

Basilio, del Mesón Los Hierros, donde la cocina tradicional, la calidad y un gran servicio se funden para ofrecer a sus clientes un lugar en la parte alta de Madrid, cerca de Argüelles, donde poder disfrutar de las recetas de nuestras madres y abuelas con su toque. Sin duda un restaurante al que acudir a disfrutar y pasar un buen rato.

José Córdoba, antes "El Chivi", se convirtió en uno de los primeros fenómenos de Internet en la España de los noventa, lo cual le permitió realizar sus siguientes discos y tocar en cientos de conciertos por toda la geografía. En 2008 José decide dar fin a su personaje "El Chivi" para retomar su estilo original y aparece el disco "Estado Natural". Nos habla de su último disco "Polos opuestos", de cómo llegó hasta aquí, de sus anécdotas y compañeros de viaje. Humilde y sencillo una de las figuras más importantes en el actual panorama de los cantautores españoles.

Natalia Otero Meiga, fisioterapeuta neurológica y directora de Ecrin Terapias, nos cuenta como en Ecrin Terapias se dedican a la neurorrehabilitación asistida con caballos. Con esta terapia se pretende llegar por la vía corporal al desarrollo de las diferentes aptitudes y potenciales (motor, afectivo-social, comunicativo-lingüístico, e intelectual-cognitivo) lo cual no se desarrolla mediante un tratamiento convencional.

Hoy el **Dr. Martín Azanza** nos habla de "El aceite de palma: la industria de la enfermedad". Solo Indonesia, uno de los principales productores mundiales de aceite de palma, ha perdido una superficie de bosques tropicales equivalente a dos veces la extensión de Alemania. El Congreso de los Diputados se ha sumado a la ofensiva contra el aceite de palma con la aprobación de una proposición no de ley (PNL) que pide mayor visibilidad en las etiquetas de productos que lo contengan

Sonia Ferre desde el hotel MasQi, The energy house. Nos propone un novedoso concepto de vacaciones de relax y experiencias inolvidables, basado en una filosofía con dos pilares esenciales. Una alimentación equilibrada y el crecimiento interior.

Marina Damer, cantautora y youtuber alicantina de Santa Pola, que puede presumir de haber teloneado a artistas como El Pescao o de llegar a la final del programa de talentos de televisión Tú sí que vales, nos cuenta su camino recorrido y sus nuevos proyectos. Y nos interpreta con su bella voz el tema principal de la película "La bella y la Bestia".

Conectamos con **Helena Aleixo**, esposa de José Antonio Gurriarán, periodista y víctima del terrorismo armenio el 30 de diciembre de 1980, cuando Gurriarán salía del edificio del diario Pueblo. Hablamos sobre el libro que escribió su marido a raíz de ese atentado y que fue clave para terminar con la violencia de los terroristas armenios. De cómo lo vivieron y lo que supuso para ellos.

Charlamos con **Rosa María Lobo**, cantante, que comenzó su carrera con tan sólo 18 años, en el programa de Televisión Española de descubrimiento de jóvenes talentos Salto a la fama, que gana. Tras lo cual adopta el nombre artístico de Maya.

Estela de María, cantautora y miembro de la plataforma de mujeres artistas contra la violencia de género, nos habla sobre los avances conseguidos por las "Mujeres de Sol", de cómo vivieron su protesta y su visión de este terrible problema, que afecta a tantas y tantas mujeres en todos los lugares de este país

La **Dra. Pilar Muñoz-Calero**, Presidenta de la Fundación Alborada, cuyo principal objeto es la asistencia social a personas enfermas mediante la medicina ambiental en nuestro país y que dispone de un centro de tratamiento de enfermedades ambientales pionero en nuestro país.

José Ángel Sánchez nos habla de las heladerías Borgonesse, que recientemente han llegado a un nuevo destino. Empezó en el corazón del Mediterráneo, entre almendras, miel, leche y sueños. Es "el placer posible", bueno y sano... Helados y chocolate artesano. Obrador en tienda, y la honestidad de manos que invierten su tiempo en hacerlo bien.

Presentado y dirigido:

Esmeralda Marugán.

Colaboradores :

Gema Ocaña (profesora de lengua y literatura del Instituto Ramiro de Maeztu de Madrid). Mila Hidalgo (cantante y componente de "Las dos en Punto"). Marina Damer (cantautora). Adolfo Sastre (abogado, empresario y concejal de cultura de Marugán, Segovia). Nacho Segura (estudiante de periodismo). Rafael Alba (periodista y músico). Fernando López (RRSS, propulsor de la "contramarcha").

Realización:

Daniel Blanco, Samuel Macazaga e Igalder Zubimendi.

Producción:

Nacho Segura, Fernando López.

Redacción

Lydia Basave.