

NT

LOS SILOS

Leocadio Martín Borges – Maspalomas – Lago Rosa en Dakar
Geoturismo en Fogo – Erika Castilla – Valle Gran Rey – Oftalmología
Juan Carlos Armas – Platos de cuchara

¡TE QUIERO!



Hotel Botanico
& The Oriental Spa Garden



THE LEADING HOTELS
OF THE WORLD®

922 381400 | hotelbotanico.com

Puerto de la Cruz | Tenerife



WE ARE THE CHAMPIONS

El "must" de  Canarias

LORO PARQUE

Puerto de la Cruz - Tenerife - loroparque.com



Nº1 EN EL MUNDO
MEJOR ZOOLOGICO



Nº1 EN EL MUNDO
MEJOR PARQUE ACUÁTICO

The water kingdom
SIAM  **PARK**

Costa Adeje - Tenerife - siampark.net

NUEVOS AVIONES Y MÁS PLAZAS

Comenzamos el último trimestre del año y seguimos trabajando para ofrecer más y mejores servicios a nuestros clientes, cuya satisfacción es el principal compromiso que tenemos en Binter desde nuestra creación.

Con la llegada de nuevos aviones podremos ofrecer un 30% más de plazas y una media de 180 vuelos diarios, con el objetivo de atender el incremento de la demanda debido al nuevo escenario creado tras el aumento del descuento de residente y la consiguiente reducción del precio de los billetes a la mitad.

Los nuevos aviones ATR y Bombardier, quizás viaje en uno de ellos, reflejan el esfuerzo y la apuesta de la compañía por la renovación de la flota, una de las más modernas de España y ofrecer un servicio de calidad que cumpla con las expectativas de nuestros clientes.

Otra de las novedades que nos trae la nueva temporada es la ampliación de nuestro acuerdo de vuelos en código compartido con Iberia entre Madrid y más destinos internacionales de Binter. Este convenio se extiende a la operativa interinsular de Binter con La Palma, Lanzarote, Fuerteventura, La Gomera y El Hierro. Sin duda, un gran beneficio para los pasajeros, porque permitirá una mayor integración con los programas de fidelización de ambas aerolíneas.

Nuestro compromiso con la sociedad nos lleva a programar nuevas sesiones de nuestros cursos *Viajar sin miedo*, que vuelven a impartirse este mes en Gran Canaria los días 13 y 14 y en Tenerife el 27 y 28. Aprovecho para invitarle a que nos envíe un correo a volarsinmiedo@bintercanarias.com si conoce a alguien que necesite de esta ayuda para superar su fobia a volar.

En las rutas internacionales también hay novedades y con la premisa de ofrecer un mejor servicio a nuestros clientes, a partir de este mes, trasladamos la ruta que nos une a Lisboa al aeropuerto Tenerife Norte. De esta forma, nos adaptamos a la demanda de nuestros clientes que disponen de conexiones desde todas las Islas para enlazar con este vuelo.

Muchas gracias por elegirnos y ¡BUEN VUELO!

Juan A. Ramsden
Coordinador General

STAFF

DIRECCIÓN

Juan Manuel Pardellas · @jmpardellas

REDACCIÓN

Sylvia Madero · redaccion@barabaracomunicacion.com

COLABORADORES EN ESTE NÚMERO

Rebeca Martín, Paula Albericio, Francisco Javier Torres del Castillo, Isaac Hernández, Ángeles Ramírez García, David Sendra Domènech, Carlos Fuentes, Javier Dóniz Páez, Salvador Aznar, Francisco Belín, Roberto Carlos Naranjo Rosario, Rubén Acosta, Aarón Rodríguez, Álvaro Morales, Juan José Ramos Melo, Daniel Prieto, Esther Mendoza, Diego Ojeda, Jesús Villanueva Jiménez, Raquel Álvarez, José Félix Hernández, Jezabel Artilles.

DIRECCIÓN CREATIVA

great · greatttt.com

DIRECCIÓN DE ARTE

Diego García · Mariano García

MAQUETACIÓN

Dunia Jorge

DIRECCIÓN DE FOTOGRAFÍA

José Chiyah Álvarez

FOTO DE PORTADA

Rocío Eslava

FOTOGRAFÍAS

Kira Miró, Jonay P.Matos, Carlos Fuentes, Javier Dóniz Páez, Salvador Aznar, Francisco Belín, Roberto Carlos Naranjo Rosario, Rubén Acosta, José Chiyah Álvarez, Rocío Eslava, Juan Carlos Armas, Jugoplástika

ILUSTRACIONES

Beatriz Pérez, Tom Eigenhufe, Ilustre Mario, David Ferrer

PUBLICIDAD

publicidad@barabaracomunicacion.com · 922 897 517

BINTER

Pedro Agustín del Castillo · *Presidente*

Rodolfo Núñez · *Vicepresidente*

Alfredo Morales · *Consejero Delegado*

Noelia Curbelo · *Relaciones Institucionales y Comunicación*

SÍGUENOS EN LA WEBSITE Y LAS REDES

www.bintercanarias.com · Facebook · Twitter · Instagram · www.revistabinter.com

NT es una producción de BARA-BARA 3.0 SL exclusiva para BINTER. BARA-BARA 3.0 SL. Calle Puerto Escondido 5.

6º Izda. 38002. Santa Cruz de Tenerife (922 897 517). Escribenos a buzon@barabaracomunicacion.com

BINTER y BARA-BARA 3.0 SL no se hacen responsables de los contenidos publicitarios ni las opiniones vertidas por los colaboradores en sus artículos. Reservados todos los derechos. Prohibida su reproducción, edición o transmisión total o parcial por cualquier medio y en cualquier soporte, sin autorización expresa por escrito de BARA-BARA 3.0 SL.

IMPRIME

Gráficas Sabater SL.

Con la asistencia técnica de 2informática.



En la revista NT se ha utilizado papel obtenido a partir de bosques gestionados de forma sostenible certificada.

LORO PARQUE,
el Mejor Zoológico del Mundo según
TripAdvisor



SIAM PARK,
el Mejor Parque Acuático del Mundo
según TripAdvisor



WE ARE THE CHAMPIONS

El prestigioso portal de viajes TripAdvisor ha otorgado a Loro Parque el premio Traveller's Choice 2017 al **Mejor Parque Zoológico del Mundo**, que se asigna en base a las evaluaciones independientes de los viajeros. Este reconocimiento se une a otros logrados recientemente como la Certificación de Bienestar Animal de la respetada entidad American Humane (siendo el primer zoológico de Europa en obtener tal reconocimiento), así como el certificado de la auditora independiente Global Spirit, que reconoce el cumplimiento del 100% de los requisitos de bienestar animal fijados por ABTA; y de la Asociación de Tour Operadores y Agentes de Viajes de Reino Unido, de la que forman parte los líderes mundiales del mercado como Thomas Cook o TUI UK. Además de ser la única empresa canaria en recibir el premio Príncipe de Asturias a la Excelencia Empresarial. Todos estos reconocimientos están fuertemente ligados al compromiso de Loro Parque con su programa de ciencia y conservación que, desde 1994, desarrolla a través Loro Parque Fundación. Desde entonces se han destinado más de 17 millones de dólares, de forma directa, al desarrollo de programas de conservación, algo que les ha permitido salvar de la extinción a nueve especies de loros que se encontraban en estado crítico. Entre ellas, el Ara glaucogularis- originaria de Beni, en Bolivia- el Guacamayo de Lear, o el Loro orejiamarillo. Más de 47 millones de personas han visitado este santuario animal ubicado en el municipio de Puerto de la Cruz, en la isla de Tenerife. Una visita obligada si viaja a Tenerife.

Siam Park ha sido designado como el **Mejor Parque Acuático del Mundo** por el portal independiente TripAdvisor, según las opiniones de los viajeros. Un reconocimiento que recibe **por cuarto año consecutivo**. Un hito sin precedentes que lo sitúa como la mejor opción de ocio en parques acuáticos de nuestro planeta. La belleza de este parque es, en sí, un atractivo incomparable. Un paraíso de vegetación y diversión te esperan aquí. Por eso, si no has experimentado por ti mismo, las sensaciones que producen Tower of Power, y su tobogán de 28 metros de altura; Singha, y otras impresionantes atracciones de última generación, sin duda, tus vacaciones no serán completas.

Y si lo que quieres es relax en un ambiente exclusivo, lo tendrás en Siam Beach, la playa con olas artificiales más paradisíaca de Canarias. Un lugar donde el buen clima y la diversión, están asegurados todo el año. Siam Park se encuentra en el municipio de Adeje, al sur de Tenerife. Y es, por tanto, otra visita obligada si viajas a Tenerife.

Además, puedes visitar los dos parques a un precio reducido, comprando tus entradas en loroparque.com y siampark.net.

BRUNELLI'S, no hay mejor carne a este lado del Atlántico.

Si te gusta la carne, tienes que visitar Brunelli's. No sólo encontrarás la mayor y más completa variedad de tipos de carnes nacionales y de importación, también disfrutarás de los cortes más jugosos, cocinados al momento en un horno que carameliza la carne manteniendo todo su jugo y sabor y que, además, no tiene ningún otro restaurante en Canarias. Completa una velada única con sus seleccionados vinos de reserva, y contempla las mejores puestas de sol desde su gran terraza abierta

al mar, ya que cuenta con una cristalera de nueve metros totalmente abatible que descubre el salón para que la brisa marina se apodere del espacio. La mejor ventana al Atlántico. Brunelli's se sitúa frente a Loro parque, en Puerto de la Cruz.



Información y reservas: brunellis.com



KIRA MIRÓ

Por Rebeca Martín
Fotografía cedida por Kira Miró

Natural de Santa Brígida, Gran Canaria, Kira Miró es a fecha de hoy uno de los rostros más populares del panorama nacional. Modelo, presentadora de televisión, actriz y también *influencer* (o *blogger*), esta canaria conquistó al público con su frescura y espontaneidad desde que apareció en MTV España o en su debut como presentadora en *Desesperado Club Social*. Pero claramente, aunque casi sin saberlo, su destino estaba en la actuación, profesión para la que se formó en la prestigiosa escuela de Cristina Rota, a la que llegó siguiendo los pasos de su hermano. Seguramente la recordarán por series como *Los Serrano*, *La Tira*, *Punta Escarlata* o *Fenómenos*. Kira Miró cuenta también con un extenso recorrido en producciones para la gran pantalla: *Truman*, *No lo llames amor... llámalo X*, *Los abrazos rotos* y *Crimen perfecto* son un ejemplo de los títulos más destacados que se suman a su currículum, demostrando que se atreve con cualquier género, ya sea comedia, drama o acción. Apasionada del deporte, puedes seguir sus experiencias y recomendaciones en el blog *Lo que Kira Miró*, en el que también escribe sobre moda, belleza, y *life style*.

SUMARIO

14
Leocadio Martín Borges
Entrevista



18
El informe del mes
Economía



24
Maspalomas
Zonas comerciales



30
Lago Rosa. Dakar
Destino internacional



38
Geoturismo en Fogo
Destino internacional



50
Erika Castilla
El rincón de...



56
Valle Gran Rey
Senderos



62
Charcos Los Silos
Playas



72
Oftalmología
Salud



86
Juan Carlos Armas
Cultura



94
Ve y dile a tu rey
Relatos del ayer



98
Platos de cuchara
Gastronomía



LOPESAN ABRE TITAN GYM MELONERAS, TU GIMNASIO A MEDIDA



Lopesan ha inaugurado Titan Gym Meloneras, el centro deportivo de *Hammer Strength* más grande de España. Situado en el Centro Comercial Boulevard Oasis y a pocos pasos de los hoteles Lopesan Baobab Resort y Lopesan Costa Meloneras, Titan Gym Meloneras es la elección perfecta para un entrenamiento físico basado en la tonificación muscular.

Sus 1.200 metros cuadrados de superficie albergan 90 equipos de *Hammer*

Strength y Lifefitness para el entrenamiento de musculación y de cardio, respectivamente. Además, Titan Gym Meloneras ofrece entrenamiento personalizado, incluyendo la preparación especializada para competiciones y atenciones adaptadas a clientes con alguna lesión física.

Más información:

Facebook: @titangymmeloneras

Instagram: @titangymmeloneras

T. 928 154 805



Mutua Tinerfeña
SEGUROS

Confianza mutua

Confía,
tu negocio está seguro
y al mejor precio

Seguros de Comercio: Peluquería · Bar-Restaurante · Farmacia · Tienda · Oficina · Otros

En Mutua Tinerfeña sabemos que **tu negocio** es el resultado de tu trabajo y esfuerzo.

Por ello, anticipándonos a los imprevistos que pueden obligarte a cerrar temporalmente, ponemos a tu disposición **todas las coberturas que necesitas**.

Mutua Comercio es un producto completo, sencillo, con amplias coberturas modulables y de fácil contratación. En resumen, es **hiper flexible** y al **mejor precio**.

📱 **Infórmate en:**

TF: 922 60 48 00
GC: 928 24 27 56



programa de doble titulación

Máster Executive en
**Administración y Dirección
de Empresas (MBA) ECN**

Programa especializado en
**Dirección de Marketing
y Gestión Comercial** ESIC

Teléfono: 609 166 527
infotf@ecnegocios.com // infogc@ecnegocios.com

www.ecnegocios.com

ALOE PLUS LANZAROTE LLEVA SUS PRODUCTOS A AGADIR



Tienda de Aloe Plus Lanzarote en Agadir.

Aloe Plus Lanzarote inaugura un nuevo establecimiento en Agadir. La tienda está situada en la avenida Hassan II, una de las más concurridas de la ciudad marroquí. En ella se pueden encontrar más de 150 referencias de productos de alta gama elaborados con el aloe vera de las plantaciones ecológicas propias de la empresa situadas en Lanzarote. Más información: www.aloepluslanzarote.es

15 MUJERES MAJORERAS VISITAN SENEGAL PARA UN INTERCAMBIO CULTURAL



El Cabildo de Fuerteventura presentó el pasado septiembre la iniciativa *Mujeres tecnológicas*, que junto con el Ministerio de Correos y Telecomunicaciones del Gobierno de Senegal, tiene como objetivo incrementar la presencia femenina en actividades tecnológicas, económicas y de emprendimiento, así como promover su participación en los procesos de toma de decisiones a través de un intercambio cultural y de trabajo.



GUESS

TENERIFE GRAN CANARIA LANZAROTE

Dihova

Distribuciones Hoteleras Valido



Especialistas en mobiliario
de diseño para la hostelería

Calle Cartago 28
35109 El Tablero MASPALOMAS

dihova.es



928 140 292

Entra en nuestra web y conoce nuestro catálogo



Por Paula Albericio
Ilustración por Beatriz Pérez

“POSTUREAMOS EN INTERNET LO QUE NO CONSEGUIMOS EN LA VIDA REAL”

Recién estrenado el otoño, ahora octubre trae consigo un nuevo trimestre que, en lugar de mirar con recelo y añorando las vacaciones, podemos afrontar como una oportunidad para ponernos retos, superarnos y, por qué no, aprender a gestionar de una vez los pequeños fracasos que el día a día trae consigo. De esto y de redes sociales charlamos este mes con el psicólogo Leocadio Martín Borges.

¿Qué consejos daría para que este trimestre sea lo más exitoso posible?

El primero de ellos es que seamos conscientes de que es un trimestre. No tiene ningún sentido que nos planteemos conseguir todo lo que no hemos logrado durante los anteriores meses.

En segundo lugar, proponerse objetivos alcanzables y desmenuzados. Disfrutando de lo conseguido, día a día.

Un tercero viene asociado a la consciencia del momento. Las personas que han descansado un período prolongado durante el verano tienden a sobreestimar sus fuerzas y posibilidades. Ahora es el momento de reorganizar y ordenar, no de actuar a toda prisa para llegar

a objetivos que no hemos conseguido hasta la fecha.

Vivimos tiempos complejos con cierto grado de incertidumbre, ¿cómo debemos estar armados psicológicamente para afrontarlos?

La incertidumbre es el motor del cambio y este es nuestro mayor reto. Es importante abordar los cambios poniendo en la balanza todos sus aspectos, los positivos y los negativos. Esto nos permite, al contrastar, conocer realmente cuál es el peso de cada uno y además tener una idea totalmente diferente de la que tendríamos si solo valoramos un lado de la cuestión. La importancia de este enfoque sobre nuestra forma de actuar es crucial.

Instagram, Facebook, YouTube, ¿nos estamos dejando controlar por las redes sociales y la imagen que queremos proyectar en ellas?

Sí, en cierta forma es cierto. Las redes sociales nos transmiten la imagen de lo que alguien quiere que veamos. Creemos que lo que comparten las personas en ellas es totalmente real, y nos lleva, en muchas ocasiones, a creer bulos, intentar copiar lo que alguien dice que está haciendo o a sentirnos miserables porque nosotros no lo logramos. En estos medios sociales cada uno pone lo que quiere y siempre es deseable que contrastemos informaciones o que no nos dejemos influir por lo que pueda comentar u opinar una estrella de Internet. No olvidemos que lo que compartimos es como si lo estuviésemos haciendo en un enorme cartel al lado de todas las autopistas del mundo.

-

“Es importante abordar los cambios poniendo en la balanza todos sus aspectos, los positivos y los negativos”

-

¿El exceso de postreo puede darnos algún indicador de lo que realmente pasa en la vida de quien se expone tanto?

Quien se expone en redes sociales puede tener varios objetivos. El primero y más obvio, es alcanzar fama y dinero. Algunos lo consiguen, y probablemente, incluso lo hacen compartiendo cómo realmente son. Es como un *reality* de la televisión, nadie entiende cómo enganchan pero son líderes de audiencia.

Un segundo objetivo es la compensación. Postureamos en Internet lo que no conseguimos en la vida real. Por esto

tienen tanto éxito los programas de retoque fotográfico o de vídeo: añadimos efectos a una expresión imperfecta de nosotros mismos. Esto puede ser realmente perjudicial y es muy de agradecer que algunas personas relevantes estén compartiendo imágenes normales o videos cotidianos. Nos permite apreciar las diferencias y relativiza el impacto que tiene sobre nosotros.

¿Cómo eliminar a amigos del Facebook sin sentir remordimiento?

Este fenómeno viene de una equivocada concepción de la amistad en el entorno virtual. En su momento, cuando la red eligió el término *amigo* para denominar a las personas que incorporábamos a nuestros contactos de esta red social, la propia aplicación nos aconsejaba que no añadiésemos o aceptásemos a quien no conociéramos. Algo que la mayoría hemos obviado.

Así, los que son realmente personas que sienten o por las que sentimos curiosidad, bien sea por su fama, por lo que comparten, afinidades, divergencias o, simplemente, por cotilleo, pasan a tener un estatus que no es real; no son amigos. Al menos la mayoría. Pero la palabra amigo nos hace sentir comprometidos emocionalmente y por eso nos cuesta eliminarlos cuando lo que publican o comparten nos deja de interesar.

¿Se puede alcanzar el equilibrio entre el exceso de positivismo y un negativismo extremo?

Pues no. El equilibrio se alcanza entendiendo que la vida es un balance. Que hay momentos complicados y otros muy felices. Y que además, en muchas ocasiones, es nuestra forma de interpretar la realidad la que la hace positiva o negativa. Solo se avanza con una actitud positiva.



 **SABATER**

INDUSTRIA GRÁFICA

 **SABATER**

35 años de experiencia, un equipo de más de 50 profesionales y 3500 m² de instalaciones, hacen de SABATER la referencia en impresión en Canarias.

LIBROS | REVISTAS | PACKAGING | ETIQUETAS EN BOBINA | DISPLAY Y EXPOSITORES

Avenida Juan Carlos I,
nº 17 2ª. Siete Palmas.
GRAN CANARIA

C/. Isaac Peral, 5
Polígono Industrial La Campana
Radazul- TENERIFE

Tfno: 922 623 555
contacto@graficassabater.com
www.grficassabater.com



Por Francisco Javier Torres del Castillo (*)
Ilustración por Ilustre Mario

EL TIRO POR LA CULATA

Solemos utilizar esta expresión conocida por todos cuando algo no ha salido como esperábamos. Podrían imaginar que quizás les voy a entretener con historias de inversiones soñadas, de rentabilidades formidables que acaban como *el rosario de la aurora*, otra expresión popular que empleamos cuando prevemos que algo va a terminar de forma desastrosa. También pueden intuir una historia sobre aquella inversión que, después de un tiempo y ya con cierta ansiedad, vendimos al decepcionarnos.

Pero esta decepción no es realmente grande hasta que una semana después, tal vez días o incluso horas, observamos cómo aquella inversión soñada de la que finalmente nos hemos deshecho, sube de forma espectacular y quedamos asombrados, boquiabiertos, atónitos, impotentes... sin duda, nos salió el tiro por la culata.

Y de eso se trata, de la mala pata.

Mala suerte también es, cuando tomándote unos días de descanso durante ese caluroso agosto en un rincón maravilloso de nuestras islas, un pequeño inconveniente de salud nos obliga a realizar durante algunas jornadas visitas no deseadas a un hospital. Recuerden aquello de que la salud es lo más importante, luego el dinero.

Sucedió en uno de mis trayectos. Hacía tiempo que no se daba la circunstancia de encontrarme con un autoestopista, pero el lugar llamaba a pararse. Algo incomunicado, poco o nulo transporte público, un *stop*, una persona de edad madura con buen aspecto... así que decidí ofrecerle un asiento.

Ya en el automóvil, resultó su destino coincidir con el mío y al cabo de unos largos instantes para romper cierta tensión inicié una conversación de cortesía. Según me contó en el trayecto, era una mujer que aunque llevaba muchos años en Canarias, tenía origen extranjero.

La conversación nunca fue cómoda. Rígida, con tono seco y cortante y a la hora de expresarse me mantenía de igual forma con respuestas básicas y sencillas, casi monosilábicas. Probablemente no era su mejor día.

De pronto, realizó la pregunta:

- “¿Usted a qué se dedica?”

Durante unos mini segundos dudé en qué responder, aunque finalmente, sin concretar, se lo dije.

- “Trabajo en banca” (sin detalles, con baja voz y con el deseo de que prefiriera cambiar de tema)

- “¿Trabaja en Bankia?”

- “No, trabajo en la banca pero no en Bankia”.

(*) Director regional de Renta 4

- “¿En dónde trabaja?” (Me preguntó con insistencia y como detectando mi escaso interés en responderle, a la vez que demostraba una cierta antipatía hacia el sector y ya también hacia mí).

- “Ejem...”, (carraspeé, incomodado por la conversación) “Trabajo asesorando a clientes de forma directa, mi principal tarea es ayudarles a preservar su ahorro e intentar hacerlo crecer con el paso del tiempo”.

-

Mi cabeza trabajaba para intentar explicar que comprar sola acción es una mala decisión de inversión

-

Fijé bien fuerte mis manos al volante y no despecué la mirada de la carretera esperando una respuesta que diera fin a ese asunto.

- “¡Ahhh! Entonces se dedica a invertir el dinero de otros. ¿Verdad?”

- “Sí, bueno, algo así”.

¡Dios! ¡Ya está! ahora vendrán (y vinieron) los topicazos.

- “Entonces, si le doy un dinero, ¿qué rentabilidad me obtiene?”

- “Bueno, eso no es exactamente así, para poder asesorar bien tengo que conocer el perfil de riesgo del cliente, los objetivos que quiere tener y otras cosas que ayudan a tomar las decisiones más adecuadas”.

- “¡No le he preguntado eso!”, (me interrumpió con un tono alto y brusco). “Le he preguntado por la rentabilidad que me daría en un año. ¿Qué acción tengo que comprar para ganar dinero?”

A partir de ese instante la conversación se fue complicando, mis manos estaban pegadas (con silicona) al volante y mi cabeza trabajaba para intentar explicar

que comprar una sola acción es una mala decisión de inversión, que concentrar los ahorros en un valor puede significar algunos sustos no esperados que traerán decisiones precipitadas o incluso perder una parte importante de los ahorros.

Lamentablemente, aquello fue de mal en peor. Mi autoestopista sabía muy poco de finanzas y sobre cómo funcionan los mercados y los que nos dedicamos a ellos.

Pocos minutos antes de llevarle hasta su destino, se despedía de forma con una frase que me dejó aún más petrificado en el asiento:

- “No me ha gustado nada de lo que me ha dicho, creo que no tiene ni idea y además, si yo fuera su cliente no le compraría nada”.

El bofetón fue con la mano abierta y en toda la cara.

Ese día recordé dos lecciones básicas y simples. La primera, el que tú seas cortés no significa que el otro lo sea, y si pones la otra mejilla, es muy probable que también te sea sacudida.

La segunda es mucho más interesante, y es que las finanzas, el ahorro, los productos bancarios, siguen siendo cosas muy complicadas de entender por la mayoría de las personas y lamentablemente, todas las entidades financieras tienen mucha de responsabilidad, además del propio sistema formativo.

Es difícil explicar bien las cosas y además es necesario tiempo, pero tristemente se ha preferido pasar de puntillas, cuando la realidad era y es mucho más compleja.

De cualquier forma, el tiro me salió por la culata.

Feliz vuelo y hasta el próximo mes.



Ahora pasarte a la Fibra no cuesta nada.

Si tienes ADSL de Movistar, puedes tener FIBRA 50 Mb sin coste adicional y disfrutar de todas sus ventajas.

Acércate a tu tienda Movistar más cercana.

movistar
ELIGE TODO



Fibra
50Mb

Partidazo

OGNI SPORTS



VIVET
COLECCIÓN

Una producción de Movistar+

basado en un idea original de



Estreno en exclusiva / 22 Sept
Disponible bajo demanda



Estrenos

**LA CORRIDA DE LAS ESTRELLAS
(LA LA LAND)**

Photo Credit: Dale Robinette.



Estrenos

¡CANTA!

UNA MARCA DE Telefonía

© 2016 Universal Studios.
All Rights Reserved.



MotoGP™



Series Xtra

RAY DONOVAN T1 - T5

© 2017 Showtime Networks Inc.
All rights reserved.



Si tienes ADSL de Movistar, puedes tener FIBRA 50 Mb sin coste adicional y disfrutar de todas sus ventajas.

Por Isaac Hernández (*)

RECURSOS HUMANOS Y LA TRANSFORMACIÓN DIGITAL

La digitalización ha llegado al mundo de los recursos humanos. La transformación cultural de las personas se vuelve una necesidad para liderar el proceso de adaptación de las empresas a los mercados actuales y futuros. Todo sucede a gran velocidad y necesitamos personas capaces de crecer al mismo ritmo y que quieran aprender toda la vida.



Las formas tradicionales de organizarnos para trabajar han evolucionado a modelos como *Growth Mindset*, *Leading Yourself*, *Personal Learning Environment*, *Collaborative Leadership*, *Remote Leadership*, *Remote Teams* o *Remote Work*, conceptos cada vez más comunes que nos hacen enfrentarnos a un nuevo reto: lograr que el empleado se involucre en el proceso. Para ello, debemos dotarle de competencias digitales como *The Valley Digital Index*, una herramienta para medirlas así como sus conocimientos. Es la primera herramienta normalizada del mercado

que mide competencias específicamente digitales definidas a través de comportamientos observables del entorno digital.

Con los resultados de los empleados se establecerá el nivel de digitalización de una compañía y se podrán conocer las carencias de perfiles o de formación para llevar a cabo la transformación digital. Estos conocimientos y competencias se incluirán en una matriz de talento, para identificar a cada individuo con uno de los seis perfiles: *Thinker*, *Influencer*, *Pusher*, *Supporter*, *Explorer* y *Relational*.

(*) Director The Valley DBS Canarias.

www.thevalleydbs.com · canarias@thevalleydbs.com

**Sumérgete en
el entorno digital
y logra tus objetivos
profesionales**



CONOCE NUESTROS PROGRAMAS EN GRAN CANARIA Y TENERIFE

**Programa Superior en Digital
Business & Marketing**

Septiembre 2017

150h.
presenciales

**Programa Superior en Turismo
Digital - Smart Traveller**

Octubre 2017

150h.
presenciales

 **The Valley**
Digital Business School

MADRID | BARCELONA | CANARIAS

900 816 923 · canarias@thevalleydbs.com · www.thevalley.es





Por *Ángeles Ramírez García*
Fotografías por *Jonay P. Matos*
Ilustración por *Tom Eigenhufe*

MASPALOMAS, MODA Y SABOR

La costa dorada del sur de Gran Canaria no solo es dunas, playa, arena y hamacas y sombrillas naranjas. Más allá del atractivo de sol y playa, Maspalomas cuenta con una amplia oferta gastronómica, cultural y de ocio, conocida por un gran porcentaje de los miles de visitantes que hacen de su estancia en San Bartolomé de Tirajana el destino perfecto para sus vacaciones o escapadas.

Atrás han quedado todos aquellos negocios que proliferaron entre los años ochenta y noventa dejando paso a una nueva generación de empresarios que, manteniendo la esencia del mimo al turista y local, han ido innovando en estética y recursos. La calidad de los negocios ha crecido hasta tal punto que se ha convertido en un referente de la zona sur de la isla de Gran Canaria.

Nuestro recorrido comienza en el Centro Comercial Yumbo. Uno de los más antiguos de la zona y muy conocido por su ambiente nocturno. Pero la multitud de negocios que engloba en sus tres plantas es muy conocida también, ya que se mezclan pequeños comercios de moda, artesanía y complementos, junto a restaurantes y *pubs*.

La moda por el *fitness* y el culto al cuerpo se ha notado en todas partes y

Foot on Mars es el lugar idóneo para esas compras que todo amante del deporte debe hacer. Una tienda decorada con un gusto exquisito, adaptándose a las tendencias minimalistas en la que podremos encontrar el último modelo de zapatilla deportiva o la malla perfecta para recorrer las inmensas dunas y estirar bajo la atenta mirada del Faro de Maspalomas. Porque sí, en vacaciones también se entrena, o eso dicen. Si buscan exclusividad, comodidad, buena atención y unos precios razonables, Foot on Mars es ese lugar que debe tener una visita obligada.

Como en Maspalomas no solo vamos a estar entre la playa y la piscina, que no estaría mal tampoco, debemos tener en cuenta los paseos al caer la tarde. Para ello, lo más práctico es un vaquero, junto a una camiseta y un jersey. Por las noches suele refrescar y la brisa marina hace que la temperatura descienda algo.



Foot of Mars

Si buscan el vaquero perfecto, Urban Classics es la elección más acertada. Está en el mismo Centro Comercial Yumbo y es una tienda que llama la atención al entrar por su aire americano. Marcas como Diesel o Replay invaden los percheros, haciéndose un hueco junto a Superdry. Es la única tienda en el sur de Gran Canaria que trabaja con esta última marca británica. A la moda *sport* debemos añadir una selección de ropa de baño y complementos que hacen que sea el lugar perfecto para compras con la mejor calidad-precio.

¿Amantes del pescado? Mamacita Pescado, en el mismo centro comercial, es un local nuevo que no deben perder de vista. La decoración está cuidada y estudiada al milímetro, aunque parezca salida de cualquier foto de esa famosa red social. Su carta se compone solo de pescado. Eso sí, aderezado con pastas, papas y verduras. La originalidad llega



El Churrasco Meloneras

hasta la carta de cócteles, ya que no solo tienen una amplia variedad, sino que su carta se puede maridar con ellos. Los mojitos son su especialidad, pero hasta un vaso de agua con esa decoración, trato y servicio hará las delicias de cualquier visitante. Vamos, que para cualquier *influencer* que se preste es el sitio perfecto para no solo hacer fotos, sino degustar una buena ración de mar.

-

Café del Mar Meloneras - Lopesan se ha convertido en el lugar de moda para todo aquel que quiera disfrutar de un buen cóctel al lado del mar y con una exclusividad única

-

Pero, ¿qué hacer si nuestra pasión es la carne? Muy sencillo, dirigiéndonos hacia



Urban Classics



Café del Mar Meloneras-Lopesan

el paseo de Meloneras y seguir el olor del asado argentino. El Churrasco Meloneras hará las delicias de los amantes de la comida hecha con mimo, con cuidado y con una selección de materia prima sin igual. Cocina a la vista, desde donde sin pudor alguno nos enseñan la elaboración de los platos. Eso dice mucho de un restaurante. Pero lo mejor, sin duda, las vistas, el personal, el trato. El Churrasco Meloneras se ha convertido en ese lugar que no puede dejar de visitarse en cualquier escapada al sur de Gran Canaria. El anochecer invita, al igual que el mediodía, a degustar un buen trozo de carne hecha a la brasa acompañado de verduras, papas o la guarnición que más nos apetezca en ese momento, disfrutando del precioso paseo y el mar infinito.

Un buen vino de la familia Gil hará que nuestro paso por ese salón perfectamente decorado nos haga repetir.

La mejor manera de terminar la noche es con música, buen ambiente y la mejor selección de cócteles de la Isla. Café del Mar Meloneras-Lopesan se ha convertido en el lugar de moda para todo aquel que quiera disfrutar de un buen cóctel al lado del mar y con una exclusividad única. Todas las noches hay espectáculo con una cortina de agua detrás, lo que hace que nos transportemos al mar que hemos disfrutado durante todo el día en la kilométrica costa de San Bartolomé de Tirajana. Un Blat Vodka de nuestra tierra, mezclado con un zumo de naranja, se convierte en Café del Mar Meloneras-Lopesan en una auténtica experiencia sensorial en cualquiera de sus reservados. Es el lugar perfecto para preparar el móvil y disfrutar de una gran puesta de sol. Sí, yo todo lo extrapolo a lo que realmente hoy la mayoría tenemos en mente: las redes sociales.

¿Por qué no dedicamos aunque sea un día a recorrer Maspalomas?



C.C. Yumbo: Av. Estados Unidos, 54

1 Foot on Mars: Local 323-3

2 Urban Classics: Local 114

3 Mamacita Pescado: Local 23224

-

4 El Churrasco-Meloneras: Calle Mar Mediterráneo, 1

5 Café del Mar- Meloneras: Plaza del Faro, 3D

SESEO

LA APP DE COMPRAS EN CANARIAS

Descárgate la app y comienza a comprar en los comercios canarios desde donde quieras.

WWW.SESEOAPP.COM

INFO@SESEOAPP.COM

 @SESEOAPP

 @SESEOAPP

SESEO



Una idea de
cajasiete

TE REGALAMOS

15 €

SI ERES DE LOS MÁS RÁPIDOS

Aprovecha la promoción, **te regalamos 15€** si eres uno de los **100 primeros** en comprar en SESEO.





Por David Sendra Domènech

UN LAGO ROSA EN ÁFRICA

El Lago Retba es uno de los más famosos del mundo por el color rosado de sus aguas. Situado en Senegal, es en realidad una laguna de poca profundidad y elevada salinidad, cuya carta de presentación es su fascinante color y la vida que lo envuelve.



A corta distancia de Dakar, el Lago Rosa (conocido por los locales como Retba, su nombre wolof) goza de su máximo esplendor en el periodo de secano, mostrando en sociedad un tono rosado en sus mansas aguas. Esa interesante tonalidad, que unos pocos lagos en el mundo poseen, deriva en parte de la *Dunaliella salina*, una microalga halófila. Admirar un amanecer o un atardecer en el Retba es algo único por esa combinación de rojizos del cielo y rosados del agua.

Su alta concentración de sal, que al igual que en el Mar Muerto permite flotar con bastante facilidad, no impide que los senegaleses lo naveguen a diario con sus frágiles embarcaciones de madera movidas con una larga percha, estilo gondolero, para recoger la sal que se incrusta en el fondo.

La *Dunaliella salina* produce un pigmento rojizo que absorbe la luz solar y acaba creando esa tonalidad fantástica que asombra a los turistas y que parece no incomodar en absoluto a los locales que, antes de adentrarse en sus altamente saladas aguas, untan su cuerpo con manteca de karité para protegerse y evitar heridas causadas por la agresiva sal.

-

No olvides que el color del lago depende de muchos factores y uno de ellos es la hora del día

-

Con la lenta cadencia de unas aguas mansas, el recolector se lanza al agua, que máximo tendrá una profundidad de unos tres metros, muchas veces con agua hasta el pecho, para desenganchar la



sal y recogerla con una especie de pala. Cuando la frágil piragua está llena se dirigen hacia la orilla, donde las mujeres ayudan a descargar creando múltiples pequeñas montañas blancas artificiales. Desde el centro del lago, observando la orilla, uno se sorprende con esos montículos de sal de diferentes colores que van surgiendo, aumentando y extendiéndose, secándose al sol inclemente.

En pleno Cabo Verde, este lago rosado que en algunos puntos posee un 40% de salinidad, incrustado entre la tierra y el océano y protegido por dunas de arena blanca, es fuente de ingresos para las comunidades locales y muchos extranjeros. A su alrededor existen numerosos hoteles confortables, auténticos remansos de paz y sombra desde donde realizar excursiones para acercarse a conocer no solo el Retba

a caballo o en *quad*, sino también los puntos turísticos próximos.

No olvides que el color del lago depende de muchos factores y uno de ellos es la hora del día. Por supuesto, súbete en una embarcación para ver el lago muy de cerca o si te atreves báñate, pero recuerda protegerte tu piel y no permanecer mucho tiempo en el agua.

—
DAKAR

***Vuele desde 9.300 puntos y
sume hasta 930 puntos por trayecto.***

Consulte condiciones en bintermas.com
Solicite un folleto a nuestros tripulantes de cabina de pasajeros o regístrese en bintermas.com y comience a acumular puntos en sus vuelos con Binter y en más de 30 empresas asociadas al programa.

BinterMás
—

CÓMO LLEGAR

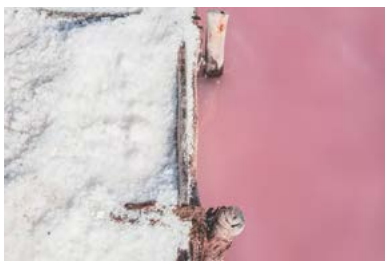
Binter conecta con 3 vuelos semanales, lunes y miércoles y viernes desde Tenerife y Gran Canaria. Un vuelo cómodo de poco más de 2.30 horas y con menús de cortesía a bordo que te lleva directo a la capital del África Occidental: Dakar.

DÓNDE ALOJARSE

*Radisson Blu Hotel, Dakar Sea Plaza 5**: espectacular hotel en el frente de mar, lugar ideal tanto para negocios como ocio y como punto de partida o llegada de un circuito por Senegal.

Lamantin Beach Hotel & Resort 5 GL*: hotel de arquitectura y decoración africana en primera línea de la mejor zona turística de Senegal en Saly, a 80 kms. de Dakar.

Le Paletuviers: elegante y acogedor *lodge* en un emplazamiento privilegiado del Delta del Saloum con playa y embarcadero privado. Lugar ideal para disfrutar en la intimidad de las espectaculares puestas de sol de África y de actividades exclusivas.



QUÉ COMER

La gastronomía de Senegal está muy influenciada por la cocina francesa. La base de la mayoría de sus platos es el pollo o el pescado servido con arroz y verduras. Algunos de los platos más populares que encontrarás durante el viaje son:

el plato nacional, el *ceebu jen* o *thiéboudienne*, (pescado marinado).

Yassa: pollo o pescado servido con cebollas y ajo, mostaza y salsa de limón.

Maafe: pollo, cordero o ternera servido con vegetales en una salsa de cacahuets.

No pierdas la oportunidad de cenar en alguno de los restaurantes de moda de Dakar con música africana en vivo:

Just for You o el Atlantic Restaurant-Bar Lounge.

NO TE PUEDES PERDER

La isla de Gorée.

Una visita al Lago Rosa y su diario ritual de extracción de sal, así como a las dunas y la infinita playa que la sucede.

La Reserva Natural de Bandia. 3.000 hectáreas donde acacias, baobabs y mimosas salvajes cobijan a numerosas especies animales.

Un paseo en piragua por las tranquilas aguas del Delta del Sine-Saloum.

Hacer un safari en la Reserva de Fathala al sur de Senegal y llevarte de recuerdo la foto con los leones.

Más información

www.revistabinter.com, www.viajerosyaventureros.com y www.canariasviaja.com

A partir del
29/10

Lisboa

Ahora directo desde Tenerife!



Hotel boutique!

Desde Tenerife
H10 Duque de Loulé 4*
4 días / 3 noches
Habitación doble
Alojamiento y desayuno

Promoción:

- 15 % de descuento para reservas hasta 30/11 y estancias del 29/10 al 31/03/18.
- Precio del 14 al 17/12/17

Desde  + 
430€ P.p.
4 días  -15%



¡Ubicación espectacular!

Desde Tenerife
**Pousada de Lisboa
Parça do Comercio**
4 días / 3 noches
Habitación superior
Alojamiento y desayuno

Promoción:

- 20% de descuento para compras hasta el 28/02/18. (Consultar fechas excluidas)
 - Primer niño gratis en el hotel
- Precio del 23 al 26/11/17

Desde  + 
527€ P.p.
4 días  -20%

Aprovecha tarifas aéreas especiales con descuento de hasta - 23% y conexiones a 0€
¡Solo para compras hasta el 8 de octubre! y disfrutar de noviembre a febrero

Precios de referencia por persona en base a ocupación doble y régimen indicados. Sujeto a disponibilidad. Consultar resto de condiciones y salidas desde otras islas on-line.

Vuela con:

Binter

Compra on-line o llama al 922 24 81 61

canariasviaja.com

Y en tu agencia de viajes

Por Carlos Fuentes

CARTELES ARTESANOS EN LA MEDINA DE MARRAKECH

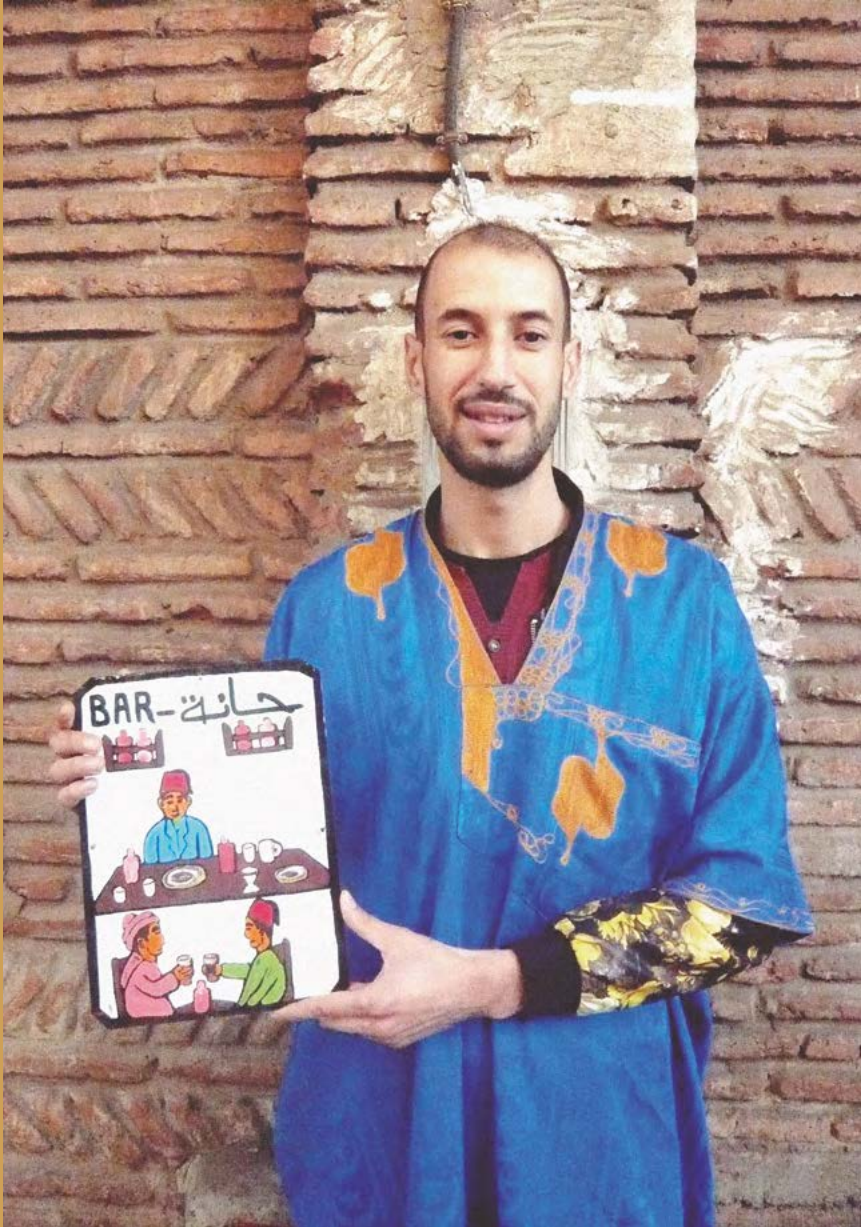
Entre la panoplia infinita de talabarteros que trabajan el cuero, ebanistas de maderas de tuya y cedro, tejedoras de lana o seda y simples chamarileros de ocasión que abundan en la vieja medina de Marrakech, la ciudad del sur de Marruecos atesora también a un nutrido grupo de artesanos de la pintura sobre metal.

En placas de zinc, estos expertos de vuelo artístico plasman diseños contemporáneos, pero no dejan de trabajar con señales que, si hay suerte en la venta cotidiana, terminan por colgar en domicilios, despachos de trabajo o salones de miles de visitantes que llegan cada año a la ciudad roja.

Muchas calles de Marrakech todavía conservan señales de tráfico o simples nombres del callejero confeccionadas con placas metálicas, pero la tradición no es tan antigua como parece. En el corazón de la medina, en el riad Zitoun Lakdin, Mohamed Aziz vende en una

pequeña tienda en la que ya trabajaron su abuelo y su padre. “En Marruecos muchos oficios pasan a los hijos”.

Cada día, atento al paseante, Aziz vende placas metálicas con ilustraciones que van desde el letrero de bar a profesiones como médico, chófer, abogado o periodista. Y no hace falta más promoción que el mosaico de placas de colores que cuelgan en la puerta de su negocio familiar. “Quizá no sean una antigüedad”, explica, “pero por unos pocos euros el turista se puede llevar un recuerdo personalizado que, te lo aseguro, podrá conservar toda la vida”.



Por Javier Dóniz Páez (*)

LAS ROCAS SON ATRACTIVAS: VOLCANOTURISMO EN FOGO



La biodiversidad suele ocupar un puesto muy elevado en el ranking de preferencias para elegir un destino turístico de naturaleza. Así, la geodiversidad y la hidrodiversidad desempeñan un papel secundario, incluso cuando constituyen los elementos dominantes del paisaje. Ahora bien, a veces la geología y la geomorfología son claves en la geografía física y humana de algunos territorios, pudiendo hablar de paisajes geológicos o geomorfológicos. Este es el caso de la isla de Fogo en Cabo Verde, donde los procesos y las formas volcánicas constituyen la impronta paisajística más significativa de la Isla y su seña de identidad más emblemática, condicionando incluso su propio nombre.

(*) Universidad de La Laguna. Instituto Volcanológico de Canarias

El volcanoturismo es un sector muy importante del geoturismo y se define como la exploración y el estudio de las formas y procesos geotérmicos de volcanes activos. Pero también como la visita a volcanes dormidos o a regiones de volcanismo extinto, siempre que su patrimonio geológico y geomorfológico sea de interés y atracción para generar corrientes de visitantes. Es particularmente popular debido a la amplia gama de recursos y atractivos que se explotan en los volcanes: el paisaje, las erupciones, las fuentes termales, la práctica de deportes de riesgo y aventura, el ecoturismo y el turismo científico, las playas de arena negra, la arqueología y los parques culturales y la relación entre los volcanes y la religión. En esta diversidad reside el éxito del geoturismo, que se pone de manifiesto a través de la red mundial y europea de geoparques.

-

Se han registrado 27 erupciones volcánicas que hacen de Chã das Caldeiras un paisaje inminentemente mineral

-

La isla de Fogo pertenece al grupo de las islas de sotavento del archipiélago de Cabo Verde, a unos 600 kilómetros de la costa occidental africana. Al igual que el resto de las diez islas del Archipiélago, es de génesis eruptiva, pero su principal diferencia es que en Fogo las erupciones volcánicas han continuado hasta la actualidad. La última de ellas en 2014-15, siendo la isla geológicamente más joven de Cabo Verde. Este hecho se deja ver tanto en la variedad de formas y procesos volcánicos, como en su carácter reciente y volcánicamente activo.

La visita geoturística a Fogo se puede dividir en dos recorridos teniendo en

cuenta la diversidad de atractivos que tiene el volcanoturismo. Uno es de tipo circular a lo largo de los flancos de la Isla y accediendo puntualmente al litoral, donde se puede apreciar la diversidad natural y cultural, dominada por paisajes africanos de sabana y decenas de conos volcánicos. El otro centrándose exclusivamente Chã das Caldeiras.

Para ello partimos desde la capital, São Filipe, donde asombran los acantilados con su basaltos columnares y almagres y de una de las pocas playas de arena volcánica negra. La siguiente parada es Ponta do Salinas, allí encontraremos una playa de arena negra con abundantes cristales de olivino verde y numerosos arcos naturales, tubos volcánicos y jameos resultado de la erosión de las lavas cuando llegan al mar. En ella es habitual ver a los pescadores con sus barcas de colores y a los locales tomando baños en días señalados.

Recorreremos sucesivamente Mosteiros, tierra del rico café de Fogo, instalada en una plataforma litoral constituida por lenguas de lava que alcanzan el litoral y fajanas aluviales cuyas arenas son explotadas por los locales para la construcción, extrayéndola incluso desde el fondo del mar. También uno de los pocos ejemplos de volcanismo hidromagmático, con el volcán Sambango o los campos de lava de Corvo, donde se alternan los malpaíses de lavas *aa* con los lajiales *pahoehoe* procedentes de las erupciones históricas de 1852 del volcán Monte Preto de Baixo del interior de Chã das Caldeiras.

No podemos olvidar los numerosos barrancos que cortan el flanco este del volcán Pico de Fogo y los dorsos de la Isla, que en periodos de fuertes lluvias inhabilitan las carreteras y numerosos puentes de piedra volcánica.

A continuación encontramos el mirador del Alto Espigão, desde donde se obtienen buenas panorámicas de parte del flanco este, del volcán Pico y de las coladas de lava negra de la erupción de 1951 de Monte Lentisco-Orlando.

En cada una de las paradas se puede disfrutar de la historia, la cultura o la gastronomía de Fogo, acompañadas por la buena voluntad y el carácter amable de sus habitantes.

Sin embargo, aquí el lugar más emblemático para el volcanoturismo es Chã das Caldeiras-Pico de Fogo. Todo este sector está bajo la protección del Parque Natural do Fogo, que se reparte por los tres municipios de la Isla (Santa Catarina, Mosteiros y São Filipe) y cuyo principal objetivo es proteger la flora y fauna endémica como la lengua de vaca (*Echium vulcanorum*) o el petrel Gon-Gon (*Pterodroma feae*).

Es una caldera volcánica de colapso abierta al este, con escarpes de 1.000 kilómetros, una superficie de 29 km², un diámetro de 9 km y un estratovolcán de más de 1.000 metros de altura. Desde 1460-61, cuando fue descubierta la Isla hasta la actualidad se han registrado 27 erupciones volcánicas que hacen de Chã das Caldeiras un paisaje eminentemente mineral en el que puntualmente se pueden reconocer los bosques de Monte Velha en el norte y todo bajo uno de los cielos nocturnos más espectaculares que el visitante puede disfrutar.

El parque cuenta con una red de senderos y caminos que recorren todas sus unidades geomorfológicas (Bordeira, Chã y Pico), donde los geoturistas, además de disfrutar de las diferentes actividades, pueden acercarse a la historia, la cultura y la gastronomía de los habitantes de Portela y Bangaeira. Su capacidad para recuperarse de los estragos de la erupciones volcánicas cual ave Fénix y su aprecio por un geografía dura hacen de los moradores de Chã das Caldeiras un pueblo recio, pero sobre todo amable con el visitante. Quizás esta sea la razón de su éxito como destino geoturístico.

Sin duda, la visita a la isla de Fogo no solo permitirá al turista maravillarse con los paisajes volcánicos recientes representados por su geodiversidad, sino también con los colores, olores y sabores propios de su geografía. Sonará a tópico, pero una vez que la conozcas te enamorarás de Fogo, pero sobre todo de los foguenses.

ISLA DE SAL

*Vuele desde 9.000 puntos y
sume hasta 900 puntos por trayecto.*

Consulte condiciones en bintermas.com
Solicite un folleto a nuestros tripulantes de cabina de pasajeros o regístrese en bintermas.com y comience a acumular puntos en sus vuelos con Binter y en más de 30 empresas asociadas al programa.

BinterMás



CÓMO LLEGAR

Binter vuela a Isla de Sal martes y viernes todo el año y los domingos a partir del 3 de diciembre. Un vuelo cómodo de poco más de 2.30 horas y con menús de cortesía a bordo pensado para llevar directo a las mejores playas de Cabo verde. Traslados aeropuerto-hotel aprox.: 16€ por persona. Para llegar a Fogo, existen ferrys regualres que conectan las dos Islas.

DÓNDE ALOJARSE

Odjo d'Agua 4*: un hotel con encanto en primera línea de mar. El restaurante del hotel te ofrece las mejores vistas de la bahía de Santa María.

Hotel Morabeza 4*: hotel con encanto y de estilo colonial con acceso directo a la mejor playa de la isla, Santa María.

En su Beach Club se sirven las mejores *caipirinhas*.

Porto Antigo: complejo de apartamentos en primera línea de playa y junto al antiguo embarcadero natural. Te asombrarán las vistas sobre las aguas de color turquesa.



QUÉ COMER

El pescado fresco que llega a diario al *Pontao* es sin duda la estrella: *garopa* (un pescado blanco tipo mero), *cachoriña* (un atún pequeño), *Bicas* (caballas), junto a langostas, percebes y otras delicias.

Restaurante Odjo d'Agua: literalmente sobre el mar. Música y los mejores platos. Su tartar de atún es un *must* y también muy divertidas sus cenas barbacoa en la misma playa.

Barrakuda o Fisherman son otras buenas opciones para degustar el mejor pescado fresco.

Restaurante Le Privé: te sorprenderá este restaurante francés considerado el mejor de la Isla.

NO TE PUEDES PERDER

Una excursión en catamarán por la bahía de Santa María
Haz *snorkelling* en sus aguas turquesas
o atrévete con un día de buceo.

Un baño en las aguas de las salinas
o un paseo a caballo por la playa

Una excursión en *fun quad* para descubrir los parajes más singulares.

Iníciate al deporte de moda en la famosa Kite Beach en octubre o noviembre con vientos aún moderados.

Más información

www.revistabinter.com, www.viajerosyaventureros.com y www.canariasviaja.com

Grupos de
12 a 16
personas

Ecoturismo en Gambia y Senegal

Contrastes, multiculturalidad, riqueza etnográfica y medioambiental, descubre la Senegambia más auténtica haciendo turismo sostenible de la mano de un guía local experto con perfecto dominio del castellano y que cuidará hasta el mínimo detalle facilitando una perfecta integración para que disfrutes de toda la magia del África negra.

La ruta comienza en Gambia, la "costa sonriente de África" con visitas a los lugares de mayor interés, como la famosa Playa de Tanji para vivir la tradición pesquera, sus coloridos mercados, Makasutu Cultural Forest o la fábrica de Batik.

En Senegal será el delta del Sine-Saloum, Reserva de la Biosfera y Patrimonio de la Humanidad, con cerca de 200 islas e islotes, el escenario del viaje. Aquí vive la tribu Sérere que mantienen costumbres ancestrales. En Fathala Wildlife podrás ver a las jirafas, cebras, búfalos y rinocerontes, en su hábitat natural, un paraje de incomparable belleza. Finalizando la ruta en el famoso Lago Rosa.

Salidas garantizadas

Puente diciembre del 2 al 8/12/17
Carnavales 10 al 16/02/18
Semana Santa del 24 al 30/03/18

¡Consulta precios para tours privados!

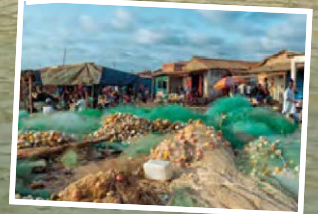
Desde
960 €
p.p.
7 días

Incluye:

Todos los traslados
Guía de habla castellana durante todo el viaje
Alojamiento y desayuno (días 1 y 2) - Día 2 almuerzo en excursión
Alojamiento y media pensión (días 3, 4, 5 y 6)

Excursiones, visitas y actividades:

City tour por Banjul
Excursión a Tanji
Reserva de Makasutu
Reserva de Fathala
Reserva marina de Bamboung
Isla de las conchas en Fadiouth
Isla de Gorée
Lago Rosa
Ferry a Barra y a la isla de Gorée
4x4 en Fathala
4x4 en Lago Rosa
Barca ida y vuelta Dassilamé Serrer - Keur Bamboung
Caleta en Palmarin



¡Encuentra esta experiencia y muchas más en nuestra sección **Multidestinos!**

Precios por persona en base a ocupación doble y régimen indicados. Sujeto a disponibilidad. Consultar resto de condiciones.

Vuela con:
Binter

Compra on-line o llama al 922 24 81 61
canariasviaja.com
Y en tu agencia de viajes

Por Salvador Aznar

PUERTO DE AGADIR

El puerto pesquero de la ciudad de Agadir está considerado el más importante de Marruecos. Situado en los límites de la ciudad, alberga un complejo industrial con más de 20 fábricas conserveras y almacenes frigoríficos donde se procesan los pescados obtenidos en las capturas diarias. En la lonja, cada tarde se subasta el pescado y en la zona de restaurantes se consume el producto fresco; ambas completan la fisonomía de este interesante enclave de la ciudad. Visitar el puerto pesquero de Agadir se convierte en todo un espectáculo para el sorprendido viajero. Especialmente a primeras horas de la mañana o al atardecer, siempre coincidiendo con la salida y la llegada de los barcos de pesca. El continuo trasiego de pescadores y porteadores, junto al incesante revoloteo de las gaviotas sobre el escenario, impregnaran la retina del visitante con un espectáculo difícil de olvidar. Muy próxima, sobre una alta ladera desde la que se divisa todo el puerto, se ubica una blanca mezquita en la que según me contaba Mohamed -el taxista que me acompañaba- residía un marabú (elegido de Alá) que tenía la facultad de curar a los enfermos.





Por Francisco Belín

ESENCIA CRIOLLA

El archipiélago africano que junto a Canarias, Madeira, Azores e Islas Salvajes conforman la Macaronesia luce con su cocina alegre, colorista, festiva y sabrosa. Territorio y cocina que han influenciado notablemente a algunas zonas del planeta debido en parte a la comercialización y el desplazamiento de emigrantes a las diferentes zonas de América, en buena parte y curiosamente a Estados Unidos. En la isla de Boa Vista son apreciadas las sopas como el caldo de *peixe*; las bananas *enroladas* (plátanos fritos envueltos en una masa) y la manga de conserva (una mezcla no azucarada realizada a partir del mango), camarones, pulpo *panado*... De corte criollo (*creole*) es la emblemática *cachupa*. En el campo, la gente tiende a recurrir a la mandioca, los frijoles y algunas hortalizas; hay platos similares a la *feijoada* brasileña (arroz pintado) con singulares formatos de cocción. En épocas de abundancia o en ocasiones especiales este guiso estará repleto de salchichas, carnes y verduras frescas y será entonces *cachupa rica*.

Por Roberto Carlos Naranjo Rosario

EL HIERRO Y SUS BONDADES



El Hierro es la isla canaria menos conocida debido a su lejanía, no por su falta de belleza. Sus calas de aguas cristalinas como las de Tacorón, el Pozo de Las Calcosas o el Charco Azul invitan al baño. Su reciente pasado volcánico es notable especialmente en la zona oeste de la Isla, en la zona del mirador del Lomo Negro o el faro de Orchilla. Por este último pasaba el meridiano 0 hasta mediados del siglo XIX. Su gastronomía rica en pescado y moluscos frescos acompañados de papas arrugadas y mojo canario hacen las delicias de propios y extraños.

—

Por Carlos Fuentes

MANOS DE FÁTIMA Y COLLARES DE MIL COLORES EN EL ZOCO DE MARRAKECH



El zoco de Marrakech, cuyo laberinto de callejuelas y plazas nace junto a la mítica plaza de Jemaa el Fna, es uno de los mercados más grandes del mundo. Su actividad se desarrolla en puestos tradicionales que regentan familias desde hace cuatro o cinco generaciones. Aquí hay de todo, o de casi todo. Pero la bisutería y los adornos típicos siempre han tenido un alto grado de protagonismo. Desde manos de Fátima a collares de cuentas de colores que imitan el cristal de Murano.

Envíanos a buzon@barabara.com tu experiencia* y optarás a un

VIAJE A ISLA DE SAL

en colaboración con Canariasviaja.com

El premio** se dará a conocer en la revista de diciembre.

*Max. 100 palabras y 2 fotografías en alta resolución. **Pasaje y estancia, según disponibilidad.

Ven
a la Fábrica
DE LOS RECUERDOS
felices

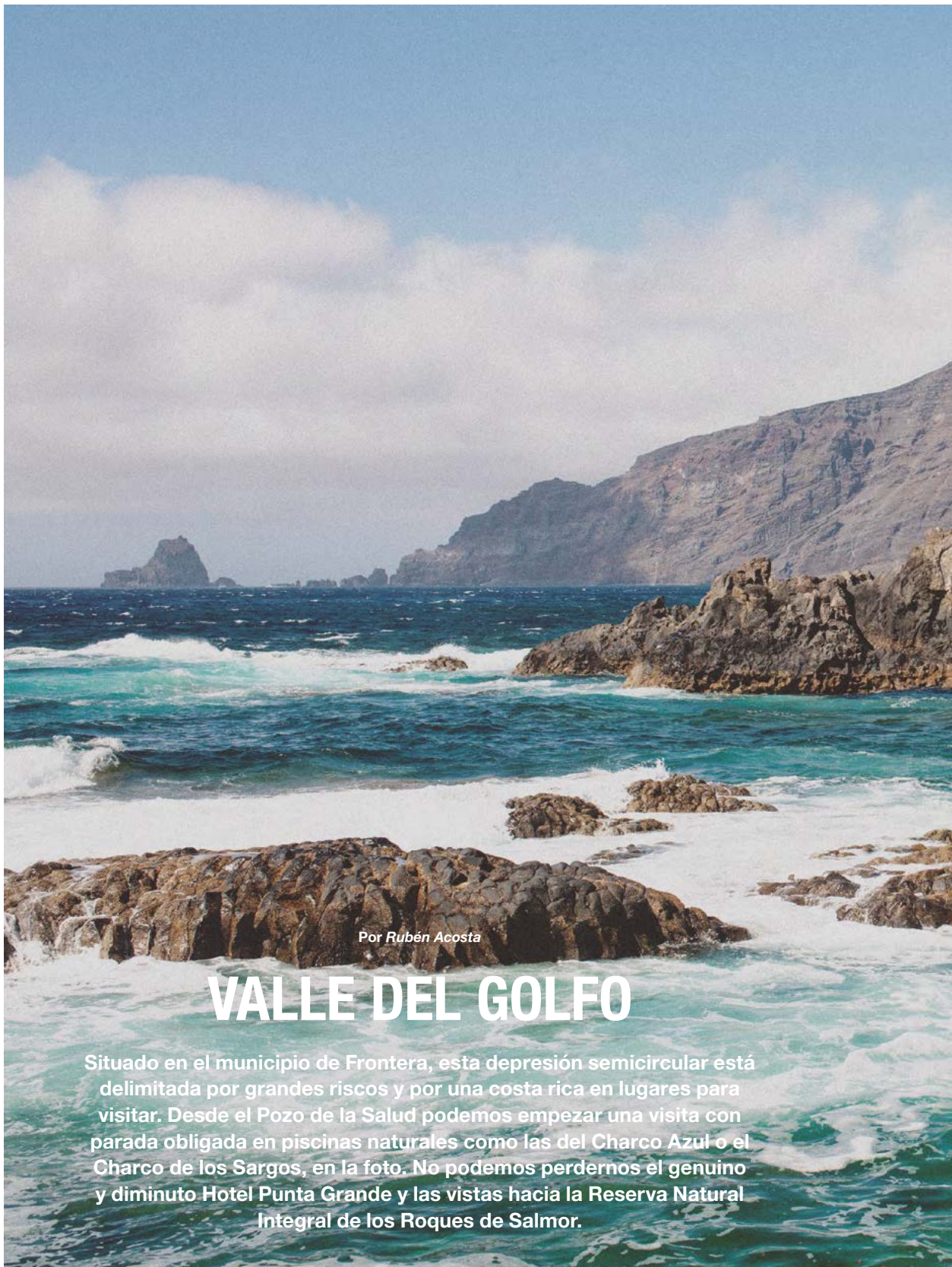
EXPLORA

DESCUBRE

SUEÑA

Melonerías
GRAN CANARIA


LOPESAN
HOTEL GROUP
lopesan.com



Por Rubén Acosta

VALLE DEL GOLFO

Situado en el municipio de Frontera, esta depresión semicircular está delimitada por grandes riscos y por una costa rica en lugares para visitar. Desde el Pozo de la Salud podemos empezar una visita con parada obligada en piscinas naturales como las del Charco Azul o el Charco de los Sargos, en la foto. No podemos perdernos el genuino y diminuto Hotel Punta Grande y las vistas hacia la Reserva Natural Integral de los Roques de Salmor.



*Esta imagen pertenece al proyecto recogido en el libro **La costa afortunada** (Ediciones Remotas) del fotógrafo Rubén Acosta, que recorre rincones únicos de la costa de Canarias. Puedes conocer más en www.lacostaafortunada.com*

Por *Carlos Fuentes*
Fotografías por *José Chiyah Álvarez*

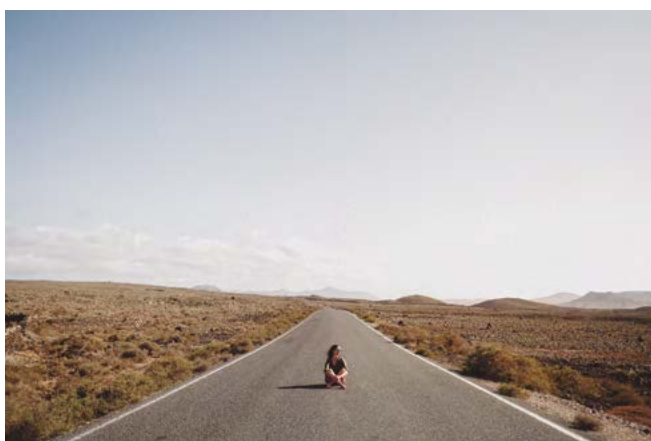
EL RINCÓN DE ERIKA CASTILLA



Erika Castillo es una joven diseñadora gráfica comprometida con su isla. De algunos de los lugares más emblemáticos de Fuerteventura surgen muchos de los conceptos y de las estampas que luego plasma en su producción artística. De láminas de autor con su visión particular de la Isla hasta camisetas con motivos tradicionales vinculados con el mar y el medio ambiente. Miembro fundadora del colectivo *Artistas por Fuerteventura* que agrupa a jóvenes creadores asentados en la isla majorera, Erika Castillo asume los cambios que imponen los tiempos actuales, pero valora mucho la fuerza y la intensidad que todavía mantiene la naturaleza. Con ella recorreremos tres lugares especiales de Fuerteventura.



Bahía de Corralejo. El primer rincón majorero de Erika Castilla es el sitio de sus recreos. En la bahía de Corralejo, especialmente en la zona de la playa de La Galera y su proyección hacia el sur camino de Punta Prieta, transcurrieron muchos días de asueto infantil junto a su familia. Entre la alegría de descubrir la vida junto al mar y las primeras excursiones silvestres. “Muchos de los mejores momentos de mi vida han transcurrido en la playa de La Galera, en estos charcos crecí mientras jugaba”, explica la diseñadora e ilustradora majorera sin esconder su pasión por el mar y su influencia temprana. “Y creo que, inconscientemente, aquí también se empezó a moldear mi personalidad y mucho de lo que ahora soy”.



Carreteras majoreras. De la costa a la isla entera. Amante de la naturaleza, Erika Castilla no esconde que otra de sus pasiones es viajar en coche por Fuerteventura. En sus carreteras logra lo que otros encuentran en el retiro y el silencio. “Lejos de aburrirme, me desconectan del mundo. He pasado buenos ratos conduciendo o viajando en coche. Han sido tantas horas, tantos días, tantos años de viajes que hasta ya tengo mis carreteras preferidas”, indica. Y enumera: de Lajares a Majanicho y de La Oliva a El Cotillo. “Muchas carreteras te enseñan lo que es la Isla, sus paisajes, su cielo y la presencia del mar. Me gusta viajar desde Tefía a Betancuria y ver los cambios del paisaje según cambia la luz”.



Puerto de El Cotillo. Otra vez el mar. En la esquina noroeste de Fuerteventura, la bahía de El Cotillo reitera la invitación majorera al disfrute del gran azul. “Este muellito es una de mis estampas preferidas de toda la Isla”, afirma Erika Castilla, que suele visitar la localidad para disfrutar de un buen rato de charla y del solaz marino. “Pasear por aquí con tranquilidad, olvidando las prisas y detenerme a tomar una cerveza en algunas de estas terrazas es una de mis aficiones preferidas”. Gusta también que aquí el mar suele estar bravo. “Este mar me transmite una energía indescriptible”, indica, “porque, en el fondo, lo que más me gusta de la bahía de El Cotillo es su aspecto casi salvaje. Su entorno no ha cambiado mucho”.

Douglas

MARCAS EXCLUSIVAS A PRECIOS IRRESISTIBLES
EXCLUSIVE BRANDS, AMAZING PRICES.

HASTA | UP TO
70%
OFF

ENCUENTRA LA
Fragancia Perfecta
PARA TI
FIND YOUR PERFECT FRAGRANCE



Mini Tallas
TRAVEL SIZE



TRAVEL
SIZE

MAXIMIZA LA EFECTIVIDAD DE TU
Tratamiento Facial
EMPOWER YOUR FACIAL SKIN CARE



EXCLUSIVE
AT DOUGLAS

Tiendas nuevas
New shops!



douglasperfumeriaspaña

LAS PALMAS
C.C. EL Muelle
C.C. Las Arenas
C.C. Siete Palmas
C.C. La Ballena
C.C. Biosfera Plaza
C/ Triana, 112

TENERIFE
C.C. La Villa 2 - La Orotava
C.C. La Laguna
C.C. Meridiano
C.C. Santacruz
C/ Castillo, 19

FUERTEVENTURA
C.C. Las Rotondas
LANZAROTE
C/ León y Castillo, 21
LA PALMA
C.C. Trocadero

BODYBELL
NOW IS

Douglas

TRADICIÓN, CULTURA Y FIESTAS EN EL EPICENTRO TURÍSTICO

Aunque es internacionalmente conocido por su excelencia turística, el municipio tinerfeño de Adeje tiene también otras señas de identidad históricas que engrosan su oferta al visitante con pura tradición y devoción.

Este mes de octubre celebran una de sus actos más destacados del año: las fiestas patronales. En honor a Nuestra Señora la Virgen de la Encarnación, alcaldesa honoraria y perpetua de la Villa y patrona devocional de los adejeros y adejeras, también se rinde ofrenda a Santa Úrsula, titular de la parroquia principal y a San Sebastián, co-patronos del municipio.

En su honor se ha preparado un extenso programa de actos donde tradición, cultura, folklore, gastronomía, música o teatro, entre otras muchas disciplinas, se funden en dos semanas de festejos. Consulte el programa completo en la web www.adeje.es.



HOTELES Y FOTOEVENTI GROUP, UN BINOMIO DE EXCEPCIÓN

Todos los servicios que un hotel pueda ofrecer a sus clientes, aportan valor al global de la experiencia que vivirá.

Ofrecer los servicios de Fotoeventi Group en su hotel, no solo aumentará ese valor, si no que aportará un hecho diferencial con respecto a los que no lo ofrecen, añadiendo distinción para sus clientes. Ellos se llevarán un recuerdo especial e inolvidable de su estancia, vinculándoles a su hotel para siempre y logrando que, al compartir esos recuerdos con sus amigos y familiares, su nombre quede latente en su memoria.

Nuestro equipo de fotógrafos, con su profesionalidad, saben cómo captar cada momento y hacerlo aún más especial, por lo que contar con Fotoeventi Group es siempre garantía y la satisfacción de los clientes está asegurada, consiguiendo que jamás olviden sus vacaciones.



FotoEventi Group
La Peña, 10. 35580 Playa Blanca
Lanzarote. Las Palmas
T. +34 928110344
www.fotoeventigroup.com
info@fotoeventigroup.com
www.facebook.com/fotoeventigroup
www.instagram.com/foto.eventi.group

SARA BARAS Y MARTÍN BERASATEGUI UNEN DANZA Y GASTRONOMÍA EN UNA VELADA PARA LOS SENTIDOS

Dos maestros que unen su ingenio. La garra y la belleza de la mejor bailaora flamenca del momento y la extraordinaria inventiva de uno de los chefs más laureados de este país se fundirán el 14 de octubre con motivo de la cena benéfica de la Gala Abama en Tenerife. Sara Baras y Martín Berasategui serán los protagonistas de una velada que será toda una experiencia para los sentidos.

Al estreno de *Suite Flamenca* seguirá un menú degustación diseñado por el chef con 8 estrellas Michelin. El evento permitirá disfrutar de un *cocktail*, un espectáculo semi privado y una exclusiva cena por un precio especial de 250 euros por persona. Además, el Hotel Ritz-Carlton, Abama ofrecerá habitaciones a un precio reducido con motivo de la ocasión. Con un aforo muy limitado, las entradas pueden adquirirse directamente en gala@sarabarasabama.es y en el +34 822 257 921 o comprarse *online* en www.ticketea.com.



FIC

XI FESTIVAL INTERNACIONAL CLOWNBARET
festivalinternacionalclownbaret.com

6-23 / OCT / 2017

FICoterapia,
 libera tus tensiones




 Santa Cruz de Tenerife
 AYUNTAMIENTO
 Organismo Autónomo
 de Cultura


 Gobierno
 de Canarias



GOBIERNO
 DE ESPAÑA

MINISTERIO
 DE EDUCACIÓN, CULTURA
 Y DEPORTE

inaem
 INSTITUTO NACIONAL
 DE ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE





Por Aarón Rodríguez (*)
Fotografías por José Chiyah Álvarez

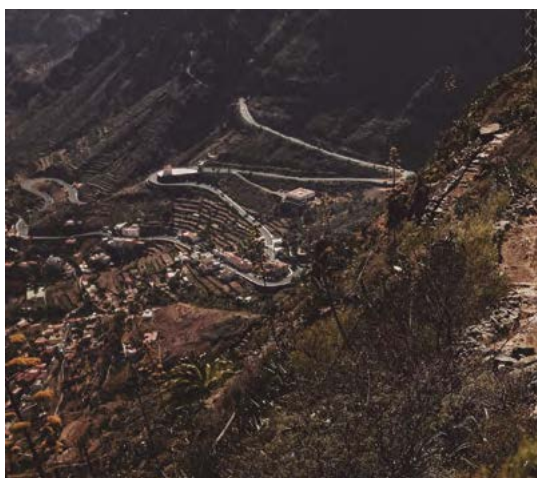
VALLE GRAN REY



Entre todas las magnas obras que el agua, artesana de la roca, ha labrado con paciencia en la vieja piel de la Isla Colombina, Valle Gran Rey es quizá una de las más sobrecogedoras.

(*) Técnico del Inventario de Caminos de Anaga - Fundación Santa Cruz Sostenible

Las colosales paredes que cercan al municipio y lo mantienen aislado del resto de la Isla supondrían por sí mismas un soberbio espectáculo digno de ser contemplado. Si el fenomenal panorama no estuviese decorado, además, por una miríada de bellas palmeras canarias, el blanco de las casitas que se alinean en el fondo del valle, las terrazas de cultivo que se escalonan en las laderas y el resplandor del mar, frontera y puerta al mundo de este pequeño paraíso.

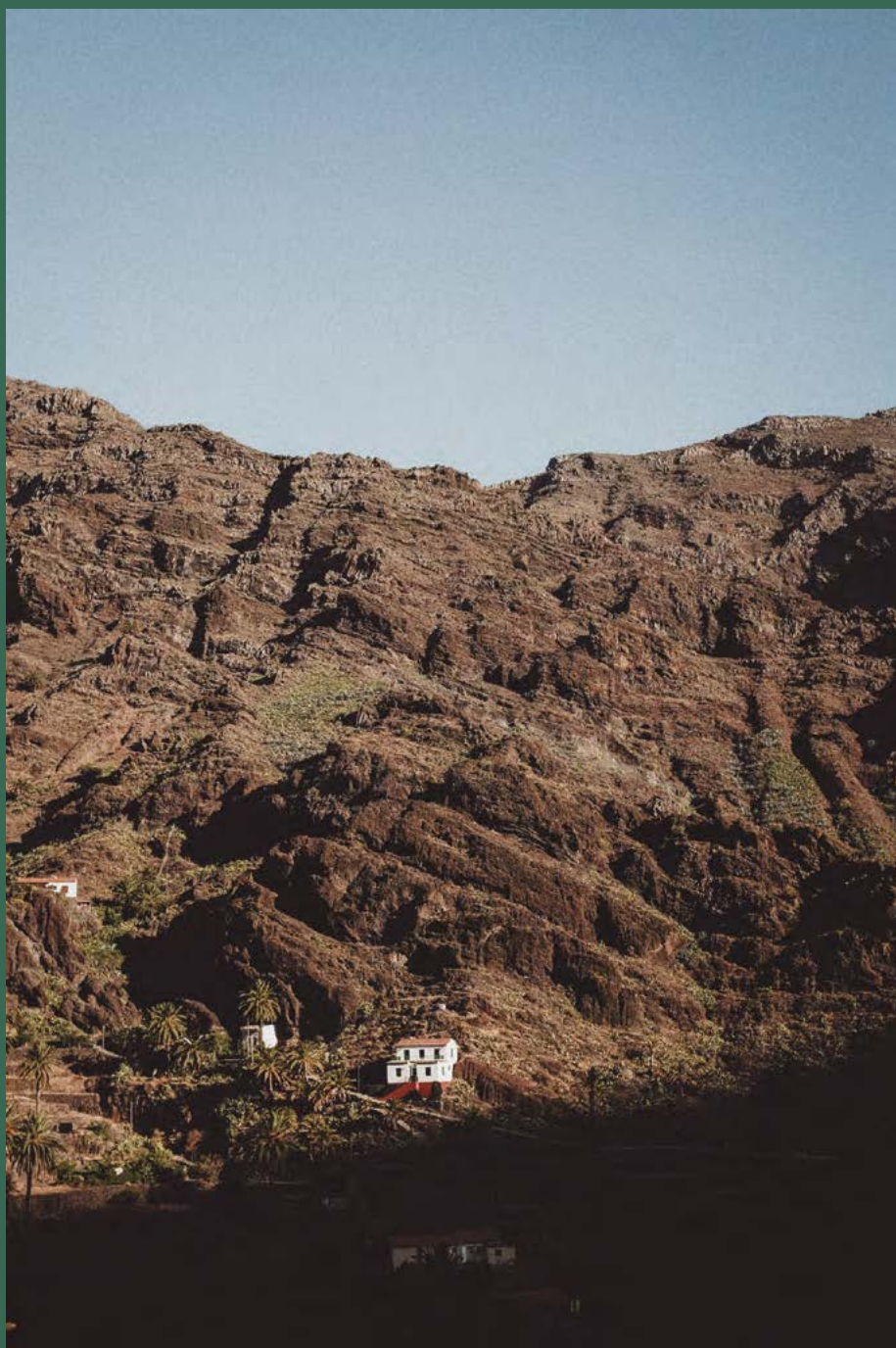


Iniciamos aquí, por fin, el vertiginoso descenso hacia Guadá por un espectacular camino de cornisa de tres kilómetros de longitud que discurre como una serpiente de piedra por la ladera, dibujando vueltas y revueltas que nos recuerdan, a cada paso, las enormes dificultades que ha tenido que superar la abnegada población gomera.

Este lugar es el destino de nuestro itinerario de este mes, un recorrido de poco más de 10 kilómetros que se inicia en el Raso de la Bruma, a más de mil metros de altitud, y finaliza en la ermita de los Santos Reyes, situada a menos de doscientos metros sobre el nivel del mar. Seguiremos para ello, en primer lugar, las señales rojas y blancas del sendero GR-131 Cumbres de la Gomera, que nos permite atravesar el frondoso monte-verde del sector occidental del Parque Nacional de Garajonay, pasando por Las Creces y la Jollada de Piedra Molino.

-
En Las Crucitas descubrimos por primera vez la magnitud del abismo por el que vamos a descender
-

Al cabo de poco más de dos kilómetros, abandonamos el bosque de forma repentina y nos encontraremos con el caserío de las Hayas, una de las poblaciones gomeras que, como delata su nombre, nació en antiguos terrenos forestales que sufrieron rozas para destinarlos al cultivo.



A continuación, el sendero se dirige hacia la cabecera del Barranco de los Reyes por Las Crucitas; en este punto descubrimos por primera vez la magnitud del abismo por el que vamos a descender. Una vez alcanzado el caserío de El Cercado, abandonamos el sendero GR-131 y nos incorporamos al itinerario nº12 de la red insular que comunica la playa de La Calera, en Valle Gran Rey, con la Laguna Grande.

-

Las Hayas, una de las poblaciones gomeras que, como delata su nombre, nació en antiguos terrenos forestales que sufrieron rozas para destinarlos al cultivo

-

Iniciamos aquí, por fin, el vertiginoso descenso hacia Guadá por un espec-

tacular camino de cornisa de tres kilómetros de longitud que discurre como una serpiente de piedra por la ladera, dibujando vueltas y revueltas que nos recuerdan, a cada paso, las enormes dificultades que ha tenido que superar la abnegada población gomera. Una vez en el caserío, ya en el fondo del valle, continuamos por la calle San Antonio, que discurre paralela al barranco.

Al cabo de poco más de un kilómetro, al alcanzar una curva cerrada, la abandonamos por la calle Chelé, que tiene continuación inmediatamente en el Camino de los Reyes: una preciosa senda peatonal que transcurre entre hermosas casas tradicionales, con maravillosas vistas, que conduce hasta la ermita de los Santos Reyes.

Aquí, junto a una de las edificaciones más antiguas del valle, finaliza nuestro recorrido.



CUIDA TUS ISLAS

CONDUCE UN TOYOTA HÍBRIDO



TOYOTA
Canarias

SIEMPRE EL
MEJOR CAMINO



Menos emisiones.
Menos consumo.
Mejores prestaciones.

Toyota Hybrid

20
ANIVERSARIO

PIONEROS
EN HÍBRIDOS

Por *Álvaro Morales*
Fotografías por *Rocío Eslava*

EL BOTÓN PERFECTO DE UNA COLECCIÓN SELECTA DE CHARCOS



El entrañable municipio de Los Silos, en la Isla Baja de Tenerife, presenta contrastes increíbles entre su costa, inolvidable monte y rico casco histórico. Si optamos por disfrutar de su litoral, pronto comprobaremos que dispone de la colección de charcos más completa, variada y recomendable de la Isla. Una selecta oferta integrada por, al menos, seis charcos de nombre propio y dos calas que conviene visitar poco a poco y que incluso, sorprenden para bien si limitamos la estancia a uno solo. Es lo que ocurre por ejemplo, con el charco de Los Chochos, uno de los más coquetos, cuidados y elegantes de esta serie. Una especie de perfume en frasco pequeño de una colección de aromas que no solo convence a los más exigentes, sino que les hace volver a tomar rumbo pronto hacia este rincón.



Los turistas que se hospedan en Los Silos, ese municipio coqueto y entrañable de la no menos maravillosa Isla Baja tinerfeña, rara vez pasan el día en los establecimientos que les acogen. Suelen irse por la mañana temprano y volver para cenar porque la localidad presenta tantos encantos naturales y patrimoniales que las horas de sol se hacen cortas incluso en verano.

Desde el impresionante monte y sus barrancos, con senderos más que célebres y de los más prestigiosos y demandados de Canarias, a un rico casco histórico, las excursiones se multiplican y encandilan.

Sin embargo, hay una que se puede hacer en la costa y que tampoco queda muy a la zaga. Y es que, si bien no cuenta con una playa espectacular de fina arena y grandes dimensiones, Los Silos sí disfruta de, quizás, la oferta más completa, variada y convincente de charcos y zonas de baño marcadas por el negro de la lava volcánica de Tenerife.

Al menos, por su alto número en un espacio relativamente tan corto, por ser casi lineal, pese a zonas muy escarpadas y serpenteantes y porque se puede recorrer con un placentero paseo desde el famoso barrio de La Caleta de Interián, que los silenses comparten con Garachico, hasta la linde con Buenavista, justamente en el célebre faro de la comarca. Si optamos por el de Los Chochos, la sensación que queda es la de haber elegido el perfume en frasco pequeño de una colección de altura. Se trata de uno de los charcos más cuidados y elegantes de esta selección natural.

Para empezar, resulta difícil confundirse porque, como ocurre con el resto de la oferta, un cartel de considerables dimensiones deja claro su nombre.

Al lado, una baranda bien conservada, elaborada en madera y con soga para pasar la mano aporta seguridad a la pequeña bajada hasta el agua calmada de los vasos naturales.

Una bajada con escalera de laja, en media luna y que lleva a dos áreas de baño conectadas, pero separados por un brazo sumergido de lava que divide el charco. La impresión inicial es de pequeñas dimensiones, pero, salvo que haya mucha gente, esta zona de baño es más amplia de lo que parece en sus dos grandes áreas.

Además, presenta otros charcos de menor profundidad junto al mar abierto, que suele pegar con fuerza y espectacularidad en el rompiente, aunque buena parte del año no afecta a los baños en el charco.

-

Los Silos sí disfruta de, quizás, la oferta más completa, variada y convincente de charcos y zonas de baño marcadas por el negro de la lava volcánica de Tenerife

-

Por lo demás, la estancia se hace placentera en las partes con laja, donde resulta más fácil gozar del sol, y por las vistas hacia el litoral norteño (en dirección a Garachico, Icod de los Vinos y, a lo lejos, el Puerto de la Cruz e incluso el nordeste), pero también hacia la ladera local y la garachiquense, con el majestuoso Teide que asoma e impresiona en los días despejados. Sin duda, un rinconcito de verdadero lujo, un excelente botón de muestra de la mejor colección de charcos en un mismo municipio y en tan poca distancia de Tenerife y buena parte de Canarias. Para degustar, difundir y repetir.

MELIÁ TAMARINDOS
Gran Canaria



MELIÁ JARDINES DEL TEIDE
Tenerife



VERANEAR CUANDO QUIERAS

PRECIOS ESPECIALES PARA
RESIDENTES CANARIOS

MELIÁ HACIENDA DEL CONDE
Tenerife



MELIÁ GORRIONES
Fuerteventura



En las Islas Canarias siempre es verano. Descubre la experiencia Meliá con toda su esencia en Fuerteventura, Lanzarote, Gran Canaria y Tenerife. Enclaves privilegiados, amplias habitaciones con espectaculares vistas, The Level: el servicio más exclusivo y personalizado de Meliá, experiencias gastronómicas, relajantes spas, increíbles piscinas y amplios programas de actividades para toda la familia. Y todo esto es sólo el principio de tu verano. Vive una experiencia única, porque lo más importante del viaje eres tú.

MELIÁ

HOTELS & RESORTS

you are the journey

MELIÁ SALINAS
Lanzarote

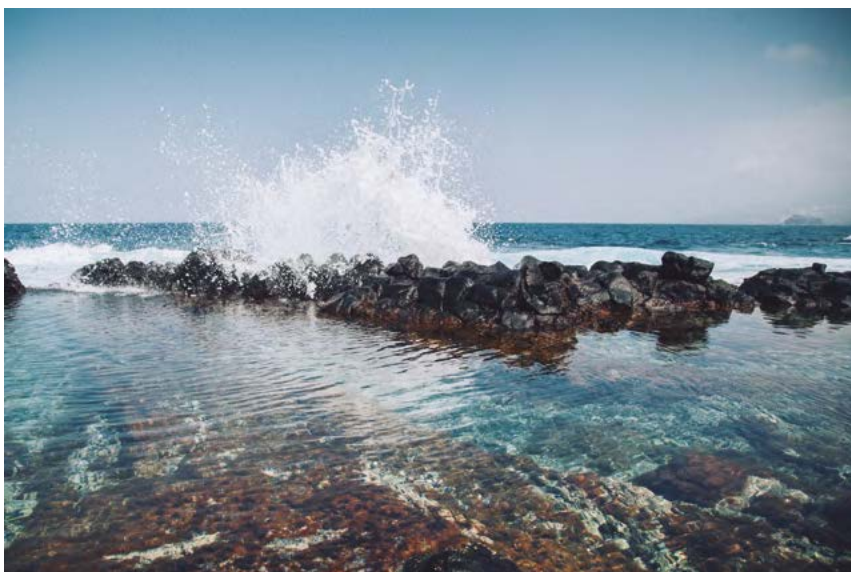


Information & Reservations
[melia.com](https://www.melia.com)

902 14 44 40

MELIÁ
REWARDS

Follow us [facebook.com/Melia-Hotels](https://www.facebook.com/Melia-Hotels)



eco
ideas

A Better Life, A Better World



Panasonic

heating & cooling solutions



ENAIRGY
clima eco-industrial

DISTRIBUIDOR OFICIAL AUTORIZADO - 928 480 804 - www.enaergy.es



LORO PARQUE DESPIDE EL VERANO COMO MEJOR ZOOLOGICO DEL MUNDO

Loro Parque no puede despedir el verano con mejor noticia: *TripAdvisor* le ha otorgado recientemente el premio *Travellers' Choice 2017* al mejor parque zoológico del mundo, que se asigna según las evaluaciones independientes de los usuarios de la plataforma que lo han visitado.

Su labor en materia de educación, conservación y sensibilización sobre la protección del mundo animal ha sido considerada una vez más y supone un verdadero reconocimiento al respeto que se profesa a los animales, a los que se procura siempre confort y bienestar.

El premio *Traveller's Choice 2017* se une a otros reconocimientos recientes, como la certificación de bienestar

animal de todas las especies otorgada por la prestigiosa entidad *American Humane* -siendo el primer zoológico de toda Europa en lograr tal acreditación-, o el certificado de la auditora independiente *Global Spirit*, que reconoce el cumplimiento del 100% de los requisitos que establecen los estándares de bienestar animal fijados por la Asociación de Turoperadores y Agentes de Viajes de Reino Unido.

VIAJE AL INTERIOR DE LA LITERATURA EN **PUERTO DE LA CRUZ**

La ciudad portuense prepara un otoño cargado de inspiración y creatividad con la celebración de la quinta edición de Periplo, un viaje literario por amor al arte en un entorno cultural que descubre el mundo narrativo de destacados autores y aventureros internacionales, nacionales y locales.

OCTUBRE **FESTIVAL PERIPLO**



Este otoño, Periplo, el Festival Internacional de Literatura de Viajes y Aventuras de Puerto de la Cruz, nos invita a descubrir nuevos caminos, ciudades, naturaleza y civilizaciones a través de la narrativa de aquellos autores que han prestado su creatividad para retratar sus experiencias por amor al arte.

Del 23 al 29 de octubre se abren las páginas de la quinta edición de un festival que quiere seducir tanto al lector del género como a los no iniciados con una programación fresca y abierta que da cabida a todos los que han encontrado la inspiración en un avión, un tren, la habitación de un hotel o un aeropuerto y la han convertido en hermosos relatos de descubrimientos internos y externos. Autores como Cristina Morató, Javier Reverte, Carlos García Gual, Sami Tckac, Abderraman el Fathi, Gema Parellada o Chus Lago se subirán a bordo de esta aventura cómplice con la ciudad de Puerto de la Cruz para contar emocionantes relatos reales.

Presentaciones literarias, conversaciones, talleres, rutas y teatro son algunas de las estaciones que recorrerá Periplo este 2017 con un programa en el que la estrecha relación entre el viaje y el arte en todas sus vertientes cobra protagonismo: con autores que encuentran inspiración en el descubrimiento del mundo o los que viajan obligados por otros motivos, políticos o sociales para poder desarrollar su pasión.

Preparemos el equipaje ¡ya tenemos destino para este otoño!



Por Juan José Ramos Melo @JuanjoRamosEco

UN ALIADO DE NUESTROS SUEÑOS



Durante los meses estivales, mientras paseamos por el bosque de pino canario en las cumbres de nuestras islas en ocasiones en medio de la oscuridad, entre las sombras de la noche un mariposeante y rápido vuelo se cruza de un lado a otro en nuestro camino. Es un murciélago, un orejudo canario, una de las especies más interesantes de las Islas. Un cazador incansable de mosquitos y polillas nocturnas, un auténtico aliado de nuestros sueños.

Son muchas las personas que se refieren injustamente a los murciélagos como ratones voladores o piensan que son chupadores de sangre, como si fueran seguidores del mismísimo Conde Drácula. Sin embargo, la mayoría de las 1.100 especies que pueblan el planeta son frugívoros o insectívoros, siendo los que habitan en Canarias grandes comedores de insectos. La única especie que se alimenta de sangre es un pequeño murciélago que vive en el norte de la cuenca amazónica de Sudamérica, que muerde al ganado y a los grandes mamíferos mientras duermen para extraer su sangre usando una especie de anticoagulante que aplica con su lengua.

-

Polillas y mosquitos son el principal alimento, que cazan ágilmente durante los erráticos vuelos

-

En Canarias hasta el momento se han citado un total de siete especies diferentes de murciélagos, la mayoría en las islas centro occidentales, las más altas con grandes barrancos y superficies de bosque y tierras de cultivos, las menos ventosas. Característica clave esta última para la presencia de estos animales nocturnos, ya que el viento evita que se agrupen en medio de las masas de aire. Polillas y mosquitos son el principal alimento, que cazan ágilmente durante los erráticos vuelos.

En los bosques de pino canario de Tenerife, La Palma y La Gomera vive uno de los animales terrestres más enigmáticos de Canarias, el endémico murciélago orejudo canario (*Plecotus teneriffae*) una de las joyas de la biodiversidad insular. Su nombre se debe a las protuberancias cartilagosas que sobresalen tras sus oídos como si fueran dos grandes y

gigantescas orejas. Su pelaje es de color marrón oscuro, algo más claro en los ejemplares de mayor edad. Vuela muy cerca del suelo, como si estuviera surfando entre las corrientes de aire.

Al igual que otras especies de murciélagos, ha perdido prácticamente la visión y se orienta en la oscuridad de la noche mediante la emisión de ultrasonidos para informarse de la presencia de cualquier tipo de obstáculo durante sus vuelos. Durante el día se suele refugiar en el interior de tubos volcánicos, cuevas o construcciones abandonadas. Es un animal aparentemente social, en los refugios habitan pequeños grupos formados por unas pocas decenas de murciélagos.

El Parque Natural de la Corona Forestal y el Parque Nacional del Teide en Tenerife, el de la Caldera de Taburiente en La Palma y los pinares del sur de El Hierro son algunos de los lugares donde podemos observarle cazando polillas delante de las luces de nuestro coche al circular durante la noche. Desde hace más de treinta años, Domingo Trujillo y Rubén Barone, dos naturalistas tinerfeños, recorren durante la noche nuestros espacios naturales para estudiar la vida secreta de estos desconocidos animales. Buena parte de la información que conocemos hoy se debe a sus largas jornadas de campo. Ellos han sido testigos de cómo las poblaciones de murciélago han sido afectadas por nuestras actividades, la transformación del hábitat, la desforestación o la agricultura intensiva.

Los murciélagos son excelentes indicadores de la salud de nuestro entorno. El uso indiscriminado de pesticidas y otros productos fitosanitarios está poniéndoles en jaque, sufriendo importantes descensos poblacionales a nivel mundial. Esto es señal inequívoca de la alarmante situación de nuestro planeta.

V _____ 1

U _____ 2

E _____ 3

L _____ 4

V _____ 5

E _____ 6



Por *Daniel Prieto*
Ilustración por *Ilustre Mario*

UNA CITA QUE NO DEBES OLVIDAR

Sequedad ocular, fotofobia, deslumbramientos, visión borrosa, dolores de cabeza continuados tras horas frente al ordenador, sensación de arenilla en el ojo... Todos ellos son indicadores de que nuestra vista está pidiendo a gritos una visita al oftalmólogo para realizar la correspondiente revisión. Quizá, como con tantas cosas que vamos relegando por no considerar prioritarias, no le prestamos atención hasta que el problema aparece, pero trata de no retrasarla pues de ella depende en gran medida la salud de tu visión y lo ideal es no esperar a tener síntomas, sino poner la revisión anual como uno de los deberes en nuestra agenda de salud de cada año.

Cuidar la vista, uno de los sentidos más sensibles al paso del tiempo, mediante la prevención es fundamental. Y aunque *a priori* dé pereza hacerle un hueco, piensa que solo hay que planificar las visitas regulares al oftalmólogo. Un examen integral y periódico de la vista que incluya pruebas de agudeza visual, un estudio del fondo de ojo y otras exploraciones en función de la alteración a tratar previenen enfermedades oculares graves y son la vía para frenar su evolución.

¿Cada cuánto tiempo debemos acudir al oculista?

Todo el mundo necesita hacerse exploraciones oculares con regularidad si bien y en función de diferentes factores el intervalo de tiempo entre visitas puede variar. Así, el doctor Óscar Asís Vainer, especialista en Oftalmología en Hospital Perpetuo Socorro, señala que “la visita al oculista, salvo indicación específica, deberá realizarse una vez al año”.

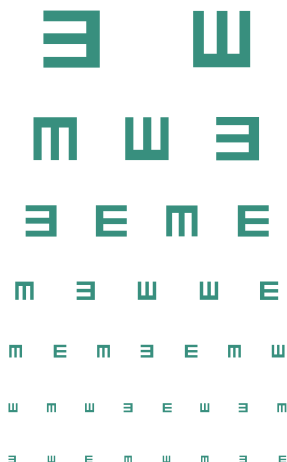
-

Todo el mundo necesita hacerse exploraciones oculares con regularidad, si bien y en función de diferentes factores el intervalo de tiempo entre visitas puede variar

-

“En líneas generales, anualmente. Es importante acudir de manera preventiva, ya que muchas de las patologías del ojo son silentes y cuando dan síntomas es tarde para el tratamiento, como por ejemplo el glaucoma”, señala en este mismo contexto la doctora Cecilia Rodríguez Luna, médica oftalmóloga y cirujana plástica ocular.

“Lo recomendable es que como mínimo se debe acudir al oculista u oftalmó-



logo cada dos años. En el caso de niños, a cualquier edad, si tuercen los ojos o si los padres sospechan que el niño no ve bien. En el caso de adultos, si hay antecedentes familiares de gravedad, cada dos años para medir la visión intraocular. El glaucoma, o como se denomina comúnmente, *la ceguera silenciosa*, es una enfermedad crónica, progresiva y asintomática, que no avisa, relacionada con la presión intraocular. Cuando el paciente empieza a notar defectos en el campo visual, ya se ha llegado tarde al tratamiento, de ahí la importancia del diagnóstico precoz a través de revisiones anuales. El glaucoma tiene un importante componente hereditario”, señala la doctora Oana Stirbu, especialista en glaucoma en Clínica Muiños.

“En niños, la aparición de dolores de cabeza, orzuelos a repetición, desviación ocular, problemas para copiar en clase o lagrimeo deben ponernos en aviso para hacer una consulta. En adultos, visión borrosa sobretodo de cerca, moscas volantes, dolor ocular u ojo rojo, picor. Pero es importante saber que hay patologías que no dan síntomas hasta fases muy tardías, por lo que no hay que esperar a tener síntomas para acudir a revisión”, advierte Rodríguez Luna.

Prevención del cáncer de mama



Dicen que nuestro
destino está escrito,
en Hospiten sabemos que el
destino se puede volver a escribir.
La prevención del cáncer de
mama está en tu mano.

Hospiten,
**¿Reescribimos juntos
el destino?**

Servicio de Ginecología

hospiten 

www.hospiten.com

Pérdida de agudeza visual, distorsión en las imágenes que vemos, visión de puntos negros o destellos, dolor y enrojecimiento ocular, sensación de sequedad ocular, inflamación de los párpados, legañas... son un ejemplo de los síntomas que nos pueden poner en aviso para que vayamos a una revisión, indica el doctor Asís Vainer.

Añade el doctor José Alberto Muiños, director médico de Clínica Muiños y especialista en Cirugía Refractiva que “los niños con problemas visuales deben ser vistos cada 6 meses y los adultos con alguna patología, cada año. Además, en caso de glaucoma es fundamental el seguimiento periódico para ajustar el tratamiento”.

En este sentido, la doctora Rodríguez Luna añade que “hay etapas en las que es más importante hacer revisiones. Por ejemplo en la niñez para comprobar el correcto desarrollo visual. En el caso del ojo vago o ambliopía tiene tratamiento cuando se detecta antes de los 8 años. Si se detecta en el adulto ya no tiene solución”.

Especifica la doctora las revisiones oculares por grupo de edad:
Al nacer, para descartar anomalías congénitas.
A los 3-4 años, cuando el paciente ya puede colaborar para su primer examen completo.

Una vez por año hasta los 10 años para vigilar el correcto desarrollo visual y detectar estrabismo u ojo vago.

A partir de ahí cada 1-2 años.

Anualmente, si presenta problemas refractivos como miopía alta, diabetes, hipercoesterolemia, hipertensión o antecedentes familiares de patología ocular.

Doctora Oana Stirbu: “El glaucoma, o como se denomina comúnmente, la ceguera silenciosa, es una enfermedad crónica, progresiva y asintomática, que no avisa”

Además, “si tenemos familiares con antecedentes de problemas debemos acudir a consulta anualmente y ante la aparición de cualquier síntoma llamativo para poder realizar un diagnóstico precoz”, puntualiza.

En este contexto, la doctora Stirbu señala que “dependiendo del tipo de patología que tenga la familia, si se trata de un ojo vago, a los 2 o 3 años y si es un problema de glaucoma o una degeneración macular a partir de los 40 años. Y si hay antecedentes de glaucoma agresivo hay que realizar un control a todos los familiares directos, fundamentalmente padres, hermanos, hijos y sobrinos”.





Dr. Caballero de Rodas

RECUPERA TU SONRISA EN UN DÍA

En Clínica Dental Caballero de Rodas es posible gracias a la técnica de carga inmediata, indicada en pacientes con poco hueso, que permite colocar sobre 4 implantes la arcada dental completa de forma fija y en el mismo día.

El equipo clínico dirigido por el Dr. Caballero de Rodas está especializado en esta técnica que permite colocar todos los dientes el mismo día, en casi el 100% de los maxilares superiores e inferiores.

Mediante la colocación de cuatro implantes (2 posteriores y 2 anteriores rectos) distribuidos estratégicamente en el maxilar o mandíbula, obtenemos 4 puntos de anclaje para rehabilitar la arcada dental completa el mismo día de la cirugía, pudiendo colocar por la tarde una prótesis fija provisional atornillada. Evitamos así realizar técnicas quirúrgicas complementarias como injertos óseos o elevaciones de seno, que prolongan en casi un año los tiempos de espera.

Esta técnica supone un gran paso para nuestros pacientes, que mejoran su calidad de vida de forma inmediata y con mínimas molestias.



Existen muchas razones para elegir esta técnica:

- Rehabilita** maxilares edéntulos en pacientes con poco hueso.
- Restauración** inmediata en un solo día.
- Sin necesidad** de realizar injertos óseos.
- Ausencia** de sobrecarga o tensión del hueso.
- Máxima** calidad del material empleado.
- Prótesis** más higiénicas y estéticas.
- Mínimas** molestias para el paciente.

T. 928 367 296

clinicacaballeroderodas.com

Por Daniel Prieto

ALIADOS CONTRA EL FRÍO



Toca preparar el organismo para recibir el descenso de las temperaturas y la llegada del otoño y no cabe duda de que una buena alimentación es clave. “Sonará a tópico, pero es cierto que un aporte extra de vitaminas, sobre todo A, C y E, es fundamental para reforzar nuestras defensas de cara a sufrir los resfriados, catarros y gripes propios de esta época”, explica Alberto Martínez, médico especialista en Medicina Familiar.

“Existe una serie de alimentos de temporada recomendable para esta época del año. Una buena alimentación evita muchas patologías relacionadas con la salud y por eso debemos adaptar lo que comemos para

este cambio de estación”, indica Glenda María Bautista, médico especialista en Medicina Interna de la Clínica Perpetuo Socorro.

“Podemos decir que la granada es la fruta del otoño. Aporta el 16 % de las necesidades diarias de vitamina C y es fuente natural de vitamina B5 y otras vitaminas. Es una magnífica fuente de antioxidantes, es baja en calorías y tiene un elevado contenido de agua, por lo que su valor energético es muy bajo. Los arándanos, que también podemos encontrar en esta época del año, aportan numerosos beneficios para la salud al ser muy ricos en fibra. Tienen propiedades astringentes y diuréticas, poseen vitaminas C, A y E, producen efectos positivos sobre el colesterol y la presión arterial, mejoran el control de la glucosa, además de potenciar el sistema inmunológico y son muy utilizados también para prevenir enfermedades de las vías urinarias”.

“Es importante destacar los alimentos que fortalecen nuestro sistema inmunológico y por tanto, previenen futuras patologías típicas de las estaciones frías”, añade la doctora Bautista, “los más comunes y fáciles de adaptar a cualquier dieta son la zanahoria y la calabaza (ricas en vitamina A), las acelgas, las espinacas y las coles, estas últimas ricas en propiedades antioxidantes”. “Unos buenos aliados para complementar nuestra dieta son los cítricos: naranja, kiwi, pomelo, limón, lima... son ricos en vitamina C, que estimula las defensas”, recomienda.

Un último apunte que destaca el doctor Martínez: “Las personas dentro de los grupos de riesgo, además deberían complementar estos cuidados con la vacunación, siempre previa recomendación médica”.

Por Rebeca Martín

PUESTA A PUNTO PARA EL INVIERNO



Con el final del verano y la llegada de los meses más fríos es hora de dar a nuestra piel cuidados específicos para esta época del año.

“Las bajas temperaturas, junto al uso de calefacción en aquellas zonas más frías, harán que la piel se reseque mucho más, haciendo las arrugas mucho más visibles. Esta sequedad se puede minimizar utilizando una buena crema hidratante tanto por la mañana como por la noche”, indica la doctora Zaida Hernández, dermatóloga en Clínica Mediteknia.

“Durante el invierno no debemos olvidarnos de los rayos del sol, por lo que

es recomendable ponerse un protector solar por las mañanas. El orden correcto de aplicación será la crema hidratante en primer lugar, seguida del fotoprotector y luego la base de maquillaje”, recomienda la especialista.

Las estaciones de otoño e invierno son ideales para hacer aquellos específicos de la piel, ya que la incidencia de la radiación ultravioleta es menor. En esta época del año se pueden hacer tratamientos para las manchas a base de *peeling* químico o con láseres específicos. “En general, estos meses son los mejores para los procedimientos con láser, por lo que es el momento adecuado para tratar las cicatrices de acné, rejuvenecer la piel o eliminar el pelo indeseado de forma definitiva”, finaliza la doctora.

Librarse de las manchas es otro de los objetivos de la nueva temporada. En la clínica especializada Bonome recomiendan la combinación de *peeling* químicos despigmentantes junto al uso de láseres de diferentes longitudes de onda que permitan llegar a varios niveles de la piel, con el objetivo de renovar sus capas y atenuar o eliminar las manchas.

“La fotoprotección es un factor importante a tener en cuenta para su uso habitual, así como el uso de cremas despigmentantes que nos permiten optimizar el tratamiento. Una sola sesión de manera general es insuficiente. Se establece un protocolo de varios tratamientos y el número estará determinado por el tipo de mancha, profundidad, características de la piel, edad, estilo de vida... Por lo que se precisa una valoración médica previa para establecer un tratamiento personalizado”, recomienda la doctora Elizabeth García Bonome.

ESTÉTICA DE ÚLTIMA GENERACIÓN

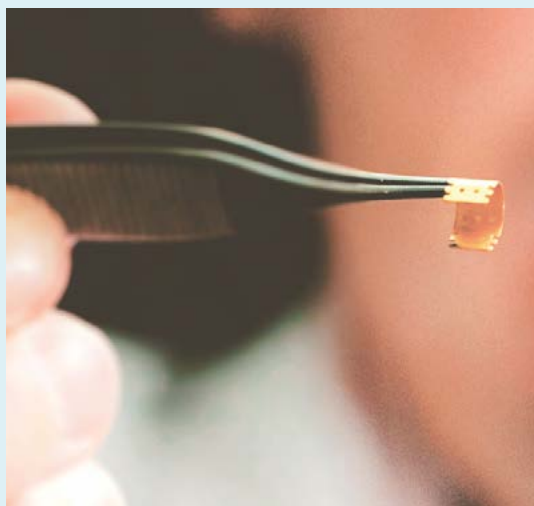


Doctor Javier Elejabeitia

Innovar de manera constante para ofrecer las mejores y más vanguardistas técnicas forma parte de la filosofía de Hospital Perpetuo Socorro. Fruto de esa apuesta, la unidad de Cirugía Estética, Plástica y Reparadora ofrece nuevos procedimientos para tratar dos de las problemáticas que con mayor frecuencia se presentan en este servicio.

De cara a la cirugía de aumento de mamas, Hospital Perpetuo Socorro incorpora un simulador 3D de última generación que permite realizar un escáner tridimensional personalizado de la anatomía de cada paciente para posteriormente introducir en el sistema el implante elegido y colocarlo de forma que se pueda ver una aproximación casi real del resultado. De hecho, con la ayuda de unas gafas 3D, la paciente puede examinarlo desde todos los ángulos y perspectivas como si estuviera observando su propio cuerpo con la intervención ya realizada, lo que permite seleccionar junto al médico el implante más adecuado de las distintas posibilidades que se le van mostrando. El simulador asegura una mayor satisfacción con el resultado de la intervención al conocer con mayor precisión los resultados y una mejor comunicación con su cirujano, explica el doctor Javier Elejabeitia, médico de referencia en esta técnica.

De su mano también, como primer cirujano certificado en las Islas, se han realizado las primeras 15 operaciones para la corrección de las orejas prominentes



en Canarias con una nueva técnica mínimamente invasiva a partir de un implante. Este dispositivo cuenta también con unos simuladores previos que se colocan en el exterior de las orejas y permiten elegir el grado de cambio así como predecir la imagen estética final. Además puede retirarse cuando el paciente lo desee. Se trata de un procedimiento de unos veinte minutos de duración que se realiza con anestesia local y permite la incorporación inmediata a la vida laboral ya que no requiere postoperatorio.

ADIÓS, VARICES

Gracias a nuestro nuevo láser, eliminar las venas varicosas es seguro, rápido y más cómodo que los tratamientos quirúrgicos.

Aporta una alternativa efectiva y delicada al tratamiento convencional. Sus principales ventajas son: Tratamiento mínimamente invasivo, efectividad probada, numerosas referencias a nivel mundial, retorno rápido a las actividades cotidianas, procedimiento ambulatorio.

- Varices.
- Arañas vasculares.
- Capilares de las piernas.
- Lesiones vasculares.
- Cirugía vascular.

Clínica Tara
T. 922 563 351



SANIDAD REALIZARÁ OBRAS DE MEJORA EN EL ÁREA DE SALUD MENTAL DEL HUC

La Consejería de Sanidad del Gobierno de Canarias, a través del Servicio Canario de la Salud (SCS), ha anunciado que realizará obras de mejora y acondicionamiento en el Área Externa de Salud Mental del Complejo Hospitalario Universitario de Canarias (HUC), ubicado en Santa Cruz de Tenerife y dependiente de la administración sanitaria. Las obras afectarán al Pabellón de Terapia Ocupacional y a la Sala Multifunción del centro, acometiendo tanto mejoras en el muro



de contención como en el cerramiento del edificio.

El presupuesto máximo para este procedimiento, tal y como recoge el anuncio del *Boletín Oficial de Canarias*, es de un

total de 547.370,69 euros, sin contabilizar el IGIC, y el plazo para participar en el concurso público es de 26 días naturales a partir del siguiente a su publicación en el *BOC*, informa *La Opinión*.

LA ALOPECIA, UN TRASTORNO EN AUGE

La caída del cabello es un problema que no conoce género, afectando cada vez a más hombres y mujeres. Debido a la seriedad de las secuelas que puede generar esta patología, entre las que se encuentra la pérdida de confianza, seguridad y autoestima, en algunos casos ponerle remedio implica un estudio médico especializado a través de un profesional que permita localizar sus causas y elaborar un diagnóstico con el cual se pueda luego establecer un tratamiento adecuado. Conocedora de esta realidad, la doctora Elizabeth Garcia Bonome ofreció una charla el Ámbito Cultural de El Corte Inglés, Tenerife, donde explicó ante un nutrido público la realidad que se esconde tras la alopecia.

Además de explicar las técnicas que existen para recuperar y mantener el



cabello, como es el injerto capilar pelo a pelo, la experta dedicó los últimos minutos de la sesión a responder las dudas de los pacientes, convirtiendo la charla en un foro de gran interés para todos los participantes.

Síguenos en Facebook - Instagram - Twitter de @ClinicaBONOME y enteráte de todas nuestras novedades.
Santa Cruz: 922 282 162
Adeje: 922 719 556
www.clinicabonome.com

NUEVA UNIDAD LÁSER EN TENERIFE

GYNELASE Láser CO2 para el tratamiento íntimo

APLICACIONES DEL EQUIPO

- *Incontinencia urinaria femenina
- *Rejuvenecimiento vaginal
- *Atrofia vaginal
- *Síndrome de relajación vaginal
- *Cirugía estética vulvo-vaginal (labioplastia perineoplastia, rediseño genital)
- *Virus del papiloma humano (VPH)
- *Blanqueamiento genital
- *Cistocele
- *Rectocele

Q-Switch Affinity QS

APLICACIONES DEL EQUIPO

- *Lentigos solares
- *Eliminación de tatuajes
- *Manchas
- *Lunares (nevus de Ota, nevus de Ito)



MULTIDIODE Láser quirúrgico

APLICACIONES DEL EQUIPO

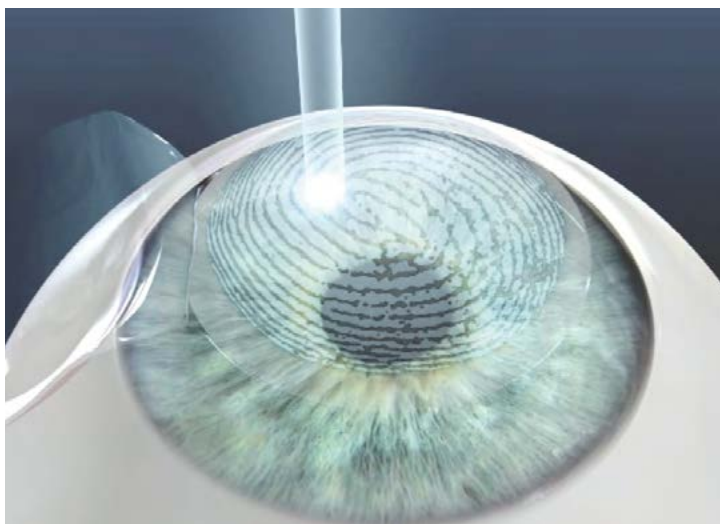
- *Arrugas y cicatrices de acné
- *Rejuvenecimiento no ablativo y tensado
- *Venas de las piernas
- *Lesiones vasculares
- *Cirugía vascular
- *Cirugía dermatológica
- *Cirugía otorrino
- *Ronquidos
- *Cirugía torácica pulmonar
- *Cirugía general y digestiva
- *Proctología
- *Cirugía ginecológica
- *Neurocirugía



CLÍNICA
TARA
922 56 33 51

TÉCNICAS QUIRÚRGICAS: ¿QUÉ ES LA CIRUGÍA REFRACTIVA?

La cirugía refractiva, es el conjunto de técnicas cuya finalidad pasa por eliminar o minimizar los problemas refractivos oculares como la miopía, hipermetropía y el astigmatismo. En la actualidad, la aplicación del láser Excímer, constituye la primera elección de tratamiento de cirugía refractiva para corregir este tipo de problemas oculares. No obstante, cuando el paciente no es candidato a la cirugía refractiva con láser Excímer, existen otras alternativas quirúrgicas, como el implante de una lente intraocular o



ICL. Innova Ocular Clínica Muiños realiza en la actualidad todas las técnicas que han demostrado alta seguridad y eficacia en la

corrección de estos defectos. Conozca los detalles en: clinicamuiños.com/cirugia-refractiva
T. 922 205 474



“En Trasplante de Pelo, la **EXPERIENCIA** marca la diferencia”.

Dr. Jiménez Acosta, Platinum Follicle Award 2012. Premiado por la Sociedad Internacional de Trasplante de Cabello (ISHRS).

MEDITEKNIA

DR. JIMÉNEZ ACOSTA

CLÍNICA DE TRASPLANTE CAPILAR



ANTES



DESPUÉS

M.D.G. “Había perdido el pelo de la ceja por una cicatriz. El Dr. Jiménez Acosta consiguió un magnífico resultado con el trasplante. **El pelo vuelve a crecer y en la orientación adecuada**”.

PRESUPUESTO SIN COMPROMISO

928 23 22 78 Av. Alcalde Ramírez Bethencourt, 20. Las Palmas de Gran Canaria.

FEMTOLÁSER PARA CATARATAS: MÁS SEGURIDAD, MEJORES RESULTADOS EN CLÍNICA OFTALMOLÓGICA MUIÑOS

Innova Ocular Clínica Muiños, una de las clínicas oftalmológicas de mayor prestigio en las Islas, pone al servicio de sus pacientes el Femtoláser LenSx, Este láser de femtosegundo, el más utilizado en todo el mundo, aporta un valor añadido en precisión y seguridad a la cirugía de cataratas, lo que aumenta el control y exactitud de la intervención, optimiza la personalización del tratamiento y se traduce en mejores resultados para el paciente. Con sede en Tenerife y La Palma, la clínica está dirigida por el doctor



José Alberto Muiños y cuenta con un cuadro médico del máximo nivel que cubre todas las patologías oculares y con tecnología

diagnóstica y quirúrgica de vanguardia. Consúltenos y le informaremos en clinica-muiños.com/cataratas T. 922 205 474



DRACECILARODRIGUEZ
CIRUGÍA PLÁSTICA OCULAR

VER BIEN, VERTE BIEN

Rejuvenece tu mirada sin arriesgar tu salud ocular

- Cirugía de párpados caídos.
- Tratamiento de ojeras.
- Botox. Rellenos dérmicos.
- Resurfacing con Láser CO2.
- Alteraciones de las pestañas.
- Orzuelos / Chalazión.
- Lagrimeo del niño y adulto.

Experta en Blefaroplastia



Dra. Cecilia Rodríguez Luna
Oftalmóloga - Cirugía Plástica Ocular

☎ 639 522 226

ceciliarodriguez@esteticaocular.es
www.esteticaocular.es

Cirugías en Gran Canaria y Tenerife

Por *Esther Mendoza*
Fotografía cedida por *Juan Carlos Armas*

"LA MODA NO ES UNA FRIVOLIDAD, ES UN IDIOMA"



Sin sus valores difícilmente hubiera podido alcanzar sus metas. Un hombre comprometido con todo cuanto le mueve por dentro, sensible y amigo de sus amigos, que se declara afortunado de la vida que le ha tocado. Posiblemente por tradición familiar supo siempre cuál sería su lugar en el mundo. Un incansable conquistador de sueños cuyo motor es la pasión que siente por la belleza de lo sublime, como la moda.

¿Cómo se describe Juan Carlos Armas?

Como un incansable luchador, apasionado de lo artístico y afortunado de encontrar su camino. Abanderan mis valores la honradez y honestidad, y soy solidario por encima de todo sin dejar de ser respetuoso y humilde. La tolerancia es para mí un punto innegociable y estoy comprometido con mi gente, amigos y familia. ¿Una premisa inviolable? No dañar.

¿Ser diseñador fue una pasión o un encuentro casual?

Creo que mi amor por el diseño surgió al mismo tiempo que mi uso de razón. Mi abuela era modista y recuerdo a mis hermanas manipulando patrones de revistas, así que como ves las influencias de mi infancia me indicaban el camino claramente. Llegó más tarde la oportunidad de diseñar para colectivos del Carnaval, profesionalizándome definitivamente.

¿Cómo se engendra una idea que más tarde se convertirá en prenda?

Mi inspiración surge de la propia vida. Está en lo que veo y en lo que me transmiten las cosas. En las más inesperadas, las más sencillas, la misma naturaleza. El mar o un paisaje, una estrella, una flor, un personaje, una caricia... a la

musa hay que provocarla, dejar que se despierte porque a veces duerme. La música, una película, un libro... incluso un estado de ánimo. La inspiración tiene un recorrido y llega desde lo más íntimo, desde el corazón y el alma y, como la magia, trasciende. Con ella se comunican ideas, conceptos y sentimientos.

-

“Expresarme en diferentes ámbitos me ha traído hasta aquí, sin duda fruto de un gran esfuerzo”

-

¿En qué basas la estética de tu línea?

Visto a mujeres del siglo XXI actuales, femeninas y libres de ataduras e imposiciones. En mis colecciones, dentro de lo exclusivo y la alta moda destacan el diseño, los tejidos, los bordados y patrones. Mi imaginación vuela a la hora de esbozar ideas para esas mujeres que buscan un *look* actual, fresco cómodo, glamuroso y lleno de personalidad.

Eres un hombre polifacético, ¿nos describes cada registro?

Expresarme en diferentes ámbitos me ha traído hasta aquí, sin duda fruto de un

gran esfuerzo y fe en lo que hacía y hago. Me siento afortunado del lugar que ocupo en el sector, he trabajado por todo el mundo, no solo en Tenerife y tengo reconocimiento en diferentes puntos geográficos del planeta. Las direcciones artísticas, incluidas las del Carnaval y mis colecciones de moda me han aportado muchísimo. Toda esta mezcla es fascinante.

¿Hasta qué punto la frivolidad es una constante en el sector?

La moda no es una frivolidad, es un idioma, una forma de comunicar ideas.

¿Es capaz la moda de cambiar nuestra visión del mundo o son los cambios sociales los que influyen en ella?

Es una filosofía de vida y está totalmente unida a los cambios sociales y culturales. Comunica ideas y es mucho más que una vestimenta. Significa y expresa, con sus formas, sus colores, tipología... son objetos de reflexión y de belleza.

¿Qué nota le pones a los diseñadores españoles?

Es una pregunta comprometida, pero creo que a unos más que a otros. Considero que los diseñadores españoles estamos siendo un referente, aunque aún nos queda camino y es de admirar a todos

los valientes que, independientemente del tamaño de su trabajo, arriesgan; no es nada fácil. Si tuviera que elegir dentro del panorama español, me gusta muchísimo lo rompedor que es el estilo de David Delfín o cómo trabaja Jesús del Pozo...podría continuar con la lista de profesionales a los que admiro, pero dejémoslo aquí, no sin incluir a Manuel Piña, un referente indispensable en la moda española.

¿Aún te quedan sueños por cumplir?

Pues la verdad es que muchos ya los he alcanzado. Tengo más pero mejor no contarlos ¡para que se cumplan!

-

“Los diseñadores españoles estamos siendo un referente, aunque aún nos queda camino”

-

¿Cuál es el próximo proyecto en el que veremos a Juan Carlos Armas?

Actualmente estoy en la promoción de mi colección *Frida*, inspirada en Frida Khalo, por la que siento una gran admiración. Se compone de 33 *looks* que han sido presentados en el palacio de Cibeles Bridal Costura España Madrid con un rotundo éxito y también la presentaremos en Tenerife, Feboda y en Gran Canaria.



OCTUBRE

Viernes 6

19:30 h

SINFÓNICA DE TENERIFE
Concierto 1.
Una temporada fantástica
Sala Sinfónica

Sábado 7

20:30 h

PAULA QUINTANA
Siempre en algún lugar
Caja Escénica

Martes 10

19:30 h

ÓPERA DE TENERIFE
Recital I Capuleti e i Montecchi
de Bellini
Aulario de Guajara (ULL)

Miércoles 18

19:30 h

QUANTUM ENSEMBLE
Deconstrucción
Sala de Cámara

Jueves 19

21:00 h

CANARIAS JAZZ
SHOWROOM
19, 20 y 21
Sala de Cámara

Domingo 22

21:00 h

MASDANZA 2017
Sala de Cámara
Teatro Victoria

Miércoles 25

10:00 h

SINFÓNICA DE TENERIFE
Cuentos con Cuerdas
Funciones escolares
Sala de Cámara

Viernes 26

19:30 h

ÓPERA DE TENERIFE
26, 27, 28 y 29 (18.00H)
I Capuleti e i Montecchi
Opera Estudio
Sala Sinfónica

Sábado 28

12:00 h

SINFÓNICA DE TENERIFE
Cuentos con Cuerdas
Función en familia
Sala de Cámara

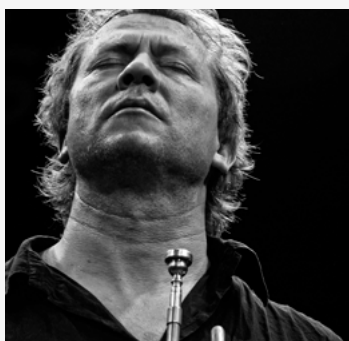
Eventos



SARA BARAS Y MARTÍN BERASATEGUI

14 de octubre
TF / Hotel Ritz-Carlton Abama
 Guía de Isora

Dos maestros que unen su ingenio. La garra y la belleza de la mejor bailaora flamenca del momento y la extraordinaria inventiva de uno de los chefs más laureados de este país se fundirán con motivo de la cena benéfica de la Gala Abama en Tenerife.



XIV FESTIVAL INTERNACIONAL DE MÚSICA VISUAL

Del 3 al 21 de octubre

LZ / Varias ubicaciones

Lanzarote recupera una cita musical emblemática. Tras 15 años de ausencia, el *XIV Festival de Música Visual* regresa a los Jameos del Agua, la Cueva de Los Verdes, El Almacén y el Convento de Santo Domingo con recitales de Tord Gustavsen, Anja Lechner y François Couturier, Camerata Lacunensis, Nils Peter Molvaer, Landscape Project y Jóhann Jóhannsson.



FESTIVAL CERO

Del 12 al 14 de octubre

GC / Anexo Plaza de la Música, Las Palmas de Gran Canaria

Nueve conciertos de música pop, indie y rock del panorama insular y nacional durante tres días consecutivos. Y todo por un precio único de 15 euros, con los artistas Iván Ferreiro, Anni B. Sweet, Love of Lesbian, The Good Company, Texxcoco, Solo Astra, Aburrido Cósmico, Reciclaje y Zeason.

FESTIVAL PERIPLO

Del 23 al 29 de octubre

TF / Puerto de La Cruz

www.festivalperiplo.com

Nueva edición de este festival multicultural que se viene celebrando desde el año 2013. Una ocasión única para el encuentro directo con los autores más destacados de la literatura de viajes y aventuras.

Naturaleza

ORIÓNIDAS

20 y 21 de octubre

HI, FV, LZ, TF, LP, GO, GC

www.holaislascanarias.com

En octubre, del 20 al 21 se producirá una lluvia de estrellas sin gran intensidad visible desde los cielos de Canarias, las Oriónidas, que dejará unos 20 meteoros/hora, aunque la Luna estará en fase de nueva por lo que no será impedimento para apreciar el fenómeno.

Exposiciones



PINTURA Y POESÍA: LA TRADICIÓN CANARIA DEL SIGLO XX

Hasta el 15 de octubre

TF / Tenerife Espacio de las Artes

www.teatenerife.com

Las artes y la poesía han generado con el paso de los tiempos una singular mitografía relacionada con la geografía, la historia y la cultura de Canarias. Símbolos, mitos e imágenes se dan la mano desde el punto de vista creador en esta exposición. De martes a domingos, de 10 a 20 horas. Entrada gratuita.

DAKAR, UNA MIRADA

Hasta el 5 de enero

GC / Casa África

www.casafrica.es

Exposición que reúne 37 fotografías del fotoperiodista senegalés Mamadou Gomis con dos videos del director de *Altair Magazine*, Pere Ortín, y que construyen una mirada cruzada, en palabras de Ortín, a la "atractiva complejidad de una megaurbe como Dakar".

OTOÑO

CULTURAL 2017

OCTUBRE



Javier Ruibal

CANCIÓN DE AUTOR

MIÉRCOLES 4

15€



Guilherme Órfão & Beselch Rodríguez

Timple meets Madeira

MÚSICAS DEL MUNDO

SÁBADO 14

10€

Espacio Cultural CajaCanarias
Plaza del Patriotismo, 1
Santa Cruz de Tenerife

Entradas a la venta en:

entrees.es

Horario: 20:00h

La Fundación CajaCanarias se reserva el derecho de admisión

www.cajacanarias.com

info@cajacanarias.com



Gaby Moreno

CANCIÓN DE AUTOR

JUEVES 19

15€



Nuccio Ordine y Manuel Rivas

Diálogo con Juan Cruz

LA CONDICIÓN HUMANA

JUEVES 26



1987-2017

ESPACIO
CULTURAL
CAJACANARIAS


CajaCanarias
FUNDACIÓN



Pilotos,
médicos,
cantantes,
arquitectos,
cocineros,
electricistas,
boxeadores,
poetas,
funcionarios,
cirujanos,
taxistas,
actores,
futbolistas,
diputados,
(...)

Todos hemos llorado por alguna mujer.

Diego Ojeda.
Del libro *Mi chica revolucionaria*.
www.diegoojeda.com

Auditorio JAMEOS DEL AGUA

único en el mundo

PIELES

ÁNGARO

ÁNGARO,
Un espectáculo
de música y danza,
como vínculo
entre los pueblos
Tradiciones vivas
de Canarias

DOMINGO
12.30 h.

29 OCT
12 & 26 NOV
14 & 28 ENE
11 & 25 FEB
11 & 25 MAR

Para todos
los públicos



Centros de Arte,
Cultura y Turismo
Cabildo de Lanzarote

INFO y RESERVAS
info@centrosturisticos.com T. 901 200 300

cactianzarote.com



 CACTLanzarote
 QuéMUAC Castillo de San José



Por Jesús Villanueva Jiménez
Ilustración por Tom Eigenhufe

VE Y DILE A TU REY...

Aquella mañana de finales de octubre de 1739, Gonzalo Quesada de la Torre, grancanario de nacimiento y descendiente de familia jienense de mercaderes, daba buena cuenta del primer ron de la mañana, acodado en el mostrador de su taberna preferida en el barrio de Triana, desde cuya puerta se podía contemplar el azul Atlántico. Veterano marino, hacía dos años que había abandonado la mar, luego de navegar los océanos durante cuarenta y cuatro largos años y reunir un caudal que le permitiría vivir dignamente hasta el fin de sus días, que pensaba pasar en Las Palmas.

Pedía al tabernero un segundo cubilete de ron cuando un muchacho entró en el local clamando a voz en grito: «¡El rey Jorge II de Inglaterra ha declarado la guerra a nuestro rey Felipe VI!». De la docena de clientes que allí se hallaban preguntaron algunos al muchacho por el origen de la noticia, a lo que él contestó que acababan de clavar un bando en la tabla a tal efecto en la plaza de San Telmo, y que un hombre que sabía de letras leyó el escrito alto y claro, y que también dijo el ilustrado señor que algo tenía que ver la guerra con que un marino español, llamado Juan León Fandiño, le cortara la oreja a un corsario inglés de nombre Robert Jenkins, y que este la llevara en un frasco de vidrio a su país, donde lloriqueó por su pérdida en la Cámara de los Comunes, lugar donde las más importantes personalidades de la Pérfida Albión discutían de lo divino y de lo humano. Y que al asegurar el pirata desorejado que Fandiño le espetó ofensas graves a su rey, este declaró la guerra al nuestro, que era lo mismo que declarársela a todas las Españas.

Fue escuchar aquella narración Quesada y dar un respingo al instante. De un

trago engulló el segundo ron de la jornada y, como si lo estuviera reviviendo, recordó aquella tan singular circunstancia, acaecida allá por el otoño de 1731: estaba enrolado por entonces en el guardacostas *La Isabela*, bergantín español artillado con 24 cañones, a las órdenes del aguerrido Fandiño. Esa mañana abordaron la fragata británica *Rebeca*, que iba al mando, en efecto, de un tal Jenkins, a pocas millas del puerto de San Agustín de la Florida. Fandiño, cumpliendo con su deber, comprobó el libro de registro de mercancías, hallando luego en las bodegas multitud de mercadería y efectos de contrabando, que fueron requisados. Cuando el capitán inglés se mostró altanero e irrespetuoso, Fandiño, ni corto ni perezoso, de un tajo de su espada lo dejó sin una oreja, y, serenamente, entre los quejidos del otro, le recitó: «Ve y dile a tu rey que lo mismo le haré si a lo mismo se atreve».

Eufórico Quesada, recordando aquellos gloriosos tiempos y a su apreciado y admirado capitán, pidió al tabernero otro cubilete de ron, y elevando la voz brindó por Fandiño, y pidió a Dios que, allá por donde navegase el aguerrido marino, le acompañara la fortuna.

DEMUESTRA QUE NOS LEES Y GANA UN VIAJE A EL HIERRO

Miles de lectores nos siguen cada mes y aprecian nuestro diseño y contenidos útiles, cercanos, siempre sorprendentes. De hecho, esta revista que tienes entre las manos (o que ves en nuestra web revistabinter.com) tiene un índice de lectura del 84,9% certificado por el Instituto Perfiles, lo que la convierte en el mejor soporte posible de comunicación en las siete islas, a los que se suman los atractivos destinos internacionales. Ahora, llega el momento de que premiemos tu fidelidad. Si respondes correctamente a estas cuestiones, optas a un viaje a la isla de El Hierro (en función de la disponibilidad de la compañía):

- ¿Por qué la piel se seca más en invierno?
- ¿Cuáles son las recomendaciones comerciales de este mes?
- ¿Sabrías decir qué es un *Plecotus teneriffae*?
- ¿Con qué otro nombre se conoce al Lago rosa de Dakar?
- ¿Dónde debemos acudir si ninguna aseguradora quiere asegurar nuestro coche?
- ¿Quién es Serafín Romero?
- ¿Cuál es el punto de partida del sendero de este mes?
- ¿De qué persona o lugar te gustaría que hablásemos?
- ¿Cuáles son tus tres secciones favoritas?
- ¿Cómo mejorarías la Revista NT?

Esperamos que envíes las respuestas correctas a buzon@barabaracomunicacion.com

PLAZO LÍMITE: 31 de octubre

Conoceremos quién ha ganado en la revista NT de noviembre. Muchísima suerte y hasta el próximo mes.

El ganador del mes de julio es JULIÁN RODRÍGUEZ MARCOS



www.revistabinter.com



SARA BARAS Y EL EQUIPO DE MARTÍN BERASATEGUI

14 DE OCTUBRE DE 2017,
A PARTIR DE LAS 18:00
THE RITZ-CARLTON, ABAMA.
TENERIFE, ESPAÑA

Disfrute de una noche extraordinaria en nuestra cena de gala anual

El genio culinario Erlantz Gorostiza, chef del restaurante Martín Berasategui en el The Ritz-Carlton, Abama y la bailarina de renombre internacional Sara Baras serán los protagonistas de la velada, otorgando su magia a un evento inolvidable. Sara Baras, ganadora de numerosos premios internacionales y estrella de escenarios como el Royal Albert Hall, la Ópera de Sydney y el Carnegie Hall, presentará su Suite Flamenca en el ambiente íntimo de The Ritz-Carlton, Abama. El espectáculo continuará con una cena de gala elaborada por uno de los chefs más importantes de España de todos los tiempos, Martín Berasategui, el cerebro detrás de The Ritz-Carlton, el restaurante estrella de dos estrellas Michelin de Abama, MB y titular de ocho estrellas Michelin por sus restaurantes en toda España.



The Ritz-Carlton, Abama ofrece una tarifa especial de 280 € +7% IGIC / noche (desayuno incluido) para una habitación doble estándar durante todo el fin de semana para los asistentes a Gala, lo que lo convierte en una oportunidad única para disfrutar de uno de los mejores hoteles de Europa así como el arte de dos de las leyendas culturales vivas de España.

250€ / persona (Impuestos incluidos) para la Gala y Cena (alojamiento no incluido)

*La reserva previa es obligatoria y las plazas son limitadas.

*Los asistentes deben de ser mayores de 16 años.

Reservas: +34 822 257 921

Gala@sarabarasabama.es · abamahotelresort.com



Por *Francisco Belín*
Ilustración por *Ilustre Mario*

PARA SENTAR LAS MADRES

Una acepción, la de plato de cuchara, no puede ser más evocadora. Todos tenemos un recuerdo, un contexto familiar que cobra vida como un resorte cada vez que percibimos un aroma o cuando probamos una de esas pócimas que ha estado borboteando al fuego: legumbres y hortalizas, pescados brillantes de nuestras costas o carnes que transmiten hogar y terruño. El Archipiélago conforma un universo muy particular de este tipo de elaboraciones culinarias, tanto las heredadas como las que concibieron nuestros antecesores. ¡Vamos a probar!

En todas y cada una de las Islas existe un recetario antiguo en el que la cuchara es protagonista en el más amplio significado de la palabra. Este cubierto como preámbulo a lo que de rico y sabroso nos van a proporcionar productos icónicos de cada uno de nuestros territorios que, con el auge del denominado *Km 0*, vuelve a responder a las expectativas y demandas de un consumidor que vuelve a redescubrir sopas, cazuelas, potajes, cremas y guisotes...

Desde esta primera pincelada, siempre importante a la hora de remarcar por el valor patrimonial y nutricional de los canarios, podemos abrir además cofres inimaginables de géneros y sabiduría de abuelas y madres en los fogones familia-

res. Por ejemplo, al margen de la exclusividad de nuestras papas antiguas, ¿sabemos realmente el valor de nuestra huerta?, ¿la variedad y consistencia de nuestras legumbres?, ¿la textura y concentración gustativa de unas lentejas de Lanzarote o Fuerteventura?

Aquí -y en Pekín, vale decir- ese emplatado caliente, humeante, con ese déjame entrar para proporcionarnos esa placidez tan reconfortante: fideos con caballas, caldo de pescado resultante de la cazuela que, además del tumbo resultante de nuestro puchero, nos remite al fabuloso escaldón de gofio, en el que también el arte de la cuchara está presente acompañado de mojos o aceite y vinagre.

Incluso esos afluentes de sabor de los condumios que nos tientan para el cucharazo y que por decoro nos aboca a mojar con pan. Del recetario antiguo podemos acopiar no pocos recortes: caldo de millo de Gran Canaria, caldo de pulpo de La Gomera, guiso de morena de Tenerife, potaje de pantanas de La Palma, caldo de pescado de Lanzarote, el escaldón majorero, incluso el cham-purrio herreño...

Antes hacía referencia a los granos y su relevancia –muchas veces desconocida por los propios canarios- en la alimentación y como una de las fuentes fundamentales de aportes nutricionales en épocas de hambrunas. De hecho, y no puede olvidarse, buena parte de las Islas, con especial mención a Fuerteventura, eran verdaderos graneros y mucho de ese recurso se ve claramente plasmado en platos portentosos a pesar de los escasos ingredientes.

Pues quédense con la boca abierta: el Archipiélago es prácticamente la región de España más rica en variedad y diversidad de judías, como botón de muestra, aunque a la hora de la verdad no se plasme en las estadísticas agrarias de ámbito nacional, pues muchas veces estamos hablando de cultivos para consumo interno y de ámbito reducido. Merecerían homenaje en estas líneas las imprescindibles arvejas (*Pisum sativus*), diferenciadas por su ciclo de cultivo (la de 60 días, de Haría; de Tenerife, Teno; lisa, de Afur; de manteca...).

Una estupenda aliada de la cocina tradicional, compuesta y con su huevo duro y que siempre estuvo ahí para resolver antojos en guachinches y casas de comida de toda época en cualquiera de las Islas. Para qué decir las lentejas (*Lens culinaris*), que tanto dan de sí y tantos adeptos genera: uno de los templos de

este grano es, sin duda, la isla de Lanzarote, con las *menúas* como emblema.

La Gomera es un ejemplo de esta riqueza y desde tiempo inmemorable los isleños aprovechaban las propiedades nutricionales de los chícharos para combatir las fatigas en los malos tiempos. Las preparaciones de cuchara constituían platos únicos con el aliado siempre imprescindible del gofio y el escudero del queso.

Qué decir de las garbanzas, por supuesto. De esta base de la nutrición isleña, merece la pena poner en liza los de La Oliva (Fuerteventura) o los negros o colorados de Taucho y Vallehermoso (casi imposibles de encontrar y al borde de la extinción).

-

Del recetario antiguo podemos acopiar no pocos recortes: caldo de millo de Gran Canaria, caldo de pulpo de La Gomera, guiso de morena de Tenerife...

-

Se agota la cocción de esta marmita especial de NT y no nos vamos a quedar sin nombrar uno de los clásicos, el potaje de berros. Como está mandado. Cada isla con su peculiar forma de darle profundidad y empaque, cada tierra canaria aportando lo que de bueno dejaron legados propios y foráneos... Únicamente los socorridos berros y la magia de las damas de la cocina canaria.

Cerramos el caldero por esta vez, aunque mucho habría que contar del caldo verde, del turre de trigo y, si me apuran, hasta de unas carajacas o un condumio de conejo que se podrían comer con cuchara.



saborealanzarote
TASTING LANZAROTE



ENOGASTRONÓMICO

TASTING **LANZAROTE** FOOD&WINE **FESTIVAL**

25-26/NOV'17
VILLA DE TEGUISE
#FestivalSaboreaLZT



saborealzt



saborealanzarote



saborealzt



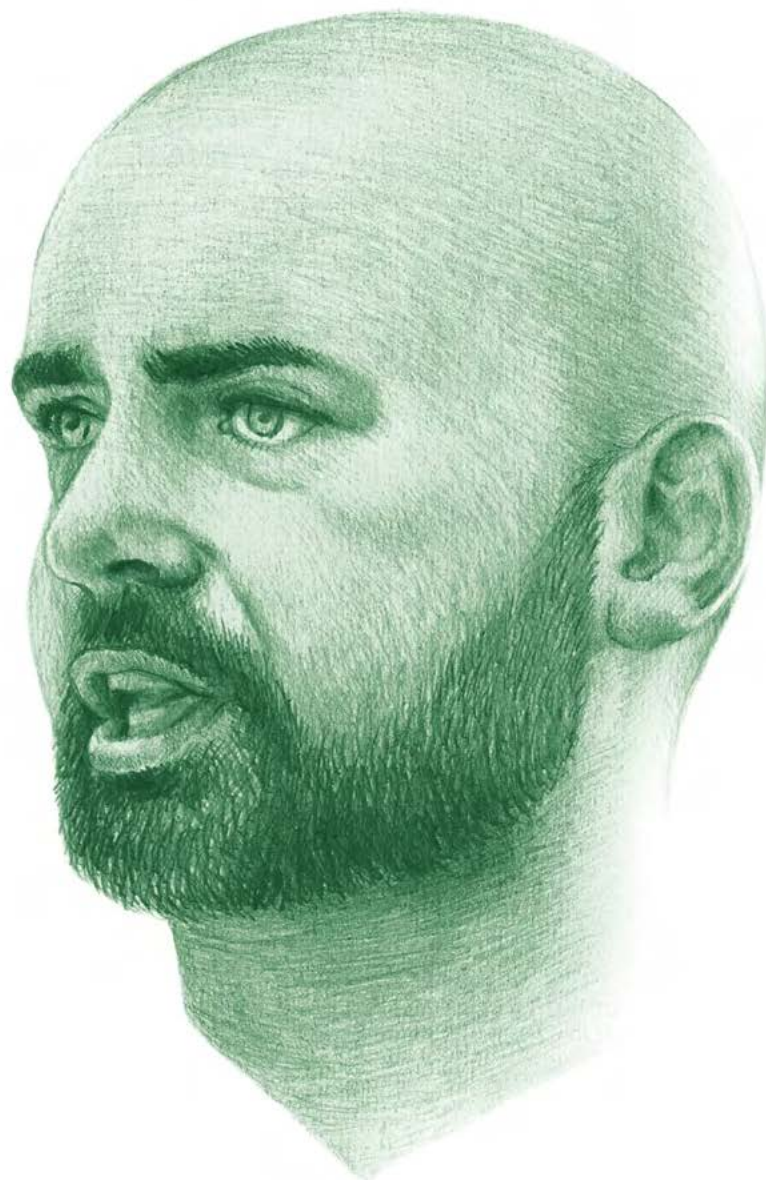
saborealanzarote.org

#FestivalSaboreaLZT



TurismoLanzarote





Por Francisco Belín
Ilustración por David Ferrer

SERAFÍN ROMERO: CANELA FINA EN LA PALMA

La conversación afable con el cocinero destila un regusto afable: claridad de criterio, de apuesta audaz en una plaza que, a fuerza de ser tozudos, se le otorga el sambenito de estancamiento. Sin embargo, sirva este ejemplo de Santa Cruz de La Palma para considerar que hay artífices de culinaria interesante que actualmente rompen moldes y zarandean el supuesto inmovilismo de esta restauración de la Isla Bonita. “Me encanta rescatar los matices que me gustaban de pequeño”, dice el titular de Cinnamon Bar. A fe que lo consigue.

Un *rissotto* de setas con ternera; re-vuelto de corvina desalada con plátano y mojo rojo; pollo crujiente con mojo palmero tradicional... Los fundamentos de Serafín Romero Caballero, a parte de la sencillez cuidada con la aportación de técnica y tecnología de cocina actuales, se afianza en la apuesta de platos para compartir, para saborear en un contexto de informalidad diríamos muy formal.

Natural de Ingenio (Gran Canaria), el chef titular del espacio culinario enclavado en el límite del barrio de La Canela, en Santa Cruz de La Palma, pasó de la estructura profesional del hotel a la de un formato en el que la barra pasó a la historia. Cinco años desde que se lo planteó: unas dosis de desparpajo ante un supuesto panorama –le remarcaban algunos- en el que solo iba a valer el sota-caballo-rey de las especialidades de toda la vida.

A esta realidad, respuesta audaz: “Si no me entendían, pues recogía mis cosas y de vuelta a Gran Canaria”. Resulta que no solo cuajó el propósito sino que además Romero constató algo fantástico: “Los palmeros son equiparables o aún más receptivos si cabe a novedades –mientras no sean extravagancias- que los comensales de cualquier destino gastronómico curtido”.

Tiene convicción el cocinero al reinterpretar recuerdos de gustos de andanzas familiares, de sabores de “cuando yo era pequeño”; de ahí, la ensalada Breña Alta, con pollo crujiente, queso ahumado, vinagreta de soja; las albóndigas (con ternera 100 por cien de la Isla), chili dulce y almendra... La línea golosa está muy cuidada (se mantiene la *creme brûlée* con vainilla natural). “Es el último recuerdo que queda”.

Lo dicho: ¡todo para compartir!

CANARIAS FOMENTA EL CONSUMO DE PRODUCTOS SALUDABLES EN CABO VERDE

Los departamentos de Agricultura de Cabo Verde y Canarias han suscrito un acuerdo para promover en Cabo Verde un plan de fomento del consumo de fruta y verdura en las escuelas y de promoción de hábitos de vida saludable, con el que se propone el acercamiento de los escolares a la cultura rural y a la agricultura de autoabastecimiento y respetuosa con el medio ambiente, mediante el fomento de huertos escolares y la elaboración de *compost* con los residuos que se obtienen del huerto y de los



comedores. En el proyecto participan distintas instituciones caboverdianas, además de las direcciones generales de Agricultura y Salud Pública del Gobierno

de Canarias, Gestión del Medio Rural (GMR), la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (ULPG) y la Universidad de La Laguna (ULL).

LA VACA AZUL



Claude, Katia y su personal multilingüe le dan la bienvenida a su restaurante en primera línea de mar. Aquí podrá disfrutar de sus especialidades de pescado local fresco, preparado por su reconocido chef mientras disfruta de sus privilegiadas vistas. Uno de los lugares de visita obligada en El Cotillo. T. 928 538 685 · Requena, 9 El Cotillo. Fuerteventura

CONCLUYE EL CURSO LA UTILIDAD DE LA QUÍMICA EN LOS FOGONES



El Chef Aridane Rivero cerró el Curso de la ULL *La utilidad de la química en los fogones*. Se mostraron técnicas de vanguardia como la esferificación y el uso del nitrógeno líquido. La empresa canaria SANPANI, consultora de normativa y sanidad para gastronomía y hostelería, patrocinó y organizó el evento. Alumnado ULL y profesionales de la gastronomía de ambas provincias disfrutaron del programa.

PAZ VEGA ESCOGE BRUNELLI'S EN SUS VACACIONES EN TENERIFE

Para coronar una interesante visita a Loro Parque, reconocido como mejor zoológico del mundo por los usuarios del prestigioso portal de viajes *TripAdvisor*, Paz Vega y su familia decidieron almorzar en Brunelli's, el mejor *steakhouse* de Tenerife.

Situado frente al Parque, en él pudieron disfrutar de una carne tierna y de un sabor incomparable. El restaurante es un auténtico *steakhouse* norteamericano que cumple ahora su segundo año de éxito en una ventana directa al majestuoso Océano Atlántico.

La actriz fue testigo de un ritual gastronómico con un *grill* único en Canarias: el *Southbend*, un horno de inducción a 800 grados que sella los poros de la carne para mantenerla tierna y jugosa por dentro y a la vez conservar todo su sabor.



La actriz Paz Vega con el equipo Brunelli's

A collage for Poco Loco restaurant. The background is a wide-angle shot of the restaurant's interior, showing a rustic wooden ceiling with exposed beams and several large, woven, basket-like pendant lights. The dining area is filled with tables and chairs, with many people seated and eating. In the top left corner, there is a circular logo for 'Poco Loco - RESTAURANT - GRILL' featuring a silhouette of a bull. In the top right corner, there is a decorative sign that reads 'ESPECIALIDAD EN - OUR SPECIALITY - CARNES A LA BRASA GRILLED MEAT' and 'RECETAS TRADICIONALES TRADITIONAL RECIPE'. In the bottom right corner, there is a business card with social media icons for TripAdvisor, Facebook, and a website URL, along with the address 'C/Aristides Hernandez Morán N°1 - Corralejo' and phone number '928 536 602'. There are also several smaller inset photos showing different parts of the restaurant, including a close-up of a grill with meat and a view of the kitchen area.

BRISA MARINA (JUAN EL MAJORERO) COCINA CANARIA Y DE MAR

No es exageración decir que es la terraza gastronómica más buscada de la nutrida rambla marítima de Playa Blanca. La fama de su buen ambiente y cocina se ha asentado desde lustros y su clientela ha crecido aún más desde que, aparte de su imponente cocina de mar, con la paella y otros arroces, incluyeron succulentos platos.

Propuestas como paletilla, pata y costillar de cochinillo lechal cocinados a baja temperatura (así como otros cortes de cerdo ibérico, presa, secreto y pluma...), o inusitadas carnes selectas como las chuletas de vaca vieja, que se sirven en los mejores asadores de España. Aquí, todo es calidad suprema conseguida por Juan el Majorero, su propietario, un aplicado a su dotada bodega climatizada.



Abierto de 10:00 a 23:00. Av. Marítima, 97-99. Playa Blanca.
T. 928 517 206. Facebook: Brisa Marina.
www.restaurantebrisamarina.com

DESCUBRE 100% PAN Y PASTELERÍA

100% Pan y pastelería no es tan solo una tienda con un obrador, es un presente y un futuro en la nueva pastelería moderna y de alta calidad en Tenerife.

Creamos y diseñamos nuestros productos de forma artesanal y con las mejores materias primas, de la mano de nuestro chef pastelero Alexis, *partner* del grupo Valrhona, prestigioso chocolate con el que elaboramos nuestros postres. Ofrecemos una amplia variedad de productos como el pan, la bollería diaria y la pastelería así como *snacks* y otros productos de confitería. Nuestro buen hacer y la experiencia son el reflejo de nuestros productos, atrévete a probar y repite con nosotros...



T. 922 138 247
La Graciosa, 4. Guía De Isora
Facebook: 100% pan – pastelería
Instagram: 100x100_panypasteleria

55€
LA CAJA

PVP RECOMENDADO: 90€

Martin Berasategui.



Familia Belasco

Desde 1580

De Padres a Hijos

BODEGAS Y VIÑEDOS



BUON APETIT

WWW.BUONAPETIT.COM

LAS MEJORES EXPERIENCIAS GASTRONÓMICAS

Martin Berasategui.

CAMPUSTAURU
100% TINTA DEL PAIS



Campustauru 100% Tinta del País, es el resultado de un largo trabajo liderado por Martin Berasategui, su equipo de sumilleres y el equipo enológico del grupo vinícola Familia Belasco, buscando una Tinta del País con personalidad que maride y refuerce a la mejor gastronomía. Este vino tiene su origen en los viñedos más frescos situados cerca del Río Duero. Los suelos son franco-arenosos con ligero contenido de cascajo. Color guinda picota intenso y brillante. Aroma muy intenso con sensaciones frutales de mora y arándanos integrados con una madera de calidad. Buena estructura y buena expresión frutal en boca, potente y con taninos maduros.

RIBERA DEL DUERO
DENOMINACIÓN DE ORIGEN

1 CAJA DE 6 BOTELLAS

ENVÍO A DOMICILIO GRATUITO

A TODAS LAS ISLAS

DISTRIBUIDOR EXCLUSIVO:

Cepa & Copa

MÁS INFORMACIÓN Y VENTAS EN

WWW.BUONAPETIT.COM

62875 1346



Por Raquel Álvarez

CANARIAS FORMA EXPERTOS EN AGRICULTURA SOSTENIBLE DE LA MACARONESIA



La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) ha destacado el papel que puede jugar el Archipiélago Canario como modelo de agricultura sostenible para la Macaronesia (además de Canarias, las islas de Cabo verde, Madeira y Azores).

Organizada por el Gobierno de Canarias, la Universidad de La Laguna (ULL), el Centro de Estudios Rurales y de Agricultura Internacional (CERAI)), el periodo de formación comienza este mes de octubre y contará con prácticas de cooperación en países como Cuba, Marruecos o Cabo Verde.

El programa tiene un fin claro: que las poblaciones de estos archipiélagos coman cada día más sano. Fomentar una dieta saludable basada en el consumo de frutas y hortalizas frescas, mayoritariamente de producción local, con un mínimo contenido de residuos de fitosanitarios, es el objetivo del PERVEMAC II, el proyecto de cooperación territorial enmarcado en el programa INTERREG MAC 2014-2020, que analiza los residuos de plaguicidas, micotoxinas y metales pesados en frutas, verduras, vino y cereales a través de muestras que se obtienen de producto final en puntos de venta. Además, investiga los riesgos sobre la salud de los consumidores de las regiones participantes y forma agricultores en un mejor uso de estos productos.

“El consumo del producto local no solo tiene las ventajas ya conocidas de cercanía (como menos emisiones por transporte, más sostenibilidad, frescura y calidad derivada de que el producto madure en la planta...) sino que además es un producto más seguro en lo que a cantidad de residuos de plaguicidas se refiere, lo que le aporta un valor añadido”, destacó Narvay Quintero, consejero de Agricultura, Pesca y Alimentación del Gobierno de Canarias.

Existen diferentes acciones como el manejo de la fertilización para lograr mejores suelos y plantas más fuertes y, por consiguiente, más resistentes a plagas y enfermedades; liberar insectos criados en insectarios que actúan como enemigos naturales de organismos nocivos; emplear trampas de feromonas que atraen

a los insectos para capturarlos y/o destruirlos; utilizar fitosanitarios de origen vegetal o mineral que se pueden llegar a elaborar de forma casera; aumentar la biodiversidad de los cultivos, etc.

La colaboración entre Canarias y Cabo verde en materia de agricultura persigue objetivos comunes, apunta Narvay Quintero: "Nos preocupa que la renta que perciben los productores sea una renta digna, que exista un agricultor profesional que pueda vivir del sector primario y que los demás sectores tiren de una actividad tan importante como es la generación de alimentos".

-

Narvay Quintero:

“El consumo del producto local ahorra emisiones por transporte, fomenta la sostenibilidad, es más fresco, de calidad y, sobre todo, más sano, con menos residuos de plaguicidas”

-

Esta actuación también contempla una encuesta de hábitos alimenticios en Cabo Verde, apoyada por análisis que permitirán evaluar el riesgo de estas sustancias en los consumidores, además de diferentes actuaciones divulgativas para fomentar una alimentación saludable, variada y equilibrada, basada en el consumo de frutas y verduras, la actividad física diaria para la prevención de la obesidad y de las Enfermedades No Transmisibles.

Por José Félix Hernández

TODO SOBRE MI SEGURO



Aunque de sobra sabemos que está totalmente prohibido circular sin él, en nuestro país existen más de 2,2 millones de vehículos sin el Seguro de Responsabilidad Civil Obligatoria, según el Fichero Informativo de Vehículos Asegurados (FIVA).

Pero en esta ocasión no quiero hablar de sanciones, sino resolver algunas de las preguntas más frecuentes que surgen cuando vamos a contratar el seguro de nuestro vehículo.

Lo primero que debemos saber es que la póliza de seguro no es otra cosa que un acuerdo o contrato entre la compañía de seguros y el asegurado, a través del cual este último recibe la cobertura de R.C.O. (Responsabilidad Civil Obligatoria) contratada por las lesiones físicas y los daños materiales en caso de accidente. Una vez aclarado el concepto, comienzan las preguntas:

¿Qué hago si ninguna compañía quiere asegurar mi coche?

Aunque no es habitual, si alguna vez nos encontramos en esta situación hay que acudir al Consorcio de Compensación de Seguros, una entidad pública adscrita al Ministerio de Economía y Competitividad que funciona como fondo de garantía ante determinadas circunstancias.

¿Cuándo comienza a ser efectiva la cobertura del seguro?

Algunas compañías aseguradoras activan la cobertura una vez firmado el contrato, pero otras no lo hacen hasta recibir el ingreso de la prima, por lo que es recomendable informarse al respecto.

¿Es obligatorio llevar el contrato del seguro en mi coche?

Desde octubre del año 2008, con la entrada en vigor del nuevo Reglamento del seguro no es obligatorio pero sí conveniente, ya que si el agente no pudiera efectuar la comprobación por vía telemática de la vigencia del seguro podría sancionarnos. Aunque con la acreditación posterior del recibo justificante de pago la denuncia quedaría archivada, nos ahorramos molestias innecesarias.

¿Debo incluir en el seguro a una persona que utiliza el vehículo ocasionalmente?

Si no somos los únicos que utilizamos el vehículo es aconsejable que en la póliza figuren todos los posibles conductores, tanto para garantizar los posibles daños a terceros ocasionados en un siniestro como los propios.

Si viajo al extranjero, ¿tiene validez mi seguro?

El seguro contratado en España es válido para circular en cualquier país miembro de la Comunidad Europea, pero es recomendable solicitar a nuestra compañía la denominada Carta Verde, un certificado acreditativo de que nuestro coche está asegurado fuera de su país de origen.

Deseo que nunca te veas en la necesidad de usar tu seguro. Conducir es uno de los mayores placeres, siempre que se haga con seguridad y responsabilidad.

NUEVO BINTAZO PARA DESTINOS INTERNACIONALES

A finales del mes de septiembre Binter lanzó un nuevo bintazo internacional, permitiendo así a los clientes de la aerolínea viajar por un precio más reducido desde Canarias a varios de los destinos internacionales operados por la compañía, en concreto la isla de Sal, Lisboa, Agadir, Marrakech y Madeira.

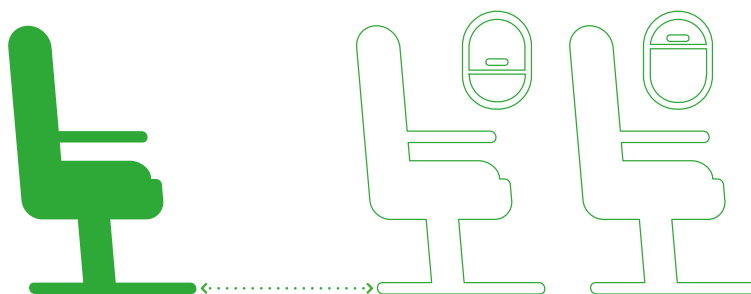
Los billetes, cuyo precio varía según las rutas, se han podido comprar desde 71 euros por trayecto al adquirir ida y vuelta, para volar entre el 1 de noviembre de 2017 y el 28 de febrero de 2018. La promoción puede adquirirse a través de los canales de venta habituales de la compañía: www.bintercanarias.com, la app de Binter, el teléfono 902 391 392, agencias de viajes y las oficinas de los aeropuertos, donde podrán consultarse las condiciones y precios de los distintos destinos.



YA PUEDES RESERVAR TU ASIENTO XL EN VUELOS INTERNACIONALES

Asientos XL

Reserva ahora tu asiento XL y disfruta de más espacio para un vuelo más cómodo



Dentro de su compromiso para ofrecer un mejor servicio a los clientes de la aerolínea, Binter ha comenzado a comercializar asientos XL en sus vuelos internacionales operados por reactores CRJ 1000. Los asientos XL, que estarán ubicados en las salidas de emergencia de la aeronave, disponen de un espacio mayor y son muy demandados por los pasajeros, pues pueden así disfrutar de más espacio para un

vuelo más cómodo. Esta opción ya está a disposición de los clientes de Binter en las rutas con los siguientes destinos internacionales: Dakar, Banjul, Isla de Sal, Lisboa, El Aaiún y Nuakchot. La comercialización de los asientos XL en las rutas internacionales supone un nuevo paso en la política de servicio al pasajero de Binter, con la que la compañía aérea persigue ofrecer los más altos estándares de calidad.

BINTER UNIRÁ TENERIFE Y LISBOA DOS VECES A LA SEMANA

Binter comenzará a volar a Lisboa desde Tenerife Norte a partir del 29 de octubre, una novedad que responde a las nuevas tendencias del mercado turístico.



En concreto, las conexiones entre Tenerife y Lisboa se realizarán los jueves y los domingos, facilitando a su vez las conexiones desde el resto de las Islas para enlazar con este vuelo.

Los horarios serán los mismos los dos días. El vuelo despegará a las 12:00 horas desde el aeropuerto de Tenerife Norte y aterrizará a las 14:05 horas en Lisboa, de donde despegará a las 15:15 horas para aterrizar de nuevo en Tenerife Norte a las 17:30 horas.

Estos trayectos los realizarán las nuevas aeronaves de Binter CRJ1000, un modelo de avión que se adapta muy bien a

la operativa de los destinos internacionales más lejanos de la compañía aérea.

Actualmente, la aerolínea canaria ofrece cuatro enlaces semanales con Portugal, dos con Lisboa y otros dos con Madeira, que se refuerzan durante la temporada de verano para satisfacer el incremento en la demanda.

En sus destinos internacionales, Binter apuesta por mantener sus elevados niveles de calidad en el servicio al pasajero, que se reflejan tanto en la modernidad y comodidad de su flota, como en el servicio a bordo y en la posibilidad de disfrutar de clase *business* en algunas de sus conexiones.

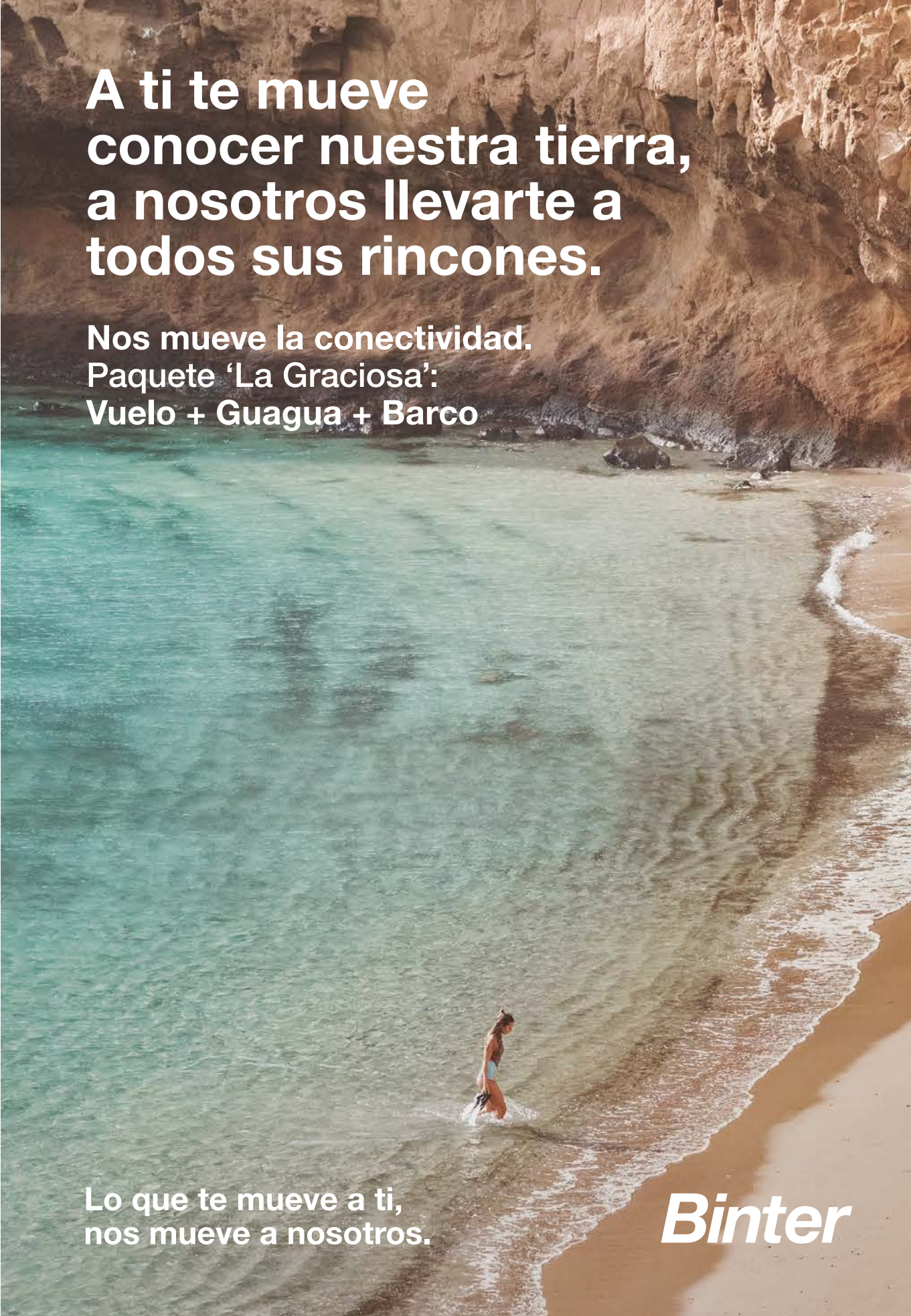
Por Jezabel Artiles
Fotografía por Jugoplastika

SAID MUTI, UN ROCKERO QUE VUELA ALTO

De madre canaria y padre palestino, el músico y compositor Said Muti comenzó a hacer canciones en el instituto. Fruto de una campaña de micro mecenazgo nació su trabajo *De tripas rock'n'roll*, que le ha llevado a ser telonero de Elton John en su concierto en Gran Canaria. Viaja por Canarias gracias a su música, así que es habitual verlo en el aeropuerto con todo su séquito y, sobre todo, sus guitarras. Se declara fan del Servicio a bordo de verano, "principalmente, del donuts". Sin duda, un rockero con buen gusto... En diciembre cerrará su año musical con un concierto en el Auditorio Alfredo Kraus.

Captura este código en tu móvil y disfruta de la entrevista completa





**A ti te mueve
conocer nuestra tierra,
a nosotros llevarte a
todos sus rincones.**

**Nos mueve la conectividad.
Paquete 'La Graciosa':
Vuelo + Guagua + Barco**

**Lo que te mueve a ti,
nos mueve a nosotros.**

Binter



Información anticipada de ofertas

Los clientes BinterMás se benefician de ofertas y promociones de forma anticipada.



Atención telefónica personalizada

Resuelva sus dudas y gestione todo lo relacionado con su tarjeta en el teléfono 902 391 392.



Prioridad en la lista de espera

Como cliente BinterMás, dispone de preferencia en la lista de espera de vuelos de Binter.



Promociones en exclusiva

Más de 30 empresas asociadas donde podrá disfrutar de promociones y ofertas exclusivas.

Grandes ventajas Grandes satisfacciones



Y si quiere más comodidad, descargue la aplicación de Binter para iPhone o Android, donde podrá gestionar su check-in online, actualizar sus datos y consultar sus movimientos.

 App Store  Google Play

UN MUNDO DE VENTAJAS, EN MÁS DE 30 EMPRESAS ASOCIADAS...

BinterMás

VUELOS



BINTER
902 391 392
bintercanarias.com
Obtención: de 100 a 1.000 puntos



IBERIA
902 400 500
iberia.com
Obtención: de 75 a 300 puntos



CICAR
+34 928 822 900
cicar.com
Obtención: de 40 a 100 puntos



AVIS
902 135 531
avis.es
Obtención: de 50 a 75 puntos



DISA
902 411 515
disagrupo.es
Obtención: hasta 50 puntos

ALOJAMIENTOS



ARRECIFE GRAN HOTEL & SPA
+34 928 800 000
aghotelspa.com
Obtención: 300 puntos



BARCELÓ HOTEL GROUP
902 101 001
barcelo.com
Obtención: de 125 a 400 puntos



HOTEL CORDIAL MOGAN PLAYA
+34 928 143 393
becordial.com
Obtención: 330 puntos



DREAMPLACE HOTELS & RESORTS
902 210 902
dreamplacehotels.com
Obtención: de 200 a 600 puntos



DUNAS HOTELS & RESORTS
902 142 828
hotelesdunas.com
Obtención: de 250 a 450 puntos



GLORIA THALASSO & HOTELS
+34 928 128 505
gloriapalaceth.com
Obtención: de 300 a 430 puntos

FINANZAS



BANKINTER
901 116 206
bankinter.es



BINTERMÁS PLATINUM
902 502 972
Obtención: 1 punto por 3€

VUELOS + HOTEL



CANARIASVIAJA
902 003 949
canariasviaja.com
Obtención: 1 punto por 1€



CANARIENSIS
900 252 423
aldeasa.com
Obtención: 120 puntos por 30€

BIENESTAR



TALASOTERAPIA LAS CANTERAS
+34 928 271 170
talasoterapialascanteras.com
Obtención: 40 puntos/circuito

GOLF



EL CORTIJO CLUB DE CAMPO
+34 928 711 111
elcortijo.es
Obtención: de 100 a 200 puntos



GOLF CLUB FUERTEVENTURA
+34 928 160 034
fuerteventuragolfclub.com
Obtención: de 100 a 200 puntos



SALOBRE GOLF RESORT
+34 928 94 30 04
salobregolfresort.com
Obtención: 100 puntos

EXPERIENCIAS



NEO EXPERIENCE
902 088 949
neoxperience.es
Obtención: de 20 a 240 puntos

SOCIAL



UNICEF
+34 928 269 293
unicef.es
Donativos de 300 o 500 puntos



GOLD BY MARINA
+34 928 948 555
goldbymarina.com
Obtención: 100 puntos



GRAN HOTEL ATLANTIS BAHÍA REAL
+34 928 537 153
atlantisbahiareal.com
Obtención: 600 puntos



GRANTURAL
+34 928 363 858
granturalcanarias.com
Obtención: de 125 a 275 puntos



HOTELES ELBA
902 172 182
hoteleselba.com
Obtención: de 140 a 800 puntos



HOTEL PARQUE TROPICAL
+34 928 774 012
hotelparquetropical.com
Obtención: 200 puntos



LOPESAN HOTELS & RESORTS
902 450 010
lopesan.com
Obtención: de 150 a 325 puntos



MELIÁ HOTELS INTERNATIONAL
902 144 444
melia.com
Obtención: de 100 a 200 puntos



PARADORES
902 547 979
parador.es
Obtención: de 175 a 225 puntos



R2 HOTELS
+34 928 546 054
r2hotels.com
Obtención: de 200 a 300 puntos



SHERATON FUERTEVENTURA BEACH, GOLF & SPA RESORT
+34 928 495 100
sheraton.com/fuerteventura
Obtención: 640 puntos



SHERATON GRAN CANARIA SALOBRE GOLF RESORT
+34 928 943 000
sheratongrancanaria.com
Obtención: 300 puntos

Puede consultar las condiciones completas de obtención y utilización de puntos en bintermas.com o en el 902 391 392.



Occidental Lanzarote Mar.

BARCELÓ HOTEL GROUP

SUME PUNTOS x2

Alójease durante el mes de octubre en esta selección de hoteles Barceló y sume el doble de puntos con sus estancias.

Occidental Lanzarote Mar 4* 175+175 puntos/noche
Occidental Jandía Mar 4* 175+175 puntos/noche
Occidental Santa Cruz 4* 100+100 puntos/noche

barcelo.com
 902 101 001

Validez octubre 2017.



DUNAS HOTELS & RESORTS

SUME PUNTOS x2

Durante el mes de octubre puede sumar el doble de puntos en el hotel solo para adultos Dunas Don Gregory, recientemente reformado.

Hotel Dunas Don Gregory 4* 500+500 puntos/noche.

hotelesdunas.com
 902 142 828

Validez octubre 2017.

Tenerife

Vive La Laguna...

Desde

3500+90 €

Puntos BinterMás Por persona

Vuelo + Hotel 4*

¡Precio final sin sorpresas!

La Laguna Gran Hotel 4*

3 Días / 2 Noches

Doble Deluxe

Solo alojamiento

Precio por persona residente en Canarias desde Gran Canaria en base a ocupación doble. Válido para canjear en octubre. Sujeto a disponibilidad.

BinterMás

Compra on-line o llama
al 922 24 81 61

Acumule y use puntos BinterMás con:

canariasviaja.com

Canariasvi@ja - Agencia de viajes - AV-0000094-2/13 C. El Pilar 28 - Local A - Entresuelo 38002 - S/C de Tenerife



**IBEROSTAR
HOTELS & RESORTS**

UTILICE PUNTOS 20% DESCUENTO

Utilice sus puntos y disfrute de este magnífico descuento en el emblemático IBEROSTAR Grand Hotel Mencey de Santa Cruz de Tenerife.

	Antes	Ahora
Habitación doble	15.000	12.000

iberostar.com
902 995 555

Validez octubre 2017.



**HOTEL CORDIAL
MOGÁN PLAYA**

SUME PUNTOS x2

Sume hasta 660 puntos/noche con su alojamiento en el Hotel Cordial Mogán Playa, situado en el pueblo pesquero de Mogán.

Habitación doble	330 + 330 puntos/noche
-------------------------	-------------------------------

becordial.com
+34 928 143 393

Validez octubre 2017.



CICAR

BENEFICIO EXCLUSIVO UPGRADE

Presente su tarjeta BinterMás al reservar su coche y no se conforme con alquilar un vehículo inferior¹. Aproveche el beneficio exclusivo que BinterMás pone a su disposición y disfrute de más espacio y mayor confort en su alquiler de coche con CICAR.

cicar.com
+34 928 822 900

Validez octubre 2017. 1.- Sujeto a disponibilidad y fechas de alta demanda.

**A ti te mueve
una aventura,
a nosotros que
nada te falte
para cumplirla.**

**Nos mueve el servicio.
Solución 'Puerta a puerta'
para equipos deportivos.**



**Lo que te mueve a ti,
nos mueve a nosotros.**

Binter

Menú de cortesía en los vuelos internacionales

International flights complimentary menus

MENÚ SNACK* | SNACK MENU*

SNACK DULCE | SWEET SNACK

Menú Infantil	Kids Menu
Pan de leche	Milk roll
Palitos con queso fundido	Cream cheese with bread sticks
Mermelada de fresa	Strawberry jam
Nocilla	Nocilla chocolate spread
Galletas digestive	Digestive biscuits



SNACK SALADO | SAVOURY SNACK

Sándwich/Focaccia	Sandwich/Focaccia
Paté de pescado	Fish pate
Crema de queso para untar	Cream cheese
Crackers	Crackers
Galleta de chocolate	Cocoa biscuits



SNACK IBÉRICO | IBERIC SNACK

Ibéricos	Iberian assortment
Picos de pan	Bread sticks
Paté	Pate
Crema de queso para untar	Cream cheese
Crackers	Crackers
Galleta de chocolate	Cocoa biscuits



BAR | BAR

Vino, cervezas, refrescos, zumos de piña y naranja, agua, café y té.
Wine, beers, soft drinks, juices (pineapple, orange), water, coffee, tea.

MENÚ SÁNDWICH | SANDWICH MENU



Sándwich	Sandwich
Zumos de piña y naranja	Juices (pineapple, orange)

* Menú sujeto a modificación por cambios de la operativa.
* Products may vary due to flight changes.

Binter

Conectando emociones

180 vuelos diarios — 2,7 millones de pasajeros al año
8 destinos interinsulares — 12 destinos internacionales

Interinsulares

Islas Canarias: *El Hierro, La Palma, La Gomera, Tenerife, Gran Canaria, Fuerteventura, Lanzarote y La Graciosa*

Binter Cabo Verde

Sal, Santiago, San Vicente, Boavista, Fogo, San Nicolás y Maio

Internacionales

Marrakech – *Jueves y domingos*

Agadir – *Lunes, miércoles y viernes*

El Aaiún – *Martes, jueves, viernes, sábados y domingos*

Lisboa – *Jueves y domingos*

Cabo Verde – *Martes y viernes*

Madeira – *Jueves y domingos*

Dakar – *Lunes, miércoles, jueves y viernes*

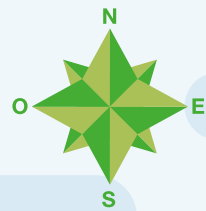
Banjul – *Sábados*

Nuakchot – *Lunes, miércoles y sábados*

Dajla – *Miércoles y sábados*

* Casablanca: *jueves y domingos de verano*

* Azores: *martes, jueves y sábados. Operado por SATA*



Actualizado a septiembre 2017



www.elixa.net



ELIXA



Distribución exclusiva en Islas Canarias: **JP7 Hora Canaria** office@jp7horacanaria.com www.jp7.es



coarco
FERRETERÍAS DE CANARIAS

50
AÑOS
1967-2017

Más de
200 Puntos
de venta

Concepto
de tiendas

2 Almacenes:

Tenerife: 18000 m2
Las Palmas: 7000 m2

1500
Proveedores

5000
artículos de
marca propia

Central de
compras
y pagos

50
AÑOS
1967-2017

DESDE EL
PRINCIPIO
CONTIGO

