

NT

TREINTA AÑOS VOLANDO JUNTOS

Juan Manuel Palerm – Vigo y Julio Verne – El Dakar de Saliou Traoré
Parque Natural de Madeira – Mauro Quintero – De Los Roques a Imada
Playa del Inglés – Riesgo cardiovascular

ESPECIAL FORMACIÓN P.104

Grados y Dobles Grados

EMPRESA

Dirección y Creación de Empresas (ADE)
Dirección y Creación de Empresas (ADE) +
Marketing y Dirección Comercial
Dirección y Creación de Empresas (ADE) UEC +
Derecho UEM

SALUD Y DEPORTE

Fisioterapia
Fisioterapia. Curso de Adaptación al Grado
Enfermería
Ciencias de la Actividad Física y del Deporte
Curso de preparación para estudios en Salud
Grado en Psicología*

TURISMO

Dirección Internacional de Empresas de Turismo
y Ocio
Dirección y Creación de Empresas + Dirección
Internacional de Empresas de Turismo y Ocio

MARKETING Y PUBLICIDAD

Comunicación Publicitaria
Dirección Internacional de Empresas de Turismo
y Ocio + Marketing y Dirección Comercial

ARQUITECTURA

Fundamentos de la Arquitectura

Postgrados

ÁREA DE EMPRESA

Máster Universitario en Dirección y Gestión Hotelera
Máster Internacional en Dirección y Gestión Hotelera
Máster en Big Data y Business Analytics
Curso de Experto en Tributación y Planificación Fiscal
Postgrado en Elaboración e Implantación de
Planes de Autoprotección
Máster Universitario en Dirección de Empresas (MBA)

ÁREA DE ARQUITECTURA E INGENIERÍA

Máster Universitario en Arquitectura (Habilitante)
Máster Universitario en Energías Renovables (Online)

EDUCACIÓN

Máster Universitario en Formación del Profesorado
de Educación Obligatoria y Bachillerato
Formación Profesional e idiomas*

ÁREA DE SALUD Y DEPORTE

Máster Universitario en Urgencias, Emergencias
y Críticos en Enfermería
Máster Universitario en Psicología General
Sanitaria *
Curso de Experto en Enfermería en Áreas
de Cuidados Críticos
Curso de Experto en Enfermería de Urgencias
Extrahospitalarias
Máster en Salud Pública (Online)
Máster en Entrenamiento y Readaptación Deportiva
Curso de Experto en Entrenamiento, Deporte
y Salud
Máster Universitario en Terapia Manual Ortopédica
en el Tratamiento del Dolor

*(Título pendiente verificación Aneca)

922 097 091

admisiones.canarias@universidadeuropea.es



**La perfección es
inalcanzable, pero es
una buena meta.**

QUESTION EVERYTHING

 **Universidad
Europea Canarias**



TREINTA AÑOS PASAN VOLANDO

Dicen que la vida pasa volando y es verdad. Parece que fue ayer cuando se creó una compañía aérea regional para volar en Canarias y, sin embargo, se diría que llevamos toda una vida volando juntos y que Binter forma ya parte del acervo canario.

A lo largo de estos años son muchos los comentarios que he ido atesorando de conocidos sobre lo que Binter es para ellos. Hay quien dice que cuando alguien le pregunta dónde vive, él responde de forma casi automática “en Binter”. También hay muchos pasajeros que nos cuentan que cuando vuelven de viajes internacionales, solo con poner un pie en nuestro avión ya se sienten como en casa o quien dice que al subir a bordo de uno de nuestros aviones acostumbra agradecer el poder volar rápido y seguro para poder atender a una agenda repleta de reuniones y eventos en muchos lugares diferentes.

Estas son solo algunas experiencias personales que llegan a mis oídos, pero estoy convencido de que todos los canarios podrían contar alguna vivencia relacionada con Binter, incluso los que nunca han volado, porque en un archipiélago como el nuestro el avión se ha convertido en un transporte imprescindible y en un medio para viajar, estudiar, encontrarse con la familia, mantener el contacto y para trabajar y desarrollarnos.

Este mes de marzo es muy especial para la familia Binter. La compañía que empezó a unir las Islas y a los canarios el 26 de marzo de 1989 cumple 30 años. Desde entonces, mucho han cambiado las cosas. Nuestros pasajeros de hoy no son los mismos de ayer. Sus necesidades, sus gustos y su forma de viajar y de relacionarse con nosotros cambian constantemente. Por eso en Binter tampoco somos los mismos que hace 30 años.

En 2002 un grupo de empresarios canarios decidimos emprender una aventura al adquirir la compañía aérea. No ha sido un camino fácil, pero siempre hemos compartido el sueño de dar alas a los canarios y apostar por un servicio de calidad. Hoy, con capital 100 % canario y más de 1500 empleados, operamos 180 vuelos diarios de media para transportar a los 3,6 millones de pasajeros que nos eligieron para volar en 2018.

Actualmente somos la única aerolínea que une todas las Islas, conectándolas, además, con 11 destinos internacionales en África y Portugal y con dos destinos nacionales fuera de Canarias. También ofrecemos el servicio de transporte interinsular en Madeira y en Cabo Verde, con una compañía aérea caboverdiana. Toda esta operativa la realizamos con una flota de aviones y de equipos de handling

que son reconocidos por su modernidad, comodidad y por su eficiencia energética, para lo que hemos realizado un gran esfuerzo inversor.

Si algo hemos aprendido en estos 30 años es que no podemos contentarnos con lo que tenemos y que el movimiento nos hace crecer como personas y como empresa. Por eso siempre estamos en movimiento. Trabajamos cada día para adaptarnos a nuestros pasajeros, no solo para cubrir sus necesidades actuales, sino para adelantarnos a las de mañana. Próximamente ampliaremos nuestra flota con varios reactores E192-E2 de Embraer, lo que nos permitirá aumentar las plazas y la distancia a recorrer, tal vez para volar a nuevos destinos.

Esta inquietud por la evolución constante nos ha llevado también a desarrollar un sistema empresarial vinculado al transporte aéreo, pero que abarca áreas de negocio que nunca antes se habían explorado en Canarias y en las que hemos alcanzado altas cotas de calidad.

Les hablo de áreas como la fabricación de piezas aeronáuticas o el mantenimiento de aviones, pero también de otras como el handling, la logística y la carga aérea, la ingeniería de la información y las comunicaciones o la formación aeronáutica. Empresas con las que creamos puestos de trabajo cualificado y que ofrecen servicios que ayudan también al desarrollo de la industria en Canarias.

Pero nos engañaríamos si pensáramos que todo esto lo hemos conseguido nosotros solos, porque este desarrollo no sería posible sin los pasajeros que cada día llenan nuestros aviones y nos eligen para llegar a su destino; para nosotros son lo más importante.

Somos conscientes de que en Binter transportamos a las personas y también a sus sueños, ilusiones, esperanzas, proyectos y sentimientos, y por eso nos esforzamos por ofrecerles una atención especial y un servicio de calidad.

A todos los pasajeros que han volado alguna vez con nosotros a lo largo de estos 30 años, y a todos ustedes, quiero darles por ese motivo las gracias.

Muchas gracias por elegirnos y por muchos años más volando juntos.

Pedro Agustín del Castillo
Presidente

STAFF

DIRECCIÓN

Juan Manuel Pardellas · director@barabaracomunicacion.com

REDACCIÓN

Sylvia Madero · redaccion@barabaracomunicacion.com

CORRECCIÓN

Lavadora de textos

COLABORADORES EN ESTE NÚMERO

Enrique Areilza, Galo Martín Aparicio, Belén Rodríguez Rodríguez, Patri Cámpora, Juan José Ramos Melo, Aarón Rodríguez González, Álvaro Morales, Cristina Torres Luzón, Selu Vega, Diego Ojeda, Ángeles Arencibia, Jesús Villanueva Jiménez, Francisco Belín.

DIRECCIÓN CREATIVA Y MAQUETACIÓN

great · greatttt.com · estudio@greatttt.com

DIRECCIÓN DE FOTOGRAFÍA

Rocío Eslava

FOTO DE PORTADA

Felipe Rizo

FOTOGRAFÍAS

Galo Martín Aparicio, Mamadou Gomis, Salvador Aznar, Patri Cámpora, Juan José Ramos Melo, Alexis W, Sebastián Guzmán García, Jonay P.Matos, Selu Vega, El Museo Canario de Las Palmas de Gran Canaria, Francesca Phillips, Cebrián, Poldo Cebrián, TEA Tenerife Espacio de las Artes, Nielsen Restaurante.

ILUSTRACIONES

David Ferrer, Ilustre Mario, Tom Eigenhufe.

PUBLICIDAD

publicidad@barabaracomunicacion.com · 922 897 517

BINTER

Pedro Agustín del Castillo · Presidente
Rodolfo Núñez · Vicepresidente
Alfredo Morales · Consejero delegado
Noelia Curbelo · Relaciones Institucionales y Comunicación

SÍGUENOS EN LA WEBSITE Y LAS REDES

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

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

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

Escríbenos a 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

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



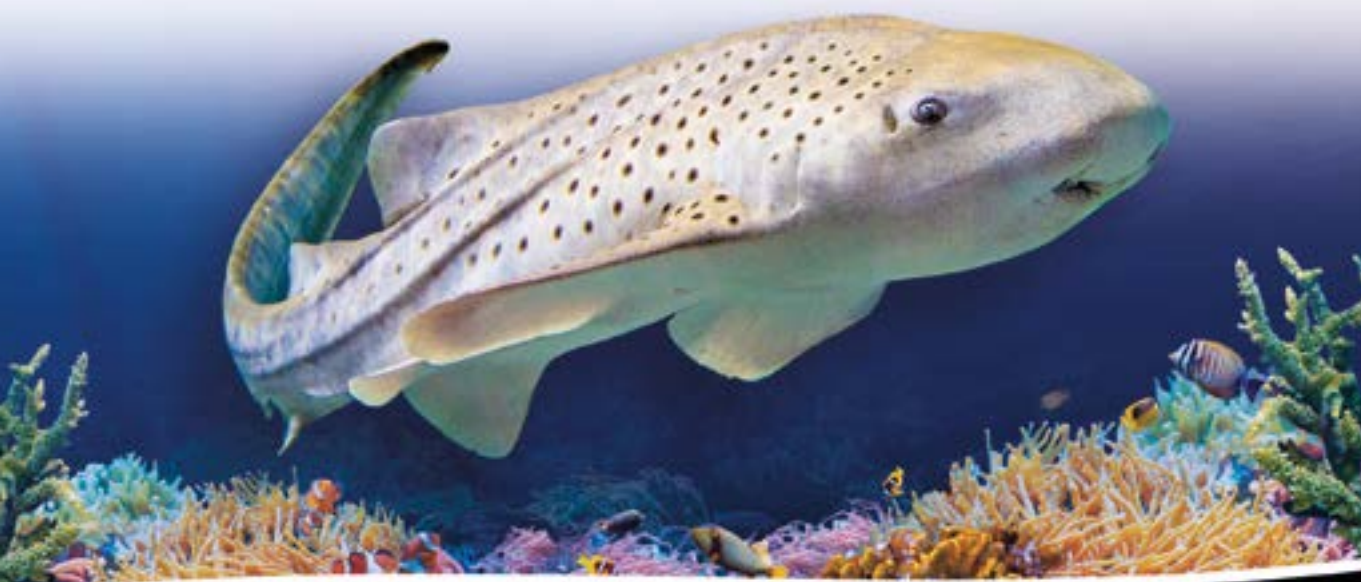
Poema
del Mar
AQUARIUM

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

Síguenos en    



Muelle Sanapú. Las Palmas de Gran Canaria.

Venta de entradas en taquilla o en la web: poema-del-mar.com

Garantía

LORO PARQUE



SUMARIO

28
Vigo
Destino nacional



34
Dakar
Destino internacional



38
Cabo Verde
Destino internacional



44
Madeira
Destino internacional



50
Mauro Quintero
El rincón de...



54
Los Roques-Imada
Senderos



58
Playa del Inglés
Playas



66
Riesgo cardiovascular
Salud



72
Indianos
Canarias



76
Caras ancestrales
Cultura



90
Tendencias 2019
Gastronomía



104
Formación
Especial



LORO PARQUE

(Puerto de la Cruz, Tenerife)

Síguenos en    

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 invierno 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



TRAVELLERS' CHOICE™ WINNER N° 1 EN EL MUNDO

SIAM PARK

(Costa Adeje, Tenerife)

Síguenos en    

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



LOS PROYECTOS DE LA CONVOCATORIA DE AYUDAS SOCIALES CAJACANARIAS 2018 SE PONEN EN MARCHA

La Fundación Caja-Canarias ha firmado los respectivos convenios con entidades sociales beneficiarias de sus Convocatorias de Ayudas a Proyectos Sociales 2018, que a lo largo del presente año beneficiarán a un total de 23 iniciativas en el conjunto de la provincia de Santa Cruz de Tenerife. De este modo, el Espacio Cultural capitalino acogió a los representantes de las distintas entidades que resultaron seleccionadas en esta primera edición de la Convocatoria, cuya cuantía máxima



a percibir asciende a 15000 euros, dependiendo de la tipología de cada proyecto. Esta primera edición estaba dirigida a proyectos enmarcados en acciones destinadas a favor de personas que su-

fran algún tipo de discapacidad o se encuentren en situación de dependencia, con el objeto de cubrir la adquisición de nuevos equipamientos, así como desarrollar tratamientos o terapias.



Poco Loco
RESTAURANT GRILL

ESPECIALIDAD EN
"OUR SPECIALITY"

CARNES A LA BRASA
GRILLED MEAT

RECETAS TRADICIONALES
TRADITIONAL RECIPE

Visit us on TripAdvisor!

Poco loco restaurant grill Corralejo

www.pocolorestaurante.com

C/Aristides Hernández Morán n.º 1 - Corralejo

928 536 602

“SOMOS LA PRINCIPAL PLATAFORMA DE SERVICIOS DEL ATLÁNTICO MEDIO. LOS PRIMEROS DE ESPAÑA EN AVITUALLAMIENTO”

“Ya no se pueden ver los barcos como antes, generamos ruido y eso nos exige un esfuerzo para acercarnos y explicar a la ciudadanía lo que hacemos y la importancia del sector”, reconoce el presidente de la Autoridad Portuaria de Las Palmas, Juan José Cardona, máximo responsable de uno de los puntos más importantes para la navegación de todo el Atlántico.

¿Cuál se puede decir que ha sido su impronta en esta institución?

Le he dedicado tiempo y esfuerzo a acercar el puerto a la sociedad. Los puertos, con su crecimiento, especialización y medidas de seguridad, se van cerrando a la ciudadanía. Ya no se pueden ver los barcos como antes. Esto nos exige un esfuerzo para explicar bien lo que hacemos. Que se entienda que ruidos, costes, contaminación son inevitables a la vista de la importancia económica y social que representamos.

¿Qué factores consolidan a Las Palmas como el mejor puerto a este lado del Atlántico?

Su ubicación y condiciones geográficas, su gran capacidad, sus infraestructuras y una comunidad portuaria plural y especializada en muchas actividades y servicios simultáneamente, como suministro de combustible, reparación naval, cruceros, contenedores, pesca, frío, transporte de mercancías y pasajeros. Han sido 135 años de historia y crecimiento y estamos muy adelantados, preparados y especializados.



¿Qué sectores tienen una proyección más clara para los próximos diez años?

Somos un eje estratégico básico, los primeros de España en aprovisionamiento. Está en nuestro ADN ser puerto de refugio, avituallamiento y suministro. En reparación naval y *offshore* estamos creciendo, como en cruceros, donde la tendencia continuará. Además, tenemos mucho margen para convertirnos en una gran plataforma *hub* logística de reexportación, en la medida en la que crezcan los países de la costa occidental de África.

Puedes leer la entrevista completa en www.revistabinter.com

LA FUNDACIÓN CEPESA APOYA LA 35 EDICIÓN DEL FESTIVAL DE MÚSICA DE CANARIAS



Dentro de sus múltiples actividades culturales, la Fundación Cepesa ha colaborado con la 35 edición del Festival Internacional de Música de Canarias en su amplio programa y en la celebración, en exclusiva, de 18 charlas introductorias a los principales conciertos. El músico y divulgador Ricardo Ducatenzeiler compartió su experiencia y su bagaje musical con los asistentes, facilitando la escucha posterior de las obras y entusiasmado al público.

EL TIME



Este lugar señala la puerta de entrada a toda la comarca noroeste de La Palma. Asomado al borde de la carretera general LP-1, esta atalaya natural sobre el barranco de las Angustias domina el valle de Aridane. Hacia el naciente, las paredes del Parque Nacional de la Caldera de Taburiente. Hacia el sur y el poniente, toda la costa occidental de Puerto Naos, El Remo y hasta Fuencaliente.

Residencial La Casona (Yaiza, Lanzarote)



Complejo de 36 dúplex de 124 m² con terrazas y plaza de garaje (cocina, salón, 1 aseo, solana, 2 terrazas, armarios empotrados, 2 dormitorios, 1 baño, y suite principal con balcón y baño propio.)

Amplias zonas comunes, jardines y piscina.



IGE VAN
CANARIAS, S.L.



Avenida Rafael Cabrera, 14 - Entreplanta - Oficina C
Teléfonos: 928 43 37 43 - 639 666 000 - 609 343 333
www.igevan.es - comercial@igevan.es



HIBELIA, APUESTA SEGURA POR LA HIGIENE



Hibelia le ofrece profesionalidad y seguridad en la higiene de su negocio. Legionella, 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:

T. 928 728 474 / www.hibelia.com

LOS MUSEOS DE ALOE PLUS LANZAROTE RECIBEN 150 000 VISITANTES ANUALES



Aloe Plus Lanzarote es pionera en abrir centros de interpretación del aloe donde se muestran las propiedades de esta *planta milagrosa* que nos ofrece la naturaleza. Cada año, unos 150 000 visitantes acuden a los museos a conocer cómo se transforma este recurso de Canarias en salud, y cómo otros productos como el vino, la sal, la cochinilla o la ceniza volcánica son potentes aliados de nuestra vitalidad. Puedes obtener más información sobre los museos en www.aloepluslanzarote.es/museo.

NUEVA IMAGEN,
NUEVO CHOCOLATE 85% CACAO

POR ESOS PEQUEÑOS HOMENAJES

Tirma

ARBENTIA REDISEÑA SU IDENTIDAD CORPORATIVA CON UNA NUEVA IMAGEN QUE MANTIENE Y AFIANZA SUS VALORES

¡Más ilusión, tecnología e innovación!
La ambición que caracteriza a Arbentia por la mejora continua es lo que los ha impulsado a refrescar la imagen de la compañía, con la que se quiere transmitir mayor compromiso, profesionalidad, tecnología e innovación. El crecimiento que esta firma de consultoría ha ido experimentando, tanto en volumen de negocio como en número de clientes, proyectos entregados, empleados, alianzas, oficinas, etc., los ha llevado a posicionarse como *partner* internacional de referencia en las Islas Canarias.

La optimización, la eficiencia en los procesos, el avance y la mejora continua constituyen los pilares fundamentales que definen a Arbentia y el objetivo final de su trabajo. 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.

marketing@arbentia.com
T. +34 902 676 875
C/ Eduardo Benot, 35
Edificio Woermann
Las Palmas de GC

*Soné con el confort y desperté en **Reydimobel***



REYDIMOBEL

Mobiliario Profesional para Hostelería

Mallorca

C/Gran Vía Asima,23
971 390 232

Gran Canaria

C/Encina,s/n
928 183 132

Tenerife

Av. Claudio Delgado Díaz,51
922 735 976

Lanzarote

C/Océano Glaciar Ártico,6-8
928 8103 877



**CORAZÓN
CARNAVALERO**



Mutua Tinerfeña
SEGUROS

¡DIVERSIÓN ASEGURADA!

UNA POLÍTICA DE CONSENSO EN MATERIA LABORAL



Una de las primeras reuniones que Cristina Valido, consejera de Empleo, Políticas Sociales y Vivienda del Gobierno de Canarias, mantuvo tras tomar posesión de su cargo en enero de 2017 fue con los representantes de los sindicatos y las empresas. En aquel momento se marcó una hoja de ruta de la que poco se ha alejado en estos dos últimos años. Esta constancia le ha permitido darle mayor fluidez al diálogo social, a través de la firma de los acuerdos de concertación social, la mejora de la coordinación con la inspección laboral y la intensificación de las labores de formación y prevención de riesgos laborales.



Solo en este último año, los planes impulsados conjuntamente con la Inspección de Trabajo y Seguridad Social beneficiaron a 19272 personas que consiguieron regularizar su situación laboral, casi 35000 personas en los dos años de mandato.

-

“El consenso con empresas y sindicatos nos ha permitido mejorar las condiciones laborales de cerca de 35 000 trabajadores en los dos años de mandato”

-

“La buena sintonía que tenemos con sindicatos y empresas, con los que nos reunimos periódicamente, nos ha permitido ser más efectivos para detectar irregularidades en contratos y mejorar la protección social de muchas personas, así como las condiciones de salud y seguridad en su puesto de trabajo”, manifiesta mientras detalla los resultados alcanzados por su departamento en los dos años de mandato a través de la actividad inspectora y del Institu-

to Canario de Seguridad Laboral. Solo durante el pasado año se transformaron en indefinidos un total de 12208 contratos temporales, una cifra récord jamás conseguida en un año en Canarias y que supuso un incremento del 31 % con respecto al anterior. En este mismo periodo, se incrementó la jornada laboral que recogía el contrato a tiempo parcial a 2528 personas y afloraron 4725 empleos.

En estos dos últimos años el Instituto Canario de Seguridad Laboral formó a 3342 personas en más de un centenar de acciones formativas programadas, una labor que, junto con las acciones impulsadas con los representantes sindicales y empresariales, ha redundado en la mejora de las cifras de accidentalidad laboral que se registraban hasta la fecha. Uno de los aspectos en los que Valido se muestra más orgullosa es en el del intenso trabajo que se ha realizado para mejorar las condiciones laborales en el sector de la hostelería, la elaboración de la *Guía de buenas prácticas* y el logro alcanzado para que a nivel nacional se reconozcan problemas como la epicondilitis o el túnel carpiano como dolencias asociadas a la labor profesional.



Por Juan Manuel Pardellas
Ilustración por David Ferrer

“ES ESPERANZADOR VER CÓMO EL RECIENTE INTERÉS EN EL RE-ENCANTAR LOS TERRITORIOS DE BANCALES ESTÁ EN PROCESO”

Director del Observatorio del Paisaje, Juan Manuel Palerm es profesor de Proyectos de Arquitectura y proyecto-Design paisaje urbano en la Escuela de Arquitectura de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria. Palerm ha logrado que Canarias sea este mes la sede del IV Congreso Mundial ITLA sobre territorios de terrazas y banales, que nace con el objetivo de encontrar nuevas formas de habitar y cultivar los territorios de banales, respetando siempre un buen empleo de los recursos y el respeto al paisaje que conforman.

Con él, desgranamos las claves de este proyecto.

¿Qué debemos esperar de este congreso?

El IV Congreso Mundial ITLA se presenta como un encuentro internacional que implicará la participación de las poblaciones locales (propietarios agrícolas, agricultores, técnicos agrícolas, técnicos de desarrollo local, empresarios agroindustriales, etc.) con profesionales, científicos y especialistas de múltiples disciplinas e inquietos ciudadanos de distintos lugares del mundo. Pretende estudiar esta casuística focalizada en las Islas Canarias, Madeira, Azores y Cabo Verde como ámbitos de trabajo específico de este congreso, así como ofrecer un panorama y una reflexión mundial sobre la relación entre cultivar y habitar en banales; y en este aspecto Canarias y la Macaronesia ofrecen sin duda singularidades importantes a nivel mundial.

¿Qué ventajas aportaría la celebración de este congreso a unas islas como Canarias?

Se puede afirmar que los paisajes de Canarias, al igual que en otros muchos territorios continentales e insulares, son fruto histórico de la intervención de sus habitantes sobre sus distintos ecosistemas. Los seres humanos han sido el elemento fundamental en la construcción de los paisajes de las islas. Para poder entender la arquitectura y el territorio de las zonas rurales de estos archipiélagos hay que empezar por comprender las necesidades de crear suelo para el cultivo y superficies susceptibles de ser habitadas, es decir, construir banales.

Uno de los lemas de este IV Congreso Mundial es “re-encantar banales”: se habla de la necesidad de valorar estos terrenos y de ofrecer alternativas actuales para su recuperación y promoción. ¿Puede ampliarlo?

En la actualidad, los banales, sus formas y estructuras, su hábitat, sus funciones y sus cultivos, se encuentran en retroceso (rotura de los muros de contención y posterior pérdida de los suelos de cultivo y

de la tierra, el abandono...) , con un consecuente e importante cambio del valor y de percepción del paisaje. Existe una verdadera inquietud por experimentar y compartir nuevas visiones, estrategias y propuestas innovadoras para los territorios de bancales y sus habitantes. Cuidar los territorios de terrazas es reconocer una serie de demandas de la sociedad actual, tales como la preservación del valor histórico y cultural, la mejora de la calidad de vida y la necesidad del ser humano de pertenencia a su territorio. El Buen Vivir supone un esfuerzo colectivo de recrear y repensar el nuevo rol de los territorios de bancales.

-

“El reto en estos territorios de bancales es encontrar nuevas formas de habitarlos y cultivarlos que impliquen un buen empleo de los recursos”

-

Es esperanzador ver cómo el reciente interés en el re-encantar los territorios de bancales está en proceso, liderado en muchos lugares por las comunidades de ciudadanos, técnicos, especialistas, autoridades locales y agricultores. De hecho, se reconoce una creciente implicación de jóvenes en el trabajo de la tierra, así como una demanda de apoyo a las autoridades locales y a la sociedad para cumplir con sus ambiciones. El reto en estos territorios de bancales es encontrar nuevas formas de habitarlos y cultivarlos que impliquen un buen empleo de los recursos. La viabilidad del desarrollo agrícola de los territorios de bancales puede verse mejorada significativamente mediante la consolidación de nuevas estrategias económicas, añadiendo valor a los productos locales e introduciendo mayor implicación en las economías de pequeña escala.

¿Las actuales leyes (ni me imagino cuántas serán) permiten esa forma de rescatar y comenzar a utilizar los bancales o habría que hacer una profunda transformación también de la actual normativa?

Para revalorizar los bancales hace falta fundamentalmente “vida”, es decir, habitar, cultivar y construir (recuperar, restaurar...); por tanto, debemos ser conscientes de la complejidad del problema e intentar no caer en simplificaciones normativas que deriven de procesos que no corresponden a los territorios donde los bancales deben ser protagonistas. Desde esta perspectiva falta mucho por trabajar.

Si se rescatan los bancales, si se consolida una buena producción de productos agrícolas y ganaderos locales, generaríamos más riqueza y menos dependencia del exterior. Me cuesta entender que haya quien no esté a favor de esto. Entonces, ¿qué falta?

Los bancales son construcciones humanas realizadas para hacer frente a fuertes limitaciones orográficas y ambientales (topográficas, edáficas, climáticas...) y garantizar la oportunidad de obtener terrenos susceptibles de ser trabajados y cultivados. A partir de esa interacción sociedad-naturaleza, surge una cultura de aprovechamiento de los recursos (piedra, agua, suelos, semillas): una cultura y sabiduría de una localidad y su población. Falta por tanto una estrategia colectiva, que sea capaz de reconocer su historia y que sepa ofrecer nuevas ideas y retos capaces de reconocer estos territorios y asignarles un papel en la singularidad de nuestro territorio.

Más información en
www.terracedlandscapes2019.es



Atención digital al cliente

Donde estés, te atendemos

 www.cajasiete.com/teatendemos



cajasiete

TUS COMPRAS EN EL HIERRO Y LA GOMERA: EN LAS MEJORES MANOS



A la hora de comprar, ¿acudes al pequeño comercio? Acercarte a las zonas comerciales abiertas del Archipiélago, como las de El Hierro y La Gomera, es contribuir a la dinamización de las ciudades, generar empleo y tener la garantía de recibir un trato exclusivo y personalizado. Debido a su importancia estratégica dentro de la economía canaria, la Consejería de Economía, Industria, Comercio y Conocimiento del Gobierno de Canarias apuesta firmemente por ellas, a través de acciones que incluyen, entre otras, numerosas actividades de dinamización dentro del Plan de Rehabilitación y promoción de la Dirección General de Comercio y Consumo.



Comprar en las zonas comerciales abiertas de El Hierro es una experiencia única, como lo es la Isla. Día a día se trabaja para “acercar el comercio local a los ciudadanos, dar a conocer la enorme diversidad de actividad comercial que existe en ella, generar empleo y contribuir a su crecimiento económico”, afirman desde la Asociación de la Pequeña y Mediana Empresa de El Hierro (APYME), en palabras de su presidente, Feliciano López. Tres son las que encontramos en la Isla del Meridiano. En Valverde olvídate del ajetreo y el bullicio: aquí sentirás el placer de callejear para encontrar lo que buscas en comercios con encanto. Recorre Doctor Quintero, de fachadas pintadas con esmero y calzada adoquinada, y busca el detalle perfecto en las singulares boutiques, librerías, comercios de decoración y complementos de La Calle, la arteria principal de esta localidad.

Si visitas Frontera, debes saber que la mayor parte de la actividad comercial del municipio se desarrolla en las calles Tigaday y San Salvador y algunas de sus transversales. La plaza Benito Padrón Gutiérrez se llena cada domingo de colorido y bullicio, olores y sabores, con el Mercadillo Municipal del Agricultor y Artesano, y en la plaza situada en la zona centro de Tigaday, se suceden numerosas actividades, que nutren de dinamismo a esta localidad. Ya en municipio de El Pinar, la oferta se divide en dos zonas diferenciadas: el propio Pinar, caracterizado por el comercio de proximidad, alojamiento rural y palpitante oferta cultural, y La Restinga, conocido pueblo marinero con numerosas opciones de ocio y restauración, cuyo encanto y sabor a salitre y roca volcánica te conquistará.

En La Gomera, San Sebastián delimita la única zona comercial abierta de la Isla Colombina, centrada principalmente en las calles peatonales de Ruiz de Padrón, pulmón de la oferta alojativa y de restauración, y Real o del Medio. La calle Real está flanqueada por casonas de coloridas fachadas y modernos edificios, donde se suceden comercios para todos los gustos y bolsillos. Pasea por esta adoquinada vía, decorada con laureles, palmeras y setos, para encontrar galerías de arte con obras de artistas locales e internacionales, abarrotados bazares, coquetas peluquerías y un sinfín de tascas para deleitar al paladar con lo mejor de la gastronomía tradicional gomera y la cocina internacional.

Tras el mostrador, en todos ellos “atiende un auténtico especialista, que aconseja sin prisas y cuyo conocimiento aporta un valor añadido al simple acto de comprar”, afirma Fernando Javier Morales, gerente de la Asociación de Empresarios y Comerciantes de La Gomera (AEG); y es que, al fin y al cabo, añade, “nos conoce y le conocemos, es nuestro vecino y confiamos en él. Sabes que te dará lo mejor porque quiere volver a verte”. Pero no te vayas aún.

Descansa bajo la sombra de los imponentes laureles de la plaza de la Constitución, recorre el paseo que bordea el puerto deportivo y no olvides completar tu jornada de compras visitando alguno de los puntos de interés que componen esta zona comercial única en el Archipiélago, como la iglesia de la Asunción, el Museo Etnográfico, la Casa de Colón o la imponente Torre del Conde, símbolo de la capital gomera.



Por Enrique Areilza*
Ilustración por Ilustre Mario

SUERO DE LA VERDAD, POR FAVOR

Qué difícil saber si me mientes. Tus ojos, tus pupilas, tu cuerpo, tu voz, tu garganta seca... No te creo, mentira sobre mentira. Avanza la tecnología y con ella tu entrenamiento para mentir. Ni con un chute de suero de la verdad puedo creerte. Aprenderé a leerte, impostor.

Si es que estar siempre con la verdad a cuestas es muy duro. A mentir se aprende casi al mismo tiempo que a hablar. Es una forma de defensa, manipulación o seducción. Sobrevivir conlleva mentir.

No recuerdo mi primera mentira, supongo fue a la edad de 18 meses, que es cuando la mayoría articulamos 20 palabras. Y en 20 palabras cabe una mentira, al menos. Existen algunos indicios para detectar si alguien miente. Solo la suma de varios indicadores ofrece cierta fiabilidad.

Para detectarlos hay que fijarse, mucho. Además, si te entrenas podrás ocultarlos, como un espía. Los más conocidos son:

Las microexpresiones faciales: movimientos muy rápidos intercalados entre expresiones faciales normales. Difíciles de percibir. Difíciles de ocultar, contradicen a las normales.

Diferencias entre lo verbal y lo no verbal. Cómo fastidia que alguien te hable serio al tiempo que está a punto de partirse.

* Dream Team Executive Search.

El tono más agudo de la voz: refleja ansiedad o estrés y por tanto quizás la intención de engañar.

El ritmo del habla, que con los nervios se vuelve más lento.

La mirada esquiva o huidiza.

Tocarse: la cara, las orejas, la nariz y el pelo...

Sequedad en la garganta: ¿nunca has tragado en seco?

Posición alejada u oblicua.

Barreras corporales: brazos o piernas cruzadas.

Dirección de mirada: miramos a la derecha cuando imaginamos y a la izquierda al recordar. Cuidado con esto, recientes estudios no encuentran demostración empírica suficiente.

-

Existen algunos indicios para detectar si alguien miente. Solo la suma de varios indicadores ofrece cierta fiabilidad. Para detectarlos hay que fijarse, mucho

-

Se dilata la pupila cuando te agrada lo que ves y se contrae ante el miedo.

Recorrido ocular, centrado en los ojos del interlocutor pero que recorre boca y barbilla cuando existe cierta atracción.

Detectar la mentira, un factor en la política. No solo para los votantes, también para los políticos. Algún nuevo partido político, se ha visto inundado de aspirantes

y pretenden evitar a los “arribistas”. Han recurrido a especialistas en selección de personas que separen el heno de la paja. Nosotros, que seleccionamos profesionales, a veces llegamos a pensar en ofrecer al candidato/a un polígrafo. “Oiga, mire, no sé bien si me miente.

¿Qué le parece pasar por la máquina y contrastamos su experiencia de verdad? Por supuesto, es voluntario”. Es broma, el polígrafo no funciona bien. Según Wikipedia, “comúnmente conocido por su uso como supuesto detector de mentiras sin validación científica alguna [...]. Su repetida incapacidad para detectar a espías notorios...”.

Y por qué no un poquito de suero de la verdad, también voluntario, no vaya usted a pensar. Resulta que tampoco funcionan del todo. De la Wikipedia otra vez: “Puede ser imprecisa, debido a que los sujetos pueden mezclar hechos reales con fantasía...”. Es decir, que cantar se canta, pero flipar también. La tecnología ayuda a empresas como la nuestra a detectar gestos, tonos de voz, ritmo, repetición de palabras y otros factores mediante los que obtener datos y parámetros que con *Big data* e IA ayudan a predecir rasgos de comportamiento. Eso sí, hay mucho mentiroso avezado. Me asombra cómo evoluciona esta habilidad en la política. Si te aplicas y aprendes de lo anterior, podrás ver cómo se dispara la mentira, ahora que empieza la campaña. Aprende para saber si te miente. O si eres de los malos para que no te detecte el detector.

Buen viaje.

P. D.: “Nunca se miente más que después de una cacería, durante una guerra y antes de las elecciones”. Otto von Bismarck (1815-1898), político alemán.

PLAN TEMOS CARA A LAS ENFERMEDADES PROFESIONALES



DIME CÓMO TRABAJAS Y TE DIRÉ DE QUÉ PADECES...

El conocimiento, por parte de las empresas y de la población trabajadora, de las enfermedades profesionales y de cómo prevenirlas es fundamental para mantener y mejorar nuestra salud.



infórmate:

gobiernodecanarias.org/trabajo/icasel



Por Galo Martín Aparicio

DE VERNE A VIGO

Jules Verne se imaginó Vigo y su ría antes de visitarla. En la ciudad olívica estuvo en tres ocasiones. La primera vez lo hizo de manera ficticia a bordo del *Nautilus*, en compañía del capitán Nemo, coprotagonista de la aventura subacuática que narra su libro *Veinte mil leguas de viaje submarino*. Después lo hizo por culpa del mal tiempo, una vez, y por una avería mecánica de su yate de vapor, el *Saint Michel III*. Escalas imprevistas las dos y que dejaron un excelente recuerdo en los vigueses y en Verne.

En Vigo no se pasea, se escala. Esas piernas robustas y esos traseros firmes que ostentan los locales se deben a un trazado urbano diseñado para recorrerlo provisto de una cuerda y un arnés. La cima del monte del Castro es el techo de la ciudad y un balcón que se asoma a la ría de Vigo. Ahí abajo, al otro lado de la parte más estrecha de ese fiordo gallego, en la ensenada de San Simón, tuvo lugar la batalla naval de Rande en 1702. Un episodio histórico que a Jules Verne le interesó y le inspiró.

Rande fue un combate sobre el agua en el que las escuadras angloholandesas pugnaron por hacerse con el oro y la plata de los galeones españoles, defendidos por navíos franceses. Los preciados metales se desembarcaron en tierra firme a tiempo, pero las naves hispanofrancesas ardieron en un infierno líquido y brumoso y cuajó la leyenda de que el fondo de la ría de Vigo era un potosí. Cazatesoros de toda Europa se desplazaron hasta la ensenada de San Simón para buscar los metales preciados sumergidos. Lo único que encontraron fueron anclas, cañones y monedas. Ya les hubiera gustado contar con *Nemo*, el robot acuático sumergible hasta 100 metros de profundidad propiedad de Ocean Secrets, que manejan los patrones Ismael y Andrés desde la cubierta del barco de interpretación *Nautilus*, y

que muestra por medio de su cámara de máxima definición 4K lo que esconde el fondo de esta ría; los bajos de las bateas en las que se crían los mejillones, alguna cuaderna (la costilla de un barco hundido) y la flora y fauna marina de la zona. Una maravilla que disfrutaban niños, niñas y mayores. Con o sin tecnología mediantemente, el verdadero tesoro de la batalla de Rande es su historia.

El periodista gallego Eduardo Rolland, un experto en materia verniana, cuenta que “Jules Verne era un divulgador. Quería transmitir conocimiento al obrero de la II Revolución Industrial. Quería que la gente estuviera ilustrada”. Por eso se documentó sobre la batalla de Rande y leyó con minuciosidad todas las noticias que publicaron los periódicos de la época relacionadas con las expediciones que buscaban tesoros en el fondo de la ría viguesa. En su novela *Veinte mil leguas de viaje submarino* hay un capítulo titulado “La bahía de Vigo”. En él el capitán Nemo le pregunta al oceanógrafo Aronnax: “¿Conoce usted bien la historia de España?” y le cuenta lo que sucedió en Rande; a continuación unos buzos provistos de escafandras salen del *Nautilus* y empiezan a coger lingotes de oro y plata de toneles podridos y cajas reventadas, en medio de restos ennegrecidos. La ría de Vigo era la caja de caudales del capitán Nemo.

Con el dinero que recaudó por la adaptación teatral de *La vuelta al mundo en 80 días* Jules Verne compró el lujoso yate de vapor *Saint Michel III*. A bordo de esa nave emprendió su primera gran singladura. Él, que tanto había escrito sobre viajes de aventuras, zarpó en la primavera de 1878 desde el puerto de Nantes rumbo al Mediterráneo. El mal tiempo y los caprichos del mar y del azar obligaron a la tripulación a buscar refugio en el puerto de Vigo. Un lugar que ya había descrito, unas aguas en las que se había sumergido a bordo del *Nautilus* y una ciudad en la que la fama le precedía.

-

En su novela ‘Veinte mil leguas de viaje submarino’ hay un capítulo titulado “La bahía de Vigo”

-

“Sábado, 1º de junio. Decidido a entrar en Vigo”, apuntó en su cuaderno de viaje Jules Verne. De Vigo le llamaron la atención sus calles llenas de encanto y en rampa y las construcciones de granito con balcones ventrudos asomados a un espejo de espuma y salitre, al que parece que le crecen las montañas que custodian ese inmenso lago que es la ría.

Aquel enclave fue el que Jules Verne contempló desde lo alto de la fortaleza del Castro, lugar al que subió durante su escala en la ciudad (del 1 al 4 de junio). Aquella panorámica fue como una página en blanco en la que se imaginó la batalla de Rande. La misma sobre la que tanto había leído; hábito que no perdió durante los días que estuvo en Vigo. En el desaparecido Café Suizo de la calle Príncipe el novelista francés desayunaba mientras leía los periódicos extranjeros y en el Hotel Continental –en la calle Cánovas del Castillo, también desaparecido– escribía cartas y tomaba notas telegráficas en su bitáco-

ra: “Fiesta por la independencia recobrada en 1809 sobre los franceses. Fuegos de artificio. Música. Admisión al Casino. Iglesia reciente (Colegiata de Santa María), murmullos, no hay sillas”. Lo apuntó todo mientras unos y otros le agasajaban y le llevaban de aquí para allá.

Su parada técnica coincidió con la fiesta de la Reconquista y la procesión del Cristo de la Victoria, que contempló desde los balcones del Casino de Vigo. Otra sociedad recreativa de la ciudad, La Tertulia, organizó una cena de gala en su honor. Hasta le propusieron sumergirse en las aguas de la ensenada de San Simón y encontrarse con el capitán Nemo. Declinó la oferta.

Seis años después volvió a hacer escala en Vigo, esta vez por culpa de una avería mecánica en el *Saint Michel III*. Tampoco se puso la escafandra, pero sí repitió las rutinas que tanto le gustaron durante su estancia anterior. El autor antes supo sacar partido de los inconvenientes. Desde 2005, con motivo del centenario de su muerte, un Jules Verne de bronce, sentado sobre un calamar gigante, decora los jardines del Club Náutico de Vigo. De espaldas a la ría, madre y reloj de los vigueses, el divulgador gallo parece preguntarse por el paradero de la tumba del capitán Nemo.

-

VIGO

***Vuele desde 11 000 puntos/trayecto y
sume hasta 1190 puntos por trayecto.***

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

BinterMás

-



CÓMO LLEGAR

Binter conecta Canarias con Vigo los jueves y domingos con vuelo directo desde Gran Canaria; martes y jueves desde Tenerife –dos horas y media de vuelo– y conexiones desde el resto de islas.

La ciudad más poblada de Galicia, con su casco histórico a pie de la hermosa ría de Vigo, cuenta con el mayor puerto pesquero de España y una importante industria naval. Este dinamismo se traduce en una ciudad con una vibrante oferta cultural y gastronómica y la perfecta ubicación para visitar la costa gallega y el norte de Portugal.

DÓNDE ALOJARSE

Vigo sorprende con nuevas propuestas hoteleras para un público que encuentra aquí la escapada perfecta que aúna bienestar y gastronomía en un entorno de naturaleza inigualable.

Gran Hotel Nagari Boutique & Spa 5*: sorprendente y muy acogedor, el hotel perfecto para una escapada para dos. Su circuito de *spa* en el *skyline* con vistas a la ría y sus jornadas gastronómicas son el tándem perfecto para un fin de semana 5*.

Hotel Pazo de los Escudos 5*: un auténtico pazo gallego rodeado de bellos jardines y con acceso directo a la playa. Lugar ideal para descubrir desde aquí las Rías Baixas.



QUÉ COMER

Qué decir de los pescados y mariscos de Galicia. En este puerto se subasta el mejor género para toda España, y la ciudad ya es un destino gastronómico de obligada visita.

Pásate por los puestos de ostras recién traídas cada día al mercado de la Piedra y degústalas en cualquiera de los restaurantes con un buen albariño o ribeiro.

PurOsushi: la barra nipona con el mejor género de las Rías Baixas, o Barrabasada, el proyecto de dos jóvenes que practican lo que ellos denominan la “cocina bastarda”.

El casco viejo ofrece un sinfín de propuestas interesantes: **Taberna Patouro, La Carpintería, Pinche Pacho** o **la Pintxoteca** son solo algunas.

NO TE PUEDES PERDER

Una visita a las islas Cíes. El Parque Natural de las Islas Atlánticas, que aspira a ser declarado Patrimonio de la Humanidad, te ofrece un día de inmersión en su espectacular naturaleza de aguas turquesas y cristalinas, senderos, miradores y faros.

A 40 minutos en barco desde Vigo. Requiere autorización previa.

Recorrer los puntos emblemáticos de las Rías Baixas y sus impresionantes playas: O Grove y su playa de la Lanzada, la isla de la Toja o Sanxenxo con su puerto deportivo.

Más información

www.revistabinter.com y www.canariasviaja.com

Azores

¿Ya conoces este paraíso de la Macaronesia?



¡Añade experiencias a tu escapada!

- Combinado Mar y Tierra
- Excursión a Furnas
- Jeep Safari a Lagoa do Fogo
- Nadar con delfines en libertad
- Senderismo en Sete Cidades

• PROMOCIÓN •

EXCLUSIVA

COMPRA HASTA EL 31/03
Y DISFRUTA DEL 27/04 AL 27/06

São Miguel

Desde Gran Canaria
Neat Hotel Avenida 3**
8 días / 7 noches
Habitación doble
Alojamiento y desayuno



Terceira+São Miguel

Desde Gran Canaria
8 días / 7 noches
Terceira - 3 noches
Terceira Mar Hotel 4**
Doble vista mar en AD



São Miguel - 4 noches

Pestana Bahia Praia Nature & Beach Resort 4**
Deluxe vista jardín en AD

Promoción hotel:

- Niños gratis (acompañados por 2 adultos)
- Shuttle bus diario a Ponta Delgada

Todos los vuelos incluidos

Por tu compra cada
1€ = 1 punto BinterMás

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

Vuela con:

Binter



Compra on-line o llama al 922 24 81 61

canariasviaja.com

Y en tu agencia de viajes

Por *Belén Rodríguez Rodríguez*
Fotografías por *Mamadou Gomis y Salvador Aznar*

DAKAR, LA CIUDAD CRÍTICA DE SALIOU TRAORÉ



Saliou Traoré (Fatick, 1952-Dakar, 2018), referencia constante de los periodistas interesados en Senegal y defensor de un Dakar crítico y en conexión con el resto del mundo, fue durante 37 años el corresponsal de la agencia española de noticias Efe para África Occidental, región sobre cuyos principales cambios sociales, políticos y económicos informó con rigor, pasión y veracidad. El periodista, fallecido el pasado año a causa de una enfermedad que no le quitó las fuerzas de seguir recorriendo las calles de la capital senegalesa en busca de noticias, supo contagiar a todos los reporteros que lo consideran un ejemplo el amor por su país, heredero de una regia tradición crítica y cultural, de civismo político y de compromiso.

Para recorrer Dakar tras los pasos de Saliou Traoré empezamos por una caminata al alba, justo después de la primera llamada de los muecines a la oración. El periodista amanecía en Hlm Grand Yoff, el barrio populoso donde se ubicaba la sede de la agencia Efe en Senegal, situada al fondo del patio de su casa, que fue lugar de encuentro y parada obligada de quien visitaba Senegal en busca de un reportaje alejado de los clichés del afropesimismo.



-

Suena una radio nacional con las primeras noticias de la mañana y el aroma de café impregna la oficina, aunque antes de dar el primer sorbo del día, Saliou hacía una ruta de unos siete kilómetros a paso ligero

-

Suena una radio nacional con las primeras noticias de la mañana y el aroma de café impregna la oficina, aunque antes de dar el primer sorbo del día, Saliou hacía una ruta de unos siete kilómetros a paso ligero. El recorrido comenzaba en su casa, próxima al estadio de fútbol Léopold Sédar Senghor, donde siempre soñó con ver jugar al Barça, y continuaba en paralelo a la autopista VDN, que, aunque a horas más avanzadas suele estar paralizada por el tráfico e invadida por un exceso de almas, al amanecer es un espectáculo de luces y sombras en el que se puede observar cómo comienza a despertarse la urbe.



Saliou Traoré escribió sobre la condena del exdictador chadiano Hissène Habré a cadena perpetua en Dakar y relató la crisis política en Gambia cuando el expresidente Yahya Jammeh se negó a ceder el poder tras perder las elecciones.



También informó con el mismo respeto de madres que perdieron a sus hijos que habían zarpado en cayuco en busca de nuevos horizontes y dio voz a algunos colectivos que en su país no la tienen, como los homosexuales y las activistas contra el matrimonio infantil o contra la mutilación genital femenina.

El periodista fue un senegalés de mundo: vivió en Madrid y también en París y Montreal, donde finalizó los estudios de periodismo que comenzó en la Universidad Cheikh-Anta-Diop de Dakar, una de las mejores instituciones universitarias de África Occidental. Al campus universitario, emplazado en el centro de la ciudad, siempre volvió para colaborar o reencontrarse con viejos amigos. Entre ellos, el profesor experto en literatura canaria Amadou Ndoeye, con quien en la misma conversación era capaz de hablar del poeta gomero Pedro García Cabrera y de la situación de su país desde la crítica sin victimismo.

Otro de los lugares a los que con frecuencia regresó fue la playa de Yoff, adonde solía acudir con sus nietos a contemplar un atardecer que no aparece en las postales turísticas estandarizadas sobre África. En esta playa, la proximidad del aeropuerto genera un contraste entre los aviones, que pasan muy cerca, y las coloridas barcas de madera que regresan con el pescado que se limpia y asa en la orilla.

Aunque Saliou Traoré prefería comer en la intimidad de su casa, donde solía convidar a sus amigos a un *soupou kandia*, un plato servido con una salsa picante, verduras, carne y pescado, con zumo de *bissap*, menú que maridaba con animadas charlas sobre periodismo o sobre los dirigentes de su país, con los que siempre fue crítico.



DAKAR

**Vuele desde 9 300 puntos/trayecto y
sume hasta 1140 puntos por trayecto.**

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

BinterMás

CÓMO LLEGAR

Binter conecta con dos vuelos semanales –lunes y viernes– desde Gran Canaria. Un vuelo cómodo de poco más de dos horas y media y con menús de cortesía a bordo... que te lleva directo a la *capital* del África Occidental, Dakar.

DÓNDE ALOJARSE

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

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

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



QUÉ COMER

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

El plato nacional es el *ceebu jen* o *thiéboudienne*, pescado marinado.

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

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

No pierdas la oportunidad de cenar en algunos de los restaurantes de moda de Dakar con música africana en vivo: **Just for You** o el **Atlantic Restaurant-Bar Lounge**.

NO TE PUEDES PERDER

La isla de Gorée.

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

La Reserva Natural de Bandía, 3000 hectáreas donde acacias, baobabs y mimosas salvajes cobijan a numerosas especies de animales salvajes.

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

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

Más información

www.revistabinter.com y www.canariasviaja.com



Por Patri Cámpora

CABO VERDE EN MOVIMIENTO

Aunque el lema del archipiélago es *Cabo Verde no stress* y muchos turistas llegan a sus paradisíacas playas para relajarse al sol y desconectar en una tumbona, Cabo Verde ofrece una multitud de atractivas propuestas para dejar atrás las preocupaciones descubriendo estas islas de una manera mucho más activa. Te proponemos un viaje en movimiento por el archipiélago criollo. ¡Allá vamos!

Si quieres descubrir el auténtico Cabo Verde, no olvides tus botas de montaña y prepárate para disfrutar recorridos inolvidables. La mejor época para hacer senderismo es entre noviembre y mayo, ya que evitarás las altas temperaturas y la lluvia, que puede ser en ocasiones intensa. Santo Antão es el paraíso de los caminantes. Allí encontrarás rutas de entre un par de horas y varios días de duración, que te dejarán sin aliento, con abruptos paisajes en los que saborear la vida local. Un clásico es la del valle de Paul. El sendero te llevará desde el cráter del volcán de Cova hasta el mar, atravesando cultivos tropicales de caña de azúcar, mango, maracuyá, fruta del

pan... Mientras lo recorres, te encontrarás con los campesinos que cultivan estas fértiles tierras, quienes te recibirán con una sonrisa. Haz una parada en alguno de los antiguos trapiches donde se produce la bebida local, el *grogue* o aguardiente de caña. Pero si lo que quieres es rozar el cielo, vuela hasta la isla de Fogo y conoce el profundo negro de su volcán: Pico de Fogo. La montaña más alta de Cabo Verde, con 2829 metros de altura, es un volcán activo que erupcionó por última vez en 2014. Deja atrás todas tus preocupaciones mientras descienes corriendo sobre sus cenizas y recarga fuerzas saboreando una deliciosa *cachupa* a los pies del volcán.

El interior de la isla de Santiago guarda muchos rincones de gran belleza, como la red de senderos del Parque Natural de Serra Malagueta, con impresionantes vistas y rutas bien señalizadas. Puedes terminar el día refrescándote en la playa de Tarrafal.

-

Cuando sopla el viento, nada mejor que envergar las velas, montar las cometas y adentrarse con las tablas en el agua

-

El encuentro de las corrientes atlánticas con las aguas tropicales hace que los fondos marinos de Cabo Verde bullan de vida. Ballenas jorobadas, tortugas, corales, tiburones y cientos de especies de peces habitan sus aguas cristalinas. La diversidad de fondos, arenosos y volcánicos, sus coloridos corales y la presencia de barcos hundidos en las costas del archipiélago hacen de él un destino atractivo para los buceadores.

Una de las inmersiones más bellas de la isla de Sal es la de Buracona, también conocida como Olho Azul, en su costa noroeste. Al sur, en los alrededores de la playa de Santa María y en la costa suroeste, se concentran el resto de zonas de inmersión, lo que facilita los desplazamientos que parten desde el concurrido Pontao de Santa María.

Si prefieres un ambiente más relajado, puedes optar por las islas de São Vicente y Santo Antão. Desde Mindelo, saldremos a explorar la costa oeste, donde podremos observar tiburones tigre y toro, tortugas, peces rana o mantas nodriza, entre otras especies. En Santo Antão, disfrutaremos de las aguas vírgenes de Tarrafal y de las formaciones rocosas

de Ponta do Sol. Las islas de Sotavento también sorprenderán al buceador. Las calmadas aguas de Santiago, además de su rica biodiversidad y sus impresionantes paredes submarinas, guardan numerosos pecios para explorar. Las fuertes corrientes atraen hasta Boa Vista a especies pelágicas y tortugas, que acuden a sus costas a desovar.

Cuando sopla el viento, nada mejor que envergar las velas, montar las cometas y adentrarse con las tablas en el agua. Los vientos alisios hacen de las islas de Barlovento uno de los mejores destinos la práctica del windsurf y el kitesurf durante el invierno.

La playa de Santa María, en la isla de Sal, es el epicentro de estos deportes náuticos en Cabo Verde, con gran número de tiendas y escuelas, entre las que se encuentran la del caboverdiano Mitu Montero, campeón del mundo de kitesurf, y la del campeón del mundo de windsurf Josh Angulo. No se quedan atrás las playas de Salamansa y São Pedro, en São Vicente, y Estoril y Chaves, en Boa Vista. Pero la oferta no acaba aquí. Surf, paddle surf, *quads*, recorridos en 4x4..., un sinfín de actividades que te tentarán para disfrutar activamente de esta tierra de contrastes.

-

Sal

Vuele desde 9000 puntos/trayecto y sume hasta 900 puntos por trayecto.

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

BinterMás

-



CÓMO LLEGAR

Binter vuela 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!

DÓNDE ALOJARSE

Hilton Cabo Verde Sal Resort 5*: disfruta del sol en la playa o relájate en el *spa*, con espectacular ubicación y a tan solo dos minutos a pie de la playa de Santa María. Aprovecha la oferta especial de verano de hasta un -41% para estancias del 01/05 al 30/09/19.

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

Hotel Morabeza 4*: hotel con encanto y de estilo colonial, con acceso directo a la mejor playa de la isla –Santa María–. En su *beach club* se sirven las mejores caipiríñas.



QUÉ COMER

El pescado fresco que llega a diario al Pontao es sin duda la estrella: *garopa* –un pescado blanco tipo mero–, *cachoriña* –un atún pequeño–, *bicas* –caballas–, junto 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.

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

Más información

www.revistabinter.com y www.canariasviaja.com

Ofertas
exclusivas

Disfruta del mejor clima del mundo



Oferta apertura nuevo 5*

Tenerife

Desde Gran Canaria
H10 Atlantic Sunset 5*
3 días / 2 noches
Doble vista mar lateral
Media pensión



Gran Canaria

Desde Tenerife
Lopesan Costa Meloneras
Resort, Spa & Casino 4*
3 días / 2 noches
Doble estándar
Alojamiento y desayuno



Por tu compra cada
1€ = 1 punto **BinterMás**

Islas Canarias 
LATITUD DE VIDA

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

Vuela con:

Binter



Compra on-line o llama al 922 24 81 61

canariasviaja.com

Y en tu agencia de viajes



Por Juan José Ramos Melo
@JuanjoRamosEco

ENTRE LAURISILVA

La isla de Madeira, denominada así por los navegantes portugueses desde hace más de 500 años por poseer densos bosques, y por tanto grandes cantidades de madera, esconde una de las mejores representaciones del planeta de bosque de laurisilva, una especie de monte de aspecto subtropical originario de la época terciaria, que aún sobrevive en muy pocos lugares.

Entre las ramas de los laureles, viñátigos, tilos y árboles de la virgen habitan especies de flora y fauna únicas, como la paloma de Madeira y las subespecies exclusivas de pinzón vulgar y de reyezuelo sencillo. El Parque Natural de Madeira posee un alto valor paisajístico y es un lugar ideal para la práctica del senderismo, la observación de aves y la fotografía de naturaleza.

A comienzos de los años ochenta del pasado siglo XX, más de 20 000 hectáreas, dos tercios de la isla de Madeira, fueron declarados parque natural por el Gobierno portugués. El Parque Natural de Madeira está considerado como una reserva biogenética, por concentrar un alto número de especies de flora y fauna endémicas de este archipiélago. Legalmente el parque está formado por los bosques de laurisilva, las Reservas Naturales de las Desertas y las Islas Selvagens, la Reserva Natural de Garajau, la Reserva Natural de Rocha do Navio y la Reserva Natural de Ponta de São

Lourenço. En el año 1999 buena parte de la superficie del bosque de laurisilva del parque natural fue declarada por la Unesco como Patrimonio Mundial de la Humanidad. La abrupta orografía de la isla, su elevación y la posición en medio de las corrientes húmedas de los vientos alisios hacen que Madeira tenga un abundante régimen de lluvias. Cascadas, riachuelos y fuentes se encuentran por toda su geografía, creando unas condiciones idóneas para que se desarrolle una exuberante y frondosa vegetación.

El bosque de laurisilva de Madeira está compuesto mayoritariamente por árboles de la familia de los laureles o afines, siendo los más abundantes el laurel macaronésico, el viñátigo, el tilo y el palo blanco. Todos ellos árboles que pueden alcanzar importantes dimensiones y vidas muy longevas. Sus ramas pueden ser ocupadas o parasitadas por helechos, hongos, líquenes y plantas rupícolas, lo que le da al bosque un aspecto propio de una selva tropical.

En el interior y sus alrededores, zonas menos sombrías, se encuentran una gran diversidad de plantas herbáceas y arbustos endémicos de la isla como la orquídea de la sierra, el sonco, la genista de Madeira o el agracejo de Madeira.

-

En el centro del parque se encuentra el macizo montañoso central, donde se ubican las cumbres más altas de Madeira

-

En el centro del parque se encuentra el macizo montañoso central, donde se ubican las cumbres más altas de Madeira: Pico Ruivo, con 1861 metros de altitud; Pico das Torres, con 1853 metros; y Pico Ariero, con 1818 metros. Las zonas limítrofes de grandes barrancos son el hogar de una de las aves marinas más raras y escasas de la Unión Europea, el endémico petrel de Madeira, también conocido como petrel de Zino en honor de Alexander Zino, naturalista británico afincado en Funchal, quien dedicó buena parte de su vida al estudio y conservación de las aves de Madeira e islas Salvajes.

Aquí también se encuentra la meseta de Paul da Serra, una amplia zona de pastos donde se desarrolla una importante actividad ganadera. Un paisaje que recuerda a las islas del Atlántico norte y donde podemos observar una gran cantidad de aves, especialmente durante los meses de primavera y verano. Los bosques de laurisilva y las zonas bajas de barrancos frondosos son el hogar de la paloma de Madeira, conocida localmente como pombo de Madeira, una de las tres palomas frugívoras que habitan exclusivamente los bosques de las islas macaronésicas, región biogeográfica formada por los archipiélagos de Azores,

Madeira, Salvajes, Canarias y Cabo Verde. En estas zonas forestales se pueden observar algo más de una veintena de aves, entre las que destacan las subespecies endémicas de pinzón vulgar de Madeira y el reyezuelo sencillo de Madeira. Además, al igual que en Canarias, aquí habitan tres especies exclusivas de los archipiélagos macaronésicos como son el bisbita caminero, el canario y el vencejo unicolor. Todas ellas relativamente fáciles de ver en buena parte de la isla. Durante la noche no es difícil observar volando cerca de pueblos y aldeas al murciélago de Madeira, especie endémica de la región macaronésica, al orejado austral o al murciélago de bosque, todos ellos grandes consumidores de insectos voladores.

La mejor manera de visitar el parque natural es a pie recorriendo su amplia red de senderos, unos 2000 kilómetros; los más populares son las denominadas levadas, senderos que trascurren sobre o al borde de canalizaciones de agua que recorren la isla. Las levadas fueron construidas en el siglo XVI con el objetivo de trasladar agua. Algunas de ellas son auténticas obras de ingeniería construidas en acantilados de barrancos y atravesando montañas; existen más de 40 kilómetros dentro de túneles. Las más populares son las levadas de las 25 Fontes, levada Queimadas, levada de Balçoes, levada do Furado y levada de Pico Ruivo.

Los meses de primavera y verano son la mejor época para disfrutar de un paseo por la laurisilva del Parque Natural de Madeira, aunque cualquier momento del año es bueno. A pesar de que visitar el parque por cuenta propia es relativamente fácil, hacerlo de la mano de algunas de las empresas locales de ecoturismo enriquecerá mucho nuestra estancia en uno de los bosques de laurisilva más bellos de la región.

LORO PARQUE FUNDACIÓN Y LAS UNIVERSIDADES CANARIAS ARRANCAN EL PROYECTO 'CANBIO'



Loro Parque Fundación ha firmado recientemente varios convenios de colaboración y contratos con equipos de investigación de las dos universidades canarias y las ONG Elasmocan y AVANFUER, con los que arranca el proyecto *CanBio*, un programa de investigación financiado conjuntamente por Loro Parque y el Gobierno de Canarias.

A través de este proyecto, diferentes grupos de investigación de la Universidad de La Laguna (ULL) y la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (ULPGC) estudiarán el cambio climático en el mar

y la acidificación oceánica y sus efectos en la biodiversidad marina de Canarias y la Macaronesia, especialmente sobre los cetáceos, tortugas marinas, tiburones y rayas.

El proyecto, que se presentó el pasado mes de noviembre y que prevé una inversión de dos millones de euros en cuatro años, arrancó el pasado mes de enero con la colocación de una estación de medida en el *Benchijigua Express* (de la Naviera Fred. Olsen), que ya ha comenzado a recopilar datos sobre acidificación costera en la región.

Por *Juan José Ramos Melo*
@JuanjoRamosEco

ENTRE CARDONES Y TABAIBAS



En las zonas bajas de las Islas, muy cerca de la orilla del mar, se encuentra una de las comunidades vegetales más características del archipiélago canario. Azotado por el viento, achicharrado por el sol y arrinconado por las actividades humanas sobrevive el cardonal tabaibal. Un bosque desértico en miniatura formado por una gran cantidad de plantas exclusivas de las Islas; hogar de escarabajos, saltamontes y mariposas nocturnas especializadas en sobrevivir en este tipo de ambientes.

Los cardonales tabaibales ocupan en la mayoría de los casos llanos costeros formados por suelos pobres, poco fértiles, expuestos a una alta insolación y con un régimen de lluvias muy escaso. Estas duras condiciones han provocado un alto grado de adaptación al medio por parte de las plantas que habitan estos ambientes.

-

Los cardones y las tabaibas pertenecen al grupo de las 'Euphorbias', un género de plantas formado por más de 2000 especies que se extiende por todo el planeta y que posee en Canarias en torno a una docena de endemismos

-

La mayoría de estas plantas poseen hojas de pequeño tamaño para evitar la pérdida de agua a través de su superficie; otras las han transformado en espinas, como los cardones, para evitar ser comidas por las cabras y otros animales. Casi todas poseen largas raíces, que ocupan grandes superficies para captar la mayor cantidad posible de agua del suelo. Unas pocas disponen de una especie de cera en la superficie a modo de protector solar. En general, todas tienen pequeño porte y formas más o menos achaparradas, para evitar el efecto destructor del viento y generar un microclima más agradable bajo sus ramas. Las especies más abundantes y conocidas son los cardones, la tabaiba amarga y la tabaiba dulce, aunque en algunas zonas, como en el sur de Fuerteventura, domina el cardón de Jandía, o en La Gomera la tabaiba roja y la tolda.

Los cardones y las tabaibas pertenecen al grupo de las *Euphorbias*, un género de plantas formado por más de 2000 especies que se extiende por todo el planeta y que

posee en Canarias en torno a una docena de endemismos. Como característica común, todos los miembros del género tienen una savia tóxica de aspecto lechoso y áspero y picante al gusto y al olfato. En contacto con la piel, este látex puede ser irritante y, en contacto con las mucosas (ojos, nariz y boca), puede producir inflamaciones bastante dolorosas. En las comunidades de cardonal tabaibal podemos encontrar también gran diversidad de plantas endémicas, entre las que destacan magarzas, siemprevivas, pequeños tajinastes, cardoncillos, algunos bejeques, el balo, el cornical y en Lanzarote y Fuerteventura la cuernúa, una rara y amenazada especie crasa endémica de estas islas. En las zonas más altas, donde las tabaibas y los cardones se entremezclan con el bosque termófilo en la vertiente norte y con el pinar en la vertiente sur de las islas mayores, las acompañan verodes, cerrajas, retamas y tasaigos, entre otras.

Ligados a estas plantas aparecen una gran cantidad de invertebrados especializados, como los escarabajos longicornios de los cardones, la mariposa nocturna esfinge de las tabaibas y una gran diversidad de saltamontes y escarabajos. Los animales más abundantes en este hábitat son los reptiles, principalmente lagartos, pero también perenquenes y lisas de diferentes especies en función del territorio, ya que prácticamente en cada isla del Archipiélago existen reptiles exclusivos. Las aves por lo general son escasas; las más características son el bisbita caminero, el cernícalo vulgar, la curruca tomillera y el alcaudón real. Hoy en días las mejores representaciones de las Islas sobreviven dentro de la red de Espacios Naturales Protegidos de Canarias. Los más populares son los de Punta de Teno, Malpaís de Rasca y Malpaís de Güímar, en Tenerife; las zonas costeras de la Reserva de la Biosfera de Gran Canaria; y Puntallana, en La Gomera.

Por *Sylvia Madero*
Fotografías por *Alexis W*

MAURO QUINTERO



Cuando hace años posaba ante la cámara de un amigo fotógrafo en el Pozo de las Calcosas, en su amada isla de El Hierro, no podía llegar a imaginar que acabaría desfilando en pasarelas como MFSHOW, Gran Canaria Moda Cálida o Cibeles y siendo imagen de firmas internacionales como Dsquared2 o Gucci. En 2012, tras ganar un certamen de belleza en Tenerife, cambió su papel de estudiante de Relaciones Laborales por la moda y las cámaras para fichar por la agencia MasQmoda Canarias y convertirse en uno de nuestros modelos con mayor proyección internacional. Afirma que dar el salto de abandonar El Hierro para desarrollar su profesión en Madrid y Milán no fue tarea fácil, y aún añora cada centímetro de su isla, a la que no duda en regresar cada vez que le es posible.



El Pozo de las Calcosas. A Mauro se le quiebra la voz al recordar tantos veranos en este singular poblado de El Mocanal, en Valverde, de paredes de piedra volcánica y techos de paja; donde encuentra esa desconexión que tanto echa de menos en su frenético día a día. Hasta aquí no llegan los coches y la cobertura es casi inexistente. “El lugar más bonito de El Hierro”, afirma. Cierra los ojos y el olor a salitre, el bullicio de los ratos de pesca y las carcajadas entre amigos impregnan sus sentidos. Vuelven los mejores recuerdos de su infancia. Cuando rondaba los 13 años, sus padres, enamorados del lugar, decidieron construirse una casita en este reducto de paz. “Salía del colegio y venía hasta aquí en bici, a ayudarles a levantar nuestra casa, con mucho sacrificio pero también con muchas ganas de verla terminada y poder disfrutarla”, relata orgulloso. Hoy, sigue pescando en su piragua en estas aguas cristalinas, como si el tiempo no hubiera pasado.



Mirador de La Peña. A pesar de su proyección internacional, el modelo herreño tiene muy presente su identidad, y no olvida nunca sus raíces. Acercarse hasta Guara-zoca y asomarse desde el mirador de La Peña, obra del genial César Manrique, es una reflexión sobre la isla que le vio nacer y le ha hecho ser. “Suelo venir solo, pero cuando alguien me visita es el primer sitio que le muestro, porque creo que la energía que se siente aquí es especial”, nos cuenta. Desde esta atalaya se divisa el imponente valle de El Golfo, donde los riscos cubiertos de densa vegetación dan paso a una extensa llanura volcánica bañada por el Atlántico. Mientras mira al horizonte, siente la conexión que tiene con esta tierra, y reflexiona: “El Hierro te ayuda a encontrarte contigo mismo, a lograr el equilibrio. Realmente tengo suerte: estoy orgulloso de ser herreño”.



Santuario de La Dehesa. Llegamos hasta La Dehesa de Sabinosa, “donde vive la que guía a todos los herreños”, afirma Mauro. Y es que es devoto de la Virgen de los Reyes, a quien se siente especialmente orgulloso de acompañar cada cuatro años tocando el pito junto a su grupo de bailarines. Recomienda vivir esta experiencia sea uno creyente o no, ya que “se experimentan emociones muy fuertes durante la celebración”, dice. Todavía recuerda cómo, en su primera Bajada, cuando llegó a la Cruz de los Reyes a encontrarse por fin con ella, la emoción hizo que se bloqueara, y el aire no salía de su boca para tocar el instrumento. “Pocas sensaciones que he vivido me hacen sentir lo que se siente al tocar con el corazón para ella cuando el pueblo de San Andrés nos la entrega”, cuenta con el corazón henchido.



UNIDAD DE CONDENSACIÓN DE PANASONIC CON REFRIGERANTE NATURAL

NUEVAS UNIDADES DE CONDENSACIÓN DE CO₂, RESPETUOSAS
CON EL MEDIO AMBIENTE PARA LA REFRIGERACIÓN COMERCIAL



APLICACIONES DE CADENA DE FRÍO

La serie VF de unidades de condensación de Panasonic de CO₂ es la solución ideal para supermercados, tiendas y gasolineras.

Mantener los alimentos siempre frescos a la temperatura perfecta en vitrinas o cámaras de frío es un aspecto fundamental. Y uno de los mayores retos para esas tiendas han sido los costosos efectos de las averías en la refrigeración que pueden derivar en un importante desperdicio de los productos.

La solución fiable de CO₂ de Panasonic ayuda a abordar la cuestión con un sistema estable y fiable durante todo el año para maximizar la eficiencia energética.





Por Aarón Rodríguez González
Fotografías por Sebastián Guzmán García

SERPENTEANDO

Este mes regresamos a La Gomera, pero en este caso no para disfrutar de la esplendorosa laurisilva, sino para adentrarnos en los mucho menos transitados, pero espectaculares, barrancos de la vertiente meridional de la Isla Colombina.

Iniciamos nuestro recorrido en el mirador emplazado junto al majestuoso y emblemático roque de Agando, en la carretera que une San Sebastián con el Parque Nacional de Garajonay. Desde este punto comienza el sinuoso sendero que, entre pinos de repoblación, conectaba el pequeño caserío de Benchijigua con el norte de la Isla.

-

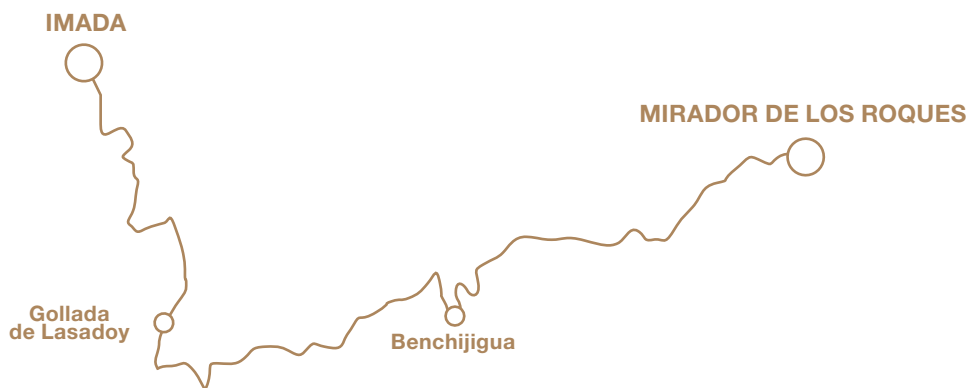
El camino, que proporciona espectaculares vistas, tanto del barranco como de la pared meridional del Agando, marcha con acusada pendiente

-

El camino, que proporciona espectaculares vistas, tanto del barranco como de la pared meridional del Agando, marcha con acusada pendiente hasta superar la cañada de Las Bimbreras, y, desde allí, transcurre con suavidad hasta las

inmediaciones de El Cabezo, asomadero natural sobre las casas y la ermita de San Juan de Benchijigua. Esta hermosa localidad, de pequeñas casas tradicionales, es el lugar adecuado para disfrutar de un descanso antes de retomar el camino. Desde aquí, nuestro itinerario transcurre con suavidad, paralelo a las curvas de nivel.

Bordeando la cuenca del barranco, pasamos por Los Perales, La Viña y Cinco Palmas, hasta la Gollada de Carabela y El Roquillo. Desde este punto ya se atisba el duro ascenso que nos espera: tras superar la Cañada de Negrín, el camino dibuja un trazado serpenteante, en continuas y cortas revueltas, que salvan la fuerte pendiente hasta la Gollada de Lasadoy. Una vez arriba, las vistas compensan el esfuerzo. Divisamos, además, el final de nuestro itinerario: el hermosísimo caserío de Imada asoma tras el Lomo de la Tradición, que tenemos a escasa distancia. El resto del camino, superada la cuesta, es un regalo para los sentidos.



Desnivel positivo:
497 metros de ascenso.

Desnivel negativo:
687 metros de descenso.

Longitud:
7,3 kilómetros.

Cota máxima:
1074 metros de altitud.

Cota mínima:
559 metro de altitud.

Lugares de interés cercanos:
en las inmediaciones del punto de salida se encuentra el Parque Nacional de Garajonay, un excepcional bosque de laurisilva, declarado Patrimonio Natural Mundial por la Unesco, que bien merece una detallada visita, así como un recorrido a pie por sus bien señalizados y acondicionados senderos.

Observaciones: el itinerario es relativamente corto, pero en días de calor, el ascenso a la Gollada de Lasadoy puede resultar agobiante. Se recomienda, por tanto, seleccionar un día fresco y nublado, así como llevar agua en abundancia y protección solar.

¿Sabías que las inmediaciones de Benchijigua y el roque de Agando fueron arrasadas por el incendio más trágico acaecido en La Gomera en toda su historia? Iniciado el 10 de septiembre de 1984, el fuego se cobró 20 víctimas, entre ellas la del gobernador civil de la provincia de Santa Cruz de Tenerife.

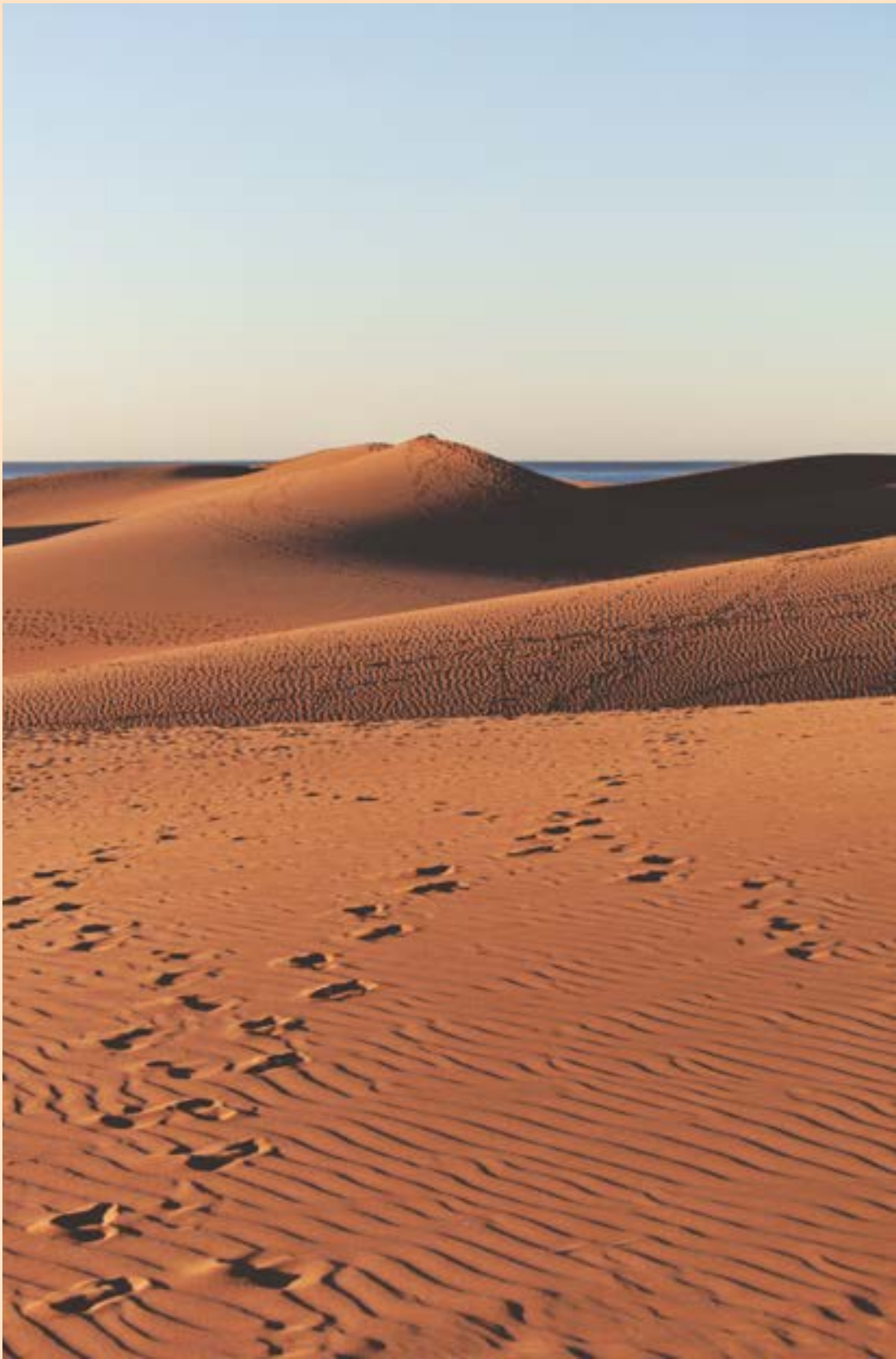




#FreshAttitude

es cuidar del mañana mientras llenas tu despensa.

**EL SUPERMERCADO MÁS FRESCO Y
ECOLÓGICO TE ESPERA EN PUERTO RICO.**



Por *Álvaro Morales*
Fotografías por *Jonay P. Matos*

TESORO LEGENDARIO DEL SUR GRANCANARIO

No es que Lawrence de Arabia surja de repente entre arenas desérticas; tampoco nos equivocamos de isla y arribamos a Fuerteventura; ni siquiera el nombre nos debe confundir ni llevar a La Gomera o el Reino Unido: estamos en Gran Canaria, en el sur, en un lugar de ensueño, mítico, de sol casi garantizado todo el año, cerca de un oasis finalmente salvado y un faro legendario. Playa del Inglés, en Maspalomas (en el municipio de San Bartolomé de Tirajana), con sus dunas dignas de patrimonio mundial, sus cristalinas y calmadas aguas y sus servicios turísticos de primer orden, supone un culmen en la oferta del litoral canario. Ni lo dude. Allí comprobará por qué, en muchos casos, la fama es justa y merecida y hasta disfrutará de momentos y zonas de auténtica soledad en medio de un maremoto de visitantes y bañistas que, en muchos casos, repiten en años siguientes porque les pareció poco tiempo para disfrutar de verdad de este verdadero lujo.

Maspalomas, su faro y la ya más que famosa Playa del Inglés forman parte de cualquier postal que intente difundir de verdad los encantos de Gran Canaria y el Archipiélago en general. Desde hace muchas décadas, este emblemático enclave del sur grancanario es un referente internacional del turismo de sol y playa, con las legendarias dunas y las infinitas caminatas por la fina y dorada arena junto a un más que apetitoso Atlántico como atractivos sobrantes y convincentes. Sin embargo, y por mucho que pase el tiempo, que haya crecido la oferta de hoteles y servicios, que la ocupación sea casi desbordante y la presencia de bañistas, de récord, el lugar tiene algo especial, diferente, auténtico, sustancial, profundo.

Es como si la sensación de soledad, de simbiosis con la naturaleza, con la brisa, la arena, el desierto, el infinito azul y los contrastes continuos, de

noche y de día, resultase inevitable, aplastante, demoledora. Solo basta con comprobarlo. Una playa impresionante por dimensiones, servicios, mar generalmente en calma, con zonas para nudistas y largos paseos hasta el mítico faro junto a dunas no menos míticas... Demasiados atributos que justifican de sobra, casi, cualquier viaje a las Islas. Por mucha gente que haya, es muy fácil disfrutar casi en soledad en el interior de un mar de dunas que, en clara y sana competencia, a veces deja en mal lugar al océano anexo y otras veces resulta la excusa perfecta para adentrarse en aguas cristalinas, limpias, con alguna zona en la que extremar la atención, pero con unas mareas que durante muchas partes del año invitan a adentrarse en el placer del baño, de la natación auténtica, del disfrute real del agua, el sol, las vistas y las ganas de cerrar los ojos y sentirse pleno, auténtico, realizado.



Para llegar, solo debemos bajar hacia el sur gran-canario por la autopista. Claro que podemos hacerlo desde el norte (por Agaete y La Aldea) o por el interior de la Isla, pero el camino más corto, con larga diferencia, es la vertiente este. Saber que hemos llegado no es muy difícil, dada la señalética que alude a la playa y a la ya mítica Maspalomas, sus dunas, su faro y su enorme oferta alojativa.

-

***Una playa impresionante
por dimensiones, servicios, mar generalmente
en calma, con zonas para nudistas y largos
paseos hasta el mítico faro junto a dunas no
menos míticas...***

-

Unos hoteles y apartamentos de todo tipo, si bien la calidad ha ido extendiéndose desde hace tiempo. Aparcar no será tan fácil, aunque las posibilidades se amplían en las afueras. Nos acercaremos a la avenida Madrid y al paseo Costa Canaria. Desde aquí podremos divisar las distintas calas, con sus respectivos espigones y protección a la izquierda (mirando hacia el horizonte), que componen Playa del Inglés. La mayor, que es la que enlaza con la de las dunas y llega hasta el faro en uno de los paseos de arena, sol y Atlántico más impresionantes de Canarias, resulta espectacular. Las muchas tumbonas y servicios dejan claro que se trata de un enclave mimado, y los innumerables bañistas prácticamente todo el año les dan la razón a tantos reportajes, tantas postales, tantas referencias a uno de los lugares que más justicia hacen al liderazgo canario en el subsector turístico.



Ubicación: en el sur de Gran Canaria, en el municipio de San Bartolomé de Tirajana y en la célebre zona turística de Maspalomas.

Socorristas: sí, permanentes.

Playa surfista: sí se puede practicar, aunque no es un referente y los surfistas suelen concentrarse cerca del faro.

Playa nudista: sí, en un amplio tramo junto a las dunas.

Restaurantes: sí, amplísima oferta anexa y varios chiringuitos en los kilómetros de playa.

Baños: sí.

Duchas: sí.

Sombrillas y hamacas: sí.

Adaptada para discapacitados: sí.

Aparcamientos: sí.

Transporte público: guaguas y taxis.

Perros: sí, en algunas zonas.

Curiosidades: por supuesto, la oferta de ocio, comercio y restauración es de las más completas de Canarias y no solo de día para complementar los baños, sino de noche. Una noche en la que, además, tampoco es inhabitual ver a gente disfrutando del océano y la arena.



Puertos de Las Palmas

Autoridad Portuaria de Las Palmas

Líderes en
LOGÍSTICA Y SERVICIOS
del Atlántico Medio



A place for everyone

LAS **Palmas**
PORTS

The leader in the Mid-Atlantic

laspalmasports.es



LORO PARQUE Y SIAM PARK, PROTAGONISTAS DEL 'IAAPA EMEA WINTER FORUM 2019'



Loro Parque y Siam Park han sido los grandes protagonistas del *IAAPA EMEA Winter Forum 2019*, que organiza la Asociación Internacional de Parques de Atracciones (IAAPA, por sus siglas en inglés), celebrado este año, por primera vez, en las Islas Canarias. Este foro, que también ha invitado a los participantes a una visita al gran acuario Poema del Mar,

ha supuesto, sin duda, una oportunidad única para aprender las mejores prácticas sobre parques acuáticos, zoológicos y acuarios. “Estos son, realmente, los mejores parques del mundo, y solo la gente que los visita puede entender lo mágica que es la experiencia aquí”, aseguró Amanda Thompson, vicepresidenta segunda de IAAPA.

CANARIAS Y GALICIA, MÁS UNIDAS GRACIAS AL CAMINO DE LOS VALORES DE LA JUEZA REYES MARTEL



Representantes del Gobierno canario y de la Xunta de Galicia han apoyado en Futur la iniciativa del Camino de los valores, de la asociación UP2U, una “herramienta de turismo social”, como la ha definido su promotora, la jueza Reyes Martel, y que realiza parte del camino desde Gran Canaria. Martel, jueza de Menores de Las Palmas, inició esta ruta hace un año

para favorecer la inclusión de jóvenes con problemas legales en la sociedad. En su primera edición contó con la participación de 100 personas. “Nuestro objetivo es unir culturas, que conozcan otras sociedades, otros referentes”, ha explicado la magistrada, quien ha agradecido a los gobiernos de Canarias y de Galicia su compromiso con el proyecto.



VACACIONES A MEDIDA Y LUJO SOSTENIBLE EN LA ISLA DE FUEGO

La Isla y El Mar 5* es el primer hotel de lujo sostenible de las Islas Canarias y el primero en recibir el certificado *Biosphere Responsible Tourism*.

La Isla y El Mar 5* es un espejo que refleja la armonía, la pureza y la energía de Lanzarote; un oasis de comodidad y sofisticación donde volver a conectar con la felicidad y el descanso. Arquitectura y diseño con roca volcánica de formas únicas y espejos que recuerdan a los charcos en la costa; en los interiores de las suites, luz natural, decoración exquisita

y colores suaves. Un equipo dinámico, abierto y hospitalario que crea estancias a medida para cada cliente, con experiencias únicas dentro y fuera del hotel. Además, el concurrido restaurante Kentia Gourmet Club ofrece una propuesta gastronómica que fusiona la tradición canaria y los sabores del mundo con ingredientes y técnicas vanguardistas.

LA ISLA Y EL MAR
HOTEL BOUTIQUE

LOS BATANES, MEMORIA VIVA DEL PASADO



Chinamada, Carboneras, Cabeza de Toro, El Río, Batán de Arriba, Batán de Abajo y Bejía son caseríos del Parque Rural de Anaga –reconocido como Reserva de la Biosfera por la Unesco– pertenecientes a La Laguna y conocidos conjuntamente como Las Montañas, donde se trabaja por recuperar el patrimonio cultural y generar allí un desarrollo sostenible.

Fijamos la mirada en Los Batanes, adonde se llega a través de la carretera TF-143 vía Las Mercedes. Allí existió una antigua industria textil del lino, a la que se accede por la Ruta del Lino. Se desciende desde la plaza del caserío de El Batán en un recorrido de unos dos kilómetros a través del barranco del Río pasando por huertas en bancales. Es un sendero cómodo, no apto para personas con problemas de movilidad. Al final de la vereda, encontrará un lagar excavado en el pie de

la ladera, una era y un drago, y, de frente, una gran cueva, la cueva del lino, donde se almacenaba la producción de la cosecha antes de procesar la planta y obtener el hilo. Se cuenta que junto a esta gran cueva había un artilugio, llamado batán, compuesto por una rueda de madera que, movida por la fuerza del agua, impulsaba unos mazos que golpeaban los tejidos para darles el grosor deseado. La Cueva de Lino, un lugar emblemático, un legado que forma parte de la memoria colectiva.

Más información en
www.turismodelalaguna.com/senderos



SAN CRISTÓBAL DE
LA LAGUNA



AYUNTAMIENTO DE LA LAGUNA



EL HIERRO

La isla con alma

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



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

CUIDA TUS CARRETERAS INTERIORES

Dentro de nosotros tenemos un motor de primera categoría y unas autopistas eficaces que distribuyen el combustible necesario a nuestro organismo. Sin embargo, no nos damos cuenta de que esta gran construcción requiere de una pequeña inversión de mantenimiento por nuestra parte y que, de no hacerla, pagaremos un alto peaje.

Nuestro motor es el corazón, un músculo que a las pocas semanas de nuestra gestación ya empezó a latir con fuerza. Fuerza que es alimentada a través de las redes de vasos sanguíneos que le aportan los nutrientes necesarios tanto a él como al resto de órganos para que puedan realizar su actividad. Debemos saber que tanto el corazón como otros órganos pueden presentar riesgo cardiovascular. Esto es la probabilidad de sufrir enfermedades que afectan al sistema arterial que recorre nuestro organismo. Las enfermedades más conocidas son el infarto de miocardio y el accidente cerebrovascular.

Son varios los factores de riesgo relacionados con estas enfermedades, de los cuales nos encontramos con unos que no podemos modificar como son el sexo, la edad, la raza y los antecedentes familiares; y por otro lado, los modificables: hipertensión arterial (HTA), aumento del colesterol, obesidad y sobrepeso, diabetes, sedentarismo, tabaquismo, abuso de alcohol, ansiedad y estrés, síndrome metabólico... Este último consiste en presentar tres factores de riesgo de estos cuatro: HTA, mantenimiento alterado de azúcar en sangre, trastorno de lípidos y obesidad abdominal.

En nuestro día a día no prestamos atención a nuestro cuerpo y realizamos muchas actividades que nos dañan, como una alimentación desequilibrada y llena de comida basura que va obstaculizando nuestras carreteras y dificultando su trabajo. Acciones como dejar de fumar, eliminar el consumo de alcohol, realizar prácticas deportivas y ejercicios de relajación promueven la conservación de nuestra salud y consiguen que nuestro organismo pueda tener un funcionamiento correcto y saludable.

-

Debemos saber que tanto el corazón como otros órganos pueden presentar riesgo cardiovascular. Esto es la probabilidad de sufrir enfermedades que afectan al sistema arterial que recorre nuestro organismo

-

En España las dos causas principales de muerte en el 2017, según el Instituto Nacional de Estadística, fueron las enfermedades isquémicas del corazón y las enfermedades cerebrovasculares, con 32325 y 26937 defunciones respectivamente.

Hemos adquirido hábitos perjudiciales que van minando nuestro organismo y que suponen un alto coste para nuestra salud y para la de nuestros seres queridos.

Tristemente, enfermedades como la obesidad y la diabetes tipo dos empiezan a presentar porcentajes en la población infantil hasta hace poco impensables. Los niños son nuestras fieles copias y, por tanto, acaban reproduciendo nuestros insanos hábitos diarios.

A esto hay que sumarle que cada vez el sedentarismo está más presente por culpa de la adicción a nuevas tecnologías y la falta de tiempo de ocio al aire libre, lo que incrementa el riesgo de enfermedades entre los más pequeños.


Hablamos de un problema que acaba afectando a todo el sistema familiar, destruyendo las carreteras internas de cada uno y deteriorando los órganos a los que alimenta. Cambiar el chip y tomar conciencia de este problema es el primer paso para revertir la situación.

Aprovechando para hacer el mejor trabajo en equipo, la familia debe empezar a afrontar pequeños retos que acaben haciendo que los factores de riesgo modificables desaparezcan para perpetuar estilos de vida saludables que repercutan en todos.

Hacer partícipes a los menores de esta realidad y plantear entre todos pequeños cambios para conseguir llegar a una vida sana es una gran oportunidad de tener un proyecto familiar que motive a todos los miembros y que consiga llegar con éxito a la meta.

Buscar ayuda para dejar de fumar, hacer planes de ocio familiares en los que la actividad física sea su principal ingrediente y habituarnos a modificar nuestra alimentación, por ejemplo, cambiando refrescos por agua o las chucherías por frutos secos va a permitir que nuestro circuito sea perfecto.

Ante las dificultades podemos contar con los profesionales de atención primaria, que nos van a ayudar y a proporcionar recursos para poder alcanzar nuestros objetivos. Haz seguras tus carreteras y las de tus familiares, entre todos se puede.



Gracias por esos pequeños milagros

Noelia - Paciente

**En Hospiten cumplimos 50 años.
Y queremos celebrarlo con
todos nuestros pacientes.**

Porque con tu confianza
hemos mejorado para darte
siempre la mejor asistencia.
Gracias por tu cariño y por
formar parte de esta gran familia.

hospiten 50 AÑOS
mejoramos por tu salud

ENMARCAR LA MIRADA



Antes del tratamiento.



Tras cuatro semanas de tratamiento.

En Clínica Salud Estética han comprendido la importancia de la mirada para resaltar la belleza, de ahí su entusiasmo con los productos de la firma Evo Beauté, que consiguen recuperar el crecimiento de cejas y pestañas de manera espectacular y se han convertido en imprescindibles para el grupo dirigido por el doctor Antonio García, que apuesta por su distribución en Canarias a través de doctorbelleza.com.

Entre los sérum más vendidos de Evo Beauté destacan EvoEye Eyelash Fórmula, para pestañas, y EvoEye Eyebrow Enhancer, para cejas. El éxito de Evo Beauté radica en nutrir el folículo piloso y recuperar su crecimiento, aportando brillo, fuerza y flexibilidad.

T. 672 346 330
saludestetica.com

MEDITEKNIA DR. JIMÉNEZ ACOSTA

TRASPLANTE DE PELO CON RESULTADOS NATURALES E INDETECTABLES.

El Dr. Jiménez Acosta realiza trasplantes de cabello con las técnicas más actuales.

Su **experiencia** como especialista en tratamientos capilares le ha valido el **reconocimiento internacional**.

Platinum Folicle Award 2011 <



LA ÚNICA SOLUCIÓN

permanente a la alopecia la encontramos en los **trasplantes de pelo obtenidos del propio individuo**.

Se financian tratamientos.



Cita previa con el Dr. Jiménez Acosta
928 23 22 78

Av. Alcalde Ramírez Bethencourt, 20.
Las Palmas de G.C.

Más información: www.clinicadelpelo.com

PRECISIÓN Y SEGURIDAD EN
CIRUGÍAS DENTALES COMPLEJAS

X-GUIDE SYSTEM EN IMPLANTOLOGÍA DENTAL RECUPERE CON SEGURIDAD SU SONRISA



Los implantes dentales son, a día de hoy, la solución más recomendable y menos invasiva para sustituir dientes perdidos o incluso maxilares edéntulos. Para estos casos, en los que pacientes que son y se sienten jóvenes, que están desesperados por sonreír sin complejos, disfrutar de un buen chuletón y olvidarse de las dentaduras postizas, existe la posibilidad de rehabilitar con una técnica de carga inmediata que proporciona **dientes fijos atornillados** la misma tarde de la cirugía.



Sin embargo, hay casos extremos de falta de hueso hacen complicada esta rehabilitación. En estas ocasiones, el Dr. Caballero de Rodas emplea la técnica de carga inmediata Allon4™ con **Implantes cigomáticos**, consistente en la colocación de implantes más largos (de 35-42 mm), estratégicamente situados y anclados en el arco cigomático, dándole al

paciente la posibilidad de irse a casa con una prótesis fija atornillada el mismo día de la cirugía. Este tipo de cirugías más complejas se realizan siempre bajo sedación consciente intravenosa y la supervisión de un anestesista.

La **clínica dental Caballero de Rodas**, en la búsqueda de la excelencia y protección al paciente en el acto quirúrgico, es pionera en Gran Canaria en la adquisición del **X-Guide System**, un navegador que asegura al 100 % la correcta posición de los implantes dentales. Mediante un sistema robotizado de navegación guiada, y previo estudio y planificación de la cirugía, el **X-Guide System** proporciona (tanto a doctor como a paciente) la precisión y seguridad necesaria en la colocación de implantes en estos casos tan complejos.

Clinica Dental 
Caballero de Rodas
Implantología y Estética Dental

Clinica dental Caballero de Rodas, invirtiendo en tecnología, invirtiendo en su seguridad.

www.clinicacaballeroderodas.com

Tlno.928367296



Por Selu Vega

LA NEGRA TOMASA: PERSONAJE, PERSONA, LEYENDA

Sosó, Víctor Lorenzo Díaz Molina, es la Negra Tomasa, el personaje y leyenda más destacado de los Indianos de La Palma, una de las fiestas icónicas de Canarias. Cuando se levanta ese día comienza un proceso de transformación que convierte a un hombre jubilado del trabajo pero no de la vida en una estrella, encargada de inaugurar oficialmente los Indianos. Sin ella, la fiesta no sería lo mismo, y le debemos su incombustible alegría, sus bailes frenéticos y el son que marca el ritmo de la fiesta palmera.

Los Indianos de La Palma, no hay año que no quiera disfrutar de una de las fiestas más divertidas, sanas, humanas e importantes del Carnaval canario. Esta fiesta nuestra, de ustedes, de todos pero sobre todo de los palmeros, tiene muchos detalles, nombres propios y momentos en una celebración que ya acumula 50 años de historia, aunque existen referencias a ella en los albores del siglo XX. Una de las claves para comprender esta fiesta es la Negra Tomasa, el personaje, la persona y la leyenda.

El personaje tiene su origen en la lección de tolerancia de los isleños. Jamás importó el color de la piel, o que sea un hombre vestido de mujer, sino la alegría que podría traer a la fiesta. Así, año tras año y durante más de veinticinco, en cuanto la Negra Tomasa baja la escalinata de la plaza de España (de La Habana ese día)

y baila para todos los palmeros y visitantes de los Indianos, empieza realmente la fiesta. Pero para llegar a convertirse en ella, la persona –Víctor Lorenzo Díaz Molina (Sosó)– comienza temprano, nervioso (o nerviosa). Ultima los detalles con sus allegados, ora el vestido, ora el maquillaje, e intenta no dejar nada a la improvisación. Su transformación comienza con el maquillaje: más de una hora de intenso trabajo cada año hace posible que su piel blanca de hombre se convierta en la de una cubana morena. Suele terminar sus retoques en casa de su hermana, que conoce sus secretos. En realidad todo el proceso es muy familiar y sus sobrinos, sus hermanas, su mujer y su hijo Fran colaboran. Tras embutirse en las prótesis que le dan forma de mujer, llega la parte más difícil: el traje, que normalmente tienen que ponérselo entre dos personas con sumo cuidado para no rozarlo con el maquillaje.

Su transformación concluye cuando se coloca los accesorios uno a uno: pendientes, colgantes, pulseras, peluca, su pañuelo con la tradicional forma de lazo y los guantes. Tras más de dos horas y media de proceso, Víctor ya no es Sosó, sino la Negra Tomasa, la leyenda.



Tras embutirse en las prótesis que le dan forma de mujer, llega la parte más difícil: el traje, que normalmente tienen que ponérselo entre dos personas con sumo cuidado para no rozarlo con el maquillaje



Así, adornada con sus coloridos trajes, con su maquillaje de tonos vivos y la sonrisa de sus bombas colorás, su baile al son cubano más auténtico contagia al más triste la alegría de vivir, bailar y sentir con pasión el Carnaval palmero.

El personaje es una figura fundamental en la historia de Indianos y no se puede separar de la persona, Víctor Lorenzo Díaz Molina. Con más de 70 años, es uno de esos palmeros que emigraron a Dinamarca, desde donde nunca se olvidó de su tierra, a la que siempre quiso y a la que volvió. Su leyenda no se queda en ser la Negra Tomasa, sino que además tuvo el privilegio de ser un enano y participar como tal en siete Bajadas de la Virgen, más dos extras.

El personaje y la persona han construido, año a año, baile a baile, Indianos a Indianos, la leyenda. Sosó sigue bailando al son que más le gusta, el palmero, y cada año se prepara, se viste, se pinta y se convierte en el alma de una fiesta que tiene un espíritu indiano.





TAL VEZ

Tal vez
lo más fácil sería echarle la culpa al vino,
a las canciones,
al momento.

Quizás
la certeza de saber
que los daños del día después
estarían silenciados
por kilómetros de palabras,
besos y mensajes,
fue un columpio hasta mis labios.

Llegaste
–yo no te esperaba–
y aunque los gestos siempre son provisionales
volví a ver en tus ojos puertas abiertas.
La noche se rendía en tus pupilas.

El deseo se abrió de piernas entre nosotros
y después de aparcar nuestros corazones
en un pozo cerca del océano,
desaté mis manos, tus botones
y te robé la ropa de más que te puso el invierno.

Hoy no busco respuestas
y lo que más me gusta de ti
es todo lo que no sé.

Tampoco busco que entre nosotros
se escriba la palabra parasiempre,
pero espero que uno de estos días
tal vez tropieces con mi ausencia,
y decidas llamarme
cuando no te esté esperando.

Noviembre 2010
Gran Canaria>Madrid

Texto del libro *A pesar de los aviones.*
Diego Ojeda



Francesca Phillips.

Por **Ángeles Arencibia**
Fotografías cedidas por *El Museo Canario de Las Palmas de Gran Canaria*
y *Francesca Phillips*

PONIENDO CARA AL PASADO MILENARIO DE LOS CANARIOS

Cincuenta rostros de aborígenes canarios reconstruidos a partir de cráneos de los siglos VI a XV, procedentes en su mayoría de El Museo Canario, y otros tantos retratos de isleños contemporáneos componen la impactante muestra *La búsqueda de caras ancestrales*, abierta hasta el 31 de marzo. La idea es de una inglesa soñadora que vino a Gran Canaria para documentar las casas-cueva y supo de una anciana que no había visto el mar.

Francesca Phillips (Londres, 1964), artista visual desde un enfoque antropológico, vive desde hace 18 años en Teror (Gran Canaria). La muestra *La búsqueda de caras ancestrales*, que se expone en El Museo Canario, es por el momento su proyecto más relevante y ha sido posible gracias a la colaboración de la antropóloga forense Caroline Wilkinson, directora del Face Lab de la Universidad John Moores de Liverpool, y de la antropóloga física majorera María Castañeyra-Ruiz.

Wilkinson, una figura internacional en su campo, es autora de las reconstrucciones de Ramsés II, Ricardo III y Juan Sebastián Bach, entre otros rostros del pasado. La participación de Castañeyra-Ruiz es fruto de una feliz coincidencia. Las solicitudes de Phillips (proponiendo la reconstrucción) y la de Castañeyra-Ruiz (postulándose para trabajar) coincidieron en el tiempo sobre la mesa de trabajo de la antropóloga forense y las dos provenían de

Canarias. La joven majorera, cuya intervención es fundamental, disponía, además, de una beca postdoctoral de la Fundación Canaria Doctor Manuel Morales. El Gobierno de Canarias y El Museo Canario cierran el círculo. Para encontrar la génesis del proyecto hay que remontarse al día en que Phillips supo de una isleña de la montaña que nunca había visto el mar. “No es que no hubiera ido, es que no lo había visto”, exclama con esa expresividad que tienen a veces los ingleses. “¿Puede imaginarlo en una isla tan pequeña?”.

Saber de la abuela de su marido en Artenara fue el comienzo de una búsqueda que termina en El Museo Canario, donde 20 rostros masculinos, otros tantos femeninos y 10 infantiles nos miran desde un pasado milenario. “Una cultura no es solo lo que ves, es más complicado; para entender hay que mirar profundamente”, argumenta. El segundo hito se da cuando lee en la prensa que la Universidad de Las

Palmas de Gran Canaria realiza análisis que prueban la pervivencia de ADN aborigen en isleños del siglo XXI. “¡Guau!”, se dice, y busca la manera de fotografiar a algunos de esos canarios contemporáneos con ascendencia aborigen. Algunos forman parte del panel con 50 rostros del siglo XXI que se contraponen en el salón del museo a los del pasado. Situarse en medio y mirar a ambos lados emociona.

Los canarios prehispánicos, según este estudio, tenían la mandíbula cuadrada, nariz ancha y predominio de pliegue epicántico (en un 75%), que es característico de poblaciones asiáticas. Otro de los elementos que se extraen de este trabajo es la prevalencia de orejas adherentes (sin lóbulo separado) en un 83% de los individuos examinados.

-

Los canarios aborígenes, según el estudio realizado para la muestra, tenían la mandíbula cuadrada, nariz ancha y predominio de pliegue epicántico, que es característico de poblaciones asiáticas

-

Cuarenta y ocho de los cráneos representados pertenecen a El Museo Canario. Los dos restantes hasta completar el medio centenar provienen, respectivamente, del Museo Arqueológico Benahorita de La Palma y del Cabildo de Lanzarote. Según Caroline Wilkinson, se trata de la reconstrucción más amplia jamás realizada sobre un mismo grupo de población. Tras clausurar en El Museo Canario de Las Palmas de Gran Canaria el 31 de marzo, Francesca Phillips tiene el propósito de exponer en otros lugares. No olvide fijarse en la reconstrucción animada de la momia número 6. Está viva.



Caroline Wilkinson.



María Castañeyra-Ruiz.

descubre
un corazón **que se deshace
como el hielo**

TURANDOT

Giacomo Puccini

MARZO

19, 21, 23

19:30 h

Auditorio de Tenerife
Sala Sinfónica

A | **ÓPERA
DE TENERIFE**
INTENSAMENTE

operadetenerife.com | [taquilla](#) | 902 317 327 | auditoriodetenerife.com

2019

Tenerife
2030



AUDITORIO
DE TENERIFE

SINFÓNICA
DE TENERIFE

INaem

gobierno
de Canarias

EL
DÍA

La Opinión
de Tenerife

SEIZ
Radio Club
TENERIFE

COFE
CANARIAS



Por *Sylvia Madero*
Fotografías por *Cebrián, Poldo Cebrián*
y cedidas por *TEA Tenerife Espacio de las Artes*

DOS MIRADAS SOBRE CANARIAS



Coincidiendo con el centenario del nacimiento de Cebrián, uno de los grandes protagonistas de la fotografía en Canarias, TEA Tenerife Espacio de las Artes, a través del Centro de Fotografía Isla de Tenerife, hace un recorrido por su trayectoria y por la de su hijo, Poldo Cebrián, quien heredara su pasión y la dotara de una nueva visión para convertirse en exponente fundamental en el panorama artístico del Archipiélago. *Cebrián Poldo Cebrián: Dos generaciones (1949-2019)* reúne hasta el 10 de marzo más de un centenar de obras de los dos artistas, escogidas cuidadosamente por Poldo Cebrián y estructuradas en cinco ámbitos que reflejan, a través de su singular mirada, temáticas como la naturaleza, idiosincrasia y arquitectura de las Islas y el desnudo.

¿Qué mejor forma de adentrarnos en este viaje que de la mano de uno de sus protagonistas? Poldo Cebrián me invita a recorrer esta exposición junto a él, y me desgrana la obra que la compone introduciéndome en su forma de ver, observar y, sobre todo, sentir. Entramos en la primera sala. Silencio.

-

***En ‘Canarias. Paisaje íntimo’
Poldo Cebrián muestra las Islas
desde su particular visión: una
comunidad íntima entre la escena
y él, un diálogo en el que sobran
las palabras***

-

Que envuelve la atmósfera, que invita a indagar en nuestros pensamientos más prohibidos. Poldo me invita a sentir y observar. Al frente, cinco instantáneas de gran formato invaden el espacio visual. Es un homenaje a los que se han ido, una alegoría del proceso de nacer, crecer, vivir, morir. Una oda a la bondad.

Porque “todos moriremos algún día, y solo queda de nosotros todo lo bueno que hayamos dejado; debemos ser buenas personas para trascender”, afirma. En la segunda, el desnudo viste las paredes. Con marcos de madera virgen, la obra del padre. Con negros, la del hijo. Tras el objetivo del primero, toda una declaración de intenciones. Retratos de los años cincuenta en Santa Cruz de La Palma. Hasta aquí llega como miembro de la Junta de Abastos tras la guerra civil y, después de tener a su primogénito al año de casarse, decide dedicarse a su verdadera pasión: la fotografía. Es entonces cuando inaugura su primer estudio en la calle O’Daly y nacen estas primeras instantáneas.





Poldo Cebrián. *Cementerio Atlántico*, 2005.



Cebrián. *Sin título*, 1960 – 1970. Colección Centro de Fotografía Isla de Tenerife. TEA Tenerife Espacio de las Artes. Cabildo Insular de Tenerife.



Poldo Cebrián. *Canarias. Paisaje íntimo*, 2010.

Poldo las repasa melancólico; la desnudez femenina es protagonista en el estudio, como parte de un paisaje, en primer plano... Y regresa a su infancia: "Recuerdo unas piernas, un cuarto oscuro, la luz roja. Mamá y papá revelando. Ir a la droguería a comprar los líquidos con los que se hacían los reveladores para los procesos fotográficos: la hidroquinona, el hiposulfito... Aún paladeo esos olores".

-

La perspectiva de Cebrián es un retrato del Archipiélago desde el pasado con una mirada transgresora para sus tiempos, que no me resulta extraña, pues dista poco de la actual

-

En la pared opuesta, obras de *Desnudo singular*, que expone por primera vez, y *Tuétano*, un estudio del cuerpo humano desnudo a través del ojo de Poldo: abstracto, sincero, brutal.

Alejandro Togores: "Cebrián es un hombre de profunda comunión con lo mirado. Poldo, Cebrián, hijo, hereda la fotografía como profunda vocación y desarrolla formas nuevas de mirar, de situarse ante aquello a fotografiar. Nos desvela así su talante poético, su esponánea entrega a lo que conmueve".

El blanco y negro predomina en el tercer habitáculo, como en toda la exposición. "Los colores del alma"; así los define el artista. Se sienta y me invita a acompañarle, es momento de dejar que la naturaleza nos hable. De nuevo silencio, solo observar. Dieciséis fotografías escogidas de su serie *Canarias. Paisaje íntimo* que muestran las Islas desde su particular visión: una comunión privada entre él y la escena, un diálogo en el

que sobran las palabras. Enfrentada, la perspectiva de Cebrián, un retrato del Archipiélago desde el pasado con una mirada transgresora para sus tiempos, que no me resulta extraña, pues dista poco de la actual. Eventos de una sociedad que se nos antoja ya lejana, el trabajo del obrero, las tradiciones y el acervo cultural quedan reflejados en la cuarta sala, con las instantáneas de Cebrián y *Humanidades*, una obra de Poldo creada ex profeso para la exposición.

En ella, 270 retratos, alineados perfectamente, esperan al visitante formando una enorme cuadrícula. Si nos acercamos y observamos con detalle, reconoceremos a reputados artistas e intelectuales como Carlos Pinto, Cristino de Vera, José Saramago, Elfidio Alonso, Pedro González, Fernando Castro Borrego, Víctor Pablo Pérez, Maribel Nazco, María Rosa Alonso, Caco Senante... Para dar vida a este proyecto, Poldo montó estudios en Santa Cruz de Tenerife, Las Palmas de Gran Canaria y Madrid, además de trasladarse al resto de islas para fotografiar a los protagonistas.

En este espacio, además de las obras fotográficas se proyecta el audiovisual de Cebrián *La isla soñada*, un trabajo fruto de su estrecha relación con el Gobierno de Canarias que promocionó Tenerife por toda Europa de la mano del Patronato de Turismo. A su lado, y antes de pasar a la última sala, donde se recoge documentación de ambos artistas además de entrevistas, biografías y publicaciones, y pasando casi desapercibido, un fotomontaje. Sobre una instantánea de La Punta del Hidalgo, dos fotografías, en las que se aprecia a Poldo, aún bebé, con su madre y su padre.

Quiere así el artista finalizar el recorrido donde todo empezó, porque "en esta vida hay que estar agradecido, y este es mi homenaje a quienes todo me lo dieron. Gracias, mamá; gracias, papá, siempre".



Por Jesús Villanueva Jiménez
Ilustración por Tom Eigenhufe

LA CRÓNICA DE UN VIEJO GOMERO

Abrí el vetusto libro a la mitad, lo acerqué a la cara y aspiré, cerrando los ojos. Aromas evocadores de otros tiempos. Pasaba las hojas, leyendo algún que otro párrafo, cuando, entre ellas, encontré una cuartilla amarillenta. En tinta negra, alguien con pulso firme había escrito lo que resultó ser un breve relato.

«Aquella mañana de mediados de marzo del año de Nuestro Señor de 1740 fue, sépalo vuestra merced, la más extraordinaria de mi vida. Habíamos visto desde la costa de nuestro pueblo de Hermigua, mi hermano Manuel y un servidor, Benedicto me bautizaron, a la balandra, procedente de La Palma, huir de la corbeta corsaria de pabellón británico. El barco inglés, de más velamen, alcanzaba al nuestro. A mi hermano y a mí se nos iba a salir el corazón por la boca, de tanto nervio que sentíamos ante el escenario, que se tornaba trágico por momentos, sufriendo la impotencia de no poder socorrer a nuestros paisanos. Cuando, inesperadamente, la balandra viró hacia la costa, buscando refugio en la playa del Azúcar. Dos cañonazos soltaron los ingleses, que más que hundir pretendían robar la carga del indefenso barquito isleño. Entonces, la balandra, descontrolada, se estrelló contra unas rocas, quedando a merced de la canalla corsaria.

Corrimos los dos todo lo que nuestra juventud nos permitía, calculando un buen rato en alcanzar aquel lugar de la costa.

Observamos las dos chalupas que echaron al agua los enemigos, con una veintena de hombres armados, sin duda para hacer-

se con el botín. Y cuál fue nuestra sorpresa y regocijo cuando vimos que hasta el lugar donde había quedado encallada la balandra también se llegaban un buen puñado de milicianos armados de mosquetes, y hombres y mujeres del pueblo empuñando garrotes y aperos, justo cuando los piratas a punto estaban de abordar nuestro barco. Debió ser mayúscula la sorpresa de aquellos malasangres, cuando sobre ellos cayó una rociada de plomo de mosquete y callaos por doquier. No éramos menos de entre cuarenta y cincuenta gomeros los allí congregados, los más, como mi hermano y yo, a pedradas contra la chusma corsaria.

Cinco de ellos se fueron muertos al agua, y tres prisioneros hicimos, antes de que las chalupas huyeran del lugar de la batalla, como alma que lleva el diablo, a paladas desafortunadas de sus remeros.

En la misma playa, todos jubilosos por la victoria, nos abrazamos entre nosotros y con los seis tripulantes de la *Margarita*, que así se llamaba la balandra. Resultó que, en efecto, procedente de Santa Cruz de La Palma, se dirigía la *Margarita* hacia el puerto de Las Palmas, con un buen cargamento de dulces y postres, que tan ricos hacen en la Isla Bonita.

Aún hoy, anciano que soy, me sigo preguntando qué demonios creyeron hallar aquellos piratas malparidos en aquel barquito palmero».

Eso mismo me pregunto yo, cada vez que releo la crónica de nuestro antepasado, que guardo como un tesoro.

EXPOSICIONES



ÁFRICA-BABEL. EL ARTE DE UN CONTINENTE

TF / Espacio Cultural CajaCanarias

Hasta el 11 de marzo

Exposición conformada por más de 350 piezas artísticas que recorren el arte tradicional del continente africano, centrándose en los pueblos de su franja ecuatorial y tropical, desde el océano Atlántico al Índico. Su variedad y riqueza es amplísima y abarca países tan diferentes como Nigeria, Camerún, República Democrática del Congo, Malí, Gabón, Guinea Ecuatorial y Sudáfrica.

DANZA



DULCES BESTIAS

LZ / Auditorio Jameos del Agua

16 de marzo

La compañía Nómada representa en el Auditorio Jameos del Agua la pieza de danza contemporánea *Dulces bestias*, galardonada recientemente con cinco Premios Réplica de las Artes Escénicas de Canarias en su edición de 2018, lo que la convierte en el mejor espectáculo del año según estos premios. Paula Quintana, Daniel Morales y Paloma Hurtado trascienden de sus formas y cuerpos para dar vida a un espectáculo que cuenta con una partitura del lanzaroteño Samuel Aguilar.

TRADICIONES

LA 'FUFA' DESCUBRE LA ISLA DEL MERIDIANO

EH / Valverde

9 de marzo

Dentro del programa de actos del Carnaval de la capital hurreña, que este año se celebra bajo la temática de *Las cuatro estaciones*, la afilarmónica Ni Fú-Ni Fá actúa en el mercadillo de Valverde y se despedirá cantando su pasacalle desde allí hasta la zona de El Punte.

DEPORTES

V JANDIABIKE

FV / Jandía

16 y 17 de marzo

Evento deportivo para los amantes de las bicicletas que incluye dos importantes pruebas de montaña. Por un lado, la cronoescalada al pico de la Zarza, con un recorrido de 8600 metros, y el rally MTB Faro de Jandía, con unos 42 kilómetros. Ambas son válidas para la IV Copa Insular Fuerteventura Bike Shop 2019 y el rally puntúa además para la XV Copa Interinsular Lanzarote-Fuerteventura.

TRAIL ACANTILADOS DEL NORTE

LP / Garafía-Barlovento

23 de marzo

Considerada como una de las carreras de trail más duras de Europa, abarca 29 kilómetros entre Garafía y Barlovento, con una altitud máxima de 600 metros, una mínima de 10 metros y un desnivel acumulado de más de 4000 metros.

TEATRO

LA SOMBRA DE DON ALONSO

TF / Teatro Leal

15 de marzo

Montaje de la obra *La sombra de don Alonso*, del autor palmero Antonio Tabares, bajo la dirección de Juan José Afonso. El argumento gira en torno al periplo desesperado de don Alonso Pérez Díaz en busca de un muchacho encarcelado injustamente.

MÚSICA

CHILDREN OF THE 80'S WE'RE BACK!

TF / Hard Rock Hotel Tenerife

16 de marzo

Hard Rock Hotel Tenerife continúa ofreciendo su popular espectáculo *Children of the 80's*: un evento repleto de espectáculos visuales, coreografías pegadizas, música y color con el que vivirás la auténtica década de los 80.



EUROPE

GC / Gran Canaria Arena

22 de marzo

TF / Campo de fútbol El Peñón

23 de marzo

La mítica banda Europe, que logró fama internacional en los 80 con *The Final Countdown*, aterriza por primera vez en Canarias. Dos citas, una en Tenerife y otra en Gran Canaria, en las que llevarán a cabo un recorrido por sus mayores éxitos y también harán disfrutar al público con canciones de su último álbum, *Walk the Earth*.

FERIAS Y CONGRESOS

TEDX MARRAKECH

Marrakech / Es Saadi Marrakech Resort

2 de marzo

Séptima edición en Marrakech de este evento popular en todo el mundo que reúne a personas para compartir oradores en vivo inspiradores y actuaciones artísticas combinadas con vídeos de TED que generarán discusiones profundas y crearán nuevas ideas. Bajo el lema *Somos el mundo: identificar la identidad*, este año se pretende observar los contextos y parámetros con los que nos identificamos y los criterios y circunstancias que nos definen.

BTL FERIA INTERNACIONAL DE TURISMO

Lisboa / Feria Internacional de Lisboa

Del 13 al 17 de marzo

El espacio preferido en Portugal para los profesionales relacionados con la industria turística. Además de los expositores de centenares de destinos de todo el mundo, el programa BTL incluye talleres temáticos, presentaciones de destino, pruebas gastronómicas o presentaciones culturales.

SITAGLOB EXPOSICIÓN INTERNACIONAL DE TURISMO AGADIR

Agadir / Plaza El Amal

22 y 23 de marzo

El objetivo de SITAGLOB es reunir y crear un clima de negocios entre los diversos profesionales participantes, provenientes de la industria del turismo de diferentes países del mundo.

MOROCCO FASHION & TEX

MOROCCO FASHION AND TEX

Casablanca / Feria Internacional de Casablanca

Del 28 al 31 de marzo

Morocco Fashion and Tex da la bienvenida a los profesionales de la industria textil y de la moda. En esta feria, en la que participan profesionales nacionales e internacionales, se presentan productos de alta calidad y se ofrecen excelentes oportunidades de negocios para los visitantes.

TRADICIONES

CARNAVAL MINDELO

Mindeló

3 de marzo

Popularizado en todo el mundo a través de las canciones de Cesária Évora, el Carnaval de Mindelo está firmemente enraizado en la tradición. Destaca la actuación de los mandingas de Ribeira Bote (un barrio a 10 minutos de Mindelo), quienes, untados en aceite y alquitrán, desfilan por las calles en un homenaje a los mandinkas de Senegal y Gambia (entre otros).

CARNAVAL MADEIRA

Madeira

Hasta el 10 de marzo

El Carnaval de Madeira ofrece una gran variedad de actividades para elegir, y se puede optar por ser un mero espectador o por participar de forma activa. Aquí, la época carnavalesca se vive en ambiente festivo constante, tanto en las iniciativas de carácter oficial como en aquellas enraizadas en la tradición madeirense, con las que la alegría y el color llenan las calles.

DEPORTES

PORTO SANTO NATURE TRAIL

Porto Santo

4 de marzo

La Asociación de Atletismo de Madeira vuelve a organizar el Porto Santo Nature Trail, renovando el formato de este evento que se realiza anualmente en la isla dorada. Tendrá cuatro pruebas que cubrirán la isla de lado a lado: la principal, con 42,3 kilómetros; la secundaria, con 21,9 kilómetros; una más pequeña, con 8,9 kilómetros; y una cuarta prueba destinada a atletas más pequeños: Kids Trail Porto Santo (KTPS).

RALLY AÏCHA DES GAZELLES

Dajla

Del 15 al 30 de marzo

Desde 1990, el Rally Aïcha Des Gazelles es una institución. Este evento deportivo reúne a mujeres de todo el mundo para participar en una carrera excepcional a través del desierto de Marruecos, un encuentro cara a cara con la naturaleza.

FESTIVALES

FESTIVAL DE TEATRO ESCOLAR FRANCÉS 10 DE 10

Dakar / Instituto Francés de Dakar

11 de marzo

El programa *10 de cada 10 juegos en francés para jugar y leer*, nacido en Polonia, presente en más de 40 países de todo el mundo y en desarrollo en África, ayuda a los jóvenes a aprender francés y a los profesores a enseñarlo como lengua extranjera, pero sobre todo promueve la nueva literatura teatral francófona.

GRACIAS POR LEERNOS

Más de 230 000 pasajeros nos leen cada mes (casi tres millones al año), lo que nos convierte en un soporte exclusivo, muy potente, y nos confirma como una de tus principales maneras para descubrir los rincones más secretos de las Islas. Para premiar tu fidelidad, te invitamos a responder estas preguntas. Encontrarás las respuestas en estas mismas páginas:

- ¿Cuántos años de historia tiene Puertos de Las Palmas?
 - ¿En qué web debes inscribirte para participar en el Congreso Internacional de Bancales?
 - ¿Qué puerto gallego aparece en la novela *Veinte mil leguas de viaje submarino*?
 - ¿Qué plato degustaban en su casa los afortunados invitados del mítico corresponsal Saliou Traoré?
 - ¿Cuál es uno de los lemas de Cabo Verde?
 - ¿Cuánto invierten Loro Parque y el Gobierno de Canarias en su programa *CanBio*?
 - ¿Qué obra de César Manrique elige el modelo Mauro Quintero como su rincón secreto en El Hierro?
 - ¿Cuántos años cumple Hospiten?
 - ¿Hasta qué fecha puedes disfrutar de la exposición *La búsqueda de caras ancestrales* en El Museo Canario?
- Para nuestro poeta Diego Ojeda, ¿qué es lo que más le gusta de ella?
- ¿Adónde te invita a viajar nuestro anunciante de contraportada?

Enviar respuestas antes del 31 de marzo a buzon@barabara.comunicacion.com con el asunto "NT marzo"

Seleccionaremos de entre todas las respuestas recibidas a un ganador, que recibirá un ejemplar de *El caso Sankara*, la magnífica novela de Antonio Lozano.

Fotografía por Patri Cámpora

NOTA: Los correos enviados formarán parte de un fichero propiedad de Bara Bara Comunicación. Puede recibir en el futuro otras comunicaciones de nuestra empresa. Si desea que le excluyamos de este archivo, rogamos nos envíe una carta a Bara Bara Comunicación: C/ Puerto Escondido, 5, sexto izq., 38002, Santa Cruz de Tenerife.

ÁFRICA • BABEL

EL ARTE DE UN CONTINENTE

DEL 5 DE FEBRERO AL 11 DE MAYO DE 2019



▼ Espacio Cultural CajaCanarias
de Santa Cruz de Tenerife
San Clemente, 22

Horarios de la exposición:

De lunes a viernes, de 10:00 a 13:30h y de 17:30 a 20:00h

Sábados, de 10:00 a 13:30h

Domingos y festivos, cerrado

Más información:
www.cajacanarias.com
info@cajacanarias.com



CajaCanarias
FUNDACIÓN



Por *Francisco Belín*
Ilustración por *Ilustre Mario*

UN BUEN RACIMO DE... NUEVAS TENDENCIAS

Canarias ha ganado por derecho propio un sitio notable en el contexto nacional de la gastronomía. Como fenómeno social dinámico, los protagonistas de los sectores implicados toman esa responsabilidad de forma diríase que vivaz: los cambios, la evolución de formatos de restauración, métodos culinarios, propuestas de sala están ahí y ningún terruño escapa a las generalidades o particularidades que se ciernen sobre esta actividad.

Las ocho islas no van a ser una excepción. Parecen dúctiles ante una serie de orientaciones marcadas por la economía global y local pero también por unas u otras preferencias de visitantes y lugareños, además de la indiscutible influencia de medios de comunicación y redes sociales. El preámbulo sirve para introducir que el trazo más significativo que lleva apuntando la realidad canaria –y que seguirá consolidándose en 2019– es el fortalecimiento del tándem turismo-gastronomía, que parece ya indisoluble.

También a través del producto de cercanía (papas, quesos, vinos, pescados y cárnicos, frutas exóticas, mieles...) y su interpretación por una espléndida hornada de jóvenes cocineros canarios, instituciones públicas y empresas privadas que han propulsado estrategias para atraer a los visitantes. A su vez, esa revivificación del sector primario, que consolida los mimbres de la profesionalización y del tejido económico-empresarial local, repercute en los paisajes adonde finalmente quiere llegar el turista.

Expertos nacionales e internacionales daban trazos en el Congreso de Periodismo Gastronómico de Lanzarote, a finales de 2018, acerca de una “revisión” de aquellas propuestas que “atendían” a un turismo más de “batalla”, digamos, en las que imperaban *fish and chips*, judías, huevos fritos y beicon..., aparejadas al sentido de destino gastronómico (año solo de sol y playa).

-

Muchas voces acreditadas consideran que lo que debe fortalecer el Archipiélago es una restauración media-alta, de contrastada calidad, con garantías de servir producto de cercanía a precios competitivos

-

Así pues, un escaldón, un potaje de berros, un caldo millo, un puchero... forman parte de esa cartografía gastronómica que un turista, con otras prioridades en su tiempo de ocio, desea experimentar: visitar Agaete y tomarse un café único en este enclave de Gran Canaria; observar el sistema de trenzado de la vid en La Orotava (Tenerife) o en La Geria (Lanzarote) y brindar con vinos espectaculares acompañando condumios y enyesques.

Darse un salto a una quesería o una molienda de gofio de Fuerteventura. O bien decantarse por un sabroso plato con cochino negro y ñame en La Palma; quizá saciar la curiosidad con un buen almogrote en La Gomera o disfrutar del *almíbar* de una quesadilla en El Hierro. Tomarse un pescado atlántico en La Graciosa...

Canarias mantuvo las estrellas Michelin: seis –concentradas en Tenerife–. Muchas voces acreditadas consideran que estos establecimientos tienen su propia característica de generación económica y que lo que debe fortalecer el Archipiélago, en conjunto, es una restauración media-alta, de contrastada calidad, con garantías de servir producto de cercanía a precios competitivos.

Entre las particularidades que anunciábamos, no resulta baladí el toque de atención del cocinero tinerfeño Luis González acerca de la alta cocina, advertencia con la que coincide el lanzaroteño Germán Blanco. “Presiento una evolución a la baja en parte de esa restauración que pugna por situarse a un nivel altísimo cuando no acompaña ni el nivel de entradas de comensales ni los ingresos. Demasiado sacrificio, inversiones y preocupaciones cuando en realidad, con nuestro oficio, aspiramos a una economía digna; por lo que si hacemos bien las cosas vamos a tener más calidad de vida personal y a disfrutar también, por qué no, preparando arroces y calamares muy ricos”. En pastelería, una de las puntas de lanza canarias, Alexis García, ve clara la proyección con postres más ligeros, menos azucarados, con géneros frescos: una pastelería divertida en la que prime el sabor. Que las técnicas y las texturas resulten relevantes y que la estética sea visualmente atractiva.

“Se trata, hay que insistir en ello, de lograr una experiencia gastronómica y medioambiental para los foráneos que nos visitan y que cada vez muestran un perfil más exigente”. Valgan estas palabras, como síntesis, del presidente canario, Fernando Clavijo.



PARADORES

Hoteles & Restaurantes 1928



Parador de Cruz de Tejeda (Las Palmas)

¿Te imaginas en un paraíso natural en el centro de la isla de Gran Canaria, con spa y una piscina hidrotermal, que se alarga hasta entrar en un paisaje increíble? Ese lugar existe, es un lugar único con vistas a barrancos y acantilados que se asoman al océano. ¿A qué esperas para venir a conocerlo?

LAS CAÑADAS DEL TEIDE

LA GOMERA

EL HIERRO

LA PALMA



DISFRUTA DE LOS 5 PARADORES CANARIOS

Sol, playa, temperaturas cálidas... Cuando uno piensa en las Islas Canarias es inevitable viajar con la mente a los mejores veranos de tu vida. ¿Pero por qué esperar al verano cuando puedes disfrutar de esa sensación todo el año? Elige tu Parador, tu isla favorita y escápate ahora.

parador.es

Por Francisco Belín
Fotografía cedida por Nielsen Restaurante

TARTAR DE ARENQUE



Con este clásico del chef danés del restaurante Nielsen (Santa Cruz de Tenerife) continuamos con el recetario de prestigiosos cocineros, que se aproxima a un formato sencillo con el que cualquiera de los lectores puede *atreverse*.

Esta receta de tartar es de Dinamarca y exquisita. Calculemos para cuatro personas a la hora de la compra: cuatro arenques salados; cuatro cebollas blancas; un vaso de azúcar (3 dl); una cucharada de pimienta; zumo y ralladura de dos naranjas; dos ramos de canela; cuatro cardamomos abiertos; seis granos de pimienta enteros; una cucharada de granos de mostaza; dos hojas de laurel; un vaso de vinagre (2 dl); dos vasos de agua fría (4 dl); 2 dl de vino oporto. Vamos a dejar los arenques en agua de una a dos horas; sacarlos y filetearlos. Cortarlos en tiras de 1,5 cm. Cortar las cebollas en aros finos. Mezclar

las especias, las cebollas y el pescado. Mezclar en un tazón el vinagre, el azúcar y el agua, revolviendo hasta que se haya disuelto el azúcar. Introducir la preparación de arenques en un tarro grande de boca ancha, esterilizado y con tapa; verter el preparado de vinagre hasta cubrir los arenques y dejarlo reposar al menos unas horas (preferiblemente al menos un día). Para el tartar, se cortan los arenques con un cuchillo bien afilado en daditos pequeños. Se mezcla con cebolla roja en corte fino también y alcaparras picadas. Se sirve una generosa porción sobre tosta de pan de centeno y mantequilla con sal.



AUDAZ

— CRIANZA —

RIOJA D.O.C.

Rompe con los tópicos para alcanzar la cima, y el futuro.



ALCORTA™



BRUNELLI'S STEAKHOUSE ENAMORA POR SAN VALENTÍN



La celebración de San Valentín en Brunelli's el pasado 14 de febrero ha sido todo un éxito. El reconocido como mejor restaurante de carne de Tenerife preparó un menú especial para que los enamorados pudieran disfrutar de una romántica velada con las mejores carnes como protagonistas. Así, el *steakhouse* ofreció, en

esta fecha tan señalada, una experiencia gastronómica única especialmente diseñada para parejas. Una deliciosa crema de tomate con corazón de nata, un solomillo madurado 28 días y un postre de fruta de la pasión hicieron las delicias de los más románticos, que cenaron con unas impresionantes vistas al océano Atlántico.



Brunelli's
STEAKHOUSE

American  Style

La mejor carne
a este lado del Atlántico



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



Juan Cabrera (el Majorero) es de los mayores productores de alegría de la Isla. 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 delicadez, lo mismo que el marisco fresco. Mención merece el atún, que en época brota con recetas delicadas como el tataki o el tartar. Hay carnes Txogitxu, cerdo ibérico, cordero y cabrito.

EMBARCADERO



Restaurante & Terraza

Especialistas en Eventos

Club Marítimo Varadero
Muelle Deportivo de Las Palmas de Gran Canaria
Telf.: 928 23 30 67 - info@restauranteembarcadero.com
www.restauranteembarcadero.com



SABROSAS EXPERIENCIAS EN LANZAROTE



Tradicción, artesanía y producto local se dan la mano en el Mercado Autóctono Sostenible (MAS) de la Casa-Museo del Campesino, un espacio en el que poner en valor las tradiciones asociadas a nuestra cultura patrimonial y experimentar, de la mano de artesanos locales, algunas de las técnicas artesanales autóctonas como el bordado de roseta, el trenzado de la empleita, la cerámica tradicional, el telar, la elaboración de mojo y gofio y muchos otros talleres experienciales que complementarán la visita a este lugar emblemático de Lanzarote.

EL DUENDE DEL FUEGO, MEJOR GASTROBAR DE CANARIAS



La octava edición de los Premios Top 10 Canarias, que otorga la guía gastronómica *¡Qué Bueno!*, ha galardonado a El Duende del Fuego con el premio al mejor gastrobar, ha informado el digital *El Apurón*. Este local de Los Llanos de Aridane está especializado en cocina conceptual adaptada a alergias e intolerancias alimentarias.

montesano

braseado

**Pavo
Pollo
Jamón
Cocido Extra**

NUEVOS

Bajo en GRASAS

Rico en PROTEÍNAS

SIN Gluten

SIN Lactosa

ETÉREO, EL RESTAURANTE



En Etéreo lo sublime sorprende en cada propuesta que degusta el comensal. Finura, mimo y carácter conferidos de la mano del cocinero; con un producto sincero y de calidad sin igual. En este espacio gentil y de sutilezas, el grupo humano que lo forma y su chef, Pedro Nel Restrepo, recrean para usted una atmósfera agasajadora. ¿Se anima a vivirla?

Calle San Antonio, 34, Santa Cruz de Tenerife
T. 922 194 195

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



EL CHURRASCO MELONERAS

LAS PALMAS
C/ Olof Palme, 33
Las Palmas de G.C.
928 27 20 77

MELONERAS
C/ Mar Mediterráneo
San Bartolomé de Tirajana
Las Palmas
928 14 88 83



CAFÉ REGINA MESA Y LÓPEZ

MESA Y LÓPEZ
Avda. José Mesa y López,
43. Las Palmas de G.C.
928 91 88 12

CC ALISIOS
Centro Comercial Alisios
Las Palmas de G.C.
928 50 44 30

EL CORTE INGLÉS
Avda. José Mesa y López, 13
Las Palmas de G.C.
928 23 11 58



UN NUEVO CONCEPTO DE MERCADO



El espacio comercial The Market Puerto Rico, recientemente inaugurado en Gran Canaria, apuesta por un nuevo modelo de negocio comprometido y responsable, informa *Canarias7*. Nace con la misión de crear un centro implicado con su entorno, su visión es crear “momentos fuera del tiempo” y toda su filosofía gira en torno a la corriente del *slow shopping* y *slow food*, disfrutando sin mirar el reloj, creando experiencias que hagan que cada momento cobre un valor especial.

LA GASTRONOMÍA GOMERA SE PROMOCIONA



Los productos agroalimentarios de La Gomera refuerzan su proyección en eventos gastronómicos en España con la participación en cerca de una decena de citas de este tipo que a lo largo del año están previstas tanto en Canarias como en el territorio peninsular, informa *El Día*. Bajo el paraguas de “Alimentos de La Gomera”, más de 50 productores de la Isla impulsan, promueven y desarrollan productos distintivos de la gastronomía insular. Entre las fechas destacadas para este año está la participación en el Salón Gourmets de Madrid, que se celebrará el próximo mes de abril.

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.



Elige lo nuestro

CACT LANZAROTE

GASTRONOMÍA



Los momentos no pueden ser eternos, pero sí inolvidables

Bar El Almacén
Restaurante QuéMUAC
Restaurante El Diablo
Jameos del Agua
Restaurante del Campesino

De la cocina de vanguardia a los platos y sabores más tradicionales. Disfruta de la oferta gastronómica de los Centros Turísticos.

Descubre y saborea platos actuales elaborados con pasión, carisma y los mejores productos frescos de la tierra.

No dejes pasar la oportunidad de cenar en una burbuja volcánica o probar un plato cocinado al calor del volcán.

Información y reservas: 901 200 300

CRISTIANA OLIVEIRA: “EL 89 % DE NUESTROS ESTUDIANTES LOGRAN EMPLEARSE AL AÑO DE TERMINAR LA CARRERA”



Al año de haberse titulado, el 89% de los alumnos que han estudiado en la Universidad Europea de Canarias han conseguido un empleo acorde a sus estudios, y el sueldo medio de un egresado de nuestra Universidad es de 36.000 euros a los tres años de graduarse. Así lo indica la rectora, Cristiana Oliveira, cuya prioridad es “formar profesionales con la visión de un mundo global, con una estrecha conexión con el mercado de trabajo”.

¿En qué debe pensar un estudiante a la hora de realizar estudios superiores?

Nos consta que los estudiantes de la Universidad Europea nos han elegido por nuestro modelo académico, que incluye, entre otras ventajas, prácticas desde el primer año, y estar en contacto con el mercado laboral es lo más valorado. Además, contamos con un claustro integrado por doctores, investigadores y acreditados profesionales y, sobre todo, somos una universidad con una visión internacional de la formación. Por ejemplo, en Turismo, la mitad de nuestros estudiantes son de otros países, lo que reafirma nuestro modelo de universidad internacional, independientemente de dónde estemos físicamente.

-

“Lo más reciente que hemos inaugurado es un hospital simulado, que permite a estudiantes de Enfermería y Fisioterapia estudiar en un escenario de simulación compleja”

-

¿Cómo han implantado las nuevas tecnologías en la Universidad Europea de Canarias?

Nuestro campus se encuentra dotado de infraestructuras modernas y equipa-

mientos de vanguardia para la realización de prácticas y proyectos, en línea con las últimas tecnologías. Los estudiantes disponen del One Global Campus, un campus virtual global que permite que los estudiantes estén conectados con otros estudiantes y otras universidades. Y por supuesto, tenemos programas *online* y contamos con aulas tecnológicas, con *software* específico de las diferentes áreas, etc.

¿Qué nuevas titulaciones ofrecen este año?

Este año lanzamos los grados en Enfermería y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y el máster en Gestión Hotelera. Pero cada año incorporamos nuevos grados, posgrados y másteres, muchos de ellos son títulos propios, con el objetivo de disponer de una oferta de formación diversificada y adaptada a las necesidades reales del mercado laboral.

¿Cuáles son sus planes de futuro?

En los últimos cinco años hemos duplicado el espacio, pues en la actualidad contamos con más de 800 estudiantes. Aunque, recientemente lo que hemos inaugurado es el Hospital Simulado, que permite a estudiantes de Enfermería y Fisioterapia estudiar en casos de simulación compleja. Los próximos años serán testigos de cómo evolucionamos hacia las ciencias sociales, las ingenierías y en arquitectura, las nuevas tecnologías (como robótica e informática) y una amplia oferta en el área de salud.

Por *Sylvia Madero*

¿Y AHORA?, ¿QUÉ QUIERO HACER?



Acaba la enseñanza secundaria y los jóvenes se encuentran ante la tesitura de elegir entre seguir o no formándose. Se trata de una decisión que marcará el transcurso de su vida personal y profesional, por lo que no debe tomarse a la ligera y es necesario dejar a un lado el entorno o los condicionantes del momento que vivimos.

Quizá, la pregunta que deben hacerse antes de emprender este camino sea ¿a qué me quiero dedicar? Y con el corazón en la mano, pero también con grandes dosis de realidad y teniendo en cuenta sus opciones tanto personales como económicas, podrán empezar a caminar.

-

La comunicación alumno-profesor se hace inmediata gracias a un espacio donde interactuar en tiempo real y conocer notas de exámenes, ejercicios, proyectos e incluso conversaciones a través de chat

-

Obviamente, para llegar a este punto, debe haberse realizado un recorrido motivador por las etapas educativas anteriores; de ahí la importancia de elegir el Centro adecuado. Por ejemplo, El Proyecto Educativo del Colegio Arenas-Arenas Atlántico y Arenas Internacional, únicos Colegios en Canarias autorizados para impartir los tres programas de Bachillerato Internacional, ofrece las herramientas necesarias para aprender y convivir en un entorno bilingüe, familiar y seguro; desarrollar habilidades útiles para toda la vida; y afrontar con éxito sus estudios en cualquier universidad del mundo. Además, Sus alumnos adquieren en idiomas certificados por organizaciones como Cambridge, Goethe Institute, Alianza Francesa e Instituto Confucio.

Llegados a la finalización del Bachillerato, el siguiente paso es concretar si el camino es la formación profesional o la universitaria, para lo que el Archipiélago cuenta con una extensa oferta donde elegir: 206 ciclos y grados en

cinco universidades y 124 titulaciones de formación profesional impartidas en más de 400 centros académicos. Según el informe *Canarias en cifras 2017*, publicado por el Instituto Canario de Estadística, y con datos del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, ese año se matricularon en alguna de las cinco universidades canarias –las públicas Universidad de La Laguna (ULL) y Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (ULPGC) y las privadas Universidad del Atlántico Medio, Fernando de Pessoa y Europea de Canarias– 36 142 alumnos y 39 774 lo hicieron en algún ciclo de Formación Profesional.

La elección ‘correcta’

Mantenerse firme en la decisión escogida no es tarea fácil y de hecho son muchos los que abandonan sus planes (según cifras del Ministerio de Educación, casi un 11 % de los universitarios cambian de grado en sus dos primeros cursos) debido a las opiniones de sus allegados, la empleabilidad futura que pueda tener su elección y, lo más importante, la falta de información. Según Álvaro Moraleda, doctor en Educación y profesor de la Universidad Camilo José Cela (UCJC), en declaraciones al diario *El País*, el 40 % de los alumnos asegura que el principal motivo para decidir qué estudiar es el entorno familiar, el 30 % se apoya en el consejo de estudiantes que ya están en la universidad y el 25 % se guía por sus amigos.

Si bien es cierto que los consejos de nuestro entorno suelen ser bienintencionados, lo ideal es desoírlos y ahondar en los criterios personales de cada uno para tomar esta decisión. Dar el salto puede suponer un proceso de adaptación a medio plazo, pero no debe dar miedo, ya que una vez adaptado a esta nueva realidad, el alumno podrá constatar que se trata de una de las mejores



experiencias de su vida. Muchos alumnos se decantan por un estudio u otro según las “salidas laborales” y quizá sea una buena forma de descartar opciones, pero es importante tener en cuenta que el mercado laboral es cambiante, y lo que hoy está en auge mañana puede encontrarse en recesión. Para añadir algo de luz a este difícil proceso, se hace fundamental la figura del orientador, las jornadas de puertas abiertas que tienen lugar en los centros académicos (donde se pueden ver las instalaciones y recibir charlas sobre los diferentes estudios que se imparten) y, por supuesto, internet. Acudiendo a páginas fiables y alejándonos de foros de discusión, encontraremos, además de las programaciones educativas, todas las asignaturas disponibles según nuestras necesidades, y llegar a ellas es posible con tan solo un clic.

Formación ‘online’

Actualmente, Canarias imparte en las universidades mencionadas 94 títulos de grado y 166 de máster, con toda la

información sobre ellos alojada en sus webs. Esto abre todo un mundo de posibilidades para aquellos que no puedan o no deseen asistir presencialmente a un centro educativo. Esta opción requiere de un compromiso firme del alumno y grandes dosis de organización, ya que será él quien marque el ritmo de su formación. Es un camino individual, en el que en muchas ocasiones no es posible consultar con el resto de los compañeros, pero siempre se cuenta con el apoyo del profesorado, que le asistirá cuando le necesite. Hay que resaltar que se trata de una alternativa tan válida como la formación presencial, y aquellos que la elijan contarán con la misma titulación que los que hayan optado por hacerlo en las aulas.

Horarios, asignaturas, programas, aulas virtuales e incluso tutorías *online* están a disposición de los alumnos, quienes pueden acceder a todas estas posibilidades registrándose con usuario y contraseña. La comunicación alumno-profesor se hace inmediata gracias a

un espacio donde interactuar en tiempo real y conocer notas de exámenes, ejercicios y proyectos; incluso es posible tener conversaciones a través de chat.

Hoy no solo los alumnos cuentan con aulas informatizadas para trabajar y wifi en las instalaciones educativas, sino que los profesores han tenido que reaprender a educar en esta era inmersa en las nuevas tecnologías. Además, los centros han evolucionado en su relación con las redes sociales, que ahora utilizan como vía de divulgación y para alojar conferencias en *streaming* (en tiempo real) y plataformas informativas para docentes y alumnos. Es así como la educación se adapta a estos nuevos tiempos donde el aquí y el ahora están a la orden del día, donde ya no es necesario cargar con libretas y portafolios y la información está, literalmente, en la palma de nuestra mano, a través de portátiles, tabletas y *smartphones*.



Instituto Canario
de Coaching

CONVOCATORIA ABIERTA

PROGRAMA DE CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL COACHING PURO COACHING ESTRATÉGICO LIDERAZGO

La mejor formación de Coaching, que une el rigor y la técnica del Coaching Europeo con la efectividad del Coaching Americano.

Haz que te pasen
cosas buenas



Recibe descuento y dossier, envía:
"BINTER" Y TU NOMBRE

670 242 396 - Isaac Villanueva
676 581 881 - Virtudes Sarmiento



Instituto Canario de Coaching

PROFESORES CANARIOS RECIBEN FORMACIÓN ESPECÍFICA PARA ATENDER AL ALUMNADO CON NECESIDADES DE APOYO

Se han programado para este año escolar veintiún cursos específicos para que el profesorado mejore sus competencias en la respuesta al alumnado con necesidades específicas de apoyo educativo, de los que catorce son presenciales, tres se imparten en la modalidad de teleformación y cuatro son autodirigidos, a través de las aplicaciones web del departamento, informa el digital *canarias24horas*. La planificación de los cursos parte además de las propias memorias de los centros educativos y de los equipos de orientación educativa y psicopedagógica, con el fin de que respondan a los aspectos más demandados por el propio profesorado, que trata en su día a día con las necesidades concretas de este alumnado.

50% DTO. EN TU MATRÍCULA



Primer curso académico en alumnos de nuevo ingreso. 50% antes del 30 de mayo de 2019 y 10% antes del 30 de julio de 2019. La Escuela de Turismo de Santa Cruz de Tenerife (EUTUR) es un centro adscrito a la Universidad de La Laguna. Estudia el grado en Turismo con nosotros, practica el idioma con Erasmus en 14 universidades europeas y vive una profesión apasionante.

T. 922 225 006
secretaria@eutur.es
www.eutur.es



★
We empower our students
to develop their skills
★

Discover the unique features of our educational model



www.aslp.org

LA UNIVERSIDAD FERNANDO PESSOA CANARIAS APUESTA POR LA INVESTIGACIÓN



La investigación contribuye, a nivel socioeconómico y cultural, de forma decisiva al desarrollo de los pueblos. La Universidad Fernando Pessoa Canarias (UFPC) ha realizado en el último año varios estudios de investigación relacionados con distintas áreas de la salud: oncología, dermatología, odontología, psicología, etc. Conjuntamente, como la UFPC es consciente de la importancia de la difusión de la investigación, ha creado una editorial propia para dar a conocer el resultado de los estudios realizados por el personal docente e investigador de esta universidad. Además, la UFPC está trabajando para lanzar a corto plazo varias líneas de investigación afines a “Cáncer y Salud” y “Neurociencia”. Toda

la investigación y publicaciones generadas por la UFPC están relacionadas con las titulaciones que se estudian en el centro docente. Los grados universitarios oficiales que se pueden estudiar en la UFPC son Odontología, Enfermería, Psicología, Terapia Ocupacional, Nutrición Humana y Dietética, Periodismo y Comunicación Audiovisual. Para completar esta oferta, la UFPC imparte los siguientes másteres universitarios oficiales: Máster Universitario en Gestión Sanitaria y Máster Universitario en Psicología General Sanitaria. Actualmente la UFPC está acreditando el Grado Universitario en Fisioterapia, que espera pueda comenzar el próximo curso, en septiembre de 2019.

ASHOTEL, 20 AÑOS AL SERVICIO DE LA FORMACIÓN HOTELERA



3600 cursos y 49500 alumnos son las grandes cifras de la formación que lleva a cabo la Asociación Hotelera y Extrahotelera de Tenerife, La Palma, La Gomera y El Hierro (Ashotel) desde hace 20 años. Creado en 1998, este departamento es pionero en las asociaciones hoteleras españolas y de los pocos que llevan a cabo una gestión directa. Su ratio media de inserción laboral en los programas para desempleados es de las más altas de la hostelería en Tenerife.



Equipo técnico de Formación y Empleo de Ashotel.

Ashotel vio hace 20 años la necesidad de poner el foco en un pilar fundamental del servicio que se ofrece a los turistas: cualificar la formación de los trabajadores del sector. Así se creó el departamento de Formación y Empleo con tres áreas diferenciadas: formación para desempleados, en estrecha colaboración con el Servicio Canario de Empleo (SCE); formación para trabajadores, hoy a través del SCE y de la Fundación Estatal para la Formación en el Empleo (Fundae); y la orientación laboral, autorizada desde 2015 como agencia de colocación.

La formación que imparte Ashotel va dirigida a la obtención de certificados de profesionalidad, al cumplimiento de la normativa vigente que afecta al sector hotelero y a un servicio a medida para los establecimientos asociados. Esta última cobra especial relevancia porque el objetivo es otorgar a los trabajadores una formación de vanguardia con metodología innovadora, que los sitúe en una posición más competitiva. La directora de esta área en Ashotel, Marisol Bardón, considera que la formación debe enfocarse al máximo al ámbito práctico, “muy cercana a las necesidades reales de las

empresas que demandan personal” para que “la brecha actual entre formación y aptitudes reales que se demandan acabe por desaparecer”. Considera que hacen falta unas políticas de formación más ágiles, no tan burocratizadas y con una aplicación directa que cubra las necesidades reales del sector. A ello debe sumarse una oferta más diversificada, acorde con lo que demanda realmente el mercado laboral turístico.

Entre las iniciativas lideradas expresamente por la patronal hotelera destaca el Encuentro por el Empleo en el Sector Turístico, un espacio teórico-práctico que conecta anualmente a alumnos de hostelería y futuros trabajadores con profesionales en activo de los establecimientos hoteleros. Además, Ashotel ha gestionado proyectos formativos de gran magnitud, como el firmado en 2014 con el Gobierno de Canarias con un presupuesto próximo al medio millón de euros y un compromiso de contratación superior al 60%. Hoy por hoy, la patronal tinerfeña es una de las asociaciones hoteleras españolas más activas en este ámbito, caracterizada por su versatilidad a la hora de adaptarse a los cambios.

BINTER PRESENTA LAS BINTER NIGHT RUN SERIES, EL MAYOR CIRCUITO NACIONAL DE CARRERAS NOCTURNAS EN 2019

Santa Cruz de Tenerife será, el próximo 18 de mayo, la primera parada en el calendario de las Binter Night Run Series. Esta iniciativa, que surge para aunar el mundo del deporte con el trigésimo aniversario del nacimiento de la compañía aérea, será el mayor circuito nacional de carreras nocturnas en 2019 y repartirá 30000 euros de premios en metálico entre sus participantes.



Este proyecto unirá a través de carreras nocturnas Santa Cruz de Tenerife, Palma de Mallorca (28 de septiembre) y Las Palmas de Gran Canaria (16 de noviembre). En el acto de presentación estuvieron presentes la concejala de Deportes de Santa Cruz de Tenerife, Verónica Meseguer; el concejal de Promoción Económica, Alfonso Cabello; la directora de Comunicación y Relaciones Institucionales de Binter, Noelia Curbelo; el presidente de la Federación Canaria de Atletismo,

Alberto Hernández; y el director de la prueba, Aarón Sánchez junto a los atletas que actuarán como embajadores de la Binter Night Run de Santa Cruz, Jonay González, Sonia Prieto, Aroa Merino, José Carlos Hernández y Carles Castillejo, además del koala Nairu, que será la mascota de las Binter Night Run Series. La página web www.binternightrun.com recoge al detalle toda la información del circuito y las novedades que habrá en la edición de este año.

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
- 👉 4. Navega por las diferentes secciones y disfruta del contenido




Aeropuerto de Tenerife Norte

Planta 0

Pasajeros en tránsito de Binter

Al entrar al edificio se encontrarán con las indicaciones de vuelos en conexión: **acceso a la izquierda**  por puerta antirretorno para continuar hasta la puerta de embarque (una vez en la sala, para vuelos nacionales e internacionales **subir a la planta 1**).

 En caso de recogida de equipaje de los pasajeros que hayan llegado a destino, seguir de frente.

Binter

 Embarque vuelos insulares

Binter

 Llegadas de vuelos



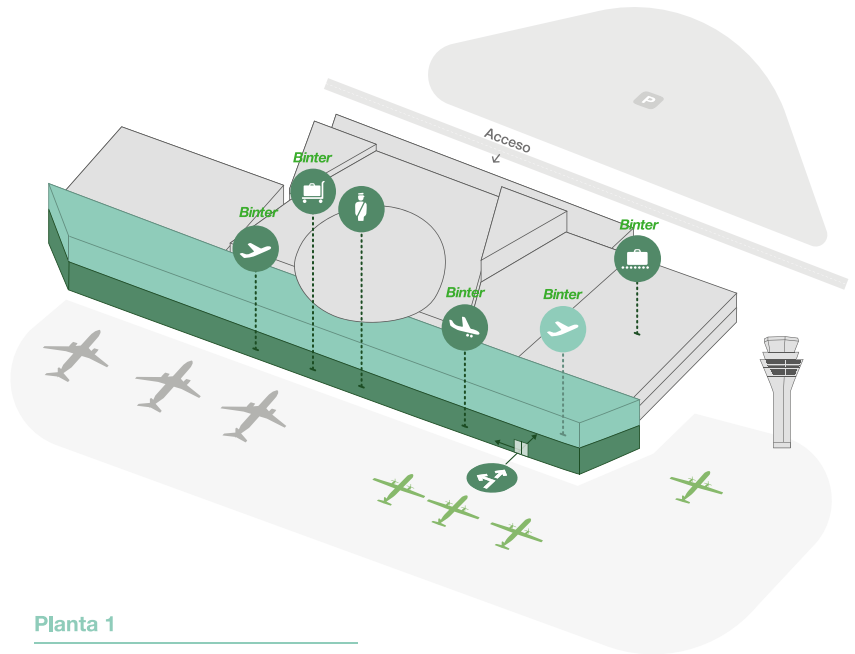
Control de seguridad

Binter

 Zona de facturación

Binter

 Recogida de equipajes



Planta 1

Binter


 Embarque vuelos Binter Vigo y Mallorca e internacionales


Aeropuerto de Gran Canaria

Planta 0


Pasajeros en tránsito de Binter

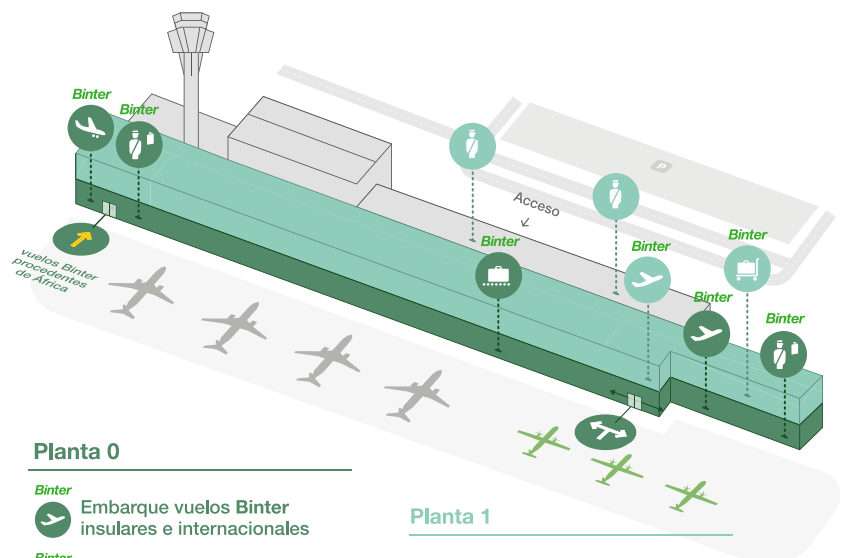
Pasajeros en tránsito de Binter procedentes de vuelos insulares, nacionales y de Portugal.

Al entrar al edificio se encontrarán con las indicaciones de vuelos en conexión: **acceso a la derecha**  hacia la nueva puerta de embarque (una vez en la sala, solo para los vuelos a Vigo y Mallorca subir a la planta 1, zona B).

Acceso a la izquierda  para la recogida de equipajes de los pasajeros que llegan a destino.


Pasajeros de Binter en tránsito procedentes de África

Al entrar al edificio, una vez pasado **el control de pasaportes**, salir de la terminal de llegadas y **subir a la planta 1**  para volver a pasar los controles de seguridad correspondientes, y a continuación dirigirse a la puerta de embarque.



Planta 0

Binter

 Embarque vuelos Binter insulares e internacionales

Binter

 Recogida de equipajes

Binter

 Control de pasaportes

Binter

 Llegadas de vuelos procedentes de África

Planta 1



Control de seguridad todos los vuelos

Binter



Facturación Binter

Binter



Embarque vuelos Binter Vigo y Mallorca



TRANSVULCANIA

PURE NATURE RUNNERS

ULTRAMARATHON LA PALMA ISLAND

MAY 11

2019

Paquetes especiales
VUELO+HOTEL
salidas desde todas las islas



✈️ + 🏠
143 €

Por persona
desde Tenerife

Hotel
oficial

H10 Taburiente Playa 4*

Los Cancajos

3 días / 2 noches

Doble vista mar

Alojamiento y desayuno

Horarios y alimentos especiales para corredores

Precio del 10 al 12/05/19

También te ofrecemos:

- Traslados aeropuerto-hotel-aeropuerto
- Traslados recogida de dorsales
- Traslados para acompañantes

(puntos principales de la carrera)

... y benefíciate del 15% de descuento si compras antes del 11/04.

Inscripciones: www.transvulcania.es

Por tu compra cada
1€ = 1 punto BinterMás

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

Vuela con:

Binter



Compra on-line o llama al 922 24 81 61

canariasviaja.com

Y en tu agencia de viajes



GOLD BY MARINA

UTILICE PUNTOS *GOLD&POOL PASS*

Aproveche las ventajas de ser titular BinterMás y disfrute durante el mes de marzo de un fabuloso día en la piscina y el Tropic Attic de GOLD del Hotel Gold by Marina. Hotel vintage, exclusivo, moderno y solo para adultos situado en Playa del Inglés, Gran Canaria.

GOLD&POOL Pass 40 € o 4.125 puntos por persona/día
GOLD&POOL Pass + desayuno 49 € o 5.000 puntos por persona/día

goldbymarina.com
 +34 928 948 555

El *daypass* incluye: hamaca, toalla, acceso a 2 piscinas climatizadas, jacuzzi, sauna, eco shower y un bono de 30 € para canjear en el restaurante Pool Style durante el día.

Validez marzo 2019. Aforo limitado. Se requiere reserva previa. Desayuno (hasta las 12:00 h).



TALASOTERAPIA LAS CANTERAS

UTILICE PUNTOS CIRCUITO AGUAS

Olvídense del estrés y relájese con el circuito de aguas de Talasoterapia Las Canteras en Las Palmas de Gran Canaria.

	Sume	Utilice
Circuito Atlántico	40	1.200

talasoterapialascanteras.com
 +34 928 271 170

Validez marzo 2019.

GRAN HOTEL ATLANTIS BAHÍA REAL

SUME PUNTOS x2

Sume 1.200 puntos/noche en el Gran Hotel Atlantis Bahía Real. Experimente un Hotel de 5 estrellas Gran Lujo situado en un entorno natural de gran belleza en Fuerteventura.

Habitación doble	600 + 600 puntos/noche
-------------------------	-------------------------------

atlantisbahiareal.com
 +34 928 537 153

Validez marzo 2019.



Hotel Iberostar Anthelia 5*. Tenerife

IBEROSTAR HOTELS & RESORTS

SUME PUNTOS x2

Multiplique sus puntos en cualquiera de los hoteles Iberostar situados en la isla de Tenerife. Tanto si viaja con niños como si quiere sorprender a su pareja, en Iberostar, lo tienen todo preparado para una escapada de ensueño.

Iberostar Hotel Mencey 5*	200 + 200 Puntos/noche	
Iberostar Anthelia 5*	200 + 200 Puntos/noche	
Iberostar Grand El Mirador 5*^{Lujo}	200 + 200 Puntos/noche	
Iberostar Sábila 5*	200 + 200 Puntos/noche	iberostar.com
Iberostar Las Dalias 4*	200 + 200 Puntos/noche	902 995 555
Iberostar Bouganville Playa 4*	100 + 100 Puntos/noche	Validez marzo 2019.



BINTER

PROMOCIÓN ESPECIAL CASABLANCA

¿Le gustaría conocer Casablanca? En marzo BinterMás se lo pone muy fácil. Vuele por la mitad de puntos entre Canarias-Casablanca y descubra la ciudad más moderna y bulliciosa de Marruecos. Además, presente su tarjeta BinterMás y sume el doble.

Promoción Casablanca

Vuele desde 3.000 puntos' por trayecto

Sume hasta 1.200 puntos por trayecto

Validez marzo 2019. 1.- Plazas limitadas y sujetas a disponibilidad.

bintercanarias.com

902 391 392



Hotel Meliá Fuerteventura. Pájara

MELIÁ HOTELS INTERNATIONAL

SUME PUNTOS x2 y x3

Alóje en los hoteles Meliá de Canarias y sume más puntos. Multiplique x2 en esta selección de hoteles, o multiplique x3 en el fantástico hotel Meliá Fuerteventura, situado en un entorno salvaje en las dunas de la playa de Sotavento.

Hoteles
Meliá Tamarindos
Sol Lanzarote
Sol Sun Beach Apartments

Promoción x2
200+200 puntos/noche
200+200 puntos/noche
200+200 puntos/noche

Hoteles
Meliá Fuerteventura

Promoción x3
200+200+200 puntos/noche

melia.com

912 764 747

Valido para estancias desde 1 de marzo hasta el 30 de junio de 2019.

CIRQUE DU SOLEIL

Desde

3500 + 145 €

Puntos BinterMás Por persona

Vuelo + Hotel 4* + Entrada

Incluye
 entrada
 Zona PL2

Meloneras-Gran Canaria. Estreno 5 de julio de 2019

Lopesan Costa Meloneras Resort, Spa & Casino 4*

2 días / 1 noche

Doble estándar · Alojamiento y desayuno

BinterMás

Precio por persona desde Tenerife, en base a ocupación Doble. Válido para compras en marzo, abril y mayo y estancias del 04/07 - 02/09/19. Plazas limitadas. Consultar resto de salidas on-line.

Compra on-line o llama
al 922 24 81 61

Acumule y use puntos BinterMás con:

canariasviaja.com

Canariaviaja - Agencia de viajes I.A.V. 0000942/3 C. El Pilar 28 - Local A - Entradas 38002 - S/C de Tenerife

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

BinterMás

VUELOS



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



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

ALQUILER DE COCHES



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



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

ESTACIONES DE SERVICIO



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

ALOJAMIENTOS



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



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



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



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



DUNAS HOTELS & RESORTS
902 142 828
hotelesdunas.com
Obtención: de 300 a 500 puntos



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

FINANZAS



BANKINTER
901 116 206
bankinter.es



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

VUELOS + HOTEL



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

COMPRAS



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

BIENESTAR



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

GOLF



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



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



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

SOCIAL



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



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



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



H10 HOTELS
900 444 466
h10hotels.com
Obtención: de 250 a 420 puntos



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



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



IBEROSTAR HOTELS & RESORTS
902 995 555
iberostar.com
Obtención: de 100 a 200 puntos



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



MELIÁ HOTELS INTERNATIONAL
912 764 747
melia.com
Obtención: de 100 a 200 puntos



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



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



SALOBRE HOTEL RESORT & SERENITY
+34 928 943 000
salobrehotel.com
Obtención: 300 puntos



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

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



 @daisyaleman



 @torrontudo



 @pablo_varela_fotografo



 @jisaiasestevez

#VOLANDOCONBINTER

¿Quieres compartir tu experiencia Binter?

Si eres de los que disfrutan del paisaje a bordo, comparte en redes sociales tus imágenes con la etiqueta #VolandoconBinter. Publicaremos las mejores fotografías en nuestra revista y en Facebook, Twitter e Instagram. Recuerda etiquetarnos. ¡Felices vuelos!

 /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*



Azores

Madeira

Porto Santo

ISLAS CANARIAS

La Palma

Lanzarote

La Graciosa

Tenerife

La Gomera

Fuerteventura

El Hierro

Gran Canaria

San Vicente

San Nicolás

Sal

CABO VERDE

Boavista

Fogo

Santiago

Maio

Vigo

Lisboa

Madrid

Mallorca

Casablanca

Marrakech

Agadir

El Aaiún

Nuakchot

Dakar

Banjul

Actualizado a noviembre 2018



**“SEAS QUIEN SEAS
ESTE CARNAVAL,
DONA SANGRE”**

*Ponte el **antifaz rojo** y participa
en el reto **#CarnavalEfectoDonación**.
Infórmate en www.efectodonacion.com*

**MUCHAS PERSONAS
NECESITAN TU SANGRE YA.**



900 234 061

Red
Transfusional
Canaria



Gobierno de Canarias
Instituto Canario de
Hemodonación y Hemoterapia

Descubre Santa Cruz,
el corazón de Tenerife



BIENVENIDOS A
El Carnaval de SSS

SANTACRUZ

El corazón de Tenerife



Santa Cruz de Tenerife
AYUNTAMIENTO

www.elcorazondetenerife.com