

1,95 € | Nº 1.497  
DEL 17 AL 23 DE JUNIO DE 2015

# mia

DIARIAS 2,06 EUR (SIN IVA) INCLUIDO TRANSPORTE URGENTE

**Cocina mia**  
Sólo **1,95€**

Precios light

**30 BAÑADORES**  
supertendencia desde 13 €

**Maquillaje**

Trucos de top model  
para sacarte partido

APRENDE A DESCIFRAR  
UN ANALISIS DE SANGRE

Dossier psico

**iMotívate!**

Todas las claves para  
conseguir tus metas

EL MÉTODO DE STAMATEAS (EL COACH  
DE MODA) TE CAMBIARÁ LA VIDA

**10  
TRUCOS**

PARA SER FELIZ EN  
EL TRABAJO

Salud

**12 ALIMENTOS  
QUE TE AÑADEN  
NEURONAS**

VI PREMIO  
CUIDA DE TI  
**María Adán**  
MADRINA DE BANCOS  
DE ALIMENTOS



**MÁLAGA, te descubrimos la milla del arte**  
UNA ESCAPADA CON MUCHO MÁS QUE PLAYA







## TIENES UNA CITA...

Del 19 de junio al 10 de julio, en el 64 Festival Internacional de Música y Danza de Granada.

Los espacios más bellos y singulares de la ciudad de la Alhambra (Palacios nazaries, Patio de los Aljibes, Jardines del Generalife, Patio de Arrayanes, Palacio de Carlos V...) se llenan un año más de arte con las actuaciones de grandes artistas de la música y la danza. La cantaoira Estrella Morente (21 de junio), el guitarrista Vicente Amigo (28), la violinista Anne-Sophie Mutter (2 de julio), la cantante Noa con la Orquesta Ciudad de Granada (7 de julio), el Víctor Ullate Ballet Comunidad de Madrid (9 de julio) y La Fura dels Baus con *El amor brujo; el fuego y la palabra* (10 de julio), entre otros. Las entradas oscilan entre 20 y 40 €.

### BALLET NACIONAL DE ESPAÑA

Plato fuerte de este festival, el espectáculo *Aliento & Zaguán* llegará al Teatro del Generalife el 4 de julio. Moderna visión de la danza clásica, por un lado, y del ballet flamenco, por otro, creada por el director del BNE, Antonio Najarro.



### EL RESTAURANTE DE MODA

Se llama El Velázquez 17 y es el lugar para dejarse ver. Cuidada decoración parisina, cocina internacional *non-stop* (picoteo, plato del día, ensaladas, pizzas, sándwiches, pasta...), desayunos y *afterwork* de gins los viernes. Velázquez, 17. Madrid. Telf: 914 316 816. Precio medio: 23 €.



## PARA NIÑOS

**MI PRIMER FESTIVAL.** Pensado para que los peques de la casa canten, bailen y jueguen con sus personajes favoritos (Pocoyó, Callou, Looney Tunes, Winx...) y se entretengan en sus talleres, hinchables y *jumpings*. Será el sábado, 20 de septiembre, en el Campo deportivo de la Universidad Complutense de Madrid.

### ESCAPADA A CANTABRIA CABAÑAS CON ENCANTO

Las montañas del Valle de Miera (a 40 km de Santander) esconden estos singulares alojamientos turísticos: cabañas pasiegas rehabilitadas. Desde 54 €, pax/noche, aprox.



### Teatro

## 'EL DISCURSO DEL REY'

Magüi Mira dirige esta versión de la película en la que Colin Firth daba vida al rey Jorge VI de Inglaterra, papel que ahora interpreta Adrían Lastra, muy bien acompañado por Roberto Álvarez, Gabriel Garbisu y Lola Marcell. Hasta el 28 de junio. Teatro Español. Madrid. 5-22 €.



## DESIGNING 007

### EXPOSICIÓN

## 'DISEÑANDO 007: CINCUENTA AÑOS DE ESTILO BOND'

El Fernán Gómez de Madrid, acoge hasta el 30 de agosto esta muestra para los amantes del agente más famoso del cine. 14 €.

### Comedia

## 'TE ELEGIRÍA OTRA VEZ'

La televisiva Sara Escudero (*Zapping*) ha escrito esta comedia en torno al amor. En escena seis jóvenes actores, algunos también rostros de la televisión como Esmeralda Moya, Nerea Garmendia o Bernabé Fernández. 13-18 €.

A  
Coruña.  
26 junio

