

Qué!

JUEVES 4
FEBRERO DE 2007
www.quevalencia.com

AÑO 3
Nº 469

VALENCIA

PARA ENTENDERSE CON INMIGRANTE

LOS MÉDICOS DE FAMILIA ATENDERÁN HASTA EN ÁRABE, RUSO Y CHINO

En menos de tres meses estos especialistas contarán con un programa informático que les ayudará a tratar las enfermedades de los pacientes inmigrantes en su propio idioma.



La doctora Fernández, médico de primaria.

Qué Casas! EL SEMANARIO LÍDER INMOBILIARIO

CÓMO INVERTIR SIN RIESGOS

Nuevas viviendas en Altea y Rocafort. ¿Catala un cine en el salón? El experto Juan Carlos Ferrerom muestra su caso.

HOY JUEVES

Qué Casas!



David Delfín va a montar una mudanza en Cibeles

Jordi se compró su primera casa a los 37 años



Hoy vuelve 'La casa de tu vida' en TS.

Los médicos del Valencia no saben explicar tantas lesiones



Baraja, el último misterio.

¿Eres adicto al chocolate? Pág. 17



Ibarretxe, ayer, junto a su mujer. Declaró ante el juez Ibarretxe volverá a verse con Otegi

El lehendakari declaró ayer ante el Tribunal Superior de Justicia del País Vasco por su reunión en abril con el batasuno Arnaldo Otegi y afirmó que volverá a hacerlo en un futuro.

Siniestralidad Cada día mueren cuatro jóvenes en accidentes de tráfico

Un estudio realizado por RACC sitúa los accidentes de tráfico como la primera causa de mortalidad entre los jóvenes españoles.

Cálig Mueren por inhalar las emanaciones de la estufa de leña

Vivienda Lanzan una hipoteca para jóvenes a 52 años

Hoy tendremos Tiempo estable en Valencia

Seguiremos con pocos cambios, cielo poco nuboso o despejado salvo alguna nube sobre el litoral.

Una temperatura de... **MAX. 14º MIN. 4º**

Una sensación térmica de...
Mañana **4º** Tarde **14º** Noche **9º**

Y un viento de... **6 km/h.**

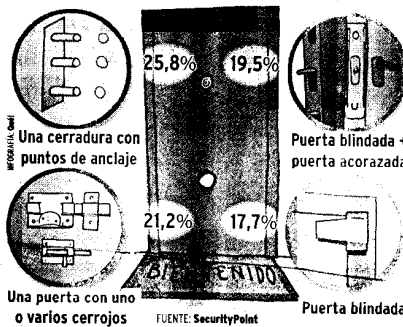
¡OJO! LA MITAD DE LOS ROBOS SON POR LA ENTRADA PRINCIPAL

Los ladrones entran por la puerta grande

➤ 4 DE CADA 10 CASAS HAN REFORZADO SU SEGURIDAD EN 2006
➤ LA PUERTA PRINCIPAL SUPONE EL 90% DE LAS MEJORAS

LO PRIMERO, REFORZAR LA CERRADURA

Principales reformas destinadas a mejorar la seguridad de la puerta en %



Le puede pasar a cualquiera. Los robos en las casas han aumentado y la sensación de inseguridad también, lo que ha llevado a cuatro de cada diez españoles a reforzar la seguridad de su casa. La puerta de entrada es la principal vía de acceso de los ladrones. Por eso, el 90% de las reformas destinadas a reforzar la seguridad del hogar se centra en la instalación de puertas blindadas y acorazadas y en mejorar las cerraduras.

VALENCIA ¿LA POLÍTICA NO ES PARA ELLOS?

Los mayores votan más... y mandan menos

Los mayores de 65 años sólo representan el 5% de los cargos públicos en las principales instituciones valencianas. En Les Corts, hace ahora cuatro años, la media de edad de los electos era de sólo 42. En cambio votan mucho más que los jóvenes: un 30% de los que acuden a las urnas.



Están más cogenciados políticamente.

PROYECTO EUROPEO

Valencia investiga cómo hacer sana la hamburguesa

Y los 'snacks' y los cereales. O sea, la comida preferida del adolescente que es, a la sazón, también la menos nutritiva. El instituto valenciano Ainia ya está en ello.

Unión Financiera Asturiana
Cajastur - Unión Financiera Asturiana

Préstamos desde **600 €**

902 27 74 27
www.union-financiera.com

BUS Y METRO PARA TODOS

Hay se abre el plazo para que los mayores y discapacitados de Mislata presenten las solicitudes para obtener los bonobuses y bonometros gratuitos. ¡Hay 10.000!



DESDE ABRIL, BALNEARIO

Bienestar Social ha abierto el plazo para solicitar plazas en el programa de Termalismo, que ofrece estancias de ocho días en balnearios como el de Chullilla.



• Hay más de 9.000 plazas para personas mayores, cada una de ellas subvencionada con **115 euros**. Podrán descansar y también recibir **terapias para el reuma o el Parkinson**, por ejemplo.

AINIA PREPARA HAMBURGUESAS LIGHT Y CHOCOLATE SIN CALORÍAS

Valencia investiga cómo convertir la 'comida basura' en saludable

JÉSSICA ALBIACH
jessica.albiach@quedario.com

A nuestros adolescentes les apasiona la comida basura y la mitad de las veces que se alimentan fuera de casa toman hamburguesas o kebabs. Apenas desayunan y les falta ejercicio. Los anuncios de vida sana no les cuajan y tampoco toman conciencia de la relación entre dieta y enfermedades. Por ello, la Comunidad Europea, en colaboración con cinco centros tecnológicos, uno de ellos Ainia, en Valencia, ha decidido convertir sus tres productos estrella en saludables. Harán hamburguesas bajas en grasa, snacks sin calorías y cereales enriquecidos con minerales y vitaminas. También combatirán el colesterol.



LA MITAD TIENE COLESTEROL

La mitad de los menores de la Comunitat tienen un nivel excesivo de colesterol, uno de cada cinco es obeso y son demasiado sedentarios, según el ministerio de Sanidad.

MANANA ES LA GRAN REUNION

A comer bien se aprende

Sus alimentos favoritos son la pizza, la pasta, los snacks, los platos tradicionales como la paella y la carne, en especial, a los chicos. En la adolescencia se pierde el hábito de comer pescado, frutas y verduras y se deja de desayunar. Lo que determina la alimentación de los jóvenes es en primer lugar el sabor. Le siguen la prescripción paterna desde la infancia y la disponibilidad, el precio y la facilidad para prepararlos.

Pasarán un test

María José Sánchez, de Ainia, revela que mañana se reunirán los expertos de otros cuatro centros tecnológicos agroalimentarios europeos para definir el test de aceptación sensorial de los productos. A partir de estos resultados, se seleccionarán los prototipos que más se acercan a los gustos de los adolescentes europeos. Conseguirán que sean atractivos y aceptables a nivel sensorial, a la vez que saludables.

MEJOR UN BOCADILLO, UNA PIZZA O UN KEBAB QUE UNA SALCHICHA

Los productos de fast food se pueden clasificar en los de influencia anglosajona, como hamburguesas, salchichas y patatas fritas con mayonesa, mostaza o ketchup; y los de procedencia mediterránea y árabe, más saludables y nutritivos. Son las pizzas, los bocadillos, las tapas y los kebabs.

**NO SÓLO ESTARÁN BUENOS...
... TAMBIÉN SERÁN NUTRITIVOS**

FAST FOOD

Barato, rápido y con ambiente juvenil

Los adolescentes se sienten integrados en el ambiente fast food: informal, diferente de la cocina tradicional familiar, barato y con sabores de la infancia: bebidas gaseosas, patatas fritas y helados.



LOS SNACKS

Sin complicaciones y fácil mientras se juega a la 'Play'

Lo que más les gusta es comer frutos secos, chocolates, papas, palomitas y galletas, según el estudio de Ainia. Les sacia, tiene buen sabor y al mismo tiempo les permite chatear, ver la tele o jugar a la 'Play'.



CEREALES

Un buen desayuno nos hace adelgazar

Casi la mitad de los adolescentes no desayuna y apenas el 50% toma cereales, aunque se ha comprobado que reducen el sobrepeso y aportan vitaminas y minerales.

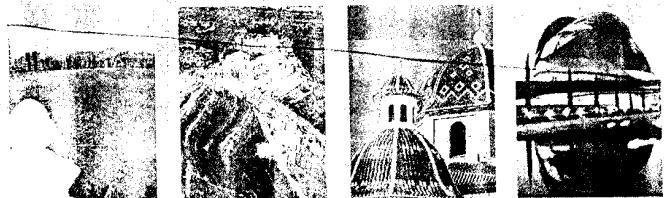


EN FUTUR 2007

Acércate a la Comunitat Valenciana. Ven al Pabellón 5.

Porque con playas, rutas de interior, oferta cultural, parques de ocio, cocina mediterránea, tres mil horas de sol al año y la mayor competición de vela del mundo, la Comunitat Valenciana es el lugar perfecto para tus vacaciones.

Ven al Pabellón 5, del 31 de enero al 4 de febrero en IFEMA (Madrid).



www.comunitatvalenciana.com

