

# NT



## VOLAMOS JUNTOS

Elfidio Alonso - Fashion Weekend Gambia  
Gastronomía de Madeira - Maio - Dindefelo - Santi Concepción jr.  
Fagajesto - Charco de La Laja - Recetario navideño



Heineken

Heineken

Heineken® recomienda el consumo responsable. Vol 5°



# ELABORADA POR UNA FAMILIA, DISFRUTADA POR TODO EL MUNDO



EST 1873  
**Heineken®**



**VISITA NUESTRAS TIENDAS**

- Las Palmas de G.C.**
- C.C. El Mirador + **walk!**
  - C.C. Las Arenas
  - C.C. 7 Palmas
  - C.C. El Muelle
  - C.C. Alisios
- Telde**
- C.C. Outlet Las Terrazas

- Playa del Inglés**
- C.C. Cita + Outlet
  - C.C. Yumbo
  - C.C. Tropical
- Meloneras**
- C.C. Varadero
  - C.C. Boulevard Faro
- Mogán**
- Playa de Mogán

- Santa Cruz de Tenerife**
- C.C. Añaza
- Puerto de la Cruz**
- Av. de Colón 12
  - Av. de Colón 16
  - San Telmo - **walk!**
- Adeje**
- C.C. Galeón + Outlet

- Costa Adeje**
- Casino
  - Villamar
- Playa de Las Américas**
- C.C. Vistasur
  - Carlota
- Playa de La Pinta**
- Colón



# Momentos para compartir love Christmas

**FUND GRUBE**  
SHOPPING IN PARADISE

#### Morro Jable

- C.C. Palm Garden
- Buganvilla - **walk!**

#### Corralejo

- C.C. Las Palmeras
- C.C. Campanario
- Corralejo - **walk!**

#### Puerto del Carmen

- Fariones
- Av. de las Playas

#### Playa Blanca

- Yaiza
- C.C. Rubicón
- Rubimar
- Limones - **walk!**

#### Costa Teguisé

- Calle Las Olas
- Teguisé - **walk!**

#### Mallorca

- Port d'Alcudia

TUS COMPRAS ONLINE EN

**SHOP ONLINE**  
fundgrube.es





Poema  
del Mar  
AQUARIUM

## POEMA DEL MAR TE INVITA A DESCUBRIR TODOS LOS SECRETOS DEL PLANETA AZUL

Un magnífico viaje por los cinco continentes a través de las diferentes especies que aquí habitan. Sus visitantes podrán pasear por la Jungla junto a peces goliath, tortugas de agua dulce y cocodrilos. En la zona de Playa podrán adentrarse en el mundo Nemo rodeados de peces payaso con sus llamativos colores. El broche final lo pone Deep Sea, un lugar que no deja a nadie indiferente gracias a la mayor ventana curva de exposición que existe en el mundo -su cristal tiene unas medidas de 36 metros de ancho por siete metros de altura y 39 centímetros de grosor-, donde podrán observar los tiburones y rodearse del océano profundo.

Adquiere tu entrada en [poema-del-mar.com](http://poema-del-mar.com)



Muelle Sanapú. Las Palmas de Gran Canaria.  
Venta de entradas en taquilla o en la web: [poema-del-mar.com](http://poema-del-mar.com)

Garantía  
**LORO PARQUE**

# LORO PARQUE

(Puerto de la Cruz, Tenerife)

Loro Parque te abre las puertas a un impresionante espacio de biodiversidad donde descubrirás la naturaleza como nunca la habías visto. En el reconocido como el zoológico número # 1 del mundo por segundo año consecutivo según Tripadvisor, conocerás la reserva de especies y subespecies de papagayos más diversa del planeta y especies como los pingüinos de la Antártida, los leones africanos y los pandas rojos. Este otoño viene cargado de sorpresas con la llegada de los impresionantes hipopótamos pigmeos y la reciente inauguración del novedoso Jardín Zen. Además, aprenderás todo acerca de los delfines, los leones marinos y las orcas en sus presentaciones al público. Como zoo moderno, Loro Parque vela tanto por el bienestar y la conservación animal como por la preservación del planeta a través de la utilización de energías renovables y la eliminación del plástico de un solo uso dentro de sus instalaciones. Tanto en familia o en pareja como con amigos, es visita obligatoria si estás en Tenerife.

Adquiere tu entrada en [loroparque.com](http://loroparque.com)



TRAVELLERS' CHOICE™ WINNER N° 1 EN EL MUNDO

# SIAM PARK

(Costa Adeje, Tenerife)

Nombrado por quinto año consecutivo como mejor parque acuático del mundo, Siam Park propone a sus visitantes una oferta completa de entretenimiento para todos los gustos. Consigue el relax más absoluto disfrutando de la playa de arena blanca Siam Beach o de la exclusividad de las cabañas VIP, que harán de tu estancia una experiencia inolvidable. Para los amantes de la adrenalina, la emoción está asegurada con Tower of Power, nuestro impresionante tobogán de 28 metros que termina su recorrido bajo el acuario gigante, o Singha, una montaña rusa acuática con curvas de alta velocidad y 14 cambios de dirección. Como novedad, dos nuevas atracciones: Patong Rapids, con un trayecto de más de 235 metros lleno de curvas y saltos, y Coco Beach, una zona infantil para que padres e hijos puedan vivir una experiencia única. Todo esto, en un entorno paradisíaco y con un servicio de máxima calidad.

Adquiere tu entrada en [siampark.net](http://siampark.net)



# STAFF

## DIRECCIÓN

Juan Manuel Pardellas · [director@barabaracomunicacion.com](mailto:director@barabaracomunicacion.com)

## REDACCIÓN

Sylvia Madero · [redaccion@barabaracomunicacion.com](mailto:redaccion@barabaracomunicacion.com)

## CORRECCIÓN

Lavadora de textos

## COLABORADORES EN ESTE NÚMERO

Enrique Areilza, David Sendra Domènech, Juan José Ramos Melo, Addict Be Iconic, Aarón Rodríguez González, Amalia Márquez, Álvaro Morales, Cristina Torres Luzón, Jesús Villanueva Jiménez, Diego Ojeda, Francisco Belín.

## DIRECCIÓN CREATIVA Y MAQUETACIÓN

great · [greatttt.com](http://greatttt.com) · [estudio@greatttt.com](mailto:estudio@greatttt.com)

## DIRECCIÓN DE FOTOGRAFÍA

Rocío Eslava

## FOTO DE PORTADA

Binter

## FOTOGRAFÍAS

Rocío Eslava, Dominic Dähncke, Juan José Ramos Melo, Juan Álvaro, Marta Purriños, Aida Rivero, Alex Díaz, Pablo Alberto Pérez, Amalia Márquez.

## ILUSTRACIONES

Beatriz Pérez, Ilustre Mario, Tom Eigenhufe, David Ferrer.

## PUBLICIDAD

[publicidad@barabaracomunicacion.com](mailto: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](http://www.bintercanarias.com) · Facebook · Twitter · Instagram · [www.revistabinter.com](http://www.revistabinter.com)

NT es una producción de BARA-BARA 3.0 SL exclusiva para BINTER. BARA-BARA 3.0 S. L.

Calle Puerto Escondido, 5, 6.º izda. 38002. Santa Cruz de Tenerife (922 897 517).

Escribenos a [buzon@barabaracomunicacion.com](mailto:buzon@barabaracomunicacion.com).

BINTER y BARA-BARA 3.0 S. L. no se hacen responsables de los contenidos publicitarios ni de 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 S. L.

## IMPRIME

Gráficas Sabater S. L.

Con la asistencia técnica de 2informática

El ganador de la encuesta de NT 186 es IRENE ÁNGELES GARCÍA HERNÁNDEZ

El ganador de la encuesta de NT 187 es EDUARDO CARDONA GARCÍA

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

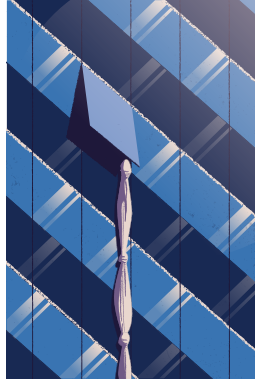


# SUMARIO

**24**  
Elfidio Alonso  
Entrevista



**28**  
El informe del mes  
Economía



**32**  
Gambia  
Destino internacional



**38**  
Saborea Madeira  
Destino internacional



**44**  
Maio  
Destino internacional



**52**  
Dindefelo  
Destino internacional



**62**  
Santi Concepción jr.  
El rincón de...



**66**  
Fagajesto  
Senderos



**70**  
El Hierro  
End-to-end



**72**  
Charco de La Laja  
Playas



**76**  
Discapacidad  
Salud



**102**  
Recetario navideño  
Gastronomía



# VOLAMOS JUNTOS

**Y como volamos juntos, juntos vamos a hacer balance de este año que se acaba y juntos vamos a ver lo que nos va a traer el próximo 2019.**

**El 2018 que termina ha sido muy importante para Binter: si todo sale bien, será el año en el que alcanzaremos nuestra cifra récord de pasajeros. Al efecto del aumento de la subvención interinsular se han sumado tanto los crecimientos en nuestras rutas internacionales como la aportación de las dos rutas nacionales que abrimos en verano. Vamos a superar con mucho los tres millones de pasajeros.**

**Este año hemos establecido una ruta entre las islas de Porto Santo y Madeira, lo que, unido a la consolidación de nuestras operaciones en Cabo Verde, nos sitúa como los líderes indiscutibles en el transporte aéreo interinsular en la Macaronesia.**

**Como todos los años, hemos creado empleo de calidad, hemos impartido miles de horas de formación, hemos recibido nuevos aviones ATR 72 para renovar nuestra flota y hemos continuado en nuestro empeño de ofrecerles a ustedes el mejor servicio.**

**Si 2018 nos ha dado grandes alegrías, el venidero 2019 no se va a quedar atrás. Para empezar, nos pondremos todos guapos para celebrar el trigésimo aniversario de la compañía. Treinta años volando juntos. Queremos celebrarlo con ustedes como la ocasión lo merece. Ya estamos con los preparativos, aunque yo no puedo desvelarles, por ahora, las sorpresas que preparamos. Fue el 26 de marzo de 1989 cuando Binter Canarias, que entonces era una empresa de aviación regional perteneciente a Iberia, comenzó a unir las islas del archipiélago canario. En aquella época la compañía realizaba 18 vuelos diarios con aviones Casa CN 235, para conectar Gran Canaria,**

Fuerteventura, La Palma y Tenerife. Hoy, con capital 100% canario y más de 1500 empleados, operamos 180 vuelos diarios de media para transportar a los 3 400 000 pasajeros que en 2018 habrán volado con nosotros.

-

***Hemos cerrado un contrato con Embraer para adquirir reactores regionales E195 E2, los primeros que llegarán a Europa, con capacidad para 132 pasajeros y con los que pretendemos dar mejor servicio a nuestros clientes***

-

Toda esta operativa la realizamos, además, con una flota de aviones y de equipos de *handling* que renovamos constantemente: cada año invertimos decenas de millones de euros en mantener en Canarias una flota moderna, cómoda y energéticamente eficiente.

Y hablando de flota, en estos días habrán visto ustedes en los medios de comunicación que hemos cerrado un contrato con Embraer para adquirir reactores regionales E195 E2, los primeros que llegarán a Europa, con capacidad para 132 pasajeros y con los que pretendemos dar mejor servicio a nuestros clientes a la vez que abrir nuevas rutas internacionales. Un enorme desafío para nosotros del que, con su ayuda y confianza, saldremos victoriosos.

Gracias por volar con Binter y muy felices fiestas.

Rodolfo Núñez  
Vicepresidente

## ARBENTIA IMPLANTA CON ÉXITO LA SOLUCIÓN AL SII EN LAS ISLAS CANARIAS

El Suministro Inmediato de Información entrará en vigor el 1 de enero de 2019, obligando a las empresas afectadas a establecer comunicaciones con la sede electrónica de la Agencia Tributaria Canaria.

En Arbentia, firma internacional de consultoría con equipo técnico y funcional en Las Palmas de Gran Canaria, hemos desarrollado la solución a este problema, adaptable a cualquier *software* de gestión e implantada con éxito en nuestros clientes.

Si aún no has resuelto el SII en tu empresa y no quieres exponerte a duras sanciones todavía estás a tiempo.

Arbentia (Domingo Alonso Group) es *Gold Partner* de Microsoft Dynamics,



especialista en implantación de soluciones ERP, CRM, Movilidad, Proyectos WEB, *Business Intelligence* y soluciones sectoriales.

[sii@arbentia.com](mailto:sii@arbentia.com)

T. +34 902 676 875

C/Eduardo Benot, 35. Edificio Woermann  
Las Palmas de Gran Canaria



SERVICIO | EMPRESAS

Conocemos las necesidades del tejido empresarial canario

 **cajasiete**

## EL 81 % DE LAS EMPRESAS HAN SIDO COMPROMETIDAS EN ALGÚN ATAQUE EN LOS ÚLTIMOS DOS AÑOS



Comprueba la seguridad de tu compañía con nuestros servicios de *hacking* ético. Mejoramos la seguridad de tus aplicativos web, redes internas o accesos externos hacia la empresa. Nuestros profesionales simulan el comportamiento de cibercriminales cuando intentan acceder a los sistemas de una empresa.

Contáctanos en el 900 838 167 o en [clientes@opendatasecurity.io](mailto:clientes@opendatasecurity.io).

## ALOE PLUS LANZAROTE, GALARDONADA POR LOS PREMIOS INNOBANKIA



La empresa de cosméticos naturales Aloe Plus Lanzarote ha sido reconocida por los Premios InnoBankia, en su categoría de Premio Especial Indicex a la Digitalización, por su competitividad y estrategia digital. Estos galardones se han entregado con el objetivo de dar visibilidad a los proyectos empresariales que se desarrollan en las Islas. Más información en [www.aloepluslanzarote.com](http://www.aloepluslanzarote.com).

**CUNI**  
**ASOCIADOS**  
RRHH & MK | DESDE 1990

EL POTENCIAL  
DE LAS  
PERSONAS  
ES NUESTRA

**PASIÓN**

- Consultoría de Recursos Humanos
- Formación en habilidades interpersonales
- Selección de talento
- Transformación digital y Marketing
- Teambuilding para empresas
- Metodologías ágiles

## EL FUTURO ES AHORA



Estudiar en la Escuela Universitaria de Turismo de Santa Cruz de Tenerife (EUTUR) es apostar por una titulación oficial impartida por un equipo docente altamente cualificado que se completa con prácticas en empresas, actividades *outdoor* y bolsa de empleo. Llevan 50 años formando profesionales y actualmente han sido distinguidos con la medalla de oro de la capital tinerfeña por su labor docente.

Infórmate: 922 225 006 [secretaria@eutur.es](mailto:secretaria@eutur.es)  
[www.eutur.es](http://www.eutur.es)

## HIBELIA, APUESTA SEGURA POR LA HIGIENE



Hibelia le ofrece profesionalidad y seguridad en la higiene de su negocio. Legionela, control de plagas, seguridad alimentaria, entre otros, son los servicios que realizamos. Con más de 17 años en el sector y siendo la primera empresa en Canarias auditada en la ISO 9001:2015 por Lloyd's Register Quality, le garantizamos la mejor relación calidad-precio.

Más información: 928 728 474  
[www.hibelia.com](http://www.hibelia.com)



## Nuestra casa a medida

“Después de buscar sin éxito la casa de mis sueños me hablaron de Díaz y Muñoz Arquitectos. Me encontraron un solar fantástico, diseñaron la casa a mi gusto, me consiguieron la financiación y ya la tengo por mucho menos de lo que pensaba”

Javier Martínez. San Agustín. Gran Canaria.



Ofrecemos a nuestros clientes la posibilidad de hacer la vivienda que siempre han soñado con un diseño exclusivo y eficiente. Infórmate en nuestra web o llamando a la centralita.

**Díaz y Muñoz**  
arquitectos  
[dymarquitectos.com](http://dymarquitectos.com)  
T. 928 401 821

## ROLEX ATERRIZA EN TENERIFE

El 20 de diciembre Ideal Joyeros inaugura en el Centro Comercial Plaza del Duque una nueva boutique en sus instalaciones. Se trata del primer establecimiento Rolex en Canarias, y una de las cuatro que la firma posee en todo el territorio nacional.

En este espacio, de unos 150 metros cuadrados, se ha aplicado el concepto de decoración que la marca ha ideado para sus boutiques en Barcelona, Madrid, Tokio, París, Milán, Berlín y Hong Kong, de diseño armónico, funcional y original al mismo tiempo. El objetivo, además de crear un agradable ambiente, es reflejar la excelencia que Rolex busca no solo en sus relojes, sino en todo lo que le rodea. Este nuevo concepto está impreso en cada mueble, en la gama de colores tierra, dorado y ese verde tan caracterís-



tico de la marca y en los materiales, con mármol "Crema Marfil", de las montañas de El Coto y Zafra, en España, y cálida madera de nogal para paredes.

Pase momentos extraordinarios en un lugar donde todo cobra sentido. Con funciones pensadas a conciencia.



dD Interiores Canarias  
C/Francisco Gourié 23  
35002 Las Palmas de Gran Canaria  
Tel. 928 382 896  
[www.bulthaup.com](http://www.bulthaup.com)

## 'WEDDING GLAM' DEL HOTEL BOTÁNICO INVITA A LAS PAREJAS A DESCUBRIR SUS BODAS DE ENSUEÑO

El Hotel Botánico \*\*\*\*GL & The Oriental Spa Garden de Puerto de la Cruz ha celebrado recientemente *Wedding Glam*, una tarde de puertas abiertas para las parejas que tienen planes de casarse.

Esta actividad les ha permitido conocer cómo se organizan, se decoran y se realiza el montaje de las bodas en este prestigioso hotel, reconocido por sus 40 años de historia de excelencia, servicio y trayectoria en celebraciones tan importantes. Así, las parejas han disfrutado, de la mano de los mejores profesionales del sector, de toda una tarde de sorpresas, sorteos y degustaciones.

Además, *Wedding Glam* ha contado con la participación de distintas empresas destacadas en la planificación de bodas.



**BIOSFERA PLAZA**

www.biosferaplaza.es  
Tel.: +34 928 515 368



José Francisco Hernández, Alcalde de Tías inaugurando el encendido navideño y María Jose Ortega Monzón, Gerente del CC Biosfera Plaza.

## CC Biosfera Plaza, un año para recordar

El CC Biosfera Plaza, gestionado por el grupo Archigestion, líderes en gestión de centros comerciales en Canarias, "cierra el año con el 100 % de sus locales comercializados, un centro renovado y con una propuesta de ocio única en la Isla", afirma María José Ortega Monzón, gerente del CC Biosfera Plaza.

Ocho nuevas incorporaciones del sector del *retail*, el ocio y la restauración hacen que, junto con su dinámica agenda de ocio, el Centro Comercial

Biosfera Plaza lidere el pódium dentro de los mejores centros comerciales de Canarias.

"Tener una misión y una visión clara del rumbo de un centro comercial es clave para su éxito o su fracaso", añade María José Ortega Monzón. La búsqueda continua para ofrecer experiencias diferentes y excelencia de sus servicios, junto con una mezcla comercial exclusiva, hacen que este pequeño centro comercial se haya convertido en un punto de encuentro clave para residentes y turistas de la isla de Lanzarote.





**xtrAvans.com**  
Renting flexible



**Así somos.**

**Código descuento:  
XMAS18**

**TU RENTING FLEXIBLE EN CANARIAS.**

La solución de movilidad ideal para las empresas o autónomos de cualquier sector que necesitan un vehículo comercial.



Member of **DOMINGO ALONSO GROUP**

# SOMOS LO QUE SOMOS GRACIAS A TI

Querido viajero/a:

Un año más, Movistar ha sido elegido, masivamente, por los canarios como el operador de referencia en sus comunicaciones de voz y datos, así como para su entretenimiento diario.

Hemos llegado con nuestra fibra óptica de 600Mb a 600000 hogares de Canarias, con la mejor oferta de contenidos para tu hogar y tu empresa. Actualmente tenemos acumulados en Canarias más de 150000 kilómetros de fibra desplegada y damos la mejor cobertura móvil a través de más de 1032 estaciones base, que nos permiten comunicarnos entre nosotros y con el resto del mundo, con calidad y con seguridad.

Este año la serie *Hierro* ha sido grabada íntegramente en nuestra tierra y la podremos ver en 2019 en Movistar +, así como los dos capítulos que emitimos el pasado año del programa *Maraton Man*, de Raúl Gómez, que muestra la belleza de nuestro archipiélago.

Siempre con la vocación de unir Canarias, este año los alumnos de cocina de diferentes centros de formación realizamos una interpretación del puchero canario,

coordinado por el chef Ferran Adrià en directo desde nuestras ocho islas.

Todo este esfuerzo realizado por la familia Telefónica en Canarias, compuesta por 500 empleados directos y 1100 de nuestras empresas colaboradoras, ha sido motivado con un único objetivo, servirte a ti y a Canarias.

Seguro que también hemos cometido errores, de los que intentamos aprender, corrigiéndolos, para seguir esforzándonos en conseguir lo mejor y así poder afrontar con éxito todos los retos que como sociedad tendremos en los próximos años. Estoy absolutamente convencido de que juntos lo conseguiremos.

Quiero aprovechar la ocasión, en estas fechas entrañables, para desearte, en nombre de todos los que formamos Telefónica en Canarias, unas muy felices fiestas y un próspero 2019.

Muchas gracias por seguir confiando en nosotros como tu operador de telecomunicaciones.

**Juan Flores**  
Director de Telefónica en Canarias



\*\*\*\*

SILKEN  
SAAJ  
LAS PALMAS  
GRAN CANARIA

# Silken aterriza en Las Palmas de Gran Canaria

*El hotel boutique más singular de Canarias*

HOTELES  SILKEN

## 32 hoteles en 25 destinos

### Andorra

- Insitu Eurotel Andorra

### Baqueira-Beret

- Chalet Bassibe by Silken

### Barcelona

- Concordia Barcelona
- Ramblas Barcelona
- St. Gervasi Barcelona
- Viladomat by Silken

### Bilbao

- Indautxu Bilbao

### Burgos

- Gran Teatro Burgos

### Calafell

- Canada Palace

### Ciudad Real

- Alfonso X Ciudad Real

### Gijón

- Ciudad Gijón

### Las Palmas de Gran Canaria

- Saaj Las Palmas

### Lekeitio

- Palacio Uribarren Lekeitio

### León

- Luis de León

### Lleida

- Ciudad de Lleida by Silken

### Logroño

- Los Bracos by Silken

### Madrid

- Puerta Madrid
- Serrano by Silken
- Torre Garden Madrid

### Oviedo

- Monumental Naranco Oviedo

### Salamanca

- Rona Dalba Salamanca

### San Sebastián

- Amara Plaza San Sebastián

### Santa Cruz de Tenerife

- Atlántida Santa Cruz

### Santander

- Coliseum Santander
- Río Santander

### Sevilla

- Al-Andalus Sevilla
- Las Casas de los Mercaderes by Silken

### Torla-Ordesa

- Ordesa

### Valencia

- Puerta Valencia

### Valladolid

- Juan de Austria Valladolid

### Vitoria

- Ciudad de Vitoria

### Zaragoza

- Reino de Aragón

[www.hoteles-silken.com](http://www.hoteles-silken.com)

Reservas: 900 373 981



# UNA CANARIAS MEJOR PREPARADA, UNIDA Y LLENA DE OPORTUNIDADES

Las Islas Canarias afrontan un nuevo año dotadas de instrumentos que sientan las bases de un ciclo ilusionante, lleno de oportunidades para todos. Los nuevos Estatuto de Autonomía, Régimen Económico y Fiscal (REF) y financiación autonómica dotan a instituciones, tejido empresarial y social de herramientas clave para avanzar con firmeza. La conquista del 75% del descuento residente para traslados interinsulares y con Península solventa aquellos obstáculos tradicionales que nos distanciaban del resto del territorio nacional. Por fin, herramientas básicas para competir en igualdad de condiciones.

Las Islas afrontan sus próximas décadas dotadas de los instrumentos necesarios y actualizados para consolidar y aumentar su competitividad y afianzarse como un polo de atracción de talento y oportunidades.

## **NUEVO ESTATUTO**

El anclaje del REF y su desvinculación del sistema de financiación autonómica consolidan el fuero de las Islas con el máximo rango legal e impiden que futu-

ras interpretaciones arbitrarias cuestionen el derecho reconocido de Canarias a que se compense el sobrecoste de la lejanía, sin merma de los fondos destinados a sufragar los servicios básicos esenciales. Además, las personas que se encuentren en situación de exclusión social tienen desde ahora derecho a acceder a una renta de ciudadanía.

La reforma del sistema electoral incluye la ampliación a 70 escaños, un diputado más para la isla de Fuerteventu-

ra, lista autonómica de nueve diputados y bajada de barreras al 15% insular y el 4% regional, En este nuevo texto, Canarias se convierte en la primera Comunidad Autónoma que elimina la condición de aforados a sus diputados regionales.

Desde ahora, el presidente del Gobierno de Canarias adquiere la potestad de disolver la Cámara legislativa autonómica y convocar elecciones anticipadas, y obtiene competencias para aprobar decretos leyes en los casos que sean considerados como de urgente necesidad.

El Estatuto reconoce a Canarias como la primera autonomía con mar, al establecer que las aguas integradas en el perímetro lineal del Archipiélago son parte también de la Comunidad Autónoma. La Graciosa adquiere la consideración de octava isla, dependiente administrativamente de Lanzarote.

## **NUEVO REF**

Otro logro de este periodo ha sido el nuevo REF, que incluye el abaratamiento del precio de la producción del agua; la introducción de la Responsabilidad Social Corporativa de las empresas en Canarias; la introducción de una dotación específica en los Presupuestos Generales del Estado para paliar la pobreza y la exclusión social en Canarias; el reconocimiento de un tratamiento diferencial y una dotación específica y diferenciada en materia de Planes de Empleo; el reconocimiento del papel de las universidades canarias y la garantía de ayudas para compensar costes adicionales de movilidad a estudiantes y profesores y para promover la I+D+i; la posibilidad de materializar la Reserva de Inversiones de Canarias (RIC) en suelo destinado a actividades sociosanitarias, residencias de mayores y centros de rehabilitación;

o la introducción de nuevas deducciones y bonificaciones para la contratación de trabajadores en Canarias.

En resumen, esta nueva herramienta servirá para que los canarios tengan mejores condiciones de vida y que todas las islas puedan crecer económicamente al mismo ritmo. También para avanzar en la igualdad social y para que nuestras empresas sean más competitivas, propiciando la creación de más y mejor empleo en nuestro archipiélago.

## **75% DESCUENTO RESIDENTE**

La consecución del 75% de descuento a desplazamientos entre islas y con la Península ha sido otra conquista histórica, como también lo son la garantía de precios equivalentes en la energía eléctrica y el fomento de las energías renovables.

## **ULTRAPERIFÉRICAS**

Durante este periodo, Fernando Clavijo también ha ostentado la Presidencia de las Regiones Ultraperiféricas (RUP), territorios europeos de ultramar con particularidades y problemas comunes, como son Canarias, Azores, Madeira, Guayana, Guadalupe, Reunión, Mayote, Martinica, San Bartolomé y San Martín.

En su balance, destaca la negociación del futuro marco financiero plurianual europeo, el seguimiento de los compromisos adquiridos por la Unión Europea con las RUP o el encuentro con los jefes de Estado de las RUP (Francia, España y Portugal), a los que se les presentó la declaración de los presidentes de la RUP para impulsar la Estrategia de las regiones.

Este periodo acaba con la celebración de la XXIII Cumbre de Presidentes de las RUP, en Las Palmas de Gran Canaria.

## TRES EMPRESAS CANARIAS PARTICIPAN EN SIM SENEGAL

Tres empresas canarias han asistido a la SIM Senegal, una de las ferias del sector minero más importantes de África Occidental, informa *La Opinión de Tenerife*. Estas empresas, centradas en la reparación naval y en el alquiler de maquinaria a empresas mineras establecidas en el continente, mantuvieron una agenda de encuentros para captar posibles clientes o socios locales que les ayuden a ofertar sus servicios entre las multinacionales instaladas en Senegal.

## PREMIO PARA LA COCINERA GAMBIANA IDA CHAM



Ida Cham-Njai, fundadora del proyecto Yabouy Home Cooking, que da a conocer la gastronomía gambiana a los visitantes del país a través de *showcookings*, ha representado a Gambia recientemente en la 14.ª edición del concurso de cocción de arroz Akwaaba African Travel Market Jollof, resultando ganadora con su popular *benachín*, un plato típico gambiano.

# Impulsamos TU EMPRESA



Si eres **AUTÓNOMO**,  
**AUTÓNOMA** o **MICROPYME**,  
puedes promocionarte  
y formar parte de nuestra  
asociación de profesionales  
"YoSoyLegal", en un solo click.

[YoSoyLegal.es](http://YoSoyLegal.es)



Si tu empresa desarrolla alguna de estas actividades puedes acogerte a las ventajas fiscales de

**CANARIAS ZEC**

**4%**  
**DE IMPUESTO  
SOBRE SOCIEDADES**



Cultivo de plantas medicinales



Pesca y acuicultura



Industria y reparación



Construcción de embarcaciones de recreo y deporte



Reparación naval y aeronáutica



Energías renovables



Gestión de residuos y reciclaje



Audiovisual



TICs



I+D



Rehabilitación de edificios



Transporte y logística



Comercio mayorista



Consultoría de gestión empresarial



Arquitectura e ingeniería



Actividades de seguridad e investigación



Formación



Servicios a empresas



Publicidad y estudios de mercado



Agencia de viajes y central de reservas



Centros de alto rendimiento deportivo



Actividades terapéuticas y del bienestar



Actividades asistenciales



Parques temáticos



**CANARIAS ZEC**

Invest & Live







Por Juan Manuel Pardellas  
Ilustración por Beatriz Pérez

# “EL FOLCLORE NO ESTÁ NI EN LOS ARCHIVOS NI EN HEMEROTECAS, SINO EN CONTINUO MOVIMIENTO”

La cita es una mañana atípica lagunera, soleada, sin humedad, en un entorno tan exclusivo como la Casa de Los Sabandeños, una visita obligada para los que deseen conocer los orígenes, éxitos y reconocimientos del grupo español con más discos editados (hasta 115 álbumes), durante estos 53 años.

Los Sabandeños aparecen estas Navidades con *Viejo y nuevo*; antes que un regreso a los orígenes es “una visión actual del folclore”, como bien remarca su fundador, Elfidio Alonso. Solo este mes ya tienen contratadas actuaciones en Mallorca (día 8), La Laguna (14), Granadilla (16) y Santa Cruz de Tenerife (fecha por confirmar). En febrero, van a Zamora (1) y Sevilla (2).

**Con 53 años de historia, ¿cómo es el ejercicio intelectual para pensar un nuevo disco sin caer en repeticiones?**

Depende de los trabajos anteriores. Tras el último, sobre boleros, nos tocaba un repertorio canario. *Viejo y nuevo* significa exactamente eso: folclore canario *sota, caballo y rey* (folía enamorada, malagueña, romance, hasta villancico del siglo XVIII, un baile de zaranda) y una parte nueva con temas de Pedro Guerra; un éxito de Caco Senante (*Yo, poeta, declaro*), que son versos de Agustín Millares; otro de Andrés Molina

y Rogelio Botanz... Una mezcla sugerente y muy interesante, contrastar los géneros tradicionales con los de los nuevos creadores.

**¿Es una vuelta a los orígenes?**

No necesariamente. Hacemos una visión actual del folclore. Las voces tienen una textura nueva, muy notable, fruto de nuestros mejores talentos parranderos, de rondallas y conservatorio. Es una visión desde ahora. Y ya estamos trabajando en el 2020, en la influencia peninsular en el folclore canario.

**¿Con qué colaboraciones cuentan en este trabajo?**

Somos todos nosotros. Lo grabamos en Multitrack, con mezclas de David Vinader, que ya trabajó con nosotros en nuestra fantástica época de Columbia.

-

***“Este es un disco sugerente y muy interesante, que contrasta los géneros tradicionales con los de los nuevos creadores”***

-

**Los Sabandeños forman parte del patrimonio de Canarias, ¿cómo la imagina en el futuro?**

Hace más de un año que somos fundación sin ánimo de lucro, pensando en cuando desaparezcamos, con la biblioteca María Rosa Alonso (dentro de la red de bibliotecas públicas de Canarias) y aulas muy activas y demandadas en flauta/viento, timple, bajo, solfeo/canto, con unas tarifas muy accesibles. La Casa está abierta todas las mañanas; aquí ensayamos, tenemos expuestos nuestros premios, reconocimientos, fotografías y 105 de las 115 portadas de nuestros discos, que en España no tiene nadie: ni Raphael ni Julio Iglesias ni nadie. Hemos ido a más de un disco por año en estos 53 años.

**¿Cuál es la clave del éxito de Los Sabandeños, también en mucha población joven?**

El folclore no está ni en los archivos ni en hemerotecas; está en movimiento continuo, se vive día a día. Surgen canciones, estilos, modalidades y hasta

los géneros más clásicos evolucionan. Una folía no suena igual cuando la canta Sebastián Ramos que Besay Pérez. Son generaciones distintas y las nuevas tecnologías le dan un marchamo distinto a lo tradicional. A medida que se incorporen nuevas generaciones a Los Sabandeños, estoy seguro de que le imprimirán otra impronta al grupo. Nos nutrimos de una gran cantera de músicos y voces. Ahí tienes a Achamán y muchos ofrecimientos o talentos que detectamos. Solo quedamos Santiago Torres y yo de la vieja guardia y Américo Bacallado de la segunda etapa, y todo lo demás es una nueva hornada de músicos talentosos preparados en las Islas, mucho más que nosotros, que malamente sabíamos rasguear una guitarra o un timple.

**¿Qué papel juega ahora un disco, con tantas plataformas digitales?**

Un disco es fundamental para la comunicación y la divulgación. Busca en internet *Lágrimas negras* y verás que tenemos más de 1,5 millones de reproducciones... Eso antes era impensable.

-

***“Quedamos tres de los fundadores; los demás son músicos mucho más preparados que nosotros, que malamente sabíamos rasguear un timple”***

-

**Antes cobraban de la venta de discos, pero de las reproducciones ahora no...**

Hasta que no haya una ley en Europa sobre eso, a nosotros apenas nos dan nada por cada vez que se reproduce.

# Dirty Dancing



EL CLÁSICO DEL CINE AHORA EN TEATRO

## DIRTY DANCING

DEL JUEVES 27  
AL DOMINGO 30  
DICIEMBRE

DEL MARTES 1  
AL VIERNES 4  
ENERO

Sala Sinfónica

[auditoriodetenerife.com](http://auditoriodetenerife.com) | taquilla | 902 317 327

2018

Tenerife



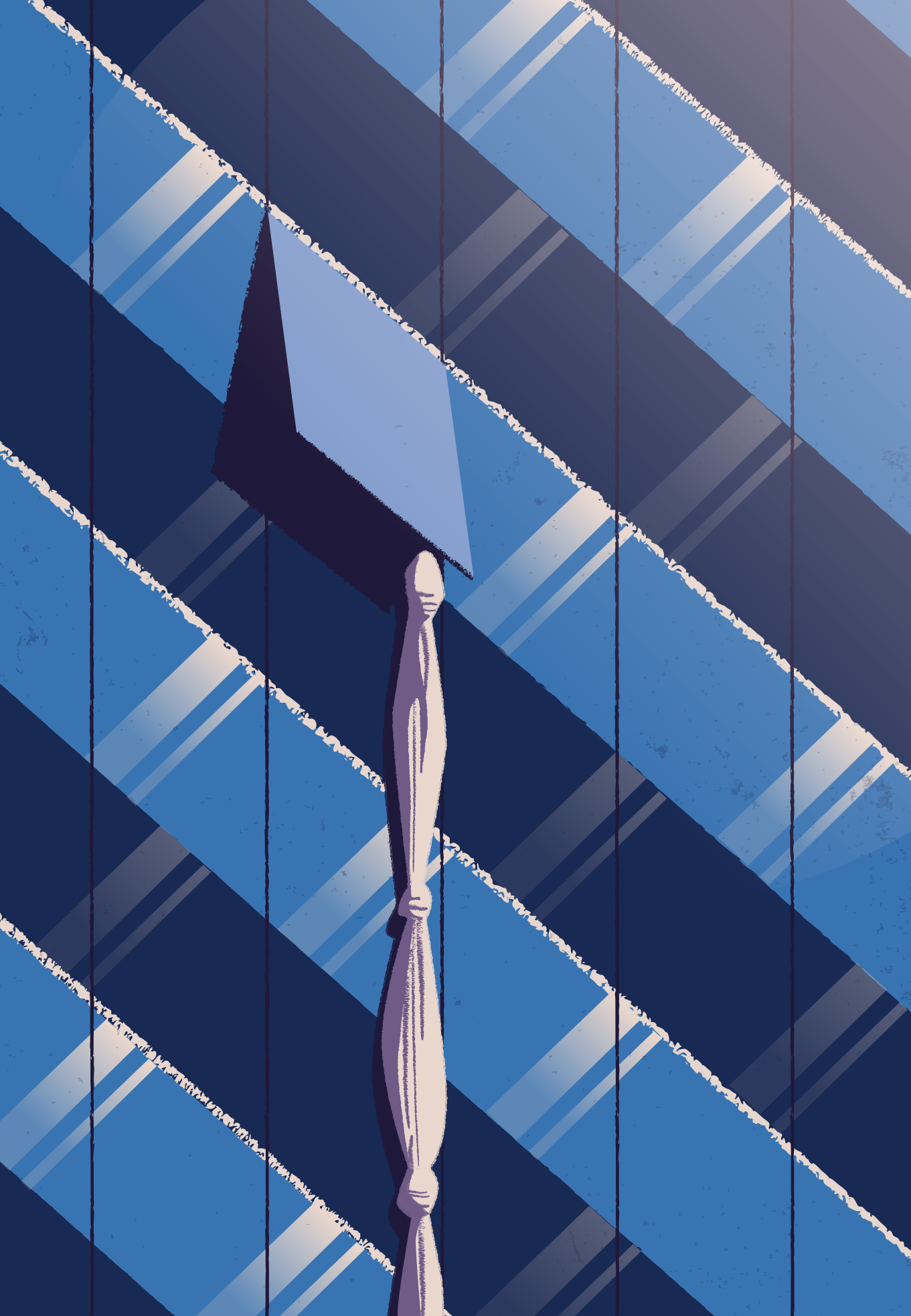
AUDITORIO  
DE TENERIFE

Produce:



Patrocinan:





Por Enrique Areilza\*  
Ilustración por Ilustre Mario

# JEFE: O CAMBIAS O TE DEJO

La convivencia con un jefe tóxico puede disparar tu nivel de cortisol y con este perder memoria e incluso masa cerebral.

Lo mejor, huir antes de que sea tarde.

Existen cientos de clasificaciones de tipos de jefes y miles de consejos de cómo tratarlos. Nosotros tan solo nos centraremos en los efectos que te puede generar tener un mal jefe y dos únicos consejos. El primero y más eficaz es salir corriendo. El segundo es tratar de hacérselo entender. No es fácil que lo entienda y lo digo por propia experiencia, como jefe.

Todo el mundo ha podido disfrutar y sufrir distintas personalidades jefunas. Particularmente he tenido bastante buena suerte: la gran mayoría de mis jefes han sido magníficos jefes. Cuidado, no quiere decir que no tuviesen sus cosas...

## Un gran maestro de ajedrez

Tuve un jefe que era gran maestro de ajedrez, una máquina de razonamiento estratégico y numérico, hasta aquí lo genial.

En el otro lado, pasaba totalmente de todo lo que no fuera él mismo y sus intereses. A mí me generó muchísimo estrés.

-  
*Todo el mundo ha podido disfrutar y sufrir distintas personalidades jefunas. Particularmente he tenido bastante buena suerte: la gran mayoría de mis jefes han sido magníficos jefes. Cuidado, no quiere decir que no tuviesen sus cosas...*  
-

Siempre con la guardia en alto, siempre con alta concentración para no perderle mucho el ritmo. Diría que fue una época de aprender sufriendo. Estrés: 8 sobre 10.

\* Dream Team Executive Search.

## Un fósforo

Este era un genio, no de la lámpara, sino más bien del soplete. Nunca podías predecir la intensidad de la respuesta a una mala noticia. La muerte del mensajero era una posibilidad cierta. En una ocasión escuché que esos accesos coléricos no eran malos para el corazón; incluso eran algo magnífico, ya que actuaban como un entrenamiento tipo HIIT (entrenamiento a intervalos de alta intensidad), lo fortalecía –al corazón, quiero decir–. A mí me venía de perlas esa teoría y no la cuestioné, yo también soy un poco incendiario. Estrés: en general medio y saludable, con momentos de pánico desatado.

-

***Si no eres capaz de cambiar a tu jefe, vas a sufrir, así que lo mejor es que salgas corriendo sin mirar atrás. Y sabes que aquí correr no es de cobardes, todo lo contrario: hay que ser muy valientes***

-

## Un pasota

Al principio tener un jefe pasota es un gustazo, no hay estrés. Sin embargo, un estudio reciente demuestra que a medio plazo el tipo de jefe ausente duele durante más tiempo. Estrés a corto plazo: ninguno.

Y así suma y sigue. Ahora nos toca explicar la conexión entre el mal jefe, el cortisol, la pérdida de memoria y de capacidad cognitiva... A eso vamos. A avisarte de los terribles efectos secundarios. Si no eres capaz de evitarlos haciendo cambiar a tu jefe, vas a sufrir, así que lo mejor es que salgas corriendo sin mirar atrás. Y sabes que aquí correr no es de cobardes, todo

lo contrario: hay que ser muy valientes. Sabemos que el estrés no es malo *per se*, ya que es necesario para poder lidiar con situaciones adversas.

Resumiendo mucho, una situación que provoque estrés hace que se dispare la segregación de la hormona cortisol y esta se encarga de aumentar el nivel de glucosa en sangre, cuya disponibilidad permitirá a los músculos trabajar a destajo, bien sea para huir, bien sea para luchar.

Hasta aquí todo bien. El cortisol tiene su propio ciclo diario. Su nivel en el cuerpo aumenta por las mañanas y su efecto es incrementar la disponibilidad de glucosa, necesaria tras el periodo de ayuno de la noche. Ahora bien, ¿qué ocurre cuando algo o alguien nos provoca un estrés permanente? Exacto. Tu cortisol se mantiene alto también de modo permanente y son esos altos niveles los que te destrozan la vida.

El cortisol elevado tiene los siguientes efectos negativos: disminuye la capacidad del sistema inmunológico, por lo que estás más expuesto a infecciones y enfermedades (mejor es que vayas a vacunarte contra la gripe), y disminuye la función ósea (atención especial a las mujeres).

Los efectos anteriores son malos, pero no los peores. Niveles altos de cortisol reducen tu materia gris del hipocampo, lo que genera pérdida de memoria y de capacidad intelectual. Por último, se aprecia una amplia correlación entre cortisol alto y desarrollo de Alzheimer.

Además de salir corriendo, también te vendrá bien dejar el café, hacer ejercicio, dieta sana, reír y amar en sentido amplio.

P.D.: Por economía de lenguaje he utilizado un único género, deberá siempre entenderse que jefe incluye a jefa y viceversa.



**¿DIRECTOR  
DE PREVENCIÓN  
DE RIESGOS?**

**¿DIRECTOR  
FINANCIERO?**

**¿DIRECTOR DE  
COMUNICACIÓN?**



**Porque no todo el mundo vale.**

En Dreamteam somos expertos en selección y headhunting de directivos y mandos intermedios en Canarias.

**Dreamteam**  
EXECUTIVE SEARCH

[dream-team.es](http://dream-team.es)



Por *Sylvia Madero*  
Fotografías por *Rocío Eslava*

# GAMBIA ESTÁ DE MODA

El país más pequeño del África continental cuenta con uno de los certámenes de moda y diseño más importantes del continente, que el 7 y 8 de este mes celebra su séptima edición: *Fashion Weekend Gambia*. Una cita indispensable para los amantes del sector, fruto del tesón de tres mujeres, conscientes de que si se quiere, se puede.

*Fashion Weekend Gambia* es resultado del trabajo de Lena Grey Johnson, Adiatou Conteh y Soma Njie, tres mujeres apasionadas y comprometidas que hace unos años creyeron en un arriesgado pero prometedor proyecto: ser una plataforma para la moda y los jóvenes diseñadores de un país que no apostaba por ello. La aventura comenzó en 2012, y en su primera edición apenas reunió a un puñado de diseñadores y 70 asistentes. Hoy, y tras sobrevivir a momentos críticos como el cambio de gobierno en 2016, cuentan con 22 diseñadores nuevos y una capacidad de audiencia de hasta 400.

## ¿Cómo surge la idea?

Lena, además de cofundadora, es fotógrafa y diseñadora de la marca de accesorios *House of Ra*, y fue quien, impulsada por una amiga, decidió gestar este proyecto. Afirma que la idea inicial era un desfile para *Brand* y *Tara Designs* (que este año vuelven a *FWG*),

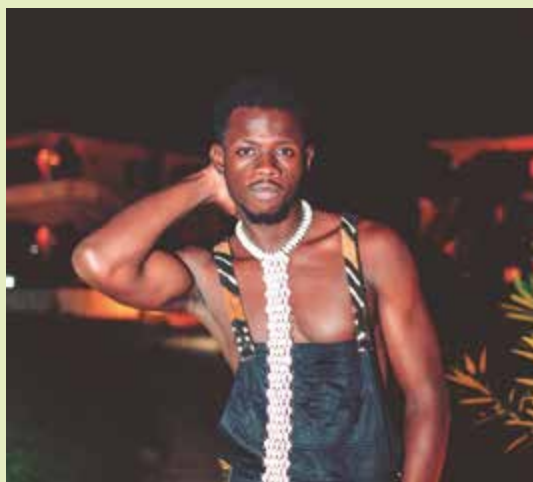
pero se dijo ¿por qué no apostar por algo más grande? Tras horas de trabajo y muchas jornadas de *brainstorming*, la primera edición del que pasaría a ser el certamen de moda y diseño más popular de Gambia estaba listo. Un fin de semana, dos noches de pasarela y varios diseñadores deseosos de dar a conocer su trabajo.

Adiatou, o Adi, como prefiere que la llamen, está especializada en *marketing* y ventas, quizá por su trabajo como asesora inmobiliaria, que compagina con la organización del evento. Es además una emprendedora con marca propia: *Daraja*, especializada en bolsos de cuero hechos a mano y otros artículos de lujo. Reconoce que cuando Lena le propuso formar parte del equipo, no lo dudó: “¿Por qué no usar mi experiencia para promover a estos jóvenes diseñadores?”. El resultado no ha podido ser mejor: “Gracias a *FWG* he podido viajar a otros continentes con mi marca; definitivamente, es una plataforma con mucha repercusión”, confiesa.





Fatou Sanneh. Accesorios: House of Ra.



Gaius Olaye (IMI Models International).  
Estilismo: Ziza Creations.



Rosalynne Alpha (IMI Models International).  
Estilismo: Badjiz Design.



Aditou Conteh, Lena Grey Johnson y Soma Njie, organizadoras de Fashion Weekend Gambia.

Soma es abogada, activista de los derechos humanos y la última en unirse al equipo, en 2014, tras ser voluntaria en la organización en 2013. Actualmente compagina su profesión con el área de desarrollo de negocio de FWG. Considera que desde los inicios, y aunque ahora cuentan con apoyo de algunas instituciones internacionales, entre ellas la Unión Europea, lo más complicado ha sido conseguir patrocinio, entre otros factores por ser jóvenes, y mujeres: “Inevitablemente es un hándicap, pero, lejos de amilanarnos, nos hace sacar el tigre que llevamos dentro e ir a por todas”.

### El apoyo

Sin embargo, sin el apoyo incondicional de algunos, este certamen hoy solo sería un sueño. Nyillan Fye es representante de Global Properties, entidad patrocinadora desde la primera edición, que apostaron por ellos al sentirse “identificados con lo complicado que es el proceso de emprender. Como gambianos debemos apoyarnos”. Han visto recompensada su apuesta, ya que “muchos de los que asisten a FWG nos tienen como referencia a la hora de escoger alojamiento”.

-

***“Gambia tiene mucho que ofrecer, Gambia es actitud y es personalidad, como FWG. Ellas son el cambio”***

-

Este año, además, cuentan con la patronal hotelera de la costa gambiana, que representa a 40 hoteles. Su presidente, Francis Njie, reconoce que es una decisión basada en “la repercusión que está teniendo este certamen” y una “oportunidad para que la gente conozca

lo que se está haciendo en el país: una atracción impagable para el turismo”.

Felix von Bodman, gerente de Coco Ocean Resort and Spa Bijilo, donde se celebrarán los desfiles e institución hotelera en Gambia, destaca que patrocinándoles esperan conseguir “cambiar el concepto que se tiene del país: Gambia tiene mucho que ofrecer, Gambia es actitud y es personalidad, como FWG. Ellas son el cambio, y queremos formar parte de él”.

### Plataforma al éxito

Fashion Weekend Gambia ha logrado equipararse a otros certámenes de moda africanos tan populares como la semana de la moda de Dakar, y sin duda es por la calidad del trabajo de sus diseñadores, la profesionalidad de sus modelos y, por supuesto, el titánico trabajo de sus organizadoras.

Soma nos confirma que varios diseñadores, tras su participación, han dejado sus trabajos para dedicarse a su pasión y Fatou Jobe, responsable de la agencia Linguere y Damel, añade que “participar en el certamen de moda más importante del país les ha dado a nuestros modelos la oportunidad de exponerse a nivel internacional”. En FWG llegan a desfilarse hasta 40 modelos de su compañía.

-

## GAMBIA

***Vuele desde 10 000 puntos/trayecto y sume hasta 1 000 puntos por trayecto.***

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

***BinterMás***

-

**Joanna Lemnelius. Creadora de Mixed Grill (moda para niños) y Sunday Beach (casual y beachwear)**

Esta afrosueca, madre de tres hijos, lleva desde hace un año y medio dedicada a la moda a tiempo completo. Desde hace tres vende sus diseños por internet y sus principales compradores son suecos e ingleses. Está especializada en moda infantil porque en Suecia, donde vivía hasta 2014, sus hijos “vestían con colores apagados, y quise crear prendas coloridas, con patrones africanos que les recordaran sus raíces, para que se sintieran orgullosos de ellas”. Su marca ayuda a crear empleo en Gambia y reconoce que su participación en FWG le ha servido para “conseguir financiación para exportar mis diseños”.



**Mass Badjiz. Fundador de la marca Badjiz Design**

Estudió contabilidad y tras trabajar durante dos años en la empresa de telecomunicaciones más importante del país decidió centrarse únicamente en el diseño. Ha participado en FWG desde 2016 y reconoce que lo más complicado en el proceso de producción de sus prendas es conseguir materiales, que importa desde Reino Unido e incluso China. FWG le ha proporcionado visibilidad, tanto en su tienda *online* como en la física. Sus principales clientes son internacionales (Estados Unidos, Reino Unido y Suecia).



**Abdul Aziz 'Ziza'. Ziza Creations**

A sus 43 años afirma que la moda es su mundo desde siempre. Lleva participando en FWG desde la primera edición, y sus prendas están orientadas al público tanto femenino como masculino, con patrones y elementos claramente gambianos. Reconoce que sus ingresos se han incrementado desde que sus diseños se exponen en el certamen y planea abrir su tienda *online*.



### CÓMO LLEGAR

Binter conecta semanalmente con Banjul, la capital de Gambia, los sábados en un vuelo directo desde Gran Canaria de dos horas y 25 minutos de duración, y con conexión desde el resto de islas.

Un destino tranquilo y seguro, *la Costa Sonriente de África*, con toda su belleza y contrastes, nos ofrece la mejor forma de descubrir la esencia del África Negra disfrutando de unas vacaciones de naturaleza y aventura con espectaculares playas. Un viaje apto para toda la familia y fácilmente combinable con una visita a Senegal.

### DÓNDE ALOJARSE

La zona turística por excelencia de Gambia está en una franja de 10 kilómetros entre Bakau y Kololi, en la costa atlántica, con impresionantes playas. Destacan los extensos y frondosos jardines tropicales de la mayoría de los hoteles y la cantidad de aves que allí podrás ver en libertad.

**Sunset Beach Hotel 3\***: renovado y con excelente ubicación en la misma playa.

**Kairaba Beach Hotel 5\***: jardines tropicales con aves exóticas, situado en la zona turística con mayor oferta de restaurantes, Kololi.

**Gambia Coral Beach Resort 5\*&Spa\***: para los que prefieren relax total en una paradisíaca playa de arena blanca y cocoteros en la orilla.



### QUÉ COMER

La base de los platos locales es el arroz, con pescado (*benachín*) o con carne (*thiébouyape*) acompañados de verduras y con el toque especial de la salsa de cacahuètes y las especias locales. Pescados y mariscos frescos –especialmente langosta– son el otro gran atractivo, así como la cocina libanesa y de fusión con toques asiáticos.

Excelente relación calidad/precio.

**Nagala Lodge**: uno de los mejores restaurantes, en un precioso enclave sobre el mar.

**Green Mamba Garden**: cocina de fusión asiática en un espectacular jardín.

### NO TE PUEDES PERDER

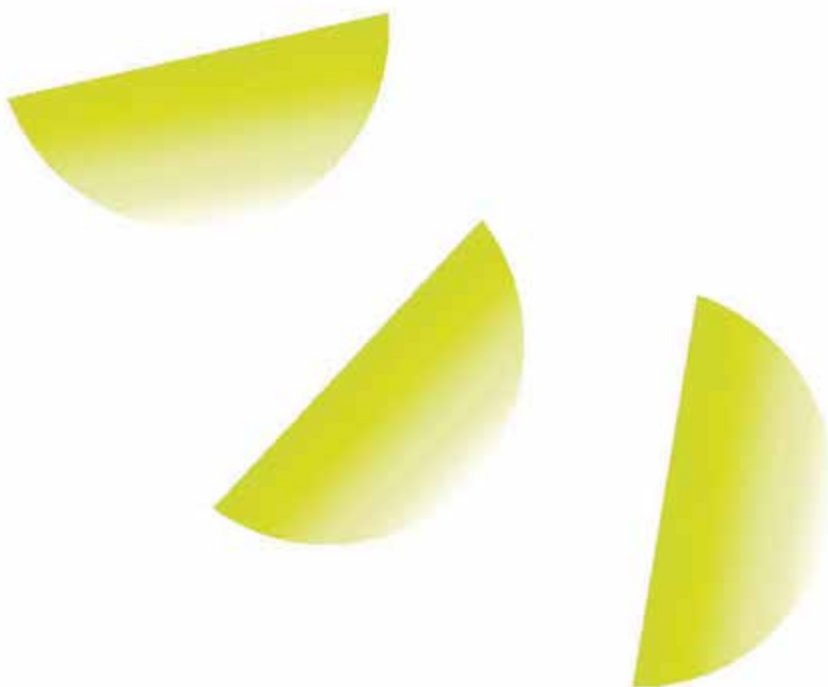
Un día en Makasutu Culture Forest: una completa inmersión en la naturaleza y la cultura gambianas, recorridos en piragua por los manglares, observación de aves, babuinos y lagartos monitor.

Un safari en Fathala Wildlife Reserve: verás jirafas, antílopes...

Un curso de cocina con Ida Cham o la visita a una fábrica de batik.

Más información

[www.revistabinter.com](http://www.revistabinter.com) y [www.canariasviaja.com](http://www.canariasviaja.com)



el color le da otro aire...



**nex**

Elementos para la difusión y control del aire para instalaciones de climatización.

**MADÉL**<sup>®</sup>  
we shape the air

**ENAIRGY**  
CLIMA ECO-INDUSTRIAL

DISTRIBUIDOR OFICIAL AUTORIZADO  
928 480 804 - [www.enaergy.es](http://www.enaergy.es)



Por *Sylvia Madero*  
Fotografías por *Dominic Dähncke*

## ¡A LA MESA!

Madeira es mar, pan caliente y mantequilla, melaza y caña. Notas de brasa y laurel regadas con aguardiente... Es el sabor de dulces frutas y melosos postres. Conocer su gastronomía es trasladarse a la tradición pero también a la vanguardia en una tierra que ha sabido aprovechar al máximo sus recursos... ¿Probamos?

Nos sentamos a la mesa, comenzamos un auténtico viaje de sabores. Para ir abriendo boca qué mejor que un vaso de *poncha*, religión en esta tierra. Esta mezcla de aguardiente extraído de la caña de azúcar y zumo de naranja, aderezada con maracuyá y miel, se remueve rítmicamente al compás de la madera del *mexilhote* (utensilio en forma de cuchara larga) y por su alta graduación es aconsejable acompañarla de algo de picar, como cacahuetes o altramuces.

Con el sabor de la exótica fruta aún en boca, nos esperan los *peixinhos da horta* (pececillos de la huerta, llamados así por su pequeño tamaño, que recuerda a pequeños peces), un delicioso entrante compuesto por todo tipo

de hortalizas (pimientos, zanahorias, judías verdes, calabaza, calabacines...) envueltas en un fino rebozado de harina de maíz. También es típico degustar una *mistura de enchidos portugueses*, o lo que es lo mismo, una selección de típicas salchichas, chorizos y embutidos de la tierra servidos generalmente en cazuela de barro y coronados con una ramita de romero. Queso fresco del país y vino blanco cierran el maridaje perfecto para este comienzo.

Llega el primer plato, y en la mesa madeirense el protagonista es, cómo no, el pescado. Por su condición geográfica, es innegable la relación que la isla sostiene con él, y su gastronomía se sustenta fundamentalmente en los productos marinos.





Filetes de caballa, lapas, pulpo...; un sinfín de propuestas donde destaca el sable negro, que suele servirse con una melosa salsa de maracuyá y rebozado suavemente. Este plato, conocido como *espada preta*, se acompaña además de plátano frito y la combinación logra una explosión de sabores en boca, que nos traslada a todo el sabor marino de esta tierra y el dulzor tropical de sus cultivos frutales.

-

***Para mojar en estas sabrosas viandas es indispensable un buen pan, y el bolo de caco es el pan por excelencia en la isla***

-

Y qué decir de las cazuelas o *caldeiradas*, las más conocidas también de pescado y generalmente de rodaballo, merluza o congrio, con su caldo aromático y papas que lentamente se desmenuzan en el caldero... Un consejo: a la orilla del mar sabe mejor, como frente a la bahía de Porto Santo.

Para los amantes de la carne, la isla contenta hasta al paladar más exigente con su diversidad de géneros y presentaciones. Una de las formas más comunes de prepararla en esta tierra es en las *espetadas* y en Cámara de Lobos hay algunos restaurantes famosos por preparar, eso dicen, las mejores de la isla.

La carne, generalmente de ternera aunque también se consume de cerdo, conejo y cordero, se frota con ajo y sal y se ensarta en una rama de laurel, para asarla lentamente sobre las brasas. Se sirve generalmente en una brocheta que cuelga de un gancho en un soporte, mientras los jugos de la carne se deslizan suavemente sobre cada pedazo, dándole aún más sabor si cabe. Para

acompañar, ensalada fresca y por supuesto *milho frito*, unos pequeños cubitos de harina de maíz, trocitos de col, sal, ajo y una pizca de perejil fritos ligeramente, con un sabor tostado difícil de olvidar.

Para mojar en estas sabrosas viandas es indispensable un buen pan, y el *bolo de caco* es el pan por excelencia en la isla. Se trata de una tierna y achatada hogaza de harina de trigo, de corteza firme y crujiente, que se tuesta sobre el calor de una piedra basáltica y se corta longitudinalmente para untarla con una mantequilla ligera de ajo. Imprescindible degustarlo caliente, para apreciar los aromas de la mantequilla fundiéndose caprichosamente con la miga. Si aún quedan ganas, y espacio, nos espera el postre. Las frutas como chirimoyas, cerezas o pitangas son muy abundantes aquí y, además de excelentes al natural, son ingredientes habituales en *mousses*, bizcochos y helados.

Y si te gusta lo dulce, muy dulce, no puedes dejar de probar el *bolo de mel* (elaborado con melaza de caña de azúcar, harina, azúcar, especias, hierbas aromáticas y frutos secos). El final perfecto, y goloso, de este recorrido para el paladar.

\* El 17 de diciembre, en La Laguna Gran Hotel (Tenerife), el reputado chef madeirense Luis Pestana preparará para un grupo de agentes de viajes y periodistas diversas propuestas de esta deliciosa gastronomía. Una oportunidad única para conocerla.

-

## MADEIRA

***Vuele desde 3 400 puntos/trayecto y sume hasta 340 puntos por trayecto.***

Consulte condiciones en [bintermas.com](http://bintermas.com)  
Solicite un folleto a nuestros tripulantes de cabina de pasajeros o regístrese en [bintermas.com](http://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 directo desde Gran Canaria martes, jueves y domingos y desde Tenerife los sábados, con conexiones desde todas las islas y una duración de una hora y veinte minutos. El aeropuerto de Madeira está a 16 kilómetros de Funchal. Un taxi son unos 25€; lo ideal es alquilar un coche, la mejor forma de recorrer la isla.

### DÓNDE ALOJARSE

Descubre los alojamientos singulares de Madeira: las quintas, hoteles con encanto en mansiones señoriales de bellísimos jardines y que cuentan con excelentes restaurantes.

**Casa Velha do Palheiro 5\***: una quinta única, una de las propiedades más bellas de la isla, famosa por sus jardines, campo de golf, *spa* y casa de té.

**Pestana Casino Park Ocean & Spa Hotel 5\***: céntrico y renovado, con magníficas vistas a la bahía de Funchal, o el Pestana CR7, un concepto más moderno en pleno puerto.

**Castanheiro Boutique Hotel**: no te vayas de allí sin disfrutar del atardecer desde su terraza, de un baño en su *infinity pool* con vistas a los tejados de Funchal y de un tratamiento eco en su *til spa*.

**Marketplace Apartamentos**: céntricos y modernos, en el corazón de Funchal.

Estas y otras ofertas con la mejor relación calidad/precio en [Canariasviaja.com](http://Canariasviaja.com).



### QUÉ COMER

En Madeira la gastronomía forma parte de la experiencia viajera. Sobre todo hay que disfrutar de los pescados frescos, el atún y el pez espada.

**Beerhouse**: restaurante en plena marina de Funchal donde degustar pescado fresco acompañado de cerveza artesanal.

**Armazem do Sal o Restaurante do Forte**: dos lugares con encanto para cenar en Funchal.

**Centro de Diseño de Nina Andrade**: descubre el universo creativo de la conocida interiorista madeirense y disfruta de una cena en su restaurante con vistas.

**Restaurante Quinta do Furão en Santana**: espectaculares vistas a los acantilados. Lugar ideal para un almuerzo. [www.quintadofurao.com](http://www.quintadofurao.com).

### NO TE PUEDES PERDER

**Pico do Arieiro**: las vistas más impresionantes de la isla de Madeira.

**Teleférico de Funchal**: visita Monte y baja las colinas en los famosos “carros de mimbre”, magistralmente guiados por los *carreiros*.

**Cabo Girao**: un mirador que te quitará el aliento, de camino hacia el sur de la isla.

**Santana y sus casitas típicas**, zona rural de gran belleza paisajística.

Más información

[www.revistabinter.com](http://www.revistabinter.com) y [www.canariasviaja.com](http://www.canariasviaja.com)

# Welcome home



Pensando en ti

## H10 rubicón palace

Lanzarote

\*\*\*\*\*

GRAN  
RENOVACIÓN  
—  
Reabierto  
como 5\*

## H10 las palmeras

Tenerife

\*\*\*\*

## H10 ocean dunas

Fuerteventura

\*\*\*\*

## H10 taburiente playa

La Palma

\*\*\*\*

## H10 playa meloneras palace

Gran Canaria

\*\*\*\*\*

**18 Hoteles en Tenerife, Lanzarote, Fuerteventura, La Palma y Gran Canaria.** Descubre nuestros hoteles ubicados en primera línea de mar, con instalaciones de primer nivel y una cuidada gastronomía. Encontrarás todo lo necesario para que te sientas como en casa.

TENERIFE · LANZAROTE · FUERTEVENTURA · LA PALMA · GRAN CANARIA · MALLORCA · COSTA DEL SOL · COSTA DAURADA · CUBA RIVIERA MAYA (MÉXICO) · PUNTA CANA (REP. DOMINICANA) · BARCELONA · MADRID · SEVILLA · ROMA · VENECIA · LONDRES · BERLÍN · LISBOA

T (34) 900 444 466 / [reservas@h10hotels.com](mailto:reservas@h10hotels.com) / [www.h10hotels.com](http://www.h10hotels.com)

Por David Sendra Domènech  
Fotografías por Juan Álvaro

## LA PERLA DE CABO VERDE



Sometida a la constante erosión del viento alisio, casi ningún vestigio de su pasado volcánico se mantiene en esta pequeña, casi desértica y aplanada (su punto más alto es Monte Penoso, con 436 metros) isla caboverdiana de sotavento que se hizo conocida por la sal.

Si bien Cabo Verde estaba en teoría bajo dominio portugués, fueron los ingleses los que acabaron controlando y explotando la sal de la isla de Maio. Al contrario que Portugal, que no veía utilidad a una isla sin puerto, los ingleses acabaron creando un sistema interesante para extraer la sal y cargarla en sus navíos y de ahí el nombre popular de la capital, Porto Inglês (Vila do Maio). Precisamente las salinas aún son explotadas por cooperativas locales de mujeres y sin duda recomiendo visitarlas.

-

***Maio es pequeña, tranquila,  
de bonitas playas y aguas  
turquesas, con una población  
amable que vive la vida sin prisas***

-

Historia aparte, Maio es pequeña (aproximadamente la mitad de tamaño que Ibiza), tranquila, de bonitas playas y aguas turquesas, con una población amable que vive la vida sin prisas. Es una isla que se visita en pocos días y a donde uno viaja para dejarse llevar por el tiempo sin hacer nada en concreto más allá de conocer el territorio y relajar la mente.

Merece la pena hacer un recorrido saliendo de la capital para descubrir los oasis que pueblan su interior y los bosques de acacias, así como caminar por sus playas de arena blanca, donde con suerte verás alguna tortuga yendo a desovar, especialmente si viajas entre junio y septiembre.

Se destaca Vila do Maio, principal población de la isla, donde es posible visitar la iglesia matriz Nossa Senhora da Luz, blanca y amarilla, que destaca en un alto rodeado de calles estrechas que invitan a

caminarlas. No muy lejos del pueblo está el Forte de São José, construido en el siglo XVIII para proteger la isla de los ataques de piratas y corsarios y reconvertido tiempo después en faro. La siguiente parada puede ser Barreiro, con sus casas de colores (Pedro Vaz también es bonita en ese sentido), y, al norte, Calheta, aldea de pescadores, ideal para una buena comida criolla con vistas al mar.

Morrinho merece una visita para llegar a las dunas, y también Ribeira de São João. De hecho, esas pequeñas poblaciones son bellas a su modo, con sus colores intensos, a veces desgastados, y con el carisma que les otorga una población hospitalaria.

Mientras se van recorriendo sus caminos de paralelepípedos uno va descubriendo que la isla es solitaria, y eso es algo positivo para el turista; sus bellas playas pueden ser disfrutadas sin preocuparse por tumultos.

Maio fue olvidada por muchos durante demasiado tiempo y eso permitió que se irguiera como reducto de autenticidad caboverdiana. Es fácil recorrer la isla y recomiendo la opción de ir en bicicleta, para disfrutar del silencio apenas cortado por el viento y admirar cada rincón, ya que hay lugares donde el coche no llega.

En ese *tour* improvisado sin objetivo definido uno se va cruzando con grupos de animales (la ganadería a pequeña escala es un recurso económico en la isla y encuentras alguna quesería), con construcciones derruidas (aquí también llegó el *boom* inmobiliario), y acaba por descubrir que su aridez no es tan extrema: aquí y allí afloran puntos verdes, si bien la agricultura no es el fuerte de Maio (se cultiva especialmente en el nordeste de la isla) y sí la pesca al estilo tradicional.



Merece la pena ir de buena mañana a la playa de Porto Inglês para ver las embarcaciones de madera adentrándose en aguas profundas y luego volver cargadas de pescado que es comercializado a pie de arena. En esa playa uno también puede nadar, aprovechando sus aguas tibias, agradables, limpias, azules, pero si aceptas recomendaciones, no olvides visitar las playas de Praiona, Ponta Preta (con sus piscinas naturales cuando baja la marea), Barreiro, la de las Dunas (cerca de Mo-

rrinho) o las de Ribeira de São João, con sus arenas blancas y negras mezcladas. Todas ellas bonitas, tranquilas, solitarias y apetecibles para hacer buceo. A la isla de Maio se viene a hacer un turismo alternativo, sustentable, responsable. Uno viene a descansar, a pasear, a respirar hondo y saborear la sal, sentir los vientos y adentrarse en sus aguas azules. A Maio se viene a comer comida criolla, productos del mar y experimentar la *caldeirada de peixe* y el peculiar sabor del queso de cabra.

# mobashowroom

*Porque si deseas algo que nunca has tenido,  
deberás hacer algo que nunca has hecho.*

ARQUITECTURA

INTERIORISMO

GESTIÓN INMOBILIARIA



COMERCIAL

HOTELERO

RESTAURACION

RESIDENCIAL

GESTIÓN EJECUCIÓN DE OBRA "LLAVE EN MANO"

Perdomo 8-Local 10 35002 Las Palmas GC Tel 928368188

[www.mobashowroom.com](http://www.mobashowroom.com)



### CÓMO LLEGAR

Binter vuela martes, viernes y domingos directo a la isla de Sal y desde allí conecta con el resto de islas. Un vuelo cómodo de poco más de dos horas y media y con menús de cortesía a bordo... ¡para que tus vacaciones en el archipiélago de Cabo Verde sean perfectas! Podrás visitar Maio desde la isla de Santiago los lunes, miércoles, viernes y domingos.

### DÓNDE ALOJARSE

**Hilton Cabo Verde Sal Resort 5\***: recién abierto y con espectacular ubicación, con *beach club* y centro de actividades en la playa.

**Odjo d'Água 4\***: un hotel con encanto y literalmente sobre el mar que además cuenta con uno de los mejores restaurantes con música en vivo.

**Hotel Morabeza 4\***: el primer hotel de Sal, de estilo colonial y con acceso directo a la mejor playa de la isla –Santa María–.

En su *beach club* se sirven las mejores *caipirinhas*.



### 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 y caballas, junto con langostas, percebes y otras delicias.

**Restaurante Odjo d'Água**: literalmente sobre el mar, ofrece música y los mejores platos. Su tartar de atún es un *must*.

¡Y también son 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, en un tranquilo jardín y con música en vivo.

### 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](http://www.revistabinter.com) y [www.canariasviaja.com](http://www.canariasviaja.com)



## Revestimientos vinílicos

INFEEL representa una revolución para la creación o remodelación de todo tipo de ambientes. En su amplia gama, encontramos: madera, cuero, mimbres, mármoles...

Revestimientos realizados por fusión de capas de PVC, que nos garantizan la resistencia a roces, abrasiones, fáciles de limpiar y retardantes de fuego.

Con una rápida instalación podremos crear nuevos espacios o renovar sin necesidad de grandes obras, de manera sencilla, limpia y de fácil mantenimiento.

ANTES



DESPUÉS



Grandes marcas que confían en INFEEL...

amichi\*

HOTELS VATTICA21

TH HOTEL GROUP

Hilton

BLUESEA

VOGUE&LY

GRUPOTEL  
HOTELS & RESORTS

IBEROSTAR\*  
HOTELS & RESORTS

Deigual.

CARAY  
MADRID

PALLADIUM  
HOTEL GROUP

CATALONIA  
HOTELS & RESORTS

L'ORÉAL\*



## IBEROSTAR FOUNTY BEACH, VACACIONES FRENTE AL MAR

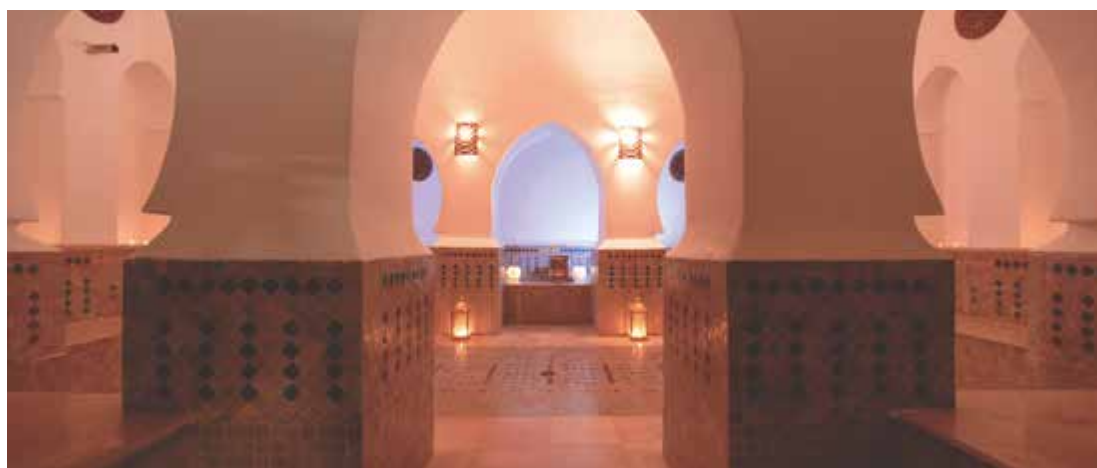
Iberostar Founty Beach es un hotel ideal para familias que cuenta con una privilegiada ubicación frente a la larguísima playa de Agadir y a casi un kilómetro del centro de esta ciudad. En este hotel 4\* los huéspedes pueden disfrutar de un SPA Sensations con decoración marroquí y, para los más jóvenes, la nueva programación infantil Star Camp.

Iberostar Founty Beach es el enclave perfecto en Agadir para unas vacaciones en familia. Este hotel cuatro estrellas con acceso directo a la playa de Agadir cuenta con el encanto de la decoración marroquí que se descubre ya desde sus imponentes entrada y *hall* y que se combina con unos extensos jardines que albergan una amplia zona con dos piscinas exteriores –una climatizada y disponible durante la temporada de invierno–.

La oferta gastronómica de Iberostar Founty Beach busca satisfacer todos los paladares... y para disfrutar entre horas,

los bares del hotel presentan una amplia carta de productos y ambientes: el Lobby Bar Orion, para relajarse tomando un cóctel con vistas al océano, y el Bar Cassiopee, para evadirse con la mejor música internacional y animados espectáculos musicales.

Y para los amantes del relax, el SPA Sensations, con una carta de masajes y un *hammam*, es otro de los espacios más especiales del hotel, decorado también con el acogedor estilo marroquí. Y para quienes prefieren disfrutar de las vacaciones sin perder hábitos



saludables, este hotel cuenta con una sala de fitness completamente equipada. Dispone también del programa Star Fit & Fun, que ofrece clases de yoga, zumba y mucho más. Además, aprovechando que tienen la maravillosa playa de Agadir a sus pies, los huéspedes del hotel pueden probar el paddle surf, kayaking o snorkel. Para asegurarse de que todos los visitantes disfrutan de su

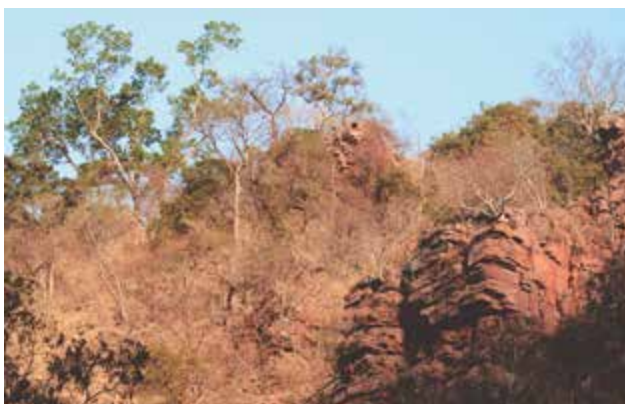
ocio favorito, en las inmediaciones del hotel existen cinco campos de golf con opción para alquilar el equipamiento necesario y practicar este deporte durante la estancia.

Cité Founty BP. N.º 1039  
Agadir (Marruecos)

[www.iberostar.com](http://www.iberostar.com)

Por *Juan José Ramos Melo*  
@JuanjoRamosEco

# REFUGIO DE BIODIVERSIDAD



Hasta hace no mucho tiempo, el oeste de África albergaba una rica y variada biodiversidad formada por grandes mamíferos y especies emblemáticas del continente, como fueron leones, elefantes y jirafas. La mayor parte de ellos han desaparecido por el avance del desierto y la presión humana, pero en varios rincones de esta región aún sobreviven algunas de estas joyas. Uno de estos lugares es la Reserva Natural Comunitaria de Dindefelo, uno de los últimos refugios de chimpancés en el oeste de África.

Justo en la frontera entre Senegal y Guinea Conakry, en el sureste del primero de esos países, se encuentra la Reserva Natural Comunitaria de Dindefelo, con una superficie de algo más de 13000 hectáreas. La Reserva fue creada en 2010 para garantizar la conservación de una de las especies más emblemáticas del continente, el chimpancé, y su hábitat natural.

A tan solo una hora en coche de la ciudad de Kedougou se encuentra el corazón de la Reserva, la aldea de Dindefelo, ubicada en una fértil tierra a los pies de una amplia franja acantilada en la zona de las montañas de Fouta Djallon, que sirve como frontera natural con la cercana Guinea. El área está habitada por miembros de la etnia fulani, también conocida como peul, que representa en torno a una cuarta parte de la población y es la segunda más importante del país después de los wolof.

-

***La Reserva fue creada en 2010 para garantizar la conservación de una de las especies más emblemáticas del continente, el chimpancé, y su hábitat natural.***

-

No muy lejos, al sur de la Reserva, se encuentra el afamado Parque Nacional de Niokolo Koba, último reducto de la gran fauna africana en esta región del continente. En este Parque aún sobreviven poblaciones de leones, leopardos, elefantes y otros grandes mamíferos.

La presencia de riachuelos, manantiales y una gran cascada hace de Dindefelo un sitio paradisíaco para muchas especies de flora y fauna, además de servir para el desarrollo de la agricultu-

ra por parte de la población local. Aquí las tierras de cultivo se entremezclan con campos de herbazales y áreas de sabana desértica, mucho más frondosa a los pies de la franja acantilada, donde puede llegar a tomar forma de selva seca. Es en esta última formación donde se concentra la mayor parte de la biodiversidad local, especialmente en los pequeños bosques selváticos de galería junto a riachuelos.

La Reserva alberga más de 300 especies de aves, 17 de reptiles, ocho de peces, cuatro tipos de anfibios y 46 especies de mamíferos, entre ellas cinco especies de primates: mono patas, mono verde, papión de Guinea, galago de Senegal y chimpancé.

En el año 2003, en la Reserva y su entorno se contabilizaron entre 300 y 500 ejemplares de chimpancés. Este amenazado primate se encuentra en peligro de extinción, según la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza. Aquí habita la más rara de las cuatro subespecies conocidas, exclusiva del oeste de África.

Los chimpancés viven formando grupos que deambulan en busca de alimento a lo largo de todo su territorio. Son grandes comedores de frutos y plantas, lo que en ocasiones genera enfrentamientos con la población local. Para evitar este tipo de conflictos el Instituto Jane Goodall ha puesto en marcha un programa de ecoturismo encaminado a conservar la biodiversidad del lugar y potenciar el desarrollo de las comunidades locales, un proyecto ejemplar en la región. El Instituto Jane Goodall tiene, con base en Dindefelo, un centro de investigación, conservación y formación llamado Estación Biológica Fouta Jallon, inaugurado oficialmente en febrero de 2014 por la doctora Jane Goodall, la afamada primatóloga británica.



El pueblo dispone de tres campamentos para turistas, uno de ellos gestionado por la propia comunidad.

Para llegar hasta Dindefelo lo ideal es hacerlo desde Kedougou; allí puedes contratar un chófer que te lleve en vehículo todoterreno hasta la aldea. Una vez en la Reserva, puedes visitarla a pie en compañía de algunos de los guías locales formados por el Instituto Jane Goodall. Hacerlo de otra manera es muy difícil y arriesgado para alguien que no conoce la zona. La cascada de Dindefelo es uno de los mayores atractivos turísticos del lugar:

con 115 metros de altura, es la más alta del país. Hay muchas empresas que ofrecen una visita a esta caída de agua, aunque lo ideal es hacerlo con un guía local. Es este uno de los mejores lugares para observar fauna y también puede ser un buen espacio para fotografiar aves y con suerte alguna especie de primate.

Rutas de un día a la aldea de Dande o a la de Afia, al valle de Nandoumary o a la cascada de Segou son otras de las posibilidades que ofrece este recóndito lugar, probablemente una de las zonas más auténticas de Senegal.

# LA ISLA Y EL MAR

HOTEL BOUTIQUE  
LANZAROTE



El Hotel Boutique La Isla y el Mar es un espejo de su entorno. La naturaleza y la energía de Lanzarote es nuestra inspiración. Disfruta de nuestra hospitalidad y conoce el auténtico lujo sostenible.

[www.laislayelmar.com](http://www.laislayelmar.com) | 928 513 725

Adéntrate en la selva africana de Kentia Gourmet Club. Fusión de la tradición canaria y los sabores del mundo con ingredientes y técnicas vanguardistas. Una ruta de sabores deliciosamente sorprendente. Restaurante, cocktails, música y arte.

[www.kentiagourmetclub.com](http://www.kentiagourmetclub.com) | 928 596 290



# LORO PARQUE FUNDACIÓN QUIERE EXTENDER LA MORATORIA DE SONAR MILITAR DE MEDIA FRECUENCIA A TODA LA MACARONESIA



Loro Parque Fundación ha anunciado recientemente su intención de extender la moratoria de sonar militar de media frecuencia en Canarias a toda la Macaronesia. La iniciativa, que cuenta con el apoyo unánime del Gobierno de Canarias y de los europarlamentarios de las Regiones Ultraperiféricas Europeas, supone un importante paso para la protección de los cetáceos en la región.

El proyecto los protegerá de los cambios de comportamiento generados por la exposición al sonar y redundará, en consecuencia, en la reducción de

las lesiones y los varamientos que se relacionan directamente con maniobras navales en aguas de la Macaronesia.

El Gobierno español estableció una moratoria en el uso del sonar naval en Canarias en noviembre de 2004 y, durante los 14 años que han transcurrido desde entonces, no han sucedido varamientos masivos atípicos en las Islas, lo que prueba su eficacia como medida de mitigación. Esta propuesta de Loro Parque Fundación implicaría la protección efectiva del 85% de este punto caliente de biodiversidad para cetáceos.



# DESCUENTOS

Seguro de  
**Hogar** 

hasta un

**25%**

Seguro Todo Riesgo  
**Coche** 

~~389€~~ -60€

**329€**

\*Seguro a Todo Riesgo con franquicia de 300€ para un Seat Ibiza de 115cv de uso particular, con valor 17.190€ y antigüedad de 1 año, circulando en Tenerife, para conductor de 58 años, con 36 años de carnet de conducir, sin siniestros en los últimos 3 años. Precio anual de referencia: noviembre 2018.

\*Consultar condiciones en [www.mutuatfe.es](http://www.mutuatfe.es)

Para más información,  
visita tu oficina más cercana  
o consulta nuestra web [mutuatfe.es](http://mutuatfe.es)

[www.mutuatfe.es](http://www.mutuatfe.es)



**Mutua Tinerfeña**  
SEGUROS

Por *Juan José Ramos Melo*  
@JuanjoRamosEco

# EL ÁRBOL DEL VIENTO



En aquellos lugares alejados donde el viento pega con fuerza, el sol agrieta el suelo y las lluvias no son muy abundantes, habita uno de los árboles más resistentes de Canarias. Un auténtico superviviente. La sabina es un árbol con forma de peluca agitada por el aire y ha llegado a ser denominada por algunos como la novia del viento e incluso relacionada con leyendas del más allá. Abundante en las medianías de buena parte de las Islas hasta no hace mucho, sus usos y virtudes la llevaron en muchos lugares hasta su práctica aniquilación.

La sabina, conocida por los científicos actualmente como *Juniperus turbinata*, es un árbol de origen mediterráneo. Se distribuye tanto en la vertiente africana como en la europea y también está presente en todas las Islas Canarias, salvo en Lanzarote y Fuerteventura. Es abundante en La Gomera y El Hierro, donde llega a formar pequeños bosques de árboles dispersos. Algo más escasa es en La Palma y Tenerife, y tiene poca presencia en Gran Canaria, donde debió de ser muy abundante en el pasado, pero en la actualidad se ve recluida a los riscos más inaccesibles del sur y el oeste de la Isla.

-

***La sabina ha sido venerada desde siempre por los habitantes de las Islas, principalmente por sus usos y sus características***

-

Las más conocidas son las sabinas que habitan en La Dehesa, en El Hierro, donde se han convertido en un auténtico símbolo vegetal de la Isla del Meridiano. En todo el Archipiélago existen sabinas de gran porte, como la de La Malecita, en Buenavista del Norte; la de El Guincho, en Garachico (ambas en Tenerife); o la de la Casa de la Marquesa, en Tirma (Gran Canaria). Los bosques de sabina más extensos de Canarias los encontramos en Vallehermoso, en La Gomera; La Dehesa, en plena Reserva de la Biosfera y Geoparque de El Hierro; y en Afur, en la Reserva de la Biosfera de Anaga (Tenerife).

Identificarla es muy fácil, pues es un árbol de mediano tamaño dotado con un grueso y recio tronco, con corteza agrietada de color marrón oscuro, con tonalidades algo grisáceas. Su forma queda determinada por la acción del viento, que la modela dándole aspecto achaparra-

do. Sus ramas tienen diminutas hojas de color verde oscuro, de forma triangular y solapadas unas sobre otras. Sus flores son muy pequeñas y de color azul, casi imperceptibles, y pueden aparecer tanto en el invierno como en la primavera, incluso en ocasiones hasta en otoño. Después del segundo año aparecen sus frutos, en forma de globo de color pardo-rojizo, que aprovechan como alimento muy pocos animales. Sin embargo, los gartos y cuervos parecen ver en ellos un auténtico manjar. Al comerlos, los cuervos ayudan a su dispersión: las semillas viajan en sus estómagos de un lugar a otro, y sus jugos gástricos las convierten en simientes mucho más fértiles. De este modo, cuervos y sabinas se ayudan mutuamente y garantizan la existencia de pequeños sabinares en aquellos lugares donde aún sobrevive este córvido.

La madera, por su dureza, resistencia y peculiar olor, fue muy apreciada para la construcción de muebles y utensilios de labranza y para otros fines. En algunos lugares de las Islas la corteza se usó como remedio para combatir enfermedades del riñón y regular la menstruación. Incluso se le han llegado a atribuir propiedades abortivas.

La sabina ha sido venerada desde siempre por los habitantes de las Islas, principalmente por sus usos y sus características, todo ello a pesar de la presión y aniquilación a la que ha sido sometida. En la época aborígen, fue usada en rituales relacionados con la muerte: han aparecido semillas y restos de madera junto a momias guanches. El escultor grancañario Martín Chirino le ha dedicado varias esculturas de hierro. Y en el año 2011, Brian May, el guitarrista de la legendaria formación musical Queen, usó la imagen de la sabina de La Dehesa en la portada de su disco *Another World*, internacionalizando este símbolo vegetal.



Por *Addict Be Iconic*  
Fotografías por *Marta Purriños y Aida Rivero*

# BELLEZA INDOMABLE

Eres la belleza indomable  
de las siete maravillas que te vieron nacer.  
Eres la casa de las siete islas que te ven crecer.  
Eres pasado, presente y futuro.  
Eres el hogar de todo el mundo.

¡Ay, César!  
Aún puedo escuchar las hojas de Adán  
meciéndose al compás del viento.  
El frío cáliz del túnel blanquecino hecho de roca,  
que me eriza la piel y seca mi boca.  
El silbido del silencio en cada tramo  
de tu obra de arte.  
¿Existe mejor sensación que sentarse  
y contemplar tu redención?

#Lanzarote





Por Sylvia Madero  
Fotografías por Alex Díaz

# SANTI CONCEPCIÓN JR.



Hijo del mítico piloto de *rallies* Santiago Concepción (cuatro veces campeón de España), era inevitable que la velocidad corriera por sus venas. Desde muy pequeño sintió curiosidad por esos monstruos de cuatro ruedas, pero su padre, conocedor de los peligros que entrañan, intentó disuadirle y lo orientó hacia otras aficiones. Sin embargo, si algo define a Santi es su tenacidad, y hace tres años consiguió convencer a su progenitor. Tras 15 días de entrenamiento logró competir en un circuito profesional; luego, en su segunda carrera, consigue una *pole* insólita para novatos quedando tan solo a tres décimas del campeón de la prueba, y desde entonces no ha parado de cosechar triunfos. Aunque en este periodo haya logrado estar a la altura de quienes llevan años dedicados al motor, no ha perdido la frescura del primer día y siempre lleva por bandera, tanto en la pista como en la vida, el consejo de su padre: “Disfruta con lo que haces”.



La Cumbrecita. Iniciamos en este rincón de El Paso el recorrido por los lugares preferidos de Santi en La Palma. Suele venir hasta aquí para disfrutar de jornadas de bicicleta con uno de sus amigos. La bici es, junto con el surf, otra de sus aficiones: “Siempre me han gustado las cosas con ruedas y cuando recorremos esta carretera rodeada de pinos, me encanta cómo se rompe el silencio con el pedaleo”. Y es que Santi siempre ha tenido claro que lo suyo es la velocidad. Aunque antes probara con el inglés, el tenis, el atletismo e incluso la guitarra, el día que subió a un kart de competición una sensación “indescriptible” recorrió todo su cuerpo: “El impulso, el poder ir rápido con solo extender el pie... me encogió el estómago”; algo que aún hoy siente al recorrer el *pit lane*.



Llano de las Brujas. “El paisaje aquí es inmenso; el color de la tierra, la vegetación... forman una estampa que no es de este mundo”, dice reflexivo. “El silencio me envuelve y no hay nadie más que yo, aquí es muy fácil pensar”. Santi cuenta que ha venido algunas veces hasta este punto del municipio de El Paso con su familia, su principal apoyo en esta andadura que ha escogido: “Mis padres hacen todo lo que pueden para que yo cumpla mi sueño, por eso estoy en deuda con ellos”, afirma rotundo, y reconoce que su padre es su mentor. Él nos confiesa orgulloso que su hijo, cada vez que termina una carrera y baja del kart, le abraza, le besa en los labios y le dice sonriendo: “Gracias, papá, por todo lo que me están dando”.



**Puerto Naos.** Santi escoge este rincón de Los Llanos porque es aquí donde se reencuentra con sus amigos. Competir entre 23 y 26 fines de semana al año implica perderse muchas cosas: fiestas de cumpleaños, tardes de cine, días de sol y playa con los amigos... Cuando descansa de sus largas jornadas de entrenamiento, en las que pasa hasta 13 horas en el circuito, y acaba el calendario de competiciones, no quiere dejar escapar un minuto junto a ellos. Por eso adora las largas horas de charla en la avenida por las noches, donde se ponen al día y dejan “las aficiones aparte” para solo “disfrutar del momento” y las tardes en la playa “riendo sin parar cuando nos revuelcan las olas”, afirma divertido.

\* Santi quiere agradecer a Binter su apoyo en el desarrollo de su pasión, porque sin la compañía no podría desplazarse a entrenar a los circuitos de la isla de Tenerife, ya que La Palma no dispone de este tipo de instalaciones.



# ULTRA BIKE LANZAROTE

Santa Rosa CLUB

23/24 FEB.

www.ultrabikeclubsanrosas.com



feel it!

## LA GRACIOSA-LANZAROTE

Organiza:



Servicio Insular de Deportes

Patrocina:



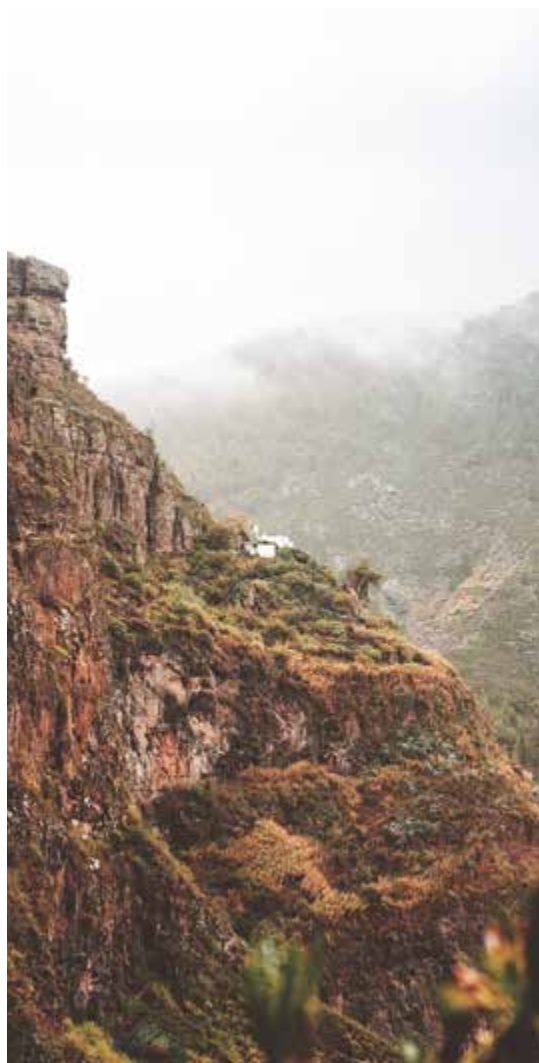
Por Aarón Rodríguez González  
Fotografías por Pablo Alberto Pérez

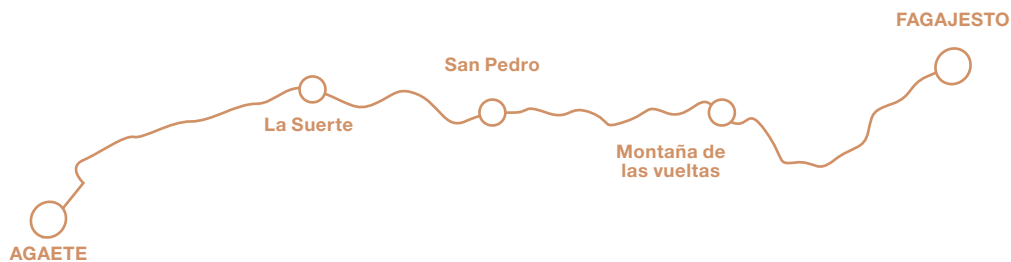
## BARRANCO DE AGAETE

Entre Montaña Gorda y el Lomo del Palo, sustentado durante centurias por la actividad agrícola y pastoril que ha dado vida y carácter al hermoso interior de Gran Canaria, se encuentra la aldea de Fagajesto. Aquí, por encima de los mil metros de altitud, en tierras con frecuencia bañadas por las brumas del alisio, se inicia nuestro recorrido, que nos llevará hasta el puerto natural del noroeste del “continente en miniatura”.

El primer tramo discurre por el barranco de los Cabucos, una estrecha garganta que nos permite, en apenas dos kilómetros de zigzag por un sinuoso camino descendente, llegar hasta El Sao, a poco más de 460 metros sobre el nivel del mar, ya en el cauce del barranco de Agaete. Durante todo este primer tramo disfrutaremos de asombrosas vistas sobre la cabecera de esta formidable cuenca, que se abre hacia el noroeste desde las estribaciones orientales del emblemático macizo de Tamadaba. La senda discurre ahora a lo largo del cauce, ya con menor pendiente. Al alcanzar la montaña de las Vueltas, la vista es sobrecogedora. Las, hasta ahora, es-

trechas paredes del barranco se separan considerablemente y dejan paso a un fértil y hermoso valle que yace a nuestros pies, más de trescientos metros por debajo de la posición en la que nos encontramos. A lo lejos, emergiendo sobre las aguas, se destaca la figura de las montañas de Anaga, en el noreste de la isla de Tenerife. Tras disfrutar de la excepcional vista, descendemos hacia el fondo del valle y seguimos el camino que discurre paralelo al barranco, pasando por los barrios de San Pedro, Las Cuevecillas y La Suerte. Finalizamos nuestra ruta recorriendo las calles de Agaete, hasta la iglesia matriz de Nuestra Señora de la Concepción.





**Desnivel positivo:**  
150 metros de ascenso.

**Desnivel negativo:** 1130 metros de descenso.

**Longitud:**  
9,3 kilómetros.

**Cota máxima:**  
1020 metros de altitud.

**Cota mínima:**  
40 metro de altitud.

**Lugares de interés cercanos:** aunque el sendero no discurre por el interior de espacios naturales protegidos, sí lo hace en las proximidades de dos de los más singulares e impresionantes de Gran Canaria. Se trata del Paisaje Protegido de las Cumbres, al sureste de Fagajesto, y, sobre todo, del Parque Natural de Tamadaba, al suroeste.

**Observaciones:** el recorrido por el sendero es casi enteramente descendente, por lo que, a pesar de su corta longitud, somete a una importante exigencia a las rodillas. Por lo tanto, recomendamos el uso de bastones. Por otra parte, al iniciar el recorrido desde más de mil metros de altitud, las panorámicas de las que disfrutamos durante todo el trayecto son fantásticas.

**¿Sabías que** el lugar de Agaete, junto con su puerto natural y la torre defensiva que los castellanos construyeron aquí, fue un enclave fundamental para los conquistadores castellanos en el proceso de sometimiento de la tenaz resistencia aborigen del norte de Gran Canaria?





EL HIERRO

# La isla con alma

Redescubre el silencio.  
El olor a tierra y a mar.  
Los atardeceres que despiertan la mente.  
Y esa energía que llena el alma.



Por Amalia Márquez  
[www.amaliamarquez.com](http://www.amaliamarquez.com)

## EL DESENLACE

Atravesamos la Isla de este a oeste a lo largo del camino de la Virgen. Dormimos en la cueva del Caracol, un antiguo refugio de pastores. Al día siguiente, llegamos a EL FINAL, el final del sendero GR-131, en el faro de Orchilla, con la inmensidad del mar de las Calmas y el Julan. Saco por última vez mi cámara analógica, retrato a Manuel llegando al embarcadero y pienso que en realidad esto no ha hecho más que empezar.

Esta imagen pertenece al libro *End-to-End*, de la fotógrafa Amalia Márquez, que documenta su viaje a pie de más de 550 kilómetros, en 24 etapas, desde la isla de La Graciosa hasta el faro de Orchilla, en la isla de El Hierro, a través del sendero GR-131.







Por *Álvaro Morales*  
Fotografías por *Rocío Eslava*

## UN REGALO VISUAL EN UN RINCÓN DE LA HISTORIA

La estampa es espectacular; el entorno, un rico casco histórico en una de las zonas con mejor fama de Tenerife por su clima y su gastronomía cercana; los baños, reponedores junto a un Atlántico rugiente e inquieto, por lo que conviene extremar el cuidado o evitar la visita si el oleaje lo aconseja por los peligrosos desbordes. Por lo demás, el charco de La Laja, en la zona céntrica de San Juan de la Rambla, en el norte de la Isla, es una joya desconocida incluso por muchos tinerfeños que, vista desde arriba, antes de bajar la cuidada escalera de piedra natural, casi desconcierta y emociona porque parece más bien dibujada, recreada, diseñada para enamorar. Pero no, no es una ilusión: a pocos metros y segundos nos espera uno de los charcos imprescindibles no ya solo de Tenerife, sino de Canarias.

Muchos tinerfeños y canarios, conocedores y admiradores del rico casco histórico de San Juan de la Rambla, pasan o se quedan un tiempo en él en sus visitas a la Isla Baja o cuando quieren disfrutar de un buen pescado o arroces caldosos en la zona anexa de Las Aguas, de enorme prestigio.

Además, comprueban la fama de gran clima templado que siempre ha tenido esta parte del norte de Tenerife. Sin embargo, desconocen que en medio de San Juan, algo más allá de la plaza y la iglesia, si toman una pequeña vía y aparcen

al poco, pueden gozar con uno de los charcos naturales más bellos de Canarias, que, encima, ofrece desde arriba, antes de bajar su cuidada escalera, una vista espectacular.

Una estampa de contrastes de azules, con un Atlántico generalmente movido o ruidoso, pero que cuando da treguas convierte este espacio en una más que agradable sorpresa en cualquier visita. De hecho, cada vez se conoce más en el sector turístico, los guías lo recomiendan y la llegada de turistas ha ido creciendo en los últimos años.

El charco de La Laja es un compendio de sensaciones. La negra roca volcánica contrasta con el intenso azul atlántico en los días de sol poderoso, tono que se suaviza en el redondeado vaso natural.

Con mar bueno y marea baja, el charco se transforma en piscina, casi en yacusi comunal. Con mayor nivel, el agua se renueva desde el mar abierto entrando por el frente principal y saliendo por el lateral derecho, aunque a veces el circuito se modifica. Hay varias zonas que sirven de solárium y los habituales se prodigan con los saltos de cabeza.

-

***La negra roca volcánica contrasta con el intenso azul atlántico en los días de sol poderoso, tono que se suaviza en el redondeado vaso natural***

-

Suele ser muy visitado por jóvenes o residentes del municipio, a los que conviene hacerles caso si desaconsejan bañarse en general o en ciertas zonas. Varias escaleras facilitan los chapuzones a los que prescinden de los lanzamientos, y nadar en su interior con el Atlántico tan presente e imponente se convierte en una experiencia intensa y más que digna de repetir.

Si, encima, aprovechamos la visita para conocer un poco el rico legado histórico de San Juan de la Rambla o su prestigiosa gastronomía, la jornada podría ser simplemente redonda. Además, hacia el valle de La Orotava o la Isla Baja, la oferta de charcos y playas sigue sorprendiendo. Muy cerca, por ejemplo, el charco Verde de La Guancha merece otro día entero.



**Ubicación:** en el norte de Tenerife, en el municipio de San Juan de la Rambla.

**Socorristas:** puntualmente, en verano, pero no siempre.

**Charco nudista:** no.

**Restaurantes:** amplísima y prestigiosa oferta anexa, en la zona de Las Aguas, a un minuto en coche, con especial fama de pescados, mariscos y arroces caldosos.

**Baños:** no.

**Duchas:** no.

**Sombrillas y hamacas:** no.

**Adaptada para discapacitados:** no.

**Aparcamientos:** sí, si bien muchas veces escasos por su ubicación en pleno casco.

**Transporte público:** guaguas, taxis.

**Perros:** no.

**Curiosidades:** la costa de San Juan de la Rambla es, como buena parte de la de La Guancha e Icod de los Vinos, muy puntiaguda, con formas volcánicas muy difíciles, y, por tanto, con pocas playas o calas de arena. Sin embargo, el charco de La Laja, el del Viento o el Verde son excepciones impresionantes que, para muchos, merecen más la pena que cualquiera de esas enormes playas de mar dormido y arena sin fin.



*Fantasia*  
**BAHIA PRINCIPE**

HOTELS & RESORTS



**Sí, es un castillo.**

**No te lo has imaginado.**

Fantasia Bahia Principe Tenerife,  
un nuevo concepto de vacaciones  
familiares donde descubrir la magia de  
volver a ser niño.

*Fantasia Bahia Principe \*\*\*\*\**

*Tenerife*



Por *Cristina Torres Luzón*  
Ilustración por *Ilustre Mario*

# QUE TODOS LOS CAZOS PUEDAN TENER SU ZURRÓN

La discapacidad nos habla de una realidad que viven millones de personas en el mundo. Ellos y sus familias sufren muchas dificultades en su día a día. Conseguir una sociedad inclusiva, equitativa e igualitaria depende de todos, porque muchas veces las barreras mentales generan más obstáculos que las físicas. Todos, organismos y personas, podemos contribuir a destruir las barreras y desmontar las creencias para generar nuevos puentes y caminos que nos permitan avanzar.

Discapacidad es un concepto complejo que integra tres aspectos: las deficiencias que afectan a una estructura o función corporal; las limitaciones de la actividad, que son las dificultades para ejecutar acciones o tareas; y las restricciones de la participación en situaciones vitales. En Internet existe un corto titulado *El cazo de Lorenzo*, de Isabelle Carrier, que nos habla de la discapacidad. Lorenzo tiene un cazo que representa una deficiencia. Las personas con las que se cruza lo miran diferente

al ver su cazo: se extrañan, se asustan, lo rechazan... y así, sin darse cuenta, le hieren y lo aíslan.

Lorenzo trata de hacer las mismas actividades que las personas de su edad, pero su cazo le genera dificultades que le limitan. Esta situación produce que decida no participar y acabe aislándose. Por suerte para él, hay una mujer que es capaz de mirarle con otros ojos que no son los del miedo y la extrañeza, y que ve más allá de la deficiencia.

De este modo, le regala un pequeño zurrón que se convierte en el accesorio perfecto que permite a Lorenzo superar las limitaciones de la actividad y poder participar como uno más.

Esta mujer ve en Lorenzo y en su caso otras capacidades que le enriquecen como persona. Saber verlas y potenciarlas hace que él vuelva a ser feliz y no se quede anulado. Además, ayuda a sus padres a entenderlo a él y a su caso, facilitando un canal de comunicación y de unión. Padres y familiares de personas con discapacidad se encuentran perdidos a la hora de saber afrontar y acompañar estas situaciones. Necesitan que el sistema sociosanitario presente un mayor número de profesionales de la psicología, el trabajo social, la enfermería, la terapia ocupacional, la fisioterapia... que puedan dar respuestas y soluciones.

-

***Actualmente, la OMS estima que en el mundo un 15% de la población presenta algún tipo de discapacidad***

-

Hace poco se empezó a hablar de diversidad funcional en vez de hacerlo de discapacidad. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la diversidad funcional nos habla con una visión más optimista sobre las diferentes capacidades de las personas. Actualmente, la OMS estima que en el mundo un 15% de la población presenta algún tipo de discapacidad.

En España, en la última encuesta sobre discapacidad, de 2008, se censó a 3,85 millones de personas mayores de seis años con discapacidad. El 59,8% fueron mujeres y la limitación de la movilidad fue la discapacidad más frecuente.

Se clasifican en cuatro tipos: física o motora, cognitiva, sensorial e intelectual y una persona puede tener una o varias. La discapacidad se manifiesta en distintos grados. El riesgo de padecer algún tipo de discapacidad aumenta con la edad. Además, quienes la tienen presentan mayor vulnerabilidad y un mayor riesgo de discriminación y exclusión.

A veces los sistemas sanitarios no están adaptados y presentan lagunas para ofrecer servicios de salud a personas con discapacidad. Un ejemplo son las mujeres con limitación de la movilidad, que no pueden ser exploradas en las camillas habituales de las salas de ginecología. Otras veces, los tiempos estipulados para cada persona son más que insuficientes para dar una atención de calidad a personas con alguna deficiencia que requieren un mayor tiempo en su proceso de comunicación. Son obstáculos que las personas con discapacidad se encuentran en su día a día y a los que el sistema tarda en darles respuestas que le permitan a este colectivo tener las mismas oportunidades que el resto.

Debemos mejorar las condiciones de nuestro entorno para conseguir que sea apto para todas las personas que vivimos en él. ¿Alguna vez te has preguntado cómo podrías cruzar la calle si fueras ciego? ¿Y montar a tu hijo en los columpios si tiene reducción de la movilidad? Cuestiones que la sociedad no se plantea y a las que les toca hacer frente a muchas personas, que sienten que por tener su caso esta sociedad no les deja vivir como al resto.

Todos, desde nuestro día a día, podemos plantearnos qué hacer para que este mundo sea más accesible. Generar nuestra aportación y contribuir para que pronto todos, independientemente de nuestro caso, podamos vivir en igualdad.

hospiten 

siente el  
abrazo

Feliz  
Navidad



# X-GUIDE: PRECISIÓN Y SEGURIDAD EN CIRUGÍAS DENTALES COMPLEJAS



**Dr. ALFONSO CABALLERO DE RODAS RAMÍREZ,**  
especialista en Implantología Oral y Prostodoncia en la Clínica dental Caballero de Rodas.

**La clínica dental Caballero de Rodas, puntera en tecnología en Canarias, incorpora el primer sistema X-Guide™ de X-Nav Technologies, un navegador que asegura al 100 % la correcta posición de los implantes dentales, proporcionando precisión y seguridad. Con esta novedad, Caballero de Rodas refuerza su liderazgo en implantología dental en Canarias.**



### **¿Qué avances proporciona esta tecnología en su campo?**

Podríamos decir que este robot es a la odontología como un GPS, un navegador que guía paso a paso al doctor durante la cirugía en directo. Proporciona al cirujano la capacidad de controlar la posición exacta, el ángulo y la profundidad en la colocación del implante, eliminando las posibles complicaciones que siempre llevan aparejadas las cirugías complejas y dotándole de una seguridad y precisión antes inimaginables. En cada caso, el doctor estudia y planifica la colocación de los implantes en la posición correcta, pensando en la funcionalidad y estética necesaria para rehabilitar la pieza deseada.

### **¿Cómo funciona exactamente el navegador X-Guide?**

Lo primero que necesitamos es hacerle un TAC (radiografía tridimensional) al paciente con una pieza receptora que mandará más tarde la información al X-Guide. Este paso es necesario para poder estudiar, planificar y realizar la cirugía con el apoyo del navegador. La colocación ideal del implante se planifica por lo tanto con el TAC y el sistema *software* avanzado, y se apoya en dos cámaras infrarrojas, dotando al plan quirúrgico digital de la máxima precisión comparado con cualquier otro procedimiento quirúrgico y permitiendo al doctor ver todas la estructuras óseas durante la cirugía.

### **¿Qué beneficios aporta esta tecnología X-Guide?**

Yo diría que el más importante es la precisión y la seguridad que con el uso de este navegador podemos ofrecer. Además, disminuimos los tiempos de tratamiento y los riesgos de posibles complicaciones. Podemos realizar una cirugía navegada (guiada) en un solo día, evitando otras pruebas que antes eran necesarias. Reducimos también los tiempos de cicatrización y podemos visualizar durante la cirugía el campo quirúrgico en todo momento. Los pacientes estarán más tranquilos, pues, además de saberse en buenas manos, serán conscientes de que el “error humano” se minimiza y las habilidades del doctor se verán potenciadas a gran escala.

### **¿En qué casos cree usted que el uso de este sistema es más necesario?**

Para una odontología de calidad, y en la búsqueda de la excelencia, estaría indicado usarlo en todos los casos, incluidos los “aparentemente sencillos”. En mi caso en particular, será un apoyo para la realización de casos complejos, como los implantes cigomáticos (más largos, de 40-55 mm aproximadamente) o con poco espacio al nervio, pues aunque son tratamientos que ya realizo en nuestra clínica, seré capaz de obtener una precisión y seguridad que se verá reflejada en la tranquilidad con la que abordo estas cirugías.

### **¿Qué tratamientos son los más demandados hoy en día?**

Podríamos decir que los pacientes quieren “dientes fijos en un día”. En la actualidad, los pacientes quieren que

todo sea lo más rápido posible, incluida la rehabilitación de arcadas completas. En estos casos, el problema más común es la “falta de hueso” del paciente, lo que hace que la rehabilitación con una prótesis fija inmediata en un solo acto sea imposible o requiera otras técnicas complementarias que retrasarían la colocación de los implantes. Sin embargo, gracias a la técnica de carga inmediata, indicada en pacientes con poco hueso o casos extremos (cigomáticos), podemos colocar dientes fijos el mismo día, con intervenciones más cortas y menor número de implantes.

Esta técnica se hace en dos fases, siempre en un solo día. Por la mañana, se realiza la cirugía con la extracción de las piezas dentales y la colocación de cuatro implantes (dos posteriores y dos anteriores) distribuidos estratégicamente en el maxilar. Tras la cirugía se toman modelos para adaptar la prótesis provisional a la posición definitiva de los implantes y esa misma tarde atornillarla de manera fija a los implantes. Estas cirugías las hacemos siempre bajo sedación consciente intravenosa, bajo la supervisión de un anestesiista y siempre en nuestras instalaciones.

### **Retomando el navegador X-Guide, ¿lo ha estrenado ya con pacientes?**

Sí, el pasado 24 de octubre realizamos la primera cirugía navegada en nuestra clínica. Estamos orgullosos de poder decir que somos la primera clínica en Canarias que ha apostado por esta avanzada tecnología y la primera por lo tanto en realizar una cirugía con este sistema. Los pacientes han salido encantados y yo como doctor, muy satisfecho con el resultado y el proceso quirúrgico llevado a cabo con este sistema de navegación.



## TRATAMIENTO GLOBAL EXPERTO

La Clínica Salud Estética del doctor Antonio García pone a nuestro alcance los mejores recursos estéticos, médicos y quirúrgicos del mundo de la belleza. Para ello cuentan con dos sedes en la capital tinerfeña con un total de 17 gabinetes. La Sección de Estética y Láser se especializa en el cuidado del rostro y el cuerpo, con enfoque en la calidad de la piel, en combatir la flacidez y en el mantenimiento de los resultados. La Sección Médico-Estética desarrolla las últimas técnicas mínimamente invasivas que permiten enormes efectos favorecedores de manera natural y respetando la individualidad pero sin pasar por quirófano.

saludestetica.com  
La Marina, 23  
922 245 297  
922 241 190



**PRONTO DENTAL**   
*Sonríe una sonrisa eterna*


**CARLOS OJEDA**  
DEPOSITO DENTAL

EL MAYOR DEPÓSITO DENTAL DE CANARIAS



- Entrega en 24 horas en todo el archipiélago.
- Compra por teléfono y online.
- Atención personalizada.
- Servicio post venta. Si no está satisfecho con su compra, le devolvemos su dinero.
- Distribuidor exclusivo de marcas importantes.

 +34 928 424 091  
pedidosprontodental@carlosojeda.com  
[www.carlosojeda.com](http://www.carlosojeda.com)

 c/ Josefina Mayor, 11B  
Urb. Ind. El Goro. Telde. Gran Canaria



**"PATRICIA MARRERO,**  
*parto complicado*"  
**6 BOLSAS**

**"ALFONSO NUEZ,**  
*trasplante de hígado*"  
**40 BOLSAS**

**"PABLO SANTANA,**  
*accidente de tráfico*"  
**20 BOLSAS**

**"CARMEN TORRES,**  
*aneurisma roto*"  
**25 BOLSAS**

**"JUAN BRAVO,**  
*trasplante de corazón*"  
**30 BOLSAS**

**"MIGUEL MORENO,**  
*leucemia*"  
**90 BOLSAS**

**"ESTEBAN SÁNCHEZ,**  
*operación de cadera*"  
**8 BOLSAS**

**MUCHAS PERSONAS  
NECESITAN TU SANGRE,  
TAMBIÉN EN NAVIDAD**

**#EfectoDonación**



[www.efectodonacion.com](http://www.efectodonacion.com)  
**900 234 061**

Red  
Transfusional  
Canaria



Gobierno de Canarias  
Instituto Canario de  
Hemodonación y Hemoterapia



Por *Jesús Villanueva Jiménez*  
Ilustración por *Tom Eigenhufe*

# LA ÚLTIMA CARTA

Jamás imaginó Pilar que algo pudiera hacerle tanto daño. Recuerda muy bien aquel día, como si guardara en la memoria una sucesión de fotografías de cada secuencia. Llovía a mares la mañana del 28 de noviembre de 1895. Apenas se habían cumplido los seis meses desde que Andrés le confesó su amor, su devoción más absoluta. Él contaba veinte años, ella dieciséis. Los seis meses más felices de su vida.

Llovía mucho, sí. Recuerda que el agua que le corría por la cara, como minúsculos riachuelos, se unía a las lágrimas amargas. No era ella la única en llorar en el puerto de Santa Cruz; muchas otras madres, esposas, hermanas y novias lloraban la marcha de sus hombres. También recuerda el nombre del vapor: el *San Ignacio de Loyola*, de la compañía Transatlántica. Al otro lado del océano aguardaba Cuba. «Detrás de la insurrección, seguro que están esos malditos *yankees*», había escuchado decir a su padre más de una vez.

El Batallón Provisional de Cuba estaba al mando de un teniente coronel y contaba con 42 oficiales, suboficiales y cabos y 299 soldados, todos canarios. Subían a bordo en orden, uno tras otro, volviendo la vista atrás, saludando con la mano a sus familias, con caras de circunstancia. El muelle era un clamor. Al amanecer, habían formado en la plaza de La Constitución, donde, desde las seis y cuarto,

aguardaba el Batallón de Artillería con banda de tambores y cornetas para despedir a los que marchaban a la guerra.

Le había escrito Andrés: «Mi amadísima Pilar, ya estamos en La Habana. Llegamos el 17 de diciembre, después de una breve escala en Puerto Rico. Qué larga se me hizo la travesía. Casi echo las tripas por la borda». Luego llegó otra carta: «No te lo creerás, amor mío, el 18 de enero entramos en combate. Fue atacado por sorpresa un lugar que llaman Ingenio Averhoff, que defiende mi destacamento. Mataron a un sargento de un tiro y a un soldado de un machetazo en el cuello. Yo estoy bien. Manda parte de los rebeldes un general llamado Antonio Maceo, todos le temen. Dicen que es un demonio». Sintió Pilar el corazón en un puño. Recuerda aquella otra carta, al quinto mes: «Me han condecorado, y a otros catorce soldados de la 6.<sup>a</sup> compañía, al sargento y al cabo de mi pelotón, con la Cruz de Plata del Mérito Militar con distintivo rojo, por defender con gran éxito la línea ferroviaria del ataque enemigo». Esa fue la última. Luego vino otra de su capitán, con la fatal noticia.

Hoy llueve, como aquel día del adiós. El padre de Pilar le lee la prensa: «Ayer, 10 de diciembre de 1898, con la firma del Tratado de París, se dio por finalizada la guerra entre el Reino de España y Estados Unidos de América. Cuba adquiere su independencia».

FESTIVALES



## XXIII FESTIVAL INTERNACIONAL DEL CUENTO DE LOS SILOS

TF / Los Silos

Del 2 al 8 de diciembre

Los Silos, su gente, sus calles, sus casas, sus rincones más ocultos, todo el pueblo en su conjunto son el escenario cada diciembre de una edición más del Festival del Cuento. La temática de este año queda plasmada en las lavanderas de Los Silos, “auténticas musas volanderas que llegan por el aire entre ropas y cuentos”.

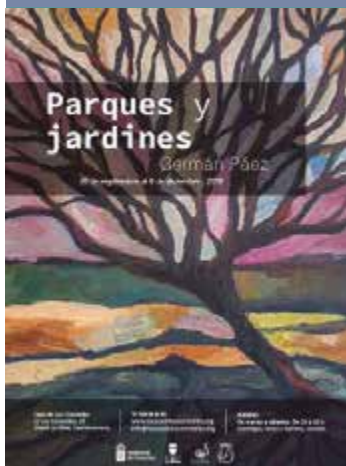
## DABUTEN FEST

TF / Estadio Municipal Tasagaya

8 de diciembre

El municipio de Güímar acoge este festival para los amantes de la música de los 80. Dabuten Fest transporta a los asistentes a esta época dorada del pop nacional de la mano de tres artistas indispensables del género: Los Secretos, La Unión y Celtas Cortos.

EXPOSICIONES



## PARQUES Y JARDINES

FV / Casa de los Coroneles

Hasta el 8 de diciembre

La Casa de los Coroneles, en el municipio majorero de La Oliva, acoge los últimos días de esta exposición del artista Germán Páez que desde el pasado septiembre ha deleitado a los asistentes con trazos rotundos y obras cargadas de sentimiento.

## ‘SHOW ME’

TF / Tenerife Espacio de las Artes (TEA)

Hasta el 13 de enero

Tras veinte años de trayectoria artística, Yapci Ramos expone su primera individual, donde presenta algunas de sus obras más destacadas de su trayectoria. En *Show me*, el espectador podrá adentrarse y recorrer las distintas facetas creativas y las temáticas que aborda la artista en sus obras.

MÚSICA



## ‘RELIVING’

TF / Auditorio Teobaldo Power

1 de diciembre

*Reliving* es el espectáculo que presenta Naturally Gospel. El coro tiene un papel principal trabajando su textura, su brillo y su calidad para llevar al público a cantar, dar palmas, bailar y reír. Una parte está dedicada a una de las grandes voces femeninas de la música góspel, Whitney Houston, de la cual se interpretarán algunos grandes éxitos.

## RAPUNZEL, EL MUSICAL

LZ / Teatro municipal de Tías

22 de diciembre

Interpretación musical del cuento de los hermanos Grimm, que cuenta cómo Rapunzel es raptada por la bruja Gothel, quien engaña a la pequeña para que su cabello jamás pueda cortarse y extraer de él su poder: la juventud eterna.

## CHRISTMAS FUSION GOMERA

LG / Cuevas de Rivera. San Sebastián de La Gomera

24 de diciembre

Un evento musical y cultural con dos ambientes que pretende crear una fusión musical inigualable. Artistas residentes, nacionales e internacionales se dan la mano en esta cita en la capital gomera.



## LOQUILLO

GC / Gran Canaria Arena

7 de diciembre

TF / Pabellón Santiago Martín

8 de diciembre

Dentro del Festival Mar Abierto, Loquillo aterriza en las islas para brindar un espectáculo sin igual en Tenerife y Gran Canaria. 40 Años Rock & Roll Actitud es el nombre de la gira con la que este mito musical repasa una trayectoria marcada por buena música y mucha actitud. Como antesala actuará el cantante tinerfeño Simón Salinas, que junto a su banda, conquistan con su directo y grandes letras.

## TEATRO



## BALLET DE MOSCÚ: EL LAGO DE LOS CISNES

TF / Auditorio Infanta Leonor

14 de diciembre

*El lago de los cisnes* es un cuento de hadas-ballet estructurado en cuatro actos, que fue encargado por el Teatro Bolshói en 1875 y se estrenó en 1877. La música fue compuesta por Piotr Ilich Chaikovsky; se trata de su *op. 20* y es el primero de sus ballets.

## HUMOR

## AARÓN GÓMEZ: TODO DE NUEVO

LZ / Teatro El Salinero

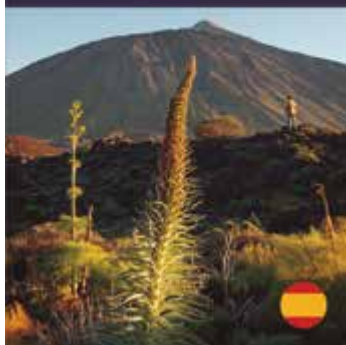
13 de diciembre

El popular humorista canario vuelve a Lanzarote para arrancar sonrisas al público y hacerle pasar una cita inolvidable. El entretenimiento está asegurado: Todo de nuevo es el título de este show porque, de nuevo, es todo lo que Aarón Gómez sabe hacer sobre el escenario y porque todo es nuevo sin llegar a serlo.

## LIBROS

### TENERIFE GUÍA DE SENDERISMO

JUAN MANUEL MARTÍNEZ CARMONA



## TENERIFE, GUÍA DE SENDERISMO

El biólogo Juan Manuel Martínez Carmona nos ofrece una herramienta práctica con la que conocer de forma integral el territorio y la historia de Tenerife. La obra combina lo literario e informativo con la actividad deportiva y de ocio, para mostrar las riquezas paisajísticas e históricas de la isla de Tenerife: flora, fauna, geología, etnografía, arqueología, tradiciones, gastronomía, cultura, etc.



## IDUS DE SANGRE

Nueva novela de Jesús Villanueva, que acaba de publicar la editorial Almuzara. Villanueva se traslada a la Roma imperial para narrar una de las conjuras magnificadas más trascendentales e interesantes de la historia; el asesinato de Julio César y sus consecuencias, a través de un personaje histórico del que nunca se supo su nombre y al que el autor le da vida en la novela por primera vez con el nombre de Marco Lucio Cornelio.

## LALA Z

TF / Espacio Cultural Aguerre

20 de diciembre

El escritor Guillermo Alemán presenta la novela *LaLa Z*, una distopía ambientada en la isla de Tenerife en el año 2077. Atterradora pero también llena de humor e ironía, la obra nos muestra un escenario de posguerra nuclear en el que el nacimiento de una nueva sociedad se verá alterado por un suceso inesperado.

## GASTRONOMÍA

## IX RUTA DE LA TAPA 'TAPEANDO ISORA'

TF / Guía de Isora

Hasta el 8 de diciembre

Un evento que se constituye como una acción dinamizadora del sector de la restauración del municipio, que persigue convertirse en el medio para promocionar los restaurantes como la riqueza culinaria de Guía de Isora, además de fomentar la información y promoción de la actividad turística.

**FERIAS**

**URDI, FERIA DE ARTESANÍA Y DISEÑO DE CABO VERDE**

Plaza de Amílcar Cabral. Mindelo

Hasta el 2 de diciembre

Foro que busca ser catalizador de sinergias en pro de la artesanía y el diseño caboverdianos, todo ello sin perder el simbolismo y los valores de identidad del archipiélago.

**CBHEXPO, SALÓN INTERNACIONAL DE BELLEZA, COSMÉTICA Y SALUD**

Centro de Ferias y Exposiciones de Casablanca

Del 6 al 8 de diciembre

Tercera edición de este salón que durante tres días presentará lo último en cosmética, belleza y salud: toda una oportunidad para estar al tanto de las últimas novedades y tendencias del sector y un gran expositor de soluciones de negocio.



**DEVFEST AGADIR**

Escuela Nacional de Ciencias Aplicadas. Agadir

8 y 9 de diciembre

Una oportunidad de excepción para desarrolladores, gerentes y estudiantes para inspirarse y aprender sobre las herramientas y características más recientes de diferentes temas como *mobile*, web y comercio electrónico, a través de charlas, talleres e interacción con expertos.

**SEMANA AFRICANA DE LAS CIENCIAS**

Facultad de Ciencias Semlalia. Marrakech

Del 11 al 13 de diciembre

Un año más, la Semana Africana de las Ciencias reúne a estudiantes, científicos y expertos en tecnología para colaborar activamente en eventos científicos coordinados en todo el continente. La cita será en Marrakech, donde los asistentes aprenderán cómo la ciencia interactúa en su vida.

**MODA**



**FASHION WEEKEND GAMBIA**

Coco Ocean Beach Hotel. Banjul

7 y 8 de diciembre

El mayor evento de moda en Gambia, una cita anual que busca ser una plataforma dedicada a promover la industria de la moda en el país y el trabajo de los diseñadores locales.

**MAURITANIDES 2018**

Palacio de Congresos de Nuakchot

Del 11 al 13 de diciembre

Evento bienal que se celebra desde 2010 y que ha logrado convertirse en fundamental para aquellas empresas que desean invertir en la industria de la minería, petróleo y gas en Mauritania. Con conferencias y exposiciones de la mano de expertos del sector.

**TRADICIONES**

**MUESTRA DE DELICIAS TRADICIONALES MADEIRENSES**

Casa del Pueblo de Boaventura. Fajá do Penedo

8 y 9 de diciembre

Divulgar, promover y reinventar las tradiciones gastronómicas típicas madeirenses en Navidad es el principal objetivo de esta iniciativa que promete ofrecer una gran animación, añadiendo a la gastronomía típica navideña –en la que se incluyen, naturalmente, los licores, los panes de maíz y los pasteles de confección tradicional– momentos musicales que estarán a cargo de diversos grupos folclóricos.



**NOCHE DEL MERCADO**

Mercado de Labradores. Funchal

23 de diciembre

La tradición de hacer las últimas compras de Navidad en la noche del 23 de diciembre atrae a miles de madeirenses a las calles del Mercado de Labradores, en Funchal. Las calles aledañas al Mercado, cerradas al tráfico, se transforman en un escaparate ampliado donde se exponen los productos regionales: frutas, legumbres, flores, dulces y bebidas típicos de Navidad.

# AGENDA CULTURAL CACT LANZAROTE CULTURAL AGENDA

INFO y RESERVAS [cactlanzarote.com](http://cactlanzarote.com) T. 901 200 300

## MAS INAUGURACIÓN CAMPESSINO MERCADO AUTÓCTONO SOSTENIBLE

DICIEMBRE  
17  
10.00 H



CASA - MUSEO DEL CAMPESINO

## MÚSICA & DANZA ÁNGARO

DICIEMBRE  
23/30  
12.30 H



“ Precioso espectáculo,  
emocionante y muy original.  
Excelente música e interpretación ”

Raimundo García



desde 29 euros 500

AUDITORIO JAMEOS DEL AGUA

## MÚSICA DE CÁMARA ENSEMBLE KEGELSTATT FESTIVAL DE MÚSICA CUEVA DE LOS VERDES

DICIEMBRE  
01  
20.00 H



20 euros 400

AUDITORIO CUEVA DE LOS VERDES

## DE LA MÚSICA DE SALÓN A LA ÓPERA BOIX MASRAMÓN FESTIVAL DE MÚSICA CUEVA DE LOS VERDES

DICIEMBRE  
19  
20.00 H



20 euros 400

AUDITORIO CUEVA DE LOS VERDES



## CASA

¿Qué quiero decir? Que no siempre lo tengo claro. Que lejos de ti siempre hace frío. Que dentro de una tormenta no hay consuelo. Que después de esta canción siempre me quedo sin palabras. Que no soy una escena, soy historia. Que la luz siempre es luz, y la sombra un poema. Que tendría que nacer de nuevo para no ser de cristal. Que estuve ciego y opaco, y no fui consciente de los peligros. Que no todo lo que brilla es oro. Que fueron novecientas mañanas despertando con un burka. Que asesiné al arte y arrastré mi propio cuerpo en forma de bloques por una manifestación en defensa de la alegría. Que mi asiento, entre el público, siempre estaba vacío. Que perdí el pasaporte de vivir, y era amarga la vida, ¡qué amarga la vida! Que el único testimonio que existe es de mi yo del pasado. ¿Qué quiero decir? Que me cansé de estar a dieta de sueños, del fast food del pecado, de ponerme a cubierto sin lluvia.

Que ahora coronó el Everest desde el sofá y con una finísima línea de tiempo y conciencia me detengo a mitad del pasillo, para mandar fuera, y bien lejos, a todas esas personas, animales y cosas que ya nunca más entrarán en mi casa.

Texto del libro-disco *Manhattan*.  
Diego Ojeda

## ADEJE POTENCIA EL “SENSIBILIZARTE” FAMILIAR A TRAVÉS DE LA VIII MUESTRA DE CACHARROS

La comunidad educativa de los centros de infantil y primaria de Adeje y sus familias están llamados estos días a participar en una original muestra de lo que se ha denominado “SensibilizARTE”.

Esta actividad tiene dos objetivos principales: sensibilizar acerca de la necesidad del reciclaje como vía de respeto al medio ambiente y la sostenibilidad y, también, la potenciación del talento y la creatividad artística entre la infancia del municipio.

Así, la VIII Muestra de Cacharros de Adeje, organizada por el Ayuntamiento con la colaboración de la empresa de limpieza Ascan Torrabonaf, reunirá entre el 28 de noviembre y el 15 de diciembre todas las obras entregadas, de un sorprendente valor creativo, en la sala de ex-



posiciones del Centro Cultural de Adeje casco. Entre todas las obras presentadas se elegirán las más representativas, que serán premiadas con bonos regalo para libros y material escolar.

## MIRANDO AL CIELO



Un evento único para disfrutar del cielo de Fuerteventura, surcado en miles de colores, formas y sensaciones, en un paraje inigualable como el Parque Natural de las Dunas de Corralejo. Todos los años en el mes de noviembre, desde 1987, se celebra el Festival Internacional de Cometas, un referente promocional para el municipio de La Oliva, que impulsa el Ayuntamiento junto con los comelistas fundadores. Esta última edición contó con más de 200 creadores de ocho países, y se levantaron en vuelo más de 400 cometas. Sin duda, un acontecimiento por el que hacer coincidir una escapada a la isla mayorera.

## SHOW ME, DE YAPCI RAMOS, EN TEA



Tenerife Espacio de las Artes inauguró el pasado 18 de noviembre *Show me*, la primera individual de Yapci Ramos en Canarias tras veinte años de trayectoria artística. Algunas de sus obras audiovisuales y fotográficas más destacadas, realizadas entre los años 2005 y 2018, forman parte de esta muestra, que marca un hito en su carrera, ya que es el proyecto de mayor envergadura realizado hasta fecha. Podrá disfrutarse hasta el 13 de enero de 2019.

# Esta Navidad

regala experiencias y crea recuerdos inolvidables...



Desde **376€**  
4 días

## Lisboa Romántica

Desde Tenerife

### Lisboa Plaza 4\*

4 días / 3 noches

Doble Standard

Alojamiento y desayuno

#### Incluye:

Niños gratis (máx. 2 hasta 12 años)

Vino de Oporto de bienvenida

Precio del 07 al 10/02/19. Consulta más fechas on-line.

## Marrakech, despierta tus sentidos...

Desde Gran Canaria

### Riad Dar Crystal

4 días / 3 noches

Standard

Alojamiento y desayuno

#### Incluye:

Traslados aeropuerto-  
Riad-aeropuerto

Precio del 17 al 20/01/19.

Consulta más fechas on-line.



Desde **370€**  
4 días



Desde **191€**  
3 días

## Totem - Circo del Sol Meloneras-Gran Canaria

Desde Tenerife

### Hotel The Anamar Suites 4\*

3 días / 2 noches

Junior Suite

Alojamiento y desayuno

#### Incluye:

Entrada Premium, PL1 o PL2,  
según selección

Válido del 04/07 al 09/08/19

Precio por persona residente canario en base a ocupación doble, régimen y fechas indicados. Sujeto a disponibilidad.

Vuela con:

**Binter**

## Experiencia gastronómica en Fuerteventura

Desde Gran Canaria  
Iberostar Fuerteventura Palace 5\*\*  
4 días / 3 noches  
Doble  
Media pensión



Desde **276€**  
4 días

**Incluye:**  
Atenciones especiales en la habitación  
Una cena en el Restaurante Teppanyaky  
Degustación de cócteles  
Late check out hasta las 18:00 h.  
(sujeto a disponibilidad)  
Wifi gratuita en todo el hotel  
Válido hasta 30/04/19



Desde **314€**  
4 días

## Bienestar Sanitas per Aqua, Vigo

Desde Tenerife  
Gran Hotel Nagari Boutique & Spa 5\*\*  
4 días / 3 noches  
Loft Premium Doble  
Alojamiento y desayuno

**Incluye:**  
Acceso de 60 minutos al Spa Skyline  
Acceso ilimitado a circuito wellness  
Válido hasta el 30/04/19

## Dirty Dancing en Tenerife

Desde La Palma  
Silken Atlántida 4\*\*  
3 días / 2 noches  
Doble  
Alojamiento y desayuno



Desde **227€**  
3 días

**Incluye:**  
Entradas en Zona C, A1 o A2  
Válido del 27/12/18 al 04/01/19

**Pregúntanos por los bonos personalizados**

Nuestros precios son dinámicos on-line. Consultar resto de condiciones y salidas de todas las islas on-line.



@canariasviaja

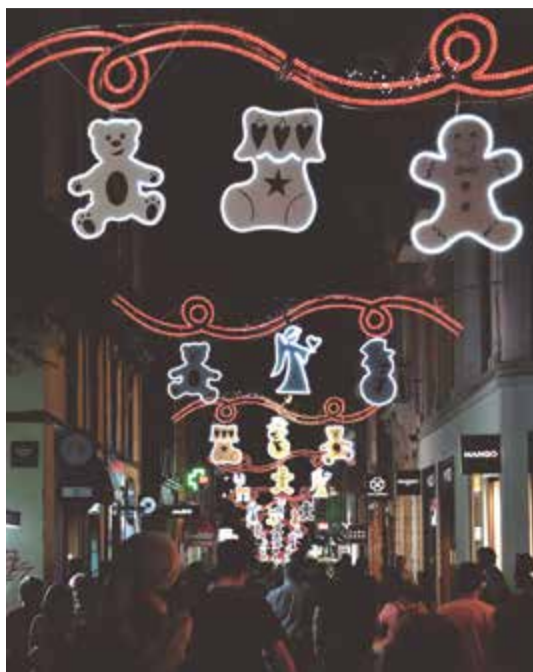
Compra on-line o llama al 922 24 81 61  
**canariasviaja.com**  
Y en tu agencia de viajes

# VIVE LA NAVIDAD SANTACRUCERA



Un año más llega la Navidad y, con ella, momentos mágicos llenos de luz, calor e instantes para compartir con los que más queremos. Uno de los más especiales es salir a la calle en esta época en Santa Cruz de Tenerife, ya sea en busca del regalo perfecto o para impregnarse de la magia de estos días, sintiendo el tintineo de los adornos, viendo brillar las luces que decoran cada rincón y saboreando el olor de las castañas asadas. Santa Cruz en Navidad luce en todo su esplendor.





En sus múltiples comercios (es el municipio con más zonas comerciales del Archipiélago), es posible encontrar ese detalle que andabas buscando, y cuando des con él, sentarte a disfrutar de un momento de descanso en alguno de los numerosos locales de ocio y restauración que inundan las calles.

Acercarse hasta aquí es fácil y cómodo gracias a la oferta de transporte público capitalino, el acertado trazado del tranvía y las facilidades de aparcamiento que ofrecen tanto el intercambiador de TITSA como los numerosos parkings públicos de la ciudad, muchos con descuentos con la compra en comercios seleccionados.

Además, Santa Cruz cuenta con promociones específicas para turistas y cruceristas que visiten la ciudad durante esta época, así como para los que se

alojan en ella, para que puedan conocer de primera mano su infinita programación de actividades durante este periodo tan especial del año.

Compras, actividades, restauración... En Navidad, Santa Cruz es capital del ocio y el tiempo libre de cientos de familias, como confirma Alfonso Cabello, concejal de Promoción Económica del Ayuntamiento capitalino: "Desde el Ayuntamiento, nuestra prioridad es poner las mejores condiciones para que nuestra oferta de ocio sea cada día más atractiva para la demanda social de las familias y del turismo de Tenerife. Hacer fáciles las cosas para seguir". ¿Te animas a descubrirlo?

Consulta en:  
[www.elcorazondetenerife.com](http://www.elcorazondetenerife.com) toda la agenda de actividades para Navidad.



## AUTO SACRAMENTAL DE LOS REYES MAGOS DE TEJINA

Desde hace más de 110 años, Tejina prepara cada 5 de enero su noche más especial. Sus majestades los tres Reyes Magos de Oriente se dan cita en este lugar de la comarca del nordeste de Tenerife y junto a ellos, más de 50 artistas dan vida al pasaje bíblico. El montaje se realiza al aire libre en la plaza de la iglesia de San Bartolomé, que se transforma durante los días previos en el pueblo de Belén, gracias a la colaboración desinteresada de los habitantes del lugar. Año tras año, el evento ha ido consolidándose hasta convertirse en una de las tradiciones señaladas en las fiestas navideñas.

El Auto de Reyes está dividido en tres partes: La Anunciación, La Adoración y La huida a Egipto. El texto ha permanecido inamovible frente al paso de los años, y ese es uno de los pilares más importantes sobre los que se sostiene esta tradición. Una noche verdaderamente mágica no solo para los más pequeños de la casa, una puesta escénica con un aforo de unas 5000 personas. Música en directo, teatro al aire libre, iluminación, sonido y mucha mucha ilusión.

El Auto ha sido nombrado premio CICOP en 2008 por su destacada labor y

trayectoria en la defensa y conservación de los valores intangibles del pueblo canario a través de su arte y de sus tradiciones y por la conservación de su legado histórico más universal.

En la actualidad la asociación cultural Reyes Magos de Tejina trabaja en busca del reconocimiento BIC (Bien Interés Cultural).

Un año más, la plaza de la iglesia de Tejina será testigo, el 5 de enero a las 21:30 horas, de la mayor muestra teatral navideña de Canarias.



ASOCIACIÓN CULTURAL  
REYES MAGOS DE TEJINA

## LAS PALMAS DE GRAN CANARIA, NAVIDAD ENTRE VEGUETA Y LAS CANTERAS

Las Palmas de Gran Canaria es un destino con un encanto propio en Navidad. Desde el belén de arena y el árbol navideño que se levantan en La Puntilla, en uno de los extremos de la playa de Las Canteras, hasta la tradicional iluminación y el ambiente festivo de Triana y Vegueta, el corazón de la ciudad vieja, en la que bullen de actividad tiendas y establecimientos de restauración. Así, en la capital grancanaria es posible disfrutar de las compras propias de la época junto con una amplia oferta de ocio, conciertos en la calle o deporte en la playa (como el surf o el snorkel).

Todo, en un calendario continuo, hasta la noche de Reyes, en la que Triana vive una gran celebración al aire libre.



# CAMPANADAS FIN DE AÑO LOS REALEJOS 2018

rtve

PARA TODA ESPAÑA Y EL CANAL INTERNACIONAL



## BAILE DE PASTORES EN TIJARAFE



En Tijarafe, la Nochebuena (24 de diciembre) se celebra con el tradicional Baile de Pastores, acompañados por el tambor, las castañuelas y el acordeón. Este alegre baile es uno de los actos más genuinos de la Navidad en la isla de La Palma.

## EL FOTÓGRAFO CANARIO EDU HERNÁNDEZ, PREMIADO POR 'RANGEFINDER'



La prestigiosa revista Rangefinder ha distinguido al canario Edu Hernández como uno de los 30 mejores fotógrafos de bodas del mundo. El premio se concede por ser fotógrafos revelación, es decir, que en menos de cinco años de trabajo hayan podido darse a conocer por una labor original, genuina e impactante que sea capaz de transmitir emociones mediante las imágenes que capturan, a través de sus objetivos, en el feliz día de un enlace.



*Feliz  
Navidad*  
*El mejor regalo es disfrutarla juntos*

**Tirma**



## *¡Felices fiestas!*

*La Navidad evoca recuerdos; los recuerdos que llevo conmigo y que forman parte de lo que hoy somos como grupo; treinta y siete navidades de alegrías, **compromiso**, alguna que otra tristeza, muchos paquetes y un coche con motor de motocicleta, personas que nos han acompañado y llevamos en el corazón, **cercanía**, clientes, **responsabilidad**, custodias y archivos, **backups**, aciertos, nuevas instalaciones, la inquietud de nuevos proyectos, buscar la **innovación**, bunkers y soluciones de continuidad, aprender de errores, levantarse y seguir, noches en vela por preocupaciones e ilusiones, más personas que caminan juntas por llegar a la **excelencia**...*

*Un largo camino recorrido y otro aún más largo por recorrer, una vida por la que dar las gracias a los que nos acompañan.*

*Manuel Valle  
Grupo Valora*



928 184 337 - 922 151 154

info@grupovalora.es

**valora**

www.gcic.es



Por *Francisco Belín*  
Ilustración por *Ilustre Mario*

# UNA MESA NAVIDEÑA POR TODO LO ALTO

Varios chefs y una pastelera de renombre configuran estos pasos para un menú de Nochebuena o Nochevieja que pueden dar ideas a amas y amos de casa, *cocinillas* o despistados que lo dejan para el último momento. Producto lucido y sencillez marcan estas sugerencias que pretenden proporcionar alternativas para unas fechas tan especiales. Reserven estas páginas, si lo creen conveniente, porque nos obsequian delicias fáciles de elaborar.

## **Entrante. Lapas en escabeche de malvasía aromática. Abraham Ortega (El Santo, Gran Canaria)**

Escabeche: nos hacemos con un kilo de lapas, un litro de aceite de oliva virgen extra, 150 ml de vinagre de vino blanco, 150 ml de vino malvasía, una cebolla, una zanahoria, una hoja de laurel, cucharada sopera (C/s) de pimentón dulce.

Puré de batata: dos unidades de batata amarilla, una nuez de mantequilla, C/s de sal, C/s de pimienta.

Rehogamos la cebolla y la zanahoria con un poco del aceite; cuando esté transparente, añadimos el pimentón, removemos dos veces y le añadimos el resto de ingredientes del escabeche; lo dejamos hervir tres minutos y trituramos todo y lo colamos para que quede fino y liso. Para el puré de batata, pelamos y cortamos las batatas en trozos no muy pequeños, las ponemos a sancochar durante 10 minutos (dependiendo del grosor) y cuando estén listas las trituramos con mantequilla, sal y pimienta. Reservamos.

Por otro lado, marcamos las lapas para cocinarlas en una sartén muy ca-

liente con un poco de aceite por la parte de la concha (cuando la concha se despegue estará hecha). Esta operación la haremos tres días antes para macerarlas en el escabeche durante ese tiempo. Para emplatar escurrimos las lapas de escabeche y aprovechamos la salsa para pintar el plato de la manera que más nos guste. Ponemos un poco de puré en el plato y unas lapas encima.

## **Mero, berberechos y naranja. Germán Ortega (Aquarela, Gran Canaria)**

Conseguimos unos meros pequeños, enteros, de un kilo, más o menos (que son los más tiernos). Cubrimos los filetes con rodajas de naranjas y lo recubrimos de sal gorda; lo introducimos en el horno a 180 grados unos 10 minutos (por kilo). Para los berberechos hacemos una pica-da de chalotas y la rehogamos con aceite de oliva; cuando esté pochadita, agregamos los berberechos y vino malvasía seco. Cuando se abran retiramos del fuego y añadimos un chorro de naranja y perejil picado. A la hora de emplatar retiramos la sal y las rodajas de naranja y sacamos el filete de mero. Terminamos el plato con los berberechos, el jugo de vino y naranja por encima.

**Carne. Versión de carrillera de cerdo, manos, oliva y arbequina volcánico. Alberto González Margallo (San Sebastián 57, Tenerife)**

Gelatina de cochino: una carrillera de cochino, cuatro manitas de cerdo a la mitad, una cebolla (preferiblemente de la morada), dos zanahorias, sal, media rama de canela, piel de limón y anís estrellado. El aceite de arbequina volcánico llevará sal en escama, piparra en aros y dados de aceituna de la variedad gordal (al ser más grande será más cómodo).

Para la gelatina de cochino pondremos todos los ingredientes en una olla a presión excepto los aromáticos y la piel de limón. Dejaremos 40 minutos, apagamos, colamos y reservamos el agua resultante, reducimos a la mitad, rectificamos de sal, pondremos los aromáticos y la piel de limón. Dejaremos infundir durante 20 minutos, tapado con una tapa o con film. Colamos el agua de cochino, retiramos los aromáticos y vertemos en una bandeja. Formaremos una capa muy fina. Guardamos en la nevera y dejamos gelificar.

-

***La relación de recetas navideñas en el número de diciembre de NT se ha convertido en tradición, con propuestas de cocineros cuya implicación con el producto de cercanía es incuestionable***

-

Para la aceituna deshidratada, la pondremos en el horno a 80 grados durante tres o cuatro horas. Dejaremos enfriar y trituramos con un molinillo eléctrico, con pequeños golpes. Dos o tres toques a máxima potencia será suficiente. Con una espátula sacamos la gelatina de cochino y

ponemos en un plato, estiramos formando una lámina y esa será la base de nuestro plato. Sobre esta base colocaremos los aros de piparra, los dados de aceituna de la variedad gordal y espolvorearemos con la aceituna negra deshidratada.

**Postre. Vaso de parchita, chocolate y pistacho. Laura Suárez (Haydée, Tenerife)**

Creoso chocolate negro: 500 gr de chocolate negro, 400 ml de leche, 400 ml de nata, 160 ml de yema, tres gramos de sal, cinco gelatinas, 50 gr azúcar. Espuma de parchita: 600 ml de puré de pasión, 200 ml de yogur griego, 120 ml de nata, 120 gr de azúcar, cuatro gelatinas. Calentamos la nata más el azúcar y fundimos la gelatina. Añadimos el resto. Aparte, un “financiero”: 190 gr de almendra en polvo, 150 gr de glas, 270 ml de claras, 75 ml de nata, 10 gr de maicena, 50 gr de chocolate blanco. Llevar todo con vainilla menos el chocolate. Cuando todo esté bien integrado, añadimos el chocolate y fundimos. Horneamos a 180 °C durante 12 minutos. Ponemos en la base cremoso de chocolate, pistachos garrapiñados encima, trozos de “financiero” cortado en dados y terminar con la espuma de parchita.

La relación de recetas navideñas en el número de diciembre de NT se ha convertido en tradición y, como toda entrañable tradición, se basa en el denominador común de poner en nuestra mesa matices culinarios de nuestras islas de la mano de cocineros cuya implicación con el producto de cercanía es incuestionable. Además, estos artífices de una cocina de empaque nos han obsequiado estas recetas con enorme cariño y consideran que los que se animen a seguir las tienen un margen más que amplio para versionarlas *a su manera*. ¡Ah, los maridajes! Alcemos las copas de cualquier buen vino canario.



**montesano**

SINCE 1965

— CULTO AL IBÉRICO —

Donde  
**Nace**  
y se **hace**  
el **Ibérico**



**montesano**

SINCE 1965

— CULTO AL IBÉRICO —



[www.ibericosmontesano.es](http://www.ibericosmontesano.es)



Envíos a la Unión Europea.  
Consúltenos.



Información y pedidos:



+34 / 924 - 750 - 221



[Pedidos@ibericosmontesano.es](mailto:Pedidos@ibericosmontesano.es)



Por *Francisco Belín*  
Ilustración por *David Ferrer*

# ABRAHAM ORTEGA: “SOY FIEL A MIS PRINCIPIOS EN COCINA”

“Gran Canaria, en el contexto gastronómico del Archipiélago, está creciendo; estuve cuatro años fuera y cuando regresé era visible ese cambio para bien”. Son sensaciones de Abraham Ortega, chef de El Santo (Las Palmas de Gran Canaria).

El chef considera que en la restauración de la Isla falta todavía “para ponernos a la par de Tenerife o Lanzarote, pero al final nos pondremos las pilas y estaremos ahí: es necesario y cuestión de estrategia y tiempo”. Ortega se define “como transgresor: no quiero agradar a todo el mundo; sé que es un poco contraproducente, porque esto es un negocio, pero hay que ser fieles a los principios personales, a un trabajo de fondo”. “Reivindicamos nuestros productos, las joyas que valoraron nuestros abuelos y padres; también las algas o el camarón soldado. Todo en elaboraciones sencillas, con

pocos ingredientes en el plato pero con sabores muy marcados; siempre nos gusta tocar esos productos que no son tan conocidos en nuestra gastronomía”.

“Cambiamos muchas veces de carta –señala–, pero el santo y seña de nuestro establecimiento es la ensaladilla de batata de Lanzarote con cherne salado, bastante agradable e interesante por contraste de los matices dulzones; y las papas negras con mojo rojo tradicional (como hacía mi abuela toda la vida) y otra versión en forma de nieve, que es un plato bastante curioso y que el cliente no se espera”.

## UNOS QUESOS DE PREMIO



**El ganado, su alimentación y la forma de procesar la leche hasta convertirla en queso son factores tan diversos como la identidad de nuestras islas. Por eso, los quesos canarios, tan ricos y singulares, fruto del trabajo y de la tradición transmitida de padres a hijos, son tan únicos como el archipiélago al que pertenecen.**



Los quesos canarios gozan de gran reputación y fama dentro y fuera de nuestras islas, por su excelente calidad, su frescura y su cuidada elaboración. Debido a su privilegiada situación geográfica, marcada por particulares temperaturas y condiciones climáticas, el Archipiélago cuenta con gran variedad de flora, que hace que la dieta del ganado sea rica en elementos nutritivos que, inevitablemente, son transmitidos a nuestros quesos. Son elaborados mediante cuidados procesos de producción con leche de cabra, principalmente, aunque también en gran medida de oveja y vaca. Las razas, en su mayoría autóctonas, dan, aún más si cabe, identidad y sabor a este producto.

Cada una de las Islas tiene sus propios quesos, con sus particularidades y señas de identidad, y tres de ellas cuentan con Denominación de Origen Protegida: Gran

Canaria, con sus quesos de flor (en los que se utiliza cuajo vegetal de la flor de cardo), de media flor (con cuajo vegetal y animal) y de Guía (elaborado con cuajo animal); Fuerteventura, orgullosa de ser la primera en ostentar esta calificación, con quesos elaborados con leche de raza majorera; y La Palma, con su DOP queso palmero, también elaborado con leche de cabra, esta vez de raza de la Isla Bonita.

No quedan atrás los quesos herreños, ingrediente fundamental de las famosas quesadillas; los gomeros, también imprescindibles para un buen almogrote; los lanzaroteños, tradicionalmente untados con pimentón y aceite; y los tinerfeños, blancos, curados y semicurados. Unos quesos de excepción, premiados en prestigiosos certámenes como los World Cheese Awards. Un abanico que ofrece infinitas posibilidades por descubrir, ¡solo hay que probarlos!

## BRISA MARINA (JUAN EL MAJORERO), COCINA CANARIA Y DEL MAR

Juan Cabrera (el Majorero) es de los mayores productores de alegría de Lanzarote. Lo saben los que llegan a su local, con el mar, la Isla de Lobos y Fuerteventura delante. Lo suyo es la cocina exuberante. Lo que él no tiene en pescado está fuera de temporada. Por eso una comida allí, en su colosal ambiente, resulta grandiosa. Aprenda en castellano los nombres fáciles del pescado que allí se come: vieja, mero, cherne, sama, abae, pámpano, medregal. La blanca merluza que se coge en La Graciosa, El Golfo y La Santa es un



portento de delicadeza, lo mismo que el marisco fresco. Mención merece el atún, que en época brota

con recetas exquisitas como el tataki o el tartar. Hay carnes Txogitxu, cerdo ibérico, cordero y cabrito.

**PASTO y bellota**  
CARNICERÍAS

PRESENTA

**Ternera**  
— ROSADA REAL —

**La veta es bella**

Busca la veta de nuestra Ternera Rosada Real y disfruta de una carne excepcional.

pastoybellota.com  

GARANTÍA  
VARA del REY  
DE CALIDAD

# *Una vez más, en los World Cheese Awards la calidad de nuestros quesos es confirmada por los mejores expertos internacionales*

## **MAXORATA SEMICURADO UNTADO CON PIMENTÓN**

**MEDALLA SUPERGOLD, TOP 16 MUNDIAL Y MEJOR QUESO ESPAÑOL** entre 3.472 quesos en los **World Cheese Awards 2018**



**MEDALLA ORO**  
Majorero DOP  
Maxorata curado untado con pimentón



**MEDALLA ORO**  
El Tofio semicurado untado con gofio



**MEDALLA PLATA**  
Manchego DOP  
Tobar del Oso curado



**MEDALLA PLATA**  
Manchego DOP  
Tobar del Oso semicurado



**MEDALLA PLATA**  
Majorero DOP  
Maxorata curado Reserva Especial



**MEDALLA BRONCE**  
Majorero DOP  
Maxorata semicurado Gourmet



**MEDALLA BRONCE**  
El Tofio curado untado con pimentón

*Una familia de exquisito sabor*



GRUPO GANADEROS DE FUERTEVENTURA S.L.



Selectum

Tobar del Oso

## NAVIDAD CON LAS MEJORES CARNES EN BRUNELLI'S STEAKHOUSE



Después de que recientemente se celebrara su tercer aniversario, y ahora que se acerca una época de reuniones alrededor de una buena mesa, Brunelli's continúa afianzándose como el mejor restaurante de carnes de Tenerife. Y, en esta ocasión, lo hace con dos menús especiales, para Nochebuena y Fin de Año, que harán las delicias de los comensales gracias a sabrosos entrantes, las mejores carnes y postres de lujo, entre otras

exquisiteces. Los amantes de la buena cocina podrán disfrutar de una experiencia gastronómica excepcional diseñada especialmente para estas fechas, con el protagonismo indiscutible de unas carnes cuidadas al detalle y de unas cualidades a la altura de la ocasión: tiernas, jugosas y llenas de sabor.

Se recomienda reservar cuanto antes:  
T. +34 922 062 600



**Brunelli's**  
STEAKHOUSE

American  Style

La mejor carne  
a este lado del Atlántico







**NUEVO**  
CHOCOLATE NEGRO

**70**<sup>0/0</sup>  
CACAO



*La Isleña*

laisleña.es

## UN SABOR SIN IGUAL



100% autóctono de La Palma. Carne de la Isla con sello propio en el gastrobar El Duende del Fuego. ¡Saboréala y déjate llevar por el placer de probar algo único!

Calle Teniente Gral. González del Yerro, 11.  
Los Llanos, La Palma.

T. 922 401 002

## 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.

Requena, 9, El Cotillo.  
Fuerteventura.  
T. 928 538 685

## RESTAURANTE BAOBAB



En Santa Cruz de Tenerife, en la calle de la Noria, Baobab ya tiene sus menús de Navidad. Es uno de los restaurantes favoritos para celebrar eventos por su salón y la azotea. Destacan su cochinito segoviano a baja temperatura y su buena selección de vinos.  
baobab@foodis.es

T. 922 296 857  
www.baobabcanarias.es



EXPERTOS



GANADEROS

VACAS  
**FRESQUIUM**

— FRESCURA·PREMIUM —

\*\*\* 1890 \*\*\*

Ser una vaca fresquium es:

- > Estar criada al aire libre en 4.500 hectáreas de finca.
- > Estar alimentada con los mejores pastos.
- > Ser de las mejores razas de vacuno (angus, avileña y retinta).
- > Una vaca sana y nuestra.

# ¿Tomamos un café?



## STARBUCKS®

Disfruta con nosotros de un latte, cappuccino o tu bebida Starbucks favorita. Esperamos verte en cualquiera de nuestras tiendas en Canarias y hacer tu bebida exactamente como a ti te gusta.

Nos puedes encontrar en:

**Gran Canaria:** Paseo las Canteras 24 • El Corte Inglés Mesa y López • C. C. Alisios

**Tenerife:** Casa Miranda, Puerto de la Cruz • El Corte Inglés Tres de Mayo • C. C. Parque Santiago 6, Arona • C. C. Siam Mall, Adeje

## UNA UVA ÚNICA

La Gomera es la isla de viticultura heroica por excelencia, donde majestuosos paredones de piedra escalan sus laderas para producir una uva única y singular, la forastera gomera, que da lugar a vinos frescos como el alisio, suaves, frutales y volcánicos. Degustar nuestros vinos significa conservar nuestro paisaje, nuestra cultura, nuestras tradiciones, nuestro rico patrimonio varietal, y los viticultores gomeros, con su esfuerzo y dedicación, son los guardianes. Nuestras cepas actúan de cortafuegos frente a incendios forestales, sal-



vaguardan nuestra ancestral laurisilva y protegen el suelo de la erosión y la escorrentía. Saborear una copa de forastera gomera nos lleva a apreciar aún más la esencia de nuestra Isla Mágica.

**C.R.D.O.P. LA GOMERA**  
Avda. Guillermo Ascanio,  
n.º 16, 1.º dcha.  
Vallehermoso (La Gomera)  
Tfno. y fax: 922 800 801  
vinoslagomera@gmail.com  
www.vinoslagomera.com

## CANARIAS, PROTAGONISTA EN LA FRUIT ATTRACTION DE MADRID

El pabellón de Canarias en Fruit Attraction en Madrid, una de las ferias del sector hortofrutícola más importantes del mundo, fue uno de los más visitados, ha informado Radio Televisión Canaria.

Un referente de productos de calidad como el plátano y el tomate, pero también de frutos tropicales y subtropicales únicos que además se producen a lo largo de todo el año.

CANARIAS, MADEIRA, AZORES, MARTINICA, GUADALUPE, SAN MARTÍN, GUAYANA FRANCESA, MAYOTTE Y REUNIÓN

## ULTRAPERIFÉRICOS Y ULTRAESPECIALES

En Canarias nuestros productos son nuestra mayor riqueza. Por eso es justo diferenciarlos con un sello que los identifique: el sello de Productos Regionales Ultraperiféricos de la Unión Europea.

Garantiza que vamos a consumir frutas, verduras, carnes, pescados, quesos, vinos y conservas locales de calidad, sostenibles e integrados en nuestro territorio, que van directamente del productor a tu mesa.

Una merecida distinción a una producción que es fruto del trabajo realizado en difíciles condiciones geográficas, orográficas y climáticas diferentes del continente. Condiciones que nos convierten a los que integramos las RUP en ciudadanos singulares de la Unión Europea.



 CANARIAS

*Elige lo nuestro*

 **Gobierno de Canarias**  
primero Canarias



[WWW.GRUPOJUCARNE.ES](http://WWW.GRUPOJUCARNE.ES)



## **BINTER Y EMBRAER SELLAN LA COMPRA DE NUEVOS AVIONES REACTORES**



**Binter ha firmado con el fabricante aeronáutico Embraer la compra de tres aeronaves E195-E2, las primeras adquiridas por una aerolínea europea. Además, el contrato también incluye la opción de compra de dos aeronaves adicionales del mismo modelo. “Desde Binter siempre hemos apostado por brindar a nuestros clientes un servicio de calidad y para nosotros es clave la modernidad de nuestra flota”, señaló en la firma el presidente de la aerolínea, Pedro Agustín del Castillo. Añadió que han elegido una configuración de 132 plazas que permite ganar una pulgada de espacio entre asientos, lo que aporta un confort “casi de clase business”.**

La renovación de la flota de Binter ha sido una constante desde que la compañía fue adquirida por empresarios canarios, en el año 2002. Desde entonces, la aerolínea ha comprado 36 aeronaves nuevas, todas del fabricante ATR, en una operación de más de 700 millones de euros.

“Cerrar un contrato de más de 342 millones de dólares no ha sido fácil, pero lo hemos conseguido gracias a la solvencia y trayectoria de la compañía, a la capacidad de negociación de nuestro consejero delegado y el apoyo de Deloitte”, explicó Rodolfo Núñez, vicepresidente de Binter, que señaló que la prudencia con la que ha trabajado la aerolínea testando con anterioridad la viabilidad de los mercados también fue importante.

Además de la adquisición de estas aeronaves y la opción de compra de otras dos, el programa de ampliación de flota de Binter incluye también otros elementos como motores de repuesto, equipamiento, entrenamiento de personal o *stock* de recambios.

Los directivos de la compañía indicaron que esta ampliación de flota supondrá la creación de nuevos puestos de trabajo en las empresas del sistema. “Por cada avión son necesarias unas 30 personas solo en tripulaciones, más otro tipo de personal especializado, por lo que calculamos que se crearán unos 150 nuevos empleos”, comentó Rodolfo Núñez.

Los nuevos aviones, que empezarán a llegar en octubre de 2019, irán destinados a mejorar la conectividad de Canarias con los destinos internacionales con los que opera la compañía aérea, lo que posibilitará seguir avanzando en su expansión en África gracias a su mayor autonomía de vuelo.



### E195-E2 de Embraer

Binter ha adquirido la aeronave más grande y moderna de la familia de reactores comerciales bimotores de medio alcance E-Jet E2, y la ha encargado con una configuración especial de 132 asientos, en clase única y una cómoda distancia entre ellos de 31 pulgadas.

El interior del E2 es un referente en la industria aeronáutica gracias a su configuración de asientos en 2+2, sin asiento intermedio, y su compartimento superior puede adaptarse para albergar hasta una maleta de equipaje de mano por pasajero, duplicando la capacidad de los reactores regionales convencionales.

Los E-Jet E2 son los reactores de pasillo único más silenciosos, limpios y eficientes del mundo, y ofrecen importantes mejoras, no solo en términos de consumo de fuel, sino también en costes de mantenimiento.

## BINTER AMPLÍA EL ACUERDO DE CÓDIGO COMPARTIDO CON SATA

Binter ha ampliado el acuerdo de código compartido que mantiene con la compañía SATA y ya comercializa vuelos entre Canarias y Boston, con escala en Punta Delgada, en el archipiélago de Azores.

La colaboración entre Binter y SATA mejora la comodidad de los pasajeros, que pueden realizar el trayecto que parte desde la isla de Gran Canaria hacia Boston con un solo billete que incluye los dos trayectos, bajo un único código de vuelo y con una facturación única. Además, la compañía Binter ofrece vuelos interinsulares gratuitos en esta ruta a los pasajeros procedentes de otras islas del archipiélago canario.

El vuelo inaugural partirá desde Gran Canaria el sábado, 6 de abril de 2019, a las 12.15, y aterrizará en Punta Delgada a



las 14.15 horas. De allí, despegará hacia Boston a las 15.45 y llegará a las 17.25 del mismo día 6 de abril.

A partir del 12 de junio, Binter y SATA realizarán una frecuencia más a la semana, en el mismo horario. El vuelo de salida hacia Boston será los martes y el de regreso saldrá el lunes desde Boston y aterrizará en Gran Canaria el martes.

## FUERTEVENTURA SE SUMA A LOS AEROPUERTOS CON SERVICIO DE RECOGIDA PREFERENTE DE VEHÍCULOS

La *recogida preferente* es un servicio de alquiler de vehículos sin coste adicional con el que Binter, de la mano de Cicar, busca mejorar la experiencia de sus pasajeros, facilitándoles un acceso rápido al vehículo reservado sin colas, esperas, ni pesados trámites.

Hasta el pasado mes de octubre, este servicio se prestaba en los aeropuertos de Gran Canaria y Tenerife Norte, a los que ahora se ha sumado también el aeropuerto de Fuerteventura.

Los clientes que compren su billete a través de la web de la aerolínea y sean titulares BinterMás Oro o Plata, así como aquellos que adquieran la tarifa FlexiMás, podrán beneficiarse de esta exclusiva ventaja.



Gracias a este servicio, el cliente tendrá la posibilidad de acudir directamente al punto de recogida de Cicar habilitado en el parking del aeropuerto y retirar su vehículo de forma sencilla.



Volamos por ti



**Binter**

# ¿Por qué volar con nosotros es una experiencia única?

Ventajas gratuitas pensadas para ti.

Disfruta de estos **servicios sin coste** que hacen que tu vuelo sea único.



Snack de cortesía a bordo\*



Entretenimiento a bordo\*\*



Prensa



Equipaje en bodega y de mano incluido



Selección de asientos\*\*\*



Más espacio entre asientos

\* El menú varía en función del destino.

\*\* Servicio disponible en aviones ATR-72.

\*\*\* Servicio exclusivo para vuelos internacionales, Mallorca y Vigo. Asientos XL excluidos.

Volamos por ti ✈️

**Binter**

Nuevo

# Entretenimiento a bordo

Disfruta de nuestro servicio de entretenimiento a bordo siguiendo estos sencillos pasos:

- ✈️ 1. Activa el modo avión de tu smartphone o tablet
- 📶 2. Conéctate a la red wifi "Binter-AirFi"
- 🌐 3. Entra en tu navegador y accede a [www.airfi.aero](http://www.airfi.aero)
- 👉 4. Navega por las diferentes secciones y disfruta del contenido



Volamos por ti ✈️

**Binter**

**Vigo**

Vuelos directos para disfrutar  
de un mar de sabores

**En Navidad,**  
hay tarjetas para felicitar  
y otras que permiten  
compartir felicidad...



**Con BinterMás puede regalar experiencias inolvidables  
llenas de fantasía sin renunciar a las grandes ventajas  
de su tarjeta.**

Dispone de multitud de ideas y más de 30 empresas asociadas  
como complemento perfecto para disfrutar de la Navidad.  
Descanse y diviértase, solo tiene que elegir.

Feliz Navidad y próspero Año Nuevo

***BinterMás***

## Prepare su mejor plan para Navidad...

Vuelos, noches de hotel, escapadas, talasoterapia, compras...

**Binter**

**IBERIA**



**AVIS**



**bankinter.**



**canaria.viaja.com**



**Barceló**  
HOTEL GROUP

**beCordial**  
hotels & resorts



**GLORIA**  
Thalasso & Hotels



**MELIÀ**  
HOTELS INTERNATIONAL



Puede consultar las condiciones completas de obtención y utilización de puntos en [bintermas.com](http://bintermas.com) o en el 902 391 392.



Iberostar Playa Gaviotas Park. Fuerteventura

## IBEROSTAR HOTELS & RESORTS

SUME PUNTOS x2

Para celebrar la Navidad Iberostar le ofrece doble puntuación en los hoteles Iberostar de la isla de Fuerteventura.

**Iberostar Playa Gaviotas** 100+100 puntos/noche  
**Iberostar Playa Gaviotas Park** 100+100 puntos/noche  
**Iberostar Palace Fuerteventura** 200+200 puntos/noche

[iberostar.com](http://iberostar.com)  
 902 995 555

Validez diciembre 2018.



## BARCELÓ HOTEL GROUP

SUME PUNTOS x2

Alójese durante el mes de diciembre en el hotel Allegro Madeira, solo adultos, de Barceló Hotel Group y sume el doble con su alojamiento.

**Allegro Madeira** 290 + 290 puntos/noche

[barcelo.com](http://barcelo.com)  
 902 101 001

Validez diciembre 2018.



## CICAR

### BENEFICIO EXCLUSIVO UPGRADE

Esta Navidad presente su tarjeta BinterMás al reservar su coche y disfrute de categoría superior<sup>1</sup>. 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.

**UPGRADE de categoría.**  
 Además sume desde 40 hasta 100 puntos/día de alquiler

[cicar.com](http://cicar.com)  
 +34 928 822 900

Validez diciembre 2018. 1.- Sujeto a disponibilidad y fechas de alta demanda.



## TALASOTERAPIA LAS CANTERAS

### TRATAMIENTO ALOE NATURA

Regálese bienestar y disfrute de las múltiples propiedades terapéuticas del aloe vera con el tratamiento Aloe Natura. Incluye: Peeling corporal, Masaje relajante y Jacuzzi con aloe vera.

	<b>Sume</b>	<b>Utilice</b>
<b>Aloe Natura</b>	<b>175</b>	<b>5.800</b>

[talasoterapialascanteras.com](http://talasoterapialascanteras.com)  
+34 928 271 170

Validez diciembre 2018. Duración 1 hora y media.



## SALOBRE HOTEL RESORT & SERENITY

### UTILICE PUNTOS ESPECIAL

Aproveche la promoción especial "Spa + Almuerzo" que le ofrece Salobre Hotel Resort, y disfrute de los beneficios exclusivos que le ofrece este fantástico hotel de categoría 5\*.

#### Spa + Almuerzo 13.000 puntos/persona

- Entrada al circuito Aloe Wellness. 2 horas (Circuito de aguas. Novedad: Cabina de oxigenoterapia)
- Almuerzo en el nuevo S Club (Incluye: Entrante, plato principal y postre)

[salobrehotel.com](http://salobrehotel.com)  
+34 928 943 000

Validez diciembre 2018. No incluye bebidas.

# Lanzarote

Desde **3500 + 151 €** **Puntos BinterMás** Por persona

Vuelo + Hotel 5\*

**H10 Rubicón Palace 5 \***  
3 días / 2 noches  
Habitación doble  
Alojamiento y media pensión

**BinterMás**

Precio por persona residente canario desde Gran Canaria en base a ocupación Doble. Plazas limitadas. consultar resto de salidas on-line. Válido para compras en Diciembre y estancias del 07/01 al 31/01/2019.

Compra on-line o llama al 922 24 81 61


Acumule y use puntos BinterMás con: **canariasviaja.com**

CanariasViaja - Agencia de viajes I-AV-0000094.7/3 C. El Pilar 2B - Local A - Entresuelo 38002 - S/C de Tenerife



 @tete\_jm




 Spooner † @deelan95



 Vane White



 @teresaortizmartinez

# #VOLANDOCONBINTER

¿Quieres compartir tu experiencia Binter?

Ver el paisaje desde la ventanilla, disfrutar de nuestro servicio a bordo, un instante del vuelo... ¿Quieres compartir tu “momento Binter”? Sube tu experiencia con nosotros a Facebook, Twitter o Instagram con la etiqueta #volandoconBinter y recuerda mencionarnos. Cada mes publicaremos cuatro imágenes. ¡Te esperamos!

 /bintercanarias

 @binternt

 @bintercanarias



# Menú de cortesía en los vuelos nacionales e internacionales National and 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
Humus	Humus
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.

\*\* Por limitación de espacio del avión, la disponibilidad de bebidas puede verse afectada durante el servicio. Disculpen las molestias.

\*\* Due to limited space on the plane, the availability of drinks can be disrupted during the flight. We apologize for any inconvenience caused.

# Binter

## Volamos por ti

**180** vuelos diarios — **3,4 millones** de pasajeros al año

**8** destinos interinsulares — **2** destinos nacionales

**13** destinos internacionales

### Interinsulares

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

### Nacionales

Mallorca — *Lunes, miércoles, jueves y sábados*

Vigo — *Martes, miércoles, jueves y domingos*

### Binter Cabo Verde

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

### Interinsular Madeira

*Porto Santo*

### Internacionales

Marrakech — *Jueves y domingos*

Agadir — *Lunes y viernes*

El Aaiún — *Martes, jueves, viernes y domingos*

Lisboa — *Jueves y domingos*

Cabo Verde — *Martes, viernes y domingos*

Madrid — *Martes, jueves, sábados y domingos*

Dakar — *Lunes y viernes*

Banjul — *Sábados*

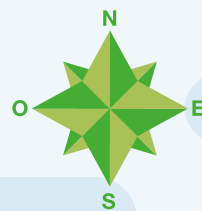
Nuakchot — *Lunes, miércoles y sábados*

Dajla — *Miércoles y sábados*

Casablanca — *Lunes y jueves*

\* Azores: *domingos. Operado por SATA*

\* Boston: *martes y sábados. Operado por SATA*



Actualizado a noviembre 2018

Exija certificado de autenticidad. TOUS es una marca registrada de S. Tous, S.L.

GWYNETH PALTROW in  
**Tender Stories N°9**  
*Check it out at Tous.com*



**TOUS**

JOYEROS DESDE 1920

Las Palmas de Gran Canaria. C/ Viera y Clavijo, 20 / CC Las Arenas  
Santa Cruz de Tenerife. San Lucas, 68 / Siam Mall

