

2018 Nº 166 OCTUBRE

LAS

ESQUINAS

LA REVISTA GRATUITA
DEL NORTE DE MÁLAGA

Síguenos en



INVASIÓN CLICK

AMPLIO PROGRAMA DE ACTIVIDADES EN ANTEQUERA
EN TORNO AL MITICO JUGUETE

Pág 66



Barrios Pág 6

Anejos Pág 14

Agenda Pág 18

Ocio Pág 22

Descuentos Pág 31



El Canal
Salón de Celebraciones



Pida su Reserva al Teléfono 952 03 13 37
Telf./Fax: 952 03 13 38 | elcanal2007@yahoo.es

TODO TIPO DE
CELEBRACIONES
BODAS, COMUNIONES,
CÓMIDAS DE EMPRESA

Tu boda, tu sueño

Enclaves galardonados
como "Excelentes"
por las empresas nacionales
TodoBoda y Bodas.net







4 40 AÑOS DESPUÉS,
ANTEQUERA ABRE LA
MALETA DE LA HISTORIA



8 LOS DÓLMENES
MIRAN A LA PEÑA



10 EL PASADO
FERROVIARIO DE
BOBADILLA ESTACIÓN

CONTENIDO

- 05 BARRIOS ANTEQUERA**
- 12 TELE ANTEQUERA**
- 18 AGENDA CULTURAL**
- 22 OCIO**
- 26 RESTAURANTES RECOMENDADOS**
- 28 ESPECIAL INUNDACIONES**
- 33 HERMANACO**
- 39 ALIMENTACIÓN**
- 42 HOGAR**
- 44 FAMILIA**
- 46 MODA**
- 48 EMPRESAS**

las4Esquinas

Director CRISTÓBAL RIVERO
Director Creativo JOSE MIGUEL SANZO
Redacción MARÍA ROSALES
ROSARIO ROMERO
ANA RUIZ
FRANCISCO DÍAZ

Jefe de Ventas FRANCISCO RIVERO
Jefa Postventa LUCÍA RODRÍGUEZ
Jefe Producción JUAN MANUEL SEGURA
Cámaras & Edición GLORIA PARADAS
FÁTIMA AGUILAR
EDU ARJONA
Jefe Administración ANTONIO J. PALOMO

Contáctanos:

C/ Aguardenteros Nº 15
Teléfono: 952 84 51 01 - 675 664 537
Email: atencionalcliente@grupomediante.com
www.las4esquinas.com
www.mediante.es

EDITORIAL

Del drama a la solidaridad

Nadie que haya aliviado el peso de sus semejantes habrá fracasado en este mundo. Esta frase del escritor británico Charles Dickens nos hace reflexionar este mes más que nunca. La cara amable de cualquier drama está en las muestras de solidaridad, apoyo, cariño -e incluso pésame si me lo permiten- con el que unos vecinos se manifiestan a otros ante este tipo de situaciones. sido increíble la reacción unánime de vecinos de otros puntos de la comarca con los afectados por la gota fría fundamentalmente en Campillos y Teba. Los propios vecinos menos afectados por las lluvias se volcaron en ayudar a los vecinos en grupos de voluntarios organizados de un día para otro. Un llamamiento por redes sociales supuso una importante derivó en cientos de donaciones de bolsas de ropa en cuestión de minutos. Cientos de vecinos acudieron en pocas horas al llamamiento del Consistorio antequerano que habilitó autobuses para transportar gratis a los voluntarios que quisieron apoyar. La que nunca podrá recobrar del todo la normalidad, sin duda, la familia de José Gil que dio más que nadie por los afectados. Su vida. Descanse en paz

40 AÑOS DESPUÉS, ANTEQUERA ABRE LA MALETA DE LA HISTORIA



Los reporteros del Pacto de Antequera abren "la maleta de la historia". Así ha definido, Pablo Juliá, el autor de la mayoría de las fotografías, la exposición '40 aniversario del Pacto de

Antequera. El compromiso del pueblo andaluz' que puede verse en el Centro Cultural de Unicaja de la localidad malagueña que, hace ahora ya cuatro décadas, fue sede de la firma del preacuerdo que

marcó la consecución de la autonomía andaluza.

La exposición "pasa revista" al momento histórico a través de decenas de imágenes captadas por los objetivos



GirónDental
Antequera

¡¡Recuerda!!
Cuidar de
tu salud bucal

Infóramte sin compromiso

¿Necesitas Aparato dental?

Elige un buen profesional, que realizará un estudio personalizado y te ayuda a elegir el que mejor se adapte a ti

Pide tu cita en el:
952 84 62 71

Rodrigo de narvaez 2 bajo 2
(Frente colegio Infante D. Fernando)
Antequera (Málaga)



de los pocos privilegiados que acudieron al encuentro “casi clandestino” de las once fuerzas políticas en el Salón de Plenos de Antequera.

“Una época convulsa en el que la comarca de Antequera era reflejo de la rebeldía que se vivían en los caminos y localidades de la zona con una intensa revolución social, ninguna capital de provincia quería acoger esta reunión y Antequera lo hizo porque estaba en el corazón social y político de Andalucía”, ha dicho el Presidente del Consejo Social de la Universidad de Málaga, Juan de Dios Mellado.

Y esa “hospitalidad y categoría histórica” de la que ha hablado en la inauguración el alcalde del municipio, Manuel Barón, y que tuvo su ciudad en aquel 1978 sirvió para que ahora el nombre de Antequera quede siempre ligado a ese momento fundamental para la historia

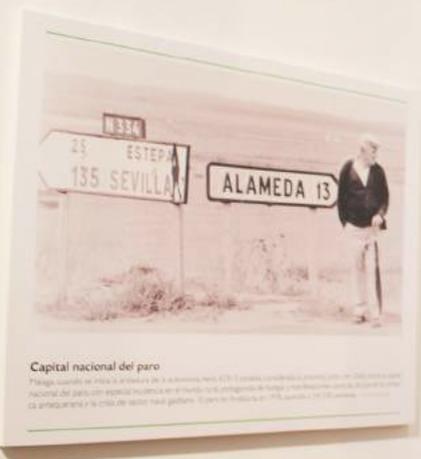


de lo que hoy conocemos como comunidad autónoma andaluza.

La exposición pretende hacer conscientes a la Antequera de ahora de qué significó esa reunión, ha dicho Mellado, y de la que no tuvieron constancia muchos antequeranos en la mañana “lluviosa y triste” del 4 de diciembre de 1978 como reza en su descripción otra fofo de Juliá que puede verse en la muestra. Fue cuando el alcalde de entonces, José María González, pidió para



su ciudad la capitalidad de Andalucía. Un reconocimiento en el que también creía Plácido Fernández Viagas, cuya imagen ha estado proyectada en todo momento en la inauguración de la muestra a modo de homenaje, al padre de la autonomía.



ENTRADA DONATIVO: 4€

1^{er} CONCURSO NACIONAL DE DIORAMAS DE PLAYMOBIL CIUDAD DE ANTEQUERA

Del 1 de noviembre al 7 de enero

GRAN EXPOSICIÓN DE DIORAMAS

SANTA CLARA | SAN JUAN DE DIOS | SAN ZOÍLO



WWW.PLAYMOBILANTEQUERA.ES



AVENTURA
SOLIDARIA ANTEQUERA



PATROCINAN



Fundación
Unicaja



SERAINANT
Asociación de Ayuda a Distinguido



ANTEQUERA
Dirección de Turismo



IMPRIME:





Foto: Fernando del Pino

LOS DÓLMENES MIRAN A LA PEÑA

Los Dólmenes miran a la Peña, es lo que ha hecho al conjunto megalítico antequerano único en el mundo y desde hace unas semanas lo hacen sin la reja que ha estado 132 años en la puerta del dolmen de Menga.

El gigante dormido que despertó la admiración y curiosidad de los habitantes de la zona hace 6.000 años ya se puede ver desde el interior del dolmen con total claridad. La puerta fue colocada en 1886 coincidiendo con su declaración como Monumento Nacional por el rey Alfonso XII

y ahora ha sido desmontada, al igual que en el dolmen de Viera.

La idea fue aplaudida en redes sociales y la nueva imagen ha sido compartida en cientos de estados, símbolo del hecho diferenciador más potente que ha hecho merecedor al Sitio de los Dólmenes como patrimonio de la humanidad. Días en los que además el Ayuntamiento de Antequera ha aprobado el plan especial que protegerá el entorno de los Dólmenes de Antequera. Esto supone restringir el desarrollo urbanístico de la



Foto: Pedro Serrano

zona con unos parámetros que no interfieran en este espacio monumental Patrimonio Mundial. El espacio sigue envuelto en un proceso de transformación



de Málaga a través de la Facultad de Turismo se ocupe de la redacción del plan para la gestión de los recursos turísticos en torno al sitio de Los Dólmenes, que junto con La Peña de los Enamorados y El Torcal de Antequera son sitios inscritos en la lista de Patrimonio Mundial de la Unesco desde 2016 y que contempla todo el entorno turístico.

continuo de cara a cumplir con los requisitos que ICOMOS puso antes de examinar de nuevo el conjunto megalítico. Tareas que supervisa el consejo consultivo del conjunto dolménico –en el que está representado el

Ayuntamiento, la Junta de Andalucía, la Universidad de Málaga, empresarios y particulares del entorno de los sitios– y que ha mantenido en Antequera su segunda reunión. En ella se acordó que la Universidad

Mientras, continúan las obras del futuro museo y ya se han hecho trabajos de señalización y mejoras de accesibilidad en un entorno único en el mundo. Los Dólmenes ya vuelven a mirar a La Peña.

anibed'sario
¡ven a celebrarlo!

ofertas especiales



ANTEQUERA

C/ Santa Clara, 4 (Junto a Pza. de Abastos)

T. 952 700 497





EL PASADO FERROVIARIO DE BOBADILLA ESTACIÓN

Hace ya 153 años que el primer tren llegó a Bobadilla Estación, un hecho que marcó para siempre el devenir de la entidad local autónoma y que sus vecinos han recordado ataviados como aquellos habitantes del siglo XIX.

Una curiosa iniciativa que ha reunido a todos los habitantes y promovida por la Asociación El Raspilla que además conmemora con su nombre a aquel viejo tren que había el trayecto Antequera y Bobadilla-Estación en los años 60 y 70 y servía para conectar las dos poblaciones. "Yo por ejemplo recuerdo como a los

jóvenes nos servía para ir a estudiar al instituto", asegura la presidenta del colectivo, Juana Alarcón.

Un pasacalles con una banda, una exposición de trajes de la época, puesto de venta y un teatro y una gran maqueta que simula la estación de hace 150 años, han sido algunas de las actividades realizadas.

"Durante este día todos los vecinos disfrutaron y se trasladan a finales del siglo XIX como en mi caso que me visto como maquinista", detalla Alarcón quien explica que cuando se cumplieron



los 150 años de la llegada del primer ferrocarril se creó esta asociación para recordar el pasado de la entidad local y rememorar su historia siempre ligada al sonido de ida y venida del tren.

VII MEDIA MARATÓN y CARRERA 10 kms

Ciudad de Antequera

PASEO REAL

20 de enero 2019

a las 10:00 h



Auto Dólmenes

www.autodolmenes.com



INSCRIPCIONES

www.fedatletismoandaluz.net

INFORMACIÓN

Patronato Deportivo Municipal

Tel.: 952 70 81 45



ANTEQUERA
Ciudad de la Juventud





HIZO UNA FOTO DIARIA DE SU CLICK DURANTE UN AÑO

El fotógrafo y empresario antequerano Miguel Bueno ha logrado el reto: publicar cada día durante un año una foto de su click en diferentes escenarios de la ciudad del Torcal. Hoy relata anécdotas relacionadas con un año en el que lo que empezó como un juego divertido se convirtió en una aventura que le ha llevado a triplicar el número de seguidores en sus redes sociales.



REPRESENTARÁ A MÁLAGA EN EL MISS 'TALLA GRANDE'

Rocío Sánchez dirá hoy su talla, su peso y su edad ante las cámaras de la televisión local. Y no tendrá pudor. Ella representa al movimiento 'curvys' en Antequera, que reivindica la belleza de la mujer de talla grande. Además, ha sido seleccionada para defender a Málaga en el certamen Miss Curvys 2018, tras superar la prima fase provincial.



ASÍ VEN EL FUTURO LOS COMERCIANTES DEL MERCADO

Miguel Palomo, representante del colectivo de empresarios que prestan servicio en el antiguo Mercado de Abastos de Antequera dará cuenta de los retos a los que se enfrenta el mercado tradicional antequerano ante las grandes superficies y las nuevas tecnologías.



PEDRO ALBA, EMBLEMA DE LA CONTRACULTURA

El artista performance Pedro Alba, organizador del controvertido espectáculo representado en Antequera hace unas semanas, Improvis Antequera, visita el plató de Las 4 Esquinas y da cuenta de su historia personal en la que pasó de ser agente de la Guardia Civil a emblema de la



VALORACIÓN DE LA CAMPAÑA OLIVARERA

El delegado de Agricultura, Francisco Javier Salas, valora el inicio de la campaña olivarera y el proceso de protección mediante una indicación geográfica protegida para el mollete de Antequera que tramita la Consejería de Agricultura de la Junta de Andalucía.

SIMPLEMENTE PAPAS FRITAS

EL TIO LAS PAPAS

ELABORACIÓN, ENVASADO Y DISTRIBUCIÓN DE PATATAS Y APERITIVOS

Polig. Ind. Sierra de Yeguas
C/ Sabadell, nº 8 - 29328
Sierra Yeguas · Málaga (España)

952 74 65 71
www.eltiodelaspapas.com

JAPÓN EN VILLANUEVA



La localidad de Villanueva de la Concepción acoge la IX Muestra de Otoño de Bonsáis en la que más de una veintena de ejemplares con más de 50 años ya se pueden observar.

La exposición, que nace de la iniciativa de la Asociación de Bonsáis de Villanueva de la Concepción, es una de las más destacadas de la provincia según informó su presidente, Sebastián Luque, pues cuenta "con bonsáis que algunos de ellos serán expuestos en la muestra nacional que tendrá lugar la próxima semana en Madrid, de ahí la calidad de los ejemplares que se pueden contemplar".

Para el presidente de la asociación, el objetivo de dicha muestra "es que las personas se acerquen a esta muestra y pueden contemplar los mejores ejemplares y les anime a tener sus propios bonsáis y se continúe con esta afición" que suele pasar

La muestra expone varios de los mejores ejemplares de Andalucía

de padres a hijos, pues para conseguir un bonsái de alta calidad éste debe superar los 40 años de cultivo.

Este año además, ha acudido la empresa Bonsái Granada que ha organizado un mercadillo con una exposición de venta de bonsáis de todas las edades y precios, así como utensilios para el cuidado y una muestra sobre como tratar a los bonsáis que tendrá lugar hoy a las cinco y media de la tarde a cargo de la profesora Mari Carmen Mula Sánchez. El gerente de dicha empresa, Agustín Puertas, indicó que "la idea es que la gente se vaya aficionando y por ello aquí traemos descuentos sobre los precios de los productos que vendemos en tienda". La muestra se inauguró en la tarde del viernes y se

podrá visitar hasta mañana domingo en horario de diez de la mañana a dos de la tarde y de cinco de la tarde a nueve de la noche en la Sala de Exposiciones del Ayuntamiento de Villanueva de la Concepción.





DRUSO MAIOR

PUBLICIDAD

ARTÍCULOS PUBLICITARIOS Y REGALOS PARA EVENTOS

C/ Ciudad de Ávila, 13
Urb. La Quinta · ANTEQUERA
952 70 65 18 - 952 70 13 77


www.drusomaior.es





EL TEMPRANILLO, EL BANDOLERO ANDALUZ



Dicen las referencias históricas que su nombre le viene de lo pronto que tuvo que huir de la justicia, con solo 15 años. José María "El tempranillo" pasó ya su adolescencia entre los montes de Sierra Morena para sobrevivir después de matar a un hombre en la romería de San Miguel de 1820.

Los retratos de la época le pintan como un personaje de poca estatura, fuerte y con penetrantes ojos grises.

Vestía con una chaqueta fina y camisa de algodón, y entre su faja siempre llevaba dos pistoles y dos navajas. Y así, lo recordaron en la localidad de Alameda en una recreación histórica de esta figura que llegó con solo 20 años a tener su propia banda y dominar toda la zona montañosa, todos los que por allí pasaban debían vérselas con él. Fue en esta misma localidad donde murió con tan solo 28 años fruto de una emboscada de un antiguo

compañero que le disparó mortalmente. A pesar de su corta vida dejó detrás una leyenda que aún recuerdan en esta zona de la provincia y que recrean recordando cómo El Tempranillo era especialista en el asalto a diligencias reales, y a pesar de todo entre las gentes del lugar era conocido como el "bandido bueno".

Un bandolero que repartía lo que robaba entre sus compañeros.



JUANMA LARA Y ANTONIO SALAZAR, PREMIOS ARCHIDONA



Ya se puede decir que los actores Juanma Lara y Antonio Salazar son profetas en su tierra, tras recibir el premio Archidona Cinema 2018. Los actores malagueños recibieron en todo momento el cariño y afecto de sus familiares y

paisanos. «Ésta es dura y llena de contrariedades, en la que una noche duermes en un hotel de cinco estrellas y otras en el sofá cama de un amigo», dijo Salazar conocido por sus papeles recientes en Águila Roja o La que se avecina. Por su parte, Juanma Lara con la

presencia de su hermana y de compañeros de instituto con los cuales realizó su primera obra de teatro, puso la nota de humor al manifestar: «Creo que este tipo de reconocimientos se debería de hacer a muchas personas; maestros, cocineros...

Algámitas
aventura

Senderismo
Rutas en Btt y Caballo
Granja Escuela
Tiro con Arco
Escalada y Piragüismo
Paintball
Multiaventura
Pádel y Minigolf
Super tirolina de 130 m
Rutas en bicicleta
Iniciación vías de escalada
Taller de pan y jabón

955 85 53 00
608 21 89 27

www.algamitasaventura.es

Complejo Turístico de Montaña. "El Peñón"
Crta. Algámitas-Pruna, Km. 3.5
41661 Algámitas (Sevilla) España

Jueves 1 Noviembre al 7 de enero 2019

I Concurso Nacional de Dioramas de Playmobil

Centro Cultural Santa Clara, San Juan de Dios, iglesia de San Francisco. De lunes a viernes de 16 a 20 horas (24 y 31 de diciembre cerrado). Sábados, domingos y festivos de 10 a 14 y de 16 a 20 horas

I Concurso Nacional de Fotografía "Fotoclicks". MAD

De martes a domingos de 10 a 14 y de 16 a 20,30 horas. 24 y 31 de diciembre de 10 a 14 horas (25 de diciembre y 1 de enero cerrado)

Minidioramas temáticos

Museo de la Ciudad de Antequera, acceso gratuito a la planta baja con entrada playmobil, entrada reducida resto del Museo 1 euro. Horario.

De martes a viernes de 10.00 a 14.00 y de 16.30 a 18.30 horas. Sábados de 10.00 a 14.00 y de 16.30 a 18.30, domingos de 10.00 a 14.00 horas. Lunes y días 24, 25, 31 Diciembre y 1 y 6 de Enero cerrado.

Oficina de Turismo en Calle Encarnación, De lunes a sábado y festivos de 9.30 a 19.00. Domingos de 10.00 a 14.00 horas.

y Centro de Visitantes del Conjunto Dolménico.

De martes a sábado de 9.00 a 18.00 horas. Domingos, festivos y vispera de festivos de 9.00 a 15.00 horas. Lunes, 24, 25, 31 Diciembre y 1 y 6 de Enero. Cerrado.

Exposición de Miguel Bueno 'Proyecto 365'. En Coso Viejo y Plaza Castilla.

Monumental Belén de Playmobil.

Museo de Belenes de Molina. (Desde el 22 de noviembre al 28 de febrero). De martes a viernes de 10 a 14 horas y de 16 a 19,30 horas. Fines de semana y festivos, de 10 a 20 horas. Lunes, entrada libre de 16.00 a 18.00 horas. Entrada general 6 euros, mayores de 65 años 4 euros, niños de 3 a 12 años 3 euros, entrada única a belén de playmobil 1 euro.

9 noviembre

La exposición "La balsa de la medusa, alegoría de una salvación", de Paco Cabello de Cuevas Bajas se puede visitar en el El Centro Unicaja de Cultura (CUC) hasta el próximo 9 de noviembre en horario de 17:00 a 20:00 horas.

1 noviembre

La sevillana Gloria Lomas llega al MAD de Antequera con su exposición "Peluquería sumergida" disponible hasta el 9 de diciembre. La visita se puede realizar en horario de mañana de 10:00 a 14:00 y también de tardes de 18:00 a 20:30 horas.

1 noviembre 7 de enero

De martes a domingo de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:30 horas, excepto 25 de diciembre y 1 de enero; y el 24 y 31 de diciembre de 10:00 a 14:00 horas el MAD de Antequera acogerá el Concurso Nacional de Fotografía "Fotoclicks".

1 noviembre 7 de enero

La plaza del Coso Viejo será escenario durante estos días de la exposición de Miguel Bueno titulada 'Proyecto 365'.

16 noviembre

En el Día del Patrimonio Mundial se realizará una visita comentada a la Sala I y Sala II del Museo de Antequera y muestra del documental 'La Revolución Neolítica' con sesión de mañana y tarde.

Del 23 de noviembre al 7 de diciembre

Durante esta fecha, la sala de Exposición Sala de Exposiciones Antonio Montiel acogerá las fotografías del Concurso de Singilia Barba 'La discapacidad desde tu objetivo'. Unas fotografías con la visión particular y artística de la discapocidad.

1 noviembre 7 de enero

De lunes a viernes de 16:00 a 20:00 horas y sábados, domingos y festivos de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00 horas se podrá visitar el Centro Cultural Santa Clara, San Juan de Dios, la iglesia de San Francisco, una de las actividades centrales de la Navidad y el I Concurso Nacional de Dioramas de Playmobil.

1 noviembre 7 de enero

El Museo de la Ciudad de Antequera, Oficina de Turismo y Conjunto Dolménico instalarán diferentes minidioramas temáticos que se podrán visitar de martes a sábado de 10:00 a 14:00 y de 16:30 a 18:30 horas, así como los domingos de 10:00 a 14:00 horas.

11 noviembre

A las 18:30 horas tendrá lugar el espectáculo musical 'La Flauta Mágica' a cargo de la compañía Teatro del Arte con Diego y Jose Antonio Morales es a beneficio de la Cofradía de la Soledad y sus entradas se pueden adquirir en taquilla o en el Teatro Municipal Torcal.

4 Noviembre Villanueva del Rosario

12.30 en la Plaza Nueva del Saucedo, espectáculo a cargo de Dúo Fitness: Manolo Carambolas, parte de CIRKORAMA, Festival Teatro Circo de Málaga.

2 noviembre Ardales

La localidad volverá a inundar sus calles con el Certamen de Teatro Villa de Ardales que celebrará su decimosexta edición en el Centro Cultural Villa de Ardales. El día 2 tendrá lugar la obra de teatro 'La Dama Duende' por Loyola Teatro de Córdoba a las 20:00h.

4 noviembre Campillos

El municipio acoge la Feria del Jamón. Durante este día, los comercios abrirán sus puertas para poner a disposición de los miles de visitantes toda la oferta comercial de la que dispone el municipio.

4 noviembre Villanueva de Algaidas

'III Prueba cicloturista BTT' de 40 kilómetros de distancia con salida desde el campo de fútbol Cesar Martín desde las 9:00 horas y con un precio inscripción 10 euros a través de la web dorsalchip.es.

10 noviembre Humilladero

Celebración de la novena edición de la Ruta de la Tapa conocida bajo el nombre de "A Tronchamanchón".

10 noviembre Villanueva de la Concepción

Il Verbena a beneficio de la Asociación de Voluntarios de Oncología Infantil (AVOI). La cita solidaria será en la Plaza de Andalucía.

Arrancamos el día con una ruta de senderismo por el Camino de Santiago, por la falda de El Torcal, con nivel bajo y medio. A las 14:00 horas comienza la fiesta con la Charanga Salchipapas.

Contaremos a lo largo de la tarde con verdiales, baile y copla. La Orquesta Elegidos y el grupo PopFM pondrán el broche final a esta fiesta!

10 noviembre Ardales

20.00 XVI Certamen de Teatro Villa de Ardales en el Centro Cultural Villa de Ardales. "El tonto es un sabio" por MM Teatro de Sevilla.

11 noviembre Campillos

Una nueva edición de la Feria del Jamón tendrá lugar un año más en la localidad.

Durante todo el día habrá puestos con raciones de jamón a tres euros y multitud de actividades para todas las edades.

11 noviembre Cuevas del Becerro

A partir de las 10.30 horas, Jornada de Arbolada en el Nacimiento. Puesta en valor natural del paisaje, ruta de las fuentes y medio rural. Incluye dinámica de lucha contra el cambio climático y almuerzo. Celebración de la actividad hasta las 15.45 horas.

16 de Noviembre Ardales

20.00 XVI Certamen de Teatro Villa de Ardales en el Centro Cultural Villa de Ardales. "Peces desorientados" por Áriba Teatro, de Ribarroja de Turia.

17 noviembre Villanueva de Algaidas

Apertura 20.30 / Comienzo 21.30 horas. Sexto encuentro de tríos de carnaval. Con Rafael Aranda "Taleguilla", Los tirantitos y Sabina Sánchez. En el Centro de Asociaciones. Entradas anticipadas 8 euros, en taquilla 10 euros, socios gratis. Aforo limitado. Habrá servicio de barra y comida a la plancha. Organiza Asociación Carnavalgaidas con la colaboración del Ayuntamiento de Villanueva de Algaidas..

30 de Noviembre Ardales

20.00 XVI Certamen de Teatro Villa de Ardales en el Centro Cultural Villa de Ardales. "La razón de la sinrazón" por Batán Teatro, de Málaga.

22 Noviembre 28 febrero Mollina

El Museo de Belenes de Mollina acogerá un belén de Playmobil de martes a viernes de 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 19:30 horas y los fines de semana y festivos de 10:00 a 20:00 horas. La entrada será gratuita.

2 de diciembre Sierra Yeguas

I Trail Sierra de los Caballos en #SierradeYeguas. Organizan Club Deportivo Ciclista Serrabike MTB y Ayuntamiento de Sierra de Yeguas. Recorrido de 21 km. Salida y llegada en la Plaza de Andalucía. Inscripción 18 euros en dorsalchip.es

Del 5 al 8 de diciembre Campillos

Vuelve el Concurso Internacional de Piano en su décimo segunda edición. El salón de actos del IES Campillo acogerá este concurso que traerá grandes pianistas tanto nacionales como internacionales.

EN GRUPO CASA DIEGO YA ESTÁ LISTOS PARA LA NAVIDAD

Nos acercamos a la Navidad y con ella a las tradicionales cenas de empresas, desde el Grupo Casa Diego, formado por los establecimientos Mesón Casa Diego en Calle Merecillas 14, Cervecería Casa Diego en calle Ciudad de Salamanca 30, en la Urbanización la Quinta; y la Cafetería-Restaurante El Mercado en el ala sudoeste del mercado de abastos de Antequera, ponen a disposición de los clientes sus instalaciones para la celebración de comidas de empresa o cualquier otro evento.

Este equipo cuenta con amplios salones, patio acondicionado y terrazas exteriores, acondicionados y preparados para cualquier ocasión y, como novedad, han diseñado nuevas cartas para la temporada Otoño - Invierno e incluido menús para que pueda elegir el que más se acomode tanto a su presupuesto como a sus preferencias gastronómicas.

Sus propuestas van desde la cocina mediterránea



y tradicional, hasta las especialidades en carnes y pescados a la brasa (disponible en Mesón Casa Diego y Cervecería Casa Diego), así como la oferta en marisco fresco en todos sus establecimientos.

Además, gracias a su equipo de grandes profesionales, recomiendan una amplia variedad de productos de primera calidad como el Pulpo, el Atún, el Lagarito Ibérico o el Entrecot de Retinta,

platos que al carbón ofrecen un sabor y textura para deleitarse saboreándolos. Pero sin olvidar uno los platos estrella de esta casa, el Bacalao Mozárabe que por sus ingredientes y cocinado ofrecen un sin fin de aromas y sabores, siendo una experiencia gastronómica única.

Las reservas: Casa Diego 952 84 37 07; Cervecería Casa Diego 951 23 55 16; y El Mercado: 952 84 59 26.



ALACANT, PREPARADOS PARA LA NUEVA TEMPORADA



En Heladería Alacant siempre saben por lo que apostar, durante más de 30 años, han sabido qué ofrecer al cliente para llamar su atención, por eso recientemente añadieron un nuevo proyecto a su ya conocida amplia gama de helados. Una nueva idea de negocio que cada vez gana más adeptos, una cafetería en pleno centro de Antequera, en la Alameda de Andalucía número ocho, que abre de lunes a domingo en horario de nueve de la mañana hasta cierre.

Un lugar idóneo donde disfrutar esta nueva temporada, otoño e invierno, con manjares de calidad a un módico precio. En Heladería



Alacant han ampliado su oferta y ahora disponen de desayunos y meriendas con crepes, gofres, napolitanas, croissant, pasteles con nata y crema, una amplia variedad disponible también para los intolerantes al gluten o a la lactosa. Pero tampoco hay que olvidar a los no tan golosos porque el auténtico mollete antequerano también se

puede degustar en heladería Alacant, acompañado de un aromático café. Productos de primera calidad para empezar la jornada con energía y para continuar tu ritmo de vida en un lugar donde pasar los días más fríos que ya están por llegar. Además, los amantes de los helados seguirán encontrando aquí una gran variedad de helados.

637 176 058 arca.del.torcal.org

facebook  twitter 



ASOCIACIÓN PROTECTORA DE ANIMALES
ARCA DEL TORCAL
COMARCA DE ANTEQUERA

www.arcadeltorcal.org

Lía



Maryann



Selva



Rocky



ESTÁN EN LA PERRERA, SI QUIERES ADOPTAR ALGUNO LLÁMANOS, ¡¡¡TE ALEGRARÁS!!

EL GRUPO ANTEQUERA GOLF APUESTA POR EL TURISMO NUPCIAL

Más de medio centenar de parejas de diferentes puntos de la provincia de Málaga visitaron el stand expuesto por el resort organizador de eventos en la Feria de Bodas, con la intención de conseguir la máxima información de las múltiples posibilidades que tiene el Hotel Antequera, Campo de Golf y La Magdalena para la organización de bodas en sus espacios interiores y exteriores, además de su nuevo servicio de catering.

“Ha sido todo un acierto asistir a esta cita del turismo nupcial, ya que son cada vez más las parejas que nos visitan, siendo cada cónyuge de una provincia diferente de Andalucía. Nuestra situación geográfica es un punto muy atractivo para los novios, y aspiramos a convertirlo en el lugar ideal para dar el -sí, quiero-. Además, esta feria nos ha servido para promocionarnos aún más en el sector

LGBT, que nos abrirá aún más puertas en la organización de este tipo de eventos”, dice el equipo de events planner que recuerda que el 11 de noviembre, ya están preparando la ya tradicional Jornada de Puertas Abiertas en las instalaciones de Antequera Golf, con la intención de explicarles a los novios “in situ” las ventajas que tendrán si se casan en sus instalaciones. La labor de Grupo Antequera Golf les ha reportado diferentes reconocimientos y premios por su trabajo en la organización de bodas. Los últimos galardones recibidos han sido el de “Exellence 2018”, otorgado por la prestigiosa empresa nacional TodoBoda, que además ha seleccionado al Hotel Convento La Magdalena entre los diez mejores hoteles en



Málaga para la celebración de un enlace matrimonial. Un reconocimiento que se suma a los que ya tenía este complejo turístico, como el sello de Oro de Bodas.net. Además, el Grupo Antequera Golf se posicionó en el mercado francés con la presentación de la oferta turística en la feria ‘IFTM Top Resa de París’. Aprovechando el lugar estratégico que Antequera tiene, hicieron del Hotel Antequera Golf y del Hotel Convento La Magdalena un enclave.



LOS CLICKS INUNDARÁN ANTEQUERA

Se instalarán nueve espacios donde coleccionistas expondrán para el I Concurso Nacional de Playmobil desde el uno de noviembre



El Ayuntamiento de Antequera organiza, con el apoyo de la Diputación de la Málaga y de la Asociación Española de Coleccionistas de Playmobil (Aesclick), el I Concurso Nacional de Dioramas de Playmobil, que reunirá cuatro dioramas de 34 metros cuadrados y cinco de 20 metros cuadrados realizados por coleccionistas de todo el país. Los montajes se expondrán en las iglesias San Juan de Dios y San Zoilo

y en el centro cultural Santa Clara, donde podrán visitarse del uno de noviembre hasta el siete de enero de 2019.

Para conmemorar esta primera edición del concurso, la organización ha creado 12 figuras playmobil personalizadas que representan a conocidos personajes antequeranos, como 'El Capitán Moreno', Acilia Plecusa, Cristobalina Fernández de Alarcón o

Fernando I de Aragón. Exposiciones, encuentros y hasta una muestra en el Museo de Beles completan el que se convertirá en el gran evento del invierno. Las entradas, a un precio total de cuatro euros, se destinarán a proyectos de interés social a través de la Asociación Aventura Solidaria, que además pondrá a la venta las figuras por un precio de 7 euros en su tienda benéfica del Edificio San Juan de Dios.



TALLER EL RAYO

Pol. Inds. Las Viñas - C/ Doradilla 27
Autovía A-92 Salida 142 · Mollina(Málaga)
952 74 79 61 · 696 313 415

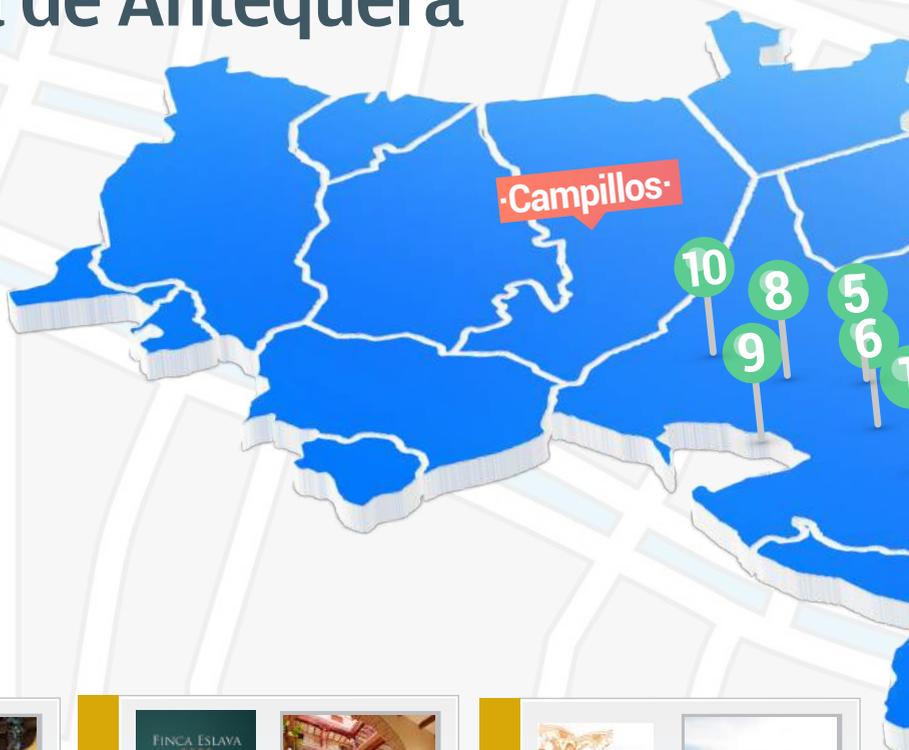
**PULIDO DE FAROS
DELANTEROS
+ CAMBIO DE
ACEITE**

desde 80€



Reparación de chapa y pintura - Mecánica en general

Los Restaurantes más recomendados de la Comarca de Antequera





Mesón Casa Diego
Calle Mercillas, 14
Antequera
952 84 37 07



1 Las mejores carnes, verduras y pescados a la brasa

Celebra tu evento con nosotros, nos adaptamos a tus gustos. Gran variedad de tapas. Menú diario de lunes a viernes.



Hotel Finca Eslava
Ctra. Córdoba - Málaga
km 123 - Antequera
952 84 49 34



3 Relájate y disfruta en nuestras instalaciones exclusivas

Ambientes y espacios únicos pensados para su absoluto descanso. Disfrute del confort y el bienestar en un entorno exclusivo.



Hotel La Magdalena
Urb. Antequera Golf
Antequera
951 06 03 52



5 Un hotel de cinco estrellas en un entorno privilegiado

Ubicado en un antiguo convento del siglo XVI, dormir aquí es un auténtico lujo y una experiencia que no puedes perderte.



Pub Stadium
C/ Calzada Nº 1
Antequera - Málaga
952 73 96 08



2 Café con amigos, copas, fiestas con regalos, partidos de fútbol

Visítanos en Pub Stadium para tomar un café con tus amigos o por la noche para tomar una copa. También puedes ver el fútbol con nosotros.



Hotel El numero uno
C/ Lucena Nº 40
Antequera - Málaga
952 84 31 34



4 Parrillada ibérica para dos más botella de rioja de la casa de 20 €

Si tienes ganas de una parrilla de carne de calidad acompañada de un buen vino, visítanos.



Telepizza Antequera
C/ Infante Don Fernando 41
Antequera - Málaga
952 70 20 48



6 Pizzas con masa fresca e ingredientes naturales

El Secreto Del éxito De Telepizza es por todos conocido. Unas pizzas únicas e inimitables.



Restaurante Plaza de Toros

Plaza de Toros Antequera
Telf. 951 46 93 33



Gastronomía antequerana y nacional

La extensa y completa carta del restaurante Plaza de Toros resume la tradición culinaria.

7



Restaurante Campo de Golf

Urb. Antequera Golf Antequera



Almuerzos en horno de leña en plena naturaleza

Con unas vistas espectaculares al campo de golf, a los pies del Torcal de Antequera y con comida tradicional andaluza y en horno de leña.

9



Cafetería - Gastro-bar Di Zoco

C/ Infante, 44 Antequera
608 24 12 28



Comida casera tradicional con un toque moderno

Algunas de nuestras especialidades son croquetas de espinacas y piñones y hummus.

8



Área de Servicio La Peña - Meson El Puente

Enlace A92- Salida km 160 Archidona
Telf. 655 60 24 12



Disfruta de la buena comida en un entorno privilegiado

Especialistas en carnes a la brasa, disponemos de salón para reuniones de empresa y celebraciones.

10



Restaurante El Canal

Ctra. Antequera - Campillos km 155
952 03 13 37



Somos especialistas en todo tipo de celebraciones

Disponemos de varios salones, amplio catálogo de servicios, instalaciones cuidadas al detalle. Pásate a conocernos.

12

DEL DRAMA A LA SOLIDARIDAD

Después del temporal se abre la puerta a un sinfín de historias donde las pérdidas materiales se

hacen incontables: muebles, electrodomésticos, vehículos y las pertenencias de toda una vida anegadas por las fuertes

lluvias a las que se han visto expuesto los vecinos de los pueblos de la comarca de Guadalteba



“MI BAR, LLENO DE BARRO”

“Esto estaba todo embarrado, todo el comedor”, explica la propietaria de un bar, María José Mesa.

La noche del sábado el agua anegó por completo el municipio de Campillos y en Bar la Bodega vieron como poco a poco el agua comenzó a subir, dejando más de 50 centímetros sobre el suelo. Losas levantadas, barro en las paredes y mesas y sillas amontonadas en el salón principal. El sótano del establecimiento se ha

perdido en su totalidad, desde comidas, bebidas, hasta congeladores y neveras. María José Mesa, propietaria, a todo lo anterior suma la pérdida del suministro eléctrico que no se podrá restablecer hasta que la zona esté limpia en su totalidad. Más de diez personas formaron el domingo un dispositivo para ayudar a la familia que tiene

arrendado este bar y que aún trabaja por concluir las labores de limpieza y poner punto y final a este infernal fin de semana. “Esto estaba horrible, aquí lo hemos pasado muy mal”, explica una de las trabajadoras que ha vivido de primera mano las tareas de limpieza, la joven empresaria de la localidad del Guadalteba.

“LO HEMOS PERDIDO, TODO”

La familia Pation quedó a merced de la caridad del pueblo después de que la riada asolará su casa en Teba

En Teba, la situación vivida fue similar a la de Campillos. La familia Pation llegó recientemente a la localidad ha perdido su casa, su coche y la mayoría de sus pertenencias. “No tienen nada, lo han perdido todo, le han mandado ropa, una cuna y le hemos ofrecido una casa en mi vecindad”, explica el

concejal, Ismael Castellero. Esta historia es la muestra de la solidaridad del pueblo tebeño que, aunque ha conocido a esta familia a consecuencia de las fuertes precipitaciones, no han dudado en ayudar y volcarse con ellos por completo. Continúa así un fin

de semana donde las fuertes precipitaciones han acabado con grandes pérdidas y con una situación devastadora, ahora llega el momento de trabajar, continuar y seguir adelante.



CERVECERÍA CASA DIEGO

**CARNES, PESCADOS Y
VERDURAS A LA BRASA
MENÚS DIARIOS**

APARCAMIENTO FÁCIL Y TERRAZA

**URBANIZACIÓN LA QUINTA | CALLE CIUDAD DE
SALAMANCA 30 | TELF.: 951 23 55 16**



“SÓLO PENSABA, EN MI HIJO”

“Al final te da igual lo que pierdas... lo único que quería, que mi hijo de 18 años volviera a casa”

Para la familia gerente de Electricidad Garnica Anaya, EGA, la situación no fue mejor ya que han perdido su negocio casi en su totalidad. Desde el domingo comenzaron las tareas de limpieza, pero los daños son incontables

en estos momentos porque aún continúan cuantificando pérdidas. “La limpieza no sirve de nada porque son cosas de electricidad, solo conseguimos subir dos máquinas de aire acondicionado, pero ni las bombas, ni los motores, ni las máquinas...”, explica

Puri Muñoz. Pero, aunque las pérdidas materiales son graves, no son nada comparadas con la noche que vivió el pasado sábado y es que, a su hijo de 18 años las lluvias le pillaron en el parque de la localidad. “Sólo quería que regresara”.



“LOS COCHES, ESTÁN FLONTANDO”

“Me dijeron; los coches están volando”, explica Amalia Ruiz que al principio no se lo creía

“Lo peor de todo es esto”, así recibe Amalia Ruiz, vecina de Campillos, a esta revista mientras traslada hasta la parte interior de su casa para mostrar los daños del temporal. Una familia que el sábado se encontraba en casa de su hija en Málaga y

que, en un primer momento cuando la llamaron y le contaron la situación que vivía la localidad no se lo creía. “Pensé que era broma, porque me dijeron los coches están volando y pensé esto no puede ser, pero llamé a mi vecina y me dijo que sí”,

reconoce. Las llamadas no cesaron durante la noche del sábado y la mañana del domingo para esta familia, cuando llegaron a casa se encontraron una realidad difícil de ver, el agua había calado en su vivienda y el barro se dejaba ver.

EL NUEVO PARQUE DE BOMBEROS LLEVARÁ EL NOMBRE DE JOSÉ GIL



El parque de bomberos de Antequera vivía un emotivo minuto de silencio en homenaje a José Gil Gutiérrez, bombero antequerano fallecido en el operativo desplegado a causa del

gran temporal que azotó la comarca. Compañeros y representantes institucionales, así como de otros cuerpos de seguridad acudieron al lugar de trabajo de José Gil,

casado y con dos hijos. Todos sus compañeros recordaron su entrega y especialmente su vocación, siempre había querido ser bombero y llevaba trabajando desde la fundación del consorcio.

DECENAS DE VOLUNTARIOS SE VUELCAN CON BOBADILLA ESTACIÓN

La Entidad Local Autónoma de Bobadilla Estación sigue trabajando para recuperar la normalidad tras el azote de un temporal que afectó a casi el 90 por ciento de las viviendas de la ELA y convirtió el colegio, el consultorio y las calles en un

auténtico lodazal. Tareas que comenzaron el domingo, tras la tormenta, con la llegada de 16 máquinas y más de 30 operarios a los que se sumaron también vecinos y voluntarios. Los daños se cuantifican en 600.000 euros.



Σj

ΣΥΓΕΝΙΟ JIMÉNEZ
PELUQUEROS

PELUQUERÍA
MASCULINA DE AUTOR

TODA LA CLASE Y ESTILO
QUE TU TE MERECE

AVENIDA DE LA LEGIÓN 5
CITAS: 699 96 20 71

REIVINDICAN LA DECLARACIÓN DE ZONA CATASTRÓFICA

Los vecinos de Teba y Campillos han hecho encierros y movilizaciones para reivindicar la declaración de zona catastrófica y recibir las ayudas necesarias para reconstruir sus municipios. Campillos ha calculado que los daños pueden ascender a los 40 millones

de euros a los que se suman un millar de viviendas afectadas, 500 vehículos y kilómetros de camino, además de instalaciones y edificios públicos. En Teba las previsiones hablan de más de 15 millones de euros en daños, además de 250 vecinos afectados.



CAMPILLOS DESPIDE ENTRE APLAUSOS A LOS AGENTES DE LA UME

Una cadena humana por las calles de Campillos fundida en un largo aplauso. Así despidieron los vecinos del municipio malagueño a los más de 200 agentes de la Unidad Militar de Emergencias

(UME) que estuvieron en la localidad ayudándoles en las labores de limpieza. Un gesto que denominaron desde el Facebook de la UME como un "regalo que nos ha llegado al corazón".



PÉRDIDAS DE MÁS DE CINCO MILLONES DE EUROS EN LAS EXPLOTACIONES SERRANAS

En Sierra de Yeguas los daños afectan especialmente a las explotaciones agrícolas y ganaderas y su reparación se traducirá en una cuantía superior a los 5 millones de euros, según explicó el alcalde de la localidad, José

María González. Y en Ardales la zona de Las Viñas, con una decena de familias, quedó totalmente aislada tras la desaparición del puente de Bobastro que además es uno de los accesos al Caminito del Rey.



LUTOS DE MARÍA EN ANTEQUERA

Con motivo del mes de noviembre, la mayoría de las Sagradas Imágenes pertenecientes a hermandades

de la ciudad de Antequera se visten de luto con motivo de la conmemoración de los Fieles Difuntos. Adjuntamos

fotografías de cómo se encuentran algunas de las imágenes de María de Antequera.



Aquí Hogar
Antequera

SE APROXIMAN LAS FIESTAS NAVIDEÑAS
y su tradición de las cestas de Navidad

Obsequia a tus empleados, clientes o seres queridos

con un gran surtido Navideño

Sin cantidad mínima / Lotes y cestas

a partir de 12€



Pide presupuesto sin compromiso
INFORMACIÓN Y PEDIDOS:

600 46 26 02

SERVICIO GRATIS A DOMICILIO



Ciclistas, peatones y motoristas. 50 % de las muertes en carretera

Cruzar un paso de cebra sin despegar la vista del móvil, un coche que se salta un semáforo en ámbar a toda velocidad y embiste a una moto o un ciclista que circula con miedo junto a turismos que no respetan la distancia mínima de seguridad. Estas escenas cotidianas son situaciones reales de peligro vividas a diario por los usuarios vulnerables: peatones, ciclistas y motoristas, que, en casos de accidente, casi siempre se llevan la peor parte. De hecho, sólo en la última década, 10.000 personas pertenecientes a estos colectivos (5.000 motoristas, 4.200 peatones y 700 ciclistas) han fallecido en las carreteras españolas y casi 500.000 resultaron heridos.

En Andalucía, los usuarios vulnerables de la vía han sufrido casi 70.000 accidentes de tráfico en la última década. Además, el repunte general de la siniestralidad que se vive en España en los últimos años parece haber afectado especialmente a estos usuarios. Si hablamos de los ciclistas, se calcula que 3,8 millones de ciudadanos o una de cada diez utiliza a diario la bicicleta, y la cifra va en aumento. De hecho, las estadísticas apuntan que el 7,5% de los accidentes de Tráfico tuvo involucrado a un ciclista, lo que supuso 7.673 accidentes en toda España. Por eso es importante recordar la normativa de circulación en este sentido para evitar nuevos accidentes.



FAMILIARES
12€

Infante Don Fernando, 41
952 702 048

Oferta válida hasta el 30/06/18 para local y recoger en tiendas adheridas. Consultar condiciones en tienda. Imprescindible presentar cupón.

telepizza

Todas las medianas
Todos los días
7€
CADA UNA
LOCAL Y RECOGER

Infante Don Fernando, 41
952 702 048

Oferta válida hasta el 30/06/18 para local y recoger en tiendas adheridas. Consultar condiciones en tienda. Imprescindible presentar cupón.

telepizza

ANTEQUERA GOLF

10% Descuento
restaurante del campo de golf

951 060 400 www.golfantequera.com

f AntequeraGolf @AntequeraGolf

324Recebo-1-jar

EL NÚMERO UNO HOTEL **
www.hotelnumerouno.com

10€

JARRA DE CERVEZA
+ PLATO DE LAGARTO IBÉRICO
(CERDO IBÉRICO)

CALLE LUCENA Nº 40 · 952 84 31 34 ó 952 70 15 14 · ANTEQUERA (MÁLAGA)
Presenta este cupón o indica el código en el establecimiento y obtén el descuento automáticamente.
Oferta no acumulable · Válida por persona

L4JQ69^WBv4jaiv

COPY STUDIO

Impresión Menú irrompible 2,5€
desde 50 unidades 14x30cm

C/ Merecillas Nº 30 · Antequera (Málaga) · Telf: 952 70 67 47 · 654 73 91 74
Presenta este cupón o indica el código en el establecimiento y obtén el descuento automáticamente.
Oferta no acumulable · Válida por persona

pechizad@coe-20

Σj EUGENIO JIMÉNEZ
PELUQUEROS

ARREGLO DE BARBA GRATIS
POR SU CORTE DE PELO

AVENIDA DE LA LEGIÓN 5 · CITAS: 699 96 20 71

Miriam Floristerías

10% de descuento
en la decoración para tu boda

Contratando tu boda para 2019 antes del 31 de diciembre 2018

C/Comedias Nº 2 // 690 10 90 75 C/ Córdoba nº 36 // 952 84 56 54

GAES ANTEQUERA Centros Auditivos
www.gaes.es

C/ DURANES, 7 ANTEQUERA (MÁLAGA)
TEL. 952 70 25 80

REVISAR TU AUDICIÓN GRATIS
PIDE CITA HOY MISMO 952 70 25 80

Presenta este cupón o indica el código en el establecimiento y obtén el descuento automáticamente. Oferta no acumulable · Válida por persona

C63-XDOWCLHWLY

telepizza

ANTEQUERA

952 702 048

C/ Infante don Fernando 41

* Oferta exclusiva en el establecimiento indicado. Solo local y recoger. No acumulable. Imprescindible entregar el cupón. Solo hasta el 30/11/2018. Consultar condiciones.

telepizza

ANTEQUERA

952 702 048

C/ Infante don Fernando 41

* Oferta exclusiva en el establecimiento indicado. Solo local y recoger. No acumulable. Imprescindible entregar el cupón. Solo hasta el 30/11/2018. Consultar condiciones.

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

+8-WX8601-1-jir

BLANQUEAMIENTO DENTAL GRATIS

Para uno de los padres con el Tratamiento de Ortodoncia en niños



Más información
952 84 62 71

Rodrigo de narvaez 2
bajo 2 (Frente colegio
Infante D. Fernando)

952 84 49 66

LAVADERO



EL PERICO

Descuento 5€ En el pulido de faros

Calle Chimeneas • Telf.: 952 84 49 66 • Antequera (Málaga)

Presenta este cupón o indica el establecimiento y obtén el descuento automáticamente.
Oferta no acumulable - Válida por persona

952 84 08 88



Compañía Antequerana de Limpieza

10% descuento A NUEVOS CLIENTES EN LIMPIEZA DE HOGAR

Urb. El Parque, c/ Pio XII, s/n - Antequera (Málaga) • Telf. 952 84 08 88 - Fax: 952 70 36 59
Presenta este cupón o indica el código en el establecimiento y obtén el descuento automáticamente.
Oferta no acumulable - Válida por persona

LEIVA

APLICACIONES DE PINTURA
Telf. : 685 878 745

Antequera

Presenta este cupón o indica el código en el establecimiento y obtén el descuento automáticamente.
Oferta no acumulable - Válida por persona

31-5000000000



Aperitivo GRATIS

con su pedido a la carta

Plaza de Toros - 951 46 93 33
Parque María Cristina, s/n - Antequera, Málaga

Presenta este cupón o indica el código en el establecimiento y obtén el descuento automáticamente.
Oferta no acumulable - Válida por persona - válido almuerzo y cena



TALLER EL RAYO

Pol. Inds. Las Viñas
C/ Doradilla 27
Autovía A-92 Salida 142
Mollina (Málaga)
952 74 79 61
696 313 415

30% Descuento

En sustitución de neumáticos

Reparación de chapa y pintura - Mecánica en general

0952 84 08 88

70 MB INTERNET FIBRA ÓPTICA

16.90 €

LOS 4 PRIMEROS MESES, DESPUÉS, 22% IVA INCLUIDO

Estamos muy cerca de ti:
Avda. Infante Don Fernando
9-11, Antequera
www.telecableandalucia.com



TENEMOS UNA TARIFA MÓVIL A TU MEDIDA

100 min 1GB con 1.000 min a líneas Telecable	6.90 €	100 min 2GB con 1.000 min a líneas Telecable	8.90 €
--	---------------	--	---------------



Estamos muy cerca de ti:
Avda. Infante Don
Fernando 9-11, Antequera
www.telecableandalucia.com
E-mail:
telecableantequera@telecableandalucia.com

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

ozio

Oferta válida hasta el 15
de Noviembre de 2018

LA PRODUCCIÓN DE MANTECADOS SUBE A LAS 5.000 TONELADAS



La campaña navideña de mantecados de este 2018 ya se ha puesto en marcha en Antequera cuyas empresas esperan llegar a una producción que supere, por primera vez tras la crisis, las 5.190 toneladas, lo que supone un incremento importante respecto al pasado ejercicio en el que se fabricaron 4.720 toneladas. La firma con mayor producción de Antequera Grupo Sancho Melero ya lleva su producto a mercados de China y Japón y que vuelve a incrementar la producción hasta las 2.800 toneladas y

a sus 32 trabajadores fijos se incorporarán otros 32 más, dando trabajo a un total de 64 personas.

La firma Delicias de Antequera producirá unas 625 toneladas, lo que supone un aumento de 25.000 kilogramos. Un total de 28 empleados serán los encargados de realizar las novedades de este año. abores Caseros mantendrá el aumento de la producción del pasado año con 450 toneladas y con la incorporación de dos nuevos trabajadores a la plantilla, un total de 47

empleados.

La Antequerana producirá alrededor de 50.000 kilogramos más de este dulce típico navideño gracias a los acuerdos con empresas exteriores, una cifra que se sitúa por tanto en las 350 toneladas para este 2018 y gracias a la cual ha aumentado el número de trabajadores hasta las 35 personas. Menor producción sacará al mercado Torcadul con 300 toneladas. La producción de Antiguos de Aguilera y Nicolás rondará los 90.000 kilogramos.



Primera marca en calidad y servicio

PRESENTAMOS
CELLION PRIMAX™
EL PRIMER AUDÍFONO
SIN PILAS RECARGABLE
POR INDUCCIÓN

Servicio técnico express
reparamos en menos de 48 horas



C/ Duranes, 7 · Antequera (Málaga) · Teléfono: 952 70 25 80

EL TÍO LAS PAPAS, LO BIEN HECHO SABE MEJOR



Lo bien hecho sabe mejor. Es el lema que acompaña a toda la producción de la marca El Tío Las Papas que una vez más ha mostrado su compromiso con el entorno y este mes de septiembre ha estado patrocinando y apoyando a unas muy jóvenes promesas del mundo del motociclismo, los hermanos Maldonado, que han participado del Día de la Moto de un conocido parque de atracciones malagueño y en la que ha participado la Moto School Málaga.

Con ese mismo compromiso es con el que siguen trabajando los profesionales

del Tío Las Papas, ofreciendo a sus consumidores la máxima calidad en todos sus productos cada vez más variados y adaptados a las nuevas demandas. Su producto estrella las patatas fritas artesanales y tradicionales están ya con sal o sin sal disponibles en sus múltiples tamaños de formatos.

Para los que quieran disfrutar del mejor aperitivo y les preocupe controlar la dieta, están las deliciosas patatas light. Y la hora del aperitivo puede ser redonda con las ruedas de patata, elegidas por los más pequeños y también más grandes de la casa.

Además, puedes encontrar El tío Las Papas sin gluten ni lactosa aptas para todos los paladares. Esta empresa trabaja desde el año de 1995 con el esfuerzo personal y profesional de una familia que en estos años no ha dejado de crecer en calidad y variedad y ya está en supermercados de marcas nacionales como el de las prestigiosas firmas de distribución de fuerte implantación en importantes ciudad del país como Maskom, El Corte Inglés o Carrefour.

Búscalas también en tu tienda más cercana y conócelos un poco más en su Facebook El Tío Las Papas.

VERDURAS, OTOÑO SALUDABLE

Ya está aquí. Aunque parece que no llegaba nos encontramos ya en pleno otoño, una época en la que consumir y disfrutar, en todo su esplendor, de acelgas, berenjenas, boniatos o batatas, calabazas, coles, espinacas, pimientos, zanahorias y, aunque no pertenezcan a esta familia, de todo tipo de setas y hongos. Son las verduras de temporada que nos ayudarán en esta nueva etapa estival.

Las distintas variedades de pimientos, la berenjena y el tomate nos aportan una gran cantidad de antioxidantes que protegen al organismo, refuerzan el sistema inmune y ayudan a prevenir la aparición de enfermedades. Tanto la calabaza como el calabacín aportan fibra soluble muy beneficiosa para los intestinos.

El pepino tiene un alto contenido en agua y vitaminas. En octubre



ya podremos comprar las primeras alcachofas y las coles de Bruselas, y en noviembre entrarán de lleno las verduras de otoño, con las acelgas, los cardos, los espárragos trigueros y el hinojo. Todas son ricas en fibra y potasio.

No te quedes sin plaza para tu pequeño

Si te has quedado sin plaza en tu centro o no estás de acuerdo con la prestación que te ofrece la Junta de Andalucía. Ven y pregunta al centro privado de Antequera, sin listas de espera, tarifas económicas, instalaciones reformadas, patio al aire libre y un gran equipo educativo

Preguntanos sin compromiso

C.E.I. Stma. Trinidad

CENTRO DE EDUCACION INFANTIL

C/ CRUZ BLANCA, 25 · ANTEQUERA · 628 31 51 03

CAL realiza limpieza de fachadas con su máquina hidrolimpiadora

La Compañía Antequerana de Limpieza (CAL) realiza limpieza de fachadas utilizando una máquina hidrolimpiadora, es decir, un sistema de agua a presión (fría y caliente) a la que se suman productos específicos para estos tratamientos que consiguen acabar con todo tipo de grafitis y pintadas, respetando además la superficie a tratar.

En la imagen se puede ver cómo quedó antes y después del tratamiento. CAL se funda en 1985 con la motivación de crear un servicio completo, profesional y de calidad en Antequera y la comarca. Los profesionales de CAL además trabajan viviendas o comunidades de vecinos hasta



almacenes.

Realizan todo tipo de aplicaciones para suelos con distintos tratamientos dependiendo de la superficie y del acabado que desee: abrillantado, pulimentado y tratamientos con pintura epoxi

en oficinas, colegios, comunidades de vecinos, comercios, naves y almacenes, cocheras y aparcamientos, fachadas y cristales, aljibes y depósitos y tratamientos 'DDD', desinfectación, desratización y desinfección.



**Sintoniza hoy
la televisión
TDT de la comarca**

**Informativo, Deportes
y Las 4 Esquinas**

De lunes a jueves 21.30, 14.00 y 07.00 h

La Semana

Viernes, sábado y domingo 14:00 y 21:30 h

Hermanaco

Miércoles 22:15 y Jueves 14:45 y 07:45 h

El 75% de las viviendas compradas fue con hipoteca

En el último año, el porcentaje de compradores que han necesitado una hipoteca para poder adquirir su vivienda se ha incrementado del 71% en 2017 al 75% en el año 2018. Es decir, un 6% más de compradores ha necesitado pedir una hipoteca para financiar

la compra de su vivienda. Así se desprende del último informe de la marca de venta inmobiliaria Fotocasa sobre el perfil hipotecario actual. De ese porcentaje, el 64 por ciento han podido obtener su casa solo con el crédito bancario pero un 11% han precisado además de ayuda

familiar. En el otro extremo, un 25% de los compradores que adquirió una vivienda en el último año no precisó de una hipoteca. De éstos, un 14% fue porque tenía suficiente dinero ahorrado como para comprar su vivienda al contado, un 6% pudo comprar gracias a la ayuda familiar.

100 MB SIMÉTRICOS FIBRA+FIJO

19,90

HASTA FIN DE AÑO, DESPUÉS, 26⁹⁰. IVA INCLUIDO

DESPUÉS, UN MES AL 25% DTO. POR CADA

HIJO QUE TENGAS.* TUS HIJOS NOS IMPORTAN

*MÁXIMO 4 MESES. CONSULTA CONDICIONES



telecable
andalucía

95 449 60 01

Infante Don Fernando, 9-11

LA FIBRA ÓPTICA TE DA MÁS

El lavado de coche más económico, en Molina



Este mes ha abierto sus puertas en Molina uno de los lavaderos más modernos y económicos de la comarca con llamativas ofertas de apertura y nuevos servicios. El matrimonio Manuel Curiel y Remedio Tortosa, propietarios y fundadores de la empresa Padepan son los promotores de este establecimiento pionero en la comarca.

Desde el pasado viernes diecinueve de octubre, la comarca cuenta con este establecimiento situado a escasa distancia de Molina, su nombre es Los Olivos. Ubicado concretamente en el polígono

La Fuente en Molina,

ofrece un servicio completo de lavado de todo tipo de vehículos: coches, motocicletas y también para bicicletas. Zonas amplias y un buen acceso desde la carretera de acceso que conecta la localidad con la transitada A-92 suponen la principal propuesta de valor del complejo.

El lavadero 'Los olivos' cuenta con tres pistolas de presión con agua caliente, motorizada y descalcificada, también tiene sistemas especializados para bicicletas y dos aspiradoras con las que se podrán limpiar el interior de los vehículos. Al contar con dos boxes permite evitar esperas. Entre las novedades de este

moderno complejo, además, se encuentra un producto especial activo para mosquitos y llantas. Su precio es de un euro tres minutos y cincuenta céntimos minuto y medio.

Los clientes podrán solicitar una tarjeta con la que se podrá obtener un 10% por ciento de descuento por cada 20€ de utilización de sus servicios. Justo al lado podemos encontrar la empresa de los mismos dueños Padepan especializados en fabricar molletes de todas clases además de picos y regañás. Además este obrador artesanal elabora pan en diversas formas y con envases rotulados.



En tu tienda Bed's te ofrecemos el mejor descanso



el descanso y tú

¡Te ofrecemos el mejor equipo de descanso para ti, y además estamos de aniversario!

Además de ayudarte a escoger tu equipo de descanso, te ayudamos a saber cómo descansar mejor.

No todas las personas tenemos las mismas costumbres para conciliar el sueño, del mismo modo que no todas necesitan las mismas condiciones de descanso. Lo mismo pasa dentro de las familias. Cada miembro lleva un ritmo distinto que puede descompensar o influir en el descanso del resto. En primer lugar, es importante pensar en las características o necesidades que cada miembro de la familia tiene respecto al descanso. ¿Cuántas horas necesita dormir cada uno? ¿A qué hora es mejor que se vayan los niños a dormir? ¿A qué hora deberías acostarte tú? ¿Qué hacer para que todos descanséis completamente?

1. ¡A moverse!

En el caso de los niños, es habitual que ocupen la mayor parte del día corriendo y jugando, pero si tu hijo es más



- Fijado Shelton
- Capso de Softfoam
- Núcleo Bultex Nonstretch Firm
- Tecnología 5 Zonatech®
- Tratamiento Biozona Kollat

Construcción de una sola zona de descanso.

tranquilo, procura fomentar el aumento del nivel de actividad física y mental para que todas las noches caiga rendido y descanse profundamente. En el caso de los adultos, no es bueno que el sofá os atrape. Aprovechad para moveros y estar activos durante el día. Salir a caminar 20 min o hacer ejercicios mentales como la lectura o algún pasatiempo así cuando llegue la noche no queráis más que relajarnos y descansar.

2. Planear rutina de sueño

Conseguir crear una rutina de sueño de la que todos forméis parte es fundamental. Tanto niños como mayores debéis seguir unas pautas precisas para crear un ritual antes



¡ Promoción única con bultex, 20% dto + 20% regalo, aprovéchate en nuestro aniversario bed's!

de ir a dormir. Esto ayuda a la creación del hábito y a la conciliación del sueño. Por ejemplo: Disfrutad siempre de una cena ligera, saludable y equilibrada.

Si además de dormir, quieres descansar, ven a tiendas bed's y.... ¡disfruta de todas la ofertas especiales que tenemos para ti, en nuestro aniversario! En Antequera, nos encontrarás en el número 4 de la Calle Santa Clara, junto a la Plaza de Abastos, donde María y María José estarán encantadas de ayudarte a encontrar el mejor equipo de descanso que se adapte a tus necesidades.

CHAQUETAS 'BOMBER' Y LOS PANTALONES DE TIRO ALTO, NUEVAS TENDENCIAS



La llegada del frío, trae las nuevas tendencias para esta temporada, los abrigos de pelo y las chaquetas 'plastificadas' no nos abandonarán durante este otoño, un estilo que recordará de nuevo a los míticos años 90 cuando la moda se vio marcado por las chaquetas 'bomber' y los pantalones de tiro alto, sin olvidar a los ya habituales pantalones acampanados que recorren cada tienda.

Mezcla de estilo que hemos adoptado para continuar la marca retro que está presente en cada línea de ropa. Esta temporada volveremos a llevar las faldas en diferentes cortes; midi, cortas, plisadas, rectas... todo un amplio abanico de posibilidades que engloba el estilo de cada mujer.

Pero como adelantábamos antes, los pantalones, no nos dejarán y volverán con más fuerza que nunca. Se reinventan los 'palazos' en

Chaquetas 'Bomber' plastificadas no nos abandonarán durante este otoño

todo tipo de tejidos, desde la licra más fina hasta el terciopelo, sin olvidar la tendencia estrella del 2016 cuando los 'mom jeans' llegaron con fuerza, o los 'jogger' se convirtieron en la



prenda clave tanto para usarlo con o sin tacón.

En cuanto a los zapatos, llega la hora de sacar nuestras últimas botas de la pasada temporada porque de nuevo, el 'Brilli-Brilli' vuelve, acompañado de las tachas que decoraron los botines estilo motero del anterior invierno.

Mientras que la comodidad

Pantalones de tiro alto desde la licra más fina hasta terciopelo

será algo que destaque en las grandes marcas de



zapatos porque las zapatillas regresan para quedarse.

La combinación de un estilo elegante y sport es ya una buena mezcla que ayuda a vivir nuestro día a día de la mejor manera, las 'old skool' de Vans,

las 'stan smith' de Adidas, la 'superstar' de Converse o las 'ugly trainers' llenarán nuestros armarios para disfrutar de las mejores salidas. Para despedirnos, qué mejor forma de hacerlo que con el gran hit de esta temporada, el

estampado serpiente. Blusas, pantalones, chaquetas, zapatos, bufandas, mochilas, un sinfín de accesorios que lo sitúan y enmarcan como el favorito de la temporada y que dan la oportunidad de combinarlo con cualquier tono.



**Sintoniza hoy
la televisión
TDT de la comarca**

Informativo, Deportes y Las 4 Esquinas

De lunes a jueves 21.30, 14.00 y 07.00 h

La Semana

Viernes, sábado y domingo 14:00 y 21:30 h

Hermanaco

Miércoles 22:15 y Jueves 14:45 y 07:45 h

Calle Aguardenteros, 15 Antequera · 952 84 51 01 – 695 95 95 65

HELADERÍA alacant

Disfruta de un
desayuno o una merienda
muy especial

**Gofres, Napolitanas,
Cruasanes, Crepes y molletes**



Horario: De 9 a cierre · Calle Alameda 8 - 952 70 22 65

BOLSAS PERSONALIZADAS PARA TUS PROMOCIONES DE EMPRESA



Desde el pasado mes de julio, los comercios deben cobrar por la entrega de bolsas de plástico y se estima que en el año 2021 se prohibirán completamente. Gracias a esta normativa, las bolsas reutilizables se han convertido en uno de los artículos más populares en la actualidad. En portalreclamos.com, el comercio online de Druso Maior, disponen de todo tipo de bolsas ideales para personalizar y adaptadas a cualquier necesidad.

Bolsas de papel

En color natural o en blanco, las bolsas de cartón o papel son muy demandadas sobre todo por comercios de venta textil. Ofrecen una amplia zona de marcaje y gracias a ello el logotipo o imagen de empresa impreso sobre las bolsas es muy visible. En portalreclamos.com disponen de un gran surtido de este tipo de bolsas. Además, si no encuentras la medida que buscas, ofrecen bolsas realizadas completamente a medida.



DRUSO MAIOR

Bolsas de non-woven

Uno de los materiales de moda en bolsas publicitarias en la actualidad es el non-woven, cuya traducción sería "tejido no tejido" y que al tacto se reconocen por sus "micro poros". Son bolsas muy populares ahora ya que son muy económicas y además son reutilizables. En portalreclamos.com encontrarás un amplísimo abanico de este tipo de bolsas, desde bolsas con asas de non woven laminado hasta incluso mochilas de cuerdas de distintos colores. Todos los modelos ofrecen también una gran zona de marcaje, perfecta para las estampaciones más llamativas. Y si no te convencen las que están disponibles en stock, puedes consultar al equipo comercial para realizar una bolsa de non-woven totalmente ajustada a tus necesidades.

Bolsas de poliéster

Otro de los tejidos estrella en bolsas es el poliéster. Ofrecen un buen nivel de resistencia, son reutilizables y muy cómodas de transportar para, por ejemplo, ir a hacer la compra. La oferta de este tipo de bolsas en portalreclamos.com pasa por las clásicas bolsas con asas disponibles en muchos colores, hasta bolsas que al plegarse tienen forma de fruta, ofreciendo su imagen más original. Todas ellas pueden personalizarse con la imagen de empresa y, al igual que en los otros modelos, también puedes fabricar tu bolsa a medida.

Otras bolsas destacadas que pueden convertirse en grandes aliadas de los comercios y empresas son las bolsas o totes realizados en algodón o en yute. Ambos materiales ofrecen una visión de lo más eco y, por tanto, llaman mucho la atención de todos, sobre todo si las bolsas están personalizadas con el logotipo o la imagen de empresa.

LOAZA APOYA A CORAZONES SOLIDARIOS

La empresa antequerana Loaza Congresos y Eventos se adhiere a la causa del colectivo de sanitarios Corazones Solitarios en el apoyo de causas sociales. La iniciativa de convertir Antequera en una ciudad Playmobil ha implicado a múltiples asociaciones locales por una buena causa. La edición de una colección exclusiva de clicks customizados con la imagen de personalidades

históricas de Antequera ha sido la excusa perfecta para movilizar también al resto de la ciudadanía. Así, con la compra al módico precio de siete euros de estas particulares cajas se puede colaborar. Loaza ha contribuido a la financiación de la tirada de esta colección que se destinará a apoyar la labor de Corazones. Igualmente

la empresa que dirige el presidente de la asociación local del comerciantes, Jorge del Pino, ha colaborado altruistamente en la logística de la organización.

Corazones Solidarios ya logró durante este año recaudar 11.000 euros que se hicieron entrega a múltiples colectivos benéficos en un acto celebrado





Venta de Playmobil

Customizados

7€ a beneficio
de Corazones
Solidarios



C/ Carrera 10, bajo - Antequera
952 84 13 19 - 616 46 25 15

www.loaza.es
informacion@loaza.es



NUEVA EDICIÓN DE SERVILLETAS CON MONUMENTOS DE ANTEQUERA

Rivadis lanza la tercera edición de servilletas conmemorativas de monumentos de Antequera. En esta ocasión la marca antequerana ha contado con los artistas Santi Mejías y Juan Pinto y ha agradecido su "desinteresada colaboración". "Es un placer que gente así te presten su trabajo para promocionar su ciudad y una alegría enorme ver cómo se han involucrado en este proyecto que sólo pretende promocionar nuestra ciudad. Gracias y mil gracias también a nuestros clientes que las exponen

en sus locales y ayudan a esta promoción", fueron las palabras que dedicaron desde la empresa Rivadis a los autores y clientes.

El objetivo de la marca no ha sido otro que promocionar los monumentos de Antequera en los bares, a través de obras de arte en pequeño formato creadas por artistas locales de una manera muy original con su línea de servilletas creadas para la hostelería. En esta ocasión la nueva edición tiene a las iglesias de la ciudad

como protagonistas. Dibujos por los que ya han pasado del Dolmen de Menga, creado por Jesús Romero, al que le acompaña la frase "Patrimonio por sí", y una vista desde la calle Niña de Antequera con la Iglesia del Carmen como protagonista, cuyo autor es José Manuel Patricio Toro, sobre el lema "Antequera, ciudad del Barroco".

Incluso sacaron una edición especial cuando los dólmenes ya fueron reconocidos como Patrimonio de la Humanidad.

LA ANTEQUERANA CELEBRA SU 130 ANIVERSARIO

La Antequerana conmemorará su 130 aniversario con un nuevo envase y con 500 kilogramos de mantecados a disposición de todos los clientes hasta fin de existencia. Los compradores podrán adquirir el próximo 8 de noviembre un kilo de mantecados dobles por una peseta y media hasta fin de existencias. Así lo han anunciado el propietario, Juan Paradas, y el responsable de marketing y comunicación Guillermo Ramos. Por su 130 aniversario La Antequerana ha apostado por la innovación en uno de sus envases. La idea de esta nueva lata de metal surgió de un boceto en papel de Juan hace año y medio. Contará con tres formatos: una sin grasa, otra de 130 aniversario y por



último, la de la Antequerana. Estas latas cuentan con surtidos especiales y bolsas con cierres adaptados.

En esta campaña de elaboración y diseño han participado entre 30 y 35 personas. La Antequerana ofrece desde 1888 productos típicos navideños, siguiendo recetas tradicionales. Cabe destacar entre sus especialidades: los mantecados, polvorones, roscos y alfajores de almendra. Su producción estimada este año gira en torno a unos

350.000 kilogramos con más de 40 referencias. El crecimiento anual de 2018 se estima en un 15% aproximadamente. A nivel comercial, La Antequerana ha llegado a un acuerdo con la línea de tiendas Sabor a España, marca especializada en turrone, garrapiñadas y guirlaches, para crear un espacio propio dentro de la misma. Esta marca enfocada al sector turístico se encuentra en todas las capitales andaluzas y en otras poblaciones donde se podrán adquirir los productos propios de esta empresa.



VIVEROS LA ESTACIÓN GARDEN CENTER

Lunes - Viernes: 8:00h - 14:00h y 16:00h - 19:00h
Sábados: 8:00h - 14:00h Domingos: 10:00h - 14:00h

Ctra. de Córdoba km.120 952 70 00 89 - 665 80 27 68
(Frente Hotel Finca Eslava) viveroslaestacion@ncs.es



CASI EL 20% DE LA POBLACIÓN PADECE ASTENIA OTOÑAL



Los cambios que trae consigo la nueva estación alteran los biorritmos de nuestro organismo y nuestro ciclo de vigilia-sueño algo que, en ocasiones, afecta negativamente a nuestro estado de ánimo. Si a esto unimos otros factores como la vuelta al trabajo, las rutinas diarias o el menor contacto con familiares y amigos no es de extrañar que casi el 20 por

ciento de la población sufra en estas fechas lo que se conoce como astenia otoñal, un trastorno caracterizado por síntomas como la apatía, tristeza, mal humor, cansancio, falta de sueño, etc. Síntomas que duran entre cinco o seis días, habitualmente.

“La astenia otoñal es un trastorno que se produce debido a una mala adaptación al cambio de

estación y que se caracteriza por una falta de ánimo y de interés general por todo. Este trastorno afecta principalmente a mujeres porque se suma a factores presentes que ya de por sí originan cansancio, tales como la conciliación de la vida laboral y familiar, la bajada de estrógenos en la menopausia, etc”, explica la doctora Vanesa Tejón, psicóloga del Hospital Viithas Xanit Internacional.

CONSEJOS PARA PREVENIR LA ASTENIA OTOÑAL Y SUS SÍNTOMAS

Dormir lo necesario: es importante dormir unas 8 horas al día, para estar descansado y coger rutinas de sueño diarias.

Adaptarse a las horas de luz solar: con la llegada del otoño los días son más cortos y la noche cae antes, en la medida de lo posible, adelantar el horario de irnos a la cama.

Mantenerse bien hidratado bebiendo abundante agua. Y evitar refrescos azucarados, cafeína, alcohol, etc... que puede distorsionar el sueño.

Seguir una dieta equilibrada con abundante fruta y verdura, con alimentos más abundantes en hidratos de carbono, y unos hábitos de vida saludable.

Aprovechar todo lo posible las horas de sol, exponerse al sol al menos diez minutos diarios, preferiblemente a primeras horas de la mañana.

Realizar de forma regular ejercicio físico y/o deporte, ya que las endorfinas que se liberan al hacer ejercicio nos harán sentirnos mejor. Basta con ejercicio moderado.

7 FALSOS MITOS SOBRE LAS ENFERMEDADES REUMÁTICAS



El 12 de octubre se celebra el Día Mundial de las enfermedades reumáticas que afectan al aparato músculo-esquelético, así como a los huesos, las articulaciones, los tendones, los músculos y los ligamentos. Más de 200 tipos que hace necesario ir más allá en el tratamiento y saber qué enfermedad es, y acabar con los falsos mitos que rodean a esta dolencia.

1 «El frío es malo para los huesos». Falso. Con el frío se puede percibir más el dolor, como ocurre cuando cogemos una bolsa de congelados y nos duelen los dedos, o cuando el agua del mar está demasiado

fría y nos duelen los pies. Pero el frío no desencadena ni empeora el curso clínico de la mayoría de las enfermedades reumáticas, aunque sí que hay algunas excepciones.

2 «El reuma aparece por el clima». Falso. Se han descrito enfermedades reumáticas en todos los lugares del planeta. Sin embargo, algunas personas notan los cambios de clima, principalmente debido a cambios en la presión atmosférica.

3 «El reuma es de ancianos». Falso. Hay muchas enfermedades reumáticas

descritas en la infancia, (por ejemplo, artritis reumatoide, lupus eritematoso...) que tiene un primer pico de presentación en torno a los 18-25 años.

4 También solemos tener arraigada la idea de que la osteoporosis es de mujeres y aparece después de la menopausia. Sin embargo, cada vez se diagnostican más hombres con esta patología.

5 «El reuma se hereda». Es falso, en cierta medida. Muchas de las enfermedades reumáticas tienen una base genética, pero para que se desarrollen es necesario que ocurra.



**Clinica
El Romeral**

Comienzo de las clases de
Fisiopilates

Más
información
∨

Asistencia integral
y **GRATUITA** en
accidentes de tráfico



Pol. Azucarera, 32 BCD · Antequera (Málaga) · Telf.: 952 70 68 54 · Fax: 952 73 98 21

Mediante coordina

la delegación de La Opinión de Málaga en la comarca de Antequera



Los profesionales de la agencia de noticias de Mediante Comunicación se ocupan de la redacción de todos los asuntos de actualidad que se leen en La Opinión de Málaga. El joven equipo de periodistas de la agencia de comunicación antequerana ha cerrado un acuerdo con el rotativo y portal digital de noticias de gran difusión en la provincia por el que ocupan la corresponsalía del norte de Málaga. Entre las tareas diarias de la redacción de Mediante se encuentra la publicación de los principales asuntos de actualidad de las comarcas de Antequera, Archidona y Campillos para la web y el periódico. Igualmente editarán contenidos de otros lugares de la Costa del Sol en apoyo a la sección de la cabecera del grupo Editorial Prensa Ibérica dirigida por Moncho Mendaza.

El portal laopiniondemalaga.com es cuenta con más de 1,2 millones de visitantes mensuales así como 4,3

millones de páginas según la OJD. Mediante Comunicación es especialista en la gestión de contenido para empresas y medios de comunicación. Así, actualmente trabaja para el grupo jerezano Publicaciones del Sur, el malagueño Costa del Sol TV y durante una década gestiona la emisora de radio para Radio Torcal S.A.

Además ha sido delegado de Agencia Efe y Europa Press en diferentes etapas de las dos principales agencias de noticias a nivel nacional. Actualmente proporcional contenido escrito y audiovisual para emisoras de radio y televisión, entre ellas para la Liga Nacional de Fútbol Sala y la Real Federación de Balonmano.





Ya somos 10.000 fans

Mediante sitúa en
10.000 fans el facebook
de su portal de
información local



El portal de información local creado por Grupo Mediante Comunicación las4esquinas.com ha superado la cifra de los 10.000 fans durante este mes. En poco más de un lustro, el portal de noticias locales creado y gestionado íntegramente por los profesionales de Mediante Comunicación se ha posicionado entre las páginas más leídas en el interior de la provincia de Málaga.

El portal ofrece información combinada de noticias por temas y pueblos, guías de ocio locales, vídeos de actualidad

y retrasmisiones, podcasts y toda la información cofrade del prestigioso equipo de redacción Hermanaco, de carácter regional. Los casi 400 me gusta recibidos sólo en el último mes son botón de muestra de la actividad de una página que, en su presencia en la red social de Facebook genera cientos de miles de reproducciones en vídeo, personas alcanzadas e interacciones.

El equipo de redacción de las4esquinas.com está compuesto por un equipo de mañana y otro de tarde

de lunes a viernes; y otro de fin de semana, gestionado por periodistas. Además, está complementado por los servicios en producción audiovisual de videoreporteros que permiten incrementar la calidad de los contenidos informativos al complementarlos con fotos y vídeos. El portal nutre además de contenido las redes sociales de @teleantequera y @hermanco con presencia igual que @cuatroesquinas en facebook, twitter e instagram. Igualmente ofrece un servicio de consulta de la prensa tradicional en pdf.

BAR CARRERA

Especialidad en Tapas
variadas y montaditos

C/ Carrera, 18
Teléfono 952 84 18 78

LIMPIEZAS

DEPISA

C/ SAN BARTOLOMÉ 38 BAJO
ANTEQUERA (MÁLAGA)
TELF./FAX: 952 70 67 92

LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO DE

COMUNIDADES	● COCHERAS
OFICINAS	● CRISTALES DE ESCAPARATES
COMERCIOS	● NAVES INDUSTRIALES
EDIFICIOS Y LOCALES	● ALJIBES DE AGUA

“La **publicidad no es para mí** tengo muchos gastos y ya me conocen por el boca a boca

.....



En más de una ocasión, si eres gerente de una empresa pequeña consideras que la inversión en marketing no está hecha para ti. Para argumentar esta afirmación recurras a excusas como que tu publicidad se basa en el boca a boca y que te va bien. Que tu negocio es demasiado pequeño y ya te conocer en el pueblo o en tu barrio y que te va bien. O que careces de presupuesto porque erróneamente consideras que se trata de un gasto y no una inversión. Y si, además, te va bien...

Puede que no siempre te vaya bien

Como buen ejecutivo de una empresa, la visión de futuro y la fijación de objetivos, y la planificación y la medición de resultados cara a la consecución de los mismos, deben de conformar el día a día en cualquier ámbito

sea producción, ventas o por supuesto expansión y marketing. Así que la idea de que hoy va todo bien o de que mi estrategia actual es la correcta puede convertirse en un error básico. Pero a veces es difícil contraargumentar que el volumen del negocio o el ámbito de actuación local del mismo no supone un inconveniente para dedicar un presupuesto a marketing. Sólo hay que ajustarlo.

No es gasto es inversión

Es entonces cuando por falta de servicios de asesoramiento cerca o simplemente por una cuestión de ahorro de gastos prescindes de dedicar tiempo a mimar la imagen de tu marca. Posiblemente no te das cuenta hoy pero estás sembrando errores para el futuro o, lo peor, regalándole el mercado en bandeja a tu competencia. Eso lo compruebas diariamente en múltiples situaciones

cotidianas a las que no prestas demasiada atención relacionadas con los que hace tu competencia por dejadez o porque no eres por naturaleza envidioso. Pero quizá en este aspecto deberías serlo más.

No puedes quedar impasible cuando compruebas que la marca rival aparece cada dos por tres en redes sociales. Puedes escudarte en que sobrecarga la red de mensajes, que es un pesado, pero posiblemente alguna de esas publicaciones en ocasiones termine captando un cliente y tú no. No puedes dejar de lado esa sensación de reconcome que te da cuando compruebas que su logotipo es más profesional y el tuyo resulta anticuado. Tampoco ese momento en que ves salir en los medios a otra empresa del sector que no es la tuya por alguna actividad que ha organizado. Tendrá amigos

en el medio de comunicación en cuestión, piensas. Y ya no te digo nada cuando compruebas que escribes en google el nombre de tu sector y aparece tu competidor más cercano en primera ocasión en una visible página de google con su nombre en grande y acompañada de fotos, un mapa para llegar y teléfono y dirección para contactar.

En Mediante Comunicación te ofrecemos todos esos servicios en sólo una reunión periódica con uno de nuestros asesores te recomendamos los servicios que necesitas ajustándonos al presupuesto que crees que puedes destinar y abarcando todas las carencias que debes suplir en marketing.



Restaurante
PLAZA DE TOROS

Recomendado en
La Guía Michelin

Restaurante recomendado por tercer año consecutivo en la Guía Michelin

Parque María Cristina, s/n
Bajo los tendidos del coso, Plaza de Toros
Carretera Del Albergue 1
29200 Antequera, Málaga

Tlf: 951 469 333
Abierto todos los días del año

11th October

Photography exhibition "Aire musical" with photos from Frank Ramos, Chuz Gonzalez, Ana Gallego, Miguel Hidalgo, Teresa Moreno and Nono García. Coordinated by Gerónimo Villena from the Andalucian Photography Federation, visit the exhibition at EMMA until December, from Monday to Friday, 4.00pm -10.00pm.

28th October

Eucharist at 12.00 to celebrate the 'Festividad de Jesús del Rescate y María Santísima de la Piedad' in the Iglesia de la Trinidad.

30th October

The exhibition centre FIAP will host the 24th Antequeran Photographers Exhibition up until Tuesday 30th October. From 7.30pm to 9.30pm from Monday to Friday in C/ Cantareros.

9st November

The exhibition "La balsa de la medusa, alegoría de una salvación", by Paco Cabello from Cuevas Bajas can be seen in the Centro Unicaja de Cultura (CUC) up until 9th November from 5pm to 8pm.

26th October

At 5.30pm there will be a talk given by Andrés Fontalva Navas about contaminants found in food, held in Gimnasio Pura Aguilar.

26th October

'Rapunzel' the musical has come to Torcal Theatre. Starting at 7.00pm, it is an interactive children's show for the whole family, put on by the theatre company Compañía Crea+

30th October

On Wednesday at 8.30pm Eucharist will be celebrated in memory of the departed, 'Festividad del Cristo Yacente' with the Cofradía de la Soledad in the Iglesia del Carmen.

31th October

The exhibition "Huellas del Mediterráneo" by Antonio Camba comes to Antequera Town Hall from Monday to Friday from 6pm to 9pm

1st November

The Seville native Gloria Lomas comes to MAD Antequera with her exhibition of "Peluquería sumergida", open until 9th December. Visit from 10.00am to 2.00pm and evenings from 6.00pm to 8.30pm.

1st November – 7th January

National competition of "fotoclicks". From Tuesday to Sunday from 10.00am to 2.00pm and from 4.00pm until 8.30pm except 25th December and 1st January. horas el MAD de Antequera acogerá

1st November – 7th January

The Coso Viejo square will be the stage for an exhibition by Miguel Bueno entitled 'Proyecto 365'

16th November

National Monument Day. A guided tour of Sala I y Sala II of the Museum of Antequera and showing of the documentary 'The Neolithic Revolution' with a morning and afternoon session.

23rd November – 7th December

The 'Exposición Sala de Exposiciones Antonio Montiel' will put on the exhibition of photos from the Singilia Barba photography competition 'La discapacidad desde tu objetivo'. Photos with a special way of looking at disability.

1st November – 7th January

1st National Competition of Playmobil models. From Monday to Friday 4.00pm to 8.00pm, Saturdays, Sundays and bank holidays from 10.00am to 2.00pm and from 4.00pm to 8pm. Centro Cultural Santa Clara, San Juan de Dios, iglesia de San Francisco.

1st November – 7th January

The Museum of Antequera, Tourism Office and the Dolmens will set up small models with various themes that can be visited from Tuesday to Saturday from 10.00am to 2.00pm and from 4.30pm to 6.30pm, and Sundays from 10.00am to 2.00pm.

11th November

The Musical show 'The magic Flute' at 8.30pm, run by the theatre company Teatro del Arte with Diego y Jose Antonio Morales. Proceeds to go to the Cofradía de la Soledad. Tickets can be bought on the door or from the Torcal Theatre in advance.

24th October Alameda

A talk on 'Hablemos del ictus', organised by Corazones Solidarios and UGC de Molina in collaboration with Salud Norte Málaga and Delegación de Antequera del Colegio de Médicos de Málaga. It will take place in the Salón de Docencia of the Alameda Health Centre at 10.30 am

28th October Archidona

The magic of the Little Prince 'El Principito' can be enjoyed up until 28th October in the Sala de Arte in Archidona town hall. Visit from Monday to Friday from 9.00am to 2.00pm and 7pm to 9.00pm

27th October Fuente de Piedra

The Semana del Mayor activities will continue on Friday at 7.00pm with the plays 'Se vende una mula' and 'Evarista, el dentista y los cuatro de la lista'. Put on by the Women's Association Amanecer.

26th/27th/ 28th October Villanueva de la Concepción

Shops in the town will be putting on 'Black Friday'. All day shops will be offering juicy discounts to their customers.

25th October Fuente de Piedra

Due to Semana del Mayor, the town will put on a cinema afternoon showing 'El Diario de Noah'.

26th October Archidona

Thanks to the film festival in the town, the exhibition 'El principito en tu zapato' will be open until 26th October from Monday to Friday, 10.00am to 1.30pm and from 5.00pm to 8.00pm in the town library 'Dr. Ricardo Conejo'.

26th October Villanueva del Rosario

The Casa de la Cultura will be the backdrop for a scene from 'Malabaramagos', from the TV programme 'Enrédate'. Circus skills and magic go hand in hand in this forward thinking show taking the public to a place where anything is possible with an illusionist, a magician and a juggler.

A show with many prizes and awards behind it, among those winning the first prize in the 5th edition of 'Tú sí que vales' on Telecinco. The show starts at 7.30pm in the Escuela de Música and costs 3 euros.

22nd November 28th February Mollina

The Mollina Nativity Scene Museum, Museo de Belenes, will be showing a Playmobil nativity scene from Tuesday to Friday 10.00am to 2.00pm and from 4.00pm to 7.30pm and weekends and bank holidays from 10.00am to 8.00pm. Free entry

4 November Campillos

The ham festival - Feria del Jamón. All day shops and businesses will open their doors to thousands of visitors showing all the town has to offer

11 November Campillos

The ham festival visits the town. All day there will be a number of stalls with serrano ham at 3€ a dish and a number of activities for all ages

5th- 8th December Campillos

12 edition of the International Piano competition. The main hall of IES Campillo will host this competition which will bring great pianists both from Spain and abroad.

27 October Mollina

The theatre group Las Acacias comes to the town with the play 'El parque Maria Risa' and 'Doctor Maquiave' in Ceulaj. Collect tickets from the Town Hall and from the Centro de Participación Activa.

2 November Ardales

The streets will be filled with the Ardales Theatre competition Teatro Villa de Ardales now in its 16th year. On 2nd November visitors can see the play 'La Dama Duende' by Loyola Teatro de Córdoba at 8.00pm.

4 November Villanueva de Algaidas

Non-competitive 40km mountain bike ride 'III Prueba cicloturista BTT' leaving from Cesar Martín football grounds at 9.00am. Cost: 10euros. Register at www.dorsalchip.es.

10 November Humilladero

The 9th year of the Tapas Route (Ruta de la Tapa) known as "A Tronchamanchón".

Colchonería



Tiendas Bed's

C/ Santa Clara,
4 junto a Pza de
Abastos
Antequera
952 70 04 97



Nuestro principal objetivo, tu descanso total

Te daremos la solución que mejor se adapte a ti. Las nuevas tecnologías aplicadas al descanso



Lavadero El Perico

C/ Torcal, 7 Pol. Ind.
Antequera - Málaga
Telf. 952 84 49 66



5€

Por el pulido de faros de tu vehículo consigues un descuento

Infórmate de nuestros demás servicios para que tu vehículo luzca como nuevo.

Higiene Profesional



Rivadis

PE.A.N. - C/
Extremadura nave B7
Antequera
952 73 90 38



Aseores de servicios integrales de higiene alimentaria

Fabricantes de productos, sistemas y servicios. Distribuidores de mejores marcas en menaje.

Decoración

HIPERLAMPARAS ANTEQUERA

Hiperlámparas Antequera

C/ Infante Don Fernando,
19 - Antequera
952 65 93 93



Gran surtido de lámparas, bombillas y ventiladores al mejor precio

Visita nuestra amplia exposición y si no encuentras lo que buscas, pregunta por nuestros catálogos.



Marpemac

C/ San Cristóbal, 4
Antequera
952 84 17 16
www.marpemac.com



Instalaciones eléctricas y desarrollo de proyectos técnicos para empresas

Es fundamental el trabajo en equipo, los buenos resultados y la profesionalidad.

Exterior



Quality Pools

Urb. La Quinta
C/ Ciudad de Salamanca, 40
Antequera
952 70 16 04



Construcción y rehabilitación de piscinas, climatización, hidroterapia

Piscinas de calidad con diez años de garantía. Diseñamos espacios de ensueño

Limpieza



Compañía de Limpieza GAL

952 84 08 88
info@limpiezagal.com
www.limpiezagal.com



10%

Descuento en limpieza de hogar para nuevos clientes

Descuento a nuevos clientes. Válido 1 por hogar. No acumulable.



Telecable Andalucía

C/ Infante don Fernando, 9-11
Antequera
951 19 77 00



Fibra óptica, telefonía y televisión al mejor precio

El secreto de nuestra calidad, de nuestra cercanía, es que nos basamos en las personas.

Papelería



Copy Studio

C/ Merecillas, 30
Antequera
952 70 67 47
copystudio2010@hotmail.com



60%

Textil invierno sudaderas, polares, chalecos con personalización

para particulares, empresas y particulares. Desde el 15 noviembre hasta el 22 diciembre.

Pinturas



Limpiezas Depisa

C/ San Bartolomé, 38
Antequera
952 70 67 92



Servicios de limpieza para empresas y particulares

Especializados en limpieza de aljibes, cocheras, comunidades, naves, oficinas y obras.



Aplicaciones de pintura Leiva

Calle Manuel Aguilar nº 78 - Antequera - Málaga.
Telf. 685 878 745



Profesionales de la pintura para tu hogar o negocio al mejor precio

Si esperabas encontrar buenos precios para cambiar los colores de casa, este es el momento.

Tu anuncio aquí
952 84 51 01

ALIMENTACIÓN



EL Tío las Papas

C/ Sabadell, 8
Pol. Ind. Sierra de
Yeguas
952 74 65 71



Elaboración, envasado y distribución de patatas y aperitivos

Un producto que no te dejará indiferente. Gran variedad de productos de primera calidad.



Aqua Hogar Antequera

Telf. 600 46 26 02
Pedidos Whatsapp



Agua mineral natural en tu casa con servicio a domicilio gratis

Quita la sed, sí, pero además si es agua mineral natural tiene más beneficios.



Los Primitivos Aguilera

c/ Alameda de
Andalucía, 17
Antequera



Productos artesanales elaborados con materia prima de calidad

Entre nuestro surtido puedes encontrar mantecados, roscos de vino, polvorones de almendra, etc.



Hortícolas El Torcal

Ctra. de la Azucarera
km 3,9 - Antequera
952 84 02 03



Productos de producción propia y envasado

Nuestros productos son

Tu anuncio aquí
952 84 51 01

Dentistas



Girón Dental

C/ Rodrigo de
Narváez 2, bajo 2
952 84 62 71



Un blanqueamiento dental gratis con la ortodoncia

Para uno de los padre con el tratamiento de ortodoncia en niños.

Clínicas



Clínica El Romeral

Pol. Ind. Azucarera
32 BCD
Antequera
952 70 68 54



Amplio servicio de especialidades médicas y servicios sanitarios

Nuevos servicios de geriatría y urología. Equipo de profesionales que cuida su salud.



Centro Médico de Conductores

Pza. San Sebastián, 2
bajo - Antequera
952 84 44 15



Certificados y chequeos médicos para licencias en Antequera

Certificados e informes de aptitud psicofísica para conductores.

Audición



Gaes

C/ Duranes, 7
Antequera
952 70 25 80
www.gaes.es



Audiófonos con garantía y compromiso de satisfacción

Somos líderes en el sector de la corrección auditiva en España, con años de experiencia.

Oftalmología



Clínica Oftalmológica Doctor Dalindo

C/ Lucena, 28 1º
Antequera
952 70 06 37
www.clinicaoculargalindo.es



Realizamos amplio número de tratamientos con mucha experiencia

Entre ellos Microcirugía de cataratas, glaucoma, cristalino, láser excimer y argón.

Barbería / Peluquería



Eugenio Peluqueros

Avda. de la Legión, 5
Antequera
699 96 20 71



Peluquería masculina de autor en Antequera

Toda la clase y el estilo que tu te mereces.

Tintorerías



Centrisec Antequera

Centro Comercial
La Verónica
Planta baja
951 70 99 25



Disponemos de limpieza en seco y lavandería industrial

Limpieza de tónicas, edredones, mantas, barbos, tratamiento de pieles, servicio a domicilio.

Reparación de Zapatos



Reparación de calzado Zapa

Pza. San Francisco, 3
Antequera
607 90 50 90



Reparación de calzado, afilados y duplicado de llaves

Moda



Carmela

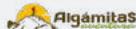
C/ Viento, 1
Antequera
952 08 02 23



Desde 1965 ofreciendo moda y complementos de calidad en Antequera

Visita nuestras amplias instalaciones don podrás encontrar también la moda del Armario de Eva.

Ocio



Algámitas Aventura

Ctra. Algámitas - Pruna km. 3,5
Algámitas - Sevilla
955 85 53 00



Disfruta de 54 hectáreas de absoluta naturaleza

Campamentos, camping, senderismo, rutas a caballo, piscina, tiro con arco, escalada....

Formación



CEI Santísima Trinidad

C/ Cruz Blanca, 25
Antequera
628 31 51 03



Disponemos de horarios flexibles y plazas todo el año

Abrimos del 1- 15 de agosto. Nueva gerencia e instalaciones reformadas.

Mayores



Residencia de mayores Conde de Pinofiel

C/ La Tercia, 10
Antequera
952 84 24 64



Equipo multiprofesional cualificado para cuidado de mayores

Nuestros usuarios reciben una atención especializada y profesional.

**Tu anuncio aquí
952 84 51 01**

Talleres



Taller El Rayo

C/ Doradilla, 27
Pol. Ind. Las Viñas
Mollina
952 74 79 61 /
696 31 34 15



Especialistas en chapa, pintura y mecánica



**Sintoniza hoy
la televisión
TDT de la comarca**

**Informativo,
Deportes y
Las 4 Esquinas**

De lunes a jueves 21.30,
14.00 y 07.00 h

La Semana

Viernes, sábado y
domingo 14:00 y 21:30 h

Hermanaco

Miércoles 22:15 y
Jueves 14:45 y 07:45 h

Sintoniza hoy la
televisión TDT de la comarca

Calle Aguardenteros, 15
Antequera - 952 84 51 01
695 95 95 65



Trabaja en **M**ediante Comunicación



.....

Abrimos la **Bolsa de Empleo y Prácticas 2018** para estudiantes o graduados de **Periodismo, Comunicación Audiovisual, Administración o Publicidad y Relaciones Públicas**. Se ofrece flexibilidad horaria y de días semanales de asistencia.

.....

Si estás interesado@ mándanos tu CV a direccion@grupomediante.com

Más información
952 84 51 01

TELÉFONOS DE INTERÉS

BOMBEROS 952 70 51 00
ENDESA 902 51 65 16
IBERDROLA 902 10 22 10
CEPSA 913 37 75 55
FENOSA 901 20 30 40
REPSOL BUTANO 952 84 09 58
AGUAS DEL TORCAL 952 84 00 00
ESTACIÓN DE ANTEQUERA-SANTA ANA 952 12 81 51
ESTACIÓN DE ANTEQUERA 95284 32 26
ESTACIÓN DE BOBADILLA 952 70 00 22
ALSA 902 42 22 42
AUTOMÓVILES MÉRIDA 952 75 12 71
AUTOMÓVILES TORRES 952 84 24 92
R.L. DOBLADO 607 50 89 22
AYUNTAMIENTO 952 70 81 00 / 952 70 37 50
YOIGO 1707
ORANGE 470
VODAFONE 123
MOVISTAR 1004
TAXI RADIO ANTEQUERA 952 84 55 30 / 687 59 75 00
TAXI ANTEQUERA "LOS VERDES" 951 700 228 / 600 95 58 45
GUARDIA CIVIL 952 84 01 06 / 952 84 03 57
POLICIA NACIONAL 952 70 63 50 / 952 84 34 94 / 091 / 952 70 63 62
POLICIA LOCAL 952 708 103 Y 952 708 104
OFICINA TÉCNICA PROTECCIÓN CIVIL: 952 70 81 32 Y 952 70 83 23
CENTRO DE SALUD (CITA PREVIA) 902 505 060



**Sintoniza hoy
 la televisión
 TDT de la comarca**

Informativo, Deportes y Las 4 Esquinas

De lunes a jueves 21:30, 14:00 y 07:00 h

La Semana

Viernes, sábado y domingo 14:00 y 21:30 h

Hermanaco

Miércoles 22:15 y Jueves 14:45 y 07:45 h

FARMACIA DE GUARDIA

OCTUBRE 2018

JUEVES 11

FARMACIA MIR MUÑOZ, C. B.
C/ PÍO XII, 6 (BDA. GIRÓN)
TLF. 952 70 36 99

JUEVES 18

FARMACIA PANCORBO PÉREZ
C/ PUERTA DE GRANADA, 6
TLF. 952 70 25 93

JUEVES 25

FARMACIA PÉREZ FALCÓN
C/ CAMPILLO BAJO, S/N
TLF. 952 84 22 15

VIERNES 12

FARMACIA FRANQUELO, C. B.
C/ INFANTE D. FERNANDO, 62
TLF. 952 84 01 10

VIERNES 19

FARMACIA PEREA ORPEZ
CUESTA REAL, 53 (SAN JUAN)
TLF. 952 84 21 48

VIERNES 26

FARMACIA MIR MUÑOZ, C. B.
C/ PÍO XII, 6 (BDA. GIRÓN)
TLF. 952 70 36 99

SÁBADO 13

FARMACIA PÉREZ OSTOS
C/ CARRETEROS, 3
TLF. 952 84 20 96

SÁBADO 20

FARMACIA ELVIRA CERVERA
C/ INFANTE D. FERNANDO, 10
TLF. 952 84 13 84

SÁBADO 27

FARMACIA FRANQUELO, C. B.
C/ INFANTE D. FERNANDO, 62
TLF. 952 84 01 10

DOMINGO 14

FARMACIA SORZANO BAUSÁ
PLAZA DE SANTIAGO, 6
TLF. 952 70 10 48

DOMINGO 21

FARMACIA MIR VILLALÓN, C. B.
C/ LUCENA, 15
TLF. 952 84 14 87

DOMINGO 28

FARMACIA PÉREZ OSTOS
C/ CARRETEROS, 3
TLF. 952 84 20 96

LUNES 15

FARMACIA MIR MUÑOZ, C. B.
C/ PÍO XII, 6 (BDA. GIRÓN)
TLF. 952 70 36 99

LUNES 22

FARMACIA COSO VIEJO
C/ ENCARNACIÓN, 11
TLF. 952 70 26 33

LUNES 29

FARMACIA SORZANO BAUSÁ
PLAZA DE SANTIAGO, 6
TLF. 952 70 10 48

MARTES 16

FARMACIA IBÁÑEZ CON, C. B.
C/ CANTAREROS, 19
TLF. 952 84 12 72

MARTES 23

FARMACIA VILLODRES
PLAZA SAN FRANCISCO, 1
TLF. 952 84 40 65

MARTES 30

FARMACIA MIR MUÑOZ, C. B.
C/ PÍO XII, 6 (BDA. GIRÓN)

MIÉRCOLES 17

FARMACIA GALINDO MAQUEDA
C/ PORTERÍAS, 1
TLF. 952 84 69 01

MIÉRCOLES 24

FARMACIA CENTRAL
C/ LUCENA, 46
TLF. 952 84 18 95



AQUASLAVA PLAN 5

**5 DÍAS ENTRENAMIENTO
PERSONALIZADO**

5 ACTIVIDADES GUIADAS DIFERENTES

**ENTRENAMIENTO EN SALA, CROSS TRAINING, SPINNING, BODYPUMP
BODY COMBAT, ZUMBA, NATACIÓN**

**ASESORAMIENTO NUTRICIONAL PARA
TUS 5 COMIDAS DIARIAS**

**PLANIFICACIÓN DE TU ALIMENTACIÓN
E IDENTIFICACIÓN DE POSIBLES ERRORES**

**5 PARÁMETROS DE CONTROL DE
TU COMPOSICIÓN CORPORAL**

COMPRUEBA PERIÓDICAMENTE TUS PROGRESOS