

NT

PERCEBEIROS

Ayoze Pérez – El informe del mes – Sintra – Cabo Verde – Islas de la Madeleine
Juan Carmelo Padrón – Del Roque de los Muchachos a Tzacorte
Ugán – Toques de otras latitudes

STAFF

DIRECCIÓN

Juan Manuel Pardellas · director@barabaracomunicacion.com

REDACCIÓN

Paula Albericio · redaccion@barabaracomunicacion.com

CORRECCIÓN

Lavadora de textos

COLABORADORES EN ESTE NÚMERO

Manoj Daswani, Enrique Areilza, Galo Martín Aparicio, Astrid da Silva Jiménez, David Sendra Domènech, Juan José Ramos Melo, Cristina Ferro, Aarón Rodríguez González, Álvaro Morales, Cristina Torres Luzón, Viviana Adonaylo, Jesús Villanueva Jiménez, Diego Ojeda, Laura Pérez, Francisco Belín.

DIRECCIÓN CREATIVA Y MAQUETACIÓN

great · greatttt.com · estudio@greatttt.com

DIRECCIÓN DE FOTOGRAFÍA

Rocío Eslava

FOTO DE PORTADA

Daniel Martorell

FOTOGRAFÍAS

Rocío Eslava, Andrea Fernández García, Bea Sierra, Daniel Martorell, Astrid da Silva Jiménez, Patri Cámpora, Juan José Ramos Melo, Cristina Ferro, Van Marty, José Chiyah Álvarez, Viviana Adonaylo, María Pérez.

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.

Nunca un Patek Philippe
es del todo suyo.

Suyo es el placer de custodiarlo
hasta la siguiente generación.



PATEK PHILIPPE
GENEVE

Inicie su propia tradición.



GENEVE

1989

C.C. Boulevard Faro · 35100 Meloneras (Gran Canaria)
Tel. 928 721 283 · www.genevecompany.com



Hora Universal Ref. 5230R



Poema
del Mar
AQUARIUM

Las Palmas de Gran Canaria
poema-del-mar.com



Garantía:
LORO PARQUE

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

(Muelle Sanapú, Las Palmas de Gran Canaria)

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 goliat, 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



SENTIR EL PLACER DE VIAJAR

Julio nos abre la puerta a la temporada alta estival, una época que todos estamos esperando para tener unos días de descanso y que, para muchos, está asociada a viajar.

Es cierto que volar se ha convertido en algo más o menos habitual, sobre todo para los isleños, y que la globalización y los nuevos modelos de negocio nos permiten hacerlo más barato, más veces y a lugares más lejanos; pero también es verdad que el vuelo no debería ser un trámite incómodo para llegar a nuestro destino, sino un episodio más del deleite del viaje.

En Binter somos conscientes de ello y nos gusta cuidar todos los detalles para que nuestros pasajeros puedan disfrutar desde que suben a uno de nuestros aviones, una flota moderna y cuidada que está en pleno proceso de renovación y a la que ya hemos sumado otro nuevo ATR 72-600. Esta aeronave nos ayudará a atender la programación de refuerzo puesta en marcha para que todos ustedes tengan más fácil viajar en cualquiera de nuestras rutas este verano.

Así que, si todavía no sabe qué lugar visitar, cierre los ojos e imagínese disfrutando del exotismo de cualquiera de los once destinos a los que vuela Binter en África occidental, del encanto de Vigo y los paisajes de Mallorca, de la autenticidad de cualquiera de las Islas Canarias, del romanticismo de una ciudad de moda como Lisboa o de la exuberancia de Madeira. Por cierto, si finalmente se decide por Madeira, no deje pasar la oportunidad de conocer la isla de Porto Santo, un enclave maravilloso al que se llega fácilmente con las conexiones que Binter opera desde hace un año en el archipiélago madeirense.

Si ya se ha decidido, sepa que entre julio y septiembre reforzaremos las conexiones con El Aaiún, Madeira, Agadir, Casablanca, Marrakech, Dakar, Mallorca y Vigo. Y en Canarias, hemos reforzado muchas conexiones y añadiremos rutas directas entre Lanzarote y Fuerteventura con La Palma y entre Gran Canaria y La Gomera.

Puede hacer sus reservas con su agencia de viajes, por la web o aprovechando la *app* de Binter, que hemos actualizado hace unos días con nuevas utilidades. Nuestra *app* sirve para obtener las tarjetas de embarque, pero también para cualquier otra utilidad que necesite como cambiar vuelos o gestionar sus reservas. Anímese a probarla, que merece la pena.

Todo para que usted pueda recuperar el placer de viajar volando con Binter.

Muchas gracias por elegirnos y ¡BUEN VUELO!

Juan A. Ramsden
Coordinador general

SUMARIO

22
Ayoze Pérez
Entrevista



32
Vigo
Destino nacional



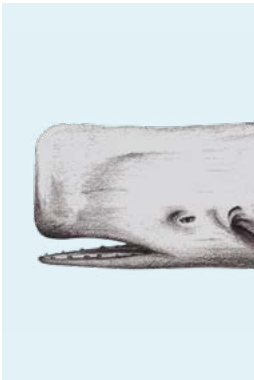
40
Sintra
Destino internacional



46
Sal
Destino internacional



56
Cachalote
Naturaleza



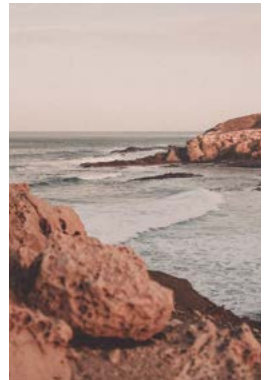
58
Juan Carmelo Padrón
El rincón de...



62
Roque de los Muchachos
Senderos



70
Ugán
Playas



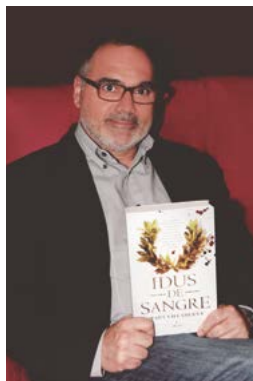
90
Cuidados bajo el sol
Salud



98
Achipencos
Canarias



110
Jesús Villanueva
Cultura



114
Toques de otras latitudes
Gastronomía



LORO PARQUE

(Puerto de la Cruz, Tenerife)

Loro Parque te abre las puertas a un impresionante espacio de biodiversidad donde descubrirás la naturaleza como nunca antes la habías visto. En el reconocido como zoológico número #1 del mundo por segundo año consecutivo según Tripadvisor, conocerás la reserva de especies y subespecies de papagayos más grande y diversa del planeta, así como a los pingüinos de la Antártida, los leones africanos, los hipopótamos pigmeos o los pandas rojos, entre muchos otros animales. No te pierdas el impresionante Jardín Zen y la recién inaugurada granja de corales. 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



Síguenos en    



TRAVELLERS' CHOICE™ WINNER N° 1 EN EL MUNDO

SIAM PARK

(Costa Adeje, Tenerife)

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

Adquiere tu entrada en siampark.net



Síguenos en    

50% DTO. EN TU MATRÍCULA*



(*) Primer curso académico en alumnos de nuevo ingreso. 50% antes del 20 de julio 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.

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

¿PENSANDO EN VACACIONES?



Imagínate disfrutando de un cóctel en la piscina, de un masaje relajante en el *spa* y de la mejor gastronomía local e internacional. ¿A que suena interesante? Solo tienes que elegir tu hotel favorito en las Islas Canarias, Cabo Verde y muchos más, y vivirlo con Riu Hotels & Resorts en tu próxima escapada.

www.reydimobel.com

MOBILIARIO PROFESIONAL PARA EL SECTOR HORECA



REYDIMOBEL



Mallorca
971 930 232

Gran Canaria
928 183 132

Tenerife
922 735 976

Lanzarote
928 803 877



HIBELIA, APUESTA SEGURA POR LA HIGIENE



Hibelia le ofrece profesionalidad y seguridad en la higiene de su negocio. Legionela, control de plagas, seguridad alimentaria, entre otros, son los servicios que realizamos. Con más de 17 años en el sector y siendo la primera empresa en Canarias auditada en la ISO 9001:2015 por Lloyd's Register Quality, le garantizamos la mejor relación calidad-precio. Más información: T. 928 728 474 www.hibelia.com

ALOE PLUS LANZAROTE PRESENTE EN CHINA



La empresa canaria Aloe Plus Lanzarote ha participado en la China Beauty Expo, un evento celebrado en Shanghai en el que más de 3500 empresas expositoras y 10000 marcas han expuesto sus productos ante una multitud de distribuidores, minoristas y profesionales del sector de la cosmética.

Más info en www.aloepluslanzarote.com

Oferta de Grados

ADE
+ Marketing Digital

ADE
+ Negocios Internacionales

ADE + Derecho

Derecho
+ Digital Business

Comunicación

Comunicación Audiovisual
Periodismo
Publicidad y Relaciones Públicas

Cine

Script de Cine
Dirección de Fotografía
Montaje y Postproducción

Organización de Eventos
y Protocolo



NUEVO FORO 'ENCIENDE LAS REDES' DE LA FUNDACIÓN CAJACANARIAS

La Fundación CajaCanarias ha diseñado un nuevo espacio de diálogo que, bajo el título *Foro Enciende las Redes*, estará conformado por tres mesas de diálogo, que se celebrarán los días 3, 10 y 17 de julio, todas ellas a partir de las 20:00 horas y con entrada libre hasta completar aforo, en el Espacio Cultural de Santa Cruz de Tenerife.

Este Foro nace con la intención de profundizar en la irrefrenable importancia de las distintas plataformas digitales en nuestro día a día. Y lo hará desde una doble perspectiva, personal y profesional, a través de referentes españoles de la cultura, el ocio y la comunicación, que analizarán si estos medios se han convertido en complementos imprescindibles para la difusión y adecuada repercusión de sus trabajos y estilos de vida. Miren Iburguren, Carlos del



Amor, Manuel Jabois, Ana Pardo de Vera, José A. Pérez Ledo, Zahara y Roy Galán serán los participantes principales.



ahora,
metrovacesa

COMERCIALIZA
ALTAMIRA 

ahora, Edificio Gara.

28 Viviendas de 2 y 3 dormitorios con piscina. Plazas de garaje, trasteros y locales comerciales en el Palm-Mar.

900 55 25 25

metrovacesa.com/promociones/tenerife/arona/residencial-gara

LA ESCUELA DE IDIOMAS DE LA LAGUNA, CENTRO EMBAJADOR DE LA ESTRATEGIA CANARIA DE INTERNACIONALIZACIÓN DE LA EDUCACIÓN

La Escuela Oficial de Idiomas (EOI) de La Laguna ha sido distinguida como centro embajador ECIE (Estrategia Canaria de Internacionalización de la Educación no universitaria).

Este reconocimiento, otorgado por la Viceconsejería de Educación y Universidades del Gobierno de Canarias, es otro de los frutos del proyecto *Aprendiendo a Enseñar, Enseñando a Aprender: la EOI de La Laguna en Europa*, que, desde su puesta en marcha en 2017, pretende que el personal docente mejore sus competencias pedagógicas y metodológicas al tiempo que se incrementa la dimensión europea de este centro público. *Aprendiendo a Enseñar, Enseñando a Aprender: la EOI de La Laguna en Europa* ha supuesto un importante paso adelante en la proyección in-



ternacional de la escuela, que se propuso como uno de sus principales objetivos la observación de buenas prácticas en otros centros educativos con los que incentivar a los docentes y mejorar y actualizar sus prácticas metodológicas.

ACUARIO LIFESTYLE HOTEL

Descubre tu rincón para perderte

DESDE 26€ persona/noche

Las Palmas Gran Canaria

ACUARIO LIFESTYLE HOTEL

Calle General Vives 82 CP. 35007 Las Palmas de Gran Canaria (Parque Santa Catalina). España.
 Información y Reservas: +34 928 847 616 hosting.acuario@hdhotels.com www.hdhotels.com

MARCHA COMANDA: ¡15 PROFESIONALES, POR FAVOR!



El PFAE LA COMANDA 2018 es una nueva apuesta de La Aldea de San Nicolás (Gran Canaria) por la formación y la hostelería que, financiada por SEPE y SCE, y hasta el próximo enero, procurará la cualificación de 15 nuevos profesionales de servicio en bar y cafetería. Ambicioso proyecto que, desde marzo, instruye a jóvenes del municipio en las especificidades de la profesión (técnicas

de servicio, protocolo, cocina básica, coctelería, manipulación de alimentos/ alérgenos, PRL) y en aspectos capitales para el sector como idiomas (inglés, alemán), nuevas tecnologías y comunicación (marca personal, redes sociales, *networking*) o emprendimiento y autoempleo.

Todo ello, buscando profesionales que marquen la diferencia y aporten valor.

Tu Trébol

Hypermercado



Reparto en Tenerife
y La Palma

Realiza tus búsquedas también por voz

o escanea tus productos



Para tus momentos de confort

**DESCARGA
NUESTRA**

APP o entra en
TUTREBOLES

LA FUNDACIÓN CEPESA FOMENTA EL DISFRUTE DE LA NATURALEZA CON 'ANAGA A PIE'



Esta iniciativa para amantes de la naturaleza, impulsada por la Fundación Cepsa y la Fundación Santa Cruz Sostenible, ofrece desde este verano un total de ocho rutas guiadas por diferentes senderos en la Reserva de la Biosfera del Macizo de Anaga. El objetivo es poner en valor la riqueza ambiental del entorno entre bosques, roques y caseríos, además de fomentar hábitos de vida saludables. Los interesados pueden inscribirse en www.santacruzsostenible.com.

MÁS QUE UN ESPACIO DE TRABAJO, CON DIVICAN



En Divican somos especialistas en la reforma integral de oficinas, creamos espacios donde prima el confort y calidad de vida de su trabajo. Planificamos su proyecto al detalle; sus instalaciones se convierten en su mejor carta de presentación de cara a sus clientes.

¿Qué hacemos? Mamparas de oficina, mobiliario de oficina, tabiques móviles, pavimentos, techos continuos y registrables, sistemas de cartón yeso.

www.divican.com

Tirma

Nuevas Galletas



Nos gusta complacer.

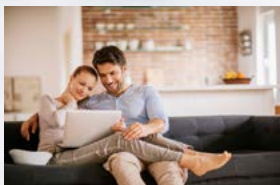
LAS FUNDACIONES CAJASIETE-PEDRO MODESTO CAMPOS Y SONSOLES SORIANO RENUEVAN SU ACUERDO

Fernando Berge, presidente del patronato de la Fundación Cajasiete-Pedro Modesto Campos, y Georgette Bugnion, presidenta del Patronato de la Fundación Tutelar Sonsoles Soriano Bugnion, han firmado la renovación, por un año más, del acuerdo mediante el cual la primera colabora económicamente con el programa de actividades que desarrolla durante este año la segunda.

La Fundación Tutelar Sonsoles Soriano Bugnion, creada en el año 2003, es una entidad dedicada a proteger a personas con discapacidad intelectual cuando faltan sus padres o se encuentran en situación de desamparo, y actualmente desarrolla diversos servicios de atención directa, de orientación jurídica y social,



de promoción de voluntariado, etcétera, dirigidos a proporcionar apoyos y recursos a las personas con discapacidad intelectual y a sus familiares.



Nuestra casa a medida

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

Javier Martínez. San Agustín. Gran Canaria.



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

Díaz y Muñoz
ARQUITECTOS
 dymarquitectos.com
 T. 928 401 821



Movistar viste de azul la playa de Las Canteras

Con motivo del inicio de las Fiestas Fundacionales de la ciudad de Las Palmas de Gran Canaria, el pasado sábado 8 de junio la playa de Las Canteras se vistió de azul Movistar. Un día para descansar y aprovechar uno de los lujos de esta tierra que es disfrutar de nuestras playas, donde las sombrillas azules inundaron de color este magnífico entorno.

El pasado mes hemos estrenado con gran éxito nuestra serie Hierro que sitúa a la isla del meridiano en un thriller de investigación, donde destaca el espectacular paisaje de nuestras islas, así como sus protagonistas, Candela Peña y Darío Grandinetti, y el magnífico plantel de actores canarios que participan en la misma. Esta serie completa la podemos disfrutar en Movistar+.

Movistar sigue trabajando para reducir la brecha tecnológica en aquellos municipios y poblaciones dispersas de nuestra tierra, avanzando en el despliegue de la última tecnología e infraestructuras, superando actualmente el millón de hogares con acceso a la fibra de Movistar y con una cobertura móvil 4G del 99%, para disfrutar de todo el contenido de entretenimiento que ofrecemos a través de Movistar+.

Esta conectividad nos permite compartir experiencias, tanto a los isleños como a nuestros visitantes, desde cualquier rincón de nuestro archipiélago.

LA UNIVERSIDAD EUROPEA PREMIA UN TRABAJO PUBLICITARIO DE ESTUDIANTES DE CANARIAS REALIZADO CON LAS EMPRESAS LIBBY'S, +LED E IKEA

El proyecto denominado *Educación DOOH: Innovación colaborativa con la Universidad Europea de Canarias*, realizado entre septiembre y diciembre de 2018 por un grupo de veintisiete estudiantes de segundo de Comunicación Publicitaria de la Universidad Europea de Canarias, en colaboración con las empresas +LED, Libby's e Ikea, obtuvo el Premio Nacional a Buenas Prácticas en el I Congreso Challenge Based Learning, que organizó la Facultad de Ciencias Sociales y de la Comunicación de la Universidad Europea. El galardón fue recogido por el director del proyecto, el profesor de grado en Comunicación Publicitaria Enrique Carrasco, quien presentó un vídeo explicativo con formato *making of* sobre el desarrollo del trabajo.



El objetivo era diseñar, grabar y editar anuncios de 10 segundos de duración, sin sonido, para acompañar la campaña navideña de Ikea y, por otra parte, ilustrar la campaña publicitaria de carnavales que Libby's necesitaba para lanzar el nuevo kétchup con envase antigoteo.

Escápate y vive una **#ServaturExperience**



Servatur Casablanca Suites & Spa

código
RESIDENTE



Servatur Puerto Azul



Servatur Green Beach

*Tu clínica dental
de confianza en Lanzarote*



IOC
clínicadental

C/ Triana 59, Arrecife, Lanzarote

Las Palmas de G.C. | Arucas | Vecindario | Maspalomas | Lanzarote



928 149 701

LA MEJOR RUTA DE COMPRAS DE TENERIFE



Fotografía por Rocío Eslava.

A la hora de comprar, ¿acudes al pequeño comercio? Acercándote a las zonas comerciales abiertas de Tenerife contribuyes a la dinamización de la Isla y a generar empleo; además, con la garantía de recibir un trato exclusivo y personalizado. Debido a su importancia estratégica dentro de la economía del Archipiélago, 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 y promoción de las Zonas Comerciales Abiertas de Canarias, que coordina la Dirección General de Comercio y Consumo.

Tenerife es una isla de contrastes que invita a ser descubierta de muchas maneras. A los atractivos de los fabulosos paisajes conformados por volcanes, bosques tropicales, playas, piscinas y charcos naturales se suma el rico patrimonio histórico y cultural de la Isla, además de una fantástica y variada oferta comercial de ocio y cultura capaz de satisfacer todos los gustos.

Esta idiosincrasia es extensible a las zonas comerciales abiertas de Tenerife, y es que, tal y como indica Abbas Moujir, secretario general de la Federación de Áreas Urbanas de Canarias (FAUCA), “hay que diferenciar las zonas comerciales de la Isla por el tipo de gustos, edad, etcétera, de quienes las visitan, pues cada municipio dispone de zonas comerciales enfocadas a un tipo determinado de público”. Así, podemos encontrar, a grandes rasgos, tres zonas comerciales abiertas diferenciadas.

“En el sur de Tenerife, además de la alta calidad de la oferta comercial encontramos como complemento adicional el sol y la playa. En municipios como Santiago del Teide, Guía de Isora o el área de Valle San Lorenzo destacan el enorme valor paisajístico y un entorno que invita a dar un paseo mientras se disfruta de las compras –señala Moujir–, mientras que en el Norte, la mayor vegetación y los entornos rurales atraen a otro tipo de consumidor”.

Por ejemplo, en Tegueste, donde la oferta se centra más en torno a los productos de la tierra, la gastronomía y los guachinches, o en La Orotava, donde encontramos la riqueza del entorno rural, pero también un casco histórico con una arquitectura muy cuidada, gastronomía, por supuesto las fiestas tradicionales y la festividad del Corpus. Moujir añade que “el área metropolitana, con Santa Cruz y La Laguna, destaca por la gran calidad en



Fotografía por Andrea Fernández García.



Fotografía por Rocío Eslava.



Fotografía por Rocio Eslava.

cuanto a la oferta comercial y de restauración, sus dos grandes puntos fuertes. En La Laguna, además, se suma el que sea ciudad Patrimonio de la Humanidad. En ambas, el entorno invita a pasear tanto a los que llegan desde otro punto de la Isla como a los turistas que las visitan”. Custodiada por el Teide, La Orotava bien merece una visita para disfrutar de la historia de sus calles, donde además descubrirás una buena oferta comercial en la que hacer compras de todo tipo: repostería, moda, jardinería, deportes... El Ayuntamiento y la Asociación Profesional de Pequeños y Medianos Empresarios de la Villa de La Orotava (APYMEVO) organizan diversas actividades de dinamización enfocadas principalmente a la familia y al público infantil, con actuaciones musicales, culturales... “Las fiestas locales como las alfombras del Corpus Christi y la romería son un añadido más a la excelente oferta del municipio”, concluye el secretario general de FAUCA. Ese es parte del encanto de La Orotava, el haber evolucionado sin perder las tradiciones de antaño.

La Laguna, además de ser la primera ciudad universitaria de Canarias, ostenta el título de Patrimonio de la Humanidad, concedido por la Unesco. Con un casco histórico deslumbrante, recorriendo sus

calles peatonales descubrirás una gran y variada oferta de comercios dedicados a la restauración, moda, deportes, librerías... Pero si decides alejarte un poco y pasear por el resto de la ciudad, también encontrarás un auténtico centro comercial a cielo abierto, en el que disfrutar de una agradable jornada de compras. ASECU es una de las asociaciones empresariales de esta zona comercial abierta, que desde 2001 trabaja para dinamizar el tejido comercial y que a día de hoy cuenta con más de 1361 asociados.

Enclaves como la plaza de España, el conjunto histórico de la Alameda al Cabildo, el parque García Sanabria o la plaza del Príncipe, entre otros, no solo invitan a pasear y descubrir Santa Cruz de Tenerife, sino que también ponen en valor una oferta y una demanda que conllevan una importante concentración comercial, además de establecimientos de restauración, servicios y otras actividades complementarias que hacen de esta un espacio único.

José Manuel Ramos, presidente de Zona Centro de Santa Cruz de Tenerife, nos anima a disfrutar de esta zona comercial abierta, cuyo distintivo es que su techo no es otro que el cielo. “El carácter personal y exclusivo acompaña



Fotografía por Bea Sierra.

a todas nuestras pequeñas y medianas empresas, cuyo principal objetivo es sin duda ofertar el mejor producto y atender de forma personalizada al cliente”, señala Ramos. También destaca el presidente de Zona Centro de Santa Cruz de Tenerife que es una de las asociaciones empresariales más amplias y antiguas de Canarias; de hecho, está celebrando su 25 aniversario. Actualmente tiene más de 200 empresas de las 900 que conforman la ZCA de Santa Cruz de Tenerife, ubicadas en la zona de gran afluencia turística, lo que demuestra la confianza que tiene nuestro tejido empresarial en su labor tanto como órgano consultivo como en la dinamización comercial.

El excepcional clima y la oferta de sol y playa es el gran reclamo del sur de Tenerife, pero aquí encontramos como valor añadido una oferta comercial consolidada formada por pequeñas y medianas empresas que abarcan las tiendas de toda la vida y aquellas que se han renovado y adaptado a los nuevos tiempos. Y es que, tal y como señalan desde AEPACA, cuando se trata del sur de la Isla no debemos pensar solo en las zonas de costa como pueden ser Los Cristianos, Las Américas o Costa Adeje, sino tener en cuenta tanto las medianías como los cascos históricos

y urbanos de cada municipio. Esta asociación trabaja durante el año en cinco grandes campañas para dinamizar la zona.

“Por San Valentín organizamos una ruta golosa en la que pretendemos implicar a todas las pastelerías de la zona; en marzo aprovechamos la campaña por el Día del Padre; en verano nos centramos en los residentes de la Isla que pasan aquí sus vacaciones; septiembre es el mes de la vuelta al cole; y la más importante es la campaña de Navidad, que tiene lugar del 1 de diciembre de cada año al 6 de enero del siguiente. El denominador común de todas ellas es que se realizan atractivos sorteos para fomentar que participe el mayor número de gente posible”, destacan desde AEPACA. “El tejido de las zonas comerciales abiertas del Sur es moderno y de gran calidad, pero se debe trabajar mucho en que el turista salga del todo incluido y se anime a consumir en los establecimientos de la localidad y genere riqueza, que conozca nuestros comercios y productos. Por ejemplo, tenemos varias estrellas Michelin y una excelente gastronomía tradicional –señala Antonio González, presidente de la Asociación de Empresarios, Comerciantes y Profesionales de Arona–, debemos apostar por los productos locales, darles protagonismo”.



Por Manoj Daswani
Ilustración por David Ferrer

“EN INGLATERRA HE CRECIDO COMO JUGADOR Y COMO PERSONA”

La conversación con Ayoze Pérez Gutiérrez (Santa Cruz de Tenerife, 1993) se produce cuando acaba de finalizar su quinta temporada en Inglaterra. Cuando llegó al fútbol británico parecía una quimera que un canario como él triunfara en el Newcastle, donde fracasaron de forma estruendosa otros jugadores españoles. Pero Ayoze se impuso a uno y mil obstáculos para acabar a lo grande este largo y brillante ciclo. Sus reflexiones tienen aroma a despedida y el jugador vaticina un verano largo. Tal vez cuando estas líneas se impriman, ya tenga un nuevo destino profesional.

De las cinco, ¿ha sido esta su mejor temporada en Inglaterra?

Sí, esa es la verdad. Mejorando las cifras de goles y también las sensaciones. Ha sido una gran temporada para mí.

Cada vez se percibe una mayor química con la afición inglesa. ¿Es que el roce hace el cariño?

Sí, son cinco años y es mucho tiempo. Obviamente todas las experiencias vividas, las buenas y las malas, han hecho que afiance mi conexión con la afición. El cariño existe, y es recíproco. Me lo han demostrado cada fin de semana, en cada partido en casa e incluso fuera. Es algo que se nota y se aprecia mucho.

En alguna ocasión ha contado que los inicios no fueron nada fáciles y que ahora es otro Ayoze. ¿En qué ha cambiado en estos cinco años fuera de casa?

He ido madurando y creciendo temporada a temporada. Cuando estás a estos niveles no te queda otra que mejorar,

que trabajar cada vez más para progresar y seguir. En el aspecto táctico, en el físico... y sobre todo en la faceta mental. Es algo en lo que yo tal vez flaqueaba y la experiencia en Inglaterra me ha hecho mucho mejor jugador.

Cuentan los jugadores que han ido de España a la Premier que tener un buen físico es imprescindible. ¿Hasta qué punto es así?

Completamente de acuerdo. Yo desde el principio me di cuenta de que tenía mucho por mejorar y que tenía que ponerme al nivel físico de mis compañeros. Si no lo haces, evidentemente te quedas atrás.

Son muchos partidos jugados. Este año, 40. Al principio supongo que tendrías dudas sobre su rol, pero ha sido importante en todas y cada una de estas temporadas en Inglaterra.

Sí, uno de los logros de los que más orgulloso me siento es que he sido un futbolista importante todos los años. Es lógico que al principio tuviera dudas, pero desde

el día uno se han dado las cosas muy bien a mi favor. Los entrenadores han confiado en mí, todos sin excepción, y es algo que me reconforta. He jugado casi todo y supongo que significa algo en positivo. Tener esos números supone que las cosas han salido según quería.

-
“Obviamente todas las experiencias vividas, las buenas y las malas, han hecho que afiance mi conexión con la afición”
 -

La conversación parece que tenga aroma a despedida, como la tuvo su último partido en Saint James Park, el estadio del Newcastle. ¿Está en el momento de cerrar un ciclo para abrir otro?

Creo que cinco años es bastante tiempo. Esta etapa me ha valido para mejorar mucho como jugador y como persona. Soy de las personas que entienden que hay que saber cerrar un ciclo para abrir otro en el momento más oportuno y conveniente. Tal vez ese momento ya esté aquí. Tengo la impresión de que el verano será largo. Parece que puede haber buenas propuestas y será cuestión de tomar la mejor decisión, la que sea más apropiada para seguir creciendo. Ya veremos si es aquí o en otro sitio.

¿Cree que pondrá pegas al Newcastle?

No creo que en ese sentido haya problemas de ninguna clase. En todo momento ha habido una muy estrecha y muy sincera relación con el club. Igualmente, no es algo que me preocupe en estos momentos. Sí que preveo un verano largo. Se pondrán sobre la mesa todas las opciones que haya, se estudiarán y habrá que tomar una decisión.

Uno de sus sueños era jugar en Inglaterra. Cumplido ese reto, ¿le gustaría ser reconocido ahora en su país?

Sí. Obviamente en algún momento me gustaría. Tengo en mente jugar en la máxima división de España porque nunca lo he hecho. Solo tuve la ocasión de jugar en Segunda y claro que me llama la atención la élite. No sé cuándo llegará el momento, ni dónde. Pero sí me gustaría mucho.

Toca armarse de paciencia. Usted mismo asume que habrá que prepararse para un verano largo. ¿Cómo lleva la incertidumbre?

Bien. Ahora viene el momento de descansar, aprovechar las merecidas vacaciones y a lo largo de todo el verano se irá viendo. Supongo que los clubes interesados irán moviendo ficha y estaremos en una situación que entiendo compleja, pero es parte del fútbol. Además, en este caso parece que es para bien. Veremos qué pasa y lo que finalmente se decide.

¿Cuál ha sido el rival en Inglaterra que más le ha impactado?

Pues te diría dos: el Liverpool de Klopp y el Manchester City de Guardiola. Los dos son magníficos entrenadores y han hecho muy buen fútbol, cada uno para llegar hasta lo más alto en diferentes competiciones.

Dígame un estadio.

Old Trafford.

Y un partido.

Posiblemente aquel contra el Southampton en el que hice tres goles. Hacer un *hat trick* no está al alcance de cualquiera y fue muy especial. Por supuesto que me llevé el balón a casa.



programa de doble titulación

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

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

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

www.ecnegocios.com



Por Enrique Areilza*
Ilustración por Ilustre Mario

COMPROMISO Y ÉXITO

Todas las empresas y sus directivos demandan el compromiso en sus reclutamientos de personas. Sin embargo, este es un comportamiento poco frecuente. El compromiso es la llave a miles de puestos y carreras, pero ciertamente es difícil de demostrar antes de conseguir el puesto. Se critica ampliamente a *millennials* y más jóvenes, por su egoísmo y ausencia de compromiso. No es cierto, o al menos no lo es del todo. Se comprometen y mucho, pero solo con aquello que les motiva.

En cualquier ámbito de la vida personal, familiar, deportiva, política, social o empresarial aspiramos a rodearnos de personas comprometidas. Comprometidos con nosotros mismos, con el partido, con la liga, con los resultados, con las elecciones, con la compañía... Todo responsable de algo quiere rodearse de un equipo de individuos en el que cada

uno de ellos tenga un alto compromiso con el fin perseguido. En el mundo de la empresa y en concreto en la selección de personas, nuestros interlocutores nos transmiten su anhelo por incorporar a personas que se comprometan. Y es que cuando nos comprometemos con alguien o con algo, damos nuestra mejor versión, lo damos todo.

* Dream Team Executive Search.

Recientemente una extraordinaria empresaria nos encargaba una búsqueda profesional y nos decía: “Yo quiero gente como era yo más joven. Comprometida, que pelee por cumplir los objetivos, con muchísima energía, implicación, motivación, que lo dé todo. Pensando en que todo lo que hacía, todo ese esfuerzo redundaba en mí misma, me convertía en una gran profesional”.

-

Si el compromiso es tanpreciado por las empresas, no es inteligente entrar en una para hacer algo que no te motiva, porque no te vas a comprometer y por tanto no subirás ni crecerás

-

“Todo un bagaje que tendría para siempre conmigo, dentro de esa empresa o en otra después. Yo no pensaba en que el fruto de mi esfuerzo se lo llevaban otros. Claro que beneficiaba a sus socios, pero quien más se beneficiaba era yo misma”. Siendo algo tan ligado al éxito, ¿cómo es posible que sea tan poco frecuente y por qué parece que los *millennials* fuesen mucho peores que sus padres? O es que, como en toda la historia reciente, la generación previa siempre piensa aquello de “yo a tu edad ya había...”.

Pero no, no es cierto, no solo no son peores, sino que son mucho mejores. Están más y mejor formados, más implicados con causas sociales, más puestos en política y sobre todo con una estructura mental más alineada a sus propias circunstancias e intereses vitales. Su aparente falta de compromiso es en realidad falta de motivación y ausencia de

un buen liderazgo, que muchas veces no es achacable a ellos. Cuando una persona está enchufada, no pierde el foco, no pierde el ánimo, no baja su esfuerzo.

Pero para enchufarse es necesaria la motivación o el buen liderazgo. Si no se enchufa es que falta la ilusión por alcanzar un fin, el aliento y apoyo del líder o ambas cosas. Por eso cuando no se es capaz de ponerse en forma uno solo, se busca un entrenador personal.

Por eso en lugar de haber más autodidactas, nos apuntamos a clases de canto... Yo personalmente me he apuntado a tres academias de música, de forma simultánea, buscando al mejor profesor, a aquel que me motive más, a aquel con el que más me comprometa a hacer mis ejercicios. Si el compromiso tiene dos palancas básicas, tendrá que ser cada individuo quien se autoanalice bien para determinar qué le motiva y qué no.

A partir de ahí deberá ser consecuen- te y no meterse donde no le llaman. Si el compromiso es tanpreciado por las empresas, no es inteligente entrar en una para hacer algo que no te motiva, porque no te vas a comprometer y por tanto no subirás ni crecerás. No tendrás éxito.

De igual manera, si la otra palanca es la figura del jefe/a, no tiene sentido trabajar con alguien a quien no admiras y respetas. Aunque estés enchufado al principio pronto aparecerá la apatía, la pérdida de entusiasmo y de energía, y todo será sustituido por las ganas de que llegue la hora de salir.

Un infierno. Así que conócete, busca tus motivaciones, encuentra una empresa y un jefe/a que encajen contigo y alcanza el éxito.

SOLUNION acompaña a las empresas en sus procesos de desarrollo, crecimiento y expansión, tanto en España como en mercados internacionales. Para desarrollar su actividad comercial con seguridad, con la confianza de que están estableciendo las relaciones comerciales correctas. Presente en España y Latinoamérica, cubre riesgos en los cinco continentes con una amplia oferta de soluciones de seguro de crédito, caución, recobro de impagados y servicios de análisis e información.



Arturo González

Responsable territorial de SOLUNION en Islas Canarias

¿Cómo protege el seguro de crédito a las compañías?

El seguro de crédito permite prevenir y vigilar los riesgos de la cartera de clientes de una compañía. Supone una pieza clave para evitar el impago y, en caso de que suceda, minimizar sus consecuencias.

Y las empresas pequeñas, ¿qué opciones tienen?

Las pymes tienen las mismas necesidades de

protegerse que las grandes empresas, pero necesitan un producto que se adecúe a su estructura. Por eso, en SOLUNION hemos desarrollado la póliza Py, un producto específico para este tipo de empresas que buscan crecer de forma sostenible. Su contratación y gestión es muy sencilla y fácilmente modulable en función de la cobertura.

Si hablamos de internacionalización, ¿cómo ayuda SOLUNION a las empresas que dan el salto al mercado exterior?

Además de la información económica de un mercado determinado, es importante conocer la solvencia que tienen los clientes con los que comerciamos en dicho mercado. SOLUNION pone a disposición de las compañías un servicio de información y análisis del riesgo comercial que permite realizar este proceso de decisión estratégica con datos actualizados.

Soluciones a medida

- **Soluciones para pymes:** con productos especialmente diseñados para ellas, de gestión ágil y sencilla.
- **Soluciones para grandes empresas:** protegemos su negocio frente al riesgo comercial, aportándole tranquilidad para centrar sus esfuerzos en acciones de valor añadido.
- **Soluciones para multinacionales:** programas centralizados para grandes grupos globales a través de Euler Hermes World Agency.

Servicio integral

- **Prevención:** le asesoramos sobre su sector, sobre las empresas y países en los que realiza su actividad. Analizamos su cartera de clientes y le orientamos sobre los mercados a los que dirigirse.
- **Recobro de deudas:** somos líder en gestión de impagados, con presencia en 49 países y capacidad de recobro en más de 130.
- **Indemnización:** procedemos al pago de sus deudas no recuperadas.

Fortalezas

- **La mejor información:** una base de datos actualizada, con información sobre más de 40 millones de empresas de todo el mundo.
- **Red internacional** de analistas de riesgo en más de 50 países.
- **Plataforma tecnológica online** para la gestión de su póliza.
- **Extensa red de distribución.**
- **La unión de dos grandes aseguradoras:** Euler Hermes y MAPFRE. Una joint venture al 50/50, que opera en España y Latinoamérica.

EDUARDO OLMOS: “UNA CULTURA PREVENTIVA DE LA EMPRESA IMPLICA MENOS ACCIDENTES, MENOS BAJAS Y MAYOR PRODUCTIVIDAD”



Más de 900 pequeñas, medianas y grandes empresas y multinacionales con sede en Canarias confían la prevención de riesgos laborales de sus trabajadores a la compañía Oceanocan Prevención. Ahora, esta empresa de prevención de riesgos laborales y formación en hábitos saludables también se ha convertido en una de las pocas en Canarias con un profesional como el doctor José Antonio Madan, certificado por la Agencia Española de Seguridad Aérea (AESA) en medicina aeroespacial, lo que le permite ofrecer reconocimientos médicos a pilotos comerciales y privados, tripulantes de cabina, controladores aéreos y pilotos de drones. “Aparte de ser una obligación legal, defendemos que una cultura preventiva de la empresa implica menos accidentes, menos bajas por enfermedad común y mayor rentabilidad”, recalca su director general, Eduardo Olmos.

“Nos preocupamos por que los trabajadores de la empresa trabajen con la mayor seguridad en su trabajo habitual”, recuerda Olmos. Para esta compañía, la prevención de riesgos laborales es un pilar básico en la organización y producción de las empresas, más allá de que no todos se enfrentan a los mismos riesgos: “No hay dos trabajadores exactamente iguales”. Y así lo han entendido más de 900 empresas de las Islas, de todos los ámbitos productivos, como hostelería, aviación, servicios, restauración, automoción, construcción, etc.

-

“Las empresas canarias perdieron más de 660 millones de euros en bajas laborales el último año”

-

Olmos destaca la enorme fortuna que se pierde en la economía canaria por accidentes y bajas laborales, que, según considera el directivo de Oceanocan Prevención, se podría reducir considerablemente si cada empresa instaurase una correcta política de prevención de riesgos laborales y educara a sus trabajadores en hábitos de vida saludable, con independencia del seguimiento que se debería hacer y que la compañía hace de todos los procesos. “Los trabajadores que dejan de producir y tienen que acogerse a una baja como consecuencia del trabajo habitual suponen una merma a las empresas canarias de 660 millones de euros”. Y eso es solo en coste directo, al que habría que añadir los costes indirectos por sustituciones y los de difícil cuantificación, como son los derivados de su gestión y la disminución productiva.

Algunas claves explican la expansión de Oceanocan Prevención. De capital netamente canario, dimensionada a la realidad de las Islas, la compañía ofrece

un servicio familiar, cercano, profesional, trabajando a diario con las necesidades de los clientes, con una característica atención muy personalizada, lo que les permite conocer mejor el mercado y las empresas del Archipiélago. Desde 2007, la entidad Oceanocan Prevención presta sus servicios profesionales al Sistema Binter en las funciones del área de seguridad y vigilancia de la salud, destacando, entre otras acciones, la formación a tripulantes de cabina en primeros auxilios y uso del manual de operaciones. “Va en el ADN de Binter su preocupación permanente por la seguridad y salud de los trabajadores”, asegura Eduardo Olmos.

Fue la misma Binter “la que nos animó a dar este paso, después de tantos años gestionando la salud de sus trabajadores”. El reto estaba en poder ofrecer a la compañía la realización de los reconocimientos médicos de tripulantes de cabina (TCP) y pilotos, recuerda Olmos. A raíz de que el doctor Madan recibió la certificación de AESA en medicina aeroespacial, Oceanocan ha podido iniciar esta nueva actividad, ahora también disponible además para todas las compañías aéreas. Uno de los objetivos prioritarios para Oceanocan Prevención es la formación de sus clientes. “Lo que queda finalmente es la formación continua y permanente de los trabajadores, en colaboración con sus empresas”, recalca Olmos.

Precisamente en esa apuesta por la formación, Oceanocan Prevención, junto con Safety Canarias y Binter Formación, están desarrollando conjuntamente en el polígono industrial de Arinaga un centro único, con el que aspiran a convertirse en un referente en Canarias de la formación en general y aeroespacial en particular y que se pondrá a disposición de todo tipo de empresas con independencia de su sector de actividad.



Por Galo Martín Aparicio
Fotografías por Daniel Martorell

'PERCEBEIROS', FUNAMBULISTAS SIN APLAUSO

En el cabo Roncudo hay tres cruces sin nombre. Están clavadas en las rocas en memoria de los marineros y mariscadores que el océano se tragó. En esta punta de la Costa de la Muerte, a poco más de tres kilómetros del pueblo de Corme, se agarra el mejor percebe de Galicia, el que es rojo y carnoso. De coger este crustáceo viven los *percebeiros*, hombres y mujeres que no temen al mar que ruga y bate las rocas en las que el percebe crece igual que la hierba en el monte.

Es verlos y resoplar. El trabajo de los *percebeiros* recuerda al de los especialistas de los efectos especiales en el cine, pero sin red de seguridad sobre las rocas. El traje de neopreno que visten les amortigua los golpes y los abriga del agua fría y las bajas temperaturas. Calzan una botas de lluvia cortadas por la mitad para evitar resbalones y pinchadas de púas de erizo. La capucha no se la ponen porque al mar hay que verlo y oírlo. Es un uniforme de trabajo que combina remien-

dos e inteligencia. Cuando el mar toma aire, entre batida y batida, aprovechan para coger el percebe. Lo separan de las rocas haciendo palanca con la *ferrada*, un palo de madera de eucalipto, rematado por una hoja de acero encajada a presión. Con otro rápido movimiento guardan el botín (hasta cinco kilos por cabeza) en una malla de red que cuelga de sus cinturas. El tiempo del que disponen para hacerlo es entre una hora y media antes y una hora después de la bajamar.

Para favorecer su regeneración el percebe se trabaja en barbecho y los de menos de cuatro centímetros de largo no se pueden coger (ni vender) por inmaduros.

-

***En esta villa marinera coruñesa,
que se deshabita entre bajamares
y pleamares, hay dinastías
de 'percebeiros'***

-

El percebe es una criatura fea y extraña, por ese orden. No tiene ni ojos ni corazón y es hermafrodita. Para reproducirse usa su órgano masculino, que mide el doble que su cuerpo. Su tamaño oscila entre los cuatro y los doce centímetros de largo. Se fija a las rocas, formando piñas, mediante un pedúnculo carnoso protegido por una piel fuerte de color negro. El otro extremo termina en una uña formada por varias placas, donde se encuentran sus órganos vitales. Por medio de una pluma filamentos, que se asoma por esa uña, se alimenta del fitoplancton de las aguas que baten las olas y se hace con el oxígeno disuelto en el agua. Cuanto más batida y fría, más cantidad de oxígeno hay y mejores percebes se crían. Y esas condiciones se dan en las rocas cercadas del Roncudo.

A las piedras de ese cabo los *percebeiros* solo pueden bajar en diciembre y en julio. El primer fin de semana de ese último mes se celebra una fiesta en Corme para su exaltación. No todos los percebes tienen su sabor, a mar rico, ni su tamaño, el de un dedo gordo del pie. "Antes diez percebes de esas piedras eran un kilo", cuenta Maricarmen (63 años), patrona mayor de la Cofradía de Pescadores de Corme. Hoy hace falta alguno más y su precio solo sabe subir. El 22 diciembre de 2018 en la lonja de La Coruña el kilo de percebe se vendió

a 235 euros. El 27 de ese mismo mes en Mercamadrid (la mayor plataforma de distribución, comercialización, transformación y logística de alimentos frescos de España), el percebe gallego se vendió a 370 euros el kilo. "Pero no se trata del percebe que se coge en esos dos meses, se trata del que se coge todo el año", explica Maricarmen.

Los mariscadores de Corme recuerdan cuando el percebe era la comida de los pobres y lo cogían las mujeres. Los hombres estaban faenando en alta mar y pasaban muchas mareas fuera de casa. Durante esas ausencias las madres criaban a los hijos y mariscaban. Hasta que ellos se cansaron de ser unos extraños para sus vástagos y empezaron a bajar a las rocas con ellas. En esta villa marinera coruñesa, que se deshabita entre bajamares y pleamares, hay dinastías de *percebeiros*. Linajes que lo apuestan todo a la ruleta del Atlántico, siempre mirándolo de frente, con el oído afinado y las manos rápidas.

"A mí lo que me convencería sería un dron que apañara el percebe. Y un seguro, para que cuando se jodiera me dieran otro", dice José, apodado *Cartón* (38 años, desde los 21 cogiendo percebes), al tiempo que simula estar pilotando uno. Mientras tanto los *percebeiros* seguirán aceptando que el mar les da y les quita.

-

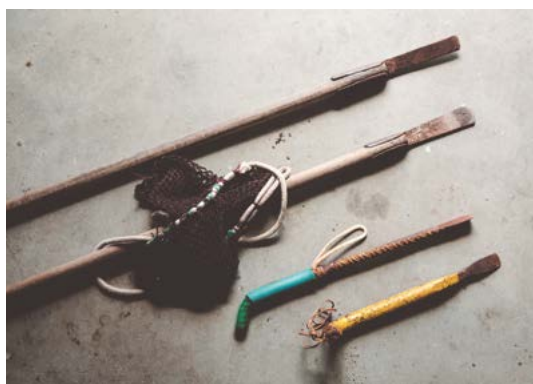
VIGO

***Vuele desde 11 000 puntos/trayecto y
sume hasta 1350 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

-







TODOS LOS
MARTES
19h.

JORNADA DE
PUERTAS ABIERTAS

PASSPORT TO FUTURE

DOBLE TITULACIÓN

CICLO +
en **ICSE 2 años**

GRADO
en **UNIVERSIDAD**
inglesa 1 año 

ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTES
MARKETING Y PUBLICIDAD
TURISMO
ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS Y FINANZAS
NUTRICIÓN Y DIETÉTICA
CIENCIAS BIOMÉDICAS
EDUCACIÓN

EN
3
AÑOS

*Con universidades concertadas según el grado elegido

Est.
1841

YORK
ST JOHN
UNIVERSITY

Las Palmas de Gran Canaria C/Franchy Roca, 28 · 828 906 210



 **ICSE**

FORMADOS PARA EL FUTURO

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.

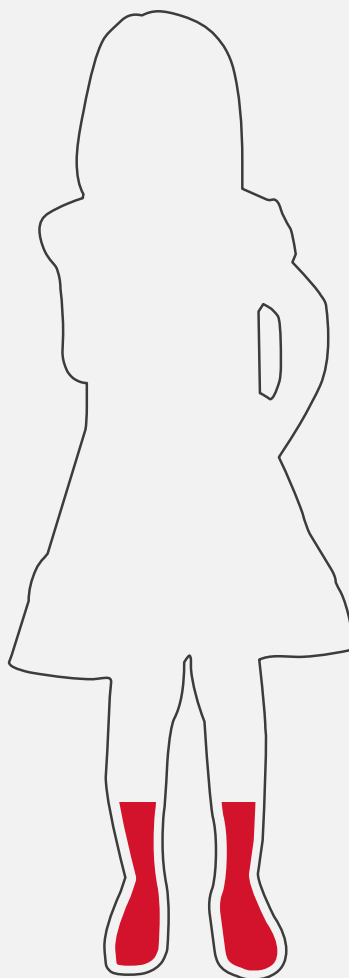
Más información

www.revistabinter.com y www.canariasviaja.com

RECARGA VIDAS ⚡

DONA SANGRE

#EfectoDonación



Cada vez que donas sangre estás haciendo que muchas personas consigan la **carga que necesitan para vivir**.
Acude a cualquiera de nuestros puntos fijos o móviles y **donas sangre**, más **rápido y sencillo** que cargar un móvil.

low battery

efectodonacion.com
900 234 061



Red
Transfusional
Canaria

 Gobierno de Canarias
Instituto Canario de
Hemodonación y Hemoterapia

Por Astrid da Silva Jiménez

EL PALACIO DA PENA, LA JOYA ARQUITECTÓNICA DE SINTRA

Lleno de color, rodeado de bosques y parques y con las mejores vistas de la ciudad. Así es el Palacio da Pena, la joya arquitectónica de Sintra. Cada año son más los viajeros y locales curiosos que acuden a visitarlo y el motivo es evidente: se trata del mejor ejemplo de arquitectura del Romanticismo de Portugal.

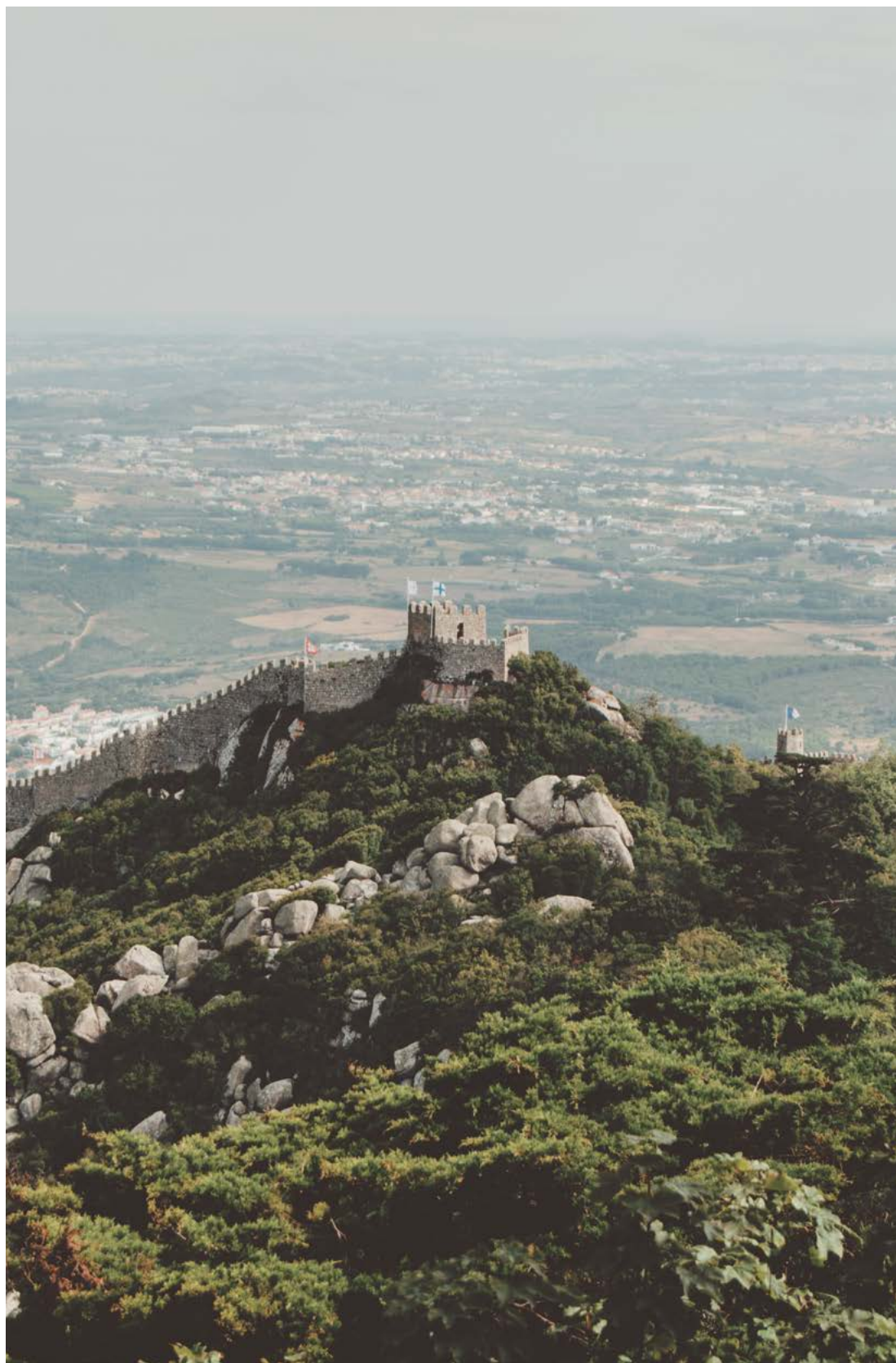
Está ubicado en Sintra, una maravillosa ciudad que se encuentra a unos 30 kilómetros de Lisboa (un trayecto de media hora, aproximadamente, en coche). Esta zona está repleta de monumentos y lugares de interés que vale la pena conocer. Ahí encontramos la popular Quinta da Regaleira, el Castelo dos Mouros o el propio Palacio Nacional, que son de parada obligatoria. Aunque, sin duda, el Palacio da Pena es el número uno de las atracciones turísticas. Este espectacular edificio se erigió sobre los restos del antiguo monasterio jerónimo de Nuestra Señora de la Peña, que data del año 1503. Con el terremoto que asoló Portugal en 1755, quedó en muy malas condiciones y fue prácticamente abandonado, aunque por aquel entonces empezaron a correr rumores sobre el origen sagrado del lugar, ya que el terremoto había arrasado con todo a excepción de la capilla.

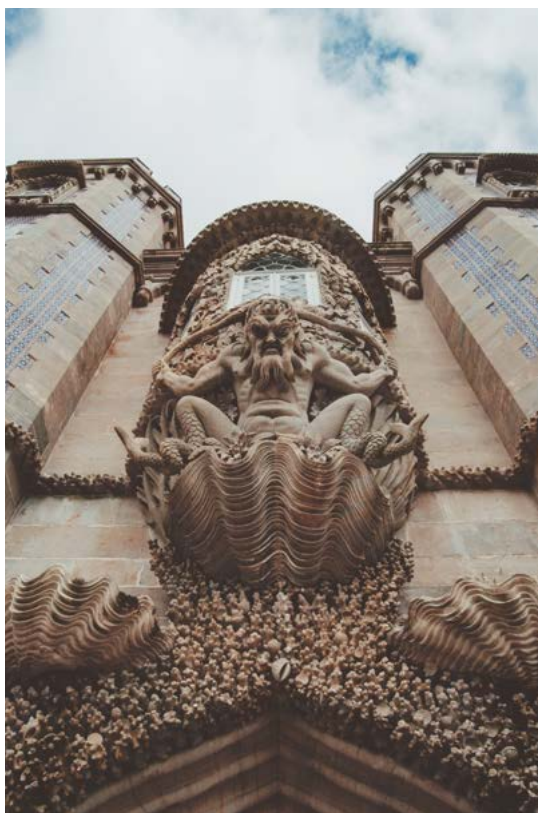
El joven Fernando II, atraído por la idea de que aquel lugar era santo, lo compró y mandó construir ahí la residencia de verano de la familia real. Para cumplir con su objetivo, encargó al arquitecto alemán Wilhelm Ludwing von Eschwege liderar el proyecto. Después de diez años y mucho dinero invertido, el Palacio da Pena se convirtió en su residencia de verano, epicentro

de los encuentros de la aristocracia lisboeña y los políticos más reconocidos del país.

-
Fue la residencia de cinco reyes de Portugal y esa esencia permanece en el cuidado y los detalles de su interior
-

Fue la residencia de cinco reyes de Portugal y esa esencia permanece en el cuidado y los detalles de su interior. Al proclamarse la República, el palacio fue declarado museo y quedó abierto al público. A partir de ese momento los visitantes pueden admirar las obras de arte y los distintos estilos arquitectónicos de su interior, entre los que se mezclan el renacentista, el medieval, el gótico, el islámico y el manuelino (este último característico de Portugal), creando un espacio bastante barroco y ecléctico. Cuando visitas el palacio rápidamente verás que, además de los distintos estilos arquitectónicos, el castillo está dividido en dos zonas bien diferenciadas: por un lado, el antiguo monasterio y, por otro, las dependencias de lo que se conoce como Palacio Nuevo.





De todos los palacios del país, este es el único que conserva los muebles y objetos tal y como los disponían los últimos ocupantes reales. En la cocina aún se pueden ver los utensilios de cobre que se empleaban en la época. Entrar en el edificio es hacer un viaje en el tiempo, en el que todo está en las mismas condiciones que hace más de cien años. Su ubicación es inmejorable. En lo alto de una colina, muy cercana al centro de la ciudad, se encuentran las 900 hectáreas que componen el recinto. De su emplazamiento viene su nombre, ya que “da pena” en castellano quiere decir “de la peña”.

-
*Los dulces son
el sabor de la ciudad*
-

Para disfrutar realmente de la visita al palacio hay que ir con tiempo, ya que lo mejor son sus jardines. Fernando II quería tener el mejor jardín de Portugal en su residencia, así que se encargó de tener ejemplares de plantas exóticas de distintos países. Está diseñado en forma de laberinto, con caminos estrechos y lugares casi secretos en los que de pronto te encuentras una fuente, un parador o una estatua, y en los cuales no puedes dejar de admirar la belleza de la naturaleza, con el palacio en lo alto y el mar al fondo. Una de las imágenes más espectaculares del paisaje portugués.

Por ello, en 1910, estos parques fueron comprados por el Estado y se convirtieron en monumento nacional. A todos los que tienen previsto viajar a Lisboa les recomiendo que dediquen un día a Sintra. El particular clima de la sierra hace de este espacio una de las zonas más boscosas del país, motivo por el cual la ciudad está llena de jardines, parques y residencias de verano. Todo el enclave paisajístico y monumental de la Sierra

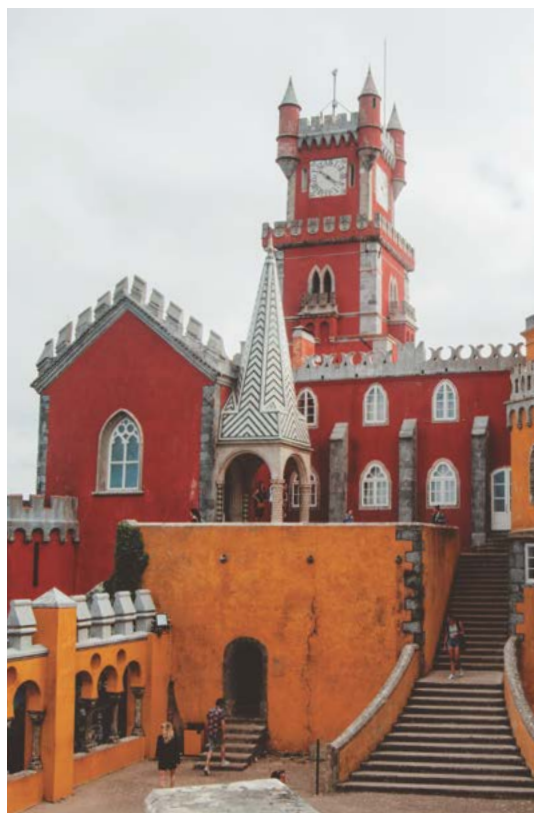


de Sintra está declarado Patrimonio de la Humanidad por la Unesco, por lo que en cada rincón encuentras un buen lugar para disfrutar del entorno, que parece sacado de un cuento de hadas.

Las conexiones desde la capital son muy buenas, salen trenes desde la estación de Rossio y desde la estación de Oriente, muy cómodos y a precios muy económicos. También puedes ir en coche, aunque a veces no es nada fácil para aparcar, y en autobús. Comer en Sintra, al igual que en casi todo Portugal, es una grata experiencia. Hay muchos restaurantes en el casco antiguo que ofrecen verdaderos manjares por poco dinero. Siempre es recomendable preguntar a los locales cuál es la mejor opción para sentarse a la mesa, así nunca fallas. Los dulces son el sabor de la ciudad. No puedes irte sin probar los *travesseiros*, unos hojaldres rellenos de almendra, y las *queijadas*, unas tartas de queso pequeñas con nata.

A Periquinha es una pastelería tradicional que lleva más de 150 años haciéndolos y en donde, supuestamente, les añaden el ingrediente secreto que los hace tan famosos. No sabemos si eso es cierto, pero sí damos fe de lo riquísimos que están.

Visitar Sintra y conocer el Palacio da Pena fue una de las mejores experiencias de nuestro viaje a Lisboa. La ciudad nos maravilló por completo, llena de romanticismo, arte y naturaleza, pero el palacio tiene algo especial, conserva un ambiente mágico. No es casualidad que sea un orgullo nacional. Todos los que visitan la ciudad solo tienen buenas palabras para ella. Incluso el escritor José Saramago lo reflejó en su obra *Memorial del Convento*, donde describe a Sintra como “el paraíso, si es que Dios hiciese otra tentativa”. El paraíso que conserva una de las joyas arquitectónicas más bonitas de Portugal.



LISBOA

Vuele desde 8300 puntos/trayecto y sume hasta 1100 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 jueves y domingos todo el año con conexiones desde todas las islas. Lisboa es una de las ciudades más cómodas de visitar, ya que el aeropuerto está a solo ocho kilómetros del centro. El aerobús sale cada 20 minutos desde el aeropuerto y te deja en la misma avenida Liberdade por 3,50 euros; con el tique tienes descuento en otros transportes y el tren turístico.

DÓNDE ALOJARSE

Recomendamos alojarse en los hoteles Heritage, hoteles con encanto ubicados en edificios históricos del centro, con ambiente muy acogedor y detalles de la tradición local.

Heritage Avenida Liberdade: elegante y acogedor e ideal para parejas.

Hotel Plaza: ideal para una estancia en familia.

Cerca del centro pero en una calle tranquila, sus acogedoras estancias te hacen sentir como en casa.

Solar do Castelo: hotel con vistas y anexo al famoso castillo de San Jorge, en el bohemio barrio de Alfama.

Hotel Britania: un auténtico *must* para los amantes del *art déco* y número 1 en TripAdvisor.



QUÉ COMER

En Lisboa la comida y en especial los postres –y sus famosos *pasteis de Belém*– son parte de la experiencia del viaje.

Restaurante Zambeze: fusión entre Africa y Portugal con espectacular terraza para disfrutar de las vistas a Lisboa y el Tajo, a los pies del castillo de San Jorge.

A Venda Lusitana: lugar de tapas portuguesas en la avenida Liberdade. Pequeño pero con mucho encanto.

En los alrededores de la plaza de Figueira hay muchas opciones con buena relación calidad/precio.

NO TE PUEDES PERDER

Una visita a Sintra y Cascais regresando en el tren que recorre la costa de Estoril hasta la torre de Belém.

Un viaje en el tranvía 28 por los barrios con más sabor de Lisboa: Graça, Alfama y Castelo.

Tiendas y cafés llenos de tradición en el Chiado: Café Brasileira, la Librería Bertrand o el museo vivo del comercio popular portugués *A Vida Portuguesa*.

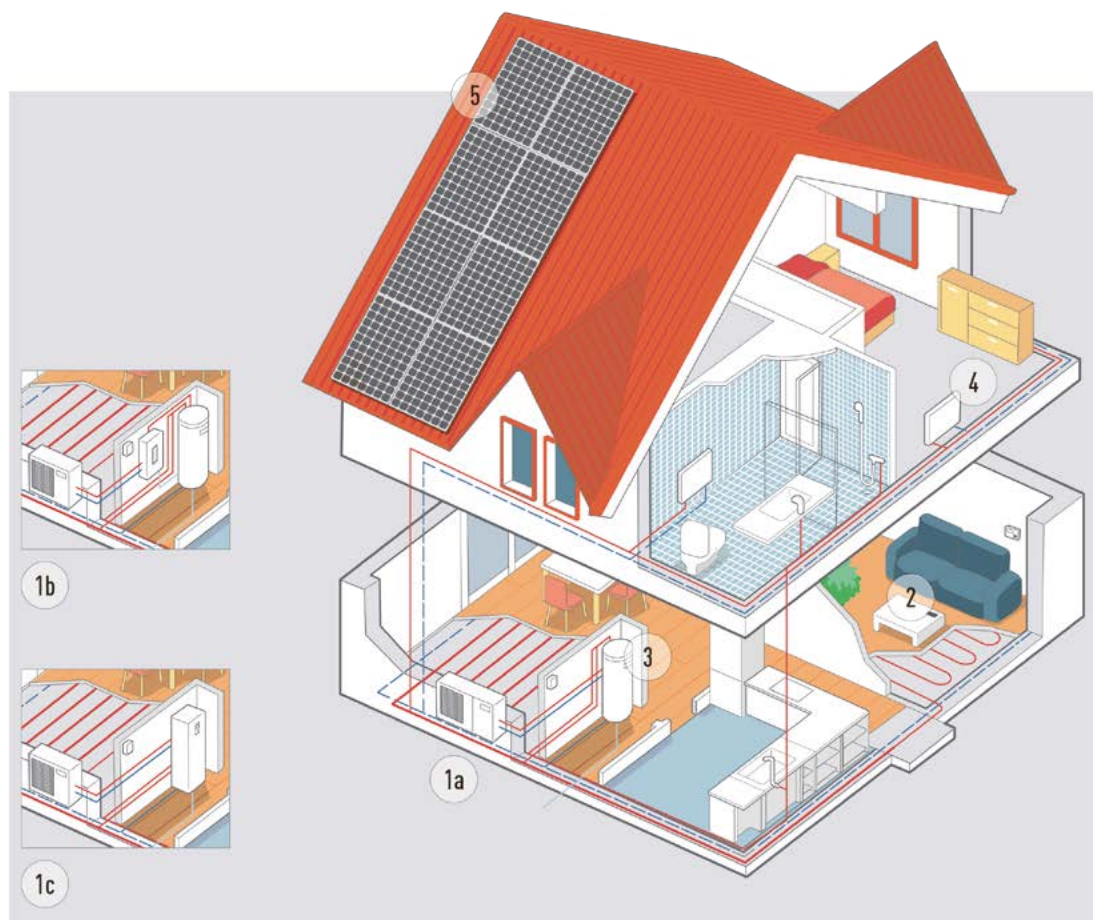
Compra tus *pasteis de Belém* en la Confitería Nacional de la Praça da Figueira y no dejes de probar la *ginginha*, licor de aguardiente macerado con guindas.

Más información

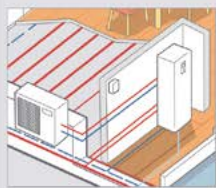
www.revistabinter.com y www.canariasviaja.com

Panasonic

LA SOLUCIÓN COMPLETA PARA UN HOGAR MÁS EFICIENTE



1b



1c



Sistema Monobloc.



Sistema Bibloc.



Sistema All in One.



Control por medio de smartphone, tableta u ordenador (opcional)



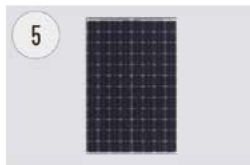
Depósito de ACS de superalta eficiencia (opcional)



Radiadores de alta eficiencia para calefacción y refrigeración (opcional).



Nuevo Fan Coil, más versátil y eficiente (opcional).



Bomba de calor + panel solar fotovoltaico HIT (opcional)

Panasonic
heating & cooling solutions

Panasonic
HIT[®]
Photovoltaic Module

E
ENAIRGY
clima eco-industrial

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



Por David Sendra Domènech
Fotografías por Patri Cámpora

LAS SALINAS DE ISLA DE SAL

Las salinas de Pedra de Lume se localizan en un paisaje árido diseñado por la naturaleza, en el cráter de un antiguo volcán donde penetraron las aguas del mar y crearon, al evaporarse, una deliciosa sal que dio nombre a la isla.





Desde una visión aérea, el terreno casi desértico, según la estación, con sus tonos marrones y ocres, nos sorprende cerca de las aguas del océano Atlántico, con un cráter dividido en rectángulos irregulares blancos y de algunos otros colores cálidos mezclados, rosados y rojizos: son las salinas. La imagen parece irreal y se destaca enormemente del monocromático paisaje lunar de los alrededores.

-

Esas salinas coloridas invitan a un baño, a lanzarse a su interior sabiendo que el alto nivel salino te mantendrá a flote

-

Al cráter se accede a través de un túnel excavado en el propio borde rocoso; un pasaje corto pero que anticipa un cambio de escenario y un espectáculo de la naturaleza en colaboración con

el hombre. Paralelo nos acompaña el teleférico construido en 1921, con poco más de un kilómetro de largura, que transportaba hasta 25 toneladas de sal por hora desde la salina hasta el puerto de embarque. Hoy día en las salinas se sigue extrayendo la sal acumulada en el cráter, pero para productos de belleza, talasoterapia y similares, y, claro, se convirtió en un punto turístico (la entrada cuesta cinco euros).

En su día la sal fue el factor que determinó que la isla fuera permanentemente habitada y ya en el primer cuarto del siglo XIX se crearon toda una serie de estructuras pensadas para mejorar la extracción del llamado oro blanco. Una riqueza que quedó interrumpida en varios momentos de la historia (por ejemplo, cuando Brasil prohibió el uso de sal extranjera a finales del XIX) y que fue retomada a inicios del XX con nuevas tecnologías que buscaban mejorar la productividad de las salinas. La creatividad del hombre se impuso al ambiente



hostil y supo adaptarse y superar los obstáculos transformando el entorno hasta lo que son hoy las salinas. No obstante, la nacionalización de la sal en la República Democrática del Congo en 1963 pausó nuevamente las salinas de Pedra de Lume, que dejaron de funcionar oficialmente en 1985.

En el interior del cráter, de unos 900 metros de radio y muy por debajo del nivel del mar, aún se mantienen de forma rudimentaria algunas antiguas construcciones como las casas de los trabajadores o la vieja fábrica y el hangar de almacenamiento, como una ciudad fantasma símbolo de otra época.

Realmente se trata de un espectáculo curioso, con cierto halo de misterio que te transporta a un tiempo pasado, cuando la sal era más valiosa que el propio oro. Pero, convertido en punto turístico, obviamente el mero admirar no es la única actividad que uno puede desarrollar en el cráter.

Esas salinas coloridas invitan a un baño, a lanzarse a su interior sabiendo que el alto nivel salino te mantendrá a flote (no olvides un calzado de goma porque el fondo puede tener cristales de sal); también se puede recibir algún masaje y tratamiento con sal en un *spa* cercano. Sin duda estas salinas, junto con las increíbles playas de la isla, se convierten en la referencia para cualquier visitante en un territorio aún no devorado por el turismo masivo, ideal para el que busca sol, playa e historia.

CABO VERDE (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! Podrás visitar Maio desde la isla de Santiago los lunes, miércoles, viernes y domingos.

DÓNDE ALOJARSE

Hilton Cabo Verde Sal Resort 5*: recién abierto y con espectacular ubicación.
Odjo d'Agua 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 caipiriñas.



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'Agua: 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 atrevete con un día de buceo.

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

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

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

Más información

www.revistabinter.com y www.canariasviaja.com





Por Juan José Ramos Melo
@JuanjoRamosEco

EL PARAÍSO DE LA BIODIVERSIDAD AFRICANA

A unos pocos kilómetros de la transitada avenida marítima de Dakar se encuentra un auténtico paraíso natural, un lugar desconocido para buena parte de los viajeros e ignorado por los habitantes de esta vertiginosa y moderna urbe africana. Sin lugar a dudas el Parque Nacional de las Islas de la Madeleine puede ser considerado como las Galápagos senegalesas.

En sus acantilados marinos se ubican colonias de cría de cormoranes, piqueros, charranes y rabijuncos, sus aguas son frecuentadas por ballenas y delfines y en lo alto de sus laderas sobreviven longevos baobabs. Todo un paraíso para la biodiversidad africana y un deleite para los escasos visitantes que se aventuran a llegar hasta aquí.

Las islas de la Madeleine forman parte del conjunto de islotes que rodean la Punta de Cabo Verde, lugar donde se encuentra la gran ciudad de Dakar. La más famosa de estas islas es la de Gore, antiguo puerto de embarque y mercado de esclavos negros que partían desde aquí hasta las nuevas tierras de América. Los islotes de Yoff y de N'gor, situados al norte de Madeleine, también forman parte de este conjunto de islotes.

Fue declarada reserva ornitológica en el año 1949 y posteriormente, en el año 1976, Parque Nacional; tiene una superficie de 45 hectáreas, 23 terrestres y el resto de espacio marino. El parque está formado por la isla de Madeleine y el islote de Lougnes. Posee una biodiversidad excepcional debido a su situación geográfica, el origen geológico de sus suelos y la influencia del océano. Hasta el momento en estas pequeñas islas se han citado 107 especies de plantas terrestres, más de 50 de aves, seis reptiles y dos mamíferos terrestres, además de gran cantidad de insectos, peces y animales marinos.

La isla principal se encuentra cubierta de una pradera de gramíneas tipo herbazal de sabana, donde destacan algunos arbustos leñosos de bajo porte y pequeñas agrupaciones de baobabs achaparrados por el viento. El más viejo de ellos se calcula que tiene una edad superior al medio siglo. En las paredes acantiladas que dan al océano se localizan algunas plantas altamente adaptadas a la presencia de sal marina sobre sus hojas. Su suelo, de origen volcánico, tiene una antigüedad de en torno a seis millones de años; la erosión marina ha ido modelando su silueta hasta la forma actual, creando pequeñas calas y farallones de mediano tamaño donde pueden ser observadas diferentes manifestaciones geológicas propias de hidrovulcanismos, volcanes submarinos. Estas zonas acantiladas son las preferidas por buena parte de las aves marinas que se reproducen en las islas. La más numerosa de ellas, con varios cientos de parejas reproductoras, es el cormorán grande africano, un ave de gran tamaño adaptada a la pesca submarina en las aguas

cercanas. Piqueros pardos, charranes embridados y rabijuncos etéreos son el resto de especies de aves marinas de aguas tropicales que encuentran en el parque un lugar ideal para reproducirse.

-

En las paredes acantiladas que dan al océano se localizan algunas plantas altamente adaptadas a la presencia de sal marina sobre sus hojas

-

Cogujadas, milanos negros, tejedores y halcones son algunas de las otras aves que crían en las islas. Además, durante los meses invernales se pueden observar chorlitos grandes, chorlitos grises, correlimos tridáctilos, zarapitos trinadores vuelvepedras, garcetas comunes y águilas pescadoras provenientes del norte de Europa. En sus aguas se pueden observar con cierta frecuencia rorcuales tropicales y delfines acrobáticos. Estos últimos suelen verse nadando en pequeños grupos y dando grandes saltos fuera del agua, mientras giran sobre su propio cuerpo. Además, es habitual ver tortugas verdes y con suerte alguna tortuga boba, provenientes de las cercanas colonias de cría de la costa africana y de las islas de Cabo Verde.

La isla de Madeleine ha sido frecuentada desde época neolítica por los hombres y mujeres que poblaron o visitaron la península de Cabo Verde: restos de conchas usadas como alimentos y otros utensilios han sido encontrados en diferentes puntos de la isla. Madeleine también fue conocida por los navegantes como la isla de las serpientes, aunque no por la presencia de este reptil, sino por una mala interpretación del apellido de Sarpá, correspondiente a un oficial fran-

cés que fue confinado allí. Como buena parte de los lugares aislados del planeta, la isla posee su leyenda. La etnia local lébous cree que en Madeleine habita un espíritu protector que no quiere nada grande ni alto ni personas ni árboles ni casas en la isla. Es por ello por lo que nadie se ha podido establecer nunca en ella y que los pocos baobabs que la pueblan no logran crecer sino unos pocos metros. Cada año los lébous se acercan a la isla para dejar ofrendas, nueces de cola y monedas en las grietas de los troncos de estos baobabs. De este modo el espíritu conocido como Ndeuk Daour les traerá salud, dinero y amor.

Las visitas a las islas de la Madeleine se canalizan desde las oficinas y el centro de visitantes del Parque Nacional, ubicado en plena avenida marítima de Dakar, en la zona de Fann Hock. En este lugar se pueden contratar rutas en barco hasta las islas y servicios guiados ofrecidos por el Parque Nacional. Los precios de los servicios están regulados y se encuentran expuestos en un tablón de anuncios. La visita al Parque Nacional de las Islas de la Madeleine, aparte de suponer un rato de descanso de la imparable Dakar, es una oportunidad de descubrir uno de los islotes marinos más salvajes del oeste de África. Un auténtico paraíso para las aves y la vida marina.

-

SENEGAL (Dakar)

Vuele desde 9300 puntos/trayecto y sume hasta 1650 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

-

CIENTÍFICOS INTERNACIONALES ENCUENTRAN EVIDENCIAS DE QUE LA CONTAMINACIÓN MARINA PUEDE PROVOCAR INFERTILIDAD EN LAS ORCAS

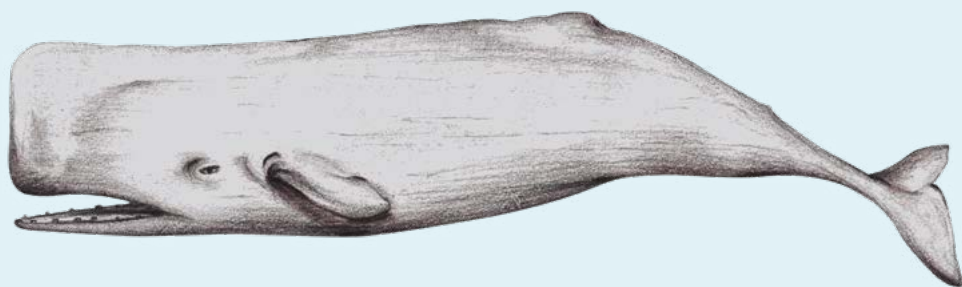


Un estudio científico realizado por expertos internacionales en salud de cetáceos ha revelado la primera evidencia de los nocivos efectos que tienen los anticonceptivos en las orcas y contribuye a entender cómo la contaminación química de los mares afecta a la reproducción de cetáceos. El estudio, llevado a cabo en Loro Parque y liderado por la doctora en Veterinaria Geraldine Lacave, ha sido presentado recientemente en el congreso internacional sobre medicina de animales acuáticos celebrado en Sudáfrica y demuestra el grave daño que los

tóxicos químicos causan en los ciclos regulares de ovulación, lo que afecta a la reproducción de esta especie de cetáceo a largo plazo. Lo más importante del hallazgo científico es que la información estudiada en Loro Parque contribuirá a la conservación de esta especie de cetáceo en la naturaleza, ya que el conocimiento que se obtenga de cómo los estrógenos afectan y perturban los ciclos regulares en las orcas podría ayudar a entender cómo la contaminación química está afectando a la reproducción de las poblaciones salvajes.

Por *Juan José Ramos Melo*
@JuanjoRamosEco

CACHALOTE, EL CAZADOR DE LAS PROFUNDIDADES



El cachalote es una especie relativamente fácil de observar en las aguas más profundas de las Islas, principalmente entre La Gomera y Tenerife, el norte de Gran Canaria y el sur de Fuerteventura. Se identifican fácilmente cuando navegan en medio del Atlántico por su característico soplo, una especie de nube de agua lateral muy dispersa. Prácticamente carece de aleta dorsal, apenas un pequeño atisbo en la parte posterior del dorso, que, junto con su gigantesca cabeza en forma de bola y la singular cola triangular, lo convierte en un ser inconfundible. Todo un gigante en las aguas de Canarias.

Los cachalotes suelen realizar grandes migraciones a lo largo de todos los océanos del planeta. Esta especie es el segundo mamífero marino con la distribución más extensa del planeta, después de la orca. Abarca todos los océanos profundos del mundo, desde el ecuador hasta los polos, aunque solo los machos maduros se desplazan hasta latitudes extremas. En las Islas Canarias, los podemos observar a lo largo de todo el año, aunque son algo más numerosos durante la primavera y el verano.

-

Los cachalotes son grandes depredadores de calamares gigantes y peces

-

Algunos machos pueden llegar a medir hasta 20 metros y pesar unas 50 toneladas, lo que los convierte en los animales con dientes más grandes del planeta. Son auténticos maestros buceadores: en sus inmersiones pueden llegar hasta los 2000 metros de profundidad y estar hasta casi dos horas sin respirar, en la mayoría de los casos en busca de alimentos. Los cachalotes son grandes depredadores de calamares gigantes y peces. El más famoso de todos los tiempos ha sido Moby Dick, el gran cachalote blanco protagonista de la novela de Herman Melville, en la que se narra la obsesión del capitán Ahab por dar captura al más raro de los cachalotes observados nunca.

Melville basó su novela en las historias que escuchaba a los cazadores de ballenas llegados de los mares del sur. Los cachalotes fueron cazados hasta reducir su población mundial a casi la mitad. Según algunos investigadores, en la actualidad viven unos dos millones en todo el planeta. El aceite de cachalote era excelente para gran variedad de aplicaciones comercia-

les: fabricación de velas, jabones, aceites industriales, cosméticos, lubricantes, etc. Su caza fue permitida hasta el año 1985, en el que la Comisión Ballenera Internacional prohibió su captura con fines comerciales. En la isla de Madeira se cazaban cada año varias decenas de cachalotes y hasta los años ochenta del pasado siglo existió una pequeña factoría, muy cerca de donde hoy se encuentra el "Museo de la Ballena" de Madeira, un centro de obligada visita para todos los viajeros amantes de las ballenas, los océanos y la vida marina. Los cachalotes eran buscados también por el ámbar gris, sustancia que se genera cuando trozos indigeribles de los calamares pasan del intestino al estómago del animal. El ámbar gris es un tipo de materia fecal, al menos se genera en el mismo sitio que los excrementos y se expulsa también por el mismo lugar. Es un potente estabilizador de fragancias, muy cotizado desde la Antigüedad por la industria de la perfumería.

En Canarias se calcula que pueden vivir de forma estable algo más de un centenar de cachalotes, mayoritariamente jóvenes y hembras. Esta valiosa población ha sido muy poco estudiada hasta el momento, aunque, por los hechos, todo indica que una de sus principales amenazas es el impacto contra embarcaciones rápidas. Cada año aparecen varios ejemplares varados en las playas de las Islas con evidentes signos de golpes y heridas provocados por las hélices o cubiertas de este tipo de embarcaciones. Otro problema global para su conservación es el plástico y la basura que tiramos al mar. El elevado consumo de plástico está generando la muerte de muchos animales marinos, entre ellos nuestros cachalotes, que tras ingerir grandes cantidades de plásticos de diversos tamaños pueden aparecer muertos en las costas. Una muerte silenciosa que nos está matando a todos, en este planeta único e irrepetible.

Por *Cristina Ferro*

JUAN CARMELO PADRÓN MORALES



Juan Carmelo fue el primer director del Colegio de La Frontera. Herreño de pura cepa, nació en San Andrés en el año 1943 y allí estudió hasta los 14 años, para ir después a Las Palmas de Gran Canaria y convertirse en maestro. Tras dos años en las campañas de alfabetización de Granadilla, en el año 1969 volvió a El Hierro y se convirtió en el maestro de la Escuela Unitaria de El Hoyo. “Cuando volví no había en el Golfo ni luz ni agua ni farmacias... Yo no sé cómo mi mujer no se fue corriendo”, dice sonriendo, mientras recuerda, probablemente, aquellos primeros años después de su vuelta. Cuando le pido que escoja tres rincones, solo tres, diseña una estrategia: elegir varios e ir descartando poco a poco. Pero no es necesario, porque al nombrar los tres primeros no le cabe duda de haber dado con la respuesta.



La Albarrada. Albarrada significa pared. Precisamente una pared de piedra seca rodea este pueblo ya abandonado y en ruinas que fue uno de los primeros de la Isla. Tiene una gran importancia histórica, ya que es el origen del pueblo de San Andrés. Aún se distinguen los restos de las 10 edificaciones que componían el pueblo y por allí pasa un sendero conocido como “La Ruta del Agua” (PR-EH 11). Los habitantes de este lugar se dedicaban a la ganadería y la agricultura. Estamos en la meseta de Nisdafe, la zona más fértil de la Isla, y por ello la elegida para asentarse ya desde los primeros pobladores. Pero volvamos a la pared, porque, además de rodear La Albarrada, pasaba por un lugar llamado “la tierra que suena” y después por el “Nido del Cuervo” hasta llegar a Jinama.



Jinama. ¿Por qué? Porque aquí continúa la historia de El Hierro. Desde Jinama parte un sendero que lleva a Frontera y que se utilizaba en *las mudadas*: las familias iban durante unos meses a vivir a la costa y llevaban para ello sus animales y enseres. “Jinama era la autopista de las mudadas”, cuenta Juan Carmelo. Todos bajaban a Frontera por este sendero, y por eso era “una oportunidad para conocerse y de intercambio cultural”. En el camino se conocían las parejas provenientes de diferentes pueblos que más tarde se convertirían en matrimonios. Jinama tiene una increíble carga histórica y etnográfica, y si agudizamos el oído casi nos parecerá escuchar a la gente hablando, sus pasos y los de las bestias cargadas de enseres y las gallinas atadas a las barquetas. Al comienzo del sendero está la ermita de la Caridad, donde se pedía protección para el camino.



Iglesia de Candelaria. Una vez en Frontera, se agradecía en la iglesia de Candelaria haber llegado sanos y salvos. La iglesia se construyó en su actual emplazamiento sobre una ermita de 1615. En la época de las mudadas la población aumentaba notablemente y se hacía necesaria una iglesia más grande. Y aunque el primer impulso fue levantarla en la zona de Las Lapas, el obispo hizo una consulta a los habitantes de Isora y San Andrés sobre cuál era para ellos el lugar idóneo. ¿Por qué a ellos? Porque eran precisamente quienes utilizaban el camino de Jinama para llegar al valle del Golfo. Y aquí tenemos la razón por la que hoy en día son la iglesia de Candelaria y su campanario en lo alto de la montaña de Joapira los que nos reciben al terminar el sendero. Sobra decir que Juan Carmelo es un enamorado de su isla y de su historia. Y así lo demuestran los tres rincones de El Hierro que ha hilado para reconstruir una bonita historia: la de las mudadas al valle del Golfo.

Dreamteam

EXECUTIVE SEARCH

**Selección de directivos y
mandos intermedios en Canarias**

Por *Aarón Rodríguez González*
Fotografías por *Van Marty*

DEL ROQUE DE LOS MUCHACHOS A TAZACORTE

Este mes nos vamos hasta La Palma para disfrutar uno de sus recorridos más emblemáticos y espectaculares. Pocos lugares del mundo ofrecen la oportunidad de salvar, en tan pocos kilómetros como aquí, un desnivel tan considerable: uniremos el cielo con el mar, desde la elevada cumbre de la Isla Bonita hasta las aguas del Atlántico.



Iniciaremos nuestro periplo en una de las mejores ventanas a las estrellas que existen en el planeta, rodeados de algunos de los más extraordinarios telescopios del mundo: en el Roque de los Muchachos, a 2423 metros de altitud, la más destacada de las afiladas crestas que delimitan la descomunal e impactante Caldera de Taburiente. Pocos lugares desprenden tanta magia como este.

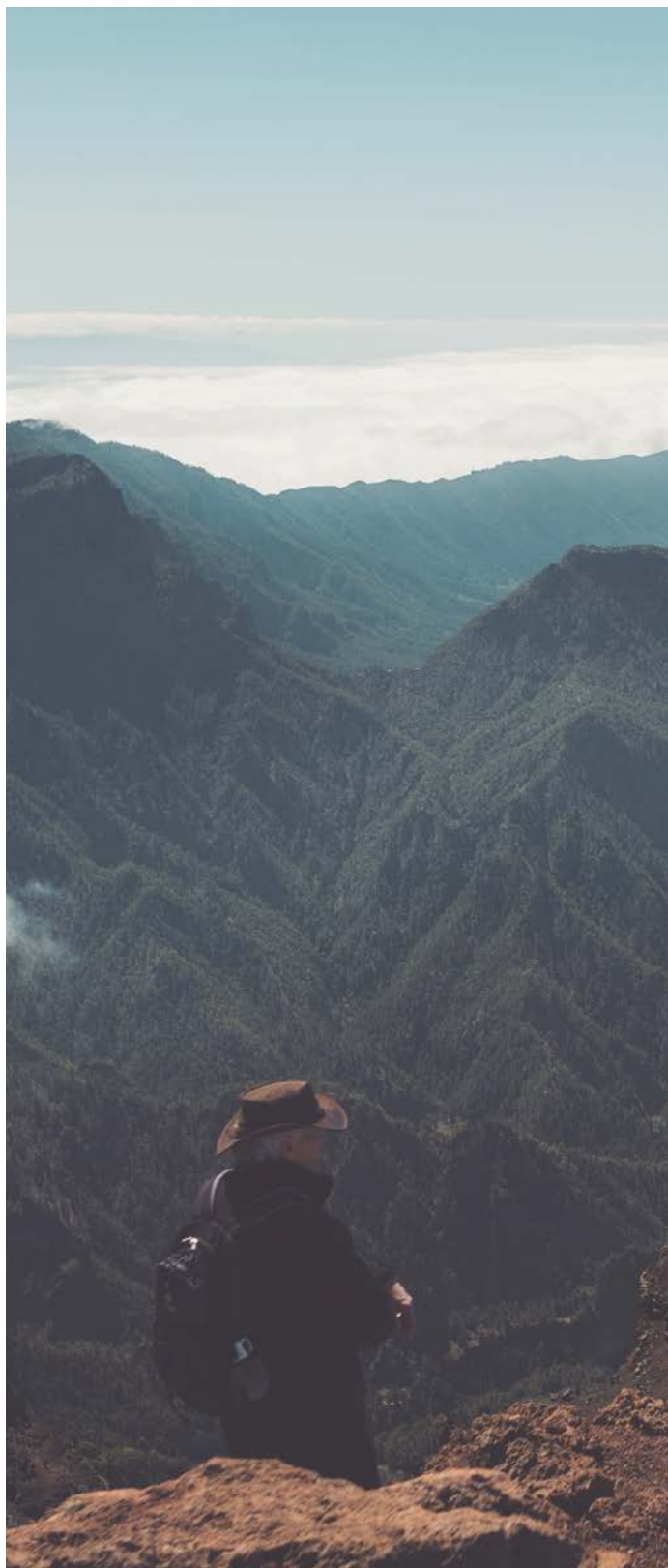
Merece la pena cargarse de energía aquí antes de iniciar el descenso por el sendero GR-131, conocido popularmente como “el Bastón”. Los primeros cuatro kilómetros transcurren rodeados de matorral de cumbre, conformado principalmente por codesos.

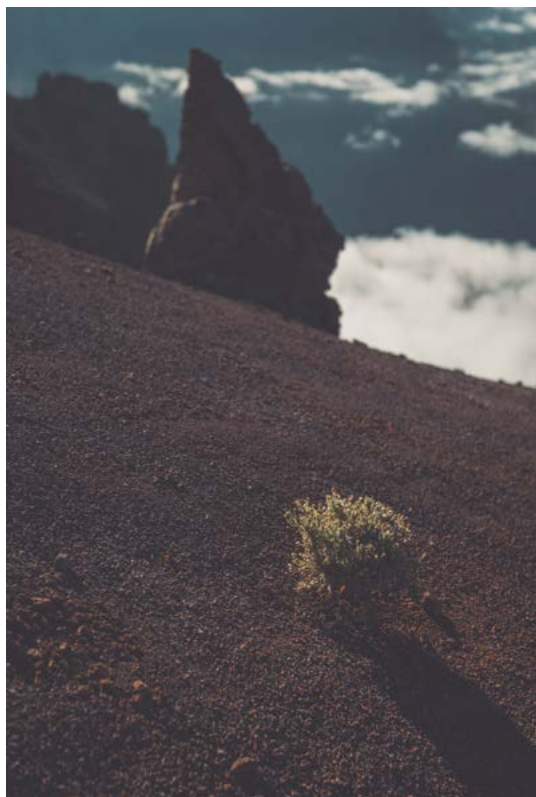
Los primeros pinos, pequeños y con porte casi arbustivo, hacen su aparición en la zona conocida, precisamente por esta razón, como “Pinos Gachos”.

Desde aquí, el pinar es el dominador absoluto del paisaje, aderezado por las impresionantes vistas que, de claro en claro, tenemos del extraordinario barranco de las Angustias.

La panorámica es completa una vez que alcanzamos la Torre del Time (kilómetro 9,6 / 1162 m), un lugar perfecto para dar un merecido descanso a nuestras piernas mientras contemplamos, a vista de pájaro, el contorno de la Caldera de Taburiente.

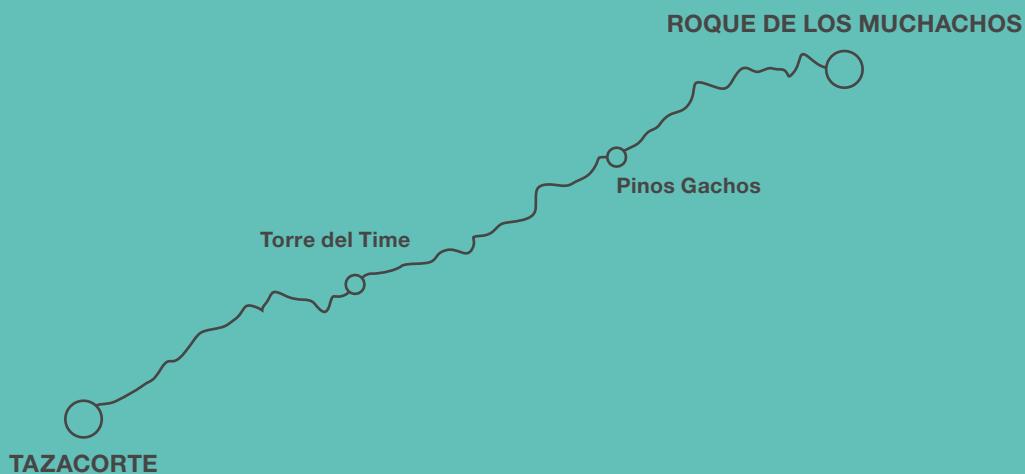
Proseguimos el descenso y, tras dejar los últimos pinos atrás, avanzamos entre tierras de cultivo hasta alcanzar el mirador del Time. Seguimos bajando, y en el kilómetro 15,5 llegamos hasta la Cruz de la Crucita, desde donde se descuelga, en continuo zigzag, el vertiginoso y espectacular camino que nos conduce, en apenas un kilómetro, hasta la playa de Tazacorte.











Desnivel positivo:
200 metros de ascenso.

Desnivel negativo:
2600 metros de descenso.

Longitud:
16,7 kilómetros.

Cota máxima:
2423 metros de altitud.

Cota mínima:
0 metros de altitud.

Lugares de interés cercanos:
a nuestros pies se encuentra, a lo largo de la mayor parte del recorrido, uno de los parques nacionales más espectaculares del mundo: el Parque Nacional de la Caldera de Taburiente, declarado en el año 1954.

Observaciones: el itinerario es largo y en continuo descenso, por lo que es recomendable tener preparación suficiente. Carece de puntos de agua, con lo cual conviene llevar suficiente en la mochila.



Seguro de Coche

Contrata ahora por solo

152€*

Terceros + Lunas

Visita tu **oficina** más
cercana o consulta
nuestra **web**



Cuando algo pasa,
aquí estamos



www.mutuatfe.es



Mutua Tinerfeña
SEGUROS

*Prima anual para nuevas contrataciones con Tomador de 56 años, 35 años de carnet de conducir, más de 4 años sin siniestros, con vehículo de 4 años de antigüedad y 80 CV, de gasolina, con zona de circulación en Tenerife: 152€. La Palma y El Hierro: 146€. La Gomera: 152€. Gran Canaria: 223€. Lanzarote: 159€. Fuerteventura: 158€. Con domiciliación bancaria.



Por *Álvaro Morales*
Fotografías por *José Chiyah Álvarez*

EL SALVAJE OSCURO DE LA FUERTEVENTURA SOLITARIA

La otra cara de Pájara, uno de los municipios más turísticos de Canarias, mira hacia el Atlántico abierto y contrasta con la vertiente oriental porque el desarrollismo no ha llegado, por la fuerza oceánica y del viento, por mareas mucho más movidas y playas solitarias en las que no siempre priman la arena dorada y la masificación de la otra zona. Uno de los mejores ejemplos es Ugán, por encima del istmo de La Pared, a la que se accede por una pista de tierra en medio del barranco del mismo nombre y en la que, siempre con extremo cuidado según el estado del mar, disfrutaremos de una cala de unos 300 metros de largo y 30 de ancho, en plena libertad y rodeados de naturaleza, en un entorno virgen, volcánico y salvaje, y con la convicción de que las postales turísticas habituales de Fuerteventura no le hacen siempre justicia a la variedad de la Isla, calas incluidas.

El recuerdo, la imagen, la postal consciente o no que nos resumen o presentan Fuerteventura suelen estar marcadas por el azul del cielo, el océano y el dorado de sus inolvidables e interminables playas. Pero no, la Isla tiene muchos contrastes y el litoral tampoco es una excepción. Es lo que ocurre en la vertiente occidental de la Isla de los Majos y en municipios como Pájara, por mucho que su excelente carta de calas en sotavento repita continuamente la estampa contraria.

-

La playa de Ugán es una excelente muestra de fina arena negra, paleta oscura de la huella volcánica y territorio casi virgen

-

Uno de los mejores ejemplos es la playa de Ugán, excelente muestra de fina arena negra, paleta oscura de la huella volcánica y territorio casi virgen en total contraste con la otra cara local, la del desarrollo turístico no siempre controlado o ejemplar de, eso sí, uno de los municipios más conocidos en el resto del mundo por sus condiciones para el windsurf y por su celeberrima costa.

La playa de Ugán poco tiene que ver con esas imágenes que dan la vuelta al mundo de un Atlántico generalmente en calma, de numerosos hoteles, bañistas variopintos, gigantes espacios de fina arena dorada y sol, mucho sol. La otra vertiente presenta un océano mucho más bravío, muy peligroso, incluso, en buena parte del año, por lo que conviene extremar la atención y seguir el sentido común según el estado del mar. Apenas hay hoteles o apartamentos y las poblaciones son mucho más pequeñas, pero la oferta de playas es también amplia y variada, con Ugán como una de las más conocidas entre las de arena

negra. Esa que los extranjeros pisan con mucha más confianza cuando pega el sol al pensar que quema menos que la dorada, pero que esconde la sorpresa totalmente contraria, lo que origina muchas carreras hasta sombrillas o zonas protegidas.

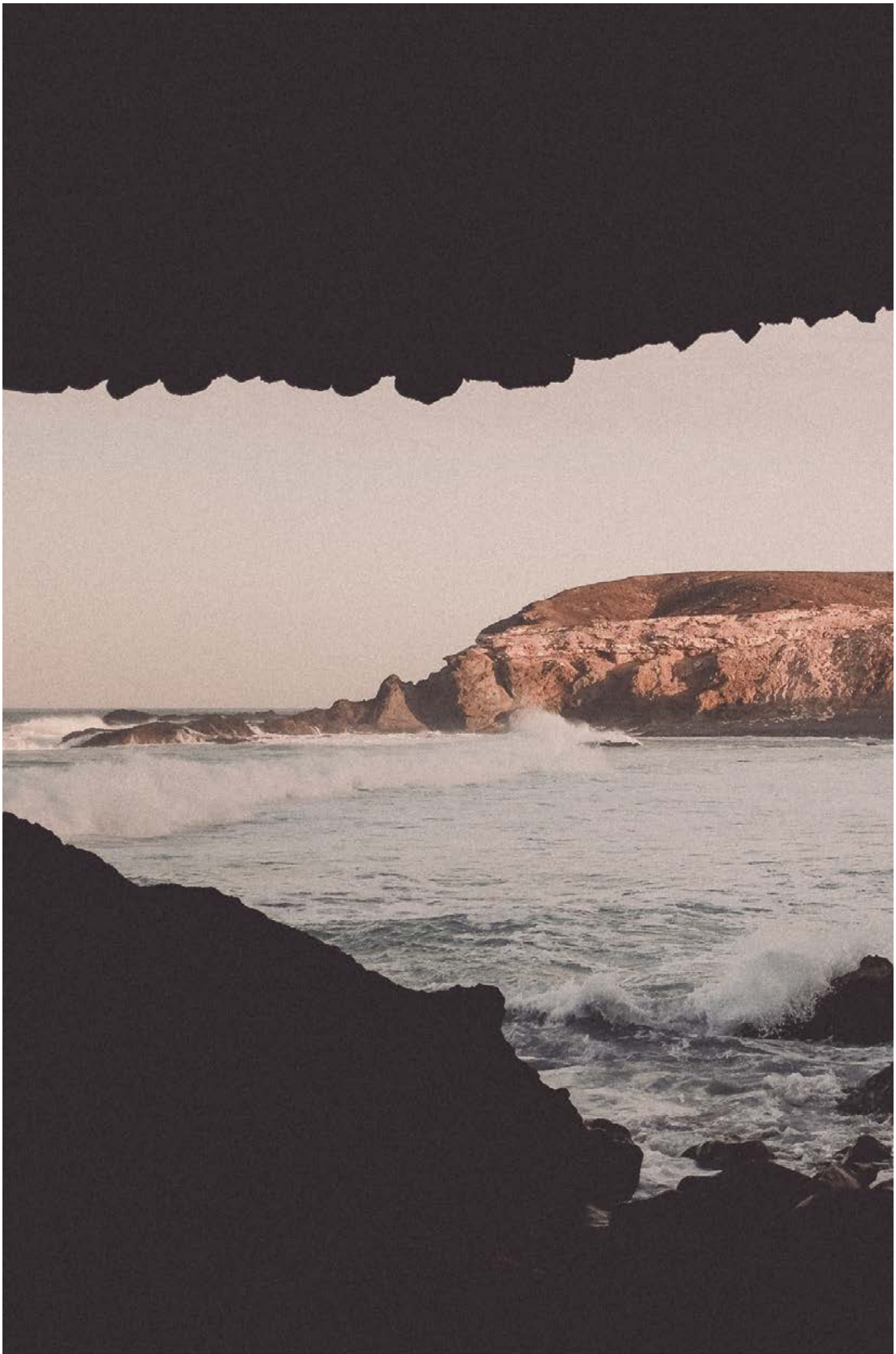
Es lo que pasa en Ugán en los días despejados, aunque también conviene tener claro que, en esta parte de Pájara, como ocurre en la conocida playa de Cofete, más al sur, en la península de Jandía, las nubes son más asiduas de lo que se cree e intensifican los contrastes con la imagen general de la Isla.

Para llegar a Ugán, basta con bajar o subir (según se llegue a la Isla: en avión, por el puerto sureño de Morro Jable o por el de la capital, Puerto del Rosario) hasta el istmo de La Pared, la parte más estrecha de Fuerteventura. Allí nos toparemos con un enlace hacia la carretera FV-605, si bien se puede acceder a ella también desde el casco de Pájara y otras vías secundarias intermedias.

La cartelería nos indicará cómo alcanzar la playa, aunque antes debemos tomar una vía secundaria y llegar al barranco (de poca profundidad, muy seco y volcánico) de Ugán, por cuya pista de tierra descendemos hasta la playa en unos dos o tres minutos. No es que haya excesivos aparcamientos, pero el carácter solitario y virgen de la zona se demuestra también en la nula masificación, con lo que no suele haber problema para dejar el coche.

Inmediatamente, la playa se nos abre en la desembocadura con su paleta de negros, grises y canelos intensos y claros, con un océano potente y muchos días ventosos. Si nos ha tocado la combinación perfecta, y siempre protegiéndonos del sol y las quemaduras de la negra arena, aquí podremos disfrutar de una jornada diferente, con baños





Estas vacaciones desconecta en Canarias

En las playas de Jandía... **Fuerteventura**

Desde Tenerife
Occidental Jandía Mar 4*
4 días / 3 noches
Doble
Media pensión

Promoción hotel:

Primer niño gratis (hasta 12 años)



Ideal para familias en Jandía

Desde **255€** por persona
4 días



Disfruta del spa al aire libre

✈️ **directo desde Gran Canaria de julio a septiembre**

Desde **260€** por persona
4 días

En un jardín con vistas al mar y al Teide...

La Gomera

Desde Gran Canaria
Jardín Tecina La Gomera 4*
4 días / 3 noches
Doble standard
Pensión completa

Promoción hotel:

Pensión completa al precio de media pensión

En plena naturaleza...

La Palma

Desde Lanzarote
Apartamentos El Cerrito
6 días / 5 noches
Standard
Solo alojamiento



✈️ **directo desde Lanzarote y Fuerteventura de julio a septiembre**

Desde **187€** por persona
6 días

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



refrescantes (jamás debemos confiarnos del todo de las mareas aunque estén en calma), vistas paradisíacas y ambiente natural auténtico.

-

La playa se nos abre en la desembocadura de un barranco con su paleta de negros, grises y canelos intensos y claros, con un océano potente y muchos días ventosos

-

De hecho, se puede practicar nudismo en los aproximadamente 300 metros de playa a lo largo y 30 a lo ancho, aunque es más estrecha en su lado izquierdo, rematado por un pequeño cabo volcánico, y más amplia hacia la derecha, donde también aparece otro cabo. En estas puntas, se despliegan pequeñas montañas que combinan el dorado y el negro, si bien lo más relevante es que sirven también de protección para baños más relajantes, sin motivos, eso sí, para la más mínima confianza porque las corrientes y la fuerza del Atlántico en esta parte aconsejan tener esto siempre muy presente. Por lo demás, una gran elección si se quiere tener algún recuerdo consciente o no distinto de los tópicos de la costa majorera.



Ubicación: en el suroeste de Fuerteventura, en el municipio de Pájara.

Socorristas: no.

Playa surfista: por condiciones, sí, pero no es lo habitual, y las corrientes son muy fuertes.

Playa nudista: sí.

Restaurantes: no.

Baños: no.

Duchas: no.

Sombrillas y hamacas: no.

Adaptada para discapacitados: no.

Aparcamientos: sí, aunque pocos y no habilitados.

Transporte público: guaguas, taxis.

Perros: sí.

Curiosidades: la pista que baja hasta la playa de Ugán, como pasa en otras de la vertiente oeste de Fuerteventura, a veces desespera un poco porque no permite ver lo que hay un poco más adelante, por su estado (el viento provoca esos pequeños baches tan molestos si no se baja mucho la velocidad) y porque parece que no se acaba, aunque el tesoro aparece al final.



Gran Hotel
Atlantis Bahía Real
FUERTEVENTURA



Mucho por descubrir

OFERTA ESPECIAL PARA RESIDENTES CANARIOS HASTA EL 20%

* Descuento aplicable según fechas y tipo de habitación. No acumulable a otras ofertas.

Tel.: +34 928 537 153 - reservations.bahiareal@atlantishotels.com - www.atlantisbahiareal.com

CORRALEJO - FUERTEVENTURA



UNA APUESTA POR LA IGUALDAD, ENTRE FOGONES



Talento, compromiso y, desde el pasado abril, una más de las eternas sonrisas que se pueden encontrar entre el equipo del Hotel Suite Villa María. Ágata da Costa Suárez acaba de hacer su irrupción como nueva jefa de cocina del conocido alojamiento tinerfeño, en la que ha sido toda una apuesta por la cocina bien entendida y la igualdad en el ámbito gastronómico.

La historia de Ágata y la restauración viene de muy lejos. “Desde que estudiaba la carrera ya era la *cocinillas* del piso en el que vivía. Me atraía mucho este mundo, las especias, los sabores... Tras terminar Bellas Artes, decidí que era el momento de especializarme en Hecansa”. Desde entonces, ha tenido la suerte de pasar por cocinas tan reconocidas como las de El Drago (Tegueste), a las órdenes de Carlos Gamonal; el Mercado de San Pablo (La Laguna); o en el *catering* del Recinto Ferial (Santa Cruz), como segunda jefa de cocina para la empresa MAG, junto a Pablo Abad. “Siempre digo que la familia Gamonal ha sido mi verdadera escuela dentro de lo que es la restauración profesional. Conozco muy de cerca su forma de trabajar y para mí son todo un ejemplo a seguir”, comenta Da Costa. “MAG, sin embargo, me dio la oportunidad de crecer y adquirir responsabilidades”.



Ágata afronta esta nueva etapa en el Hotel Suite Villa María como todo un reto. “Hay muy pocas mujeres al frente de cocinas en los hoteles de cinco estrellas de las Islas. Me gustaría que esta apuesta que se está haciendo por mí sirva a otras profesionales para entender que, con esfuerzo y saber hacer, es posible llegar hasta aquí”. Y es que, cuando se trata de hablar sobre su estilo, a la chef le gusta definir su cocina como “sabrosa, honesta y bien hecha”.



Los sabores canarios y de temporada van a seguir estando más presentes que nunca en las propuestas del hotel, pero entendidas desde el particular prisma de Da Costa. “Me encanta crear situaciones de cambio a partir del género que encontramos en las Islas. Es, en definitiva, lo que quiero aportar, dando a conocer lo que sé y la manera que tengo de trabajar”.

Hotel Suite Villa María
 Av. de los Acantilados s/n
 La Caleta, Costa Adeje, 38679, Tenerife
 T. +34 922 168 584
www.hotelsuitevillamaria.es

DEMUESTRA QUE NOS LEES Y GANA UN PASAJE A LANZAROTE PARA UNA PERSONA

- ¿En qué lugar se desarrolla el relato de este número?
- ¿Sabrías decirnos al menos tres ingredientes de la receta de este mes?
- ¿Qué es la *ferrada* y para qué se utiliza?
- ¿De qué persona o lugar te gustaría que hablásemos?
- ¿Cuáles son tus tres secciones favoritas?
- ¿Cómo mejorarías la revista *NT*?

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

PLAZO LÍMITE: 31 de julio

Conoceremos quién ha ganado en la revista de septiembre

Muchísima suerte y hasta el próximo mes

PARQUE ACUÁTICO

AQUALAND[®]

MASPALOMAS



¡MÁS Y MEJOR!



ABIERTO DIARIAMENTE



PARKING GRATUITO

www.aqualand.es



ADELGAZA SIN SACRIFICIOS CON LA NO DIETA DE HOTEL BOTÁNICO



El novedoso programa *Slim & Wellness* del Hotel Botánico, ubicado en el municipio tinerfeño de Puerto de la Cruz, invita a reconciliarse con hábitos saludables y a redescubrir el placer de comer y el sabor natural de los alimentos en un enclave idílico con múltiples opciones para disfrutar de la naturaleza.

Recuperar la forma y el tono físico mientras se disfruta de unas relajantes vacaciones cerca del mar y de la naturaleza es la nueva y saludable propuesta del Hotel Botánico, en Tenerife.

El programa de siete días *Slim & Wellness* permite saborear una exquisita cocina baja en calorías y participar en tratamientos y actividades personalizadas en The Oriental Spa Garden, el mejor spa de Europa, según la publicación especializada en el sector de alojamientos de lujo *Condé Nast Johansens*. Inspirado por la experiencia de los más avanzados

centros de dietética y salud de la región francesa de Bretaña, este hotel de cinco estrellas Gran Lujo ofrece a los visitantes productos de excelente calidad, elaborados a partir de esmeradas técnicas culinarias, como plancha, baño maría, vapor y horno, que potencian el sabor primario de sus ingredientes.

Carnes frescas y de pasto, pescados salvajes, marisco y verduras y hortalizas de cultivos biológicos propios protagonizan un menú, libre de grasas, azúcares y alcohol, que mantiene la frescura de los productos y conserva todos sus nutrien-



tes. Esta variada oferta gastronómica, con propuestas específicas para personas intolerantes al gluten, el sodio, la insulina o con problemas de colesterol, se complementa con actividades físicas que buscan armonizar cuerpo y mente, como clases de taichí, yoga, *qi gong*, pilates o meditación.

En lugar de largas y extenuantes sesiones de gimnasio, el cliente podrá disfrutar también de un programa de ejercicio físico basado en paseos al aire libre, gracias al excelente clima de Canarias, con temperaturas primaverales durante gran parte

del año en esta zona de Tenerife. De esta forma, quienes participen en el programa podrán descubrir las excelencias de la Isla y disfrutar de toda su oferta cultural, arquitectónica y paisajística.

A todo esto se suma el trato exquisito y amable del equipo de profesionales del Hotel Botánico, que acompañará al cliente durante toda su estancia. Su atención y sus cuidados proporcionarán una experiencia inolvidable y ayudarán a conseguir los mejores resultados. Porque cuidar nuestra salud no implica que dejemos de disfrutar.

NATURALEZA (Y ADRENALINA)



Tenerife combina una extraordinaria naturaleza –más del 48% del territorio se encuentra protegido– con la posibilidad de practicar todo tipo de deportes. Ya sea en el mar, la tierra o el aire, la Isla te ofrece un extenso catálogo de actividades para que puedas vivir algunas experiencias únicas. A todo ello se le suman las bondades de su clima, que permiten hacer deporte durante los 365 días del año.

Son muchos los deportistas de alto rendimiento que ya nos visitan periódicamente para sus competiciones o sus entrenamientos. También es un buen lugar si eres un principiante o aficionado. Si siempre has deseado probar una disciplina en concreto, puedes aprovechar tu estancia en Tenerife para recibir clases de iniciación por parte de expertos profesionales.

Una de las actividades más reconocidas es el senderismo. Bosques de laurisilva, pinares, paisajes lunares o recorridos costeros son algunas de las localizaciones que se encuentran entre los más de 1500 kilómetros de senderos. ¡No te olvides de poner calzado cómodo en la maleta! Si eres un apasionado de la bicicleta, Tenerife te ofrece un amplio abanico de rutas para que disfrutes de tu deporte favorito. Peda-

lear en las carreteras poco transitadas del Parque Nacional del Teide se ha convertido en una de las experiencias imprescindibles para los amantes del ciclismo. Para que la actividad se pueda realizar tal y como lo deseas existen múltiples empresas especializadas en el asesoramiento, el alquiler y demás servicios relacionados con el mundo de la bicicleta.

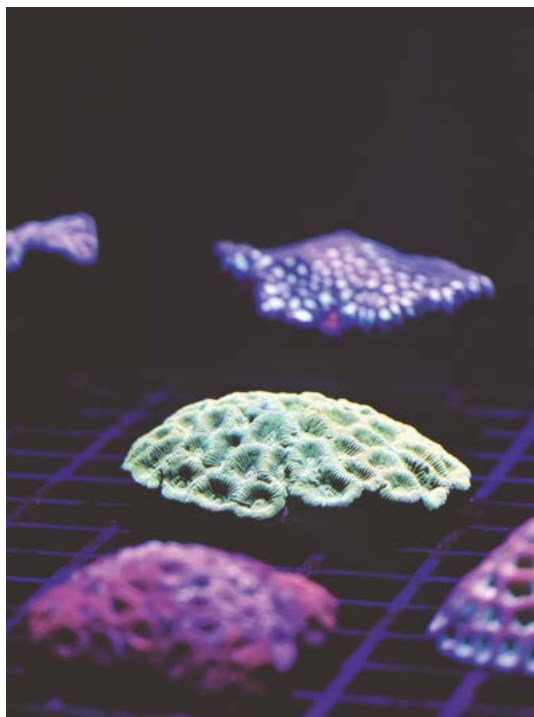
¡Al agua!

Diviértete con todas las actividades acuáticas que tenemos para ti. El surf, el windsurf o el kitesurf son algunos de los deportes más refrescantes que ofrece la Isla. En el agua también tienes la posibilidad de vivir una experiencia inolvidable: sumergirte en los fondos marinos y descubrir su maravillosa flora y fauna.

LORO PARQUE EXHIBE UNA INCREÍBLE GRANJA DE CORALES

El acuario de Loro Parque exhibe, desde hace unas semanas, una granja de corales reproducidos de forma asexual. Estos animales, también conocidos como las “selvas marinas”, hacen la fotosíntesis y poseen una inmensa biodiversidad que alberga al 25% de la población marina. Por ello, con esta nueva exhibición, los visitantes podrán observar de cerca el trabajo que realiza el Parque con estos organismos, que ocupan un lugar en la naturaleza absolutamente imprescindible para los océanos.

Así, en el reconocido como mejor zoológico del mundo, los corales servirán como ejemplo de una acción que se puede llevar a cabo en más lugares del mundo para crear granjas y nuevos arrecifes que permitan preservar el futuro de estos animales.



**DESCUBRE AGAETE,
DESCUBRE GRAN CANARIA**

hotel & spa
**Cordial
Roca Negra**

SABOREA

DESCONECTA

DESCANSA

becordial.com

SHERATON LA CALETA RESORT & SPA

Con una ubicación ideal en Costa Adeje y acceso directo al paseo marítimo, el Sheraton La Caleta Resort & Spa está a un par de minutos a pie de las preciosas playas del sur de Tenerife.

Las 284 habitaciones y *suites* cuentan con terrazas privadas, cama Sheraton Sleep Experience Bed, wifi gratuito y acceso 24/7 a Sheraton Fitness. Tanto si buscas vacaciones de relax como si deseas una escapada familiar llena de diversión, las distintas instalaciones del hotel, como *spa* de 1800 metros cuadrados, dos clubes infantiles, piscinas y cuatro restaurantes, harán de tu verano una experiencia diferente. Reserva tus vacaciones de verano y disfruta de la tarifa especial para los residentes de Canarias.



T. +34 922 162 000
www.sheratonlacaleta.com
 Calle La Enramada, 9
 38670 La Caleta - Adeje - Tenerife

LA TERCERA EDICIÓN DEL CAMINO DE LOS VALORES RECORRE GRAN CANARIA

El Camino de los Valores es una iniciativa de #UP2U Project Depende de Ti que ofrece la posibilidad de que menores en situación de vulnerabilidad se relacionen en otro entorno social que les dé nuevas referencias para así conseguir que se instalen en ellos otros principios.

Los distintos juzgados de menores de España, entre ellos juzgados canarios como el que dirige Reyes Martel, están aplicando este camino como medida judicial para jóvenes que han cometido delitos. También participan chicos de protección declarados en desamparo.

El Camino de los Valores consta de dos etapas: una que se desarrolló el último fin de semana de junio en Gran Canaria, desde la localidad de Tunte, en San Bartolomé de Tirajana, hasta el municipio de Gáldar, cubriendo una distancia de 49 kilómetros, y la segunda etapa, que se realizará en



octubre en Galicia. Por primera vez en esta edición, jóvenes de Galicia y Andalucía viajaron hasta Gran Canaria para participar en el Camino de los Valores en la Isla.

T. 928 800 000
www.aghotelspa.com



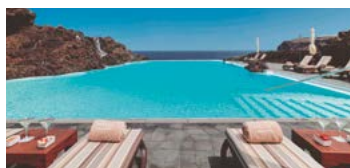
RESIDENTE
CANARIO

hasta un **30** %
dto.

ARRECIFE GRAN HOTEL & SPA *****

Promoción válida para estancias desde el **01 de Julio al 31 de Octubre**
para reservas realizadas antes del 31 de Julio de 2019.
Promoción sujeta a disponibilidad.

OCEAN'S CLUB, UNA 'INFINITY POOL' SOBRE EL ATLÁNTICO



Meliá Hacienda del Conde & Buenavista Golf, en Tenerife, inauguran Atlántico Ocean's Club, una piscina *infinity* con espectaculares vistas del océano Atlántico e instalaciones que incluyen bar, vestuarios, hamacas y servicios de toallas. Estará abierta durante todo el verano, en horario de 11.30 a 19.00 horas.

MY CITY HOTEL



¿Buscas un hotel en pleno centro de Puerto de la Cruz? My City es el hotel ideal para ti. Ven a disfrutar de sus recién estrenadas instalaciones. Disponemos de habitaciones equipadas

con el máximo confort y una magnífica piscina-jacuzzi con estupendas vistas. Contágate de una imagen fresca y actual. Infórmate en mycityhotel.es y convéncete por ti mismo!

Fantasia Bahía Príncipe *****

Tenerife

San Miguel de Abona - Tenerife



Descubre Bahía Príncipe Hotels & Resort

Ven a vernos a cualquiera de nuestros 4 hoteles en Puerto de la Cruz, Costa Adeje y Costa San Miguel. En nuestros hoteles podrás disfrutar de las comodidades y servicios de calidad de un resort del Caribe, sin tener la necesidad de salir de España. Déjate envolver por un lugar único.

Trabajamos para hacer vivir experiencias vacacionales únicas, naturales y auténticas, donde nuestros clientes se sientan felices y disfruten al máximo de nuestras instalaciones y servicios.



Sunlight Bahía Príncipe **** sup.

Tenerife

Costa Adeje - Tenerife



Sunlight Bahía Príncipe **** sup.

Costa Adeje

Costa Adeje - Tenerife



Sunlight Bahía Príncipe **** sup.

San Felipe

Puerto de la Cruz - Tenerife

Tenerife · España



Palmitos Park

MASPALOMAS



¡Lo mejor de la Naturaleza!



www.palmitospark.es

MEJOR PRECIO RESIDENTE GARANTIZADO
EXCLUSIVO EN NUESTRA WEB

P PARKING GRATUITO

ABIERTO DIARIAMENTE



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

CONSUMIENDO RESPONSABLEMENTE EL SOL

El verano es una época que nos baña de muchas horas de sol, las cuales nos traen beneficios y riesgos. Estar informados y saber gestionar la exposición al sol nos protege y nos enriquece, mientras que el uso inadecuado nos hace vulnerables y alimenta posibles futuras enfermedades. ¿Nos cuidamos?

Los beneficios del sol son ampliamente conocidos y necesarios para la vida. Dicho esto, no podemos olvidar que detrás de esa fuente de energía se esconden determinados riesgos para la salud. Todas las personas expuestas al sol pueden ser susceptibles de sus efectos negativos a corto plazo; sin embargo, algunas son más vulnerables,

como las personas mayores y los menores de cinco años (especialmente los lactantes); las personas con enfermedades crónicas o con tratamientos como son los psicotrópicos, antidepresivos, hipotensores o diuréticos; personas dependientes en la vida diaria o aquellas que estén sufriendo algún episodio de fiebre o patología aguda.

Además, existen otras circunstancias que hacen que cualquier persona sea más propensa a padecer un golpe de calor o un cuadro de deshidratación como son vivir solos o estar aislados, residir en viviendas de difícil refrigeración, practicar deportes o ejercicio intenso en horas calurosas, trabajar al aire libre y todas aquellas situaciones que nos exponen al sol sin protección.

-

Conocer las principales recomendaciones para combatir el sol y sus perjuicios se convierte en nuestro mejor aliado

-

Como hemos dicho, uno de los efectos a corto plazo del consumo excesivo de sol son los golpes de calor. Estos aparecen cuando nuestro organismo ha sido incapaz de regular la temperatura, por lo que esta se eleva rápidamente.

Los síntomas que nos indican que se está sufriendo un episodio son la piel caliente, roja y seca, dolores de cabeza, náuseas, somnolencia, sed intensa, confusión, convulsiones, pérdida de conocimiento y agresividad inhabitual.

Antes de llegar a esta situación el cuerpo nos pone en aviso. Síntomas como aturdimiento, insomnio, agitación nocturna inhabitual, calambres musculares, debilidad, cansancio, fuertes dolores de cabeza, náuseas, elevación de la temperatura corporal... nos alertan de que algo no va bien y debemos poner remedio a tiempo.

Terminar necesitando los sistemas sanitarios para revertir estos cuadros es siempre un fracaso en la prevención. Sin embargo, si al final no hemos podi-

do evitar un cuadro de deshidratación o un golpe de calor debemos avisar a los sistemas sanitarios de emergencias (112) y proteger a la persona mientras estos acuden, situándola en un lugar fresco, hidratándola si está consciente, aflojándole la ropa, refrescándola con agua fría y abanicándola.

El Servicio Canario de la Salud pone en marcha todos los años una campaña de verano a través de la página web veranosaludable.org. En ella podemos encontrar consejos saludables e información sobre los riesgos que presenta esta época estival.

Conocer las principales recomendaciones para combatir el sol y sus perjuicios se convierte en nuestro mejor aliado: evitar las horas más fuertes de sol, salir a la calle solo cuando sea necesario y con protección (ropa ligera y de color claro, sombreros, protectores solares, caminar por la sombra), ventilar las estancias en las horas más frescas, bajar persianas y cerrar puertas en las horas más calurosas del día, mantenerse bien hidratados, conservar adecuadamente los alimentos para evitar cuadros de gastroenteritis, no tomar comidas calientes, copiosas y pesadas y moderar los ejercicios que supongan mucho esfuerzo físico para no poner en riesgo el organismo son acciones que protegen.

Estar informados y hacerlo de fuentes seguras nos empodera en la gestión de nuestra salud y de nuestro sistema sanitario, del que haremos un uso eficiente.

Adelantarnos a las consecuencias negativas de un uso irresponsable del sol nos protege y ahorra gastos sanitarios innecesarios. Todos podemos contribuir a obtener solo los beneficios del sol.

¿Lo hacemos?

Clínica dental Caballero de Rodas

Referente internacional en implantología y cirugía oral

CREDIBILIDAD,
CONOCIMIENTO,
COMPROMISO,
CONFIANZA,
TECNOLOGÍA Y
CORAZÓN.

#SomosCaballeroRodas

Clínica Dental 
Caballero de Rodas
Implantología y Estética Dental



Cuando hace diez años decidimos dejar Madrid y abrir nuestra Clínica en Gran Canaria sabíamos lo que queríamos. Soñábamos con traer a nuestra tierra la mejor y mayor especialización en implantología y cirugía oral, y es lo que hemos conseguido en este tiempo. Ser un centro prestigioso que saca adelante casos que en otras clínicas sería imposible abordar.

Hace unos meses hemos dado un paso más y, fieles a nuestra máxima de ofrecer una alta calidad en todos los tratamientos, hemos acometido una inversión que nos avala como referentes a nivel nacional e internacional en implantología.

La tecnología X-Guide System llega a España de la mano del Dr. Caballero de Rodas, y lo hace en Canarias.

X-Guide System es un robot que proporciona precisión, seguridad y rapidez en la colocación de los implantes. Se puede decir que ahora con el X-Guide, la cirugía son "navegadas", lo que supone que son aún más precisas, menos agresivas y sin apenas procesos postoperatorios.

El Dr. Alfonso Caballero de Rodas explica en sus

múltiples charlas cómo con X-Guide System es capaz de cambiar la vida de sus pacientes: *"Dientes fijos en arcadas completas en menos de 12 horas, con materiales de máxima calidad, avalados por una larga experiencia profesional y con el apoyo de la mejor tecnología"*.

Si tu problema es la falta de una pieza dental, o por el contrario necesitas rehabilitarte arcadas completas, ven a conocernos.

Vamos a enseñarte cómo la colocación de implantes es más sencilla de lo que seguramente crees. Vamos a valorar tu caso y vamos a realizarte un presupuesto sin compromiso y sin sorpresas.

Confía en una clínica canaria que cuenta con la mejor tecnología internacional. Confía en Caballero de Rodas.

Llámanos, estamos esperando oír tu caso.
928 367 296 y 650 937 210

Código: "Clientes Binter"
Financiación hasta en 24 meses sin intereses

www.clinicacaballeroRodas.com

EL LENGUAJE SILBADO HERREÑO PODRÍA SER UNA TERAPIA PARA PACIENTES CON ENFERMEDAD CEREBRAL

Dos investigadores de la Universidad Ruhr de Bochum (Alemania) han llevado a cabo en El Hierro un estudio sobre el silbo herreño. Los científicos cuentan con la colaboración del Cabildo herreño. Jonathan Schuchert y Alina Shamayeva, que realizan su tesis de carrera de psicología y neurociencia cognitiva en relación con la actividad cerebral en el lenguaje silbado, han grabado datos de silbadores en diferentes islas. Los investigadores esperan poder obtener una comprensión más profunda de los procesos necesarios para procesar un lenguaje silbado. Grabando directamente la actividad cerebral, el objetivo es examinar si el hemisferio derecho tiene un rol más importante en la comprensión del silbo. De confirmar su tesis, la gran esperanza desde la Universidad de Ruhr es



que el silbo podría ser parte de una nueva terapia para pacientes con problemas de comunicación por tener dañado el hemisferio izquierdo como resultado de apoplejía o accidente, usando más esas partes del cerebro que aún funcionan.

Y tú, ¿cuidas de tu vista?

Porque prevenir el glaucoma es tener visión de futuro.

Entra en
Hospiten.com
y revisa tu vista
hoy mismo.



@hospiten

www.hospiten.com

hospiten 
Servicio de Oftalmología

ESCULPE TU CUERPO EN CLÍNICA SALUD ESTÉTICA

Con los tratamientos intensivos de CSE vas a darle a tu cuerpo un verdadero impulso de belleza. Si lo que te preocupa es la celulitis, dispones de seis sesiones de cafeterapia manual por 390€. Puedes alternarlo con LPG + presoterapia. Para lucir un abdomen definido, combinamos Velashape con radiofrecuencia médica.

Y para que tu rostro no se quede atrás, aplicamos primero un cóctel de vitaminas y a continuación una mascarilla de ácido hialurónico. En CSE desarrollamos los métodos exclusivos diseñados por el Dr. Antonio García. Te esperamos en la Sección de Estética y Láser.

Imeldo Serís, 41
T. 922 241 190
Saludestetica.com



MEDITEKNIA

CLÍNICA DE TRASPLANTE CAPILAR

Trasplantes de pelo con la máxima excelencia médica y quirúrgica, en Canarias:

Único doctor en España en recibir Premio Platinum de la Sociedad de Trasplante.

Única Clínica en España acreditada por la Sociedad Internacional de Trasplante (ISHRS) para dar formación en trasplante de pelo.

Único Centro con Laboratorio y producción científica propia.

ANTES



Calvicie avanzada antes del trasplante.

DESPUÉS



Mismo paciente 1 año después del trasplante.

"Recuerde, el resultado es para toda la vida".

PRESUPUESTO SIN COMPROMISO. FINANCIACIÓN SIN INTERESES.

Las Palmas de Gran Canaria. 928 23 22 78
Av. Alcalde Ramírez Bethencourt, 20 · info@meditekna.com



Dr. Jiménez Acosta,
Platinum Follicle Award
2011. Premiado por la
Sociedad Internacional
de Trasplante de
Cabello (ISHRS).

LAS PALMAS DE GRAN CANARIA ABRE EL TELÓN DEL TEMUDAS, SU PRINCIPAL FESTIVAL VERANIEGO

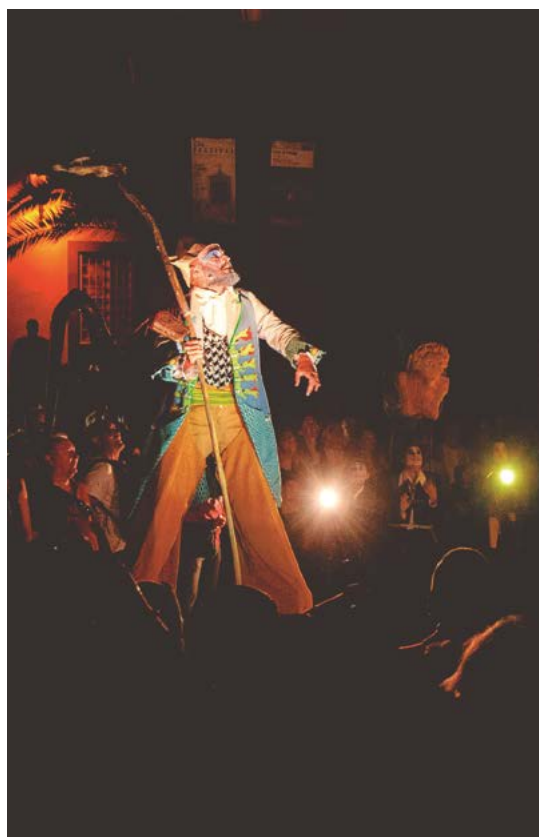
Como cada verano, Las Palmas de Gran Canaria sube el telón en Vegueta, su casco histórico, para celebrar el Festival de Teatro, Música y Danza TEMUDAS. Del 7 de julio al 2 de agosto, quince espectáculos integrarán la 23.ª edición de este encuentro internacional que aúna en su programa todas las artes escénicas, que se nutre de la curiosidad y la afición de su público y que reúne cada año a miles de residentes y visitantes de todas las edades.

De la intimidad del clown a la pasión que despierta la música clásica, de la espectacularidad del teatro de calle a la disciplina del circo, de la belleza de los pasacalles a la diversión del teatro familiar... Francia, Inglaterra, Italia, Kenia y, por supuesto, España, con el estreno de cuatro producciones canarias, entre otras, estarán representados en la próxima edición. No faltará tampoco a su cita el concierto de la Orquesta Filarmónica de Gran Canaria en el puerto de La Luz: un espacio tan magnífico como inusual para sumergirse

en una nueva propuesta musical. Este es el único espectáculo para el que será necesaria la entrada. Con el Festival TEMUDAS, que lleva más de dos décadas en marcha, Las Palmas de Gran Canaria se presenta como un destino cultural y lleno de vida y con una oferta de ocio que se complementa con su riqueza patrimonial, una gastronomía deliciosa y una de las mejores playas urbanas del mundo, Las Canteras.

www.LPAvisit.com

www.lpatemudasfest.com



Por Viviana Adonaylo

ACHIPENCOS, ARTILUGIOS CARNAVALEROS HIDRODINÁMICOS IMPULSADOS POR ENERGÍA NO CONTAMINANTE (OBVIAMENTE)

La regata de los achipencos es uno de los actos más originales,
divertidos y vistosos del Carnaval de Canarias.
La garantía de diversión está asegurada.

Se trata de la regata marítima más extravagante de todas las Islas Canarias y una seña de identidad del Carnaval majorero. Esta popular fiesta carnalera acontece en la bahía de Puerto del Rosario, que se llena de color y creatividad. Desde la mañana temprano centenares de artilugios y mascaritas se reúnen en el muelle comercial para demostrar al jurado que sus embarcaciones no tienen motores que los impulsen y que estas no suponen riesgo para sus ocupantes. Una vez superada esta primera etapa formal, los achipencos

se colocan en la rampa de varado dispuestos a zarpar y disfrutar de la travesía marinera más divertida. Lanzados al agua, los achipencos luchan desesperadamente por mantenerse a flote. Estas embarcaciones de creación propia, hechas con materiales reciclados, son movidas a partir de sistemas de propulsión no contaminantes. Los ingeniosos sistemas de flotación de los artilugios son estructuras de bidones o botellas de plástico y sus tripulantes usan remos caseros y la fuerza de sus propios brazos para hacerlos navegar.



Numeroso público ocupa toda la zona de la costa hasta la playa de Los Pozos con el objetivo de conseguir el mejor lugar posible desde donde divisar cualquier naufragio que ocurra, que es, en definitiva, lo más divertido de todo.

Risas y gritos histéricos cual hundimiento del *Titanic* ocurren cuando el artilugio, supuestamente hidrodinámico, comienza a hundirse ante la lucha de sus desesperados ocupantes, que hacen lo posible por evitarlo. Y así transcurre la regata mientras miles de espectadores locales y turistas quedan maravillados por las características de este original Carnaval majorero que deja huella en la memoria.

-

Se trata de la regata marítima más extravagante de todas las Islas Canarias y una seña de identidad del Carnaval majorero

-

Los achipencos recorren la travesía desde el muelle comercial hasta el otro lado de la bahía con el objetivo de que sus tripulaciones desembarquen sanas y salvas en la playa de arenas blancas, donde las mascaritas son recibidas entre abrazos, risas y aplausos por la hazaña realizada. Como reconocimiento al trabajo de muchos meses, el jurado reparte premios al mejor conjunto de acabados de las naves y disfraces de sus tripulantes, valorado por la originalidad y creatividad del achipenco.

También hay premio para el sistema más original e innovador de propulsión y para el mejor disfraz del espectador. Si bien no todos los artilugios hidrodinámicos logran flotar y llegar a la meta final, a la vista está que la diversión y las carcajadas están aseguradas al 100%.





SEASIDE COLLECTION



LEADING HOTELS



★★★★★^{GL}

GRAND HOTEL RESIDENCIA

Maspalomas
Gran Canaria



★★★★★

PALM BEACH

Maspalomas
Gran Canaria



A MEMBER OF
DESIGN HOTELS

SEASIDE HOTELS ... ¿POR QUÉ CONFORMARSE CON MENOS?

La mejor gastronomía y servicio, cada uno con identidad propia, todos a solo unos pasos de la playa. Descuentos especiales para residentes canarios.



★★★★★

SEASIDE SANDY BEACH

Playa del Inglés
Gran Canaria



★★★★★

SEASIDE LOS JAMEOS
Playa de los Pocillos
Lanzarote





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

LA ANGUSTIA DE LA INCERTIDUMBRE

Pilar, aún una chiquilla de 15 años, trabajaba en casa de la familia Ossuna, de las más principales de La Laguna; su madre era cocinera en la casa y su abuela también lo había sido, para los padres y abuelos de don Manuel Ossuna, que era médico del Cabildo, hombre amable de gran reputación. Aquella calurosa madrugada del 25 de julio de 1797 nadie dormía en la ciudad del Adelantado. Pilar tampoco, ni su madre, ni la señora de la casa. El padre de Pilar, cochero de don Manuel, se hallaba con su señor en Santa Cruz.

Desde la temprana madrugada se pudo escuchar con nitidez el sonido lejano de los cañonazos de la artillería de los castillos y fortines santacruzeros. Un mensajero trajo noticias del nuevo ataque de los ingleses, que ya habían logrado desembarcar el pasado sábado 22 por la playa del Bufadero, y que, frenados en su avance por los del Batallón de Infantería de Canarias y las milicias campesinas, tuvieron que reembarcar en los botes y volver a los navíos, derrotados en aquel primer combate. En la cocina, la madre de Pilar preparaba té para la señora, que en el salón, con algunas vecinas, aguardaba angustiada nuevas noticias de la batalla que se estaba librando en Santa Cruz. No era menos la angustia que pade-

cía Pilar, pues Fermín, su amado novio, aún un crío de 17 años, pertenecía al Regimiento de Milicias de La Laguna, ahora en lucha contra el invasor.

Luego de horas de cesar los cañonazos, ya amaneciendo, se pudo oír de nuevo el fragor del fuego artillero. ¿Habrían logrado los ingleses desembarcar en Santa Cruz y tomar el castillo de San Cristóbal, donde tenía su sede la Capitanía General de Canarias? ¿Habría sucumbido el anciano general Gutiérrez? La angustia de la incertidumbre se hacía insoportable. Pilar no pudo más y salió corriendo hacia la cercana plaza del Adelantado, donde se congregaban los laguneros, pendientes de las noticias que de Santa Cruz traían los mensajeros. En torno a un arriero la multitud se arremolinaba; el hombre, a lomos de su mula, gritaba entusiasmado la victoria de las fuerzas españolas contra el enemigo: “¡Los ingleses se han rendido!”. El júbilo se hizo con el ánimo de todos. Pilar se abrazó a otra muchacha, dando saltos, bailando y riendo. Por las calles de la ciudad corrió la noticia, de boca en boca de los vecinos. Entre tanta algarrabía, de pronto, Pilar sintió una punzada en el pecho. ¿Estaría sano y salvo Fermín, o habría caído herido... o muerto? El aire parecía no entrarle en los pulmones.

SI ME QUEDO EN MADRID

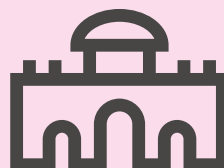
Si me quedo en Madrid,
quiero que nuestros besos
cierren los bares,
que tus padres lo sepan,
que llegues tarde a la Facultad
después de haber dormido tres horas
y que haya sido mi culpa.

Si me quedo en Madrid,
quiero verte en mis conciertos
en el metro
y entre mis piernas.
No voy a pedir permiso.

Si me quedo en Madrid,
tendrás que hablarles de mí
a tus amigas y a tu perro,
a tu barrio, a los cines
y vendrás a buscarme al aeropuerto
como en *amor a primera vista*.

Me gustan los jueves a tu lado
pero yo te quiero
todos los días de la semana
en el café de media tarde,
en el desayuno,
en mis poemas,
en la cola del súper
y me quiero a mí en tu vida
con tus intrigas,
tus gripes,
con tus costumbres,
con esa forma tan tuya
que tienes de convencerme.

Si me quedo en Madrid
no quiero citas,
quiero un diario,
contigo.



Una forma diferente de hacer banca

Integridad, Profesionalidad y Solidaridad



cajasiete

MÚSICA

¡RECUÉRDAME!
TRIBUTO A 'COCO'

GC / Teatro Juan Ramón Jiménez de Telde

9 de julio

TF / Paraninfo Universidad de La Laguna

10 de julio

FV / Auditorio Insular de Fuerteventura

14 de julio

Un concierto-tributo a una de las películas más entrañables de los últimos tiempos, *Coco*, y a sus canciones. Con las voces de excepción de los intérpretes de la Compañía de Teatro Musical de España.

ROGER HODGSON
WORLD TOUR

GC / Gran Canaria Arena

26 de julio

TF / Pabellón Insular Santiago Martín

27 de julio

Roger Hodgson, legendario cantante y compositor de la banda Supertramp, presenta en Canarias este concierto que forma parte de su gira mundial con motivo del 40 aniversario del álbum *Breakfast in America*. El artista recopila en este espectáculo los clásicos más atemporales de su trayectoria.

EROS RAMAZZOTTI

GC / Gran Canaria Arena

24 de julio

Eros Ramazzotti actuará por primera vez en Gran Canaria. El artista italiano traerá a la Isla su gira *Vita ce n'è World Tour* en un espectáculo que se convertirá en el concierto del año.

FOROS Y CONFERENCIAS



ENCIENDE LAS REDES

TF / Espacio Cultural CajaCanarias de Santa Cruz de Tenerife

3, 10 y 17 de julio

La Fundación CajaCanarias crea este foro que nace con la intención de profundizar en la irrefrenable importancia de las distintas plataformas digitales en nuestro día a día. Y lo hará desde una doble perspectiva, personal y profesional, a través de referentes españoles de la cultura, el ocio y la comunicación, que analizarán si estos medios se han convertido en complementos imprescindibles para la difusión y adecuada repercusión de sus trabajos y estilos de vida.

GASTRONOMÍA

PARRANDA Y TAPAS
DE TIJARAFE

LP / Tijarafe

7 de julio

Divertido evento que incluye una prueba de carácter lucrativo en la que el participante pasará por cinco avituallamientos, donde deberá probar una tapa y degustar una cerveza hasta llegar a la meta. Al llegar la fiesta seguirá adelante con diferentes grupos amenizando el evento.

TEATRO

EL PRÍNCIPE HAMLET

LZ / Teatro Municipal de Tías

7 de julio

Hamlet, príncipe de Dinamarca, debe recuperar el reino que era de su padre antes de fallecer. Su aventura lo llevará a comprender los valores de la amistad, el respeto y el amor a la familia.

CIRCO DEL SOL. TOTEM

GC / ExpoMeloneras

Del 5 de julio al 22 de septiembre

El espectáculo *Totem*, un hipnótico viaje acrobático que recorre la historia de la evolución humana al ritmo de piruetas anfibia, danzas de civilizaciones antiguas en monociclo y patinaje sobre ruedas con rumbo a las estrellas, desembarca en el sur de Gran Canaria envuelto en la magia escénica que distingue el sello del Circo del Sol.



WEST SIDE STORY

TF / Auditorio de Tenerife

Del 4 al 6 de julio

Desde la primera nota hasta el último suspiro, *West Side Story* es uno de los musicales más importantes y representativos del teatro universal. *West Side Story* transporta el Romeo y Julieta de Shakespeare a la ciudad de Nueva York, donde dos jóvenes enamorados se ven atrapados por el enfrentamiento entre dos bandas callejeras, los *americanos* Jets y los puertorriqueños Sharks. Su lucha por sobrevivir en un ambiente de odio, violencia y prejuicios se transforma en una de las historias más emocionantes, desgarradoras, bellas y relevantes del teatro musical.

DEPORTES

I ATABARA RACE
PUNTALLANA

LP / Puntallana

13 de julio

La Atabara Trail es una carrera por montaña popular que recorre una parte de Puntallana, concretamente el barrio de Tenagua. Sus senderos de gran recorrido, pequeño recorrido y senderos locales harán que el corredor se adentre en un lugar de grandes vistas hacia la zona sur de la isla de La Palma.

TRAVESÍA
museo atlánticoII TRAVESÍA MUSEO
ATLÁNTICO

LZ / Yaiza

14 de julio

Travesía que se realiza en la isla de Lanzarote, en el municipio de Yaiza, más concretamente en Playa Blanca por las costas de Playas de Papagayo. Cuenta con una distancia máxima de 5000 metros en sus aguas cristalinas, pasando en su recorrido por las figuras del Museo Atlántico.

TRADICIONES

FIESTAS EN HONOR
DE LA VIRGEN DEL
CARMEN Y SANTIAGO
APÓSTOL

LG / Playa de Santiago

Hasta el 25 de julio

La localidad de Playa de Santiago, en el municipio de Alajeró, acoge esta tradicional festividad que cuenta con un calendario de actos que se prolongan prácticamente a lo largo de todo el mes.

FIESTAS EN HONOR
DE SAN BENITO ABAD

TF / La Laguna

Del 1 al 31 de julio

El municipio de La Laguna celebra en julio las fiestas en honor de san Benito Abad. Los actos se prolongarán durante todo el mes y los más destacados son el baile de magos (12 de julio) y la romería de san Benito (14 de julio), una de las más populares de Tenerife y que convoca a miles de asistentes.

FESTIVALES

FESTICAN

EH / La Frontera

6 de julio

Organizado por la Asociación de Amigos de los Animales El Juaclo y el Ayuntamiento de La Frontera, el FestiCan quiere ser un evento que ponga en valor no solo la adopción, sino también el amor por los animales. Habrá actividades para toda la familia, charlas y actuaciones.

SEMANA DEL CINE
ECOLÓGICO Y RURAL
DE TENERIFE

TF / La Esperanza

Del 1 al 7 de julio

Festival que nace con la intención de promover el lenguaje audiovisual acercándolo a ámbitos de creación poco explorados desde el punto de vista artístico y experimental, respetando en todo momento la cultura y la realidad locales.

TEMUDAS 2019

GC / Vegueta

Del 7 de julio al 2 de agosto

El Festival de Teatro, Música y Danza TEMUDAS presenta su 23.ª edición en Las Palmas de Gran Canaria con un total de 15 espectáculos que llenarán de cultura el casco histórico de Vegueta. Puedes consultar toda la programación en la www. lpatemudasfest.com.

CANARIAS BAILA

GC / Anexo Estadio Gran Canaria

18 de julio

TF / Amarilla Golf

19 de julio

Una oportunidad única de ver en un mismo escenario a dos de las principales estrellas mundiales latinas como son Bad Bunny y Becky G. junto a otros artistas de talla internacional.

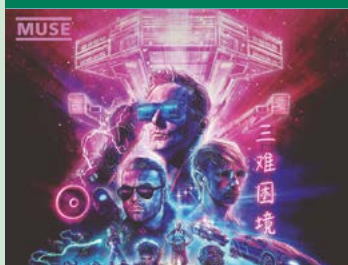
LIVE IN SUMMER
FESTIVAL

TF / Terraza Isla del Mar

6 de julio

Primera edición del Live in Summer Festival. Una fiesta que llega para hacer disfrutar a todos de la mejor música del panorama español. La Sra. Tomasa, Mr. Kilombo, La Bien Querida, Della Du, Material de Contrabando, Floridablanca, The Taxman, Manuel Moore y Marién Baker son los artistas que pisarán el escenario del festival del verano más esperado.

MÚSICA



MUSE

Lisboa / Passeio Marítimo de Algés

24 de julio

La gira mundial de este trío de Manchester llega a la capital lusa, donde presentará en directo su último álbum hasta la fecha, *Simulation Theory*.

DEPORTES

5.º TRAIL MOINHOS SALOIOS

Lisboa / Parque Ecológico e Intermodal Da Venda Do Pinheiro

7 de julio

El 7 de julio de 2019, a las 9.00 horas, tendrá lugar el Trail Moinhos Saloios (25 kilómetros) y la caminata (12 kilómetros). Será la 5.ª edición, que este año tendrá lugar en el Parque Ecológico de la Venta del Pino.

VUELTA A LA ISLA EN BICICLETA

Madeira

Del 25 al 28 de julio

La prueba de la Vuelta a la Isla en bicicleta es un evento anual organizado por la asociación de deportes de Madeira y ofrece excelentes circuitos ideales para ciclistas jóvenes aficionados y profesionales. Descubra la isla de Madeira en bicicleta y disfrute de su historia natural y de las más espectaculares vistas.

GASTRONOMÍA

3.ª EDICIÓN DE ATTIEKE FISH DAKAR

Dakar / Centro Cultural Blaise Shengor

5 de julio

Bajo el tema *Promover la calidad de Attieke*, un tesoro del continente africano, este encuentro gastronómico reunirá a todas las comunidades residentes en Senegal.



VINO EN VIVO

Lisboa / Terrazael Márgem, Belém

6 y 7 de julio

35 productores de vino europeos se reúnen en Lisboa para descubrir al público el carácter de sus caldos. Comida y música en vivo para acompañar al vino junto al río Tajo, en el marco incomparable de Belém.

SEMANA GASTRONÓMICA DE MACHICO

Madeira / Machico

Del 26 de julio al 4 de agosto

La ciudad de Machico celebra este año la 28.ª edición de la Semana Gastronómica anual, con música en vivo e impresionantes tradiciones culinarias.

FESTIVALES

JAZZABLANCA FESTIVAL

Casablanca (Marruecos)

Del 2 al 8 de julio

Jazzablanca reúne a miles de personas en dos lugares y cuatro escenarios, durante seis días de festividades:

- En el hipódromo de Casa-Anfa, los asistentes al festival son recibidos en torno a tres escenarios: The Village, Anfa y el Club de Jazz.

- En la plaza de las Naciones Unidas, el festival ofrecerá seis días de conciertos gratuitos en el escenario BMCI.

EDP COOL JAZZ FESTIVAL

Lisboa / Cascais

Del 9 al 31 de julio

Jessie J, Diana Krall, Tom Jones, Jamie Cullum... son solo un ejemplo de los artistas de relevancia internacional que en el mes de julio visitan Cascais para ofrecer al público lo mejor de su directo durante la celebración del EDP Cool Jazz Festival.

SEMANA DEL MAR

Madeira / Porto Moniz

Del 22 al 28 de julio

La semana del Mar es uno de los eventos más importantes en Porto Moniz. Ofrece un amplio programa de actividades que acogen a cientos de participantes. Además de música en vivo, se realizan varios concursos, paseos marítimos, regatas de cañones, actividades culturales y deportivas y, por supuesto, juegos de mar con equipos que representan a los diversos municipios de la región.

Marrakech exclusivo

Despierta tus sentidos...

Ofrecido por CanariasViaja - Agencia de viajes I-AV-0000094, Z/3, Calle El Pilar 28 - Local A - Entresuelo 38002 - S/C de Tenerife



7x5
noches

¡Además, si te quedas
7 noches solo pagas 5!

Les Jardins de la Medina 5*

4 días / 3 noches
Superior Vista Patio
Alojamiento y desayuno

Desde
518 €
por pers.
4 días

Oferta exclusiva:

- 10% de descuento para compras hasta el 09/08 y estancias hasta 31/08/19
- Traslados aeropuerto-hotel-aeropuerto

Precio desde Gran Canaria.
Conexiones desde todas las islas.

Experiencia Yves Saint Laurent con:

La Sultana Marrakech 5* Lujo

4 días / 3 noches
Prestige Luxe
Alojamiento y desayuno

Incluye:

- Entrada al museo y al Jardín Majorelle
- Una cena "Descubre Marruecos"
- Traslados aeropuerto-hotel-aeropuerto

Precio desde Gran Canaria.
Conexiones desde todas las islas.



La Sultana



Jardín Majorelle

Conoce el nuevo
Museo Yves Saint Laurent

Desde
920 €
por pers.
4 días

Por tu compra cada
1€ = 1 punto BinterMás

✈ Duración vuelo 2:00 hrs.
Jueves y domingos directo desde Gran Canaria
Martes directo desde Tenerife (de julio a septiembre)

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 Laura Pérez
Fotografía por María Pérez

“LA AMBICIÓN POR EL PODER NO HA VARIADO DESDE LA ANTIGUA ROMA HASTA NUESTROS DÍAS”



“Cúidate de los idus de marzo”, le advirtió el arúspice Espurina a Julio César. Era el año 44 antes de Cristo y, tras desoír sus consejos, Julio César fue asesinado el 15 de marzo en el interior de la Curia de Pompeyo. En *Idus de Sangre*, la última novela del escritor Jesús Villanueva, su autor cuenta cómo se urdió la conjura para acabar con la vida del que sería el último dirigente de la República romana.

En *Idus de Sangre* viajamos hasta la antigua Roma, en concreto hasta la época de Julio César. ¿Por qué ha elegido ese momento de la historia y a ese personaje para situar su libro?

Lo he elegido porque la antigua Roma en su conjunto es una etapa determinante para la humanidad y al mismo tiempo interesantísima. Y dentro de lo que fue la antigua Roma, para mí, el momento crucial más determinante está en torno al asesinato de Julio César. Quienes asesinaron a César lo hicieron amparándose en que ellos creían que quería ser rey e instaurar la monarquía arcaica. Pero él no quería. Y asesinando a Julio César provocaron que saliera a la luz uno de los hombres más inteligentes, audaces, sibilinos y ambiciosos: Octavio, su sobrino nieto. Con la llegada de Octavio se dijo adiós a la República y hola al Imperio romano.

-

“Lo que une a la antigua Roma y a la actualidad es la ambición del ser humano”

-

¿Qué otras historias de la historia podemos encontrar en él?

Idus de Sangre tiene tres partes fundamentales. Una parte es el hecho histórico de la conjura para asesinar a Julio César. Otra es la evolución de Octavio, su heredero. Paralelamente hay otras dos historias apasionantes: la relación entre Cleopatra y Marco Antonio y la deci-

sión de Cicerón, quien, sabiendo que se jugaba la vida, decidió apoyar a Octavio. La otra parte de la novela que se entrelaza con todos estos episodios reales la protagoniza un personaje de ficción extraordinario: Marco Lucio Cornelio. Tras retirarse de la Legión, regenta una taberna en el barrio más comercial de Roma. Allí, una noche descubre que hay un complot para asesinar a su amado general Julio César. Entonces, se propone avisarle. Eso está basado en un hecho real. Hubo alguien, no se sabe quién, que trató de avisar a Julio César, justo en las escalinatas de la Curia de Pompeyo, minutos antes de que lo asesinaran.

¿Qué similitudes y qué diferencias unen y separan a esa época de la actual?

Lo que une a las dos épocas, por encima de todo, es la esencia del ser humano: el hombre del año 2019 es el mismo que el de 2000 años antes. La ambición por el poder o por el dinero no ha variado. Lees cómo pensaban Cicerón, Plutarco o Virgilio y ves que es el mismo ser humano.

El pasado es el protagonista de todas sus novelas. ¿Qué le atrae de lo que ya ha sucedido?

Que es irrepetible. Haremos otra cosa, muy parecida, pero el pasado ya fue. El tiempo es el único valor que no podemos recuperar ni pagar con todo el oro del mundo. Escribir sobre un posible futuro no me atrae nada. Si lo hago será una novela que de alguna manera me lleve también a siglos pasados. Alguna idea tengo en la cabeza...

EL TEA ACOGE EL III CICLO DEL CURSO DE PENSAMIENTO Y CULTURA CLÁSICA



La sección canaria de la Sociedad Española de Estudios Clásicos organizó el III Ciclo del Curso de Pensamiento y Cultura Clásica, patrocinado por el Cabildo de Tenerife 2030, que se celebró el pasado junio en el TEA. El contenido de esta nueva edición del curso estuvo centrado en la actualidad de las lenguas clásicas, tema de mucha actualidad en los últimos meses, y contó como ponentes con helenistas y latinistas del más alto nivel internacional, como Jaime Siles, Emilio Crespo y Antonio Alvar Ezquerro.

OPEN DAY, SURF ADAPTADO, SURF PARA TODOS

El pasado 8 de junio, en Playa Blanca, el club de surf Fuerte Tribu dio inicio al programa de surf adaptado con el evento *Open day, surf adaptado, surf para todos*. Este evento, que se realiza cada año, tiene la finalidad de promover el surf adaptado a todas las discapacidades posibles y fomentar la inclusión y normalización por medio del deporte. Este es el primer evento de unos cuantos que se realizarán desde julio hasta septiembre.

ROSA MARÍA AGUILAR TOMA POSESIÓN COMO RECTORA DE LA ULL

La Universidad de La Laguna tiene desde el 10 de junio nueva rectora. La catedrática Rosa María Aguilar China tomó posesión en un acto solemne celebrado en el Paraninfo de la institución académica.

La nueva representante del centro académico recibió los atributos de mando de manos del rector saliente, Antonio Martín, para luego dirigirse a la comunidad universitaria apelando a la necesaria transformación de la Universidad de La Laguna y a la importancia de contar con la motivación de todos los sectores para perseguir el cambio. La nueva



mandataria de la Universidad de La Laguna reclamó una institución “solvente y rebelde”, dado que en su opinión se necesita “un entorno de docencia,

investigación y de gestión eficaz, participado y transparente”, al tiempo que resulta preciso “huir del conformismo y ambicionar la mejora y la innovación”.

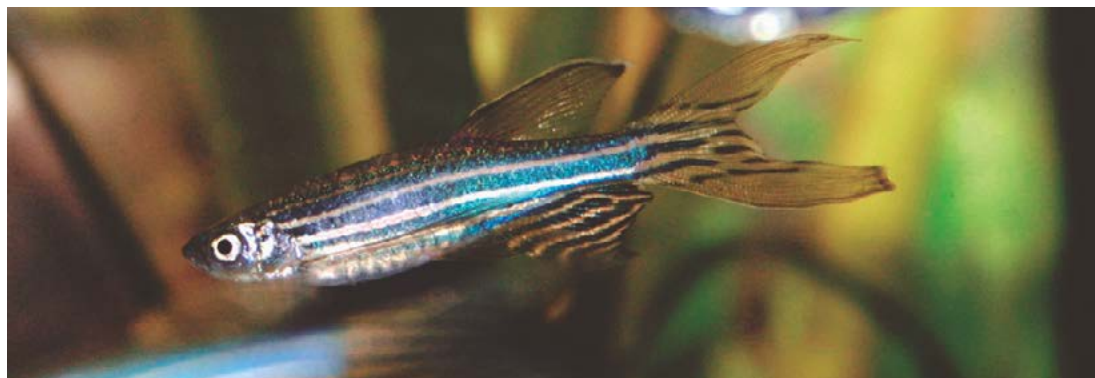
PICHÓN TRAIL PROJECT

Pichón Trail Project trabaja, desde 2014, para visibilizar y ayudar a personas que padecen esclerosis múltiple. Normalmente lo hacen a través del deporte, pero también ayudan con el desarrollo de proyectos de formación, información y acompañamiento a pacientes diagnosticados. Entre sus propuestas nace *Arte con emociones*. Cuando una persona atraviesa algún tipo de conflicto y no encuentra las palabras para expresarlo, la práctica artística se convierte en una herramienta para ser y manifestar mediante una imagen creada en la que se identificará esa persona. Cinfa, con motivo de su 50 aniversario, ha puesto en marcha una convocatoria de ayudas a 50 asociaciones y ONG. Pichón Trail Project presenta este proyecto y por ello necesita votos web para optar a una de esas ayudas para desarrollar *Arte con emociones*.



Si quieres puedes aportar el tuyo en la dirección <https://contigo50ymas.cinfa.com/asociaciones-detalle-fase-2/?id=656>.

MÁS DE 200 EXPERTOS ANALIZAN EN LAS PALMAS DE GRAN CANARIA LA INMUNOLOGÍA DE LOS PECES



El Instituto Universitario de Acuicultura y Ecosistemas Marinos Sostenibles de la ULPGC y la ISFSI ha organizado la Tercera Conferencia Internacional en Inmunología de Peces y Moluscos, en la que los principales líderes en investigación mundial sobre la materia se reunieron para debatir sobre la salud de estas especies acuáticas para la seguridad del consumo humano y su uso

como modelos para el desarrollo de la investigación biomédica. Más de 200 investigadores procedentes de 29 países se reunieron en el Palacio de Congresos de Canarias del Auditorio Alfredo Kraus de Las Palmas de Gran Canaria entre el 16 y el 20 de junio para presentar los últimos avances en investigación del sistema inmunológico de moluscos, peces y crustáceos.



Por Francisco Belín
Ilustración por Ilustre Mario

COCINAS FORÁNEAS QUE CONSIGUIERON GUARECERSE EN CANARIAS

Hace bien poco se presentaba oficialmente en la capital tinerfeña el colectivo profesional Cocinas de Santa Cruz a la vez que se daba lectura –y se firmaba– su manifiesto de objetivos. Entre los puntos del decálogo, el número 6 propone bien claro: “Desarrollar una cocina basada en la tricontinentalidad de nuestras islas, abierta a las influencias de otras culturas, sus productos y técnicas ancestrales, así como en los nuevos estímulos que nos ofrece la vanguardia culinaria”.

Resulta casi imposible definir con más claridad esta particularidad de un territorio que abre las puertas, de forma natural y por su condición marinera, a otras tradiciones y culturas gastronómicas. En los siete terruños rezuman testimonios de atisbos foráneos que desde el siglo XV comenzaron a enriquecer el patrimonio culinario de Canarias. Así, el consabido eje tricontinental (África-América-Europa)

facilitaba que discurriera un flujo de usos y costumbres que conformaron fusiones en ollas y marmitas junto a productos desconocidos (¡qué decir de la papa andina!) que transitaban de unos continentes a otros. Una situación geopolítica e histórica que reverdeció en recetas universales, caso del celeberrimo mojo (inspirado en el *molho* –salsa– portugués). Pero al grano: cocinas de otras latitudes, pues.

Desde esta tesitura nunca me olvido de la frase pronunciada hace más de una década por uno de los chefs punteros españoles de entonces, Julio Reoyo. “Lo que me atrae de Canarias es sin duda la fusión, la verdadera fusión; eso de lo que tanto se habla en la Península como novedad y que aquí existe desde tiempos de Cristóbal Colón; por cierto, en la Península lo que existe mucho es fusión/confusión”.

-

Ese concepto de ‘cocina de fusión’ constituyó uno de los vehículos de lo que se empezó a admitir –y a saborear– como cocinas extranjeras

-

Pues bien, ese concepto de *cocina de fusión* constituyó uno de los vehículos de lo que se empezó a admitir –y a saborear– como cocinas extranjeras, más allá de los tradicionales chinos o pizzerías monotemáticas. Incluso, comunidades que se asentaron aquí, como es el caso de la india, hicieron que se conocieran comidas exóticas que ni se hubieran imaginado en otras comunidades de España. No se puede olvidar –y sería harina de otro costal– que la capital grancanaria, por ejemplo, fue precursora en nuestro país de lo que hoy y tan a la mano disfrutamos como cocina “japo”, con la puesta en marcha del Fuji hacia 1960 si no me falla la memoria.

En apenas una década la fisonomía de propuestas gastronómicas de las Islas ha esclarecido una *cartografía* de lo más variopinta de sabores lejanos, en parte por las condiciones que revitalizaban a las por entonces denominadas “cocinas emergentes” y, también, porque Canarias había adaptado continuamente una cocina internacional de hostelería para atender a un cada vez más notable volumen de turistas.

Al margen de las grandes capitales (Madrid, Barcelona...), el Archipiélago se adelantó a la sintonía con gastronomías que hoy son referentes mundiales (peruana, mexicana, japonesa, coreana, tailandesa, árabe...) a la par del hecho constatado de que la Gastronomía, con mayúscula, se ha afianzado entre las cinco primeras variables que manejan los que van a elegir destino vacacional.

El mapa de la restauración canaria, por tanto, ha adquirido otros acentos y ya no es complicado procurarnos antojos de otras latitudes en cualquiera de las islas, superando la clásica oferta oriental o asiática al alza en los últimos años. Churrasco argentino con establecimiento cercano de especialidades magrebíes o polacas en la capital grancanaria; hasta un itinerario gastronómico insólito por... ¡el Himalaya y Pakistán! en San Cristóbal de La Laguna o, por supuesto, los más afianzados libaneses con sus *hummus, tabules, koftas* o *labneh* de tan especiada elaboración.

En definitiva, si las especialidades étnicas han terminado por seducir a comensales ávidos de nuevas experiencias sápidas, esta restauración presenta credenciales que son recibidas con deleite por propios y visitantes.

La emigración en siglos pasados hizo que los platillos de Venezuela o Cuba resultasen bien asimilados y entre los condumios canarios se colaran también las arepas, hallacas, cachapas, tequeños, caraotas, congrí, ajiaco...

Cada terruño archipelágico es un campo abonado donde registrar evidencias de que, aparte de nuestra tradición culinaria, ciertos géneros y culturas de otros lares hallaron una permeabilidad propicia para que hoy convivan y prosperen con una restauración, digámoslo así, más convencional.

INTENSA ACTIVIDAD DE LOS CANARYWINE DURANTE LOS MESES DE JUNIO Y JULIO

La DOP Islas Canarias, CanaryWine, ha desplegado y tiene prevista una amplia actividad en los meses de junio y julio. Uno de los actos más potentes de junio fue la jornada con David Seijas, sumiller del Restaurante El Bulli, hasta su cierre en 2011, incorporado aquí como profesor del Campus del Vino que ha programado la DOP Ycoden Daute Isora en colaboración con CanaryWine.

Días después, la sede de la DOP Islas Canarias, ubicada en el municipio tinerfeño de La Guancha, acogió una nueva edición del Encuentro Anual de Elaboradores de Vino. Aquí, Antonio Palacios, biólogo, profesor de Análisis Sensorial de la Universidad de La Rioja y director general de Laboratorios Excell Ibérica, enseñó a identificar características deficientes en los vinos para evitarlas en la elaboración en la bodega.

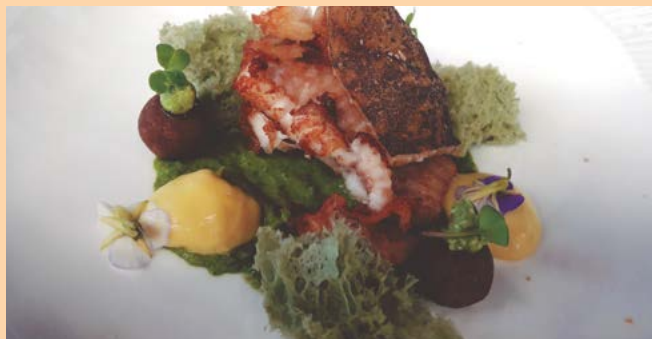
En este acto se aprovechó para entregar los diplomas a estudiantes de la II Edición del Curso de Sumiller. Para el primer día de julio está previsto conocer a los ganadores de la XVI edición del Concurso Regional de Cartas de Vinos para Hostelería, Restauración y Tiendas Especializadas. Y nada mejor para dar la bienvenida al verano que una inmersión en nuestros campos y bodegas: la jornada de puertas abiertas prevista para el día 6, bajo el título *Descorcha Canarias con CanaryWine*. Se trata de una atractiva oportunidad diseñada solo para 350 privilegiados, con visita



guiada y comentada por los viñedos o la bodega y sesión de maridaje especial acompañada de dos tapas elaboradas por restaurantes de la zona. Siete bodegas de Tenerife estarán abiertas a la vez de 11.30 a 15.00 horas y solo para 40 personas por bodega. Las entradas pueden adquirirse a través de la plataforma Tickety. También este mes se designará oficialmente como embajador de los vinos canarios CanaryWine a Joaquín Gálvez, conocido popularmente como Wineman.

Por Francisco Belín

MORENA, PAPAS Y MOJO PALMERO



Con esta receta, el alumno de Hecansa Hotel Escuela Santa Cruz Daniel Tejera se hizo con el Campeonato de Jóvenes Cocineros Binter 2019. Aquí van las indicaciones para *fajarnos* en nuestra cocina con esta propuesta de marcada esencia canaria. ¡A ver qué tal!

Ingredientes. 1 porción de queso hevreño; 1 kg de morena pintada o pescado blanco (canario); 500 g de papa negra; 30 ml de nata; 20 g de mantequilla; 30 g de harina; 135 g de clara de huevo; 90 g de yema de huevo; 5 g de plancton marino; 150 g de pimienta verde de mojo; 50 ml de aceite de semillas; 5 g de comino en grano; 10 ml de vinagre macho; 250 g de gofio de trigo; 10 ml de agua; 20 g de sal de Teneguía; 30 ml de cerveza negra; 10 ml de brandi; 20 ml de sirope de palma.

Elaboración. Limpiar la morena o pescado blanco (el pescadero de confianza lo puede preparar); quitar las espinas, sacar la piel y reservar. Cocer las papas con la piel. Elaborar el mojo verde con pi-

mienta verde, comino en grano, aceite de semillas y sal. Hacer el mojo queso con el mojo verde y añadirle el queso tierno de El Hierro. Hacer un bizcocho con yemas, claras, harina y plancton.

Elaborar un puré fluido de papas y amasar el gofio con brandi y sirope de palma y formar cilindros. Freír la morena y la piel pasada por la preparación de harina y cerveza negra para rebozar.

Presentación. El mojo en el centro, la morena frita y el crujiente encima. Por un lado colocaremos, uniforme, el puré de papas con el mojo queso y, por el otro, el bizcocho de plancton y el gofio amasado. Culminaremos con flores y unos brotes.

LOS AUTÉNTICOS TESOROS COBRAN VALOR CON EL PASO DEL TIEMPO



ENVEJECIDO
DURANTE MÁS DE

30
AÑOS



AREHUCAS®

Fundada en 1884

INNOVACIÓN TECNOLÓGICA, EMPLEO Y ALIMENTOS MÁS SANOS



Innovación en la línea de envasado, creación de nuevos puestos de trabajo, ahorro energético, menor contaminación y alimentos más sanos forman parte de la apuesta de Tirma para adaptar sus productos, que tan buena acogida han tenido siempre entre los consumidores canarios, a las nuevas tendencias del mercado.

Tirma lanza al mercado una nueva línea de galletas que supone un cambio sustancial en el envasado y tipo de galletas que produce. Con el objetivo de mejorar su productividad, la nueva línea de envasado es más rápida y flexible, y permite además producir unidades de venta más pequeñas sin ralentizar los tiempos de horneado, así como desarrollar nuevos productos, con lo que consigue atender la demanda de los mercados en los que opera.

Importante es que se mantienen los puestos de trabajo y se crean dos puestos adicionales. Junto con todo ello, en los sistemas se ha conseguido que el empaquetado garantice una mayor vida útil de la gama de productos, algunos de los cuales contarán ahora con ingredientes

adicionales como los cereales y las frutas. La mejora en el proceso tecnológico y de productividad es consecuente con el control de calidad y un nuevo *software* de control de trazabilidad. La nueva línea de galletas implica productos más sanos, uniéndose a la estrategia NAOS para la reducción de azúcares y grasas.

La nueva línea de producción de galletas incorpora la tecnología más avanzada y permite varios tipos de envasado: bolsa, bandejas y *flowpack* (una bolsa sellada por triple costura en forma de almohada que garantiza calidad y seguridad al producto, una buena terminación y un sellado inviolable). La reducción del tiempo de horneado debido a la mayor velocidad de envasado se traduce en el consiguiente ahorro energético.



Viña Esmeralda



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

ETÉREO, BY PEDRO NEL



Etéreo, el restaurante de moda de la capital tinerfeña. Experimenta y déjate seducir por las creaciones de su chef, Pedro Nel. ¿Eres más de carnes o de pescados? Quizás prefieras degustar los entrantes y aperitivos de su carta. Si entras, puede que no quieras volver a salir.

Calle San Antonio, 63, Santa Cruz de Tenerife
T. 922 194 195

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.pocolocogrill.com
C/Aristides Hernandez Morán N°1- Corralejo
928 536 602

LA BARRA DEL RESTAURANTE EL POTE, EL LUGAR PERFECTO

Calidad, comodidad y rapidez son las señas de identidad de la barra de Restaurante El Pote. Si buscas *picar algo*, almorzar ligero, tomarte un tentempié o simplemente disfrutar de una caña con un buen pincho, no lo dudes, la barra del Pote es la solución.

Cuarenta y cinco años de experiencia, o lo que es lo mismo, toda una vida trabajando con productos frescos y de primera calidad para hacer de la barra de Restaurante El Pote tu punto de encuentro.



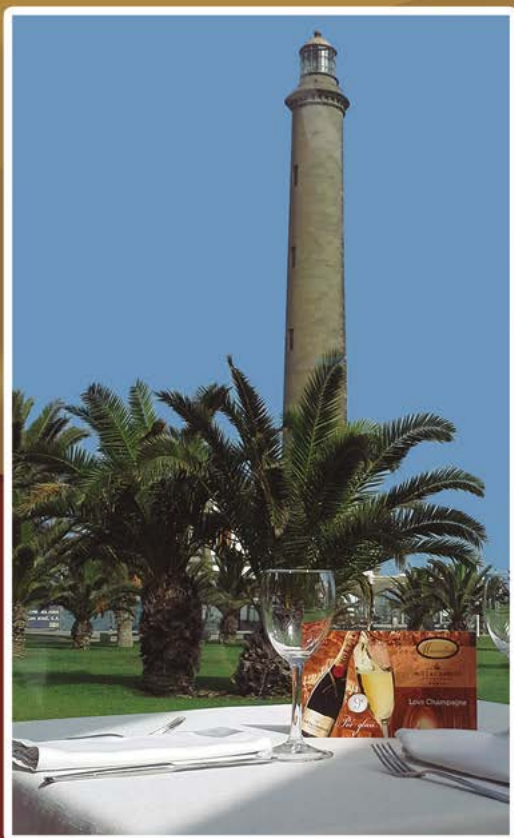
Entra en nuestro Facebook y descubre más.

Reservas: T. 928 278 058 o en elpoterestaurante.com
Zona Mesa y López (C/ Juan Manuel Durán 41, pasaje de Francia)

NUEVO RESTAURANTE DUNAS DE FAMARA



Bajo la dirección del grupo del Risco, restaurante de tradición y fama en Lanzarote, esta nueva apuesta parte de su ubicación única, en los Bungalós de Famara, sus vistas excepcionales, una selección de productos de máxima calidad bajo la dirección de Nauzet Santana y el interiorismo del estudio Pablo Ramos Baldi.



Maspalomas

ZONA COMERCIAL BOULEVARD EL FARO
"Italiano Clásico"

Reservas: ☎ 928 147 034



Maximilians Restaurant Pizza&Pasta Boulevard El Faro

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.

LOS VINOS DE LANZAROTE TRIUNFAN EN EL CONCURSO MUNDIAL DE BRUSELAS

Las bodegas de Lanzarote siguen cosechando grandes éxitos en los concursos de vinos internacionales. En esta ocasión, Rubicón se hizo con el máximo galardón que se concede en el prestigioso Concours Mondial de Bruxelles, la Gran Medalla de Oro, con su malvasía volcánica semidulce. Asimismo, esta consiguió un reconocimiento de plata por su malvasía volcánica seco. Por su parte, Bodega Vulcano de Lanzarote también fue galardonada, en su caso con una Medalla de Oro por su vino Dolce, informa *Lancelot Digital*.

La 26.^a edición del Concours Mondial de Bruxelles, uno de los certámenes más importantes a nivel mundial, se celebró del 2 al 5 de mayo en la ciudad suiza de Aigle. Esta se encuentra entre los cantones de Vaud y del Valais, las dos regiones vitivinícolas más importantes del país.



Además, la región es mundialmente conocida por el lago Lemán y los viñedos en terrazas de Lavaux, declarados Patrimonio de la Humanidad por la Unesco.

BRUNELLI'S STEAKHOUSE, LAS MEJORES CARNES A ESTE LADO DEL ATLÁNTICO

Brunelli's continúa reforzando su posición como el mejor restaurante de carnes de Tenerife. El *steakhouse* ofrece a sus clientes todo un ritual gastronómico gracias a su grill único en Canarias: el *Southbend*, un horno de inducción a 800 grados que sella los poros de la carne para mantenerla tierna y jugosa por dentro y a la vez conservar todo su sabor, logrando un resultado único: las mejores carnes a este lado del Atlántico. Brunelli's es, además, un auténtico



tesoro arquitectónico que impresiona al cliente con un gran ventanal, de más de nueve metros de ancho y casi tres de altura, que

asciende y desciende para convertir el espacio en una terraza al aire libre con unas impresionantes vistas al mar.



Brunelli's
STEAKHOUSE

American  Style

La mejor **carne**
a este lado del Atlántico



LA BINTER NIGHTRUN CONVIERTE SANTA CRUZ EN UNA FIESTA DEL DEPORTE



El 18 de mayo se prendió la mecha del mayor circuito nacional de *running* nocturno con la celebración de la Binter NightRun de Santa Cruz de Tenerife, una carrera popular que llenó de magia la ciudad para disfrutar de una gran fiesta del deporte en la que participaron más de 3400 corredores, que se vieron arrojados por un gran número de voluntarios y un entregado público.

La cuarta edición de la carrera nocturna patrocinada por Binter confirmó la consolidación de esta prueba, que año tras año gana participantes y consigue atraer tanto a aficionados al *running* como a olímpicos, mundialistas, corredores internacionales y deportistas con discapacidad.

La fiesta comenzó con el calentamiento mediante *fit combat* en la plaza de Europa para dar paso a un espectáculo de luz y sonido con numerosos puntos de animación distribuidos por el recorrido con conciertos musicales y

actuaciones de *DJs*, batucadas, comparsas y grupos africanos o la simulación de una pista de aterrizaje en el túnel de la vía litoral con señaleros guiando a los corredores y mucho más, lo que propició un ambiente que, junto con el calor del público, convirtió Santa Cruz en la capital del ritmo y el color.

Ouais Zitane y Teresa Urbina se impulsaron en los 10 kilómetros con un ritmo vertiginoso y cronos de 29:17 y 33:40 respectivamente. Fran Cabrera Galindo, Jonay González, Saúl Castro, Aroa Merino, Raquel Arostegui y Johanna Ardel se erigieron en la categoría exclusiva para atletas canarios con residencia en las Islas.

La siguiente cita Binter NightRun tendrá lugar en Palma de Mallorca el próximo 28 de septiembre. Hasta la capital de las Islas Baleares se trasladará esta fiesta del deporte, que promete convertirse en una de las carreras nocturnas referentes del panorama nacional.

BINTER AMPLÍA SU PROGRAMACIÓN DE VERANO CON 138 NUEVOS VUELOS A LA SEMANA



Binter amplía sus conexiones con 138 vuelos extra a la semana: 26 en las rutas internacionales, cuatro en las nacionales y 108 en las interinsulares, para favorecer los desplazamientos en la temporada alta. De esta forma, la aerolínea pasará a operar 1430 vuelos semanales. La compañía aérea realiza el mayor refuerzo en sus vuelos entre las Islas Canarias en los meses de verano, con 108 nuevos enlaces semanales en el mes de agosto, hasta alcanzar las 1300 conexiones a la semana entre las diferentes islas del Archipiélago. Como novedad, Binter oferta este verano enlaces directos entre el aeropuerto de La Palma y los de Lanzarote y Fuerteventura, favoreciendo los enlaces directos entre las diferentes islas.

Entre los meses de julio y septiembre, la compañía aérea añadirá un vuelo los

sábados entre Gran Canaria y El Aaiún y reforzará las conexiones con Madeira con nuevos enlaces con el aeropuerto de Gran Canaria, los lunes, miércoles, viernes, sábados y domingos, además de con Tenerife, los lunes y viernes. Entre la segunda quincena de julio y la primera de septiembre, Binter ha programado vuelos adicionales los domingos entre Gran Canaria y Agadir y Casablanca y entre Madeira y Tenerife Norte.

Los sábados se añadirá un enlace entre Gran Canaria y los aeropuertos de Dakar y Marrakech y los martes, entre Marrakech y Tenerife. En cuanto a sus destinos nacionales, entre el 1 de agosto y el 15 de septiembre Binter realizará 20 vuelos semanales, al añadir un enlace los martes con Mallorca, a través de Gran Canaria, y otro los sábados con Vigo, a través de Tenerife.

Información para pasajeros en tránsito

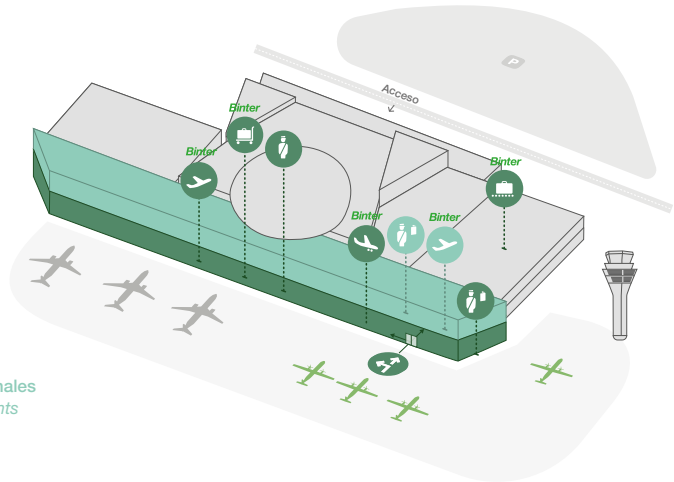
Information for transit passengers

Binter

Aeropuerto de Tenerife Norte / Tenerife Norte Airport

Planta 0 / Floor 0

-  Embarque vuelos insulares
Boarding for regional flights
-  Llegadas de vuelos
Arrivals
-  Zona de facturación
Check-in area
-  Recogida de equipajes
Baggage claim
-  Control de seguridad
Security control
-  Control de pasaportes
Passport control



Planta 1 / Floor 1

-  Embarque vuelos Binter Vigo y Mallorca e internacionales
Boarding for Binter Vigo, Mallorca and international flights
-  Control de pasaportes
Passport control

Planta 0 / Floor 0

-  Pasajeros en tránsito de Binter / Binter transit passengers

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.

On entering the building, follow the signs for connecting flights: **entrance to the left** through the one-way door and continue to the boarding gate (once in the room, **go up to floor 1** for national and international flights). For baggage claim for arriving passengers, go straight ahead.

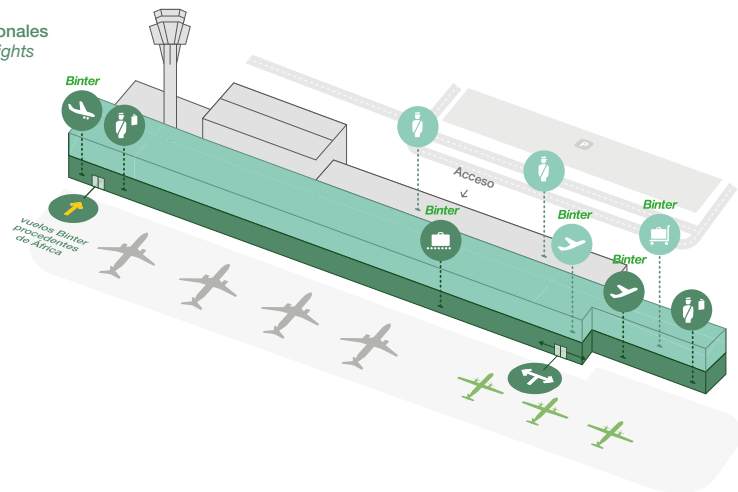
Aeropuerto de Gran Canaria / Gran Canaria Airport

Planta 0 / Floor 0

-  Embarque vuelos Binter insulares e internacionales
Boarding for Binter regional and international flights
-  Recogida de equipajes
Baggage claim
-  Control de pasaportes
Passport control
-  Llegadas de vuelos procedentes de África
Arrivals, flights from Africa

Planta 1 / Floor 1

-  Control de seguridad todos los vuelos
Security control for all flights
-  Facturación Binter
Binter check-in
-  Embarque vuelos Binter Vigo y Mallorca
Boarding for Binter Vigo and Mallorca



Planta 0 / Floor 0

-  Pasajeros en tránsito de Binter / Binter transit passengers

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.

Binter transit passengers from island and national flights and from Portugal. On entering the building, follow the signs for connecting flights: **entrance to the right** to the new boarding gate (once in the room, for flights to Vigo and Mallorca go up to floor 1, area B). **Entrance to the left** for baggage claim for arriving passengers.

-  Pasajeros de Binter en tránsito procedentes de África / Binter transit passengers from Africa

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.

On entering the building and after passing through **passport control**, leave the arrivals terminal and **go up to floor 1** to go through the relevant security controls again and then to the boarding gate.

Ranking mensual de puntualidad

En Binter sabemos que los proyectos, sueños e ilusiones de nuestros clientes no esperan. Por eso, dentro de nuestro compromiso de dar el mejor servicio, queremos compartir con ustedes los datos de puntualidad mensuales, destacando los resultados de las principales aerolíneas españolas. Estos datos los proporciona OAG, el proveedor líder global de información digital de vuelos y de aplicaciones para el sector turístico.

La puntualidad se mide por el porcentaje de vuelos que salen o llegan dentro de un desplazamiento de 15 minutos sobre el horario programado. En esta página se muestra el ranking de las 50 aerolíneas con mejor puntualidad en el mes de mayo. Los interesados pueden ampliar la información en: www.oag.com

Posición	Aerolínea	Llegadas	Vuelos	Posición	Aerolínea	Llegadas	Vuelos
1	Garuda Indonesia	96.3%	13,672	26	Air Baltic Corporation	86.7%	5,691
2	LATAM Airlines Ecuador	93.5%	998	27	TACA International Airlines	86.5%	370
3	Fuji Dream Airlines	93.2%	2,356	28	Middle East Airlines	86.4%	2,160
4	AirDo	91.8%	1,820	29	Pegasus Airlines	86.2%	14,640
5	Atlantic Airways Faroe Islands	91.1%	269	30	Fiji Airways	86.1%	1,993
6	Skymark Airlines	91.0%	4,722	31	Malaysia Airlines	86.1%	12,301
7	Jetstar Asia	90.8%	2,610	32	Aeroflot Russian Airlines	85.9%	31,197
8	Siberia Airlines	90.7%	12,864	33	Delta Air Lines	85.7%	168,707
9	Copa Airlines	90.6%	10,375	34	IndiGo	85.6%	43,511
10	LATAM Airlines Group	90.1%	38,242	35	Qantas Airways	85.5%	23,335
11	Ryukyu Air Commuter	90.0%	1,252	36	Alaska Airlines	85.0%	39,456
12	TAME Linea Aerea del Ecuador	89.8%	1,393	37	Ukraine International Airlines	84.7%	4,829
13	Star Flyer	89.5%	2,059	38	Thai Air Asia X	84.7%	619
14	Solaseed	89.3%	2,294	39	Ethiad Airways	84.7%	7,728
15	All Nippon Airways	89.0%	38,721	40	Cape Air	84.6%	8,222
16	Hawaiian Airlines	88.3%	8,421	41	Japan Airlines	84.5%	25,726
17	Go Air	88.1%	8,430	42	LATAM Airlines Brasil	84.5%	382
18	Binter Canarias	87.8%	5,603	43	Westjet	84.4%	21,265
19	Iberia	87.8%	18,695	44	Singapore Airlines	84.2%	8,007
20	Sky Airline	87.6%	3,145	45	Virgin Atlantic Airways	83.9%	2,072
21	Azerbaijan Airlines	87.2%	1,476	46	Alitalia - Societa Aerea Italiana	83.6%	16,805
22	Canaryfly	87.0%	1,108	47	SunExpress	83.5%	4,252
23	GOL Linhas Aereas S.A.	87.0%	19,680	48	Japan Transocean Air	83.5%	2,196
24	Thai AirAsia	86.8%	12,549	49	Emirates	83.0%	12,678
25	AirAsia India	86.8%	4,888	50	Qatar Airways	82.7%	14,825





Volamos por ti



Binter

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



Volamos por ti ✈️

Binter

Marrakech

Vuelos directos para vivir el Marruecos más auténtico.

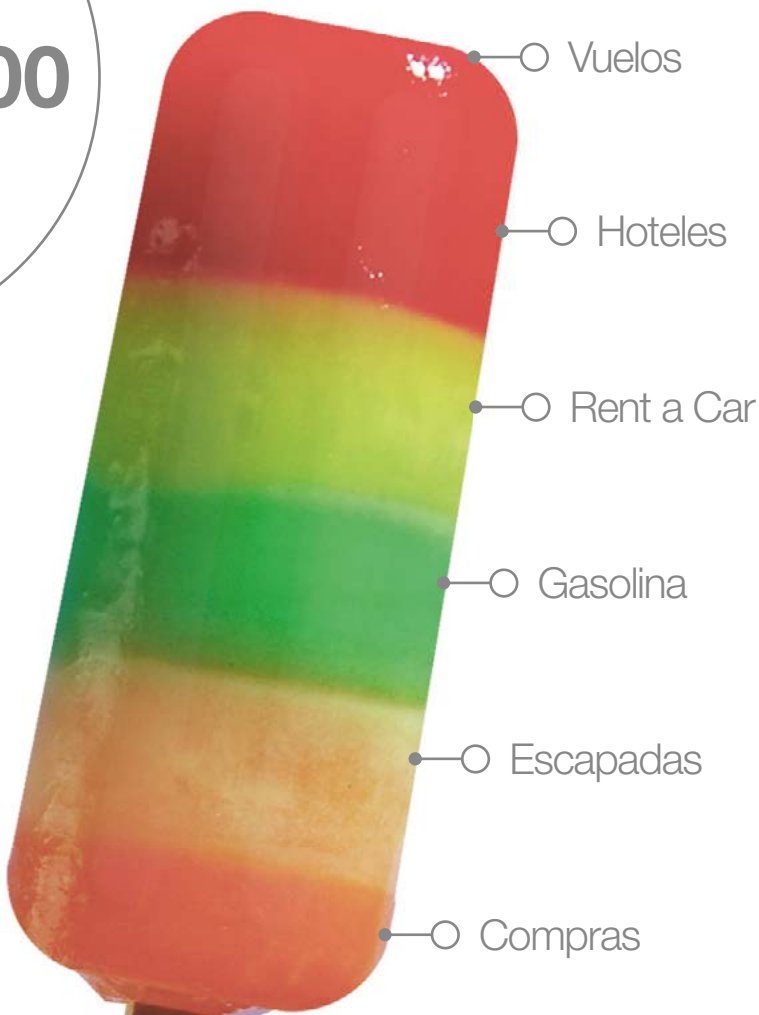
30
AÑOS

Combine y gane hasta 3.000 puntos

En **Binter** volamos por usted y queremos seguir celebrando nuestros 30 años juntos.

Por eso, este verano cuando utilice su tarjeta **BinterMás** conseguirá puntos extra, mientras disfruta de nuestras empresas asociadas.

Solo tiene que combinar y presentar su tarjeta **BinterMás** en las diferentes empresas asociadas. **Podrá ganar hasta 3.000 puntos extra.**



Binter 30
Volamos por ti **AÑOS**

Un verano de sabores y grandes ventajas.

Regálese vacaciones de calidad y gane puntos extra¹.

Combine sabores para poder ganar hasta 3.000 puntos extra, que podrá canjearlos directamente por dos vuelos interinsulares.

Presente su tarjeta...
 en 3 empresas asociadas
 en 4 empresas asociadas
 en 5 empresas asociadas
 en 6 empresas asociadas
en 7 o más empresas asociadas

Y gane...
 300 puntos extra
 400 puntos extra
 500 puntos extra
 1.500 puntos extra
3.000 puntos extra

Binter

IBERIA

MELIÀ
HOTELS
INTERNATIONAL

CICAR
Canary Islands Car

H10

AVIS

DISA

**Gran Hotel
Alfredo Rubin Real
HOTEL CANARIAS**

S
Salobre
Hotel Resort & Spa

22
HOTELS

canariasninja.com

CANARIENSIS

unicef

SALOBRE
HOTEL RESORT & SPA
GRAN CANARIA

BUENDÍA
CORRALERO
HOTEL

El Cortijo
Fintheclub

PARADORES

MARINA
Gran Canaria

Gold & Beach
Fuerteventura

beCordial
HOTELS & RESORTS

Sheraton

AH
ARRECIFE
GRAN HOTEL & SPA

Barceló
HOTEL GROUP

DUNAS
HOTELS & RESORTS

Telefonos
LAS CANTERAS

GLORIA
HOTELS & RESORTS

DREAMPLACE
HOTELS & RESORTS

GOLD
HOTELS & RESORTS

LOPESAN
HOTELS & RESORTS

IBEROSTAR
HOTELS & RESORTS

HOTEL
PARQUE TROPICAL

Elba

bintermas.com
902 391 392

1.- La puntuación extra se realizará en base al número de empresas asociadas combinadas en los meses de julio y agosto, y se anotarán en la cuenta del titular durante el mes de septiembre.





CICAR

BENEFICIO EXCLUSIVO UPGRADE

Presente su tarjeta BinterMás al reservar su coche durante sus vacaciones y disfrute de una categoría superior¹. Disfrute de más espacio y mayor confort en su alquiler de coche con CICAR.

UPGRADE de categoría.

Además sume desde 40 hasta 100 puntos/día de alquiler

cicar.com
+34 928 822 900

Validez julio 2019. 1.- Sujeto a disponibilidad y fechas de alta demanda.



HOTEL CORDIAL MOGÁN PLAYA

SUME PUNTOS x2

Sume hasta 940 puntos por noche de estancia en el Hotel Cordial Mogán Playa 4*, ubicado en el pueblo pesquero de Puerto de Mogán en Gran Canaria.

Hotel Cordial Mogán Playa 4* 470 + 470 puntos/noche

becordial.com
+34 928 143 393

Validez julio 2019.

Acuario Poema del Mar

¡Visítalo! Gran Canaria

Desde **3500 + 61** €
Puntos BinterMás Por persona

Vuelo + Hotel 3* + Entrada

Hotel Aloe Canteras 3*
2 días / 1 noche
Doble exterior
Solo alojamiento
Incluye: Entrada Acuario Poema del Mar

BinterMás

Precio por persona residente desde Tenerife en base a ocupación doble. Válido para compras en julio y estancias de julio a septiembre. 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

CanariasViaja - Agencia de viajes IAV-0000994.Z/3 C. El Pilar 28 - Local A - Entresuelo 38002 - S/C de Tenerife



Marina Bayview. Gran Canaria



Marina Suites. Gran Canaria

MARINA GRAN CANARIA

SUME Y UTILICE PUNTOS NUEVA INCORPORACIÓN

BinterMás da la bienvenida a dos nuevos establecimientos de Marina Gran Canaria. Sume y utilice puntos en las suites o apartamentos que los hoteles de Marina Gran Canaria le ofrecen en el mismo muelle de Puerto Rico. Marina Bayview solo para adultos y Marina Suites para familias, solo tiene que elegir...

TABLA DE PUNTOS

marinagrancanaria.com
+34 928 153 015

Marina Suites
Marina Bayview

Sume	Utilice
215	11.250
215	11.250

PROMOCIÓN BIENVENIDA
Multiplique x2 sus puntos.

Validez julio 2019.



ARRECIFE GRAN HOTEL & SPA

UTILICE PUNTOS 20%

Aproveche la promoción de 20% de descuento en utilización de puntos y prepare una escapada a Lanzarote por menos puntos.

	Antes ¹	Ahora ¹
Habitación Estándar	11.600	9.280
Habitación Suite	15.550	12.440

aghotelspa.com
+34 928 800 000

Validez julio 2019.



Barceló Tegui Beach. Lanzarote

BARCELÓ HOTEL GROUP

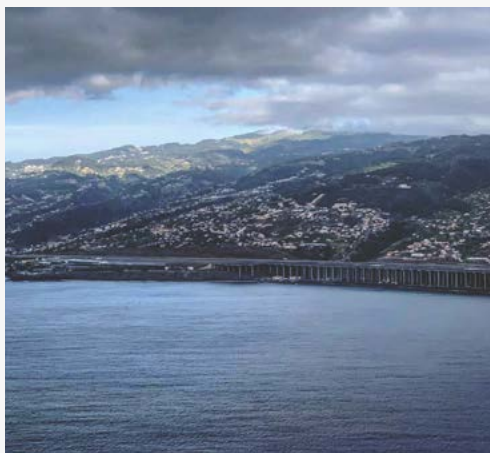
SUME PUNTOS x2


Este verano disfrute de sus ventajas y sume el doble de puntos alojándose, durante el mes de julio, en esta selección de hoteles Barceló.

Barceló Castillo Beach Resort	125+125 puntos/noche
Occidental Lanzarote Mar	175+175 puntos/noche
Barceló Tegui Beach	185+185 puntos/noche

barcelo.com
902 101 001

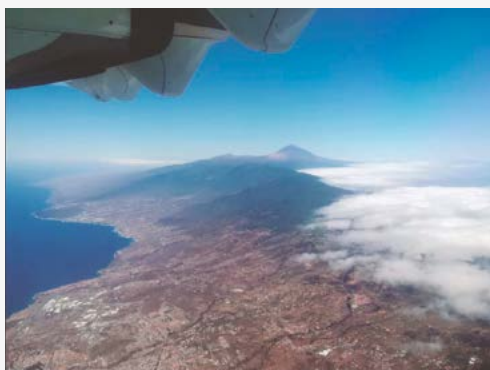
Validez julio 2019.



 @d.aviationspotter




 @katou_8



 @holyber



 @GomeraRuth

#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, miércoles 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*

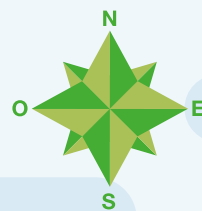
Nuakchot — *Lunes, miércoles y sábados*

Dajla — *Miércoles y sábados*

Casablanca — *Lunes y jueves*

* Azores: sábados. Operado por SATA

* Boston: martes y sábados. Operado por SATA



Actualizado a abril 2019

Unas vacaciones
para enmarcar

Puerto de Mogán
Gran Canaria

hotel
Cordial
Mogán Playa



CALL CENTER:
+34 928 143 393

reservas@becordial.com

becordial.com

Los Guayres
Restaurante • Restaurant



Kilómetros de Experiencias

Alquiler de coches en Canarias



☎ 828 91 31 18 🌐 topcar.es

*"Que no te lo cuenten.
Ven y descúbrelo tú mismo"*

Rafael Cabral CEO

Inserta el código promocional

TOPVERANO

reservando en www.topcar.es

* Válido para alquileres hasta el 31 de Octubre de 2019

-10%
dto.