



EL RINCÓN DEL ALBA

Calendario partidos 26/27

Pag. 38

Titiripeuta

Fidel Delgado

El arte de vivir con humor,
conciencia y serenidad

Pag. 10

ENTREVISTA

PAQUITA CALAVERA

Pag. 24



Qué hacemos hoy?

Agenda total de Albacete y provincia
¡Para que no te pierdas nada!



ESCANÉAME



abm

www.albaceteamano.com

Staff

EDITA

Publicor Ediciones S.L.

ADMINISTRACIÓN

Aurora López Martínez
gestion@publicor.com

Migdalis Moya

admin@publicor.com

DIRECTORA MARKETING

Olaya Gomaríz
marketing@publicor.com

DISEÑO GRÁFICO Y MAQUETACIÓN

Paqui Lázaro Tárraga
design@publicor.com

Eva García Hinarejos

publicidad1@publicor.com

DEPARTAMENTO COMERCIAL

Isabel Guirado Santiago

isabel@publicor.com

614 91 97 73

DEPÓSITO LEGAL

AB/245/95

DIRECCIÓN

C/Torres Quevedo, 80

967 665 665

02003 Albacete

www.albaceteamano.com



Sumario

24

Gente de Albacete
Paquita Calavera



30

Sección Salud



26

Tu mascota



50

Made in
Albacete



56

Agenda
Cultural

abm

¿Qué hacemos hoy?

60

Hogar & Vivienda



¿Tienes una empresa?

Anúnciate con nosotros **¡y deja que te vean!**
Lleva tu negocio a todos los hogares de Albacete y los
20 pueblos más cercanos a nuestra ciudad.

Contacta con nosotros 614 91 97 73 - isabel@publicor.com

abm Capital

**30.000 ejemplares
mensuales**



abm Cercanías 20 pueblos

**6.000 ejemplares
trimensuales**

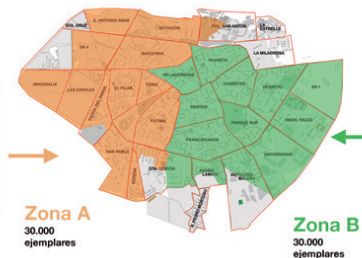


PGD
www.introl.es



MAPAS DE DISTRIBUCIÓN 2026

Enero
Marzo
Mayo
Julio
Octubre
Diciembre



Febrero
Abril
Junio
Septiembre
Noviembre



Dr. Mario Alonso Puig

La coherencia es tu mayor autoridad



Querido amigo/a,

Cuando pensamos en un líder, casi siempre imaginamos a alguien que manda, que impone y que ocupa el centro de la sala con su autoridad.

Pero esa imagen describe exactamente lo contrario de lo que he visto en los líderes que de verdad transforman a quienes les rodean.

Un líder auténtico no empuja.

Atrae.

No necesita imponer su autoridad porque la tiene. Y la tiene porque hay coherencia entre lo que dice y lo que hace. Porque cuando promete algo, lo cumple. Porque cuando se equivoca, lo reconoce sin necesidad de ponerse a la defensiva.

La **confianza** no se declara. Se construye, despacio, con cada acción que está alineada con los propios valores.

Y esto vale para todos. No hace falta tener un título ni ocupar un cargo. El liderazgo más poderoso que he visto en mi vida no estaba solo en algunos despachos. Estaba sobre todo en personas que, en los momentos difíciles, elegían responder desde lo mejor de sí mismas.

El liderazgo no es un lugar al que se llega.

Es una forma de ser que se elige, cada día.

¿En qué área de tu vida podrías liderar con un poco más de autenticidad y coherencia?

Con todo mi cariño y admiración,

Dr. Mario Alonso Puig



DESCUBRE EL PRIMER CURSO CON LA METODOLOGÍA:
REINVENTARSE

Mi última voluntad

Hoy me he levantado yo un poco existencialista, ¡ea! será el calor que me puede y me lleva casi al delirio (cuarenta grados a la sombra, mujer, cincuenta y muchos...) pero el caso es que aquí estoy yo dejando por escrito mis últimas voluntades.

Hay quien quiere que esparzan sus cenizas en el mar, otros sueñan con una montaña remota, un bosque centenario o un acantilado azotado por el viento. Todo muy poético, muy trascendental y muy de documental con música de piano. Yo, sin embargo, siempre he encontrado una verdad mucho más profunda en aquel verso de "Las simples cosas": "Uno vuelve siempre a los viejos sitios donde amó la vida." Y, siendo sinceros, ¿dónde he amado yo la vida con más intensidad que en el perchero de Zara cuando ya han colgado el glorioso cartel del 70% de descuento?

Por eso dejo dicho, por escrito y con absoluta solemnidad, que cuando llegue mi hora me incineren y esparzan mis cenizas allí, entre un abrigo de paño que milagrosamente queda en la talla S y un vestido que, tres meses antes, costaba un riñón y ahora vale menos que un café con hielo. Ese es mi lugar sagrado. Mi Jerusalén. Mi Meca textil. Mi Stonehenge.

Eso sí, exijo una ceremonia digna: nada de violines; quiero el inconfundible sonido de perchas chocando entre sí, los suspiros de quien encuentra "la última M" y el murmullo re-

verencial de alguien diciendo: "Pues no necesitaba otra chaqueta... pero por ese precio...". Que alguien, con delicadeza, pronuncie las palabras de despedida: "Llévate dos, que luego te arrepientes".

Y aún tengo una cláusula más importante. Que hagan dos montoncitos con mis cenizas. Porque una tiene principios... pero también fondo de armario.

Si fallezco en verano, que guarden la mitad para las rebajas de invierno. No pienso presentarme en el más allá con un lino arrugado mientras las almas elegantes estrenan un abrigo camel impecable. Una puede estar muerta, sí, pero jamás con un outfit descuidado. Quiero llegar al limbo calentita, sofisticada y, sobre todo, monísima.

Y si me muero en invierno, exactamente al revés. Que reserven media urna para las rebajas de verano. No vaya a ser que en la playa celestial o infernal, que nunca se sabe dónde termina una según el historial de compras compulsivas aparezca con cualquier trapo del año anterior. Hay una dignidad que ni la muerte debería arrebatar.

Porque las cenizas pasan, el alma trasciende... pero una ganga al 70% es una experiencia mística. Y si, como dice la canción, siempre volvemos a los lugares donde amamos la vida, yo solo espero que, al remover un perchero imposible, alguien estornude discretamente y piense: "Qué curioso... aquí se respira un ambiente fabuloso".

SENTIRTE CLIENTE 😊

- * Que te llamen por tu nombre, *no por tu turno.*
- * Que te atiendan en persona, *no por una app.*
- * Que te escuchen sin prisa, *y te hablen de tú a tú.*
- * Que el cajero sea una opción, *no una obligación.*
- * Es estar cuando vienes, *no cuando conviene.*
- * Es seguir abriendo oficinas, *para estar más cerca de ti.*



La banca que tú quieres



Eva López Álvarez



Compartir artículo

Hoy no.....Mañana

Hay personas que madrugan para correr diez kilómetros. Otras organizan su armario por colores. Las hay que consiguen que ningún alimento les caduque en la nevera y luego estamos quienes poseemos un don mucho más sofisticado: la capacidad de posponer una tarea importante mientras perdemos el tiempo realizando cuarenta actividades completamente inútiles.

La procrastinación ha sido injustamente maltratada a lo largo de la historia. Se le acusa de hacer perder el tiempo, cuando lo cierto es que incentiva nuestra creatividad. Una cosa es dejar de hacer algo y otra muy distinta es inventar una eterna cadena de excusas que impiden que llevemos a cabo esa tarea que no dejamos de posponer.

Los procrastinadores no evitamos las obligaciones. Las rodeamos. Las observamos. Las estudiamos desde todos los ángulos. Planificamos el momento de comenzar a abordarla, pero al final no la ejecutamos.

En más de una ocasión me he sentado delante del ordenador con la firme intención de redactar una columna que me han pedido desde la dirección de esta revista. Cinco minutos después me encuentro averiguando por qué los flamencos duermen sobre una sola pata o cómo era la dieta de los gladiadores roma-

nos. Temas absolutamente desconectados del contenido de mi relato pero tremendamente hipnóticos para una mente procrastinadora como la mía.

La procrastinación revela prioridades misteriosas e inexplicables. De ese modo, si vence el plazo para presentar el IRPF, de pronto nos parece urgentísimo ordenar el cajón donde acumulamos los cargadores de teléfonos que ya no usamos. Y si hay que contestar un correo importante, nada resulta más necesario que revisar si el aguacate que lleva días en el frutero está madurando correctamente.

A los procrastinadores se nos tiene que reconocer una virtud: trabajamos mejor bajo presión. Una presión descomunal, absurda, brutal y perfectamente evitable, pero presión al fin y a al cabo. Entonces ocurre el milagro. La tarea que llevaba semanas hibernando aguardando paciente su momento, se completa en apenas cuarenta minutos. Con ojerás, café y una dosis abultada de arrepentimiento, pero se completa.

Después, más de lo mismo. La jura solemne de que nunca volveremos a dejar todo para el último momento. La promesa, la calendarización, la descarga de apps de productividad y ese sentimiento de haber aprendido la lección.

Hasta que aparece una nueva tarea. El comienzo del bucle.



Don Felix tiene su origen en una empresa de sastrería de larga tradición familiar que se remonta a cuatro generaciones. Para mí es un orgullo pertenecer a esta familia.

Yo paso a formar parte de la empresa en enero de 2015 después de haber trabajado en sastrerías de la competencia durante años, y es a partir de entonces cuando empiezo a sentir de verdad la pasión por el oficio gracias a trabajar codo con codo con Félix pellejero al cual considero mi padre sobre todo en el terreno profesional.

A día de hoy gestionamos la tienda de Villarrobledo y Albacete, las cuales se caracterizan por contar con un personal experto en moda y profesionales de la sastrería dando un trato personalizado y exclusivo al cliente.

Además de ser especialistas en sastrería y ceremonia contamos con grandes marcas en moda Casual y sport dando así un servicio completo y cubriendo todas las necesidades del vestir del hombre.



C/ La Caba, 13
02001 Albacete
Tif. 967 993 791
Movil 675 333 931

SASTRERÍA DON FÉLIX
Personaliza tu Traje

www.donfelixalbacete.com



Elena Serrallé



Compartir artículo

FIDEL DELGADO

nada te falta,
nada te amenaza
porque eres
Plenitud
ya

Fidel Delgado es madrileño y trashumante. Psicólogo clínico, casado y abuelo de varios nietos. Ejerció durante años como psicólogo en el Hospital Universitario La Paz de Madrid y como profesor en la Escuela Universitaria de Enfermería.

Durante décadas se ha dedicado a acompañar a personas en el proceso de morir, una experiencia que le ha imprimido una visión del mundo muy particular y que hace que sus charlas o monólogos no dejen a nadie indiferente. Se autodefine como

“titiripeuta”





“Disfruta de lo que ya eres
mientras buscas
lo que crees que
aun te falta”



1. Has acompañado a personas a morir durante décadas. ¿Qué te ha enseñado la muerte sobre cómo vivir?

«La muerte no enseña... porque NO EXISTE.» Solo existe el VIVIR ILIMITADO, que fluye en cambios constantes. Cuando una forma de vivir ha caducado, te avisa para que la sueltes, porque otra forma de VIDA está aguardándote. Si sueltas lo terminado sin apego, hay gozo en el tránsito. Si no, sufrimiento... hasta que sueltes. Acompañar los distintos modos de soltar de los humanos... te enseña mucho.

2. Dices que el humor es algo muy serio. ¿Puede explicarnos esa aparente contradicción?

Dice mi Inteligencia Absoluta: Humor = fluido. Yo soy 70 % al menos en modo fluido. Conocer mi humor es conocer cómo fluye el Vivir en mí, lo cual es súper importante, decisivo; es, por tanto, MUY SERIO. (Humor no es contar gracias, hacer risas, leer memes). Disfrutar del Sentido del Humor es necesidad porque sentir cómo fluye el Vivir en mí es sería garantía de salud integral. Si siento señales de “mal humor”, ellas me indican dónde está el atasco y cómo recuperar el buen fluir de mi existencia.

3. Te defines como “pontífice”, alguien que tiende puentes entre lo tangible y lo intangible.

¿Cuál es el puente más difícil de construir hoy en día?

El puente más difícil es entre el “Afuera” y el “Adentro”. El mundo está hecho de extraversión, desde el Centro de sí entro donde está el Origen. Volver a Sí, regresar a Casa, recogerse dentro, se hace difícil por todas las fuerzas centrífugas. Lo centrípeto no tiene apoyos ni subvenciones del mundo y sus sistemas. Conviene comprobar que el Centro nos reclama de continuo y el Padre sale todos los días a esperar el retorno del hijo pródigo en diversiones.

4. La generación actual de jóvenes ha crecido en un mundo de cambios vertiginosos. ¿Crees que estamos preparando emocionalmente a nuestros hijos y jóvenes para afrontar esa velocidad, o los estamos dejando solos ante ella?

La “sociedad” es una generalización que no uso demasiado... Veo en las personas una evolución en el crecimiento de nivel de Conciencia. Se evidencia cuando observas variadas respuestas ante la misma “situación social”. Ahora, ante la inteligencia artificial rampante, hay respuestas multitemerosas... y amorosas también. Las amorosas proceden de la Inteligencia Absoluta. Ella no utiliza los datos caducados de la inteligencia artificial, sino las posibilidades aún



DESCANSA BIEN PARA QUE ESTE AÑO
TODOS TUS SUEÑOS SE CUMPLAN



 Mejora la hidratación de los discos intervertebrales

 Sueño más profundo mejorando las conexiones neuronales

 Alineación de Cabeza, Corazón y Pies, previniendo el daño postural



no expresadas de la Inteligencia Original. Sin duda, toda la biodiversidad evoluciona hacia la Plenitud, en un constante fluir.

5. La ansiedad y el estrés se han convertido casi en una epidemia silenciosa. ¿En qué momento dejamos de tratarlos como señales del organismo y empezamos a verlos como enfermedades a eliminar?

Cualquier aspecto del Vivir lo etiquetamos según intereses varios del ego personal o corporativo.

La Lucidez te oferta darte cuenta de quién procede la etiqueta.

La autoproclamada ciencia médica y la farmacéutica... por no citar más, continuamente arriman a su negocio síntomas y señales.

Suelen tomar un miedo de mi ego y convertirlo en enfermedad; luego en medicina y después en medicamento...

Si lo descubres, te escapas del juego:

Dejas el trata-miento, más interesado en venderte que en sanarte, y te adhieres al trata-cierto:

Descubrir los autoengaños que ocultan mi Plenitud Original.

7. Si una persona con ansiedad crónica te preguntara por dónde empezar a salir de ese estado, ¿qué le dirías sin recetarle nada?

Cuando estoy frente a una "persona real", estresada por cualquier sufrimiento, utilizo esta receta (que recomiendo):

"Escuchar 10 antes de hablar 1".

Es decir: preguntar, observar, contactar con el otro por diez formas para sintonizar con la complejidad de cada ser único.

Luego decir algo... que puede ser volver a preguntar más afinadamente.

Así se acompaña a que el otro descubra con sus luces sus propias respuestas.

8. ¿Por qué piensas que hoy son tan complicadas las relaciones de pareja y también

las relaciones entre padres e hijos?

La capacidad de escucharnos y autoconocernos no se puede perder.

La Inteligencia Absoluta que me habita de Origen se encarga de avisarme una y otra vez cuando me atrapa la inteligencia artificial con sus algoritmos.

Están finamente diseñados para localizar y engancharme desde mis miedos y mis deseos.

9. La inteligencia artificial parece capaz de responder cada vez a más preguntas y acompañará a los jóvenes durante toda su vida. ¿Qué oportunidades y riesgos ves para su desarrollo emocional y sus relaciones humanas? ¿Corremos el riesgo de perder la capacidad de escucharnos a nosotros mismos, cultivar el silencio y profundizar en el autoconocimiento?

La Inteligencia Artificial es archicapaz de contestar preguntas y atender mis demandas y, por tanto, distraerme de mi scroll infinito.

Desde la Inteligencia Absoluta te recuerdo:

Mi YO REAL no corre ningún peligro amenazado por una realidad virtual, por muy "aumentada" y seductora que resulte.

Su esencia es ilusión.

Es un sueño y el despertar me confirma en que SOY desde siempre y por siempre.

Siempre está disponible lo que SOY en el Centro de dentro y puedo volver ahí con solo quererlo.

Como cuenta la preciosa parábola del Hijo Pródigo, volver a Casa es posible siempre..., porque en REALIDAD nunca se abandona el Origen.

En sueños emprendemos sin fin.

Con tocar fondo es más fácil despertary constatar que nunca perdimos lo que REALMENTE somos. El Centro nos llama a volver a Casa de muchas maneras:

Silencio, Meditación, Saber Soltar, Aceptación Confiada...



Compartir artículo

Rebajas

QUE REFRESCAN TU VERANO

Colchón + canapé

399 €

Colchón EGEO
Muelle ensacado + Acolchado Visco
135x190 cm



TIFON | muebles

tifon.es

Historias profesionales y personales cuya labor contribuye al desarrollo cultural y humano de la ciudad.



PAQUITA CALAVERA

En un panorama musical donde las prisas suelen marcar el ritmo, Paquita Calavera apuesta por las canciones que se escuchan con calma, las letras que invitan a reflexionar y la música creada desde la experiencia y la pasión. Este grupo albaceteño surge del reencuentro de músicos con una larga trayectoria a sus espaldas, que han decidido unir talento e inquietudes para dar forma a un proyecto personal y auténtico.

Con influencias que van del pop al rock, pasando por la poesía y la canción de autor, Paquita Calavera ha conseguido conectar con un público que busca algo más que simples melodías. Tras su paso por el Festival Antorchas 2026, conversamos con ellos sobre sus orígenes, su forma de entender la música y los retos que afrontan en esta nueva etapa. Acabáis de pasar por el Festival Antorchas, uno de los escenarios más importantes de la ciudad.

¿Cómo vivisteis esa actuación y qué significó para vosotros tocar ante el público de Albacete?

Para nosotros, poder participar en un evento de tanta envergadura como es el Festival Antorchas ha sido un hermoso sueño, un regalo maravilloso, una gran oportunidad para dar a conocer en un ámbito más amplio lo que llevamos dentro. Le pusimos mucha pasión, no solo aquel día en el escenario, sino también en cada ensayo, disfrutamos cada instante, que de eso se trata, de vivir la música con absoluta entrega y compartirla con el encantador público, la magia solo pudo existir gracias a la presencia de todas aquellas personas que estuvieron celebrando a nuestro lado, quedándose hasta el final. Como banda emergente, nos sentimos profundamente agradecidos por ello. Fue una experiencia que, sin duda, jamás olvidaremos.

Paquita Calavera nace del reencuentro de algunos de sus miembros después de más de una década. ¿Qué os hizo sentir que era el



momento adecuado para volver a crear música juntos?

Aintzane: Miguel y yo nos volvimos a encontrar en mayo de 2022. Llevábamos trece años sin tener contacto, sin saber nada el uno del otro, después de cerrar un proyecto que teníamos juntos. Siempre ha habido conexión entre los dos en lo respectivo a la composición de los temas, las letras, arreglos... Funcionamos como una unidad creadora. Una mañana recibí un mensaje de un número desconocido. Era un audio de un tema precioso al piano. Me conmoví profundamente al escucharlo y pregunté quién era. Esa fue, como no podía ser de otra manera, la forma en que la vida nos volvió a cruzar en el camino. Una tarde de primavera quedamos a tocar, sin pretensiones, a ver qué sucedía. Y sucedió. Volvió la magia, parecía que no habían pasado los años. La piel de gallina en uno de los temas en los que Miguel tocaba la guitarra y yo estaba cantando al piano fue la señal definitiva que nos impulsó a volver. A partir de ahí, un nuevo comienzo. Rescatamos algunos temas, compusimos otros nuevos. Después llegó Carlos y se unió como bajista. Él era amigo de la etapa de Sección Áurea, nuestro anterior proyecto, y siempre animó a Miguel a que volviésemos a unirnos, a crear. Después se fueron sumando a la propuesta nuevas personas, músicos magníficos de mucha trayectoria, algunos de los cuales ya no están actualmente, como Martín Alcahud o Ricardo Rojas, hasta que se consolidó nuestra actual formación, con Dani al teclado, de exquisita sensibilidad, Chevi a la batería, con una larga trayectoria y experiencia con multitud de bandas. El último en incorporarse fue Miguel Ángel con la guitarra, también con una trayectoria muy interesante.

Muchos de vosotros venís de bandas y proyectos muy diferentes. ¿Cuál diríais que es la principal fortaleza que aporta esa

experiencia acumulada?

Precisamente el amor que tenemos por la música, o el haber formado parte, algunos de nosotros, de formaciones de estilos muy diversos, nos otorga una visión ecléctica que nos permite explorar más profundamente nuevos caminos, nuevas rutas en la composición, sin miedo y sin límites. Esa es quizás, nuestra principal fortaleza.

¿Cómo veis actualmente la escena musical de Albacete y qué papel creéis que juegan festivales como Antorchas para los artistas locales?

Albacete cuenta con muchísimos artistas con un talento impresionante. Se debería contar con más espacios y proyectos que apuesten por las bandas locales emergentes, que llevan propuestas muy interesantes, bandas y formaciones que hacen lo que les gusta, lo que les nace, de forma completamente independiente y sin estar sujetos a los caprichos del capital. Hay mucho talento en Albacete, sin duda alguna. El Festival Antorchas, al incluir el Memorial Alberto Cano y contar en su cartel con bandas locales, constituye una plataforma muy interesante para que se den a conocer nuevas bandas, y que tengamos acceso a disfrutar de esa música... Pero, insistimos, hacen falta más espacios y propuestas que den cabida a la enorme diversidad musical de Albacete.

Después de estos primeros pasos y de la acogida que está teniendo el proyecto... ¿Qué podemos esperar de Paquita Calavera en los próximos meses?

Actualmente, estamos en proceso de grabar un nuevo disco que incluirá muchos de los temas que tocamos el pasado viernes. También estamos inmersos en la composición de nuevos temas y en los ensayos, que nos permiten mejorar cada vez más, de cara a los próximos conciertos. Nuestro primer disco "Sideral" está presente en todas las plataformas de streaming.

CALENDARIO DE FIESTAS DE NUESTROS PUEBLOS

- Abengibre Última semana de septiembre:** Fiestas Mayores Fiestas Mayores (Alardes de Moros y Cristianos)
- Alatoz. 15 de Agosto:** Fiesta del Turista
- Alborea. 8 de Septiembre:** Fiesta de Nuestra Señora de la Natividad
- Alcalá del Júcar. Del 5-15 de Agosto:** Fiestas de San Lorenzo.
Hogueras para San Fulgencio y la Candelaria
- Alcaraz. Del 4-8 de Septiembre:** Feria y Fiestas. **8 de Septiembre:** Romería a Cortes
- Almansa. Del 28 de Agosto - 4 de Septiembre:** Feria
- Alpera. 15-16 de Agosto:** Fiestas
- Ayna. Del 4-8 de Septiembre:** Fiestas de la Virgen de lo Alto
- El Balletero. 10 de Agosto:** San Lorenzo
- Barrax. 16 de Agosto:** Fiesta de San Roque (toro de fuego)
- Bienservida. Del 8-10 de Septiembre:** Fiestas de la Virgen del Turruchel.
24 de Agosto: Romería de la Virgen
- Bogarra. Del 20-23 de Agosto:** Fiestas de San Sebastián (encierros)
- El Bonillo. Del 11-14 de Agosto:** Fiestas Mayores
- Carcelén. Del 23-27 de Agosto:** Fiestas del Santo Cristo de las Eras y la Misericordia
- Casas Ibáñez. Del 24-29 de Agosto:** Feria
- Caudete. Del 6-10 de Septiembre:** Fiestas de la Virgen de Gracia (Moros y Cristianos)
- Cenizate. Última semana de Agosto:** Fiestas de Santa Ana.
5 de Agosto: Virgen de las Nieves
- Corralrubio. 28-30 de Septiembre:** Fiestas de San Miguel
- Cotillas. Del 6-8 de Agosto:** Fiestas de San Juan Bautista
- Chinchilla de Monte Aragón. Del 4-8 de Agosto:** Fiestas de la Virgen de las Nieves.
29 de Septiembre: San Miguel
- Elche de la Sierra. Del 15-20 de Septiembre:** Ferias y Fiestas Ferias y Fiestas (encierros) **CORPUS:** alfombras de serrín
- Férez. Primer fin de semana de Agosto:** Fiestas de Verano
- Fuensanta. 8 de Septiembre:** Virgen de la Fuensanta
- Fuentealbilla. Del 13-23 de Agosto:** Fiestas del Cristo del Valle
- La Gineta. Del 13-15 de Septiembre:** Fiestas del Cristo de la Misericordia
- Hellin. La Feria y Fiestas en Honor a La Patrona de Hellín Nuestra Señora del Rosario. Último Sábado de Septiembre y finaliza el primer Domingo de Octubre.**
- Higuera. Primer fin de semana de Agosto:** Fiestas de verano
- Hoya Gonzalo. 24 de Septiembre:** Virgen de los Remedios



Albacete

te siente
siente Albacete



- **Jorquera. Del 15-17 de Agosto:** Fiestas de San Roque
- **Letur. Del 14-20 de Agosto:** Fiestas de la Virgen de la Asunción (encierros)
- **Liétor. Del 23-28 de Agosto:** Fiestas (encierros)
- **Madrigueras. Último fin de semana de Agosto:** Fiestas del Cristo
- **Mahora. 15-16 de Agosto:** Fiestas de Ntra. Sra. de Gracia y San Roque
- **Masegoso. Primer domingo de Agosto:** Fiestas Mayores
- **Minaya. Del 4-8 de Septiembre:** Fiestas del Beato Alonso Pacheco
- **Molinicos. Del 1-3 de Septiembre:** Fiestas (encierros)
- **Montalvos. 8-15 de Agosto:** Fiestas de la Asunción
- **Montealegre del Castillo. Del 14-22 de Agosto:** Fiestas de la Virgen de la Consolación
- **Motilleja. Último sábado de Agosto:** Fiesta del Cristo
- **Munera. Del 20-25 de Septiembre:** Fiestas de la Virgen de la Fuente
- **Navas de Jorquera. 9 y 12 de Agosto:** San Eleuterio y San Liberato
- **Nerpio. Penúltimo domingo de Agosto:** Fiestas (encierros)
- **Ontur. 15 de Agosto:** Fiestas Menores
- **Ossa de Montiel. Del 16-21 de Agosto:** Fiestas de San Miguel Arcángel
- **Paterna del Madera. Del 24-27 de Agosto:** Fiestas de San Miguel Arcángel y Virgen del Rosario (encierros)
- **Peñascosa. Del 13-15 de Agosto:** Ferias y Fiestas (encierros)
- **Peñas de San Pedro. Del 27-29 de Agosto:** Fiestas del Cristo del Sahuco
- **Pozuelo. 24 de Agosto:** Fiestas de San Bartolomé
- **La Recueja. 21 de Septiembre:** Fiestas de San Mateo
- **Riópar. Del 26-30 de Agosto:** Feria (encierros)
- **La Roda. Primera semana de Agosto:** Fiestas de San Salvador
- **Salobre. Del 19-21 de Agosto:** Fiestas del Sagrado Corazón
- **Socovos. Del 5-11 de Agosto:** Fiestas en honor de Nuestra Señora de la Asunción (encierros)
- **Tarazona de la Mancha. 24 de Agosto:** Fiestas de San Bartolomé
- **Tobarra. 16 de Agosto:** Fiestas de San Roque
- **Vianos. Del 14-16 de Agosto:** Fiestas de Nuestra Señora de la Asunción
- **Villa de Ves. 14 de Septiembre:** Fiestas del Santísimo Cristo de la Vida (romería)
- **Villalgordo del Júcar. 16 de Agosto:** Fiestas de San Roque
- **Villamalea. Del 10-15 de Agosto:** Fiestas
- **Villapalacios. Del 13-16 de Septiembre:** Fiestas del Santísimo Cristo de la Vera Cruz
- **Villarrobledo. Del 14-18 de Agosto:** Fiestas de la Virgen de la Carida
- **Villatoya. 15 de Agosto:** Fiestas de la Virgen de la Misericordia
- **Villaverde del Guadalimar. Del 19-21 de Septiembre:** Fiestas de San Mateo Apóstol (encierros)
- **Viveros. 24 de Agosto:** Fiestas de San Bartolomé
- **Yeste. 24 de Agosto:** Fiestas de San Bartolomé (encierros)

VERANO CULTURAL 2026



¿Sabías que puedes beber agua comiendo?



Pero no todo son frutas. El pepino contiene más de un 95% de agua y resulta perfecto para ensaladas o como tentempié. Lo mismo ocurre con el tomate, un ingrediente habitual de la dieta mediterránea que ayuda a reponer líquidos y aporta antioxidantes.

Las lechugas, los pimientos o las fresas también son opciones recomendables cuando las temperaturas aumentan. Además de hidratar, aportan vitaminas y nutrientes que ayudan a mantener la energía.

Aunque estos alimentos son una ayuda importante, no sustituyen el consumo de agua. Lo ideal es combinar una buena hidratación con una alimentación rica en frutas y verduras frescas.

“En verano, hidratarse no es solo beber más, también es elegir mejor lo que comemos”

Porque cuando el termómetro aprieta, cuidarse puede ser tan sencillo como llenar el plato de color y frescura.

Este verano, hidrátate con inteligencia: cada bocado también cuenta.

“Hay frutas y verduras que contienen más de un 90% de agua y ayudan a mantener una buena hidratación”

La sandía es probablemente el ejemplo más conocido. Refrescante, ligera y rica en agua, es una de las frutas estrella de esta época. También el melón destaca por su capacidad para hidratar y aportar vitaminas y minerales esenciales.

SALVATEC
MOVILIDAD Y ACCESIBILIDAD

625 887 503
Delegación Albacete



Salvatec. Salvaescaleras y soluciones de movilidad

Salvatec Accesibilidad S.L. es líder en sistemas salvaescaleras en Murcia, Alicante, Albacete, Almería y toda la zona oriental de España. Nos especializamos en la venta, instalación, mantenimiento y reparación de sillas salvaescaleras, plataformas para sillas de ruedas, elevadores verticales, grúas y elevadores para piscinas o spas. Nuestros productos están pensados para personas con movilidad reducida, ancianos o discapacitados.

Soluciones de Accesibilidad

Instalamos soluciones para superar barreras arquitectónicas en hogares y espacios públicos como hoteles, restaurantes, bancos, comunidades de propietarios, edificios gubernamentales, piscinas o spas. Garantizamos el mejor precio y un servicio postventa de calidad.



www.salvatec.es

info@salvatec.es

Alquiler de Scooters y Sillas de Ruedas

Ofrecemos alquiler de scooters eléctricos, sillas de ruedas eléctricas y manuales, andadores y otras ayudas técnicas, con recogida en tienda o entrega a domicilio en zonas determinadas.

Soluciones de Movilidad

Fabricamos nuestra propia marca de scooters eléctricos y distribuimos marcas reconocidas como Drive Medical, Shoprider, Vermeiren o Invacare. También contamos con grúas eléctricas, andadores y otros productos ortopédicos.

Cobertura en España

Con oficina central en Murcia, prestamos servicios en toda España. Contamos con un equipo profesional con amplia experiencia y servicio técnico en múltiples provincias, incluyendo Valencia, Barcelona y Madrid.



ADMINISTRACIÓN DE LOTERÍA N° 11:

Jugar a la lotería nunca fue tan cómodo

La forma de participar en los sorteos de lotería ha evolucionado, y hoy es posible hacerlo de manera rápida, cómoda y segura sin necesidad de desplazarse. A través de **loteria11ab.com**, los usuarios pueden comprar sus décimos y apuestas desde cualquier lugar y en cualquier momento, evitando colas y ajustándose a su propio horario.

Una de las grandes ventajas de jugar online es la tranquilidad. Ya no es necesario preocuparse por guardar los boletos en un lugar seguro o por el riesgo de perderlos. Todas las participaciones quedan registradas digitalmente, por lo que siempre estarán disponibles para su consulta cuando se necesiten.

Además, muchas personas han experimentado alguna vez la incertidumbre de no recordar si han revisado un boleto o de descubrir demasiado tarde que tenían un premio pendiente de cobrar. Con el sistema online, este problema desaparece. Los premios quedan registrados y gestionados de forma mucho más sencilla, evitando olvidos y reduciendo el riesgo de que un premio quede sin reclamar.

La tecnología ha hecho que jugar a la lotería sea más cómodo que nunca. Con unos pocos clics, cualquier usuario puede participar en sus sorteos favoritos con total seguridad y la tranquilidad de saber que sus apuestas están siempre controladas y accesibles.

“Disfruta de la ilusión de jugar sin preocuparte por perder un décimo o dejar escapar un premio.”



loteria11ab.com

ADMÓN. N° 11 DE ALBACETE

40 ANIVERSARIO

¡Entra en nuestra página web desde el QR y descubre que somos pioneros incluyendo la IA para realizar las jugadas!

C/ Albarderos, 20 | 02004 Albacete
loteria11ab@loteria11ab.com
loteria11ab.com

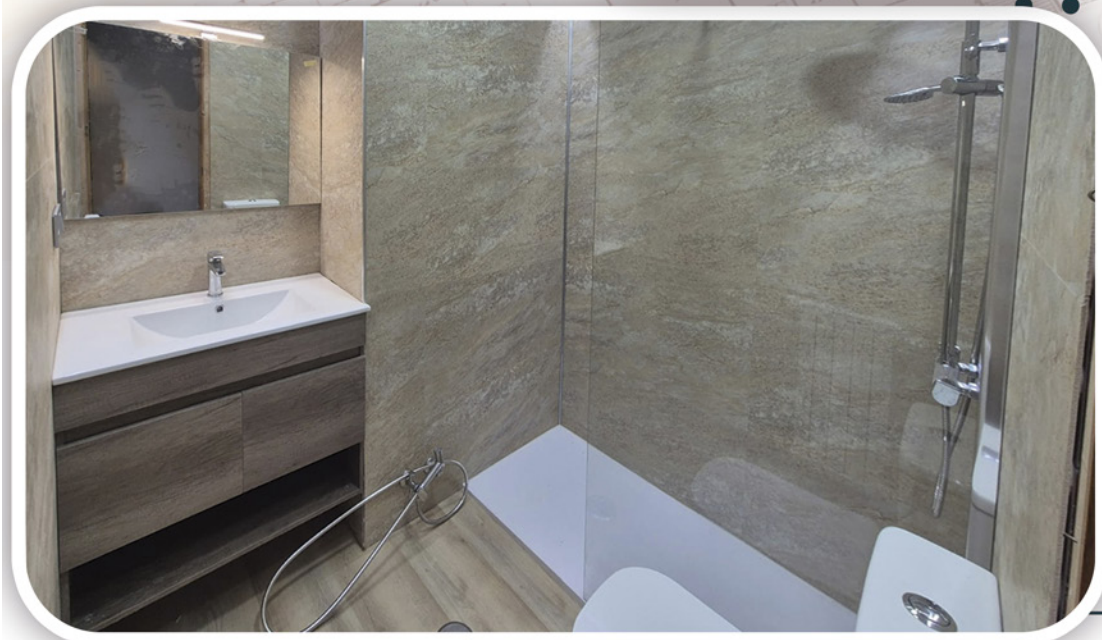


REFORMAS

ESTILO
CALIDAD
FUNCIONALIDAD

PRESUPUESTO SIN COMPROMISO

695 665 039



CONCURSO

LA MASCOTA MÁS GUAPA

Cuéntanos cómo llegó tu mascota a tu vida o alguna historia que recordéis con cariño. Podría convertirse en protagonista de nuestra página.



Nombre: LIRA



Tan sólo han pasado 10 días desde que adoptamos a un pequeño cachorro de 2 meses que llegó a casa y **revolucionó nuestras vidas**.

Es todo un trasto por eso de ser un cachorrito pero a parte de eso, es **todo amor**, con sus ojitos nos muestra su **agradecimiento y su ternura inmensa**.

Fue toda una sorpresa para los niños el día que salieron del colegio y entraron por la puerta y la vieron allí. Tan peque-

ña y temblorosa por estar en un entorno completamente nuevo para ella.

La **carita de sorpresa** de mi pequeño de 8 años no la olvidaré nunca ni tampoco esas **lágrimas de emoción** que nos enternecieron a todos.

Lira ha venido a formar parte de nuestras vidas para siempre y ahora en nuestro hogar, **ya es una más**.

Aurora Abiétar Medrano



Mándanos tu historia y una foto de tu mascota a comercial3@publicor.com.
¡ No olvides añadir tu telegono, tu nombre y el suyo !

PODRÁS GANAR UNA TARJETA DE REGALO DE 50 € PARA GASTAR EN TIENDAS AVICON



Sumérgete en el verano.

Todo lo que necesitas para mantener tu piscina **perfecta**.

Piscinas • Tratamientos químicos • Limpieza
Equipamiento • Análisis del agua



ALIMENTACIÓN ANIMAL



ACCESORIOS GANADERÍAS



MASCOTAS



FERRERÍA BRICOLAJE



JARDINERÍA Y BOTÁNICA



CONCURSO

¿ERES DE ALBACETE Y TE ENCANTA VIAJAR?

PUES PARTICIPA EN NUESTRO CONCURSO

Simplemente tienes que:

- Síguenos es **INTAGRAM @abmrevista**
- Sube tu foto original de viaje a tu historia.
- Menciónanos y mándanos un mensaje directo con la foto para participar.

La foto más original y divertida será destacada en nuestras redes.

iComparte tus aventuras y presume de tu viaje!



ALBACETEÑOS POR EL MUNDO



Nombre y sitio del ganador

PUEDES GANAR UN:
SMARTBOX EMOCIONES PARA 2
Valorado en **49,90€**

Patrocinado por:



**CUIDADO CON LOS QUE
RECOMIENDAN QUE
VAYAS EN CUALQUIER
ÉPOCA DEL AÑO,
QUE VUELVES
SIN BAÑARTE.**

Elige viajar bien.



Organiza tus viajes con **Nautalia**, expertos, pero de verdad

Albacete
Dionisio Guardiola, 55
967 104 870

NAUTALIA
Viajes



Inma Soler Soler (Farmacéutica y Nutricionista Integrativa)

En nuestro día a día, perdemos una cierta cantidad de sales minerales, ya sea por actividad física, sudoración o solo con el hecho de respirar y transpirar a nivel corporal. Además, si pensamos en que las lágrimas, mucosidad, sudor, orina y demás fluidos corporales, son de composición salada, ¿por qué el agua que bebemos es baja en minerales, no llegando a reponer esa pérdida diaria?

El agua de mar, por su **alto contenido en electrolitos**, proporciona la totalidad de los elementos químicos necesarios para esa reposición y equilibrio electrolítico.

Es un producto natural que sirve de soporte mineral a la vida celular, libre de contraindicaciones y efectos secundarios no deseados. Con la llegada del calor, **debemos hidratar nos más** y mejor y se recomienda añadir la cantidad, personalizada, a tu dosis de agua, diaria.

Como siempre recomendamos, los complementos alimenticios han de ser de una fabricación y calidad óptima para garantizar la seguridad y los resultados esperados.

En Salvia, tenemos y recomendamos el **agua de mar del laboratorio** con más de una dé-

SALVIA

salud avanzada

¿POR QUÉ TOMAR AGUA DE MAR?

cada de captación y distribución del agua de mar, **IBIZA Y FORMENTERA**.

Ésta, ha sido **recogida en alta mar en aguas limpias, con pH y salinidad constante**. Está microfiltrada en frío y envasada en vidrio. **No han usado sustancias químicas**, ni procedimientos que puedan cambiar la composición original del agua de mar.

Se recomienda además, para muchos usos tradicionales como en la cocina, recuperación deportiva, hidratación, piel, fabricación de cosmética.

Puedes adquirir tu botella y empezar a cuidar tus células, en nuestro centro de Nutrición y Salud Integrativa.

SALVIA SALUD AVANZADA

📍 Calle Teodoro Camino, 25-B bajo

✉ hola@salviasaludavanzada.com

📷 @salviasaludavanzada

☎ 690019874 📞 967741544

DISTRIBUIDOR OFICIAL DE:



ELENA ESPINOSA
Clínica de Optometría y Terapia visual



CLÍNICA DE OPTOMETRÍA Y TERAPIA VISUAL

ELENA ESPINOSA

LAS LENTILLAS QUE PUEDEN CAMBIAR UNA VIDA

Lentillas personalizadas

Es sobradamente conocido que las lentillas son un sistema que permite ver bien sin usar gafas. Sin embargo, afrontamos situaciones en las que son la mejor y casi única opción para tener una buena visión o un mejor desarrollo visual.

¿Quiénes pueden necesitarlas?

Pacientes adultos con enfermedades o cirugías en su córnea:

- **Queratocono:** en casos avanzados, son la única opción para que la visión sea óptima.
- **Trasplante de córnea:** cuando el rendimiento visual es limitado, aunque sea una cirugía exitosa.
- **Traumatismo corneal**
- **Queratitis herpéticas**
- **Ojo seco**

En nuestros pacientes niños y bebés:

- Tras cirugía de catarata congénita
- Para frenar la progresión de miopía.
- Para favorecer su desarrollo visual binocular

¿Cómo son?

Son lentillas esclerales o corneales a medida con los diseños más avanzados del mercado. Para su adaptación es imprescindible amplia experiencia y tecnología avanzada. Aunque es un proceso complejo, la satisfacción que sienten y sentimos cuando pueden ver mejor o un bebé comienza a fijar... es inexplicable.



Lee el artículo completo en nuestra web

www.elenaespinosa.eu



📍 Teodoro Camino 9
Entpta, Albacete

✉ info@elenaespinosa.eu

☎ 967 603 229
601 003 584



**INNOVARA
CLINIC
ALBACETE**

MÁS MEDICINA, MÁS PERSONA, MÁS SALUD



CIRUGÍA PLÁSTICA



MEDICINA ESTÉTICA



NEUROLOGÍA



UNIDAD DE ESTIMULACIÓN MAGNÉTICA
TRANSCRANEAL



CARDIOLOGÍA



CARDIOLOGÍA PEDIÁTRICA



MEDICINA INTERNA



APARATO DIGESTIVO



UNIDAD DE ENDOSCOPIAS DIGESTIVAS



OTORRINOLARINGOLOGÍA
UNIDAD DE VÉRTIGOS



ANGIOLOGÍA Y
CIRUGÍA VASCULAR



PSIQUIATRÍA



PSICOLOGÍA CLÍNICA

LOS CONSEJOS DE SALUD DE INNOVARA CLINIC



Dra. Lorena Pérez
Especialista en Otorrinolaringología
Innovara Clinic Albacete

EL CONSEJO DE TU OTORRINO: PREPARA TUS OÍDOS PARA EL VERANO

Con la llegada del verano aumentan los baños en piscinas y playas, los viajes y las actividades acuáticas. Por eso, este es el momento ideal para realizar una revisión otorrinolaringológica, especialmente en niños, nadadores habituales y personas con tendencia a sufrir infecciones de oído.

Una exploración sencilla permite detectar de forma precoz problemas como tapones de cerumen, perforaciones timpánicas o alteraciones del conducto auditivo externo que, si pasan desapercibidos, pueden convertirse en una molestia durante las vacaciones.

Además, la consulta es una excelente oportunidad para recibir recomendaciones personalizadas sobre higiene auditiva, prevención de otitis y cuidados específicos antes y después del baño, adaptadas a cada paciente.

Una revisión a tiempo puede evitar consultas de urgencia en pleno verano y ayudarte a disfrutar de tus vacaciones con la tranquilidad de saber que tu salud auditiva está protegida.




Dra. Elena Molina
Especialista en Medicina Interna
Innovara Clinic Albacete

EL CONSEJO DE TU INTERNISTA: PERDER PESO CON SEGURIDAD

Fármacos como Ozempic® o Mounjaro®, agonistas del receptor GLP-1, han revolucionado el tratamiento de la obesidad. Sin embargo, utilizarlos sin una valoración médica previa puede implicar riesgos y retrasar el diagnóstico de enfermedades o contraindicaciones. Antes de iniciar cualquier tratamiento es imprescindible una evaluación clínica completa y un seguimiento periódico para controlar su eficacia, detectar posibles efectos adversos y adaptar la pauta a cada paciente. Perder peso no consiste solo en bajar kilos, sino en mejorar la salud. Hazlo siempre bajo la supervisión de un especialista en Medicina Interna.


En **INNOVARA CLINIC** Albacete siempre serán atendidos por personal del centro para poder aclarar todas sus dudas.

PIDE TU CITA

 **967 113 288**



CONTACTO

 Calle Dionisio Guardiola, 23 – Bajo
02003 Albacete

www.innovaraclinic.com



Cristina García Lucas

Fisioterapeuta en Albacete
Centrofisio

- **Expertos en columna**

- **Recuperación de lesiones**

- **Fisioterapia deportiva**



C/ Francisco Pizarro, 69

967 60 11 10



Compartir artículo

Si te duele cada día y lo has normalizado, tienes un problema

Te duele el cuello.
La espalda.
El hombro.

Pero sigues haciendo vida normal.

Trabajas.
Cuidas de otros.
Llegas a todo.

Y te dices:
"Bueno, es lo que hay."

No. No es lo que hay.

Es lo que has ido aguantando.

El problema no es el dolor que tienes hoy.

Es todo lo que llevas acumulando sin hacer nada.

Porque esto no empieza de golpe.

Empieza con pequeñas señales que ignoras:

Rigidez al levantarte.

Molestias al final del día.

Esa sensación constante de tensión...

Hasta que un día el cuerpo dice basta.

Y ahí sí: te preocupa.

Pero llevabas meses —o años— avisando.

En consulta veo continuamente lo mismo: personas que no tienen una lesión grave, pero sí un cuerpo agotado.

Agotado de estrés.
De malas posturas.
De no parar nunca.

Y sobre todo, de no escucharse.

Porque no, no todo se soluciona "cuando tenga tiempo". Ni desaparece solo.

Aguantar no te hace fuerte. Te hace llegar tarde.

Cuanto antes entiendes lo que te está pasando, antes puedes cambiarlo.

Y cuanto más lo alargas, más te acostumbras a vivir peor.

Si te has visto reflejado/a, escíbeme "DOLOR" por WhatsApp y vemos tu caso..

 **Centro FISIO**
CLÍNICA DE FISIOTERAPIA



GRANDAUDITION

AUDÍFONOS RESISTENTES AL AGUA

PROTECCION IP68+

FINANCIACIÓN HASTA 36 MESES

PRUEBA GRATIS, SIN COMPROMISO



GRANDAUDITION ALBACETE

Pl. la Constitución, 1
02001 Albacete

☎ : 967 04 67 29

www.grandaudition.es

La edad no es una condena



Cumplir años es un privilegio.

El paso del tiempo conlleva una serie de complicaciones de salud que se asumen como inevitables, fundamentalmente el dolor y la dificultad para el movimiento. Los problemas de columna, rodilla, hombro y resto de articulaciones surgen, a diario suelen ir empeorando...mientras que las soluciones ofrecidas cada vez son más limitadas.

No debería ser así: el cuerpo dispone de las armas necesarias para mejorar y volver a ofrecer calidad de vida. Simplemente se

deben adoptar los hábitos necesarios y emplear los tratamientos adecuados de cara a ralentizar estas enfermedades o detenerlas.

La medicina, en su forma más pura, debe ayudar al buen vivir. Es la meta a la que aspiramos en la **Clínica Gualda**, ya sean nuestros pacientes jóvenes o mayores.

Porque la salud no depende solamente de la edad, también de lo que se hace para preservarla.

Doctor Gualda

ClínicaGualda Medicina Biológica Integrativa en Aparato Locomotor

- Dolor de columna vertebral
- Dolor de hombro
- Dolor de rodilla
- Artrosis
- Fibromialgia
- Lesiones musculotendinosas

Menos dolor, mejor vida

- 📍 Calle Concepción 11 3ªA 02002 Albacete
- ☎ 967217515
- ☎ 648932275
- 🌐 www.clinicagualda.es

Más info en
nuestra web



Familias que pedalean juntas, se activan juntas

Prueba la Vitamina Bicicleta



Al parque, al cole, a pasear...



¡En familia y con amigos!



Más aire libre y más diversión.



Más información sobre
vida activa en bicicleta



*La Organización Mundial de la Salud recomienda que niños y adolescentes realicen una media de 60 minutos diarios de actividad física moderada o intensa a lo largo de la semana.



ConBici
COORDINADORA EN
DEFENSA DE LA BICI

Territorios
Territoris
Territoris
ConBici



NUEVO FICHAJE

JOSÉ CORPAS

PRIMER REFUERZO DEL NUEVO ALBA

El Albacete Balompié ha oficializado el fichaje de José Corpas, extremo derecho procedente de la SD Eibar, como primera incorporación para la **temporada 2026-27**.

“EXPERIENCIA, CARÁCTER Y CALIDAD PARA SEGUIR HACIENDO HISTORIA JUNTOS. ¡BIENVENIDO AL ALBA, CORPAS!”



LAS ESTADÍSTICAS DEL ALBA DE ESTA TEMPORADA

GOLES		
JUGADOR	TOTALES	MEDIA
Jefté Betancor #10 Delantero	14	0.37
Antonio Puertas #7 Delantero	8	0.28
Agus Medina #4 Centrocampista	7	0.28

TIROS A PUERTA		
JUGADOR	TOTALES	MEDIA
Jefté Betancor #10 Delantero	66	1.74
José Carlos Lazo #16 Delantero	39	1.18
Jon Morcillo #22 Delantero	38	1.81

REGATES		
JUGADOR	TOTALES	MEDIA
Víctor Valverde #11 Delantero	24	1.09
Jon Morcillo #22 Delantero	20	0.95
Lorenzo Aguado #2 Defensa	19	0.59

ASISTENCIAS DE GOL		
JUGADOR	TOTALES	MEDIA
Fran Gámez #15 Defensa	7	0.19
Lorenzo Aguado #2 Defensa	4	0.13
Antonio Puertas #7 Delantero	4	0.14

¿Necesitas un implante?

Tu sonrisa es nuestra prioridad.

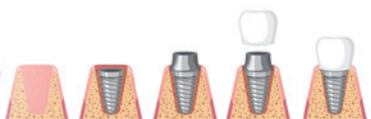
En Clínica Dental Asis ofrecemos soluciones dentales de calidad en Albacete.

25 AÑOS
implantando

Sonrisas



Tu nueva sonrisa empieza hoy,
¿Hablamos?



SCAN ME

967 247 933 967 666 162

C/Tejares, 3 1º Albacete

www.clinicadentalasis.com



EXPERIENCIA Y CONFIANZA TECNOLOGÍA AVANZADA TU SONRISA, NUESTRA PASIÓN

¿QUIERES CAMINAR SIN DOLOR?

- EXPERTOS EN CIRUGÍA MÍNIMAMENTE INVASIVA DEL PIE
- PODOLOGÍA DEPORTIVA
- FABRICACIÓN DE PLANTILLAS
- PODOLOGÍA INFANTIL



967 230 811



PODO DEPORTE
CLÍNICA DE PODOLOGÍA AVANZADA

635 852 703

C/ Granada, 6 (Junto al recinto ferial)

Jornada 1 (16/08/2026)

UD Almería	CD Eldense
FC Andorra	AD Ceuta FC
Burgos CF	Córdoba CF
Cádiz CF	RC Celta Fortuna
SD Eibar	CD Tenerife
Girona FC	CD Leganés
UD Las Palmas	Albacete Balompié
RCD Mallorca	Real Valladolid CF
Real Oviedo	Granada CF
Real Sociedad	de Fútbol "B"
Real Sporting de Gijón	CD Castellón
	CE Sabadell FC

Jornada 2 (23/08/2026)

Real Sociedad de Fútbol "B"	
Albacete Balompié	FC Andorra
CD Castellón	CE Sabadell FC
RC Celta Fortuna	FC Andorra
AD Ceuta FC	UD Las Palmas
Córdoba CF	Girona FC
SD Eibar	Real Valladolid CF
CD Eldense	Real Valladolid CF
Granada CF	RCD Mallorca
Real Oviedo	CD Leganés
Real Sporting de Gijón	Burgos CF
CD Tenerife	UD Almería

Jornada 3 (30/08/2026)

Albacete Balompié	Real Oviedo
FC Andorra	SD Eibar
	Real Sociedad de Fútbol "B"
Burgos CF	Real Valladolid CF
Cádiz CF	Real Valladolid CF
RC Celta Fortuna	CD Castellón
Córdoba CF	Granada CF
Girona FC	UD Las Palmas
CD Leganés	CD Eldense
RCD Mallorca	AD Ceuta FC
CE Sabadell FC	UD Almería
CD Tenerife	Real Sporting de Gijón

Jornada 10 (18/10/2026)

CE Sabadell FC	Burgos CF
CD Tenerife	RC Celta Fortuna
Real Oviedo	AD Ceuta FC
RCD Mallorca	SD Eibar
FC Andorra	Girona FC
Cádiz CF	Granada CF
Córdoba CF	CD Leganés
CD Castellón	UD Las Palmas
	Real Sociedad de Fútbol "B"
UD Almería	Fútbol "B"
Albacete Balompié	Real Sporting de Gijón
CD Eldense	Real Valladolid CF

Jornada 11 (25/10/2026)

Albacete Balompié	CD Eldense
UD Almería	Real Oviedo
FC Andorra	Burgos CF
Cádiz CF	AD Ceuta FC
CD Castellón	Real Sporting de Gijón
Córdoba CF	SD Eibar
Girona FC	RC Celta Fortuna
Granada CF	Real Valladolid CF
CD Leganés	RCD Mallorca
	Real Sociedad de Fútbol "B"
UD Las Palmas	Fútbol "B"
CE Sabadell FC	CD Tenerife

Jornada 12 (01/11/2026)

Albacete Balompié	CE Sabadell FC
Burgos CF	CD Castellón
RC Celta Fortuna	Córdoba CF
AD Ceuta FC	Real Sporting de Gijón
SD Eibar	UD Almería
CD Eldense	Granada CF
RCD Mallorca	Cádiz CF
Real Oviedo	UD Las Palmas
Real Sociedad de Fútbol "B"	Girona FC
CD Tenerife	FC Andorra
Real Valladolid CF	CD Leganés

Jornada 4 (06/09/2026)

UD Almería	Cádiz CF
CD Castellón	Albacete Balompié
AD Ceuta FC	RC Celta Fortuna
SD Eibar	Granada CF
CD Eldense	RCD Mallorca
UD Las Palmas	CD Leganés
Real Oviedo	Burgos CF
Real Sociedad de Fútbol "B"	CD Tenerife
CE Sabadell FC	Córdoba CF
Real Sporting de Gijón	Girona FC
Real Valladolid CF	FC Andorra

Jornada 5 (13/09/2026)

Real Sociedad de Fútbol "B"	
FC Andorra	AD Ceuta FC
Burgos CF	UD Las Palmas
Cádiz CF	UD Las Palmas
RC Celta Fortuna	SD Eibar
Córdoba CF	UD Almería
Girona FC	CD Castellón
Granada CF	Albacete Balompié
RCD Mallorca	CE Sabadell FC
Real Sporting de Gijón	CD Eldense
CD Tenerife	CD Leganés
Real Valladolid CF	Real Oviedo

Jornada 6 (20/09/2026)

Albacete Balompié	Córdoba CF
UD Almería	RC Celta Fortuna
FC Andorra	Real Sporting de Gijón
Cádiz CF	Girona FC
CD Castellón	CD Tenerife
AD Ceuta FC	Real Valladolid CF
CD Eldense	SD Eibar
CD Leganés	Granada CF
UD Las Palmas	Burgos CF
Real Sociedad de Fútbol "B"	RCD Mallorca
CE Sabadell FC	Real Oviedo

Jornada 13 (08/11/2026)

FC Andorra	RCD Mallorca
Burgos CF	RC Celta Fortuna
Cádiz CF	Real Oviedo
CD Castellón	SD Eibar
Córdoba CF	AD Ceuta FC
Girona FC	UD Almería
Granada CF	CD Tenerife
CD Leganés	Albacete Balompié
UD Las Palmas	CD Eldense
CE Sabadell FC	Real Sociedad de Fútbol "B"
Real Sporting de Gijón	Real Valladolid CF

Jornada 14 (15/11/2026)

Albacete Balompié	RC Celta Fortuna
UD Almería	FC Andorra
SD Eibar	Cádiz CF
CD Eldense	CE Sabadell FC
Granada CF	UD Las Palmas
CD Leganés	Burgos CF
RCD Mallorca	Córdoba CF
Real Oviedo	Girona FC
Real Sociedad de Fútbol "B"	Real Sporting de Gijón
CD Tenerife	AD Ceuta FC
Real Valladolid CF	CD Castellón

Jornada 15 (22/11/2026)

FC Andorra	CD Leganés
Burgos CF	Albacete Balompié
CD Castellón	CD Eldense
RC Celta Fortuna	Real Valladolid CF
AD Ceuta FC	UD Almería
Córdoba CF	Real Oviedo
Girona FC	SD Eibar
Real Sociedad de Fútbol "B"	Cádiz CF
CE Sabadell FC	Granada CF
Real Sporting de Gijón	UD Las Palmas
RCD Mallorca	CD Tenerife

Jornada 7 (27/09/2026)

Burgos CF	CD Eldense
RC Celta Fortuna	CE Sabadell FC
	Real Sociedad de Fútbol "B"
AD Ceuta FC	UD Las Palmas
SD Eibar	UD Las Palmas
Girona FC	Albacete Balompié
Granada CF	FC Andorra
CD Leganés	CD Castellón
RCD Mallorca	UD Almería
Real Oviedo	Real Sporting de Gijón
CD Tenerife	Cádiz CF
Real Valladolid CF	Córdoba CF

Jornada 8 (04/10/2026)

Albacete Balompié	SD Eibar
UD Almería	Burgos CF
Cádiz CF	CD Leganés
CD Castellón	AD Ceuta FC
Córdoba CF	CD Tenerife
CD Eldense	Real Oviedo
Girona FC	RCD Mallorca
UD Las Palmas	Real Valladolid CF
Real Sociedad de Fútbol "B"	Granada CF
CE Sabadell FC	FC Andorra
Real Sporting de Gijón	RC Celta Fortuna

Jornada 9 (11/10/2026)

UD Almería	CD Leganés
FC Andorra	CD Castellón
Burgos CF	Granada CF
Cádiz CF	Real Sporting de Gijón
	Real Sociedad de Fútbol "B"
RC Celta Fortuna	CE Sabadell FC
AD Ceuta FC	Córdoba CF
CD Eldense	UD Las Palmas
Real Oviedo	SD Eibar
CD Tenerife	Girona FC
Real Valladolid CF	Albacete Balompié

Jornada 16 (29/11/2026)

Albacete Balompié	CD Tenerife
UD Almería	Real Sporting de Gijón
Cádiz CF	Córdoba CF
SD Eibar	Burgos CF
CD Eldense	Girona FC
Granada CF	AD Ceuta FC
CD Leganés	CE Sabadell FC
UD Las Palmas	FC Andorra
RCD Mallorca	CD Castellón
Real Oviedo	RC Celta Fortuna
	Real Sociedad de Fútbol "B"
Real Valladolid CF	Fútbol "B"

Jornada 17 (06/12/2026)

FC Andorra	Real Oviedo
Burgos CF	Cádiz CF
CD Castellón	UD Almería
RC Celta Fortuna	RCD Mallorca
AD Ceuta FC	Albacete Balompié
Córdoba CF	UD Las Palmas
Girona FC	Real Valladolid CF
Real Sociedad de Fútbol "B"	CD Leganés
CE Sabadell FC	SD Eibar
Real Sporting de Gijón	Granada CF
CD Tenerife	CD Eldense

Jornada 18 (13/12/2026)

UD Almería	Albacete Balompié
Cádiz CF	CE Sabadell FC
Córdoba CF	CD Castellón
SD Eibar	Real Sporting de Gijón
CD Eldense	FC Andorra
Granada CF	Girona FC
CD Leganés	AD Ceuta FC
UD Las Palmas	RC Celta Fortuna
RCD Mallorca	Burgos CF
	Real Sociedad de Fútbol "B"
Real Oviedo	Granada CF
Real Valladolid CF	CD Tenerife

GASOLEOS
SÁNCHEZ Y MURCIA

www.sanchezymurcia.com



Gasóleo y AdBlue a domicilio
pedidos@gsym.net



reducimos tu factura de luz o gas
luzgas@gsym.net



instalamos fotovoltaica
solar@gsym.net



967 21 71 71
682 66 17 26

Jaén Cuenca Albacete Ciudad Real
Toledo Murcia Madrid



NUEVO TOYOTA C-HR HYBRID

HASTA LOS **15** AÑOS DE TU TOYOTA

GARANTÍA* TOYOTA RELAX

*Consulta condiciones en toyota.es

NO INTENTES ENTENDERLO. ATRÉVETE A SENTIRLO.

TOYOTA AUTOALBA
www.toyota.es/concesionarios/autoalba

Parque Empresarial Campollano
6ª Avda. nº3. Albacete | Telf: 967 218 381

Pol. Ind. El Murgón 3ª Fase C/Ronda sur 24 -
Almansa | Telf: 967 310 936

Emisiones CO₂ (g/km): 105 - 116. Consumo medio (l/100 km): 4,7 - 5,1



Jornada 19 (20/12/2026)

Albacete Balompié	RCD Mallorca
UD Almería	Real Valladolid CF
FC Andorra	Cádiz CF
Burgos CF	Girona FC
CD Castellón	Granada CF
RC Celta Fortuna	CD Eldense
AD Ceuta FC	SD Eibar
Real Sociedad de Fútbol "B"	Córdoba CF
CE Sabadell FC	UD Las Palmas
Real Sporting de Gijón	CD Leganés
CD Tenerife	Real Oviedo

Jornada 20 (03/01/2027)

Cádiz CF	Albacete Balompié
Córdoba CF	FC Andorra
Real Sociedad de Fútbol "B"	SD Eibar
CD Eldense	AD Ceuta FC
Girona FC	CE Sabadell FC
Granada CF	UD Almería
CD Leganés	RC Celta Fortuna
UD Las Palmas	CD Tenerife
RCD Mallorca	Real Sporting de Gijón
Real Oviedo	Real Valladolid CF
Burgos CF	

Jornada 21 (10/01/2027)

Albacete Balompié	FC Andorra
UD Almería	UD Las Palmas
CD Castellón	Cádiz CF
RC Celta Fortuna	Granada CF
AD Ceuta FC	Girona FC
CD Leganés	SD Eibar
RCD Mallorca	Real Oviedo
Real Sociedad de Fútbol "B"	CD Eldense
CE Sabadell FC	Real Valladolid CF
Real Sporting de Gijón	Córdoba CF
CD Tenerife	Burgos CF

Jornada 22 (17/01/2027)

FC Andorra	CD Tenerife
Burgos CF	Real Sporting de Gijón
Cádiz CF	RCD Mallorca
CD Castellón	CD Leganés
Córdoba CF	CE Sabadell FC
SD Eibar	RC Celta Fortuna
CD Eldense	Albacete Balompié
Real Sociedad de Fútbol "B"	
Granada CF	Fútbol "B"
UD Las Palmas	Girona FC
Real Oviedo	UD Almería
Real Valladolid CF	AD Ceuta FC

Jornada 23 (24/01/2027)

Albacete Balompié	Granada CF
UD Almería	Córdoba CF
Cádiz CF	CD Eldense
RC Celta Fortuna	Burgos CF
Girona FC	Real Oviedo
CD Leganés	Real Valladolid CF
RCD Mallorca	FC Andorra
Real Sociedad de Fútbol "B"	UD Las Palmas
CE Sabadell FC	AD Ceuta FC
Real Sporting de Gijón	CD Castellón
CD Tenerife	SD Eibar

Jornada 24 (31/01/2027)

FC Andorra	UD Almería
Burgos CF	CD Leganés
AD Ceuta FC	CD Tenerife
Córdoba CF	RCD Mallorca
SD Eibar	Albacete Balompié
CD Eldense	CD Castellón
Girona FC	Real Sociedad de Fútbol "B"
Granada CF	CE Sabadell FC
UD Las Palmas	Real Sporting de Gijón
Real Oviedo	Cádiz CF
Real Valladolid CF	RC Celta Fortuna

Jornada 25 (07/02/2027)

Albacete Balompié	Real Valladolid CF
UD Almería	SD Eibar
CD Castellón	UD Las Palmas
RC Celta Fortuna	Girona FC
Córdoba CF	Cádiz CF
CD Leganés	Real Oviedo
RCD Mallorca	CD Eldense
Real Sociedad de Fútbol "B"	FC Andorra
CE Sabadell FC	Burgos CF
Real Sporting de Gijón	AD Ceuta FC
CD Tenerife	Granada CF

Jornada 26 (14/02/2027)

Albacete Balompié	CD Castellón
FC Andorra	RC Celta Fortuna
Burgos CF	UD Almería
Real Sociedad de Fútbol "B"	
Cádiz CF	Fútbol "B"
AD Ceuta FC	RCD Mallorca
CD Eldense	CD Tenerife
Girona FC	Córdoba CF
Granada CF	CD Leganés
UD Las Palmas	SD Eibar
Real Oviedo	CE Sabadell FC
Real Valladolid CF	Real Sporting de Gijón

Jornada 27 (21/02/2027)

UD Almería	AD Ceuta FC
CD Castellón	Girona FC
RC Celta Fortuna	UD Las Palmas
Córdoba CF	Burgos CF
SD Eibar	Real Oviedo
CD Leganés	Cádiz CF
RCD Mallorca	Granada CF
Real Sociedad de Fútbol "B"	Real Valladolid CF
CE Sabadell FC	CD Eldense
Real Sporting de Gijón	FC Andorra
CD Tenerife	Albacete Balompié

Jornada 28 (28/02/2027)

Albacete Balompié	Burgos CF
Cádiz CF	UD Almería
CD Castellón	FC Andorra
AD Ceuta FC	CD Leganés
CD Eldense	RC Celta Fortuna
Girona FC	Real Sporting de Gijón
Granada CF	Córdoba CF
UD Las Palmas	CE Sabadell FC
Real Sociedad de Fútbol "B"	
RCD Mallorca	Fútbol "B"
Real Oviedo	CD Tenerife
Real Valladolid CF	SD Eibar

Jornada 29 (07/03/2027)

UD Almería	CD Castellón
FC Andorra	Girona FC
Burgos CF	RCD Mallorca
RC Celta Fortuna	Real Oviedo
Córdoba CF	Real Valladolid CF
SD Eibar	CD Eldense
CD Leganés	CD Tenerife
UD Las Palmas	Granada CF
Real Sociedad de Fútbol "B"	AD Ceuta FC
CE Sabadell FC	Albacete Balompié
Real Sporting de Gijón	Cádiz CF

Jornada 30 (14/03/2027)

Albacete Balompié	UD Las Palmas
Cádiz CF	Granada CF
CD Castellón	RC Celta Fortuna
AD Ceuta FC	FC Andorra
CD Eldense	Real Sporting de Gijón
Girona FC	Burgos CF
RCD Mallorca	CD Leganés
Real Oviedo	Córdoba CF
Real Sociedad de Fútbol "B"	SD Eibar
CD Tenerife	CE Sabadell FC
Real Valladolid CF	UD Almería

Jornada 31 (21/03/2027)

Real Sociedad de Fútbol "B"	
UD Almería	Fútbol "B"
FC Andorra	Albacete Balompié
Burgos CF	CD Tenerife
Córdoba CF	CD Eldense
SD Eibar	AD Ceuta FC
Granada CF	CD Castellón
CD Leganés	Girona FC
UD Las Palmas	Real Oviedo
CE Sabadell FC	RC Celta Fortuna
Real Sporting de Gijón	RCD Mallorca
Real Valladolid CF	Cádiz CF

Jornada 32 (28/03/2027)

Albacete Balompié	UD Almería
CD Castellón	Córdoba CF
RC Celta Fortuna	Real Sporting de Gijón
AD Ceuta FC	Granada CF
SD Eibar	FC Andorra
CD Eldense	CD Leganés
Girona FC	Cádiz CF
Real Oviedo	Real Valladolid CF
Real Sociedad de Fútbol "B"	Burgos CF
CE Sabadell FC	RCD Mallorca
CD Tenerife	UD Las Palmas

Jornada 33 (04/04/2027)

FC Andorra	CD Eldense
Burgos CF	Real Oviedo
Cádiz CF	CD Castellón
Córdoba CF	RC Celta Fortuna
Granada CF	SD Eibar
CD Leganés	UD Almería
UD Las Palmas	AD Ceuta FC
RCD Mallorca	Girona FC
Real Sociedad de Fútbol "B"	Albacete Balompié
Real Sporting de Gijón	CD Tenerife
Real Valladolid CF	CE Sabadell FC

¡TU COCHE DE OCASIÓN, MÁS CERCA QUE NUNCA!

MÁS DE 300 COCHES EN STOCK

SUV · Impactos · Familiares · Furgonetas

Peugeot 5008
desde 18.990€

Hyundai Tucson
desde 18.990€



Mercedes Benz Clase GLC
desde 33.990€

- ✓ FINANCIACIÓN 100%
- ✓ GARANTÍA TOTAL
- ✓ ENTREGA INMEDIATA
- ✓ MÁXIMA TASACIÓN DE TU COCHE

ADEMÁS TE REGALAMOS EL SEGURO DE
TU COCHE HASTA EL 30 DE JULIO

📍 CALLE STA. CRUZ S/N, 02006 ALBACETE

🌐 WWW.MOTORALBA.COM

☎ 967 21 12 62



GRUPO
MOTORALBA
OCASIÓN



ALBACETE BALOMPIÉ / CALENDARIO 2026-2027

Jornada 34 (11/04/2027)

Albacete Balompié	AD Ceuta FC
UD Almería	CD Tenerife
FC Andorra	Real Valladolid CF
CD Castellón	Burgos CF
RC Celta Fortuna	Cádiz CF
SD Eibar	Córdoba CF
Girona FC	Granada CF
UD Las Palmas	RCD Mallorca
Real Oviedo	CD Eldense
CE Sabadell FC	CD Leganés
Real Sociedad de	Real Sociedad de
Real Sporting de Gijón	Fútbol "B"

Jornada 35 (18/04/2027)

Cádiz CF	FC Andorra
RC Celta Fortuna	UD Almería
AD Ceuta FC	CD Castellón
Córdoba CF	Albacete Balompié
CD Eldense	Burgos CF
Granada CF	Real Oviedo
CD Leganés	UD Las Palmas
RCD Mallorca	SD Eibar
CE Sabadell FC	Real Sporting de Gijón
Real Sociedad de	Real Sociedad de
CD Tenerife	Fútbol "B"
Real Valladolid CF	Girona FC

Jornada 36 (25/04/2027)

Albacete Balompié	CD Leganés
UD Almería	Granada CF
FC Andorra	Córdoba CF
Burgos CF	Real Valladolid CF
CD Castellón	RCD Mallorca
AD Ceuta FC	CD Eldense
SD Eibar	CE Sabadell FC
Girona FC	CD Tenerife
UD Las Palmas	Cádiz CF
Real Sociedad de	Real Sociedad de
Fútbol "B"	RC Celta Fortuna
Real Sporting de Gijón	Real Oviedo

Jornada 37 (02/05/2027)

FC Andorra	UD Las Palmas
Cádiz CF	SD Eibar
RC Celta Fortuna	AD Ceuta FC
Real Sociedad de	Real Sociedad de
Córdoba CF	Fútbol "B"
CD Eldense	UD Almería
Granada CF	Burgos CF
CD Leganés	Real Sporting de Gijón
Real Oviedo	Albacete Balompié
CE Sabadell FC	Girona FC
CD Tenerife	CD Castellón
Real Valladolid CF	RCD Mallorca

Jornada 38 (09/05/2027)

Albacete Balompié	Girona FC
UD Almería	CE Sabadell FC
Burgos CF	FC Andorra
CD Castellón	Real Valladolid CF
AD Ceuta FC	Cádiz CF
SD Eibar	CD Leganés
CD Eldense	UD Las Palmas
Granada CF	Real Sporting de Gijón
RCD Mallorca	RC Celta Fortuna
Real Sociedad de	Real Sociedad de
Fútbol "B"	Real Oviedo
CD Tenerife	Córdoba CF

Jornada 39 (16/05/2027)

FC Andorra	CE Sabadell FC
Cádiz CF	Burgos CF
Real Sociedad de	Real Sociedad de
Fútbol "B"	Fútbol "B"
CD Castellón	Albacete Balompié
RC Celta Fortuna	CD Leganés
Córdoba CF	CD Eldense
Girona FC	UD Almería
UD Las Palmas	UD Almería
RCD Mallorca	CD Tenerife
Real Oviedo	AD Ceuta FC
Real Sporting de Gijón	SD Eibar
Real Valladolid CF	Granada CF

Jornada 40 (23/05/2027)

Albacete Balompié	Real Sporting de Gijón
UD Almería	Girona FC
Burgos CF	UD Las Palmas
AD Ceuta FC	Córdoba CF
SD Eibar	CD Castellón
Real Sociedad de	Real Sociedad de
Fútbol "B"	Fútbol "B"
CD Eldense	RC Celta Fortuna
Granada CF	FC Andorra
CD Leganés	FC Andorra
Real Oviedo	RCD Mallorca
CE Sabadell FC	Cádiz CF
CD Tenerife	Real Valladolid CF

Jornada 41 (30/05/2027)

FC Andorra	Granada CF
Burgos CF	SD Eibar
Cádiz CF	CD Tenerife
Real Oviedo	Real Oviedo
RC Celta Fortuna	CD Leganés
CD Eldense	Real Valladolid CF
Girona FC	AD Ceuta FC
UD Las Palmas	Córdoba CF
RCD Mallorca	Albacete Balompié
Real Sociedad de	Real Sociedad de
Fútbol "B"	CE Sabadell FC
Real Sporting de Gijón	UD Almería

Jornada 42 (06/06/2027)

Albacete Balompié	Cádiz CF
UD Almería	RCD Mallorca
AD Ceuta FC	Burgos CF
Córdoba CF	Real Sporting de Gijón
SD Eibar	Girona FC
Granada CF	CD Eldense
Real Sociedad de	Real Sociedad de
Fútbol "B"	Fútbol "B"
Real Oviedo	FC Andorra
CE Sabadell FC	CD Castellón
CD Tenerife	RC Celta Fortuna
Real Valladolid CF	UD Las Palmas

anigma
DISTRIBUIDOR OFICIAL

**CADA VICTORIA
DEL ALBA
SE CELEBRA MEJOR**

BEBIDAS, ALIMENTACIÓN Y SERVICIO
PARA HOSTELERÍA.

★ MÁS DE 40 AÑOS DISTRIBUYENDO CONFIANZA



SERVICIO DIARIO
RÁPIDO Y EFICIENTE

ALBACETE
Y PROVINCIA

967 193 017



ESCANEA Y DESCUBRE
TODO LO QUE PODEMOS
HACER POR TU NEGOCIO
distribucionanigma.es

NUEVAS MARCAS, NUEVAS EMOCIONES DESCUBRE LA GAMA dr

La nueva generación de SUV que combina diseño italiano, tecnología, eficiencia y una excelente relación calidad-precio.

dr 5
Desde 20.990€*



El DR 5 es el SUV perfecto para quienes buscan comodidad, eficiencia y un equipamiento completo. Su cambio automático DCT de 7 velocidades y su gran autonomía lo convierten en el compañero ideal para cualquier viaje.

dr 6
Desde 23.990€*



El DR 6 destaca por su diseño deportivo, mayor potencia y un nivel de equipamiento pensado para disfrutar cada kilómetro con el máximo confort y tecnología.

VEN A DESCUBRIRLOS Y PRUÉBALOS

dr
MOTORALBA



ESCANEA Y
DESCUBRE MÁS
SOBRE LA GAMA DR

drautomobiles.es

Calle Santa Cruz, s/n
Albacete

967 21 12 62

Richard Branson:



Cinco hábitos para disfrutar más de la vida y alcanzar el éxito

Richard Branson, fundador del grupo Virgin y uno de los empresarios más influyentes del mundo, asegura que el éxito no depende únicamente del dinero o de los resultados empresariales. Para él, la clave está en disfrutar del camino, mantener una actitud positiva y atreverse a actuar cuando aparecen las oportunidades.

Entre los consejos que comparte destaca la importancia de comenzar el día con energía. Branson suele madrugar y realizar alguna actividad física antes de trabajar, convencido de que el ejercicio mejora el estado de ánimo, aumenta la productividad y ayuda a afrontar mejor los retos diarios. También insiste en que la salud debe ser una prioridad, incluso cuando el tiempo parece escaso.

Otro de sus principios es pasar a la acción. Abandonó los estudios a los 16 años para lanzar sus primeros proyectos empresariales y desde entonces ha defendido que las oportunidades rara vez llegan a quienes permanecen inmóviles. Según Branson, el miedo al fracaso no debe convertirse en un freno, ya que los errores forman parte del aprendizaje y permiten crecer tanto a nivel profesional como personal.

El empresario británico también pone el foco en las personas. Considera que escuchar más, hacer preguntas y aprender de quienes nos rodean es una de las mejores herramientas para progresar. Además, cree que los equipos felices y motivados son fundamentales para construir proyectos sólidos y duraderos.

“ Los que se atreven a arriesgar tienen más probabilidades de obtener grandes recompensas.”

A sus más de siete décadas de vida, Branson sigue demostrando que la curiosidad, la ilusión y la capacidad de asumir riesgos continúan siendo ingredientes esenciales para alcanzar metas extraordinarias. Su mensaje es claro: disfrutar de lo que hacemos y atrevernos a intentarlo puede marcar la diferencia.

El liderazgo humanista, La clave para retener el talento

El liderazgo se ha convertido en uno de los factores más importantes para mantener el compromiso de los empleados. Según el informe “Claves del nuevo equilibrio laboral: tendencias y retos 2026” de Pluxee, el 72% de los trabajadores afirma que contar con un buen líder influye directamente en su decisión de permanecer en una empresa o buscar un nuevo empleo.

Las cualidades más valoradas son una comunicación transparente (68%), la capacidad para motivar al equipo (62%) y la empatía (62%). En cambio, las habilidades técnicas pasan a un segundo plano.

Pese a su importancia, el estudio refleja que solo el 15% de los empleados está muy satisfecho con su responsable, lo que evidencia un amplio margen de mejora.

También existen diferencias generacionales. Los jóvenes de la Generación Z son quienes valoran mejor a sus líderes, mientras que los Millennials y la Generación X muestran una visión más crítica.

El informe concluye que fortalecer el liderazgo puede ayudar a reducir la rotación, el absentismo y mejorar el compromiso de los equipos, convirtiéndose en una ventaja competitiva para las empresas.

“ El 72% de los trabajadores asegura que un buen líder influye en su decisión de permanecer en una empresa.”

Gestión de Herencias
Legalización de Inmuebles
Seguros de Impago Alquiler
Compra-Venta y Alquileres

JM JUAN MARÍN
Asesoría & Inmobiliaria

📞 967 096 844

🌐 juan-marin.com

✉️ fran@juan-marin.com

📍 C. Marqués de Villores, 14 de Albacete

🏢 Oficinas centrales: Paseo, 28 de Cieza (Murcia)

TU AGENCIA INMOBILIARIA DE CONFIANZA
Desde 1988
IZANVIA

Financiar un frigorífico nuevo después de tu Segunda Oportunidad... no tiene precio



FRANCISCO SORIANO
Co-Fundador de LTD

A veces pensamos que la felicidad está en las grandes cosas. Una casa nueva, un coche, un viaje soñado. Pero quienes han vivido una situación de sobreendeudamiento saben que las verdaderas victorias suelen ser mucho más sencillas. Poder dormir tranquilo. No temer una llamada del banco. Abrir el buzón sin preocupación. Y también algo tan cotidiano como entrar en una tienda, elegir un frigorífico, una lavadora o un sofá para tu hogar y escuchar una palabra que hacía años que no escuchabas: **“Financiación aprobada”**.



VICENTE PASTOR
Co-Fundador de LTD

Para muchas personas, ese momento pasa desapercibido. Para otras, representa mucho más. Representa haber dejado atrás años de dificultades económicas. Haber cancelado deudas imposibles de pagar. Haber salido de los ficheros de morosidad. Haber recuperado la confianza de las entidades financieras.

En Liquidatudeuda.es somos testigos de esos pequeños grandes momentos. Clientes que, meses después de obtener su Segunda Oportunidad, nos llaman para contarnos que han podido financiar un electrodoméstico, contratar una tarjeta con normalidad o acceder de nuevo a productos financieros básicos.

No hablan del frigorífico. Hablan de lo que significa. Hablan de normalidad. Hablan de tranquilidad.

Hablan de volver a sentirse parte de una sociedad que durante años les cerró las puertas.

La Ley de la Segunda Oportunidad no solo cancela deudas. También devuelve oportunidades. Recupera proyectos. Devuelve dignidad y confianza.

Porque quien ha pasado años sin poder acceder a una financiación sabe que el valor de un frigorífico nuevo no está en el electrodoméstico.

Está en todo lo que representa.

Y eso, sencillamente...

no tiene precio.

**CANCELA
TODAS
TUS DEUDAS**

**100%
Garantizado**



Liquidatudeuda.es
Mereces una segunda oportunidad



C/ Baños, 19 1º Albacete **967 700 153 - 661 567 344**

CONSULTORIA ECONÓMICA y FINANCIERA



CONSULTORÍA



ASESORÍA

La gestión económica de una empresa debe tener como objetivo principal **generar beneficios y mantener una buena salud financiera**. Para conseguirlo, es fundamental **analizar la rentabilidad de cada actividad**, conocer la estructura óptima de costes y detectar oportunidades de mejora que permitan **aumentar la productividad y reducir gastos innecesarios**.

Uno de los aspectos más importantes es comprender cómo se distribuyen los **costes fijos y variables**, ya que esto influye directamente en la rentabilidad y en la capacidad de tomar decisiones estratégicas. Además, una correcta planificación financiera ayuda a **prevenir problemas de tesorería**, gestionar adecuadamente los cobros y pagos, acceder a financiación cuando sea necesario y planificar futuras inversiones.

La **consultoría financiera** se presenta como una herramienta clave para mejorar la situación económica de cualquier negocio. A través del análisis de resultados, la planificación de recursos y la elaboración de presupuestos, permite **optimizar la gestión empresarial** y anticiparse a posibles dificultades. También facilita la toma de decisiones basadas en datos reales, favoreciendo **un crecimiento sostenible y rentable**.

En este contexto, **SP Asesores** ofrece servicios de gestión administrativa, laboral, fiscal y contable, además de **asesoramiento financiero especializado**. Su objetivo es ayudar a empresas y autónomos a **optimizar recursos, mejorar resultados y fortalecer su estabilidad económica**, adaptando cada solución a las necesidades específicas de cada actividad.

25 años de experiencia, compromiso y confianza,
siempre al lado de nuestros clientes



www.spasesores.com





El vino del mes DON OCTAVIO VERDEJO

No cabe duda de que el mito de que el buen Verdejo solo se hace en Rueda está más que superado. Prueba de ello es este Verdejo 2025 de Bodegas Don Octavio, que ha sido premiado recientemente con la medalla de Oro de vinos monovarietales de la Denominación de Origen La Mancha. Hablamos con Jaime López, enólogo de Bodegas Don Octavio, que nos cuenta con pasión cuáles son las razones técnicas por las que este vino está a la altura de los paladares más exigentes:

“La adaptación de esta variedad a nuestra tierra y a nuestro clima es excelente. Hablamos de parcelas con una altitud de entre 700-750 metros sobre suelos arcilloso-calcáreos que retienen la humedad justa, y que junto a la gran oscilación térmica que tenemos durante todo el año nos da como resultado un vino con una acidez natural, muy aromático, fresco y afrutado”. Nosotros también lo hemos probado, y nuestro veredicto es claro: si lo que buscas es la marca, pide un Rueda. Si lo que prefieres es un vino de calidad, auténtico, producido, elaborado y embotellado en nuestra tierra (y además por si fuera poco, a un precio insuperable) pide un DON OCTAVIO VERDEJO, es la apuesta ganadora que seguro no decepcionará.



Cómpralo en nuestra tienda online o en:
C/ Arquitecto Vandelvira 25
Tlf:
601 989 607

NOTAS DE CATA:

A la vista nos encontramos con un vino limpio, brillante, con tonos amarillos y reflejos verdosos. Un primer indicativo de su juventud y frescura.

Al acercar la nariz a la copa, ocurre la magia del contraste. Si cierras los ojos, no solo olerás uvas. Olerás el toque herbáceo del monte bajo, la fruta madurada al sol y un toque cítrico muy envolvente.

Pero es en boca donde este vino revela su origen. Tiene todo el peso de la tierra manchega. Entra con volumen, untuoso y glicérico, llenando el paladar de forma envolvente. Y justo al final, aparece ese amargor elegante, característico y fresco que perdura en la boca, y que casi sin querer, nos obliga a buscar el siguiente trago.



WWW.BODEGASDONOCTAVIO.COM



EL QUESO DEL MES

Queso de Oveja Curado con Trufa Negra

NOTA DE CATA

Queso elaborado con leche pasteurizada de oveja con trufa negra y maduración mínima de 5 - 6 meses.

Nuestro queso de siempre unido a la trufa negra genera un equilibrio perfecto, retando a nuestros sentidos a percibir su sabor y textura.

La trufa se abre camino por su interior haciendo de él un queso innovador, procurándole una imagen imponente.

Su pasta firme y cremosa, de color marfil, presenta vetas irregulares de trufa negra que aportan un aroma intenso y sofisticado. En boca es equilibrado, con un sabor profundo y persistente, donde la suavidad de la leche de oveja se funde con las notas terrosas y ligeramente minerales de la trufa.

Ideal para los paladares más exigentes, este queso es perfecto para disfrutar solo, acompañado de pan artesano o como protagonista en tablas gourmet.

NUESTRO COMPROMISO

En Vega Sotuelamos combinamos la tradición quesera transmitida de generación en generación con tecnología avanzada para innovar y ofrecer quesos ricos en matices. Apostamos por la **sostenibilidad, la calidad y la mejora continua**, desarrollando nuevas recetas, optimizando procesos y cuidando tanto el bienestar animal como el impacto ambiental.

VEGA
SOTUELAMOS



Cómpralo en
www.vegasotuelamos.com
967 550 105

¿QUÉ COMEMOS HOY?

PIDE LO QUE QUIERAS SIN SALIR DE CASA



Khan Kebab Albacete

659 077 377

676 260 691

SCAN

ME



El auténtico sabor turco en Albacete

GAZPACHO DE MELÓN: el sabor más refrescante del verano



Ingredientes (4 personas)

- * ½ melón maduro (aprox. 700 g)
- * 2 tomates maduros
- * ½ pepino
- * ¼ de cebolla dulce
- * ½ pimiento verde
- * 1 diente de ajo (opcional)
- * 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- * 1 cucharada de vinagre de Jerez
- * Sal al gusto
- * Pimienta negra (opcional)
- * Unas hojas de hierbabuena o menta fresca

Elaboración

Pela el melón y córtalo en dados. Lava los tomates, el pepino y el pimiento, y trocéalos junto con la cebolla. Introduce todos los ingredientes en el vaso de la batidora.

Añade el aceite de oliva, el vinagre y una pizca de sal. Tritura durante varios minutos hasta obtener una crema muy fina y homogénea. Si prefieres una textura más ligera, puedes incorporar un poco de agua fría.

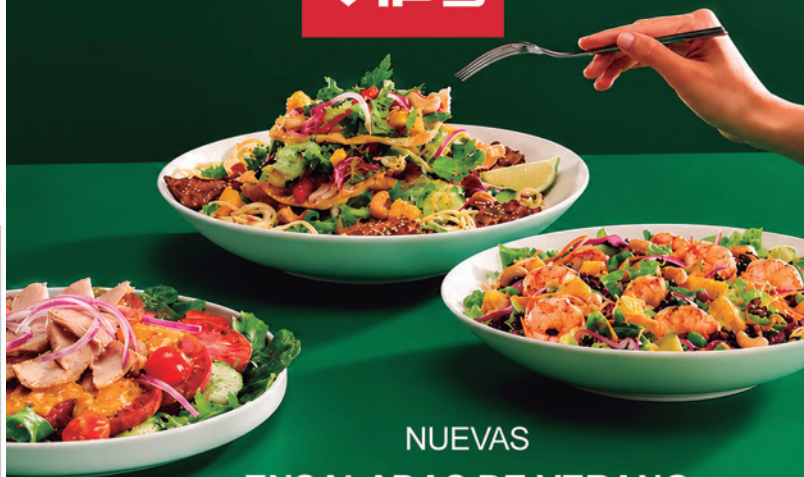
Guarda el gazpacho en la nevera durante al menos dos horas para servirlo bien frío. Antes de llevarlo a la mesa, prueba el punto de sal y rectifica si es necesario.

Un toque especial

Puedes acompañarlo con pequeños dados de jamón ibérico, bolitas de melón, pepino picado, almendras laminadas o unas hojas de hierbabuena. Un chorrito de aceite de oliva virgen extra justo antes de servir potenciará aún más su sabor.



VIPS



NUEVAS
ENSALADAS DE VERANO

Lanzamiento 2 de junio 2026



CONSULTA
NUESTRA
CARTA

JUST EAT

Uber Eats

Glovo

Teléfono de pedidos

967 266 812

De 13:00 a 23:30
C/ Tejares, 3 Albacete

Nuevos Platos



GINOS
· IMAGINALIA ·

**Del horno
a tu casa**

PIDE GINOS

☎ 967 60 09 07

JUST EAT
deliveroo
Uber Eats

pasatiempos

ESPECIAL

ENCUENTRA LOS APODOS DE LOS MÁS GRANDES:



A	C	J	K	I	P	U	L	G	A	M	A	S
A	N	N	I	Ñ	O	E	R	A	F	N	E	A
F	J	U	F	F	Q	H	F	J	G	B	R	E
T	O	R	P	E	D	O	D	A	F	O	S	T
P	E	R	I	C	E	Q	P	Ñ	K	B	F	A
L	A	Q	C	L	R	Z	L	Q	L	B	D	S
F	S	U	A	F	T	X	H	O	P	Y	Ñ	J
Ñ	J	F	L	A	C	O	A	Z	H	T	A	A
A	H	A	Ñ	A	Ñ	N	X	N	C	Q	F	
Q	A	Z	A	Q	M	V	K	C	Y	G	I	H
F	M	G	U	A	J	E	B	O	Z	O	T	B
I	D	C	I	T	V	T	T	N	N	J	N	I
D	F	D	Ñ	G	C	E	N	M	Q	I	Q	E
E	H	R	A	F	Q	D	L	R	J	B	S	B
O	Ñ	P	S	F	F	S	B	T	Q	L	Q	N
L	A	P	U	Q	G	V	Q	W	I	M	Z	I
A	L	O	L	Z	H	W	Z	E	X	U	X	O
D	F	L	E	X	Y	E	X	Q	D	L	B	W
S	L	R	P	S	M	X	R	S	T	K	V	P

Pulga (Messi) • Niño (Fernando Torres) • Guaje (David Villa) • Fideo (Di Maria) • Buitre (Butragueño)
 Bicho (Cristiano Ronaldo) • Torpedo (Gerard Muller) • Pelusa (Maradona) • Flaco (Cruiff) • Saeta (Di Estefano).

CONCURSO LA PALABRA SECRETA

REGALAREMOS 2 MENÚS PARA 2 PERSONAS EN:



TEJARES, 3 ALBACETE AV. DE LA ILUSTRACIÓN, 51

Ganador@s JUNIO
 ¡Gracias a tod@s los participantes!

¿Que palabra es en vertical?

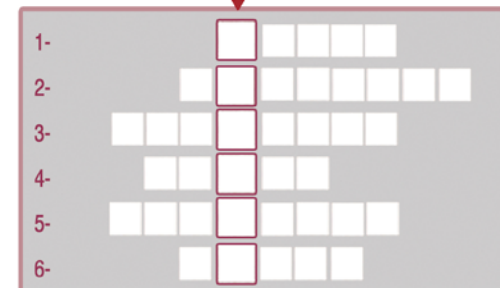
La palabra secreta era: REMATE



Descubre la palabra, envíanosla por whatshap 667 654 400, síguenos en instagram o facebook, dinos que te gusta este post y compártelo antes del:

22 DE JULIO DE 2026

abmrevista



- ACCIÓN DE TRASLADARSE DE UN LUGAR A OTRO PARA CONOCER NUEVOS DESTINOS, DISFRUTAR DE EXPERIENCIAS DIFERENTES O REALIZAR UNA ACTIVIDAD FUERA DE LA RUTINA HABITUAL.
- EVENTO CULTURAL O ARTÍSTICO QUE REÚNE ESPECTÁCULOS, ACTIVIDADES Y PÚBLICO DURANTE UNO O VARIOS DÍAS.
- BEBIDA FRÍA, GENERALMENTE SIN ALCOHOL, QUE SE CONSUME PARA CALMAR LA SED Y COMBATIR EL CALOR.
- ZONA DE ARENA O PIEDRAS JUNTO AL MAR, UN RÍO O UN LAGO, DESTINADA AL OCIO, EL BAÑO Y EL DESCANSO.
- EXPERIENCIA EMOCIONANTE QUE IMPLICA DESCUBRIR, EXPLORAR O VIVIR SITUACIONES FUERA DE LO HABITUAL.
- CUBIERTA DE TELA U OTRO MATERIAL QUE PROTEGE DEL SOL Y PROPORCIONA SOMBRA EN ESPACIOS EXTERIORES.

PRINTERCOR
 imprenta Low Cost

IMPRIME MÁS
 PAGA MENOS

1.000 TARJETAS
 85x55 mm • Impresión a 2 caras

38€



5.000 FLYER A5
 148x210 mm • Impresión a 2 caras

125€



Imprimos tus ideas

100 CARTELES A3
 297x420 mm • Impresión a color

69€



✓ CALIDAD PROFESIONAL

✓ ENTREGA RÁPIDA

✓ IMPRESIÓN LOCAL

☎ PIDE TU PRESUPUESTO SIN COMPROMISO

967 665 665

Torres Quevedo, 80 - Bajo
 02003 Albacete

✉ imprenta@publicor.com

**POR SER
movieyermo**

TODOS LOS

MIÉRCOLES

TU MENÚ

POR SOLO

6'90€



cine yermo

CONSULTA CONDICIONES EN NUESTRA WEB

abm

¿Qué hacemos en Julio ?

Odo las Nenas
10 de julio · 18:00h
Caseta de los Jardinillos

FESTIVAL

Crear es poder - Toni Bright
13 de julio · 21:30h
Parque EDUSI Carretera de Murcia, Albacete

TEATRO

Letur Alma 2026
Del 16 al 18 de julio
Letur (Albacete)

FESTIVAL

Claramente
23 de julio · 21:30h
Plaza del Periodista Antonio Andújar

CONCIERTO

La Chicacharcos
27 de julio · 20:30h
Parque Plaza de Ramón Roldán

CONCIERTO

Marvin, el Mejor Mago del Mundo
29 de julio · 20:30h
Parque C/ Arado

TEATRO

La agenda total de Albacete

¿Qué hacemos en la Feria 2026 ?

ADELANTO DE LOS EVENTOS DE LA FERIA DE ESTE AÑO

Artesana 2026
7 - 17 de Septiembre
Recinto Ferial

FERIAS

MALÚ
7 de Septiembre
Caseta de los Jardinillos

CONCIERTO

Chambao + Bebe + Aldhara
8 Septiembre
Caseta de los Jardinillos

CONCIERTO

INDISPENSABLES 2026
11 de Septiembre
Recinto Viva Feria

CONCIERTO

Poetas del Rock 2026
12 de Septiembre
Recinto Viva Feria

CONCIERTO

CAMELA
13 de Septiembre
Caseta de los Jardinillos

CONCIERTO

Y AÚN HAY MÁS...
Todo lo que pasa en Albacete está aquí
www.albaceteamano.com



QuéLeerJulio



MURDOKU: VIAJE AL PASADO (Manuel Garand)

Si te gustan los juegos de lógica, los acertijos detectivescos y los desafíos mentales, Murdoku es tu nueva obsesión. Resuelve crímenes a través del tiempo en un librojuego tan adictivo como desafiante. En Murdoku. Viaje al pasado, la lógica del sudoku se mezcla con el suspense de los mejores enigmas detectivescos. Tendrás que colocar a los sospechosos en el lugar correcto para descubrir quién mató a la víctima. Una máquina del tiempo te arrastrará a cinco escenarios únicos, la Edad Media, el Lejano Oeste, la Edad de Oro de la piratería, la Edad de Piedra y el antiguo Egipto, cada uno con sus propios secretos, trampas y desafíos. Explora cada época, ata cabos, descarta sospechosos y descifra 80 acertijos de dificultad progresiva hasta convertirte en un auténtico detective del tiempo.



HUELLAS EN LOS FIORDOS (SATU RAMO)

Veinticinco años después de la desaparición sin resolver de sus hermanas pequeñas, Rosa y Björk, Hildur sigue viviendo en Ísafjörður, una remota localidad en los fiordos occidentales de Islandia. Allí trabaja como inspectora de policía, tratando de sobrellevar el trauma de su pasado, mientras su única vía de escape es el surf en las frías aguas del Atlántico Norte. Tras varios años en la unidad de niños desaparecidos en Reikiavik, Hildur ha regresado a la pequeña comisaría de su pueblo natal. Pronto se le une Jakob Johanson, un becario finlandés con un pasado complicado y heridas emocionales que aún no han sanado. Cuando un hombre aparece asesinado, con la garganta cortada y enterrado bajo una avalancha que ha destruido la mayoría de las pruebas.



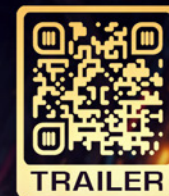
CAZADORES DE ESTRELLAS (Joanne Baker)

En Cazadores de estrellas, la exastrofísica y escritora Joanne Baker propone una reveladora síntesis entre ciencia y cultura para trazar la historia global de nuestra relación con el cosmos. Desde la Vía Láctea hasta los confines del universo, Baker nos guía por un recorrido que entrelaza descubrimientos científicos, relatos históricos y manifestaciones culturales, y nos muestra cómo ha evolucionado lo que sabemos de los cielos y de nosotros mismos. Motivada por una búsqueda personal de comprender el universo más allá de su dimensión matemática, la autora incorpora también experiencias propias tan elocuentes como presenciar un eclipse solar total en Idaho o visitar un antiguo observatorio en Samarcanda.



Octavio Cuartero, 17
967 22 58 63

ENTER THE PATH TO THE TRUTH TRIVIUM IMMERSIVE EXPERIENCE



BENIDORM PALACE

CENA ESPECTÁCULO

Un hogar libre de tóxicos:



También conviene revisar los productos de limpieza. En muchas ocasiones, el vinagre, el bicarbonato o el jabón neutro son suficientes para mantener la casa limpia sin recurrir a productos con perfumes intensos o ingredientes agresivos.

Otro hábito recomendable es evitar calentar alimentos en recipientes de plástico, especialmente si no están diseñados para microondas. Optar por envases de vidrio o acero inoxidable es una alternativa más segura y duradera.

Las plantas de interior, además de decorar, ayudan a crear espacios más agradables. Y si vas a renovar muebles o pintar una habitación, elegir materiales con bajas emisiones de compuestos orgánicos volátiles contribuirá a mantener un aire más limpio.

Crear un hogar saludable no significa cambiarlo todo de un día para otro. Se trata de incorporar pequeños hábitos que reduzcan la exposición a sustancias innecesarias y hagan de nuestra casa un lugar más seguro y confortable para toda la familia.

“La mejor inversión para tu hogar no siempre es decorarlo más, sino convertirlo en un lugar más saludable.”

Pequeños cambios que mejoran tu salud

Pasamos gran parte del día en casa, pero pocas veces pensamos en la cantidad de sustancias químicas con las que convivimos a diario. Ambientadores, productos de limpieza, plásticos, pinturas o incluso algunos muebles pueden liberar compuestos que afectan a la calidad del aire interior. La buena noticia es que reducir esta exposición es más sencillo de lo que parece.

El primer paso es ventilar la vivienda todos los días durante al menos diez minutos. Renovar el aire ayuda a eliminar contaminantes y reduce la humedad, mejorando el ambiente del hogar.

CURSO

APRENDE A MEDITAR

SÁBADO 4 JULIO

1ª sesión: 10:00 - 11:00 h.
descanso con refrigerio incluido
2ª sesión: 11:45 - 12:45 h

SÁBADO 11 JULIO

1ª sesión: 10:00 - 11:00 h.
descanso con refrigerio incluido
2ª sesión: 11:45 - 12:45 h

Curso de meditación

APRENDE A MEDITAR

meditaenalbacete.org

Por qué le INTERESA cambiar sus ventanas?



Por el ahorro en el gasto energético

La tecnología SCHÜCO con seis cámaras de aislamiento unida a un buen acristalamiento puede reducir hasta en un 70% el gasto de energía en su hogar.* (datos proporcionados por el Ministerio de Industria).



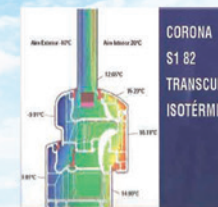
Porque se instalan casi sin obra

Nuestras ventanas se instalan en un tiempo record con un mínimo de obras. Su mantenimiento es reducido y resisten como el primer día, los golpes, la corrosión y la contaminación.



Para evitar filtraciones

Los sistemas SCHÜCO con triple junta de cierre proporcionan una total estanqueidad que impide cualquier entrada de agua, aire o contaminación.



Por su seguridad

La gran robustez de los perfiles SCHÜCO, con un refuerzo interior de acero zincado unido a herrajes de primeras marcas, hacen que nuestras ventanas tengan una garantía de resistencia y seguridad.

Especialistas en carpintería de PVC y aluminio

10 años de garantía-Ventanas homologadas con el sello CE
Fabricantes de ventanas de PVC Schüco-Ventanas fabricadas en Albacete
Disponemos de todos los ensayos y certificados de las carpinterías de obligatoria presentación a partir de 2 de febrero de 2010

34 años de experiencia

Nuestra mejor ventaja, muchos años de experiencia.



ESNAJÚCAR s.l.l.
CARPINTERIA EN PVC Y ALUMINIO

SCHÜCO
Partner



GOMEZ TORRES

AGENCIA INMOBILIARIA

Dionisio Guardiola, 15 - 2º (entrepanta) 02002 Albacete

Telf.

967 550 680

NECESITAMOS PISOS, LOCALES O FINCAS EN VENTA O ALQUILER.

DISPONEMOS DE AMPLIA CARTERA DE CLIENTES PARA TODOS ELLOS.

MÁS DE 30 AÑOS DE EXPERIENCIA NOS AVALAN.

REALIZAMOS TODOS LOS TRAMITES HASTA LLAVE EN MANO

PUEBLO CERCANO

Casa de pueblo en venta, con entrada a dos calles, casa con 80 metros en plata baja y 50 mtrs de cámara con habitación, 2 habitaciones, salón, cocina amueblada, baño, patio de 120 mts con barbaoca, en buen estado.

78.000,00€ C.e=F Ref: 10045.
Tlf: 670657005 / 687945411.

PRECIO - HOSPITAL

Piso en venta, zona hospital, piso con ascensor y calefacción, dispone de tres dormitorios, salón con balcón, cocina amueblada y un baño, tiene trastero, tiene suelo de terrazo, ventanas de aluminio, puertas de sapelli.

155.000,00€ C.e=E Ref: 10164
Tlf: 670657005 / 687945411

CENTRO

Estupendo Piso, amplio, 205 metros, 4 dormitorios, salón 40 metros, balcón, 3 baños, cocina amplia, mucha luz, calefacción de gas ciudad, Split de a/a, ascensor, plaza de garaje.

380.000,00€ C.e=E Ref: 10171
Tlf: 670657005 / 687945411

OCASIÓN- EN EL MASEGOSO:

Casa en venta con dos plantas, con 3 dormitorios, salón cocina, 1 baño, 70 metros de planta.

39.000,00€. C.e=E Ref: 10135.
Tlf: 670657005 / 687945411.

PUEBLO CERCANO

Casa de pueblo, tiene dos parte, una casa con dos alturas, planta baja con 1 dormitorio, salón-cocina, despensa, 1ª planta 4 dormitorios y baño, frente a la casa tiene una cocina con trastero, chimenea, baño y patio de 22 mts.

60.000,00€ Negociables C.e=F Ref: 10130.
Tlf: 670657005 / 687945411.

IMAGINALIA

Piso en venta, zona Imaginalia, con zonas comunes y piscina, vivienda de 90 metros útiles, con ascensor y calefacción individual, dispone de 3 dormitorios, salón, cocina amueblada y 2 baños, armarios empotrados, tiene trastero.

289.000,00€. C.e=E Ref: 10195.
Tlf: 670657005 / 687945411.

PRECIO

Se vende 350 METROS, local totalmente acondicionado, con varias salas grande y pequeñas aseos adaptados, con fachada a dos calles, apto para academia de formación profesional, era una academia, suelo de gres, techos desmontables, maquinas de A/A, varias salidas y entradas.

190.000,00€ C.e=E Ref: 10186
Tlf: 601077538 / 687945411

PARCELA PINARES DEL JUCAR

Chalet con parcela de 7.000 metros de terreno, con una casa de 260 metros, con 7 dormitorios, 2 baños, salón, cocina, con calefacción individual, con piscina de 6x12, estupendo sitio con gran pinada.

315.000,00€ C.e=E Ref: 10174
Tlf: 601077538 / 687945411.

CHALET URBANO DIVISIBLE

En Vereda de Jaén, muy cerca de Albacete, con terreno de 2.200 metros urbanos, con casa de 120 metros, 4 dormitorios, salón con chimenea, cocina grande mueblada, 2 baños, a/a, mucha luz, zonas verdes, se puede partir en dos parcelas.

350.000,00€ C.e=E Ref: 9973
Tlf: 670657005 / 687945411.

INVERSION O USO PLAZAS DE GARAJE:

Se venden varias plazas de en Hnos Grimm, en zona Imaginalia en 17.000,00€ con rampa, otra en calle Logroño, amplia para coche y moto por 14.000,00€ y en Doctor Placido Duarte plaza en 2º sótano, amplia, en 18.000,00€

Tlf: 670657005 / 687945411.

ÁTICO SAN PABLO:

Atico en venta en barrio San Pablo, zona tranquila, luminoso, con 2 dormitorios, salón amplio, cocina amueblada, baño con ducha, luminoso, calefacción individual de gas, agua individual, terraza de 16 metros, con plaza de garaje, amueblado.

190.000,00€. C.e=E Ref: 10190.
Tlf: 670657005 / 687945411.

CARRETERA DE LAS PEÑAS

Casa de 2 alturas en venta, esta para vivir, en planta baja tiene garaje y almacén y un pequeño patio, en la 1ª planta tiene 4 dormitorios, salón, cocina grande con chimenea, balcón, terraza, trastero, suelo de terrazo, calefacción de gasoil, 173 metros de terreno, y 150 metros de casa.

140.000,00€ C.e=E Ref: 10142
Tlf: 670657005 / 687945411

CIRCUNVALACIÓN-ROSARIO

Estupendo local EN VENTA, 130 metros, con fachada a circunvalación, buena vista, diáfano, buena altura, con vado, paredes entucidas, para acondicionarlo según la necesidad de negocio. negociables posibilidad de AÑADIR OTROS 190 metros más.

100.000,00€ C.e=E Ref: 9915
Tlf: 601077538 / 687945411

PRECIO- CALIDADES ADOSADO EN PUEBLO CERCANO

Chalet en La Gineta en venta, del 2008, 200 metros, con 3 dormitorios más buhardilla, salón, cocina amplia amueblada, patio de 30 mts, 2 baños y 2 aseos, calefacción suelo radiante, A/A canalizado, garaje 2 coches, y bodega, armarios.

200.000,00€ C.e=E Ref: 10150
Tlf: 670657005 / 687945411

PUEBLO: BARATA

Casa en de pueblo cercano, una casa con dos alturas, 80 metros, planta baja con salón-cocina, garaje, en planta primera tiene tres habitaciones y baño.

30.000,00€ Negociables. C.e=E Ref: 10198
Tlf: 601077538 / 687945411

ADOSADO EN PUEBLO CERCANO

Estupendo Chalet en villar de Chinchilla en venta, del 2010, con 150 metros, con 4 dormitorios, salón, cocina amueblada de 15 metros, patio, 3 baños, calefacción de gas, garaje, trastero, armarios.

115.000,00€. C.e=E Ref: 10089.
Tlf: 670657005 / 687945411.

SUPER CHALET INDIVIDUAL:

Estupendo Chalet en Albacete, primeras calidades, 575 metros construidos en 3 plantas, 700 metros de solar, con piscina de 50mts, bodega-bar, garaje para 4 coches, 5 dormitorios, salón 40 mts, cocina 20 mts, jardín, una casa preciosa para vivir en Albacete. A/A, calefacción.

1.350.000,00€ C.e=E Ref: 10168
Tlf: 670657005 / 687945411.

abm

08
26

CAPITAL

30.000 Ejemplares

EN AGOSTO LLEVA TU EMPRESA A 30.000 HOGARES

DE ESTOS

40 PUEBLOS

DE LA PROVINCIA DE ALBACETE



DESDE TAN SOLO 0,005€ REVISTA/HOGAR



614 91 97 73



isabel@publicor.com



Torres Quevedo, 80



Te ayudamos a crecer este verano

1/6

Este número es indicativo del riesgo del producto, siendo 1/6 indicativo de menor riesgo y 6/6 de mayor riesgo.

La Entidad está adherida al Fondo de Garantía de Depósitos Español de Entidades de Crédito. El Fondo garantiza hasta 100.000 euros, por titular y entidad.

Este indicador de riesgo hace referencia a la cuenta donde está domiciliada la nómina.

Hasta

500€
brutos

por tu nómina
y usar Bizum*

Para ese plan especial, para darte un capricho, o simplemente para verlos ahí, en tu cuenta, listos para cuando los necesites.

Más información
en globalcaja.es o en nuestras oficinas.

 **Globalcaja**

* Requisito para acceder a esta oferta: domiciliar una nueva nómina en una cuenta de Globalcaja. El participante deberá firmar un boletín de adhesión en su oficina de Globalcaja. El importe del ingreso variará en función del importe de la nómina: para nóminas a partir de 2.000€ ingreso de 3167€ brutos al mes y para nóminas de 700€ a 1.999€ ingreso de 15€ brutos al mes. Además, si el participante cumple el requisito de ingresar la nómina cada mes, podrá obtener un incentivo adicional de 10€ brutos al mes si realiza mínimo una operación con Bizum en ese mes. Los ingresos se realizarán durante los 12 meses siguientes a la adhesión a la oferta, por lo que, un participante con una nómina a partir de 2.000€, podrá obtener hasta 500€ brutos (405€ netos) y un participante con una nómina de entre 700€ y 1.999€ podrá obtener hasta 300€ brutos (243€ netos). Estos ingresos constituyen un rendimiento del capital mobiliario dinerario sujeto a la retención correspondiente conforme a la normativa fiscal aplicable (actualmente el 19%), que la Entidad efectuará repercutiéndoselo al Participante y abonándole en la cuenta resto (importe neto). La Entidad se reserva el derecho de modificar, suspender y/o cancelar esta oferta. No acumulable con otras ofertas de Nómina de la Entidad. Consulta todas las bases de la oferta en tu oficina de Globalcaja o en globalcaja.es