

# NT

## ARENAS BLANCAS

Sito Simancas - El informe del mes - Vigo  
Cantabria en un fin de semana - Cabo Verde - La Fajana de Barlovento  
Autismo - Productos de temporada

# STAFF

## DIRECCIÓN DE REDACCIÓN

Paula Albericio · [redaccion@barabaracomunicacion.com](mailto:redaccion@barabaracomunicacion.com)

## CORRECCIÓN

Lavadora de textos

## COLABORADORES EN ESTE NÚMERO

Paula Albericio, Enrique Areilza, Astrid da Silva Jiménez, Galo Martín Aparicio, David Sendra Domènech, Carlos Fuentes, Juan José Ramos Melo, Aarón Rodríguez González, Álvaro Morales, Ibón S. Rosales, Cristina Torres Luzón, Aarón García Botín, Jesús Villanueva Jiménez, Diego Ojeda, Francisco Belín.

## DIRECCIÓN CREATIVA Y MAQUETACIÓN

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

## DIRECCIÓN DE FOTOGRAFÍA

Rocío Eslava

## FOTO DE PORTADA

Rocío Eslava

## FOTOGRAFÍAS

Ibon Azpilicueta, Janite, Pedro Orihuela, Patri Campora, Adobe Stock, Juan José Ramos Melo, Rocío Eslava, Van Marty, Jesús de León.

## ILUSTRACIONES

Capi Cabrera, Ilustre Mario, Tom Eigenhufe.

## PUBLICIDAD

[publicidad@barabaracomunicacion.com](mailto:publicidad@barabaracomunicacion.com) · 922 897 517

## BINTER

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

## SÍGUENOS EN LA WEBSITE Y LAS REDES

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

NT es una producción de BARA-BARA 3.0 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](mailto:buzon@barabaracomunicacion.com).

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

## IMPRIME

Gráficas Sabater S. L.

Con la asistencia técnica de 2informática

Depósito legal TF 582-2019

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



**GENEVE**

1989



*Attention to Detail*

# AL SERVICIO DE CANARIAS

Confío y deseo que en el momento de leer este editorial, tanto usted como sus familiares y amigos, se encuentren bien de salud. En estos días, la prioridad es preservar nuestra salud y la de quienes nos rodean.

La pandemia sanitaria global ocasionada por el Covid19, ha obligado al Gobierno a adoptar duras medidas de limitar la movilidad, con el fin de frenar la expansión del virus. En Canarias se limitó primero a 36 y luego a 20, el número de vuelos diarios y desde el primer momento, y sin contar al principio con ayuda pública, desde Binter aseguramos la prestación de los servicios esenciales aéreos interinsulares.

Hemos tenido que tomar decisiones muy difíciles, dejar en tierra casi toda nuestra flota, realizar duros ajustes de nuestro equipo humano y cerrar algunos de nuestros negocios, todo ello, con el fin último de luchar por la supervivencia y continuidad de la empresa y el mantenimiento del empleo.

Todo lo anterior ha tenido efectos negativos para nuestros clientes, que han sufrido cancelaciones de vuelos, sin tener nosotros posibilidad alguna de ofrecerles soluciones que pudieran contentarles. Han sido miles de vuelos afectados. Y cientos de miles los pasajeros perjudicados, en cuestión de pocos días.

Hemos puesto lo mejor de nosotros en tratar de que todo esto perjudique lo menos posible. Hemos hecho, lo que hemos podido. Desde asegurar los vuelos esenciales con pérdidas económicas, hasta realizar vuelos de repatriación, para nuestros pasajeros y también para otros ciudadanos españoles, que se vieron atrapados en otros países.

Desde el primer momento, hubiéramos querido atender todo lo que nos pedían los pasajeros, aunque reconocemos que el empeoramiento de la situación, nos llevó a tener que modificar temporalmente nuestras prácticas comerciales habituales, en concreto la política de reembolsos, que hemos intentado compensar mejorando y flexibilizando las posibilidades de cambios gratuitos. Y desde aquí quiero reiterar una vez más, nuestra promesa de que su dinero lo van a recibir, o bien con el uso de nuestros servicios en el futuro, o con el reembolso del dinero, en cuanto sea posible.

Por otra parte, quisiera informarle que hemos puesto nuestro granito de arena en la lucha contra el Covid19. En estas semanas hemos transportado entre islas, más de 15.000 kg de medicamentos y casi 160.000 kg de material sanitario y la práctica totalidad de los test de detección del coronavirus, que se realizan fuera de Tenerife y Gran Canaria. Para poder dotar de elementos de protección a la población en general y, en especial, a los sanitarios y servicios afines, hemos empezado la fabricación en nuestros talleres de Binter Technic de mascarillas individuales y de visera, así como mamparas mostrador para farmacias y otros comercios. Hemos donado mantas, almohadas y mascarillas a los hospitales canarios y, en colaboración con la Consejería de Derechos Sociales, Igualdad, Diversidad y Juventud del Gobierno de Canarias y Tirma, miles de nuestras chocolatinas van a distribuirse en centros sanitarios y sociales.

Con todo, sabemos que en algunos casos esto no es suficiente. Pedimos su comprensión si, por estas circunstancias tan extraordinarias, no hemos podido atenderle como hubiese esperado de nosotros. Estamos realizando un gran esfuerzo para dar soluciones de manera satisfactoria a todos, con información continua y actualizada. Pero somos conscientes de que, en ocasiones, no lo conseguimos y queremos pedirle disculpas, si éste ha sido su caso.

Deseo terminar este editorial lanzando un mensaje optimista, desde la convicción de que juntos vamos a salir de ésta. Nos estamos preparando para, una vez se vuelva a la normalidad, estar nuevamente al cien por cien, dando el buen servicio que merecen nuestros pasajeros y del que tan orgullosos nos sentimos.

Por último, además de agradecer una vez más su confianza y su comprensión, queremos desearle lo mejor, para usted y los suyos. Estamos convencido de que superaremos las dificultades y pronto volveremos a volar juntos. Porque después de todo, en Binter, ¡volumos por ti!

Juan A. Ramsden  
Coordinador general

# SUMARIO

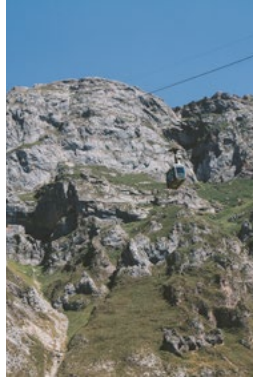
**8**  
Sito Simancas  
Entrevista



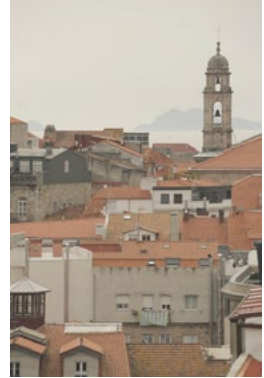
**12**  
Informe del mes  
Economía



**24**  
Santander  
Destino nacional



**30**  
Vigo  
Destino nacional



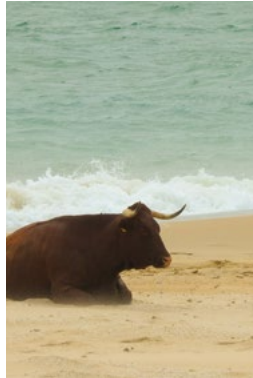
**34**  
Casablanca  
Destino internacional



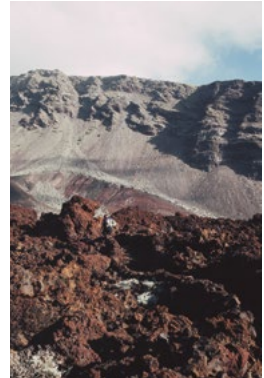
**38**  
Cabo Verde  
Destino internacional



**42**  
Estrecho de Gibraltar  
Destino internacional



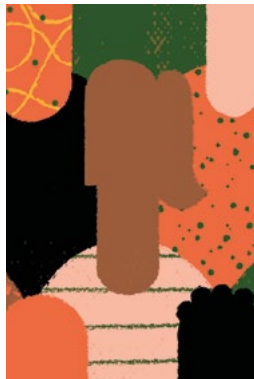
**50**  
Arenas Blancas  
Senderos



**54**  
La Fajana de Barlovento  
Playas



**70**  
Autismo  
Salud



**78**  
La vida de otra manera  
Relato



**84**  
Productos de temporada  
Gastronomía





Poema del Mar  
AQUARIUM



Las Palmas de Gran Canaria

[poema-del-mar.com](http://poema-del-mar.com)

# FAMILY PACK

EXCLUSIVO RESIDENTES CANARIOS

PROMO



49€\*

2 ADULTOS  
2 NIÑOS

+Info / reservas:

Taquilla | Tel. 928 010 350

[poema-del-mar.com](http://poema-del-mar.com)

Oferta exclusiva aplicable a residentes canarios  
2 adultos + 2 niños entre 4 y 11 años (menores de 4 años: GRATIS).  
Persona extra: precio residente canario.  
Consultar condiciones generales en la web [poema-del-mar.com](http://poema-del-mar.com)

Garantía:

LORO PARQUE

## POEMA DEL MAR Las Palmas de Gran Canaria

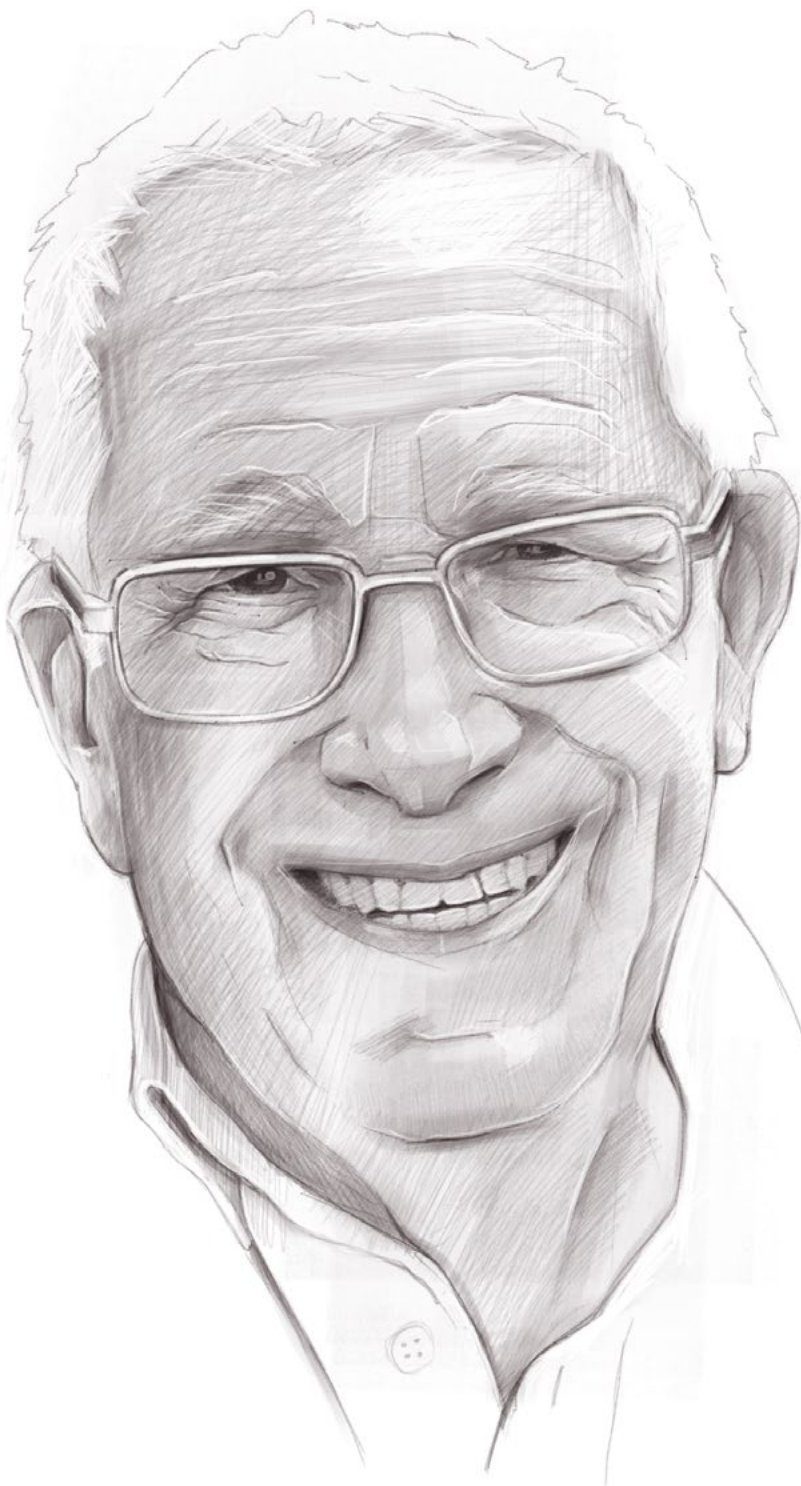
### Bienvenidos a la profundidad de los océanos

Poema del Mar te invita a descubrir los secretos que esconde el Planeta Azul con un maravilloso viaje por los cinco continentes a través de diferentes especies de todo el mundo. Sumérgete y vive una experiencia inolvidable en el recorrido por la Jungla junto a los peces goliath, las tortugas de agua dulce y los cocodrilos. Entra en el mundo Nemo, rodeado de peces payaso con sus llamativos colores. En la zona de la Playa, podrás encontrar, entre otras especies de aguas tropicales, el tiburón cebra y el tiburón Port Jackson, que comparten hogar con las tortugas marinas rescatadas que llegan al acuario en busca de un lugar seguro donde finalizar el proceso de rehabilitación antes de ser devueltas al mar. Impresiónate admirando el 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—. Ahora es momento de relajarse, observar a los tiburones y transportarte al océano más profundo.

Síguenos en

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







Por Paula Albericio  
Ilustración por Capi Cabrera

## “NO VIVO DE LA RADIO, VIVO PARA LA RADIO”

Medalla de Oro del Gobierno de Canarias de 2015 y recientemente galardonado con el premio Méritos Humanos 2020 de San Sebastián de La Gomera, Sito Simancas lleva narrando desde hace más de 60 años la vida de este municipio que le vio nacer allá por 1933, pero también informando a toda la isla de La Gomera a través de las ondas. Su pasión por la radio le lleva a mantener una profesión que, en una isla menor, se puede equiparar casi a una labor de servicio público.

**¿Qué sintió cuando supo que iba a recibir el premio Méritos Humanos 2020 de San Sebastián?**

Sinceramente, fue una gran sorpresa, además de un orgullo y todo un honor. Me quedé sin palabras, porque la verdad es que no me esperaba para nada que alguna vez me pudieran hacer algo tan bonito como eso. Además, recibir este premio en vida y que yo lo

podiera ver... No tengo palabras. Así que no puedo sentir más que agradecimientos al alcalde y a toda la corporación de San Sebastián de La Gomera. Y no me puedo olvidar de todo el cariño de los vecinos. Fue tremendo, porque en la Isla todo el mundo me conoce y, claro, por donde quiera que iba no recibía sino felicitaciones y reconocimientos de personas que me trasladaban lo merecidísimo del premio.

**Tiene una trayectoria de más de 60 años en radio... ¿Cómo la valora?, ¿le queda algo por hacer?**

Desde la década de los 60 soy radioaficionado con licencia oficial, y mi pasión siempre ha sido la radio. Es algo que llevo dentro, que me apasiona tanto que puedo decir que yo no vivo de la radio, yo vivo para la radio.

-

***“El día que yo ya no esté en este mundo me pondrán un micrófono en el ataúd y mi epitafio será ‘Sito Simancas, la voz de La Gomera’ ”***

-

Y por esa afición, por esa pasión sentí la necesidad de hacer llegar la radio a todos los vecinos de La Gomera, crear una emisora en la Isla. Ahora mismo mi emisora, Radio Tagoror, es la única de la Isla y para toda La Gomera, pues antes era local y a día de hoy es insular. Yo quería hablar de La Gomera y hacer llegar la información a todos los rincones de la Isla poniendo cuatro *cacharros* en lugares estratégicos. La Gomera es una isla muy bonita, mágica, pero con muchos barrancos, montañas y laderas, muy escarpada, por lo que poder llevar las ondas de la radio de un lugar a otro cuesta mucho si no se conoce bien la orografía. No es que yo sea el que más sabe, sino que al ser de aquí y vivir aquí y conocer el terreno, simplemente por intuición y sabiendo cómo se transmiten las ondas de la radio, sé dónde poner los repetidores en lugares estratégicos y conseguir que con pocos repetidores seamos capaces de llegar a todos lados.

**Entonces podemos afirmar que en una isla menor como es La Gomera,**

**la radio cumple casi una función de servicio público, ¿verdad?**

Claro, por todo lo anterior que comentaba, hay muchas dificultades para montar una radio aquí en La Gomera y tener informados a todos los vecinos, tanto de las buenas como de las malas noticias, que es algo que debemos tener muy presente los que trabajamos en un medio de comunicación. Eso es llegar al corazón de la gente. Además, hay que tener muy presente que las condiciones orográficas de La Gomera hacen que no todo el mundo tenga acceso a internet, ya sean personas mayores o no tan mayores, y la única forma de que les llegue la información es a través de las ondas de radio. Y es lo que hacemos nosotros con el fin de que todos los gomeros y gomeras tengan las mismas oportunidades de estar informados. Y es que la radio llega a todos lados: a quien va en un taxi, a quien está en casa...

**¿Se ha imaginado desvinculado de la radio en algún momento?**

No, claro que no. De hecho, estoy tan seguro de ello que más de una vez me han dicho que el día que yo ya no esté en este mundo me pondrán un micrófono en el ataúd y mi epitafio será *Sito Simancas, la voz de La Gomera*.

**¿Cómo le gustaría ser recordado?**

No sé si habré hecho las cosas bien o mal, pero todo lo he hecho siempre con amor y desde el corazón; por ello, me gustaría ser recordado precisamente por la labor para que La Gomera tenga una radio y también para que la Isla se escuche incluso internacionalmente; por ejemplo, con esas conexiones que se hacen cada sábado con Venezuela, que los gomeros tengan voz allí, pero sobre todo que Venezuela se escuche también en La Gomera, uniendo así Canarias con Venezuela.



# GT CARS

P R E M I U M

## Las Palmas de G.C

Calle Alfred Nobel nº2,  
Polígono Industrial Los Tarahales  
928 414 577 - 630 746 299

## Tenerife

Av. Claudio Delgado Díaz  
Pol. Ind. Las Chafiras.  
S. Miguel de Abona  
922 939 503 - 699 007 606

## Maspalomas

Calle Cartago nº 20  
El Tablero- Maspalomas  
928 274 459 - 630 746 299



Por Enrique Areilza\*  
Ilustración por Ilustre Mario

## DÉJATE VER

Si buscas un cambio de trabajo de manera decidida o si lo que quieres es explorar tus opciones en el mercado, es imprescindible que los reclutadores podamos verte. Dado que cada día más empresas utilizan *software* para filtrar currículums, tienes que diseñarlo para hacerte visible y entendible. Estos robots funcionan mediante algoritmos diseñados para encontrar, entre las personas interesadas, los elementos clave para un puesto. Es indispensable aprender a dejarse ver por ellos.

La verdad es que este artículo, como casi todos los que escribo, resulta de investigar las tendencias. Leer, contrastar, opinar y reformular. Así se ha originado también este que ahora lees. Aunque centrado en los robots de selección, he tratado de establecer un paralelismo con el sistema tradicional, analógico, el de toda la vida, el de los reclutadores leyendo muchos currículums. Pero no lo olvides: aunque hoy el uso de robots es todavía limitado, crece constantemente. La tecnología no solo invade esta tarea, *a priori* más sencilla, de comparar datos entre un puesto y un currículum. Va mucho más lejos, incluyendo la construcción de perfiles psicotécnicos mediante el uso de inteligencia artificial (IA). Es cierto que la IA en este campo llega, por ahora, hasta donde llega, pero cada día

llega más lejos. Una curiosidad: no hace mucho Amazon abandonaba temporalmente su sistema digital de selección al encontrar que producía desviaciones por discriminación de sexo. No acertaba del todo a catalogar adecuadamente mujeres, hombres y viceversa. Podrías pensar: “Pues vaya, si Amazon falla y abandona...”. No lo pienses, lo están arreglando. Pero fíjate qué aparente contradicción ante la situación anterior: cada día se apoya con más entusiasmo el uso de IA en la selección de personas para reducir el sesgo de la entrevista personal. Hoy la IA tiene sesgo y las personas también. Como ya he comentado otras veces, nosotros usamos IA hace tiempo como un canal más de información. Por ahora está claro que máquina y persona son complementarias en este negocio.

\* Dream Team Executive Search.

Para acabar y antes de ir al lío, recuerda que estos consejos no son trucos para que nos engañes, sino más bien técnicas para no pasar desapercibido o, mejor aún, para destacar.

### Letra clarita

A veces tienta la opción de llamar la atención con fuentes pintorescas. Suele ser un error. Imagina a un profesor leyendo exámenes. Entiende mejor la letra bien hecha y lo agradece, tiende a puntuar más alto (sesgo). El robot, como el profesor, no entiende bien muchas de esas fuentes *raras*. De modo que mejor lo normalito. Y de paso hablemos del tamaño. Aquí el tamaño importa. Al profesor lo vuelves loco con patas de mosca y más si son microscópicas y no te digo nada si hay presbicia de por medio. Al robot también.

### Dividir es vencer

Si has leído algo sobre técnica de lectura diagonal y esas cosas, sabrás que esto ayuda. El profesor entiende mejor lo que sabes si lo separas en apartados lógicos y cronológicos. El robot también (al final está hecho a su imagen y semejanza).

### Acrónimos sobradamente conocidos

Evita cualquiera que sea sectorial o funcional. No, no nos los sabemos todos. Si te motiva mucho ponerlo, explícalo a continuación.

### Empresas, sectores y magnitudes

No hace falta decir nada más cuando trabajas en Google, pero el 80% de nuestras empresas son pymes y micro-pymes. No te expongas a que creamos que son menores de lo que son. Indica a qué se dedican, su tamaño, su cuota

de mercado... Y si son representativas por cualquier cosa, ponlo, es posible que esa diferenciación sea un factor crítico para la posición a la que te postulas.

### Puesto de trabajo

Si tu jefe era de los creativos puede que bautizara tus funciones con un nombre que solo él entendía. Tradúcelo al estándar de los mortales para que lo entiendan, sobre todo el robot.

-  
*A veces tienta la opción de llamar la atención con fuentes pintorescas. Suele ser un error. Imagina a un profesor leyendo exámenes. Entiende mejor la letra bien hecha y lo agradece*  
-

### 'Data'

Estamos en la época del *Big Data*. Un poco de empatía, por favor. Frases cortas, sustantivos y números. Ejemplo: "Gestión en equipos: 20 personas, durante tres años, incremento de las ventas: 300%".

### Explicita tus habilidades

No solo los *bots*, hoy cualquier sistema utiliza búsquedas booleanas. Ya sabes, como las que haces en Google con las comillas y añadiendo *and*, *or*... Si buscamos a alguien con alta capacidad de comunicación y orientación al resultado, lo buscaremos así.

Y de propina, que sepas que lo anterior es válido también para LinkedIn.

Si estás en ello: suerte.



El silencio no es rentable

Somos especialistas en comunicación

**BARA BB BARA**  
COMUNICACIÓN

**Personas que creen en personas.**

Información veraz, contrastada, limpia de manipulaciones para instituciones, empresas y particulares.

En ocho idiomas.

Para soportes impreso, audiovisuales, online y RRSS.

Tfno: 922 897 517. [publicidad@barabaracomunicacion.com](mailto:publicidad@barabaracomunicacion.com)

## LA DIRECTORA DEL SERVICIO DE DEPORTE DE LA ULL, EN EL COMITÉ DE LA RED EUROPEA DE SERVICIOS DEPORTIVOS ACADÉMICOS



La directora del Servicio de Deportes de la Universidad de La Laguna (ULL), Begoña López, ha sido nombrada miembro del Comité Ejecutivo de la Red Europea de Servicios Deportivos Académicos (ENAS). La decisión fue tomada en la primera

reunión del año, en febrero en la Universidad de Bochum, de Alemania. Este organismo está compuesto por una asociación de oficinas deportivas de educación superior europea no gubernamental. Fue fundado en 1997 en la ciudad francesa de Cham-

béry y actualmente cuenta con más de 120 miembros de 21 países de Europa. Está formado por miles de estudiantes y empleados y su principal objetivo es la promoción del deporte dentro de las universidades y mostrarlo como un elemento de integración.



**BOSCH**

Bosch ofrece la mejor opción para estar a gusto en el hogar, cuidando siempre del medioambiente.

**AIRE ACONDICIONADO  
BOSCH**

**MÁXIMA EFICIENCIA**



## HIBELIA, APUESTA SEGURA POR LA HIGIENE



Hibelia, empresa con más de 18 años dedicados al servicio de higiene para toda Canarias (Legionela, Seguridad alimentaria, Control de plagas, Limpieza de campanas...), asistió a la feria Expocida celebrada en Madrid el pasado febrero. De esta manera, Hibelia sigue apostando por dar las mejores soluciones a sus clientes con la mejor relación calidad-precio.  
T. 928 728 474 / [www.hibelia.com](http://www.hibelia.com)

## OCEANOCAN PREVENCIÓN



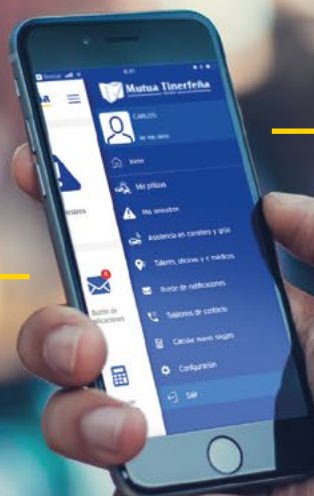
Ponemos a tu disposición nuestro servicio de medicina aeronáutica para pilotos comerciales y privados, TCP, controladores aéreos y pilotos de drones, certificados por AESA para todas las categorías de reconocimientos médicos oficiales, en Gran Canaria y Tenerife. Hacemos formación del módulo de medicina aeronáutica para escuelas de pilotos y TCP y formación homologada en primeros auxilios y DESA para todas las empresas. ¡La prevención no es una opción!

T. 928 339 325 / 922 250 477  
[www.oceanocan.es](http://www.oceanocan.es) / [info@oceanocan.es](mailto:info@oceanocan.es)

## Nuestros servicios en la palma de tu mano

Realiza todas las gestiones de tu seguro a través de nuestra App Mutuatfe

Descárgala gratis



**Mutua Tinerfeña**  
SEGUROS

[www.mutuatfe.es](http://www.mutuatfe.es) [in](#) [f](#) [t](#) [v](#) [@](#)

## MÁS DE 300 ESCOLARES PARTICIPARON EN LA MAREA VIOLETA DE TEGUESTE



Con motivo del Día Internacional de la Mujer, más de 300 escolares con edades entre los tres y 16 años formaron la Marea Violeta para apoyar el mensaje que defiende la igualdad real entre mujeres y hombres. En concreto, en la marea participaron alumnos del IES Tegueste y de los

colegios María del Carmen Fernández Melián, Melchor Núñez Tejera, Francisca Santos Melián y Teófilo Pérez. Cada colegio presentó un proyecto artístico con el que, a través de una canción, poema o baile, buscaban concienciar sobre la reivindicación de los derechos de las mujeres.



**RESIMET** es una de las principales empresas dedicadas a la recuperación de residuos metálicos en Canarias.

Comparamos chatarra: cobre, aluminio, hierro, latón... Lo limpiamos, lo procesamos y lo dejamos listo para volver a fundir.

Con más de 20 años en el sector, estamos a la vanguardia en maquinaria, innovación y tecnología. Poseemos una de las plantas más grandes en Canarias para fragmentación de cableado de cobre y recuperación de cobre y PVC.



Carretera Las Palmas-Jinámar, km 7.  
Las Palmas de Gran Canaria.

Tfno.: 928 710 791

email: [resimet@resimetsl.com](mailto:resimet@resimetsl.com)

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

## CAJASIETE REÚNE A LOS COLABORADORES DEL BLOG 'CAJASINETECONTUNEGOCIO'

Cajasiete ha reunido por cuarto año consecutivo en una jornada de trabajo a los colaboradores del blog *cajasietecontunegocio*. Participaron en la jornada Miguel Fernández, director general de ITOP; Manuel del Castillo, director general de Cajasiete; y la profesora Antonia Molinero, de la Escuela Literaria, que cerró la jornada con un taller de escritura.



El blog *cajasietecontunegocio* tiene como objetivo guiar a las empresas, autónomos y profesionales de Canarias

en el desarrollo de su actividad, tratando los principales asuntos de la gestión empresarial con artículos, clasificados en

diez temas diferentes, creados por una serie de colaboradores de gran prestigio profesional y extenso conocimiento.

# ahora, Residencial Ancor.

Viviendas de 2 y 3 dormitorios con garaje y trastero en urbanización con piscina, solárium y jardines comunitarios.

📍 Playa de Abades a 4 minutos.

ahora,  
metrovacesa

COMERCIALIZA  
ALTAMIRA

900 55 25 25

[metrovacesa.com/promociones/tenerife/arico/ancor/](http://metrovacesa.com/promociones/tenerife/arico/ancor/)

## ¿GRASA CORPORAL?

Con nuestra experiencia y el arsenal tecnológico de Clínica Salud Estética conseguirás reducir esos centímetros que te sobran. Si lo que te preocupa es la zona del abdomen, flancos, cartucheras o la papada, prueba Coolsculpting, el primer tratamiento que consigue eliminar de forma segura y eficaz la grasa localizada. Este método es apto tanto para hombres como para mujeres y no requiere postoperatorio. Además, te ofrecemos el asesoramiento nutricional basado en tu test genético para que nunca más vuelvas a tener que hacer dieta. Reserva ya tu diagnóstico gratuito en CSE | Clínica Salud Estética.

Saludestetica.com  
La Marina, 23  
S/C Tenerife  
T. 922 245 297



hospiten 

## Cuídate y déjanos cuidarte

Si eres paciente de Hospiten llama a tu centro donde te facilitarán un link con acceso a tu **videoconsulta**.

Servicio gratuito  
durante el mes  
de abril



# Coronavirus (COVID-19)



¿Qué puedo hacer para protegerme?

Realiza una higiene de manos frecuente



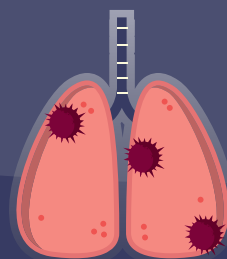
Al toser o estornudar, **cúbrete la boca y la nariz con pañuelos desechables** y tíralos a la basura

Evita el contacto estrecho con personas que tosan o estornuden



Lávate las manos **con agua y jabón o gel hidroalcohólico**

Mantén una distancia de al menos 1 metro **con personas con síntomas de infección respiratoria**



Teléfono de Información Coronavirus (COVID-19) del Gobierno de Canarias:  **900 112 061**

Más información oficial sobre Salud Pública:



  
canaria.saludable.org

  
Servicio Canario de la Salud

 Gobierno de Canarias

# BINTER PONE EN MARCHA VARIAS INICIATIVAS PARA LA LUCHA CONTRA EL COVID-19

La compañía aérea ha impulsado diferentes acciones desde el inicio de la pandemia, con el objetivo de apoyar a los colectivos más afectados por la crisis, como parte de su compromiso con el Archipiélago y todos los canarios.



La aerolínea ha mantenido en todo momento la conectividad entre las Islas, operando actualmente, con las máximas garantías de seguridad, un servicio esencial de 20 vuelos diarios para el transporte de personal sanitario, pasajeros que deben desplazarse por motivos médicos y profesionales de servicios considerados esenciales. Todo ello, asumiendo la aerolínea unas conexiones aéreas cuyos costes quedan lejos de ser cubiertos.

Solo en el mes de marzo, la compañía gestionó 1653 envíos con más de 22200 kilos de mercancía exprés compuesta

por análisis clínicos, los test de detección del coronavirus que se realizan fuera de Tenerife o Gran Canaria y otro tipo de material sanitario, así como 13029 kilos de medicamentos para su distribución en los centros del Archipiélago.

Dentro del convenio de colaboración que Binter mantiene con el Instituto Canario de Hemodonación y Hemoterapia (ICHH), se han transportado cerca de 3500 kilos de sangre, a través de 217 envíos, con el fin de recolectar y suministrar sangre y hemoderivados a todos los centros hospitalarios de las Islas.



### **Aportación de material para la lucha contra el COVID-19**

Para dotar de mayores recursos materiales a los centros y organizaciones que están prestando ayuda durante el estado de alarma, la aerolínea canaria ha donado una partida de 3000 almohadas con funda, más de 400 mantas y 3000 barajas infantiles; y, en colaboración con Tirma y la consejería de Derechos Sociales e Igualdad del Gobierno de Canarias, también ha distribuido más de 200.000 de sus icónicas chocolatinas entre el personal y pacientes de los hospitales de las Islas.

### **Reorientación temporal de los talleres de Binter**

Conscientes del incremento de la demanda de materiales de protección sanitaria y las dificultades que están encontrando las autoridades para adquirirlos en el mercado, la aerolínea ha



decidido realizar un esfuerzo y reorientar la producción de los talleres de una de las empresas del sistema Binter e iniciar la fabricación de mascarillas individuales y de visera, así como de mamparas de protección para mostradores en farmacias y comercios de servicios esenciales.

-

***Binter ha reorientado  
la producción de sus talleres  
a la elaboración de mascarillas  
y mamparas de protección***

-

### **Vuelos de repatriación**

Ante la situación de miles de personas atrapadas en otros países, Binter ha puesto en marcha diversos vuelos de repatriación en los que ha traído de vuelta tanto a los clientes de la aerolínea como a otros españoles que no tenían otra forma de regresar a su lugar de origen.





Por Astrid da Silva Jiménez  
Fotografías por Ibon Azpilikueta

# CANTABRIA EN UN FIN DE SEMANA

En el norte de España, camuflada por sus vecinos, se encuentra Cantabria, un paraíso natural que ofrece al viajero paisajes llenos de contrastes, que pasan del azul intenso del mar al verde de las montañas. Un lugar diseñado para los amantes de la naturaleza y de la gastronomía, para aquellos que disfrutan del turismo rural, de los pueblos pequeños y de la desconexión.

Visitar Cantabria es dejarse llevar, ¿se atreve?





En esta escapada teníamos poco tiempo, ya que solo íbamos de jueves a domingo, así que queríamos exprimir al máximo la visita. Para hospedarnos queríamos alejarnos de la ciudad, por lo que buscamos un hotel rural en Novales, un pueblo pequeñito, con menos de 500 habitantes, ubicado en plena naturaleza, al que acudimos nada más llegar a Cantabria.

Al día siguiente, fue el anfitrión del alojamiento quien nos diseñó el itinerario que seguiríamos a pies juntillas durante el fin de semana. “Si solo venís por tres días, tenéis que ver esto” y nos entregó una nota que ponía con letras muy claras: Santillana del Mar, San Vicente de la Barquera y los Picos de Europa. No debatimos, ya que sus canas y su acento revelaron enseguida la experiencia que tenía sobre su propia tierra.

Nos pusimos en marcha en dirección a Santillana del Mar, que “ni es santa ni es llana ni tiene mar”, como me dijeron los tres camareros de los tres bares en

los que paramos a comer o a tomar café. Y es que, efectivamente, no está en la costa, sino que es un pueblo de interior, encantador, rodeado de colinas, de calles empedradas y de estilo medieval. Según varios portales de turismo, está considerado uno de los pueblos más bonitos de España, y no es de extrañar, ya que Santillana guarda una esencia especial que le invito a descubrir por sí mismo.

-

***Continuamos hasta San Vicente por un paisaje precioso al borde de la costa. Aquí nos encontramos playas y calas espectaculares, como la de Oyambre y los arenales de Merón***

-

Ese mismo día, aprovechando lo cerca que estábamos, visitamos el Museo de las Cuevas de Altamira, donde se puede contemplar una réplica exacta de



la cueva original en la que fueron halladas las muestras de arte rupestre del paleolítico más importantes del mundo, toda una joya arqueológica. El sábado decidimos emprender el rumbo hacia San Vicente de la Barquera, pero antes de llegar hicimos parada en la cueva del Soplao, ya que nos habían hablado mucho de ella. Durante más de cien años de esta cueva se extraía zinc y plomo, pero actualmente es conocida por la majestuosidad de sus formaciones geológicas. La excursión es de lo más emocionante: 15 minutos en un tren minero, que baja hasta una profundidad de 400 metros bajo tierra, para luego hacer una ruta a pie por las antiguas galerías mineras. ¡Si no es demasiado claustrofóbico no se lo puede perder! Merece mucho la pena.

Continuamos hasta San Vicente por un paisaje precioso al borde de la costa. Aquí nos encontramos playas y calas espectaculares, como la de Oyambre y los arenales de Merón, de aguas cristalinas y rodeadas del verde de los montes

y praderas colindantes. Además, vale mucho la pena visitar el casco histórico, donde puede comer con unas vistas maravillosas de las marismas y de la ría de San Vicente. El domingo era nuestro último día, así que aprovechamos para visitar el Parque Nacional de los Picos de Europa, una cordillera imponente y espectacular que dibuja paisajes utópicos: lagos, pastos alpinos, vacas, ovejas y caballos en libertad... Un oasis de paz. Después de casi cuatro días en Cantabria solo podemos prometer una cosa: volveremos a por más.

---

## SANTANDER

*Vuele desde 6500 puntos/trayecto y  
sume hasta 3200 puntos por trayecto.*

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

***BinterMás***

---

### CÓMO LLEGAR

Binter conecta Santander con Canarias de forma directa, con dos frecuencias semanales a Gran Canaria los jueves y a Tenerife los lunes, con conexiones desde todas las islas y una duración de dos horas y 50 minutos. Santander es una elegante ciudad que se extiende a lo largo de una amplia bahía con vistas al mar Cantábrico. Su casco histórico se alza en medio de un increíble entorno natural entre mar y montañas. Su tradición marinera y comercial se une a una vocación turística centenaria, que tiene en la célebre playa de El Sardinero, en el paseo Marítimo y en la península de La Magdalena sus mayores atractivos.

### DÓNDE ALOJARSE

**Silken Río Santander 4\***: es una opción ideal para descubrir Santander, una ciudad elegante y señorial. Su noble fachada se asoma a la playa de El Sardinero y a las aguas del mar Cantábrico para ofrecerte unas irrepetibles vistas.

**Silken Coliseum 4\***: se encuentra ubicado en pleno centro de Santander, lo que te permitirá descubrir esta elegante ciudad con agradables paseos. Sin salir de las calles que envuelven el hotel, encontrarás el Ayuntamiento, la catedral de la ciudad, la plaza Porticada, la de la Esperanza, el Museo de Arte Moderno y Contemporáneo y, de camino al bello Cantábrico, el paseo de Pereda y los jardines de mismo nombre.



### QUÉ COMER

Santander sabe a rabas. A navajas. A marisco del Cantábrico. A anchoas de Santoña. A quesadas, a quesucos y a sobaos pasiegos. Santander es un destino donde el viajero disfruta de la comida y donde el producto de calidad es el gran protagonista de la mesa. Basta dar un paseo por la capital de Cantabria para percibir que esta es una ciudad a la que hay que venir con ganas de descubrir sabores y dispuestos a dejarnos seducir por el paladar.

### NO TE PUEDES PERDER

**Palacio de La Magdalena**: situado en el punto más alto de la península de La Magdalena, este edificio fue diseñado por Gonzalo Bringas y Javier González de Riancho. **Centro Botín**: de reciente apertura, es un espacio dedicado al arte y al desarrollo creativo. Diseñado por Renzo Piano, cuenta con dos grandes salas de exposiciones y una cafetería-restaurant dirigida por el chef dos estrellas Michelin Jesús Sánchez. Su ubicación privilegiada te permitirá disfrutar de las mejores vistas a la bahía. **Biblioteca de Menéndez Pelayo**: el escritor cántabro donó a Santander todo su fondo bibliográfico y el edificio en el que lo guardaba. **Casa-Museo de Menéndez Pelayo**: construida en 1876 y habitada desde entonces por la familia de don Marcelino. Años después de la muerte del erudito en 1912, se abrió al público conservando algunos muebles y enseres en el mismo lugar. Junto con la Biblioteca de Menéndez Pelayo, fue declarada conjunto histórico-artístico.

Más información

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

Hola.

La cuarentena nos ha ofrecido una oportunidad de introspección.

Después de esta crisis muchas cosas van a cambiar.

Crecimiento personal, nuevos valores, y quizás, un cambio laboral.

Si este es tu caso, en Dream Team tenemos un regalo para ti.



Descárgalo gratis en: [www.dream-team.es](http://www.dream-team.es)

**Dreamteam**  
EXECUTIVE SEARCH



Por Galo Martín Aparicio  
Fotografías por Janite

# LOS CINCO IMPRESCINDIBLES DE VIGO

Vigo es una ciudad herrumbrosa que transgrede. Por sus calles se trepa en vez de pasear. Las piernas robustas y los traseros firmes que ostentan los vigueses y las viguesas se deben a un trazado urbano diseñado para recorrerlo provisto de una cuerda y un arnés. Aquí van cinco sitios en los que merece hacer cumbre.

**Castillo del Castro.** La cima del monte del Castro es la azotea de la ciudad. Un balcón desde el que se divisan las islas Cíes y que se asoma a la ría de Vigo. En la parte más estrecha de ese fiordo, la ensenada de San Simón, tuvo lugar la batalla naval de Rande en 1702. Un episodio histórico que a Julio Verne le inspiró para escribir *Veinte mil leguas de viaje submarino*. Rande fue un combate sobre el agua en el que las escuadras anglo-holandesas pugnaron por hacerse con el oro y la plata de los galeones españoles, defendidos por fragatas y otros navíos franceses. Los preciados metales se desembarcaron en tierra firme a tiempo, pero las naves hispano-francesas ardieron en un infierno líquido y brumoso y cuajó la leyenda de que el fondo de la ría de Vigo era un potosí. Cazatesoros de toda Europa se desplazaron hasta la ensenada de San Simón para buscar los metales preciados sumergidos. Lo único que encontraron fueron

anclas, cañones y monedas. El verdadero tesoro de la batalla de Rande es su historia. En su recuerdo, entre los jardines que decoran el castro está el monumento a los galeones de Rande.

**Museo do Mar de Galicia.** Espacio híbrido que divulga el vínculo entre el mar y los vigueses y que funciona como un hito arquitectónico de la ciudad. Diseñado por el artista italiano Aldo Rossi y terminado por el gallego César Portela tras la muerte del primero, cuenta con exposiciones permanentes que explican la historia de la ciudad a través de su relación con el océano. Un museo en el que los visitantes conocen la actividad pesquera en toda su extensión: la pesca, el marisqueo y la acuicultura, los métodos de conservación, desde los antiguos sistemas de salazón a los modernos de congelación, los avances técnicos en las embarcaciones o la biología marina.

A este recorrido hay que sumar el acuario del museo, en el que se pueden ver los ecosistemas que hay en el propio muelle del sitio y en la costa acantilada de las islas Cíes.

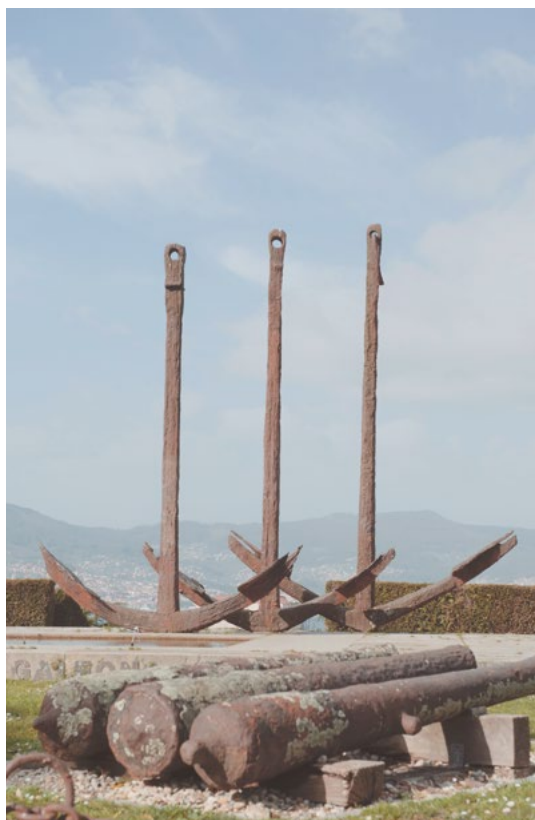
**Casco antiguo.** Pequeño, en torno a la concatedral de Santa María de Vigo. En la plaza A Pedra se celebra un mercadillo de productos locales de diversa índole. Antiguamente eran los de contrabando. La especialización de productos continúa por las calles adyacentes: ostras y marisqueiras en la rúa de la Pescadería, artesanía de mimbre en la rúa dos Cestos y tabernas en la rúa Real. Esta última da a parar al barrio de O Berbés y en ella se suceden casonas y pazos blasonados de entre los siglos XVI y XVIII.

-

***En los bares y restaurantes de calle de las Ostras, muy cerca de O Berbés, se pueden degustar estos preciados moluscos, uno de los tesoros gastronómicos de la ría de Vigo***

-

**Barrio de O Berbés.** En los albores del siglo XVIII muchos pescadores que faenaban en la ría viguesa se instalaron en el barrio de O Berbés, la cuna de Vigo. Hoy aquel viejo rincón es un pintoresco barrio en el que quedan en pie los soportales en los que se vendía el pescado y el agua del Atlántico los salpicaba. En cambio, los *peiraos* (esta palabra gallegoportuguesa significa 'muelle') ya no están, al menos en su ubicación original. Vacío de agua, el lugar tiene todo el sabor fundacional de la ciudad. A esa arquitectura histórica que da testimonio de la vinculación laboral de los vigueses con el mar hay que sumar las grúas industriales de los astilleros. Gigantes de hierros torturados que forman parte



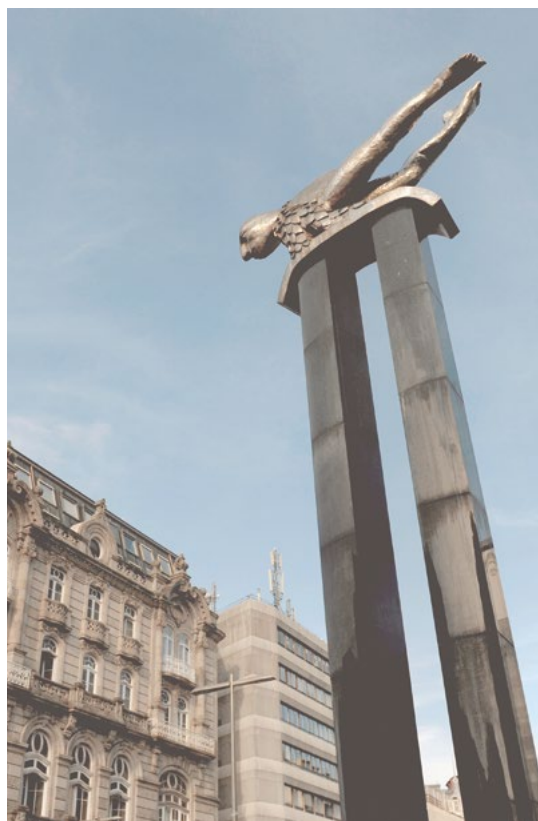




de la arqueología industrial y del paisaje de la ciudad olívica. En los bares y restaurantes de calle de las Ostras, muy cerca de O Berbés, se pueden degustar estos preciados moluscos, uno de los tesoros gastronómicos de la ría de Vigo.

-  
***El verdadero tesoro de la batalla de Rande es su historia. En su recuerdo, entre los jardines que decoran el castro está el monumento a los galeones de Rande***  
 -

‘El sireno’. Es una moderna escultura de acero inoxidable, obra del artista gallego Francisco Leiro, que se eleva por encima de la Puerta del Sol de Vigo. La instalación de *El sireno*, a principios de los años noventa del siglo XX, fue polémica. Ha pasado de ser un elemento transgresor a convertirse en un emblema de la ciudad. La obra de arte en cuestión representa a un hombre pez que señala el mar. Hoy *El sireno*, además de pasar por un vecino más de la plaza en la que se encuentra, se usa mucho como anagrama en las comunicaciones institucionales y se hacen de él representaciones en miniatura. *El sireno* representa el triunfo de la transgresión sobre la tradición.



-  
**VIGO**

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

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

***BinterMás***  
 -



Por David Sendra Domènech  
Fotografías por Pedro Orihuela

# DESCUBRIENDO LA ARQUITECTURA DE CASABLANCA

Tras establecerse el protectorado francés, y con una Europa en período de guerras, artistas de medio mundo invadieron Casablanca persiguiendo la oportunidad de crear sin limitaciones. Fue así como la ciudad se convirtió en un laboratorio arquitectónico.

En Casablanca se resume Marruecos, el constante equilibrio entre tradición y modernidad, una ciudad vibrante repleta de contradicciones que parece crecer de forma totalmente libre, sin el corsé de exigencias de ningún lado. Con una Europa en período de guerras, los artistas llegaban a la ciudad animados con la idea de poder crear sin límites ni impedimentos, y así fue como se mezclaron, habitualmente de forma armoniosa, estilos radicalmente diferentes para crear edificios sorprendentes, algunos de los cuales aún se mantienen en buen estado.

Jean-François Zevaco fue uno de esos arquitectos. Desarrolló en Casablanca un tipo de arquitectura totalmente comprometida con la modernidad, inspirada en los grandes del momento pero sin olvidarse de que estaba en Marruecos, con su propia idiosincrasia. Su Villa Suissa, hoy convertida en el restaurante Villa Zevaco, unía el diseño británico con las tradiciones marroquíes y destacaba en el aristocrático Anfa por su fachada de vanguardistas tejados volados, curvos y agudos. Él también hizo el pasaje subterráneo y la cúpula de la plaza de las Naciones

Unidas (a tiro de piedra del mítico Hotel Excelsior), el punto donde todo empezó, donde el equipo del arquitecto y urbanista Henri Prost ideó la nueva Casablanca y la separación de la nueva y la vieja medina. De hecho, el barrio de Habbous, la nueva medina, fue obra de Auguste Cadet y Edmond Brion, que supieron conjugar modernidad con respeto por el estilo tradicional. La nueva arquitectura rompía y sigue rompiendo con las técnicas y métodos constructivos tradicionales.

-

***No abandones el bulevar sin tomarte un café en Le Petit Poucet, reliquia de los años veinte que frecuentaban Saint-Exupéry, Édith Piaf y Albert Camus, entre otros***

-

Del estilo neomorisco con un punto artístico, historicista y hasta romántico, fascinado con la cultura árabe y de Oriente en general, se dio el salto a un estilo neomarroquí que conjugaba el *art déco* y el *art nouveau*.



En el Boulevard de Paris encontramos el Banco Al-Maghrib, obra de Edmond Brion, cerca de la plaza Mohammed V, con una imponente fachada de piedra tallada y un interior art déco con patrones *zellij*, y, casi enfrente, la Oficina de Correos, de Adrien Laforgue, con una entrada neomorisca con los clásicos azulejos coloridos.

En las proximidades de la plaza se levanta el Palacio de Justicia, creación del arquitecto francés Joseph Marrast. No muy lejos, al otro lado de la plaza, la Wilaya conjuga un sinfín de elementos, desde el neomarroquí con art déco general al toque árabe-andaluz de los arcos y patio interior, torre del reloj modernista y escalinata monumental veneciana. Sin duda, un excelente ejemplo de la innovación y mezclas armónicas de arquitecturas. En el Boulevard Mohammed V es donde, posiblemente, más joyas arquitectónicas se presentan, en

una especie de museo al aire libre, empezando tal vez por los edificios Glaoui (del arquitecto francés Marius Boyer, que también firma el edificio Assayag II con sus famosas escaleras helicoidales) y Tazi, donde el edificio Maroc-Soir es un ejemplo de estilo neomarroquí y el Cine Rialto, art déco obra de Pierre Jabin, una joya histórica por lo que es y por los grandes nombres que actuaron en él, como Édith Piaf, Charles Aznavour o Josephine Baker. Y no abandones el bulvar sin tomarte un café en Le Petit Poucet, reliquia de los años veinte que frecuentaban Saint-Exupéry, Édith Piaf y Albert Camus, entre otros.

En otros puntos de la ciudad se levantan la Villa des Arts, cerca del parque de la Liga Árabe, con estilo art déco, o la mezquita Hassan II, un templo más reciente diseñado por el arquitecto francés Michel Pinseau en estilo morisco. En la zona de Corniche están también los centros comerciales de AnfaPlace, de Norman Foster, y el Morocco Mall, de Design International. Si lo prefieres, la Asociación Casamemoire, cuyo objetivo es la preservación del patrimonio arquitectónico, tiene rutas guiadas por la arquitectura de Casablanca y así podrás descubrir y entender cuán audaces e innovadores fueron esos arquitectos llegados del extranjero que promovían alta creatividad con calidad incomparable.

## CASABLANCA

*Vuele desde 6000 puntos/trayecto y  
sume hasta 600 puntos por trayecto.*

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

**BinterMás**

# LORO PARQUE Puerto de la Cruz, Tenerife

## La Embajada de los animales

Si viajas a Tenerife no puedes dejar de visitar Loro Parque, reconocido como el mejor zoológico del mundo en los premios Travelers' Choice Awards 2017 y 2018. Este inigualable Parque ofrece al visitante una experiencia única, con la que podrá contemplar a los animales en una recreación de su hábitat natural rodeados de un impresionante espacio de biodiversidad y donde descubrirá la naturaleza como nunca antes la había visto.

Observa 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](http://loroparque.com)

# LA FAMILIA CRECE



¡Conoce a las crías de jaguar,  
embajadoras de su especie  
en la naturaleza!

Síguenos en     

# SIAM PARK Costa Adeje, Tenerife

## Una vez más, ¡campeón del mundo!

Nombrado por sexto año consecutivo como mejor parque acuático del mundo, Siam Park, el reino del agua, 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, la montaña rusa acuática más espectacular del mundo, con alrededor de 240 metros de recorrido, curvas de alta velocidad y 14 cambios de dirección que retan a las leyes de la física. Como novedad, dos nuevas atracciones: Patong Rapids, con un trayecto de más de 235 metros lleno de curvas y saltos, y Coco Beach, una zona infantil para que padres e hijos puedan vivir una experiencia única. Todo esto, en un entorno paradisíaco y con un servicio de máxima calidad.

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



Síguenos en     

# ¡ UN AÑO DE DIVERSIÓN Y AVENTURA!



64 € adultos 40 € niños

\*Precio adulto y niño residente. Consultar otros precios en: [loroparque.com](http://loroparque.com) y [siampark.net](http://siampark.net)

Por Carlos Fuentes @delocotidianocf  
Fotografías por Patri Campora y Adobe Stock

# PASEO CON 'CACHUPA RICA' A LA SOMBRA DE SUCUPIRA

La situación del archipiélago de Cabo Verde –diez islas separadas del continente africano por 575 kilómetros de mar– en el mundo obligó siempre a su medio millón de habitantes a ingeniárselas para lograr pertrecharse de alimentos necesarios para el sustento cotidiano. Con un protagonismo absoluto de los productos locales, los mercados callejeros de Cabo Verde, populares y entretenidos, son una mezcla atribulada de tiendas, patios de vecinos y casas de comidas a cielo abierto. Y una excusa para pasear un buen rato.

En Praia, capital nacional y ciudad principal de la isla de Santiago, el centro de las compras de abasto de los caboverdianos está en el mercado de Sucupira. Situado en la parte baja de Praia, en un cruce de caminos que anuncia la salida de la ciudad por la carretera que atraviesa la isla hasta la norteña Tarrafal, Sucupira combina sin

mucho orden ni concierto puestos de mercancías, tiendas de textiles, talleres de reparación, salones de peluquería y la panoplia infinita que se le supone a un mercado africano: artesanía tradicional en madera y pieles, preciosas telas estampadas llegadas del vecino Senegal o imitaciones baratas venidas de China, que de todo hay.



Durante siglos, antes de la invención del motor a vapor, las islas de Cabo Verde fueron un paso obligado para la mayoría de grandes veleros que iniciaban la travesía transatlántica. De hecho, la misma palabra *Sucupira* suena a Brasil –al otro lado del mar da nombre a un árbol utilizado para madera, forraje e infusiones medicinales– y algo de ello flota en el ambiente en estas diez islas a medio camino entre África y América.

También en sus cocinas, donde hoy los caboverdianos combinan productos, recetas y sabores procedentes, quizás, de lugares hoy distantes pero a la postre complementarios. Entre tiendas multicolores y terrazas a la sombra, la zona de casas de comidas de Sucupira está situada en el corazón del mercado y, como un oasis en medio del ajetreo, ofrece una buena oportunidad para probar en el almuerzo algunas de las especialidades del país.

-

***En el barrio alto Plateau está el mercado local de pescado. Buena excusa para subir las escaleras y llevar un trozo de atún o emperador para preparar la cena***

-

Y como ninguna otra, la *cachupa* es la receta estrella. Este plato de estofado no es ni más (ni menos) que la versión caboverdiana del puchero cocido en una única olla en la que cabe casi de todo. Primo hermano de la sopa-cocido brasileña llamada *mingunzá*, las *cachupas* caboverdianas (las hay de carne y de pescado) combinan carnes de ternera, pollo y cerdo con dosis generosas de judías, col, tomate, maíz, tomate, yuca, cebolla, zanahoria, calabaza, cilantro y ajos más tocino, costillas de cerdo, hueso de ternera y chorizos. La versión completa

del plato de Cabo Verde se llama *cachupa rica*, mientras que la menos generosa se pide, a veces como desayuno, como *cachupa pobre*. Aunque las dos, más allá del gusto de cada uno, están igual de buenas si se cocinan con productos de calidad y, muy importante, se dedican de dos o tres horas al guisado lento.

Fuera de Sucupira, en el barrio alto Plateau está el mercado local de pescado. Buena excusa para subir las escaleras y llevar un trozo de atún o emperador para preparar la cena.

En el Mercado do Peixe no hay puestos de comida, pero cerca hay una oferta estimable de bares y restaurantes. En Quintal da Música, al final de la avenida Amílcar Cabral, puede probar el *buzio*, otro sabroso guiso cocinado a fuego lento con marisco y salsa de soja; el *caiderado* de pescado, papas y verduras; la *bafa*, sencillo aperitivo de pescado con tomate, cebolla y pimientos en pan rallado; o la siempre recurrente morena frita.

El postre de despedida de este paseo gastronómico por Cabo Verde puede ser el *bol cus-cus*, un pastel con maíz y azúcar que se sirve caliente con mantequilla y queso de cabra; el propio queso de cabra con dulce de papaya; o el flan con café de la isla de Fogo.

-

## CABO VERDE - Praia

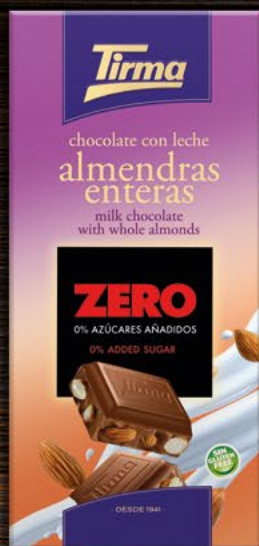
***Vuele desde 10 000 puntos/trayecto y sume hasta 1740 puntos por trayecto.***

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

***BinterMás***

-





# POR ESOS~ PEQUEÑOS HOMENAJES

NUEVA IMAGEN,  
NUEVO CHOCOLATE 85% CACAO

**Tirma**

Por *Juan José Ramos Melo*  
@JuanjoRamosEco

# DONDE CONFLUYE EL PASADO



**La Reserva de la Biosfera Intercontinental del Estrecho de Gibraltar es un espacio natural único en el planeta, que pretende conservar los valores naturales, culturales y etnográficos de un territorio que afecta a dos continentes. En octubre de 2006 la Unesco incluyó este singular espacio en la lista mundial de Reservas de la Biosfera. La reserva gestiona un millón de hectáreas de ambas orillas, España y Marruecos, con el fin de proteger la biodiversidad de la zona e impulsar la cooperación de ambos países. Además, es la primera reserva en contar con mar dentro de sus límites.**

**La Reserva de la Biosfera Intercontinental la constituyen en Andalucía los Parques Naturales de Sierra de Grazalema, Sierra de las Nieves, el Estrecho y Los Alcornocales, los Parajes Naturales de Los Reales de Sierra Bermeja, Sierra Crestellina, Desfiladero de los Gaitanes y Playa de Los Lances, y los Monumentos Naturales de Duna de Bolonia, Pinsapo**

**de las Escaleretas y Cañón de las Buitreras. En Marruecos incluye el Parque Nacional de Talassemtane y los Sitios de Interés Biológico y Ecológico de Jbel Bouhachem, Ben Karrich, Jbel Moussa, Koudiet Taifour, Côte Ghomara, Cirque de Jebha y Lagune de Smir. Todos ellos lugares de indudable valor ecológico, paisajístico y ecoturístico.**

A ambos lados del Estrecho se encuentran dos prominentes montañas de piedra, el peñón de Gibraltar y el Jebel Mussa, conocidas en tiempo antiguo como las columnas de Hércules. Según cuenta la leyenda, el más fuerte de todos los hombres llegó a los confines del mundo buscando la isla de Eritrea, donde tenía que llevar a cabo uno de los últimos trabajos encargados por el rey Euristeo, la captura de los toros de Gerión. Durante su periplo se encontró multitud de obstáculos que remontó con la mayor celeridad posible; entre ellos se halla la creación del Estrecho de Gibraltar, al separar dos grandes rocas que obstruían su paso hacia la isla de Eritrea. Hércules separó las dos extensiones de tierra que formaban Europa y África con sus propias manos para poder acceder a la isla, colocando a ambos lados unas columnas como símbolo de la frontera última de todo lo conocido por el hombre. Más allá del Estrecho solo existían las tinieblas, el fin del mundo.

-

***En el norte de Marruecos se encuentra el arco de la cordillera del Rif, con un clima influenciado por los vientos atlánticos del oeste y mediterráneos del norte***

-

Por estas tierras han pasado todos los pueblos que dominaron el Mediterráneo: cartagineses, fenicios, romanos y árabes, entre otros. Su huella es más que patente en la multitud de ruinas que podemos encontrar, entre las que destacan las romanas de Baelo Claudio en la playa de Bolonia (Tarifa) y Volubilis en la orilla marroquí.

Pero mucho antes de romanos, fenicios y cartagineses, hace unos 20000

años también estuvieron por aquí antiguos pueblos primitivos, que dejaron huella de su presencia en las paredes de multitud de cuevas rupestres, como la del Moro o la de Los Alemanes. El Estrecho siempre fue un nexo entre culturas y biodiversidad. La riqueza natural compartida entre ambas orillas proviene en gran medida de la posición de frontera zoológica y ruta migratoria entre los continentes europeo y africano y entre el océano Atlántico y el mar Mediterráneo, generando un efecto de migración cruzada, que no deja exentas a las migraciones humanas que han tenido lugar desde tiempos prehistóricos.

El conjunto de la orilla andaluza se caracteriza por tener la mejor representación y diversidad de la vegetación del monte mediterráneo, principalmente de alcornoques, encinares y canutos de vegetación terciaria similar a la laurisilva existente en las Islas Canarias.

En el norte de Marruecos se encuentra el arco de la cordillera del Rif, con un clima influenciado por los vientos atlánticos del oeste y mediterráneos del norte. Estas sierras calizas reciben la tasa de precipitaciones más alta del país, con más de 2000 milímetros anuales, carácter climático que comparte con la gaditana Sierra de Grazalema. Las riberas norte y sur del Estrecho comparten además un 75 por ciento de su flora, en la que destaca la presencia de formaciones endémicas de pinsapo y abetos marroquíes, así como de encinares, alcornocales y una gran variedad de formaciones de matorral y pastizales.

Las joyas botánicas de la reserva son los bosques de pinsapos en Andalucía y de abetos atlánticos en Marruecos. El pinsapo es un abeto exclusivo y endémico, que únicamente se encuentra localizado en puntos muy concretos,



con clima de montaña mediterránea y en los que abundan las precipitaciones, como son las serranías de Ronda y de Grazalema. Su mayor interés radica en el carácter relicto de la especie, que, junto con otros abetos primitivos, aprovecharon las épocas frías del cuaternario para distribuirse por la región del Mediterráneo, y que luego desaparecieron tras retirarse los hielos.

Los bosques de pinsapos han estado muy amenazados por la acción humana, principalmente por las talas y los incendios forestales. El naturalista británico Abel Chapman se quedó tan preocupado cuando visitó la sierra de Grazalema en 1909 que vaticinó su desaparición en su libro *Unexplored Spain*: “Que de aquí a 15 años habrán destruido el último pinsapo andaluz”. Afortunadamente, Chapman se equivocó y los bosques de pinsapo se han ido recuperando poco a poco.

No corren la misma suerte sus parientes más cercanos, los abetos *Abies maroccana* y *Abies tazaotana*, ambos supervivientes de las glaciaciones en el Parque Nacional de Talassemtane, ubi-

cado en la orilla marroquí de la reserva. Su similitud llevó a que, durante años, se llegase a pensar de que se trataba de la misma especie que el pinsapo andaluz. Sin embargo, los últimos estudios genéticos lo descartaron, aunque confirmaron la cercanía de ambas variedades. Los primos marroquíes subsisten recluidos en zonas altas, en una extensión de 3000 hectáreas y amenazados por una importante deforestación impulsada por talas para dedicar los terrenos a cultivos.

-

***Las joyas botánicas de la reserva son los bosques de pinsapos en Andalucía y de abetos atlánticos en Marruecos***

-

En la reserva crían unas 200 especies de aves, entre ellas el águila real, el alimoche, el buitre leonado y especies exclusivamente africanas como la chagra senegalesa, el bulbul naranjero y el colirrojo diademado.

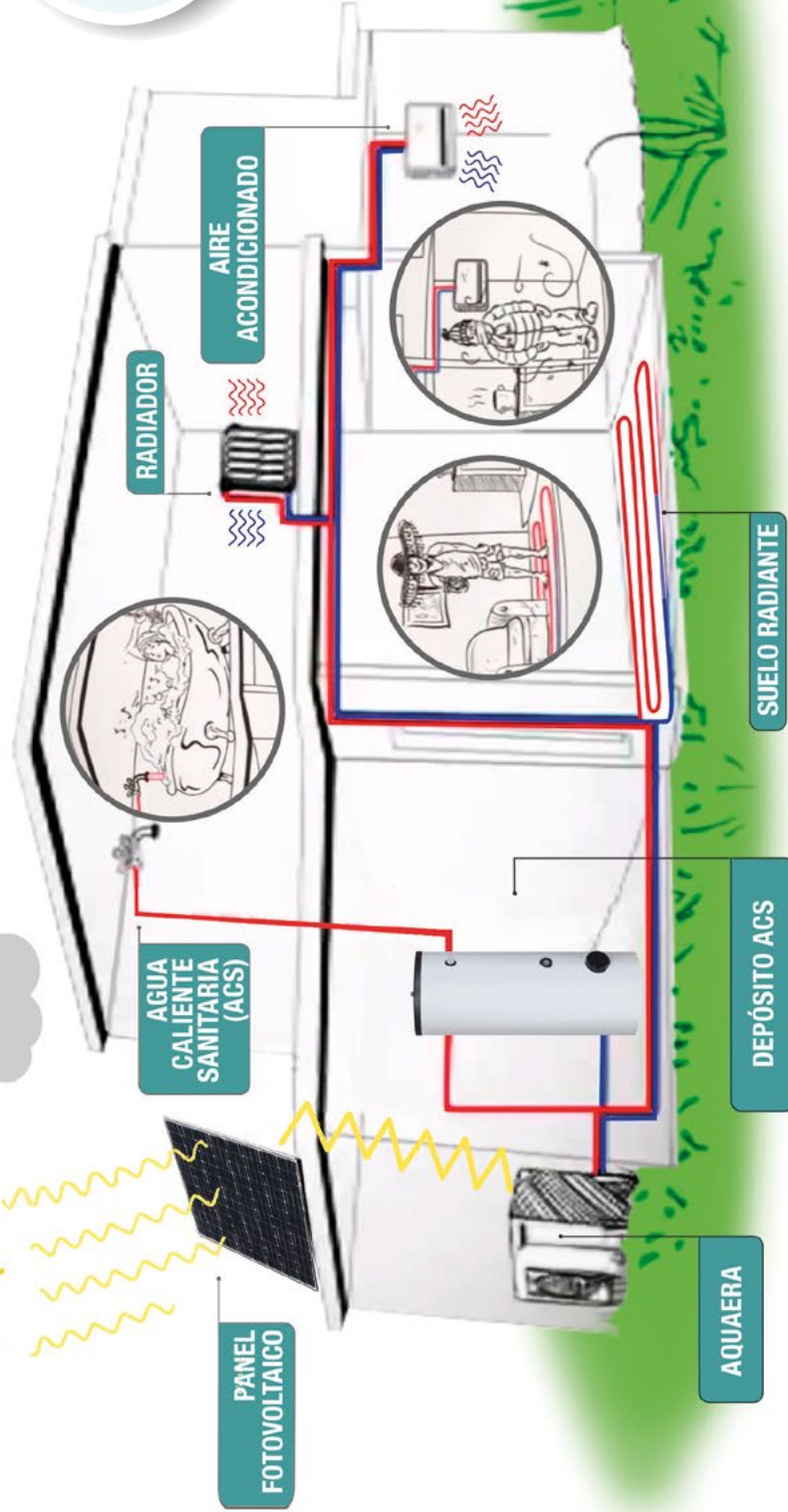


# AEROTERMIA PANASONIC, ENERGÍA RENOVABLE PARA SU HOGAR

# AQUAREA

## BOMBA DE CALOR AIRE / AGUA

HASTA  
UN 75 %  
DE AHORRO  
DE ENERGÍA



**Panasonic**  
heating & cooling solutions

**Panasonic**  
**HIT**  
Photovoltaic Module



**ENAIRGY**  
clima eco-industrial

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

# Volveremos a viajar...

*Cuando todo esto pase, volveremos a vivir, a reencontrarnos, a abrazarnos, a celebrar juntos.*

*Volveremos a disfrutar al aire libre, redescubriremos la belleza de la tierra en la que vivimos, nos relajaremos al sol, descargaremos adrenalina, saborearemos la vida de otra manera, más intensamente. Cuando todo quede atrás, retomaremos nuestras vidas y volveremos a vivir. Volveremos a viajar.*



*Mientras te invitamos a seguir viajando con la imaginación a través de las historias viajeras que te esperan en nuestro blog.*

## Viajar es Vivir

Nuestro blog de viajes y estilo de vida

Vuela con:

**Binter**



@canariasviaja

Descubre nuestras historias viajeras, tan variadas como los destinos que las han inspirado: **Diarios de viaje** en los que volver a viajar de la mano de otros viajeros; **Rincones por descubrir** en cada uno de nuestros destinos; **Postales** que nos mandan personas locales mostrándonos aspectos menos conocidos; **El viaje** de algunos de nuestros viajeros que quieren compartir su experiencia; o un momento para detenernos **Aquí, ahora** y disfrutar del momento.

Cada historia, como una pieza de puzzle que nos ayuda a construir un destino, para que encuentres el viaje que encaja contigo. Sumérgete en nuestras historias viajeras:

### Diario de viaje:



### La mirada de César Manrique

Te invitamos a redescubrir Lanzarote desde otro punto de vista, desde la mirada de César. ¿Qué es lo que sedujo a Manrique de su isla? ¿Qué veía él en esta isla de árida belleza? ¿Qué le inspiraba para convertirla en su musa y en el lienzo de su obra? Ya no volverás a mirar Lanzarote con los mismos ojos.

### Carmona. Lucía y Fer, la buena vida sencilla

Un flechazo hizo que una pareja de urbanitas abandonara su vida en la gran ciudad para perseguir un sueño: montar un pequeño hotel rural en un pequeño pueblo de Cantabria, Carmona. Un lugar desde el que vivir y compartir la buena vida sencilla.

### Postales desde:



### Especiales:



### Vive Gambia: La sonrisa de África

Embárcate en una aventura africana en femenino. Recorre Gambia y Senegal en un viaje de descubrimiento, aprendizaje, y siente como África se te queda pegada a la piel, al alma y al corazón. Vive Gambia.

Sigue descubriendo estas historias en nuestro blog: [www.canariasviaja.com/viajaresvivir](http://www.canariasviaja.com/viajaresvivir) #VolveremosAViajar

**Viajar es Vivir**

Nuestro blog de viajes y estilo de vida

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

Por *Juan José Ramos Melo*  
@JuanjoRamosEco

# EL DESIERTO CANARIO



Los grandes llanos de piedra y arena que dominan las caras sur de las islas centrales y el interior de las orientales, incluida La Graciosa, esconden una flora y fauna adaptada a extremas condiciones de vida. Fuertes vientos, escasas lluvias, gran insolación y suelos carentes de nutrientes convierten a estos lugares en auténticos desiertos. Hogar de aulagas, salados y balancones, y de aves como la hubara, el corredor y la terrera.



Cuando pensamos en el desierto muchas veces nos vienen a la cabeza lugares lejanos llenos de arena. Sin embargo, no siempre los desiertos son así, también existen desiertos rocosos e incluso de hielo. Los más famosos son los del Sáhara y el Kalahari en África, el Gobi en Asia y Arizona y Atacama en América. En las Islas Canarias también podemos encontrar zonas donde las precipitaciones son muy escasas, el efecto de la insolación muy alto, los suelos muy pobres y la presencia de vegetación muy baja. Son las zonas de dunas y los llanos pedregosos. Estos ambientes podríamos decir que son auténticos desiertos en miniatura. Son los desiertos de Canarias.

-

***Las zonas de arena se encuentran principalmente cerca de la costa, formando grandes arenales***

-

Aparentemente son lugares pobres, donde la vegetación es escasa y la fauna muy rara o inexistente, aunque no siempre es así. En algunos llanos pedregosos de Canarias encontramos una rica y diversa comunidad de animales y plantas altamente adaptados a las duras condiciones ambientales.

Los llanos pedregosos y arenales con pequeñas dunas son el reino de la aulaga, una planta típica de los ambientes desérticos del oeste y norte de África y el sureste de la península Ibérica. Sus diminutas flores atraen a multitud de insectos, e incluso a aves de gran porte como la hubara, que suele alimentarse de sus flores picoteándolas sutilmente como si fuera una *geisha* japonesa con sus palillos. Buena parte de las plantas que sobreviven en estos ambientes poseen raíces muy largas, para captar la

mayor cantidad de agua posible; hojas diminutas o convertidas en espinas, para evitar la evaporación del agua; pequeño porte, aspecto compacto, tronco leñoso y forma achaparrada, para resistir los fuertes vientos reinantes. Las zonas de arena se encuentran principalmente cerca de la costa, formando grandes arenales, popularmente llamados jables, o sistemas de dunas, como los de Maspalomas en Gran Canaria; Corralejo, La Pared y Jandía en Fuerteventura; o Famara en Lanzarote. En estos lugares domina el balancón, una planta fijadora de dunas que evita que la arena se desplace con rapidez.

Llanos pedregosos ocupan buena parte del interior de Fuerteventura, concretamente en los llanos de Tindaya, de La Concepción, de Mafasca y Los Alares; y de Lanzarote en Soó, La Santa, Guatiza y San Bartolomé. El suelo de estos pequeños desiertos suele estar cubierto de plantas rastreras de llamativas floraciones, como son la lengua de pájaro, el corazóncillo, la hierba camellera o la matilla. En las zonas menos ventosas aparecen plantas de mayor porte como el salado y el incienso, incluso en los lugares más húmedos tabaibas y veroles. Además, en las zonas rocosas cercanas a malpaíses se encuentra una de las especies vegetales más raras de Canarias, la cuernúa o diente de perro, una pequeña planta carnosa con aspecto de cactus, endémica de las islas orientales del Archipiélago.

La fauna mayoritariamente desarrolla su actividad durante la noche, especialmente los invertebrados, que aprovechan las temperaturas más frescas y la oscuridad para desplazarse y alimentarse. Durante el día las hormigas, moscas, avispas, tábanos y algunas mariposas diurnas y libélulas corretean y dan vueltas de un lado para otro evitando ser depredadas por aves, reptiles o mamíferos introducidos.



Por Aarón Rodríguez González  
Fotografías por Rocío Eslava

## DE VUELTA A LOS ORÍGENES

La más occidental y pequeña de las Canarias siempre tiene rincones mágicos que ofrecer. Hoy afrontaremos un corto pero bello sendero, ideal para hacer en familia, y para ello nos dirigiremos al extremo noroccidental de El Hierro.

Dejamos el vehículo en el estacionamiento de Arenas Blancas, desde donde parte el pequeño sendero que conduce hasta la playa homónima. Aquí, bien delimitado, encontramos el camino que tomaremos: marcha hacia el oeste, junto al mar rompiente, y sobre angulosas y desnudas rocas ígneas, que abrazan la lava con brazos de espuma. Aquí y allá, puntas, como la de Arenas Blancas; roques, como el de Juan Espinosa; o bajas, como la de Tío Félix, que contemplamos desde el saliente de los Andenitos. La vegetación brilla por su ausencia. Apenas roca, mar y sal, elementos que nos trasladan, con la fuerza combinada de las olas y nuestra imaginación, hasta el mismísimo nacimiento de las Islas Canarias.

-

***Que no les engañe la apariencia desolada del paisaje: incluso estos parajes han proporcionado útiles recursos a los herreños***

-

Antes de que la vida vegetal comenzara su implacable colonización desde el norte de África. Continuamos avan-

zando. Nos salen al paso las dos puntas de Guillén de Febles: la chica primero, la grande después. Un rosario de bajas, como un pequeño archipiélago de minúsculas islas, adornan un paisaje que, en días despejados, incluye, al norte, a la isla de La Palma. Que no les engañe la apariencia desolada del paisaje: incluso estos parajes han proporcionado útiles recursos a los herreños. Así nos lo gritan los nombres que les han dado a lugares como el pesquero de Pascual y el de Gutiérrez, que probablemente daban buenas viejas, lisas y salemas; o la Punta de la Sal, que en tiempos sin nevera aportó la solución para que la carne y el pescado no se echaran a perder antes de tiempo.

Poco después de cruzar el barranco, llegamos al punto más occidental que alcanzaremos en el recorrido: el Arco de la Tosca, también llamado La Puente. Un magnífico arco de piedra, elevado más de una decena de metros sobre las aguas, que une dos puntas que se adentran, como proas de un barco, hacia el mar: la de Juan Hernández y la del Cabo. Tras contemplar esta magnífica obra de ingeniería de la naturaleza, regresamos al inicio por donde hemos venido.



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

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

**Longitud:**  
5 kilómetros.

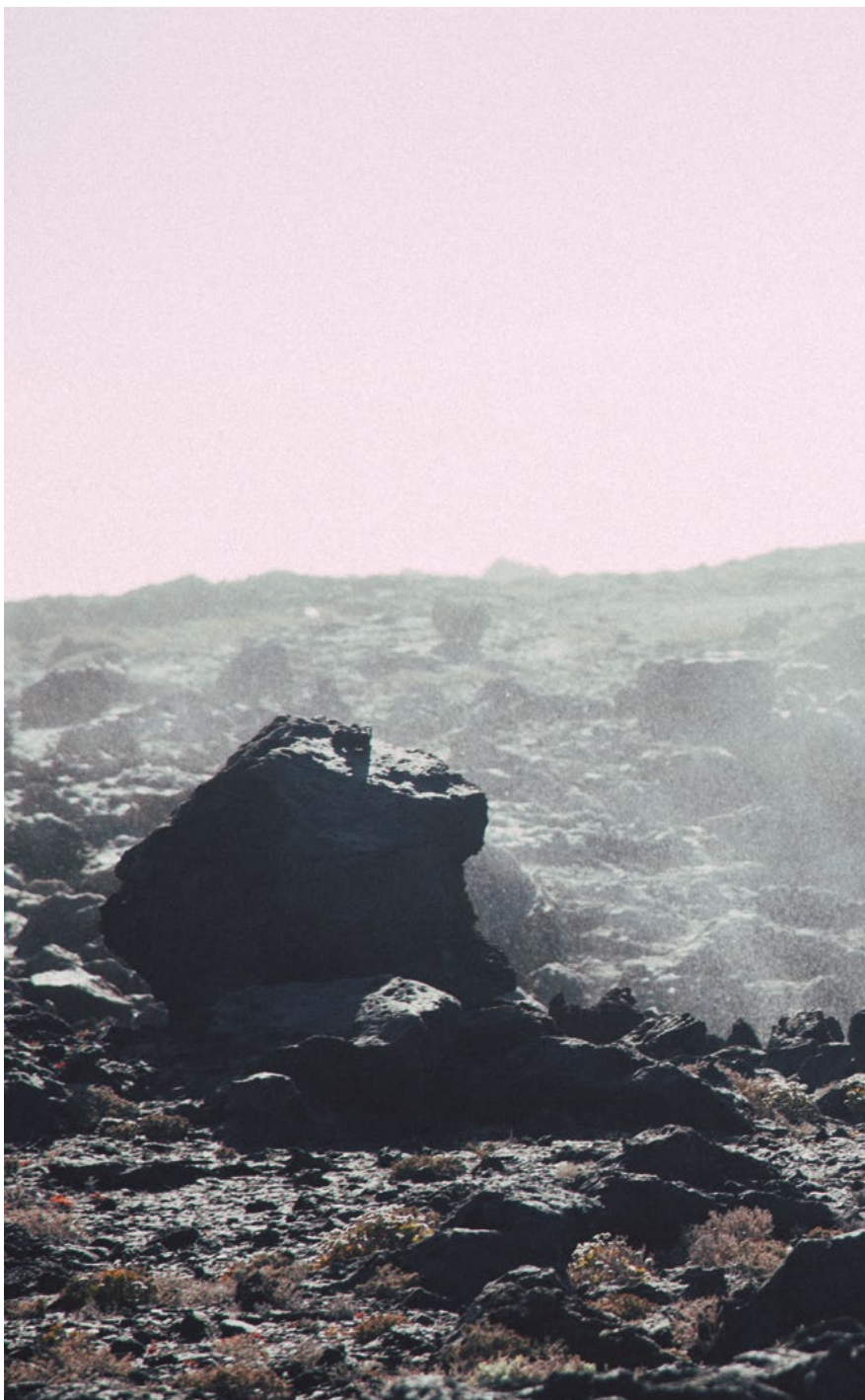
**Cota máxima:**  
25 metros de altitud.

**Cota mínima:**  
8 metros de altitud.

**Lugares de interés cercanos:** la playa del Verodal, situada apenas a unos minutos en vehículo del estacionamiento de Arenas Blancas, es uno de los escenarios naturales más hermosos e impactantes de El Hierro, con sus arenas rojizas en marcado contraste con el azul del mar. El paisaje volcánico de las bandas occidentales de la Isla del Meridiano hace el resto.

**Observaciones:** es conveniente llevar un calzado adecuado para andar por los áridos malpaíses, así como abundante agua, especialmente si se va a realizar la ruta en familia, y protección solar.

**¿Sabías que...** El Hierro es la más joven de las Islas Canarias, y la que presenta un mayor número de conos volcánicos recientes en su territorio?







Por *Álvaro Morales*  
Fotografías por *Van Martys*

# BAÑOS SALVAJES EN LA COSTA DE BARLOVENTO

Salvo que la fuerza oceánica y el rompiente de olas lo dejen muy claro, bañarse con tranquilidad y bastante seguridad (la absoluta nunca existe) en el norte de La Palma, una de las vertientes con Atlántico más contundentes de Canarias, es posible en ciertas zonas. Una de las más espectaculares y preparadas para toda la familia es la de las piscinas naturales de La Fajana, en el municipio de Barlovento. Tres vasos de distintas dimensiones y profundidades, como ocurre en ofertas similares de otras islas, permiten disfrutar del agua salada en un área marcada por el verde de los cultivos, la gran pendiente hasta el casco histórico y la costa escarpada, en la que destacan edificios como el faro de Punta Cumplida, visible desde distancias considerables. La Fajana, con sus restaurantes anexos y su arquitectura cuidada y poco impactante, se ha convertido desde hace mucho en la mejor alternativa de esta parte del nordeste de la Isla para pasarse un buen día de costa. Si, encima, acompaña el sol y no nos agobian los largos recorridos en nuestra visita a la Isla, es una elección perfecta, y más si pensamos hacer noche por la zona. Es más, para algunos residentes y no pocos turistas, resulta más acogedora, menos estresante y hasta más atractiva que las cercanas piscinas del Charco Azul.

El norte de La Palma, como los de las islas de La Gomera y El Hierro, presenta pocas playas de arena (una de las excepciones se halla junto al Puerto Espíndola, muy cerca del Charco Azul, en el municipio de San Andrés y Sauces). Esto le da más relevancia a los charcos o piscinas naturales y, entre esta oferta, las de La Fajana, en la localidad de Barlovento, es de las mejores no solo de esta vertiente de duro océano, sino de toda la Isla. De hecho, y sin exagerar, se encuentra entre las más completas y convincentes del Archipiélago.

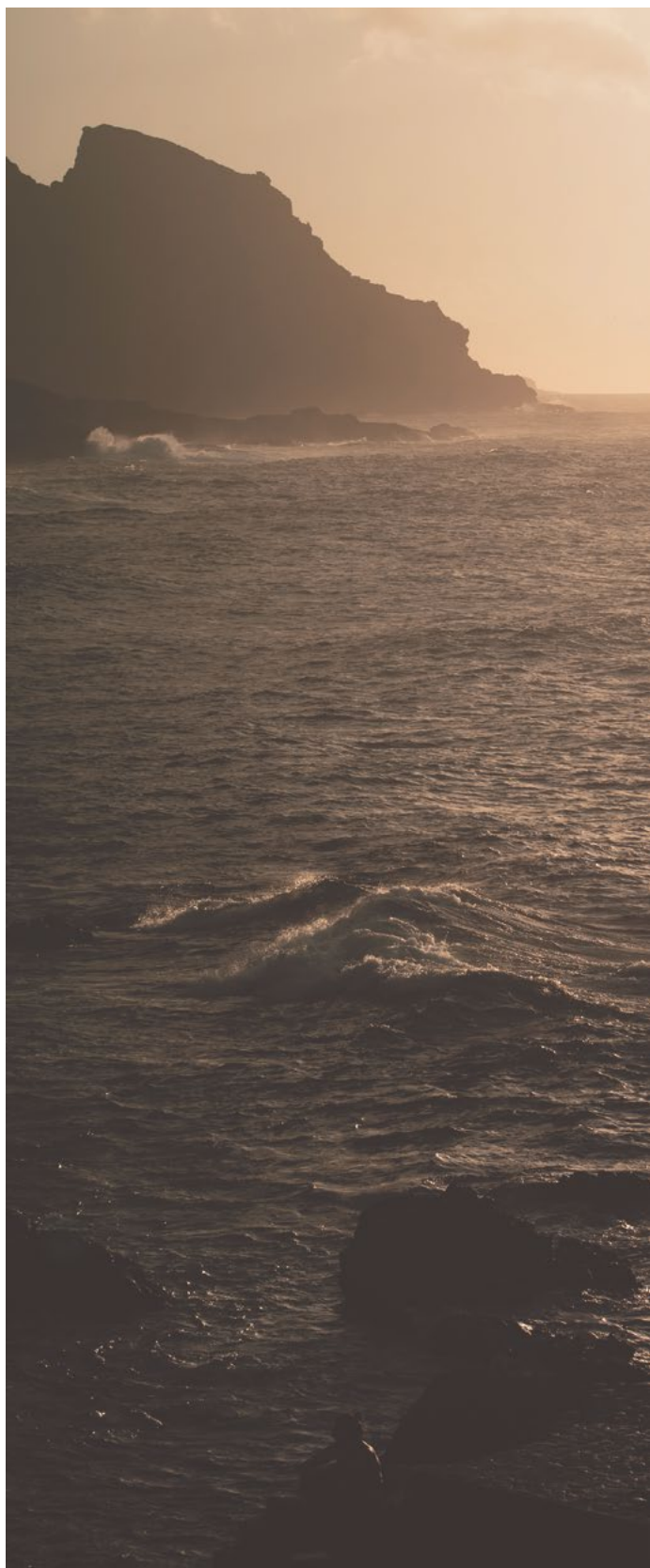
-

***Si el sol acompaña, La Fajana presenta una estampa espectacular, con sus escaleras, caminos y rampas muy bien adaptados a las características de la lava***

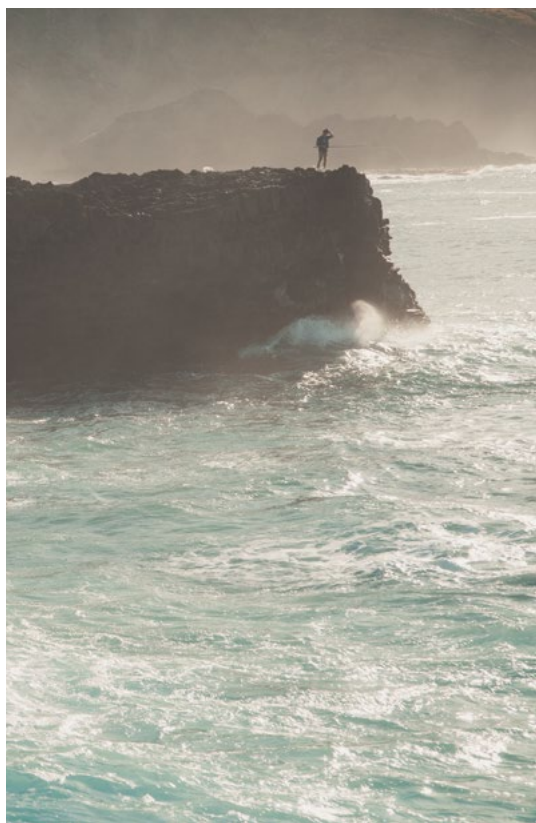
-

Al menos, entre las veinte mejores de las ocho islas, y lo hace, además, con tres vasos de distintos tamaños y profundidades, algo que, si bien se repite en piscinas como las de La Maceta (La Frontera, en el norte de El Hierro) y otras, no es lo más habitual. Esta triple oferta facilita el disfrute a los niños, adultos y personas mayores, aunque hay que extremar la prevención ante los posibles resbalones, sobre todo en las etapas de más musgo en los caminos, principalmente en invierno y primavera. Si el sol acompaña, La Fajana presenta una estampa espectacular, con sus escaleras, caminos y rampas muy bien adaptados a las características de la lava.

Para llegar, resulta imprescindible alcanzar la calle La Hoya, bien bajando desde el casco histórico de Barlovento o viniendo desde San Andrés y Sauces, en el perfil nordeste de la costa palmera. Se







trata de una vía muy larga, de muchas variantes y enlaces y que suele confundir, por lo que no está de más acompañarse de un buen mapa o usar internet para no perderse. Si nos hemos orientado bien, esta calle nos llevará casi a las piscinas, pues la vía que repite el nombre de La Fajana se halla justo encima y cuenta con las plazas de aparcamiento claves para poder acceder en poco tiempo. Antes, habremos apreciado la relevancia que aún tiene la agricultura en esta parte de la Isla, con diversos invernaderos y múltiples terrenitos cultivados en bancales.

-

***El enclave costero presenta varios restaurantes que permiten disfrutar aún más de la visita. La belleza de las piscinas de La Fajana multiplica las fotos para immortalizar el momento***

-

En el enclave costero hay varios restaurantes que permiten disfrutar aún más de la visita. La belleza de las piscinas de La Fajana multiplica las fotos para immortalizar el momento. Normalmente, se trata de una zona de asiduos bañistas locales, sobre todo en verano, aunque el paso de turistas es continuo casi todo el año. El vaso principal presenta zonas propicias para los lanzamientos de cabeza, si bien no resultan recomendables en gran parte de las tres piscinas.

Por el contrario, el lugar es ideal para los niños y adultos que no suelen atreverse con el mar abierto. Eso sí, para los más temerarios o amantes de la libertad, adentrarse en el Atlántico más allá de los límites de estos muros es factible y aconsejable siempre que el oleaje y las corrientes lo permitan, aunque conviene extremar al máximo la atención porque el mar del Norte es siempre cambiante y traicionero.

Por lo demás, este rincón representa una visita obligada si queremos disfrutar de la costa y bañarnos en el norte palmero, bien para bajar luego hacia la capital, subir al Astrofísico o voltear la Isla, descendiendo luego por el valle de Aridane. Es más, y aunque esto es tan subjetivo como el arte o como casi cualquier cosa, para muchos resulta un lugar más recomendable que el Charco Azul porque suele haber menos aglomeraciones, sobre todo en la etapa estival.



**Ubicación:** en la costa del municipio palmero de Barlovento, en el nordeste de la Isla.

**Socorristas:** no.

**Playa surfista:** no.

**Restaurantes:** sí, varias opciones en las cercanías.

**Adaptada para discapacitados:** no.

**Baños:** no.

**Duchas:** no.

**Perros:** no.

**Sombrillas y hamacas:** no.

**Aparcamientos:** numerosas plazas en la anexa calle La Fajana.

**Transporte público:** taxis.

**Curiosidades:** como ocurre con el norte de La Palma en general, donde las distancias se alargan casi sin que te percatas, para bajar hasta La Fajana desde el casco histórico de Barlovento o si se viene por las vías más cercanas a la costa desde el faro de Punta Cumplida, siempre subiendo desde Los Sauces o de las áreas con carretera de su litoral, se tarda más de lo que se podría pensar o calcular al principio, pero es algo habitual que pasa si se rodea el norte de La Palma, bien para bajar hacia el valle de Aridane o hacia la capital, Santa Cruz.



# PARADORES

Hoteles & Restaurantes 1928

# 20%

de descuento por ser

**residente  
canario**



Parador de La Palma

# DISFRUTA DE LOS 5 PARADORES CANARIOS

LAS CAÑADAS DEL TEIDE



CRUZ DE TEJEDA



EL HIERRO



LA GOMERA



## Sol, playa, temperaturas cálidas...

Porque ser canario tiene sus propias ventajas. Por ello, disfruta del descuento del 20% sobre la mejor tarifa Parador del momento.

¡No esperes más, y disfruta del buen tiempo!

Elige tu Parador, tu isla favorita y escápate ahora.

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



Por Ibón S. Rosales (@IbonSrosales)  
Fotografías por Jesús de León

# LAS OLAS PROTEGIDAS DE GRAN CANARIA

Las personas isleñas estamos tan acostumbradas al mar que no somos conscientes del privilegio que supone vivir cerca de las olas, uno de los mayores generadores de oxígeno e iones negativos de la naturaleza. El surf moderno se remonta a los años 50 del siglo XX, pero hemos tenido que esperar hasta 2019 para que se estudien y cataloguen las más de cien olas de Gran Canaria. Aunque lo realmente importante es que se protejan como patrimonio natural y de interés deportivo. Un hito fruto de tres años de trabajo de un grupo multidisciplinar pero, sobre todo, de amantes del mar.

La *Izquierda del Muelle Viejo* de Agaete desapareció con la construcción del puerto. Lo mismo ocurrió con la de *Emiliano*, en Gáldar. Las olas *El Lloret* y la *Izquierda del Cementerio*, en Las Palmas de Gran Canaria, también sufrieron cambios en su formación y potencial con la intervención del ser humano sobre el litoral. Esto no volverá a ocurrir. O, por lo menos, no será tan fácil como antes.

-

***Canarias cuenta con un clima increíble para la práctica deportiva acuática los 365 días del año***

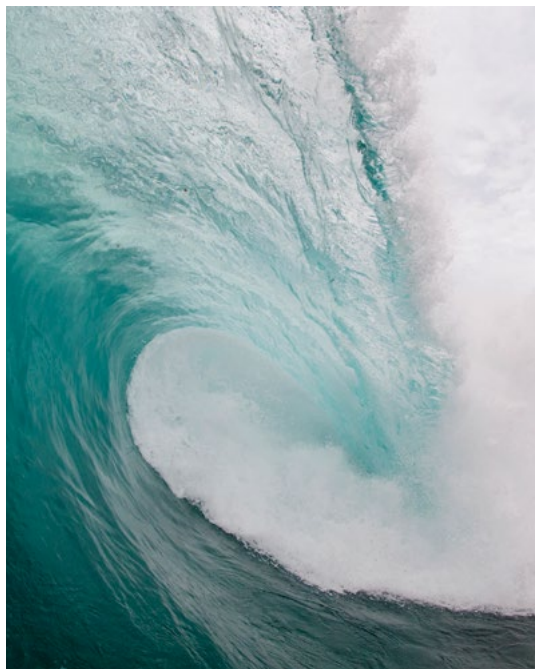
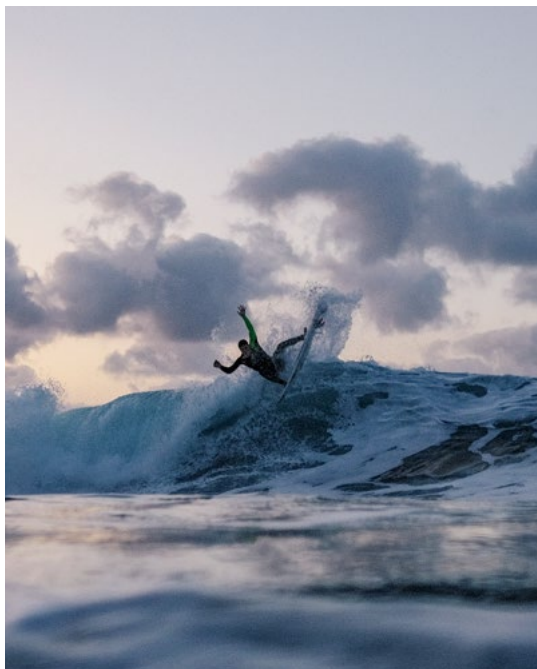
-

Desde abril de 2019, Gran Canaria, al igual que hizo Fuerteventura y lo hará Lanzarote, ha estudiado, catalogado y protegido cada ola de su litoral para su preservación como patrimonio natural de interés deportivo. El objetivo es que toda actuación en nuestro litoral tenga

en cuenta la formación de las olas y en ningún caso les afecte la intervención física con la construcción de diques, muelles deportivos o paseos. Esta protección fue cristalizada con una declaración institucional por parte del Cabildo de Gran Canaria.

Además, la declaración incluye como trabajo futuro la remisión de este listado de olas al Ministerio de Cultura y Deportes, para que sean incluidas en el Registro de Canchas Deportivas. La catalogación en sí de las olas supone un hito dentro del mundo de los deportes acuáticos. Las ondas del litoral siempre han estado ahí, pero solo los interesados y los surfistas saben los nombres de cada ola.

“Desde hace muchos años, surfistas y asociaciones de las disciplinas acuáticas han querido proteger las olas, pero hasta ahora no ha sido posible. Más vale tarde que nunca”, introduce Emma Vera Rivero, técnica de Ordenación del Litoral y surfista. “Ha sido un trabajo conjunto



con asociaciones, clubes, tiendas privadas y federaciones de surf y vela”, añade, refiriéndose al compromiso que el mundo del surf canario siempre ha demostrado.

La parte difícil le ha tocado al ingeniero Carlos Acosta, que ha estudiado ola a ola su zona surfeable y el área de influencia que debe ser protegida para que ninguna intervención afecte a su formación. Los picos están ubicados principalmente en el norte y el este de Gran Canaria y se han contabilizado aproximadamente 131 *spots*.

Emma Vera Rivero se emociona al pasar por el norte de Gran Canaria y mirar al mar. Dice que las olas le dan las gracias por estos tres años de trabajo. Para ella es un orgullo haber contribuido a la preservación de un recurso natural como es el mar para las futuras generaciones.

“Si en un futuro se pretende hacer una playa, un dique o cualquier obra que afecte de forma directa o indirecta a las olas existentes, se deberá tener en con-

sideración esta declaración y realizar un estudio de dinámica del litoral para evitar su afección; de no hacerlo, cualquier asociación deportiva, ecologista o administración actuante puede invocar esta protección y tendrán que tenerla en cuenta”, aclara, pues así lo estipula la Ley de Costas.

Canarias cuenta con un clima increíble para la práctica deportiva acuática los 365 días del año. Ya no es solo la calidad y variedad de las olas y el buen tiempo, sino la propia temperatura del agua, que ni siquiera en invierno es un impedimento en comparación con la de otras zonas de España donde se practica surf como pudieran ser el País Vasco o Galicia.

Por ello es reveladora la necesidad de impulsar campeonatos de España, europeos y mundiales en nuestras aguas. Queda por delante la correcta señalización e información de los *spots*, así como ordenar su gestión, equipamientos e infraestructuras necesarias, aun así este es un primer paso muy importante.

MARINA  SUITES

# DAYS LIKE THIS, ATLANTIC AND SUITES

928 15 30 15 | [booking@satocan.com](mailto:booking@satocan.com) | [marinagrancanaria.com](http://marinagrancanaria.com)

14 VIDA  
SUBMARINA



Los océanos son un recurso esencial si queremos disfrutar de un futuro sostenible. Ayúdanos a cuidar de ellos.

# POEMA DEL MAR, REFERENTE PARA LA CONSERVACIÓN DE ESPECIES



Desde que comenzara su andadura a finales de 2017, el acuario Poema del Mar ha trabajado a diario para convertirse en un centro referente para la conservación de especies. De hecho, muchas de las que alberga en sus instalaciones están catalogadas por la Lista Roja de Especies Amenazadas de la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza (UICN) y se encuentran bajo algún grado de vulnerabilidad o amenaza en el medio natural. Distintos peligros, a menudo ocasionados por la acción humana, ponen en riesgo a las poblaciones, por lo

que el papel de este tipo de centros de conservación cobra especial relevancia a la hora de generar conciencia sobre su estado y contribuir a su protección y supervivencia. En esa línea, Poema del Mar también lleva a cabo una importante labor educativa, implementando actividades para acercar a los visitantes el trabajo tan importante que realizan estos centros, como hace el acuario a través de su herramienta de conservación, Loro Parque Fundación, gracias a lo que se ha convertido en un referente en la divulgación marina en las Islas.



Poema  
del Mar  
AQUARIUM



## LOS TURISTAS DAN UN NOTABLE ALTO A LANZAROTE



Con un 8,85 de puntuación sobre 10, Lanzarote es la isla que mayor grado de satisfacción proporciona a los turistas, según el informe *Encuesta turística Lanzarote 2019*, elaborado por el Centro de Datos del Cabildo de Lanzarote. Según el citado informe, el clima, la seguridad, la tranquilidad, la oferta alojativa y el

precio son, por este orden, los aspectos más decisivos para el turista que se decanta por Lanzarote para pasar sus vacaciones, cuyo perfil tipo es ser asalariado, tener más de 44 años, contar con unos ingresos entre los 25000 y los 49999 euros anuales y poseer estudios superiores, informa *Lancelot Digital*.



**1 SOL**  
**Guía Repsol 2020**

**Hotel Hacienda de Abajo**



Calle Miguel de Unamuno, n.º 11.  
38770 Villa y Puerto de Tazacorte  
La Palma - Islas Canarias - España  
(+34) 922 40 60 00 / info@hotelhaciendadeabajo.com

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

ADULTS ONLY

MENÚ DEGUSTACIÓN



## APARTAMENTOS LA CASA VERDE, EN EL PUERTO DE LA CRUZ



Disfrute de una estancia única en los apartamentos La Casa Verde, en Tenerife. Alojamientos amplios, con un diseño muy cuidado y vistas excepcionales de la Isla, ideales tanto para viajes de trabajo como para estancias de ocio y de fin de semana. Le esperamos en [www.apartamentoslacasaverde.com](http://www.apartamentoslacasaverde.com).

## EL HIERRO, ELEGIDO EN LA BERLINALE COMO MEJOR LOCALIZACIÓN EUROPEA



Canarias cerró con gran éxito su presencia en el European Film Market, mercado profesional del Festival de Cine de Berlín, la Berlinale. La cita concluyó con la entrega del premio a la mejor localización europea de cine 2019 a El Hierro, como escenario de la serie *Hierro*, informa *Diario de Avisos*. El reconocimiento llega gracias a un concurso *online* de la Red Europa de Film Commissions, en el que El Hierro se impuso a sus dos principales rivales: Istria (Croacia) y Atenas (Grecia).



Importa el destino pero mucho más lo que vives por el camino

ALQUILER DESDE 90€/DÍA



¿Cuándo fue la última vez que te despertó la luz del amanecer acariciando tu cara? ¿Y que tomaste un desvío inesperado que te permitió descubrir la playa más recóndita y alucinante de la costa? ¿Alguna vez has cambiado el plan en el último minuto sin miedo a recargos y penalizaciones?

Viajar es una de esas increíbles experiencias que te permiten al mismo tiempo conocer y conocerte. 'Cada cien metros, el mundo cambia' decía el escritor chileno, Roberto Bolaño.

Por eso muchas personas no sueñan con alcanzar un destino, sino con disfrutar de los paisajes, aventuras y experiencias que ofrece cada kilómetro del camino.

Van van go es una joven empresa creada por y para personas que les apasiona el mundo del caravaning. Si disfrutas viajando de una manera diferente y buscas una forma ágil, personal y seria de alquilar una autocaravana, **Van Van Go es tu sitio.**



SERVICIO DE RECOGIDA EN AEROPUERTO

ENTREGAS Y RECOGIDAS

MADRID / A CORUÑA / SANTIAGO DE COMPOSTELA  
PONTEVEDRA

[reservas@vanvango.es](mailto:reservas@vanvango.es) · 881 092 362 · [vanvango.es](http://vanvango.es)



## LORO PARQUE FUNDACIÓN CONTRIBUYE A LA PROTECCIÓN DEL PERIQUITO CATEY EN CUBA

Loro Parque Fundación continúa trabajando para la conservación de especies de loros dentro y fuera de sus instalaciones. Y así lo está haciendo también en Cuba con un proyecto para la protección del periquito catey (*Psittacara euops*), liderado por el biólogo Maikel Cañizares, en el que se están utilizando cámaras de vigilancia colocadas en las alturas que han resultado enormemente efectivas. Estas cámaras trampa son una de las herramientas que mejores resultados están dando en el estudio de la fauna amenazada y su colocación es clave para obtener más datos sobre la biología de las especies. En el caso concreto del periquito catey, la ubicación de estos dispositivos de grabación no es sencilla y ha sido posible gracias a la pericia de los investigadores.



DÉJATE SEDUCIR POR EL INDÓMITO NORDESTE DE GRAN CANARIA  
DESDE LA COMODIDAD DEL **HOTEL CORDIAL ROCA NEGRA** EN AGAETE

hotel & spa  
**Cordial**  
**Roca Negra**

SABOREA

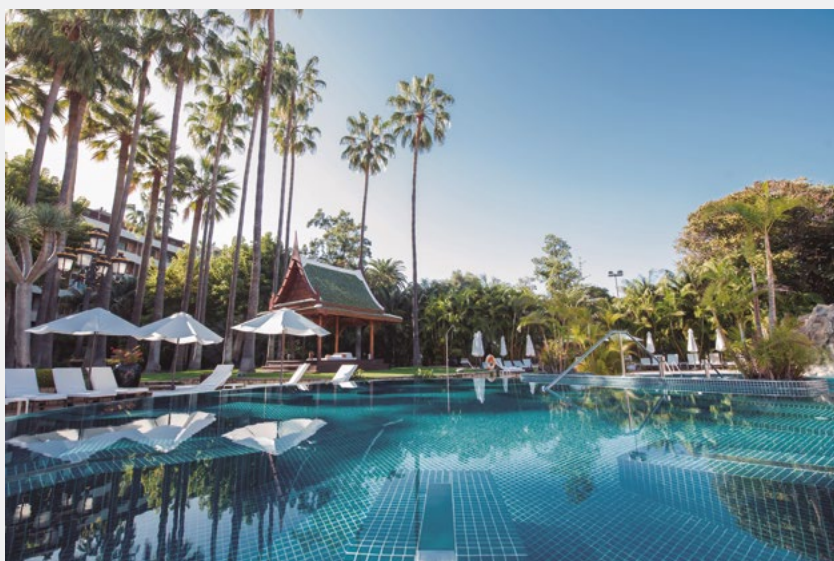
DESCANSA

DESCONECTA

[becordial.com](http://becordial.com)

# ASÍ ES EL MEJOR SPA DE EUROPA

LA PRESTIGIOSA GUÍA 'CONDÉ NAST JOHANSENS'  
LO RECONOCIÓ EN 2020 CON EL PREMIO  
"BEST DESTINATION SPA"



Situado en la zona norte de Tenerife, bajo uno de los mejores climas del planeta, se encuentra el lujoso **Hotel Botánico&The Oriental Spa Garden**. Rodeado de 25000 metros cuadrados de vegetación e inspirado en la hospitalidad y el esplendor asiático se encuentra The Oriental Spa Garden. Destacan sus 3 500

metros cuadrados de impresionantes instalaciones, su menú de programas holísticos como el Ayurveda o el Botánico Slim & Wellness y un circuito termal al aire libre con piscinas climatizadas, sauna japonesa, *laconium*, baño turco, sala de aromaterapia, gruta de hielo, duchas de experiencias y piscinas de hidromasaje.



Y sin olvidar su variada oferta de tratamientos, masajes subacuáticos, duchas de sensaciones, camas de agua con burbujas, solárium y una pagoda tailandesa para masajes orientales al aire libre. Completan la oferta una peluquería y 20 cabinas para estética, masajes, envolturas y tratamientos hidrotermales, así como un gran equipo de especialistas a su disposición. The Oriental Spa Garden ofrece múltiples programas para alcanzar un absoluto bienestar físico y emocional. Entre ellos, **programa antidolor** (incluye fisioterapia, masaje antidolor con ultrasonidos y reflexología, entre otros), **programa antiestrés** (con exfoliación corporal, masaje aromático, masaje craneal, reflexología, masaje de piedras volcánicas, envoltura de aloe vera, masaje facial, aromático y Lomi-Lomi, hidromasaje, Reiki y cuencos tibetanos), **programa detox** (masaje Udvartana, exfoliación corporal, masaje Slim, baño de algas marinas, drenaje linfático, masaje Pinda Sweda, envoltura de algas marinas, masaje Slim y envoltura con barro de mar) o el **programa oriental** (terapia bioenergética, shiatsu, reflexología, masaje Lomi Lomi y tradicional Thai, Marma Abhyanga, cuencos, chi kung y masaje con piedras volcánicas+reiki).

### **Slim & Wellness: sabor inteligente**

En The Oriental Spa Garden la nutrición se considera fundamental para mantener la salud en óptimas condiciones. Con ese objetivo, Carlos Cabrera, chef del restaurante The Slim, asesorado por prestigiosos chefs de la región francesa de Bretaña, ha creado un nuevo concepto de alta cocina dietética con **menús diarios personalizados según las kilocalorías recomendadas para cada cliente**. El equipo de nutricionistas, coordinado por **Anne-Marie Chauveau**, directora de The Oriental Spa Garden, evaluará el estado de cada huésped a su llegada midiendo sus contornos y examinando los datos que arroja **InBody 270**, una precisa máquina de análisis de **composición corporal**. A partir de ahí, diseñarán tanto la dieta como los **tratamientos de spa como un *planning* personalizado de actividades físicas**.

### **Hotel Botánico & The Oriental Spa Garden**

Puerto de la Cruz, Tenerife

Teléfono de reservas: 922 38 14 00 / 922 38 15 00

Web y reservas: [hotelbotanico.com](http://hotelbotanico.com)



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

# CONOCER NOS ENSEÑA A SABER DETECTAR Y ACOMPAÑAR

La palabra *autismo* no es una desconocida en nuestra sociedad; sin embargo, más allá del concepto, poco sabemos del trastorno del espectro autista (TEA). Nadar en la desinformación nos hace retrasar los diagnósticos y no facilitar la ayuda y los recursos necesarios. Todo ello dificulta la inclusión de este colectivo en la sociedad.

Si queremos conocer la realidad de las personas con autismo debemos saber que no existen censos ni estadísticas que cuantifiquen el número de casos de esta población. En 2014, en estudios epidemiológicos en Europa, se concluyó que uno de cada cien nacimientos presentaba TEA; en

Estados Unidos se registra en uno de cada 88 nacimientos. Cada vez existen más personas diagnosticadas; sin embargo, no se sabe si es por el aumento de esta enfermedad o por la mejora en los procedimientos de detección, lo que permite identificar un mayor número de sujetos.

Y en base a estos cambios, tampoco se puede asegurar, como se creía antes, que se dé con mayor frecuencia en el hombre, ya que el número de diagnósticos en niñas y mujeres está aumentando, probablemente porque antes estaban infradiagnosticadas.

En cuanto a la etiología, sabemos que existe un componente genético, pero se necesita mucha más investigación para poder detectarlo, así como para estudiar la influencia de los factores ambientales en la genética y el desarrollo de la enfermedad. Lo que sí han demostrado los estudios científicos hasta el momento es que la vacunación no tiene relación con el TEA, aplastando los bulos que corrían entre la población y que hacían dudar a algunos padres sobre su deber de vacunar a los menores.

-

***Existen diferentes asociaciones de autismo en la comunidad canaria con múltiples recursos y servicios. No dudes en unirte a ellos y aprender más sobre esta enfermedad***

-

Los progenitores, los sanitarios y los educadores debemos conocer claramente los signos de alarma que nos pueden estar indicando que algo no va bien en el desarrollo madurativo de los niños. Este desconocimiento lo único que hace es retrasar el diagnóstico y demorar la atención precoz. Por ejemplo, la falta de balbuceo o no responder cuando se le llama empieza a ser un aspecto de alarma en los menores a partir de los 12 meses. Cada persona tiene un ritmo madurativo propio; sin embargo, existen rangos de edad en los que se establecen hitos madurativos

que se deben presentar, y el que no se vayan cumpliendo es un signo de alarma para muchas enfermedades. Para conocer más sobre signos de alarma en el TEA podemos entrar en la página web de la Confederación de Autismo de España: [www.autismo.org](http://www.autismo.org). Una vez diagnosticado, en algunas comunidades autónomas, como Canarias, existen las unidades de atención temprana, donde se atiende a menores de seis años con un retraso en el desarrollo de carácter físico, psíquico o sensorial o en riesgo de padecerlo. La atención temprana es un tratamiento habilitador y preventivo que induce a que el niño desarrolle todo su potencial, a partir de actividades lúdicas, adaptadas a su edad de desarrollo y a sus dificultades. Actualmente, el tratamiento del TEA es psicoeducativo con el objetivo de potenciar los puntos fuertes del menor y proporcionarle apoyos. Existen muchos timos y pseudociencias que tratan de aprovecharse de los padres, aunque solo sirven para arrebatarles su dinero y sus esperanzas.

Retomando el asunto de los educadores, este colectivo requiere unas necesidades específicas en las diferentes etapas educativas, por lo que es necesaria una formación y capacitación de los profesionales en la especificidad del TEA, así como apoyo y recursos para su proceso educativo. Además, el profesorado debe prestar especial atención en la prevención de situaciones de abuso y acoso escolar. Construyendo sociedades inclusivas, sin prejuicios, con capacidad de empatía y aceptación del otro, no habría que depositar esta labor en el profesorado, aunque tristemente hoy en día sí lo tienen que hacer. Por último, existen diferentes asociaciones de autismo en la comunidad canaria con múltiples recursos y servicios. No dudes en unirte a ellos y aprender más sobre esta enfermedad.



# ACÉRCATE AL AUTISMO, ACÉRCATE A APANATE



¿Sabías que en Europa una de cada 100 personas nace con autismo? Frecuente, complejo y muy amplio, así es el Trastorno del Espectro del Autismo (TEA):

- Es una alteración del neurodesarrollo.
- No es una enfermedad, es una condición diferente.
- Se manifiesta en la comunicación, la interacción social y el comportamiento.
- Estas áreas están alteradas, pero de distinta forma en cada persona.
- Por tanto, no todas las personas con TEA somos iguales, ¡de ahí el término espectro!
- No tiene cura, pero sí evolución.
- Su origen es genético, aunque necesitamos más investigación.
- El TEA incluye a los antiguos Autismo, TGD No Especificado y Asperger.
- Es independiente de la inteligencia, la personalidad y las experiencias.
- Somos personas, no diagnósticos, y somos tan únicos/as como tú.

En APANATE ([www.apanate.org](http://www.apanate.org)) llevamos más de veinticinco años dedicados a las personas con TEA y sus familias.

Contamos con cinco sedes en Tenerife y servicios especializados que atienden a los más de doscientos socios, desde la atención temprana hasta la edad adulta.

Somos una asociación sin ánimo de lucro, Entidad de Utilidad Pública, miembros de la Confederación Española de Autismo (FESPAU), de Autismo Europa, de la Organización Mundial de Autismo, de Plena Inclusión y de la Plataforma de ONG de Voluntariado de Tenerife.

Estamos convencidos de que las personas con TEA y sus familias deben ser protagonistas y directoras de sus propias vidas, y nos convertimos en apoyos para acompañarlas en el camino.

## DOLENCIAS DE LA MANDÍBULA Y ALOPECIA, LO MÁS BUSCADO EN CANARIAS EN 2019



Los trastornos de la articulación temporomandibular lideran la clasificación de enfermedades más buscadas en Canarias, según revela *Doctoralia*, el marketplace de salud más grande del mundo. Además, los canarios muestran creciente preocupación por la alopecia, que sube cuatro posiciones en el ranking hasta el segundo puesto y que es producida por

una pérdida anormal de más de 100 cabellos diarios. Se estima que España es el segundo país del mundo con mayores índices de calvicie, por detrás de República Checa. Aunque no es una enfermedad como tal, el envejecimiento facial ocupa la tercera posición en las búsquedas de *Doctoralia* y aparece por primera vez en la clasificación canaria.

## ELIPSE, LA CÁPSULA: PÉRDIDA DE HASTA 30 KG Y CUATRO TALLAS

Elipse, el único balón intragástrico del mundo que no precisa de cirugía, endoscopia o anestesia, es una cápsula tan pequeña como para ser ingerida; una vez en el estómago, puede llenarse con hasta 600 mililitros de suero. Indicado para pacientes con un índice de masa corporal superior a 25 y hasta 42, a partir de 16 años permite una pérdida de hasta 30 kilogramos y cuatro tallas en cuatro meses. Está diseñado para autovaciarse y pasar con seguridad a través del tracto gastrointestinal.

Se vacía automáticamente y se excreta de forma natural al cabo de cuatro meses. Desde IOM centro médico Milenium nos congratula dar a conocer la incorporación de Elipse a nuestra cartera de servicios, y los animamos a preguntar todas las dudas que tengan sobre él. Actualmente, somos los únicos centros en Canarias acreditados y que disponen de la cápsula.



**IOM centro médico MILENIUM**  
Tenerife: 922 285 056  
Gran Canaria: 928 847 851  
[www.iomilenium.com](http://www.iomilenium.com)

## AVANCES MÉDICOS: NO AL BISTURÍ, NO A LA ANESTESIA GENERAL

El futuro es presente, **THERMI BODY TIGHT**, procedimiento médico **NO INVASIVO** con resultados quirúrgicos, sin cicatrices, sin anestesia general sin postoperatorio largo... La alternativa definitiva a la definición corporal y facial.

Elimina la grasa localizada –celulitis– y la flacidez en una única sesión con anestesia local. Actualmente somos las únicas clínicas en Canarias acreditadas en este procedimiento médico. La valoración médica previa es imprescindible. IOM



centro médico **MILENIUM**, líder en tratamientos vanguardistas, ofrece una primera consulta médica de valoración gratuita.

**TENERIFE:**  
T. 922 285 056  
**GRAN CANARIA:**  
T. 928 847 851  
[www.iomilenium.com](http://www.iomilenium.com)

## MICROIMPLANTE CAPILAR

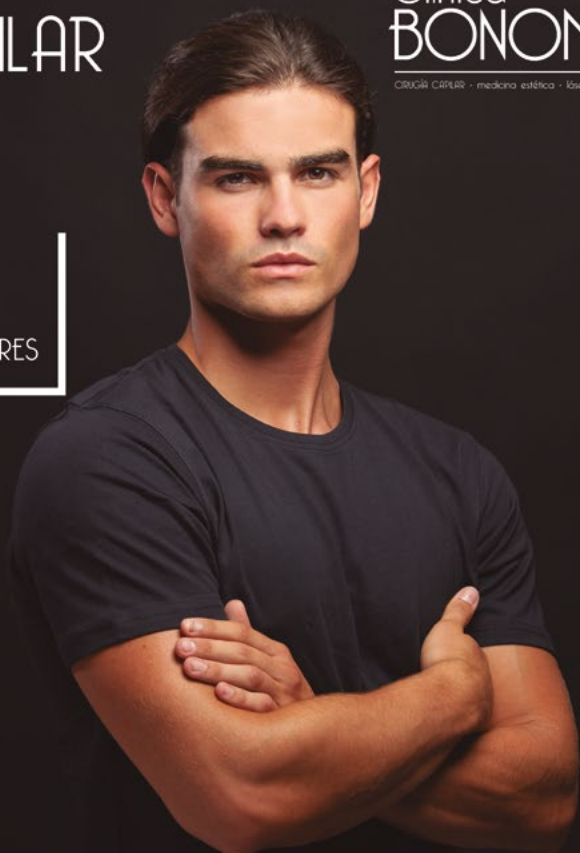
- SIN SALIR DE TUS FRONTERAS.
- SUPERVISIÓN Y CONTROL MÉDICO.
- PRECIO ÚNICO SIN LÍMITE DE UNIDADES FOLICULARES

LLÁMANOS  
922 282 162

[WWW.CLINICABONOME.COM](http://WWW.CLINICABONOME.COM)

Clínica  
**BONOME**

CLÍNICA CAPILAR - medicina estética - laser - nutrición



Por Aarón García Botín  
Fotografía por Van Marty

# EL MINUÉ, EL MEJOR NÚMERO ORIGINAL DE LA BAJADA DE LOS ÚLTIMOS CIEN AÑOS



No fue el primer número en llegar; de hecho, fue el último en aparecer de forma original en el programa de las Fiestas Lustrales y a él le ha seguido la recuperación de otros espectáculos tradicionales en los últimos años. Sin embargo, el Festival del Siglo XVIII o Minué llegó, como suele decirse, para quedarse, ya que desde un principio cayó en La Palma en terreno abonado.

El Festival del Siglo XVIII o Minué, basado en el baile y música del mismo nombre de origen francés que estuvo de moda en ese siglo, nació en La Palma en 1945 como encargo a Luis Cobiella, que compuso la letra y la música de la que ha sido su banda sonora durante sus 75 años de vida: *Minué, romanza y coro* (1945), *Festival del siglo XVIII* (1955), *Minué de los aires en Re* (1980) y *Minué de Santo Domingo* (1990).

-

***Junto con la música, el Minué  
lo forman el baile o la puesta  
en escena y, sobre todo,  
su indumentaria***

-

La música, por tanto, dada su relación con el origen del acto en la Isla, es parte fundamental de un número que durante este tiempo ha desarrollado características propias vinculadas a la propia cultura e historia de La Palma, lo que ha hecho de esta representación una de las más llamativas y apreciadas, merecedora de un lugar privilegiado en la Bajada de la Virgen como protagonista del miércoles de la Semana Grande.

Junto con la música, el Minué lo forman el baile o la puesta en escena y, sobre todo, su indumentaria. Los trajes y vestidos son uno de los aspectos más peculiares y vistosos del número y el que más ha aprendido de los errores del pasado –se elaboró una vestimenta con poco rigor histórico y mucha fantasía– para mostrarnos los últimos años un retrato basado en los modelos que se usaron realmente durante ese siglo.

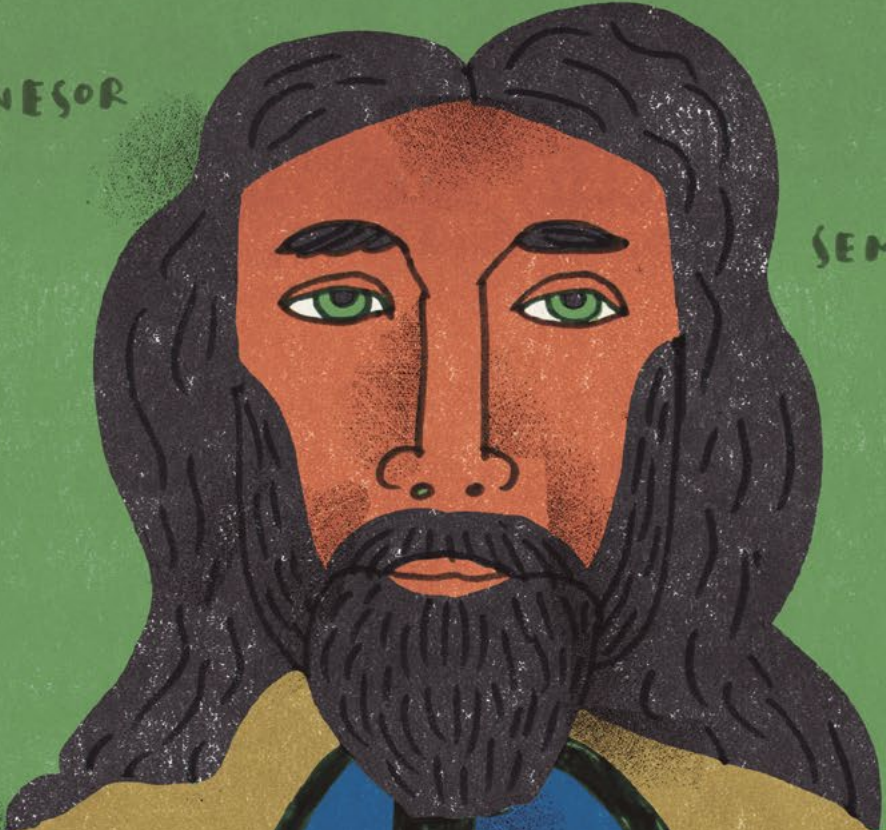
La clave para elaborar una indumentaria acorde con la empleada en el Setecientos está en respetar el esquema básico, a partir del cual desarrollar un sello propio. Dicho lo cual, al tratarse de una vestimenta que abarca todo un siglo, el estilo no depende tanto del país en el que se base, las modas, los materiales o los colores empleados, sino de su evolución a lo largo de tantos años.

De esta forma, en el caso de los hombres, el esquema está formado por chupa, casaca y calzones, que a lo largo del siglo se van acortando hasta quedarse en el siguiente: chaleco, chaqueta y pantalón. Por su parte, el esquema de las mujeres consiste en vestidos enteros o conjunto formado por casaca y basquiña, un tipo de falda muy ahuecada en las caderas por el tontillo, un armazón interior que les daba ese volumen característico. Es desde estos esquemas, y no desde la mera inventiva –que afectó también a la propia puesta en escena–, desde donde surge luego la fantasía que se puede emplear en las guarniciones, aplicaciones o pasamanería de distinta naturaleza, o bien seguir un estilo u otro. Afortunadamente, el Minué, que por encima de todo surgió de la buena voluntad de los palmeros, con el mérito extraordinario que conlleva crear un acto de la nada, retomó el buen camino y ha vuelto a ofrecer una imagen a la altura de su categoría como número grande de las Fiestas Lustrales.

Su fuerte tradición barroca, unida a su elegancia y solemnidad y a su música, baile, puesta en escena y vestimenta, termina por redondear el que, sin duda, es el mejor número original de la Bajada de los últimos cien años.

TENESOR

SEMIDÁN



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

# VER LA VIDA DE OTRA MANERA

Hernando Valladares, cordobés de nacimiento, había sido arcabucero a las órdenes del adelantado don Juan Rejón, fundador de El Real de Las Palmas, ya muerto este ha dos años. Recordaba bien su ímpetu aquel glorioso día de Nuestro Señor de 24 de junio de 1478. No sentía el mismo ímpetu ese presente 29 de abril de 1483, armado de arcabuz y acero al cinto, a punto de entrar en combate.

Hasta aquella formación rocosa, elevada en el barranco de Las Tirajanas, a la que llamaban Fortaleza de Ansite, se había llegado el gobernador don Pedro de Vera y Mendoza, con mil soldados, bien armados y pertrechados, determinado a rendir el último bastión aborigen que se resistía a la conquista de la isla de La Gran Canaria. Además del señor obispo don Juan de Frías, le acompañaba Fernando Guanarteme, quien, antes de tomar la fe en Cristo y ser gran aliado de los españoles, había sido rey del pueblo de Gáldar con el nombre de Tenesor Semidán, de noble estirpe. No eran más de seiscientos los hombres armados, a las órdenes del guanarteme Bentejuí y su faycán Tazarte, a quienes acompañaba la princesa de Telde Guayarmina Semidán, más mil quinientas mujeres y niños, según habían informado al gobernador los espías llegados de aquel lugar.

Tomó iniciativa Fernando Guanarteme, que pidió permiso al gobernador para parlamentar con los que habían sido su pueblo, a los que amaba profundamente. Fueron poderosas las razones de Tenesor, que no deseaba derrama-

miento de sangre. Les hizo ver que nada ganarían, más que la muerte, si iban a la batalla, y que, por el contrario, cesando en la terquedad, serían libres y bien tratados, protegidos por los poderosos Reyes Católicos, doña Isabel de Castilla y don Fernando de Aragón, contra otras potencias desalmadas; y que las familias isleñas mantendrían sus propiedades, y todos aquellos que pusieran voluntad alcanzarían artes y ciencias, y la cristiandad, como él mismo había hecho. Abandonó Guayarmina con su pueblo la fortaleza, convencida de aquellas razones, acompañada de Fernando Guanarteme. No así lo hicieron Bentejuí y el faycán, que decidieron quitarse la vida, convencidos de las suyas.

Marcharon todos hacia Las Palmas, donde fue festejada con algarabía por los lugareños la llegada en paz de las tropas castellanas, seguidas de la princesa Guayarmina y su pueblo. Entre ellos, era Hernando Valladares quien más alegría llevaba en el corazón, al observar entre las gentes a quienes más amaba en este mundo terrenal, su joven esposa y al hijo que ella llevaba en su vientre, el primogénito, a poco ya de nacer. Ana María se llamaba ahora ella; Arminda era su nombre cuando la conoció. Gonzalo llamarían al hijo, de ser varón; Beatriz, si nacía niña. A las dos semanas nació sana la criatura tan deseada, en un parto que la joven madre resistió bien.

Eran para Hernando sentimientos nuevos, y muy grades, aquellos que le hacían ver la vida de forma diferente.

# CASA

¿Qué quiero decir?  
Que no siempre lo tengo claro.  
Que lejos de ti siempre hace frío.  
Que dentro de una tormenta no hay consuelo.  
Que después de esta canción  
siempre me quedo sin palabras.

Que no soy una escena, soy historia.  
Que la luz siempre es luz,  
y la sombra, un poema.  
Que tendría que nacer de nuevo  
para no ser de cristal.  
Que estuve ciego y opaco,  
y no fui consciente de los peligros.  
Que no todo lo que brilla es oro.  
Que fueron novecientas mañanas  
despertando con un burka.  
Que asesiné al arte,  
y arrastré mi propio cuerpo en forma de bloques  
por una manifestación en defensa de la alegría.

Que mi asiento, entre el público,  
siempre estaba vacío.  
Que perdí el pasaporte de vivir,  
y era amarga la vida, ¡qué amarga la vida!

Que el único testimonio que existe  
es de mi yo del pasado.

¿Qué quiero decir?  
Que me cansé de estar a dieta de sueños,  
del *fast food* del pecado,  
de ponerme a cubierto sin lluvia.  
Que ahora coronó el Everest desde el sofá  
y con una finísima línea de tiempo y conciencia,  
me detengo a mitad del pasillo,  
para mandar fuera, y bien lejos,  
todas esas personas, animales y cosas  
que ya, nunca más, entrarán en mi casa.

Poema del libro *Esta historia ya no está disponible*  
Diego Ojeda





**donde la  
música vive  
todo el año**



FESTIVALES DE PRIMAVERA 2020

Más info en:

**LPAvisit.com**



# EL PUZLE CERÁMICO DE LOBOS EN EL LABORATORIO DEL MUSEO ARQUEOLÓGICO



“Quién les iba a decir a los *mvrilegvl/piscatores* que estuvieron en el islote de Lobos desde finales de época republicana hasta el primer tercio del siglo I d.C. que los vestigios de su estancia dejados allí, traídos desde Gades, tras una larga travesía atlántica viajarían, algo más de dos mil años después, nuevamente en barco, aunque muy distinto a los suyos, con destino a la isla de Fuerteventura, esa gran isla, la mayor de todas las que conocían en las aguas oceánicas del sur y que desde ella, con unas nuevas tecnologías, rodarían en un vehículo de cuatro ruedas, rugiente, hasta una pista para donde en una gran ave metálica de siglas BINTER alcanzarían la tierra de la alta montaña nevada, terminando en una gran Domvs, el Museo Arqueológico de Tenerife, dedicada, entre otras cosas, a la reparación y estudio de lo que habían dejado atrás por inservible”. Con este párrafo comienza el más reciente artículo, hasta el momento, que Mercedes del Arco Aguilar (Conservadora de Arqueología. Museo Arqueológico de Tenerife) dedica al taller romano de púrpura de Lobos.

Un artículo de divulgación en el que la autora repasa esta larga travesía “a la que todos los que trabajamos en Lobos dedicamos mucho tiempo e ilusión, con trabajos administrativos, de investigación, que es lo que más nos gusta, tareas de documentación bibliográfica, de campañas sistemáticas de excavación y prospección, y trabajos de laboratorio y estudio de los materiales”.



Tal y como comenta Mercedes del Arco, en la actualidad, y a la espera de que el confinamiento se levante y se pueda recuperar la actividad, parte de esos restos arqueológicos, los fragmentos cerámicos, esperan en las mesas del museo para seguir con el proceso de estudio, de remontaje y reconstrucción con el fin de poder hacer una correcta interpretación e insertarlos en un momento histórico-cultural concreto y poder ir más allá: conocer cómo se fabricaron, cuál es su procedencia, encontrar la explicación a su funcionalidad, sobre todo por qué resultaron imprescindibles en esa empresa económica que les trajo hasta el territorio de estas islas purpurarias. Solo así contribuiremos a comprender la red de relaciones sociales y el perfil de la empresa económica, desplegados con la implantación de este taller de púrpura de Lobos.



Mientras tanto, siempre se puede hacer una visita virtual y seguir aprendiendo de los descubrimientos que Mercedes del Arco y el resto del equipo que trabaja en el tema han ido haciendo hasta el momento.

Puede leer el artículo completo en el siguiente enlace: <https://www.museos-detenerife.org/muna-museo-de-naturaleza-y-arqueologia/evento/5545>



Por *Francisco Belín*  
Ilustración por *Ilustre Mario*

# FRUTAS O VERDURAS (EN MAYÚSCULA) Y ESTAMPAS MEMORABLES

Si se repasa con detenimiento, Canarias propone –sigue proponiendo– un selecto y variopinto puñado de diversidad tanto frutícola como hortícola, incluso legumbres que reciben esos aportes de terruños volcánicos.

Casi sin pensar, aparece ante los canarios la secuencia visual de frutales y verduras que ya, a estas alturas, no es que precisen carta de presentación. Aguacates, papayas o mangos, cebollas o tomates, papas y batatas... siguen llamando la atención en las Islas y fuera de ellas. Sobre todo, estos productos locales del Archipiélago ya están decididamente vinculados a evidencias que reclama la sociedad actual: las tendencias gastrosaludables y de alimentación sana junto con la creciente preocupación por reforzar la sostenibilidad de nuestros campos, huertos y paisajes. No vamos a descubrir las bonanzas de iconos plenamente reconocidos, caso evidente de la papa, el plátano o el tomate, referentes de la comercialización a mercados peninsulares e internacionales.

-

***Estos productos locales  
del Archipiélago ya están  
decididamente vinculados  
a evidencias que reclama  
la sociedad actual***

-

Aunque no en grandes volúmenes, quilates de identidad derrocha un género tan humilde pero que tanto hizo antaño como la cebolla, de contrastada excelencia, como la de Gáldar (Gran Canaria), la de Lanzarote o las de Guayonge, Masca o Los Carrizales (Tenerife). Por cierto, Arrecife de Lanzarote anunció que va a revivir estampas de antaño de este cultivo excepcional con una feria-fiesta que se desplegará en el muelle de la Cebolla a finales de junio. Canarias es una de las regiones del mundo más ricas en biodiversidad agrícola y silvestre, y en su momento todo lo que fue insólito (mangos de Tenerife, mangas de Mogán, piña de El Hierro o de Buenavista, papa-

ya, aguacates, mamey colorado, pitaya, caqui, el fruto de la estrella, la carambola...) actualmente está plenamente integrado en la cesta de la compra y en la dieta de los canarios. Son exponentes de un uso específico también en la cocina canaria actualizada de variedades que aquí desarrollaron lo más óptimo de sus respectivos fenotipos. Pensemos en la huerta canaria pero también su extrapolación en la olla: difícilmente un cocido de cualquier latitud es capaz de reunir tanta verdura e incluso, en ocasiones, una curiosa invitada como es... ¡sí, la pera! No olvidemos esas manzanas reinetas de Ravelo (El Sauzal, Tenerife); las ciruelas o albaricoques en medianías de Gran Canaria, en San Bartolomé de Tirajana; la expansión del aguacate en Tenerife, La Gomera o La Palma.

Contrastan, estas de siempre, con frutas tropicales realmente poco –o nada– conocidas que se cultivan en nuestra tierra. Un vivero del nordeste de Tenerife, concretamente en Bajamar, alcanza un grado más que llamativo con 85 variedades de frutas exóticas. A saber, la fruta del pan, la *jackfruit*, de la misma familia y con sabor intenso algo así como de piña-plátano-mango; la atemoya verde y roja, esta una de las mejores frutas exóticas del mundo por su sabor; el mamey colorado, que en Canarias aumenta el sabor porque se desarrolla más lentamente; espectacular la guanábana natural (formidable para zumos saludables) y, cómo no, la carambola, al natural pero que está muy buena asada. También el longán, conocida como ojo de dragón, con apariencia de uva, que tiene muy buena acogida, dulce y más sabrosa. Por su parte, la cocina de las verduras parece que va ganando batallas, más aún cuando se nos presenta el referido puchero canario. Relevantes, sin duda, los puntos de cocción (excesivos en la cocina *tradicional*) maltratando los atractivos que citábamos de los géneros de la huerta.

#EsteVirusLoParamosUnidos  
#QuédateEnCasa



Centros de Arte,  
Cultura y Turismo  
Cabildo de Lanzarote

# Volveremos a sentir el latido de una tierra única.

Cuídate mucho. Nos vemos pronto.



## BRUNELLI'S STEAKHOUSE, MEJOR ASADOR DE CANARIAS



Brunelli's Steakhouse está de enhorabuena. Gracias a su pasión por las mejores carnes, ha recibido el premio Qué Bueno Canarias 2020 en la categoría de mejor asador y continúa ofreciendo a sus clientes todo un ritual gastronómico gracias a su *grill* único en las Islas. El Southbend es 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





## RESTAURANTE ETÉREO



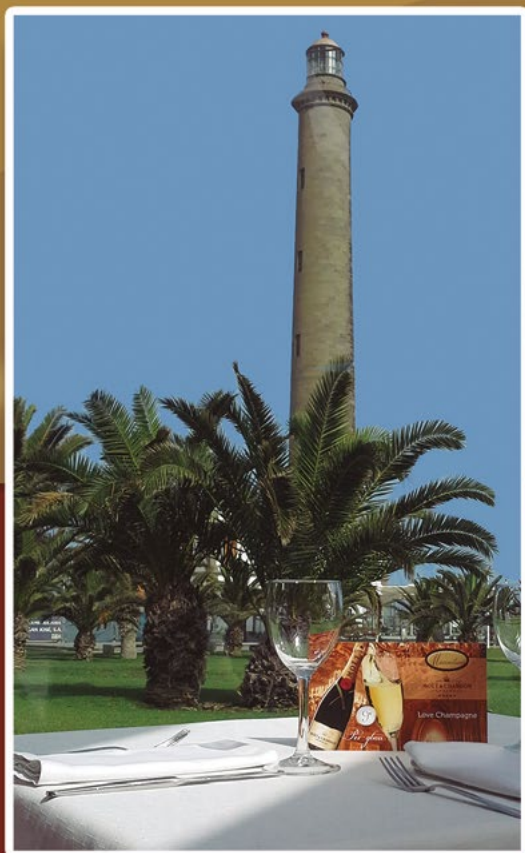
Un establecimiento para disfrutar del placer de comer y un ejemplo de cocina seleccionada con un aire personal y sabroso, en un espacio acogedor y moderno. El trato personalizado y la delicadeza de su cocina hacen que quieras volver a repetir una y otra vez.

Reservas: 922 194 195

## LA VACA AZUL



En un entorno inmejorable, con vistas al Atlántico y al viejo puerto de El Cotillo, podrá disfrutar de las mejores especialidades de pescado local fresco y mariscos, así como una amplia oferta de sopas, ensaladas, carnes, arroces y postres caseros. Requena, 9, El Cotillo, Fuerteventura. T. 928 538 685



# 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



Fundado en 1987 y dirigido por Juan el Majorero, su nombre resuena en el Archipiélago como sitio de buena comida. Su novedosa línea de trabajo con el atún rojo, que trata con técnicas modernas de corte y conservación, le permite un

abastecimiento amplio durante todo el año. Su recetario tónico es encomiable, con recetas tan delicadas como el tataki o el tartar. Además, cuenta con variedad de carnes selectas de vaca vieja, cerdo, cordero y cabrito.

**EMBARCADERO**



Restaurante & Terraza

# Especialistas en Eventos

Cocina abierta ininterrumpidamente de **13:00 a 24:00 h.**  
**Todos los días de lunes a domingo**

Club Marítimo Varadero  
 Muelle Deportivo de Las Palmas de Gran Canaria  
 Telf.: 928 23 30 67 - [info@restauranteembarcadero.com](mailto:info@restauranteembarcadero.com)

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



# AREHUCAS®

## SELECCIÓN FAMILIAR

### UNA HERENCIA EXTRAORDINARIA

*Hace referencia al proceso artesanal de elaboración de los rones premium de Arehucas como consecuencia de un cuidadoso añejamiento de los destilados desde el nacimiento de la destilería hace más de 130 años.*

*Con el perfeccionismo como punto de partida, nace nuestra gama de reservas Arehucas Selección Familiar de 12 y 18 años. Dos rones que representan la historia de Arehucas en Canarias, el empeño por poder ofrecer un producto de calidad y las ganas de acompañarlos siempre que brinden por la vida.*



Disfruta de un consumo responsable 40°

# BINTER RENUEVA SU COMPROMISO CON UNICEF PARA MEJORAR LAS CONDICIONES DE LA INFANCIA MÁS VULNERABLE



La compañía aérea canaria Binter renueva el convenio de colaboración que mantiene con Unicef Comité Español desde 2014 con el objetivo de apoyar los derechos de la infancia en todo el mundo. Los fondos recaudados serán destinados a mejorar las condiciones de los niños y niñas más vulnerables, incluyendo aquellos que se encuentran inmersos en conflictos y emergencias.

“Alianzas como esta nos ayudan a desarrollar nuestra labor de defensa y promoción de los derechos de la infancia. Es muy satisfactorio seguir contando con el apoyo del sector privado”, señaló Rosa Gloria Suárez, presidenta de Unicef Comité Canarias.

“Desde Binter admiramos el trabajo realizado por Unicef a favor de la infancia y queremos seguir colaborando con ellos, no solo con una aportación económica, sino también facilitando que puedan llegar a más gente”, destacó el presidente de la aerolínea, Pedro Agustín del Castillo.

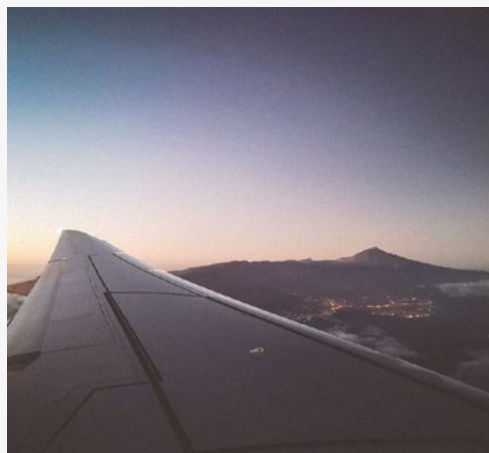
Binter ha ideado varios mecanismos con los que facilitar la participación de clientes, empleados y la sociedad canaria en general para incrementar los fondos destinados a mejorar las condiciones de vida de la infancia más vulnerable.

La compañía invita a sus clientes a realizar microdonaciones para sumarse a esta iniciativa, que podrán ser de una cantidad mínima de 1,80 euros, durante el proceso de compra de un billete de avión. Las donaciones se podrán hacer a través de los diferentes canales de venta de la aerolínea e irán destinadas de forma íntegra a Unicef. También se ha creado el contrato Partner con BinterMás, que facilita la donación a cambio de puntos. De esta forma, los titulares de la tarjeta BinterMás podrán canjear hasta un máximo de 500 puntos al mes por donaciones a favor de Unicef.

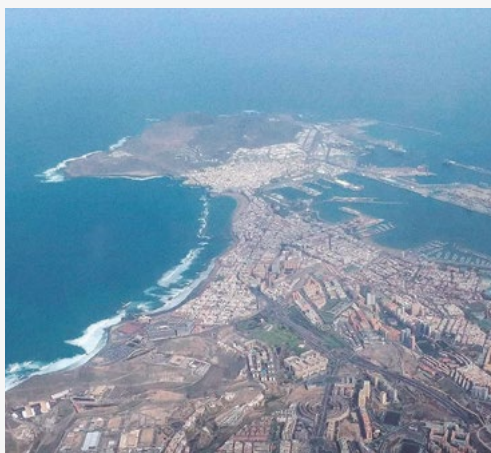
Además, en el marco del acuerdo cerrado entre la aerolínea y Unicef, se incluye una campaña de captación de fondos entre los empleados de Binter, que podrán donar parte de su nómina a esta organización para apoyar su trabajo a favor de la infancia.



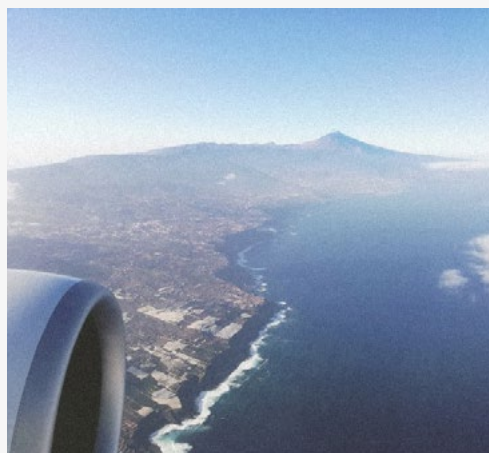
 @jsaiasestevez



 @Robermgonzalez



 @galneber



 @davazgarcia

# #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

**Ahora más que nunca,  
juntos y unidos lo superaremos.**



**Binter, al servicio de Canarias.**

**Tirma**

**Gobierno  
de Canarias**  
Consejería de Derechos Sociales,  
Igualdad, Diversidad y Juventud

**Binter**

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

## BinterMás

### VUELOS



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



### VUELOS + HOTEL

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



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



### BIENESTAR

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

### ALQUILER DE COCHES



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



### ESTACIONES DE SERVICIO

**DISA**  
901 101 016  
disagrupo.es  
Obtención: hasta 50 puntos



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



### COMPRAS

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

### GOLF



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



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



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

### SOCIAL



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

### ALOJAMIENTOS



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



**GOLD BY MARINA**  
+34 928 948 555  
goldbymarina.com  
Obtención: 215 puntos



**MARINA GRAN CANARIA**  
+34 928 153 015  
marinagrancanaria.com  
Obtención: 215 puntos



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



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



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



**BUENDÍA CORRALEJO NOHOTEL**  
+34 928 943 027  
buendiacorralejo.com  
Obtención: 215 puntos



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



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



**HOTEL CORDIAL MOGAN PLAYA**  
+34 928 143 393  
becordial.com  
Obtención: 470 puntos



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



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



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



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



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



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



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



**VILA BALEIRA**  
+351 291 980 800  
vilabaleira.com  
Obtención: 165 puntos



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



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

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



El paraíso está en nuestras islas

hotel  
**Cordial**  
**Mogán Playa**

Puerto de Mogán  
Gran Canaria



CALL CENTER:  
+34 928 143 393

[reservas@becordial.com](mailto:reservas@becordial.com)

[becordial.com](http://becordial.com)

**Los Guayres**  
Restaurante



GF  
HOTELES

VICTORIA

★★★★★ GL

# Déjate mimar Pamper yourself



WORLD  
LUXURY  
SPA  
AWARDS  
WINNER  
2019



CONDÉ NAST  
Johansens  
Luxury Hotels · Spas · Venues  
AWARDS  
2020

Ponte en nuestras manos y nosotros nos encargaremos de hacer tu estancia perfecta. Disfrutarás del mejor ambiente, atenciones exquisitas, sensaciones únicas, rincones con encanto y del clima ideal de nuestra mágica isla, **Tenerife**.

¡Bienvenido a **GF Victoria!**

Put yourself in our hands and we will work to ensure your stay is perfect. You will enjoy the best atmosphere, exquisite attention, unique sensations, charming corners and the ideal climate of our magical island, **Tenerife**.

Welcome to **GF Victoria!**

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

