclamaciones, ellos mismos quedan retratados. Pero, si leen esto, me gustaría que contestaran a las siguientes preguntas: ¿qué les parecería a ellos si en plena manifestación se presentaran otro tipo de antidisturbios y los molieran a palos, como suele suceder cuando los trabajadores se manifiestan y, según no se sabe qué criterio, molestan? ¿Comprenderían, dentro de su 'talante democrático' que sus otros compañeros están trabajando? Piensen, repito, piensen tanto en la frase, cuando menos de otros tiempos represivos, y piensen cómo se ve 'su trabajo' en el lado opuesto. **Jesús de Vega.**

LAS FOTOS DE LOS LECTORES / AMANECERES Y OCASOS

Azul, naranja, malva, rosado, amarillo... El cielo se pinta de casi todos los colores posibles mientras el sol nace o se pone. Es el momento ideal para inmortalizar la belleza de la naturaleza. Envíanos tus fotos, y podrás verlas publicadas.



Precioso atardecer en Navacepeda de Tormes, en la sierra de Ávila. **Alfredo Sánchez.**



Atardecer desde el aire, disfrutando de estas vistas donde se puede ver el Teide. **Victoria Carrillo.**



Cae la tarde, regalándonos esta increíble imagen, en la playa de Isla Cristina. **Aurora Jos Gallego.**

LISTAS EN 20minutos.es ACTRICES DE LOS OCHENTA QUE 'DESAPARECIERON'



1. Elisabeth Shue
2. Rebecca de Mornay
3. Heather Locklear
4. Connie Sellecca
5. Faye Grant
6. Veronica Hamel
7. Kelly LeBrock
8. Phoebe Cates
9. Michelle Johnson
10. Kelly McGillis

Para votar entra en
20m.es/actrices
o captura el siguiente código con tu móvil



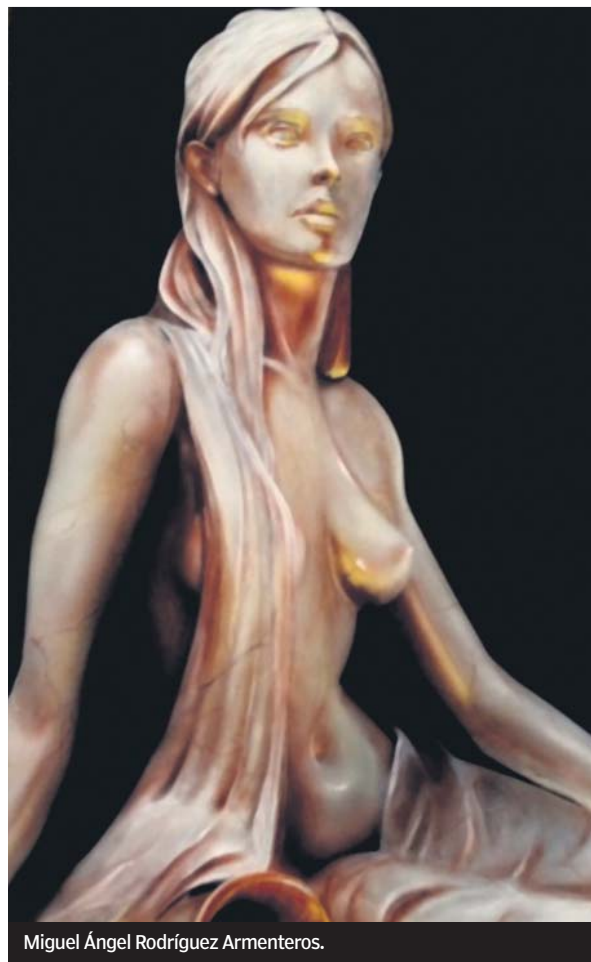
Valoración de grado de dependencia

Ya va a hacer un año desde que solicitamos a la Consejería de Políticas Sociales y Familia de la Comunidad de Madrid la revisión del grado de dependencia de mi padre, y el expediente sigue pendiente de resolverse. El procedimiento se debe resolver en el plazo máximo de seis meses. Detrás de esa valoración hay una persona enferma que necesita que le presten un programa de atención adecuado, y detrás de ese enfermo –en el mejor de los casos, que otros carecen de ella– hay una familia que tiene que ejercer de cuidador y asumir toda la responsabilidad sin recibir ninguna ayuda.

Grado que cuando por fin resuelvan estará desfasado, porque la enfermedad no se detiene ante los plazos administrativos, así que tendremos que iniciar nuevamente otro procedimiento de revisión de grado y pasaremos a formar parte de una de esas eternas listas de espera para recibir unas ayudas indispensables. Por favor, Comunidad de Madrid, agilicen los plazos y resuelvan las valoraciones de grado de dependencia, porque no estamos hablando de expedientes sino de personas enfermas. *Esther Castellanos.*

Y TÚ, ¿QUÉ PINTAS? ¿O qué fotografías? ¿O qué esculpes?

Hagas lo que hagas, si quieres verlo publicado en 20minutos, envíalo a zona20@20minutos.es o déjalo en el subidor de 20minutos.es



Miguel Ángel Rodríguez Armenteros.



20minutos.es responde Psicología

Entra en el foro de 20minutos.es y deja tu pregunta. La psicóloga María Jesús Álava Reyes (www.mariajesusalavareyes.com) responderá el viernes, en directo, de 10.00 a 11.00 h.



MARÍA JESÚS ÁLAVA

¿Cómo podría controlar mi ansiedad por la comida?

Cuando estoy aburrida pienso en comer y como hasta que me siento mal o culpable. Sin darnos cuenta, aprendemos a bajar nuestra ansiedad comiendo y entramos en una dinámica difícil de controlar. Las pautas a seguir son muy claras. Primero conviene analizar cómo se produce esa conducta, para ello, lo mejor es que hagas un registro de pensamientos; es decir, cada vez que te sientas mal, apuntarás qué

hora y qué día es, a continuación pondrás dónde estás en ese momento, con quién y qué haces; después, en otra columna, escribirás tus reacciones fisiológicas; y finalmente, en la última columna, escribirás lo que estás pensando en esos momentos. A partir de ahí, lo importante es ver cómo puedes controlar tu ansiedad y para ello te será muy útil practicar algunas técnicas como la parada y la confrontación de pensamiento, las autoinstrucciones positivas y seguir un programa de actividades placenteras.

Tengo una relación con una chica a distancia. El problema que tengo es que suele crear discusiones de la nada. Hace malas interpretaciones de cosas que digo o sencillamente se las toma como un ataque cuando no lo son. ¿Qué puedo hacer yo para que no discutamos? Esta persona parece arrastrar una falta de seguridad y confianza importante, que condiciona mucho sus relaciones. El problema es que sus miedos hacen que tenga pensamientos distorsionados, que no se corresponden con la realidad, pero ella se los cree

y se disparan todas sus alertas. En esa situación, su respuesta es muy emocional y poco racional, por lo que no responde a la lógica. Si además, en circunstancias normales, no es capaz de dialogar sobre estas situaciones, la indicación es muy clara: necesita ayuda psicológica urgente. **Pierdo el tiempo a la hora de ponerme a estudiar porque**

Las autoinstrucciones positivas y las actividades placenteras ayudan a controlar la ansiedad

no me concentro. ¿Qué puedo hacer para sentarme a estudiar y evitar distraerme con cualquier tontería? Ponte una alarma cada cinco minutos, de tal forma que cuando suene, te sirva para conectarte de nuevo, si estabas distraído. Suele dar resultado leer en voz alta, grabarte lo que estás leyendo y que te vuelvas a grabar cuando te preguntes el tema. También puedes escribir un pequeño esquema de tus respuestas, de tal forma que te obligues a mirarlo al contestar, y así te resultará más sencillo.

EL RETROVISOR / CAMAREROS

Museo Virtual de Viejas fotos con las mejores imágenes, anteriores a 1975, enviadas por los lectores. Mándanos las tuyas a museo@20minutos.es y dinos el año y el lugar donde se tomaron



EL MADRILEÑO DOCAMAR EN 1964

Isidro y Oliverio en 1964, dos camareros emblemáticos del bar Docamar de Madrid, donde pasaron más de 35 años. **Raúl Cabrera.**



TRAS LA BARRA DE SU PEQUEÑO BAR

El buen amigo Pascual Catalá, en su pequeño bar de la Avenida de la Luz de Barcelona. Año 1973. **Joan Kleber Planas.**

OFERTA IMPLANTES UNITARIOS

3X2

Precio Implante Terminado **599 €**

OFERTA
1.999 €
*Consultar condiciones en la web

Sobredentadura con implantes
(Terminada con 2 implantes)

OFERTA
99 €
Férula Michigan

OFERTA 2x1
50 €
Empastes

- Limpieza dental **GRATIS**
- Escaner **GRATIS**
- Revisión Cámara Intraoral **GRATIS**

- Empastes simples **GRATIS** para tratamientos superiores a 3 implantes
- REGALO**
iPhone 5/ Tablet Android
Para Presupuestos superiores a 9.000€

MEJORAMOS CUALQUIER PRESUPUESTO UN 15%

OFERTA * VÁLIDA DESDE 22/02/16 HASTA 22/03/16
*Consulte las condiciones de la oferta en la web

www.dentalmad.com

FINANCIACIÓN SIN BANCOS

Horario de atención:
de lunes a jueves
de 9 a 20h. ininterrumpido
C/ Azahar, 4 - 28029 - Madrid

Dentalmad es una empresa española

PLAZA DE CASTILLA

91.733.20.80

Así se hace una serie de un lustro

‘El secreto de Puente Viejo’ se ha convertido en la ficción más longeva de Antena 3, con cinco años de emisión diaria en la sobremesa, donde acumula una media de 1,8 millones de espectadores y ningún desgaste

ISRA ÁLVAREZ
ialvarez@20minutos.es / @ialvar
20minutos

Con cinco años en emisión y con cinco capítulos semanales, la serie *El secreto de Puente Viejo* es ya la ficción más longeva de Antena 3, y celebra su primer lustro en la pantalla renovando buena parte de sus tramas, sus protagonistas y decorados. Pero, ¿cómo se logra crear una serie que tras cinco años no muestra desgaste? Antes de buscar respuestas, atendamos a algunos datos.

La historia de este pueblo llamado Puente Viejo la siguen cada día en la sobremesa (17.30 h) una media de 1,8 millones de espectadores, con un 16,8% de cuota de pantalla de media. Además, se emite en Italia y Chile. En estos cinco años se han escrito 58.000 páginas de guion, para unas 23.000 secuencias. Los espectadores han podido

CINCO AÑOS DE HISTORIAS Y ROMANCES, EN DATOS

4.314

horas de grabación se han recogido en 1.269 cintas, que contenían 64.719 tomas.

900

trajes completos se han confeccionado expresamente y se han alquilado otros 1.200.

550

actores han pasado por Puente Viejo, cuyas calles han llenado 17.600 figurantes.

2.400

metros cuadrados se distribuyen en tres platós, en dos de los cuales se graba a la vez.

ver 50 historias de amor distintas, de las cuales 18 han acabado en boda.

El de mañana, cuando se cumplan los cinco años exactos, será el capítulo 1.269. Todas y cada una de las palabras que sus personajes han dicho, y todas y cada una de las cosas que les han pasado, han salido de la imaginación del equipo de diez guionistas que escriben la serie ya desde sus inicios.

El proceso de creación de un guion, desde que se concie-

be hasta que el actor lo dice en escena, es complejo. Se parte de una idea general o trama, que después pasa a unos argumentistas, encargados de las líneas maestras de lo que pasará en la temporada. Después le llega a un equipo más reducido en el que se hacen las escaletas (los ‘esqueletos’ del guion) y se manda a los dialoguistas, que escriben las conversaciones de los personajes. No acaba ahí: «Luego llegan al coordinador de guiones, donde se hace una edición general, y de ahí se envían a plató. Así con cinco guiones a la semana», explica Aurora Guerra, coordinadora de guion de *El secreto de Puente Viejo*.

Las historias siempre tienen una estructura, como decía Billy Wilder, «chico encuentra chica, chico pierde chica, chico conoce chica»; pero en Puente Viejo cada personaje tiene un secreto: «Siempre hay algo nuevo y no notamos cansancio ni hastío en los espectadores a la hora de seguir las historias».

Normalmente se siguen tres líneas principales de argumento y una línea de pequeñas historias secundarias. A pesar de que las tramas llevan varios meses de adelanto respecto a la emisión, una temporada y media por delante (para poder «diseñarlas bien, que producción prevea las necesidades, se contratan actores, se construyen decorados...»), no tienen miedo a las filtraciones. De hecho, «a veces un spoiler puede llegar a incentivar la audiencia», explica Guerra.

El trato de los guionistas con los personajes a los que dan vida no es frío ni distante. «Es una relación de amor total. Cuando hay que terminar un personaje por desgaste de la trama o porque el actor decide irse, siempre es un momento de mucha tristeza. Son como hijos», dice la coordinadora, que recuerda, divertida: «Nosotros matamos personajes, no personas».

Pero los creadores de historias, los que tienen la idea, los que imaginan el mundo de Puente Viejo están sometidos a algunos parámetros que deben cumplir, como las pautas de gasto y presupuesto que controla el departamento de producción. «Siempre es una relación de tira y afloja. No nos podemos salir del

CINCO PERSONAJES DE ÉPOCA

En el mundo real han pasado cinco años, pero en el mundo de la serie han sido 27, desde el 1896 en que se ambientaban las primeras tramas hasta el año 1923 donde se encuadran los nuevos personajes, cuyo perfil es fruto de una cuidada documentación histórica.



LUCAS MOLINER (Álvaro Morte). Lucas es un estudiante de medicina. Simpático y vividor, guapo y bien plantado, se verá obligado a elegir entre el amor a su novia o el amor a la medicina.

SOL SANTACRUZ (Adriana Torrebejano). Sol es la añorada hermana de Severo. Separados desde niños, él se ha pasado la vida entera buscándola. Las circunstancias han llevado a Sol por caminos que Severo no hubiera querido para ella.

CARMELO LEAL (Raúl Peña). Carmelo Leal es la mano derecha de Severo. Su máxima aspiración será proteger a Severo y ayudarlo a llevar a cabo su misión de venganza, para la que ha regresado.

CANDELA MENDIZÁBAL (Aida de la Cruz). Candela emana un olor a miel y chocolate, como su establecimiento, la nueva confitería de Puente Viejo. Siempre de buen humor, su aparente alegría es contagiosa. Parece tener remedio para los males de todos.

SEVERO SANTACRUZ (Chico García) Un misterioso personaje que llega al pueblo para hacerse cargo de la Quinta Vieja, una antigua mansión que necesita una gran inversión de dinero.

Otros cinco años de reportajes

El quinto aniversario de la serie coincide con el primer lustro en antena de *Equipo de investigación*, el espacio de reportajes presentado por Gloria Serra (foto). Han sido 200 programas en los que el equipo de periodistas ha seguido y desvelado la historia de narcotraficantes, estafadores, bandas organizadas... Nació en 2011 en Antena 3 y se mudó al prime time de los viernes de La Sexta en 2013. Con una media de 1.174.000 espectadores y un 11,7% de cuota de pantalla, *Equipo de investigación* ha sido también una ventana desde la que mirar hacia la corrupción.



presupuesto y, si queremos hacerlo, tenemos que negociarlo. Es en lo que más se diferencia una serie diaria de una de prime time: tenemos menos presupuesto, porque lo tenemos que repartir entre cinco episodios semanales», hace ver Aurora.

Los guionistas están integrados en el equipo de 163 profesionales que trabajan al diario en la serie, entre producción, arte, vestuario, contenidos, edición, maquillaje, peluquería y técnicos.

A pesar de que el suyo es un trabajo que aún está en la sombra («aunque eso está cambiando poco a poco»), los guionistas no quieren «ser conocidos, sino reconocidos» y a veces se permiten pequeñas licencias. «Los compañeros y amigos nos piden que les pongamos a los personajes los nombres o apellidos de sus seres queridos», hace ver la coordinadora, que confiesa que ha metido muchos nombres de caballos, porque monta: «Hacemos minihomenajes».

GRI MAL DÍ ZATE

CERDEÑA
EN BARCO Y CON TU
COCHE A BORDO GRATIS

HASTA EL 31/03

-30%

ROMA Y CERDEÑA
¡INCLUIDO EL VERANO!



 COCHE GRATIS A BORDO



 902 531 333
agencias de viajes

www.grimaldi-lines.com


GRIMALDI LINES

Descuento no aplicable sobre las tasas. Coche gratis, plazas limitadas, consulta condiciones y disponibilidad.

BLOGS

COMUNICACIÓN NO VERBAL

POR QUÉ CONVIENE USAR LOS EMOTICONOS

Los científicos están descubriendo el poder, las peculiaridades y los efectos de los emoticonos en nuestra vida diaria e incluso en nuestro cerebro. Por ejemplo, las mujeres usamos con mayor frecuencia los emoticonos que los hombres. Puede deberse a que

somos más expresivas y tenemos una mayor necesidad de transmitir nuestros sentimientos. Sin embargo, en la mensajería instantánea los hombres suelen emplear emoticonos para el humor y para mostrar emociones, mientras que las mujeres los usan para

Alicia Martos



expresar sarcasmo; pero el patrón de uso en función del sexo es muy similar.

El uso de los emoticonos positivos en redes incrementa nuestro poder social. Provocan una reacción muy agradable en el receptor y no restan credibilidad al mensaje, incluso en contextos profesionales. Estimulan una actividad cerebral muy similar a la que se activa cuando vemos un rostro humano. El cerebro responde a una sonrisa de la misma manera que cuando lee :-).

Se trata de una importante señal de que el cerebro humano ha evolucionado y se ha adaptado.

LOS EMOTICONOS TRANSMITEN EMOCIONES COMPLEJAS Y RELEVANTES QUE LAS PALABRAS POR SÍ MISMAS NO PUEDEN

Nos comunicamos con imágenes sin ser conscientes de que para algunas personas es su único medio

de conexión con el mundo. Estas caritas son vitales y se convierten en el alfabeto, por ejemplo, de niños con dificultades comunicativas para expresar sus estados de ánimo. Su uso es corriente en personas con autismo, parálisis cerebral, sordera o Síndrome de Down. A partir de ellos también aprenden y mejoran su calidad de vida. Ciertamente los emoticonos transmiten emociones complejas y relevantes que las palabras por sí mismas no pueden.



Una modelo luce lencería de Sardá (sobre estas líneas). Al lado, arriba, un vestido de Ulises Mérida y debajo, una propuesta de Torretta. EFE



innovar en busca de una mujer funcional y femenina al tiempo. En su apuesta de ayer –con la que sumaba 40 desfiles ante el público madrileño, uno de los más exigentes– Torretta relogó el pantalón pitillo para apostar por la comodidad en forma de un pantalón ancho acabado en tejidos masculinos, con cálidas lanas cocidas.

Por primera vez, Torretta da volumen a las mangas, lo que le permite coser prendas muy entalladas en la cintura. Una silueta superfemenina que regresa a los patrones masculinos con prendas *oversize*.

Torretta: «Veinte años no es nada, pero es toda una vida. Siempre miro al futuro sin caer en la nostalgia»

Sobresalieron además algunas piezas con la solapa «deconstruida» a modo de bufanda, así como un vestido-parka de napa azul acabada con un guiño deportivo, un trabajo de buen gusto e impecable corte.

Cómoda y urbana fue también la mujer que abrió el desfile de Ulises Mérida. Por una vez, el diseñador se apartó de los vestidos que tanto le gustan para apostar por los pantalones, grandes protagonistas de una colección en la que no faltaron las blusas cuajadas de bordados y orfebrería.

Bordados, y muchos, se vieron también en la apuesta de Andrés Sardá, en la que el encaje de chantilly fue el tejido básico. Lujo, detalles, exquisitez y glamur que Bibiana Fernández intentó escenificar sobre las tablas. A ello ayudaron los conjuntos de braga y sujetador, ligas, corsés entallados, coulottes altas y bodys realizados con cristales de Swarovski. Y el abrigo de visón blanco rubricado por su amiga Elena Benarroch.

El lujo marcó también la colección de Maya Hansen, aunque con prendas más largas y de amplios volúmenes pensadas para el mercado árabe.

20" El drama de los refugiados, Oso de Oro en la Berlinale

Fuocoammare, cinta del italiano Gianfranco Rosi centrada en el drama de los refugiados –temática que, precisamente, se estableció como eje del certamen–, se hizo el pasado sábado con el Oso de Oro en la edición número 66 del Festival de Cine de Berlín. La película se ubica en la isla de Lampedusa y trata la tragedia que supone el flujo diario de refugiados en sus costas.

La carga política también estuvo presente en la ganadora del premio del Jurado, *Smrt u Sarajevu*, donde el bosnio Danis Tanovic repasa las heridas abiertas por el conflicto de los Balcanes. La tunecina *Hedi*, por su parte, logró el premio a la mejor ópera prima y el Oso de Plata para su actor, Majd Mastoura, con un personaje arrancado de la transformación iniciada con la primavera árabe. R. C.

Kylie Minogue anuncia su compromiso

La cantante australiana Kylie Minogue ha anunciado su compromiso con el actor británico Joshua Sasse. Se conocieron durante el rodaje de la serie *Galavant*, que él protagoniza.

Clara Lago defiende a Dani Rovira

La actriz Clara Lago ha salido en defensa de su compañero sentimental, el actor Dani Rovira, por las críticas recibidas después de presentar la última gala de los Goya. La intérprete ha publicado una carta en *El País* en la que arremete contra los «trolls» y «haters» de internet.

Pantalón y mucha lencería son las señas del glamur

La Madrid Fashion Week disfrutó ayer con la veteranía y los cortes impecables de Torretta y el lujo exquisito y detallista de Andres Sardá

R. C.
cultura@20minutos.es / @20m
20minutos

«Femenina, sensual y urbana». Así define Roberto Torretta su nueva colección –en la que fusiona la tradición de la alta costura con la modernidad–, que ayer subió a la pasarela madrileña, en la cuarta jornada de la Madrid Fashion Week.

Un atractivo matrimonio que ha estado presente siempre a lo largo de su carrera, veinte años dedicado a la moda en los que este maestro de la aguja no ha dejado nunca de

D&L, Varela, Jorge Vázquez...

La pasarela madrileña enfla hoy su recta final –termina mañana y la clausura correrá a cargo de Rubén Galarreta– con firmas consagradas como Devota & Lomba, Varela o Jorge Vázquez, que ofrecerán sus propuestas para vestir a la mujer la próxima temporada. Esther Noriega será la encargada de inaugurar el día con una colección donde destaca su tierra, Valladolid.

CAMBIAMOS SU BAÑERA POR UN PLATO DE DUCHA

ecoducha®

¡Sin peligro mucho mejor!

TODO
INCLUIDO
POR SÓLO

549 €

IVA
INCLUIDO

- PLATO DE DUCHA DE HASTA 1.60 MTS. ACRÍLICO.
- RETIRADA DE ESCOMBROS Y DE LA BAÑERA ANTIGUA.
- ALBAÑILERÍA Y REMATADO.
- MANO DE OBRA INCLUIDA.

¡Todo son ventajas!



*Oferta válida hasta fin de mes.

ADEMÁS, POR 400 €, TE AÑADIMOS MAMPARA DE CRISTAL DE SEGURIDAD.

C/ Emilio Ferrari 86. 28017 Madrid.

☎ 91 367 38 64
☎ 91 368 20 98
☎ 650 17 67 67



Colaborador de las Juntas Municipales Comunidad de Madrid.

ESPECIAL HOTELES: 677 40 32 87

www.ecoducha.net - info@ecoducha.net

INSTALAMOS EN MADRID Y ALREDEDORES

*Oferta financiera realizada por CaixaBank Consumer Finance, E.F.C., S.A.U. y sujeta a su aprobación, TIN 8,94% TAE 9,32%. Ejemplo para una compra financiada de 549€. Mensualidades: 12 Cuotas de 48 €. Importe total adeudado: 576 €. Oferta válida hasta 31/12/2016.
**Oferta financiera realizada por CaixaBank Consumer Finance, E.F.C., S.A.U. y sujeta a su aprobación, TIN 8,66% TAE 9,01%. Ejemplo para una compra financiada de 549€. Mensualidades: 24 Cuotas de 25 €. Importe total adeudado: 600 €. Oferta válida hasta 31/12/2016.

SÓLO ESTE MES
ESTA ESTUPENDA
GRIFERÍA MONOMANDO
DE REGALO.



Imágenes no contractuales

“No resbales, quiero
verte en el teatro”
Máximo Valverde.

SUGIMOTO EN FOTOS



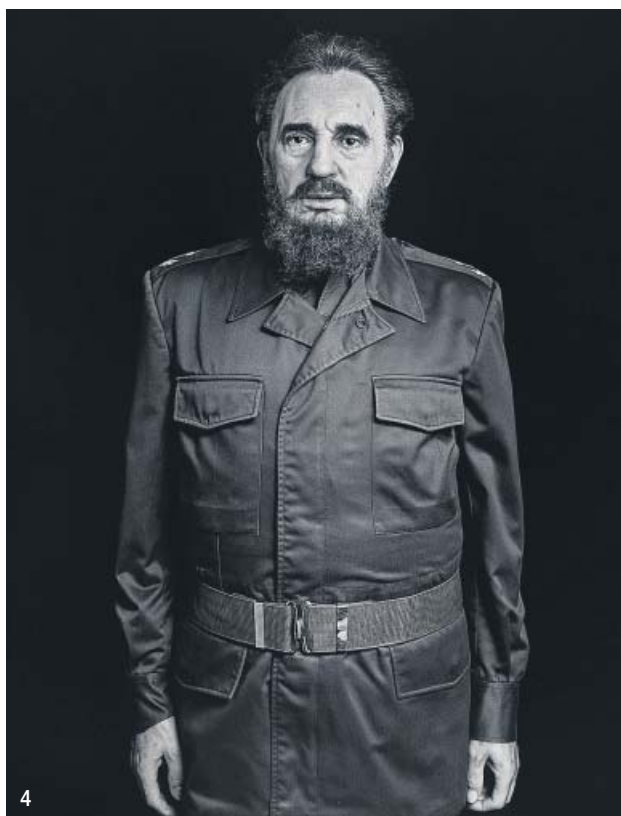
1



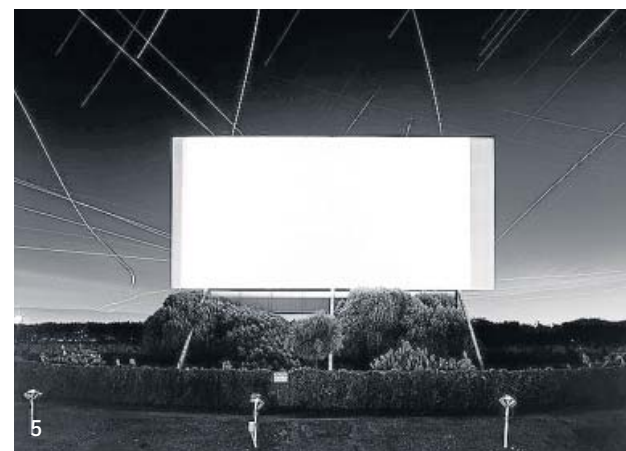
2



3



4



5

Black Box, la mayor antología del japonés Hiroshi Sugimoto, estará en la Fundación Mapfre de Barcelona hasta mayo. Un paseo cronológico por la obra del maestro del serialismo.

1 'Aves de South Georgia' (2012). Fauna ártica congelada por la cámara del japonés.

2 'U. A. Playhouse, Nueva York' (1978). Hace fotos de

cines en los que mantiene la exposición toda una película.

3 'Lobos de Alaska' (1994). Instantánea de Hiroshi Sugimoto a un diorama de un museo de Alaska.

4 'Fidel Castro' (1999). Figura de cera retratada en estudio.

5 'Autocine de Union City' (1993). También fotografiado con una larga exposición.



“Las Clínicas del Centro Social del Audífono Ayudan a las Personas con Pérdida de Audición a Mejorar su Salud Auditiva”

El Centro Social del Audífono dispone de siete clínicas en Madrid, Toledo y Barcelona donde las personas podrán beneficiarse de ayudas sociales, subvenciones, garantías y formas de pago.



D. Enrique López. Director de las Clínicas
Las Clínicas del Centro Social del Audífono nacen con una clara voluntad de apoyo a los más desfavorecidos. Conozca cuál es su principal razón de ser.

Han nacido con la intención de acercar la última tecnología en materia auditiva a aquellos sectores de la población que tienen más dificultades para acceder a ella. Principalmente orientan su oferta hacia los pensionistas, pero aquellas personas que acrediten escasos recursos económicos también pueden beneficiarse de las ventajas que ofrecen.

Precios subvencionados que se ajustan a las posibilidades económicas de todas las personas.

Como se ha comentado anteriormente, el Centro Social del Audífono siempre piensa en las necesidades de todas las personas, para ello han dispuesto la tecnología más avanzada a Precios Subvencionados. De esta manera se adaptan a las posibilidades económicas del consumidor sin rebajar la calidad del producto. A estos Precios Subvencionados le han añadido una garantía de 5 años totalmente gratuita que proporciona la tranquilidad necesaria al paciente.

Además de la excelente garantía de 5 años, completan la oferta con un seguro Gratuito de 5 años. Descubra todo lo que cubre este seguro (rotura, pérdida o robo)

La intención básica de este seguro es que las personas no tengan imprevistos económicos con su salud, y por ello, el seguro que acompaña la compra subvencionada protege contra pérdida, rotura y robo, disfrutando de la Salud Auditiva de calidad tranquilamente.



5 GRANDES VENTAJAS

- Precios subvencionados.
- 5 años de Garantía.
- Seguro Gratuito contra robo, pérdida y rotura.
- Facilidades de pago a su medida.
- 1 año de Pilas Gratis.

OÍR ES UN DERECHO

Las Ayudas Sociales se traducen en beneficios sensitivos para que las personas puedan volver a sentir los sonidos de la vida.

Con esta iniciativa social, se pretende mejorar la salud auditiva de miles de personas. Este gran presupuesto destinado a las Ayudas Sociales, es una iniciativa nueva y supone un gran avance en la atención a las personas con discapacidad auditiva, por cual, se espera ampliar las zonas de actuación así como la partida presupuestaria para años sucesivos. Por otro lado, en este Gran Proyecto de Ayuda Social, se ha puesto a disposición de los pacientes un gran volumen de audífonos de última generación, con el fin de hacer sentir de nuevo los sonidos de la vida a las personas que quieren volver a oír y entender bien.

Beneficios de poder probar su audífono

Las personas con discapacidad auditiva podrán probar gratuitamente un audífono a la medida adecuado a su pérdida de audición, permitiéndoles volver a tener las mejores sensaciones en sus conversaciones de familia y amigos, al escuchar la radio o TV.

En Televisión se habló del Estudio Auditivo que los pensionistas pueden realizar Gratis en el Nuevo Centro Social del Audífono.

En el Centro Social del Audífono buscan que el pensionista no tenga ningún freno a la hora de comprobar su calidad auditiva. Para ello ponen todos sus medios disponibles para comprobar la salud auditiva del paciente sin que ello genere ningún coste, es un estudio totalmente Gratuito, por lo que pueden acercarse al Centro Social del Audífono y beneficiarse de este estudio.



ATENCIÓN AL CLIENTE
www.centrosocialdelaudifono.es
info@centrosocialdelaudifono.es
TELÉFONO ATENCIÓN AL CLIENTE
902 35 35 50

Subvencionado por:
C.S.A. CENTRO SOCIAL DEL AUDÍFONO
Centros Auditivos para Pensionistas

> Avda. Felipe II, 6. Bajo Izqda. 28009. Madrid. Telf: 91 426 35 35
> Paseo de las Acacias, 4. Local. 28005. Madrid. Telf: 91 506 18 79
> C/ Doctor Calero 38. 28932. Majadahonda - Madrid. Telf: 91 639 71 55
> Avda. Barber, 5. Local. 45005. Toledo. Telf: 925 25 87 28
> C/ Mallorca, 171. Entlo 2ª. 08036. Barcelona. Telf: 93 452 09 28
> Vía Augusta 166. 1º - 2ª. 08006. Barcelona. Telf.: 93 240 53 18
> C/ Numancia 45. Local. 08029. Barcelona. Telf.: 93 171 63 97

MANTÉN VIVA TU AUDICIÓN



SERVICIOS

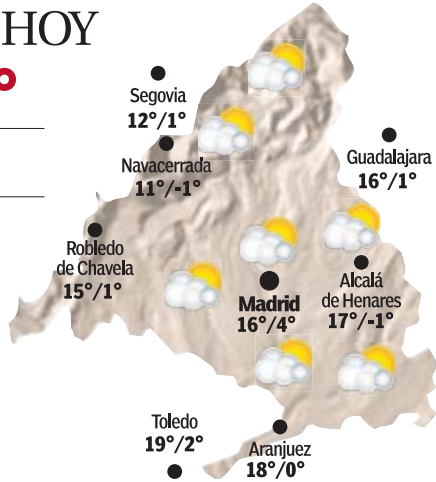
El tiempo

Madrid, HOY

Máxima (16.00 h) **16°**

Mínima (07.00 h) **4°**

Viento norte 12 km/h



MAÑANA

Madrid	16 4
Alcalá de Henares	16 -1
Navacerrada	11 -1
Buitrago	12 -1
Robledo de Chavela	15 3
Aranjuez	17 1

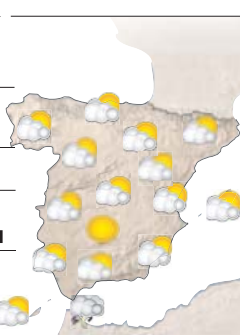
PASADO MAÑANA

Madrid	13 4
Alcalá de Henares	14 1
Navacerrada	9 1
Buitrago	11 -2
Robledo de Chavela	11 2
Aranjuez	15 1

España, HOY

Máximas MÁS ALTA **24°** MÁS BAJA **11°**
Murcia León

Mínimas MÁS ALTA **15°** MÁS BAJA **-3°**
Las Palmas GC Valladolid



	Máx.	Mín.	Sit.		Máx.	Mín.	Sit.		Máx.	Mín.	Sit.
A Coruña	13	8	VA	Granada	16	2	VA	Palencia	12	-3	VA
Albacete	17	2	VA	Guadalajara	16	1	VA	Palma	20	8	VA
Alicante	23	10	VA	Huelva	19	6	VA	Pamplona	15	0	VA
Almería	18	10	VA	Huesca	16	4	VA	Pontevedra	12	5	VA
Ávila	13	0	VA	Jaén	16	9	VA	Salamanca	14	0	VA
Badajoz	20	4	VA	Jerez de la Fra.	20	4	NU	S. C. de Tenerife	21	14	VA
Barcelona	18	9	VA	L'Hospitalet de L.	20	6	VA	Santander	15	8	VA
Bilbao	16	4	VA	Las Palmas G.C.	19	15	VA	Santiago de C.	12	5	VA
Burgos	12	-2	VA	León	11	-2	VA	Segovia	12	1	VA
Cáceres	18	4	VA	Lleida	18	2	VA	Soria	13	7	NU
Cádiz	17	11	NU	Lugo	16	0	VA	Sevilla	20	7	NU
Cartagena	20	12	VA	Madrid	11	2	VA	Tarazona	22	9	DE
Castellón	19	7	VA	Madrid	16	4	VA	Teruel	16	2	VA
Ceuta	18	12	TO	Málaga	21	11	VA	Toledo	19	2	DE
Ciudad Real	18	2	DE	Marbella	19	12	VA	Valencia	23	5	VA
Córdoba	21	4	VA	Melilla	19	10	VA	Valladolid	14	-3	VA
Cuenca	17	3	DE	Móstoles	17	1	VA	Vigo	12	4	VA
Elche	23	9	VA	Murcia	24	8	VA	Vitoria	15	-1	VA
Gijón	15	5	VA	Ourense	15	2	VA	Zamora	15	-1	DE
Girona	18	7	VA	Oviedo	14	4	VA	Zaragoza	16	3	VA

DE, despejado; VA, variable; NU, nuboso; LL, llovizno; TQ, tormenta; NI, nieve

tiempo.ytemperatura.es

Bájate nuestra app en <http://20m.es/moviles> y accede a la predicción meteorológica de los próximos catorce días para cualquier lugar del mundo. ¡Es gratis!



Horóscopo

Por Amalia de Villena



Aries

El proceso que has comenzado para librarte de lo que no te conviene es imparable. Te darás cuenta de lo acertado de la decisión y de que todo saldrá mucho mejor de lo esperado.



Tauro

El comienzo de esta semana te trae cierto nerviosismo porque quieres cerrar temas, y te planteas una agenda bastante complicada. Procura dejar algo de tiempo libre.



Géminis

Solo tú sabes la verdad de ciertas cosas y es hora de ser un poco más crítico contigo mismo para mejorar tus relaciones familiares. No los culpes de tus actitudes.



Cáncer

Cuidado con los amores platónicos que de vez en cuando te asaltan y te hacen estar todo el día pensando en algo que no es real. Marca los límites de tus ensañaciones.



Leo

Sabrás estar al lado de un amigo que necesita esa compañía que sabes darle mejor que nadie, porque además conoces un tema básico para él.



Virgo

Hoy, la Luna llena en tu signo influirá en la toma de decisiones, que harás con total convencimiento. No te vas a equivocar en ellas, debes actuar con total tranquilidad.



Libra

Alguien vuelve a llamarte o te insiste de nuevo con una petición que no te interesa y eso te pondrá tenso. Déjale claro que esa insistencia no le servirá de nada y que no vas a ceder.



Escorpio

A veces es necesario renunciar a algo para seguir el camino. Puede que te cueste, pero es posible que debas abandonar un lugar para seguir creciendo.



Sagitario

No falta tanto para cerrar un trato o terminar un trabajo. Hoy te dedicarás a ello con mucha fuerza e interés, porque ves que merece la pena la meta. Alguien te va a felicitar por ello.



Capricornio

No te apetece nada hoy estar en el centro de una polémica en la que puede haber agrias acusaciones o palabras duras contra alguien. Procurarás alejarte, porque no va contigo.



Acuario

Cuidado con hacer hoy reproches a un hijo o a la pareja, porque no tendrán la culpa de tu mal humor ni de que se te haga eterno este lunes. Procura relajarte.



Piscis

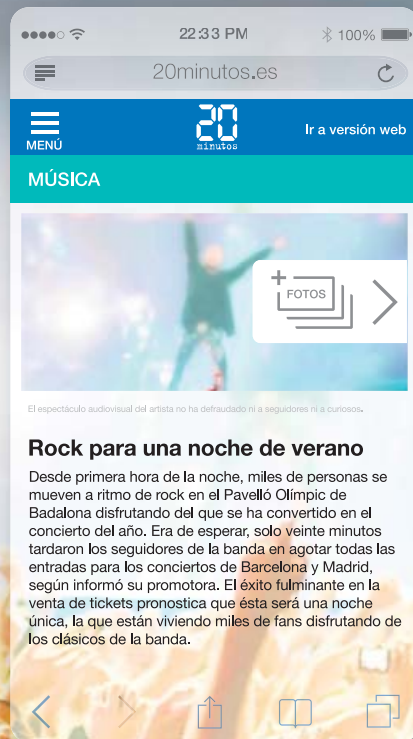
Quizá sea hora de darte cuenta de que debes ser más empático con una persona que te ha ayudado mucho y a la que ahora no haces demasiado caso. No seas egoísta.

Sorteos

ONCE 'El Suedazo' (domingo 21) **25876 (serie 044)**
 Super ONCE (domingo 21) **03-05-08-10-12-21-22-25-26-31-35-39-41-44-46-48-53-57-62-65**
 El Gordo (domingo 21) **15-34-37-49-51 (clave 8)**
 ONCE 'El Suedazo' (sábado 20) **73869 (serie 029)**

Super ONCE (sábado 20) **06-08-09-10-11-12-18-25-27-34-47-51-54-56-57-67-74-76-78-79**
 Primitiva (sábado 20) **03-11-17-41-45-47 (C10 R6)**
Joker 7156900
 Bonoloto (sábado 20) **01-06-21-24-35-42 (C19 R5)**

CUANDO LA ACTUALIDAD ESTÁ PASANDO, YA ES NOTICIA EN 20MINUTOS.ES



Descubre una nueva forma de informarte a través de **20minutos.es** y de su versión móvil para smartphones y tablets. Disfruta de la actualidad de la noticia, de más servicios y de una mayor interactividad.



LO MEJOR DE LA TELE, HOY

SERIES



TELECINCO. 22.30 h

Chiringuito de Pepe

Nada hacía sospechar que el cliente pesado que estaba demorando el café hasta la merienda era un atracador que iba a sumir al equipo del chiringuito en sus horas más oscuras y peligrosas.

ANTENA 3. 17.30 h

El secreto de Puente Viejo

La vida de los habitantes de Puente Viejo se trastoca con la llegada de Hernando Dos Casas, quien, tras la tragedia de los Mella, llega para hacerse cargo de Beatriz.

LA 1. 22.15 h

El Ministerio del Tiempo

Un policía de 1981 llamado Pacino llega al presente persiguiendo a un asesino. Descubre que, según los archivos, el asesino es él y tiene que probar lo contrario.

INFANTILES



DISNEY CHANNEL. 19.45 h

Mi vida entre chicos

Tess Foster es una chica de 14 años que transita la adolescencia mientras vive junto a un padre sobreprotector y tres hermanos. Los adora pero ellos tienen puntos de vista muy diferentes.

CLAN. 15.55 h

Mia & me

Mia pasa las vacaciones con su abuelo Renzo, en su granja. El abuelo le regala una gatita, a la ella que pondrá el nombre de Mimi. Mimi deberá habituarse a los viajes de Mia a Centopia.

NEOX. 07.00 h

Rocket Monkeys

El universo necesita a los seres más valientes. Pero cuando ellos están ocupados, la alternativa es llamar a los Rocket Monkeys, Gus y Wally, unos monos hambrientos de aventuras.

CINE



LA SEXTA. 22.30 h

'El ilusionista'

En la Viena de 1900, el misterioso Eisenheim cautiva al público con su magia e ilusionismo. Sus poderes sobrenaturales llegan a oídos del príncipe Leopold, que acude al espectáculo...

FDF. 22.40 h

'Expediente 39'

Emily Jenkins es una trabajadora social que piensa que lo ha visto todo, hasta que aborda un nuevo caso: una niña de diez años que, presuntamente, sufre abusos por parte de sus padres.

ANTENA 3. 01.30 h

'Los hijos del ayer'

Desde la infancia, Jenny tiene sueños que evocan una existencia anterior vivida a principios de siglo en un pueblo irlandés. Decide viajar a ese país para seguir la pista de una mujer...

DOCUMENTALES



LA 2. 18.05 h

En busca de Josefina

Josefina nació en una plantación de Martinica. Siendo niña, un huracán arrasó la isla, y su familia tardó años en recuperarse. Con 16 años llegó a París para casarse con un joven vizconde.

MEGA. 22.15 h

Tecno catástrofes

Rascacielos, carreteras y el transporte aéreo existen gracias a los avances en ingeniería. El documental desvela los desastres ocurridos en esta actividad y descubre lo que sucedió.

DISCOVERY CH. 22.00 h

Aventura en pareja

Serie relatada desde el punto de vista de los supervivientes. Las parejas están en entornos muy duros donde tendrán que vivir de los recursos naturales y deambular por terreno desconocido.

ACTUALIDAD



CUATRO. 21.30 h

Toma partido

Especiales centrados en los principales asuntos del debate político, conducidos por el periodista Miguel Ángel Oliver y en los que los propios espectadores tendrán mucho que decir.

LA 1. 08.30 h

Los desayunos

Óscar López, portavoz del PSOE en el Senado, es el invitado de hoy en el espacio que presenta María Casado. En la tertulia, los periodistas Beito Rubido, Lucía Méndez y Víctor Arribas.

LA 2. 23.35 h

Documentos TV

Alergias, la carga tóxica. La contaminación, los plásticos, los pesticidas y productos químicos que ingerimos o respiramos provocan que 250 millones de personas padezcan alergias.

VARIOS



ANTENA 3. 21.45 h

El hormiguero

Alaska hablará del nuevo disco de Fangoria, un trabajo titulado *Canciones para robots románticos*, que está a la venta desde hoy. Es el duodécimo álbum del grupo de Alaska y Nacho Canut.

CUATRO. 22.30 h

Un príncipe para tres princesas

Los días pasan, los pretendientes se las ingenian para agradar a sus princesas y las damas tienen que ir decidiendo quiénes son los dueños de su corazón.

LA 1. 18.25 h

Centro médico

La 1 modifica su programación para dar un mayor protagonismo a esta docuficción, que se renueva con nuevas historias y personajes y emitirá cada día un capítulo de estreno.

BLOGS

AL MANDO DE LA TELE

Por Isra Álvarez



19 AÑOS GANANDO

Cada día desde hace 19 años más de un millón de personas ven *Saber y ganar*. Hay jóvenes que pueden votar que no habían nacido cuando se emitió el primer programa. Hay quien se lleva las manos a la cabeza porque *Gran hermano* lleva 15 años emitiéndose. Prefiero pensar en lo bueno que es que un programa cultural no pierda fuelle tras casi dos décadas.

Todo esto nos lleva a pensar en la hipocresía que hay detrás de algunas quejas sobre lo que se emite y no en televisión. La tele es simple: tiene audiencia, dura. No tiene audiencia, no dura. Pretender que un programa no se emita porque no nos gusta es tan absurdo como querer que se emita uno que nos gusta pero que no vemos. *Saber y ganar* lleva 19 años porque hay un millón de personas que ponen la tele a su hora. Para cambiar la tele hay que ver la tele. O callarse y dejar que elijan quienes la ven. En el siglo XXI hay muchas opciones de ocio como para enfadarse por una que no interesa o de la que se reniega. Y ahora una revelación: *Saber y ganar* tiene algo de *reality*. Llegar a sentir por otra persona, la empatía televisiva, entrar en los salones... es algo que *Saber y ganar* hace. Cada día.

ESTA TARDE-NOCHE

CONSULTA LA PARRILLA COMPLETA CON TODOS LOS CANALES, NACIONALES, AUTONÓMICOS Y LOCALES 20m.es/guiatv

1	2	3	cuatro	5	6	7	OTROS CANALES
18:25 Centro médico 19:30 España directo 20:30 Aquí la Tierra 21:00 Telediario 2 Ana Blanco Incluye El tiempo 22:15 El Ministerio del Tiempo El tiempo en sus manos 23:35 Los archivos del Ministerio 00:05 El Ministerio del Tiempo 01:15 La noche en 24H 03:15 TVE es música	19:00 Tardes de cine <i>iQué nos importa la revolución!</i> 20:30 50 años de... 21:00 Documenta2 21:55 Historia de nuestro cine <i>La residencia</i> 23:35 Documentos TV <i>Alergias</i> 00:35 La 2 Noticias 01:05 Documental 02:00 Conciertos R 3 02:30 Cine <i>Manos libres</i>	18:45 Ahora caigo 20:00 ¡Boom! 21:00 Noticias 21:30 Deportes 21:40 El tiempo 21:45 El hormiguero Inv.: Alaska 22:40 Casados a primera vista 01:30 Cine <i>Los hijos del ayer</i> 03:00 Comprando en casa 03:30 Minutos musicales	19:10 Las reglas del juego 20:00 Noticias Cuatro Miguel Ángel Oliver 21:00 Deportes Cuatro 21:20 El tiempo 21:30 Toma partido (Estreno) 22:30 Un príncipe para tres princesas 00:25 Mejor llama a Pilar 01:35 House 03:05 Puro Cuatro 04:00 La tienda...	20:15 Pasapalabra 21:05 Informativos Teletrece Pedro Piñeras 21:35 Deportes 21:45 El tiempo 22:00 Got Talent España 22:30 Chiringuito de Pepe 00:00 La que se avecina 01:45 <i>Making of La que se avecina</i> 02:30 Premier Casino La ruleta VIP	17:15 Más vale tarde 20:00 laSexta Noticias 20:45 laSexta Meteo 21:00 laSexta Deportes 21:30 El intermedio 22:30 El taquillazo <i>El ilusionista</i> 00:30 Cine <i>Cowboys de ciudad</i> 02:20 Poker Caribbean Adventure 02:45 Juega con el 8 04:00 Canal Bingo 04:30 Musicales	19:15 Aquí en Madrid 20:30 Telenoticias 21:15 Hora deportiva 21:25 El tiempo 21:30 Ciudadano Cake 22:15 Cine <i>Soldado de fortuna</i> 00:00 Diario de la noche 02:00 Yo soy Madrid 02:30 Ruedos con historia 03:00 Madrid en moto 03:30 Postales	CLAN TV: 19:35 George de la jungla 20:20 Bob Esponja 21:05 Las tortugas Ninja 22:10 Espeluznante Larry TELEPORTE: 20:30 Conexión Teledeporte 23:30 Estudio Estadio NEOX: 19:00 Modern Family 20:00 Dos hombres y medio 21:15 Los Simpson 22:30 El Club de la Comedia NOVA: 18:50 Esperanza mía 20:00 Yo no creo en los hombres 21:15 Pasión y poder 22:45 Chicago fire FDF: 19:10 Melissa & Joey 19:50 The Stunt Comedy 20:00 Aída 22:40 Cine: <i>Expediente 39</i> 01:00 CSI MEGA: 20:05 Los restauradores 20:50 Empeños a lo bestia 22:15 Tecno catástrofes 00:00 Chiringuito de jugones DIVINITY: 18:45 Ladrón de guante blanco 21:10 Cazamariposas 22:10 Gran Hermano VIP. Resumen diario 23:00 The Closer

ESTAMOS DONDE TÚ ESTÁS

20 minutos

EL PERIODISMO QUE TE GUSTA

Síguenos en [facebook.com/20minutos.es](https://www.facebook.com/20minutos.es)

ANUNCIOS LOCALIZADOS

Para contratar un anuncio en esta sección, escríbenos con al menos 48 horas de antelación a anunciosonline@20minutos.es

... Y PARA CUALQUIER OTRO ANUNCIO en 20minutos, entra en www.grupo20minutos.com o contacta en el 902 20 00 20 o envía un correo electrónico a publicidad@20minutos.es

Vende tu casa

en esta sección

Contacta con tu agencia habitual

VIDENTE AFRICANO

SOLUCIONA TODO TIPO DE PROBLEMAS

RECUPERA PAREJA, AMARRRES, UNIÓN Y SEPARACIÓN, ETC. ELIMINO BRUJERÍA Y MAL DE OJO

659 563 591
910 325 386

ARE2 ABOGADOS

www.are2abogados.com

AFFECTADOS POR BANCOS

Rechace el acuerdo propuesto por el banco, PERDERÁ DINERO.

Despacho multidisciplinar: civil, penal, laboral, familia, administrativo, mercantil.

Le ofrecemos puntos jurídicos para descontar en nuestros servicios

FINANCIACIÓN DE PROCEDIMIENTOS
C/ Princesa 3, duplicado 1204 (cita previa)

1ª CONSULTA GRATUITA

915 47 25 25 - 665 50 84 41

4 MODOS DE USO

Lenovo™



YOGA 500

Procesador Intel® Core™ i3
Windows 8.1 actualizable a Windows 10
RAM: 4 GB
Almacenamiento: 500 GB

499 €

YOGA 300

Procesador Intel® Celeron®
Windows 8.1 actualizable a Windows 10
RAM: 2 GB
Almacenamiento: 32 GB

279 €



Media Markt

