

NT

JEREZ DE
LA FRONTERA

Andrea Abreu - El informe del mes - Galdós en Santander - De Pájara a Betancuria
Pozo Izquierdo - Salud: ELA - Gastronomía canaria

STAFF

COORDINACIÓN DE REDACCIÓN

Beneharo Mesa · redaccion@barabaracomunicacion.com

CORRECCIÓN

Lavadora de textos

COLABORADORES EN ESTE NÚMERO

Beneharo Mesa, Francis Torres, Elena Horrillo, Pablo Checa, Álvaro Morales, Cristina Torres Luzón, Francisco Belín.

DIRECCIÓN CREATIVA Y MAQUETACIÓN

great · greatttt.com · estudio@greatttt.com

DIRECCIÓN DE FOTOGRAFÍA

Rocío Eslava

FOTO DE PORTADA

Selu Vega

FOTOGRAFÍAS

Selu Vega, Casa-Museo Pérez Galdós, Adobe Stock, Solecker, Jonay P. Matos.

ILUSTRACIONES

Capi Cabrera, Ilustre Mario.

PUBLICIDAD

publicidad@barabaracomunicacion.com · 922 897 517

BINTER

Rodolfo Núñez - Presidente

Alfredo Morales – Vicepresidente

Noelia Curbelo – Relaciones Institucionales y Comunicación

SÍGUENOS EN LA WEBSITE Y LAS REDES

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

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

BARA-BARA 3.0 S. L. Calle Puerto Escondido, 5, 6.º izda. 38002. Santa Cruz de Tenerife (922 897 517).

Escríbenos a buzon@barabaracomunicacion.com.

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

IMPRIME

Gráficas Sabater S. L.

Con la asistencia técnica de 2informática

Dépósito legal TF 582-2019

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

HECHO EN CANARIAS

NUESTRA SEÑA DE IDENTIDAD, EL SERVICIO AL CLIENTE

Como algunos de ustedes habrán notado, hemos recuperado nuestro *snack* de cortesía y nuestra querida ambrosía, que había sido secuestrada por el coronavirus y que ya volvemos a ofrecer a todos nuestros pasajeros, aplicando las medidas necesarias para mantener las máximas condiciones higiénico-sanitarias en nuestros aviones. Por eso, en los vuelos nacionales ya volvemos a repartir la caja con el *snack*, que incluye varios productos, y en los vuelos entre islas la ambrosía al desembarcar.

Quiero agradecer los mensajes que nos han hecho llegar celebrando que volvamos a ofrecer estas cortesías porque nos reafirman en nuestro empeño de convertir el servicio al pasajero en nuestra seña de identidad.

En Binter nos hemos propuesto que todos nuestros clientes reciban un producto *premium*, por el que en otras aerolíneas tendrían que pagar un extra, pero que en nuestro caso permite que cada uno de nuestros pasajeros, con independencia de la tarifa adquirida, pueda disfrutar de la facturación del equipaje, la selección de asiento y un servicio a bordo de gran calidad.

Al mismo tiempo, seguimos innovando para ofrecer nuevas alternativas acordes al momento en el que nos encontramos, y por eso hemos sacado recientemente una nueva tarifa en los vuelos con la Península y Baleares que permite reservar dos asientos contiguos de una fila para un solo viajero. Al hacer la consulta del vuelo aparecerá directamente esta modalidad como Tarifa *Comfort*, dentro de las opciones especiales, y puede ser adquirida desde la web o la aplicación móvil con toda la comodidad.

Además, ya hemos empezado a volar a dos nuevos destinos nacionales, Asturias y Jerez de la Frontera. Dos lugares maravillosos, con características muy diferentes y con mucho que ofrecer. Aprovechen estos vuelos directos para conocerlos o visitarlos. En este número de nuestra revista encontrarán un reportaje sobre Jerez que seguro los convence.

Tampoco se olviden del resto de nuestros destinos. Seleccionamos cada uno de ellos sabiendo que despertarán su interés y, además, con las ofertas que sacamos de forma periódica, estos lugares están más cerca que nunca.

Antes de despedirme hasta el próximo mes, me gustaría contarles que acabamos de recibir dos premios, del Gobierno de Canarias y del Cabildo de Gran Canaria, que son muy significativos para nosotros por su importancia, por llegar durante esta compleja situación económica y social y porque a todos nos gusta ser reconocidos en nuestra tierra. Les aseguro que son un aliciente más para seguir trabajando para ofrecerles a todos ustedes el mejor servicio de transporte aéreo.

Muchas gracias por elegirnos y ¡BUEN VUELO!

Juan A. Ramsden

Coordinador general

SUMARIO

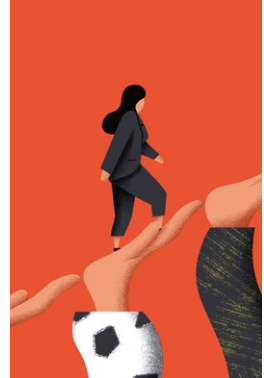
6
Andrea Abreu
Entrevista



18
Jerez de la Frontera
Destino nacional



10
El informe del mes
Economía



14
Noticias
Noticias de empresa



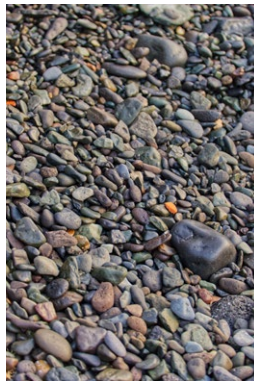
24
Santander
Destino nacional



32
Pájara-Betancuria
Senderos



38
Pozo Izquierdo
Playas



44
ELA
Salud



48
Comida canaria
Gastronomía





Visita
nuestra
nueva
web

15%
DE DESCUENTO
CON CÓDIGO **BINTER**
RESERVANDO A TRAVÉS DE
www.landmarhotels.com

922 862 991

Todo incluido. Válido para reservas todo 2020.
Primer niño gratis. No acumulable a otras ofertas.



Puerto de
Santiago
TENERIFE



LANDMAR

HOTEL COSTA LOS GIGANTES

ALL INCLUSIVE



Por Beneharo Mesa
Ilustración por Capi Cabrera

«SIEMPRE HABÍA FANTASEADO CON SER ESCRITORA, PERO PENSABA QUE ESO SOLO ERA PARA GENTE RICA»

Andrea Abreu nació en 1995 en Tenerife y se crio en Icod de los Vinos, en el norte de la Isla. Se graduó en periodismo por la Universidad de La Laguna (ULL) y, posteriormente, se trasladó a la península para cursar un máster en periodismo cultural en la Universidad Rey Juan Carlos (URJC). Ha escrito en diversos medios nacionales, sobre todo en las secciones de cultura, y también ha publicado textos literarios en revistas digitales y en papel. Asimismo, es autora del poemario *Mujer sin párpados* (Versátiles Editorial, 2017) y del fanzine *Primavera que sangra* (2017). Recientemente publicó su primera novela, *Panza de burro* (Editorial Barrett, 2020), en plena pandemia y, demostrando lo «echadita pa'lante» que es, ya va por su séptima edición.

¿Cómo comenzó a imaginar *Panza de burro* y a sus personajes? ¿C cambió mucho desde su idea inicial hasta lo que acabó en el borrador final?

Empecé a escribir *Panza de burro* en 2017, poco después de mudarme a Ma-

drid. En principio era una novela muy *autoficcional*, según la idea que tenemos hoy de esa palabra. Por aquel entonces leía mucho a Alejandro Zambra. Estaba obsesionada con él y supongo que ciertas características de su escritura se me quedaron muy metidas. Ese primer intento de

novela era la historia de una chica canaria de veinticuatro años que se había mudado a Madrid y que contaba –en fragmentos que se intercalaban con su vida del presente– la historia de su primer amor en la infancia. El libro llevaba el título *Mejores amigas*, un nombre que no tenía ninguna gracia y del que me alegro de haberme desprendido. Las dos protagonistas siempre estuvieron presentes. Antes de empezar a escribir la novela, la idea del primer capítulo (en el que Isora, la mejor amiga de la protagonista, vomita delante de ella por primera vez) fue la primera que se me presentó en forma de poema. Antes de *Mejores amigas* la novela, estuvo *Mejores amigas* el poemario. Cuando ya llevaba unos cinco poemas escritos con la idea que se ha mantenido firme desde el principio –la de narrar una historia de amistad en la que los límites entre el deseo/enamoramiento y la misma amistad fuesen difusos–, comprendí que tenía que escribir una novela, porque la poesía no me valía para contar esa historia. Ahí llegó *Mejores amigas* la novela metarreferencial. Después, con el paso del tiempo, y gracias a la lectura de muchas autoras latinoamericanas y el curso de escritura de Sabina Urraca (la editora de la novela), se me ocurrió eliminar la parte de la narradora adulta, y empezó a nacer esa cosa que hoy en día es *Panza de burro*.

En el prólogo del libro podemos conocer cómo fue gestarlo desde el punto de vista de Sabina Urraca, su editora, ¿cómo lo fue para usted?

Panza de burro es mi primera novela. Eso implica que aprendí a escribir novela al mismo tiempo que la estaba escribiendo [risas]. Tenía que adaptar mi horario de escritura a los horarios en la tienda en la que trabajaba entonces. Normalmente mi trabajo de dependienta tenía lugar por la tarde, por lo que dedicaba las mañanas a escribir. A veces me levantaba dema-

siado cansada del curro del día anterior y sabía que tenía que sentarme delante del ordenador y sacar algo decente. Escribía mucho. Muchas cosas que luego deseché. La mayoría de veces no me gustaba lo que me salía. Me di cuenta de que una novela requería de mucha constancia y trabajo. No era como la poesía. Ida Vitale dijo una vez que era poeta por pereza. Yo más o menos igual. Había sufrido con las correcciones de mis poemas, pero nada que ver con la novela. Tenía que sacar fuerzas todos los días para seguir y seguir. Todos los días pensaba que no tenía sentido lo que escribía, que iba a ser un gran fracaso.

-
**«Estoy cuidándome
 para que no me haga daño
 toda esta exposición social,
 toda esta presión de ser
 inmediata y eficiente»**
 -

Y ahora resulta que *Panza de burro* va por su séptima edición...

Es lo que acabo de decir: yo pensaba que iba a fracasar, que nadie lo iba a entender. Mientras escribía la novela, en teoría, estaba segura de cómo la estaba ejecutando, pero algo dentro de mí me repetía: «Está mal, la gente va a pensar que no sabes escribir, qué haces poniendo esa palabra, ridícula». Era una lucha continua contra la vergüenza.

¿Está trabajando en algún nuevo proyecto o tiene algo en mente?

Estoy trabajando en mi salud mental. Estoy cuidándome para que no me haga daño toda esta exposición social, toda esta presión de ser inmediata y eficiente. Ese es mi nuevo-viejo proyecto.

TEMPORADA **20**
2021

ÓPERA DE TENERIFE

Momento
Ópera

VUELVE
A SENTIR
LA ÓPERA
CON

Lucrezia Borgia

Gaetano Donizetti



24, 26 Y 28 DE NOVIEMBRE | 19:30H

SALA SINFÓNICA

auditoriodetenerife.com



AUDITORIO
DE TENERIFE



ÓPERA
DE OVIEDO



TEATRO DE LA MAESTRANZA

A | ÓPERA
DE TENERIFE
VOLCÁN DE EMOCIONES



Por Francis Torres*
Ilustración por Ilustre Mario

EL AZÚCAR Y EL CHOCOLATE, LAS GOLOSINAS DE ESTA CRISIS

Desde muy pequeño me encontré con los límites que me ponían mis padres. Aquellos eran los chupetes, caramelos, dulces y chocolatinas, que se tomaban muy de vez en cuando y de forma excepcional. Así fue siempre: golosinas bien pocas, algo en Navidades, en celebraciones familiares y en el cole. Aún recuerdo llevar el día de mi cumpleaños una bolsa con los caramelos contados para los compañeros de la clase.

El azúcar nos viene acompañando desde muy pequeños, endulzando nuestros platos y nuestras vidas. Pero igualmente era considerado como algo que evitar, y con el paso de los años, aún más, pues tiene efectos positivos, pero también negativos, especialmente durante un uso prolongado.

De cualquier modo, no quiero escribir sobre el azúcar ni de chocolatinas, ni tampoco sobre sus peligros.

En estos días la vida nos ha golpeado con una pandemia y se entremezclan una crisis social y una económica, el peor de los cócteles.

* Director regional de Renta 4.

En Canarias esta tragedia tiene unas consecuencias muy dramáticas, un desastre que afecta a nuestro modelo y estilo de vida.

Es cierto que estamos en otros tiempos, y podemos olvidar los años cuarenta y aquella vida que transcurría en una economía agraria de subsistencia. Hoy estamos mucho mejor que entonces y desde luego especializados en aquello que podemos hacer mejor o en donde podíamos competir: la industria turística.

En definitiva, esta crisis tumba nuestro presente y hiere de forma muy importante también el futuro, y es aquí donde aparecen el azúcar y el chocolate que nos calman.

-

Es cierto que estamos en otros tiempos, y podemos olvidar los años cuarenta y aquella vida que transcurría en una economía agraria de subsistencia

-

Afortunadamente, tenemos aquello que llamamos estabilizadores, que se encargan de amortiguar los momentos de crisis; no obstante, en esta pandemia la necesidad del azúcar y el chocolate es mayor, enormemente mayor. Llamo azúcar a los ERTE, a ese instrumento que está endulzando esta situación. Permiten que muchos de nosotros, trabajadores, podamos disfrutar de una renta que nos ayude a enfrentarnos a este varapalo. Este azúcar también logra que muchas organizaciones no se desmoronen y puedan continuar su funcionamiento en el futuro.

Las empresas, también los autónomos, hemos podido disfrutar de otro im-

portante amortiguador: el chocolate. Así llamo a los avales del ICO, que se dispusieron de forma masiva para facilitar el acceso al crédito y a la liquidez.

Ese azúcar se ha prorrogado recientemente, decisión que era indispensable, y, junto con el chocolate, alimenta o, quizás mejor, nutre en forma de subsistencia a nuestras empresas y a nosotros mismos. Pero no debemos olvidarnos de que el azúcar es en gran medida una caloría vacía y, como dice la Organización Mundial de la Salud, esta no debe aportar más del 10 por ciento de nuestras calorías diarias, no debe ser protagonista de nuestra dieta.

Esto es sin duda un medicamento, un tratamiento indispensable para sobreponernos a un momento excepcional, pero debemos ser conscientes de que esta situación va a perdurar. El azúcar, si se usa durante mucho tiempo, produce efectos secundarios: obesidad, diabetes, daños en los dientes y muchos más.

Entiendo que deberíamos modificar la dieta, buscar alternativas, tener imaginación y lograr del decisor público una empatía que permita colaborar con las compañías privadas. Nadie –tal vez solo los adictos al azúcar– quiere estar en casa sin trabajar, ningún empresario quiere cerrar voluntariamente su empresa y aquel que se emborrache de azúcar se enfermará.

Hemos de tener cuidado: el azúcar se acaba convirtiendo en droga, por lo que los animo a imaginar nuevas posibilidades, a empujar en esta batalla contra el covid-19 y sus efectos. Debemos ponernos en marcha, trabajar para que nuestra sociedad no se enferme aún más; respetemos las reglas, pero, por favor, no se duerman, que esto no es sino el «chocolate del loro».

guaway
CLUB

Si te mueve una **Razón** por hacer tu **entorno mejor**
con **Guaguas Municipales** lograrás que
tu **Razón** se convierta en **CoRazón**

Forma parte del **Club Guaway** y descubre cómo
beneficiarte con tu **actitud sostenible**



guaway.es



TIJARAFE: SEMANA CULTURAL



Tijarafe celebra del 18 al 24 de noviembre su semana cultural, dedicada a José Luis Lorenzo Barreto, gran conservador de las tradiciones del municipio, fallecido hace más de veinte años. A lo largo de una semana el municipio acogerá diversos actos culturales para rendir tributo a su hijo predilecto. Puedes consultar los actos en tijarafe.com/semana-cultural-2020.

II FORO 'ENCIENDE LAS REDES' DE CAJACANARIAS

La Fundación CajaCanarias pone en marcha, a partir del 12 de noviembre, la segunda edición del Foro *Enciende las Redes*, que se enmarca en esta ocasión en el programa de actividades del Otoño Cultural CajaCanarias 2020 y pretende analizar, a través de las tres jornadas previstas, el panorama que acontece al mundo artístico, científico y deportivo a partir de la actual pandemia provocada por el covid-19. Las sesiones, que se celebrarán los días 12, 19 y 26 de noviembre, se desarrollarán en formato de videoconferencia en directo, a través de YouTube de la Fundación CajaCanarias. Ernesto Valverde, Rocío Vidal, Antonio García Villarán, Leontxo García, Alberto Sicilia y Fernando Castro Flórez serán los protagonistas de un ciclo que tendrá como presentadores a José A. Pérez Ledo, Beatriz Palmero y Raquel Toste.



Disfruta de la calidad de Bosch Car Service en Canarias, en un **CLICK!**

Entra en MiBoschCarService y pide cita en cualquiera de los **13 talleres Bosch Car Service** de las Islas Canarias.

CLICK!



Regístrate ya y pide cita en boschcarservice.es

Síguenos en   



Bosch Car Service: para todo lo que tu automóvil necesita.

ETÉREO BY PEDRO NEL



Etéreo by Pedro Nel se posiciona como la mejor alternativa gastronómica preferente en Santa Cruz de Tenerife. Una cocina tradicional pero creativa, con el producto como protagonista. El sabor de sus platos tiene mezclas latinas y canarias, siempre en busca del equilibrio perfecto. San Antonio, 63 - Santa Cruz de Tenerife
T. 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

EMBARCADERO



Restaurante & Terraza

Restaurante Terraza Embarcadero

Oferta gastronómica renovada

- Nuevo servicio en barra
- Pescados y carnes a la brasa
- 3 horas de parking gratis
- Cocina abierta ininterrumpidamente
- Amplio comedor para eventos



Club Marítimo Varadero

Muelle Deportivo de Las Palmas de Gran Canaria · Telf.: 928 23 30 67 - info@restauranteembarcadero.com

www.restauranteembarcadero.com

IMPULSO A LA MOVILIDAD DE LAS PALMAS DE GRAN CANARIA



José Eduardo Ramírez, Concejal de Movilidad de Las Palmas de Gran Canaria,

Las Palmas de Gran Canaria ha experimentado un flujo elevado de visitantes en los últimos tiempos –en la realidad previa a la pandemia-, lo que ha ejercido una significativa presión en sus sistemas de transporte. Este progresivo incremento de la demanda ha requerido soluciones innovadoras para mejorar los patrones de movilidad y calidad de vida de residentes y turistas.



Descubre aquí la historia de este proyecto

Durante los últimos cuatro años, la capital grancanaria y otras cinco regiones isleñas europeas han trabajado juntas para diseñar, implementar y operar más de 75 iniciativas destinadas a experimentar mejoras en los sistemas de transporte, bajo la financiación del proyecto europeo Civitas Destinations.

Estas acciones han contribuido a desarrollar planes, crear espacios públicos atractivos, favorecer la movilidad compartida y la electromovilidad y promover un transporte público más eficiente.

«Estamos obligados a dar respuestas inteligentes a los desafíos que se nos plantean en las ciudades y la movilidad es uno de esos ámbitos cruciales que requieren soluciones audaces», precisa el concejal de Movilidad de Las Palmas de Gran Canaria, José Eduardo Ramírez, quien recientemente recogió el premio Civitas Resiliencia, otorgado por la UE entre un total de 320 ciudades, por exhibir «una resistencia excepcional» al covid-19, tras «combinar medidas inmediatas con una visión de largo alcance».

«Tenemos claro que las personas somos el centro de la ecuación. Por ello,



durante los últimos años, con el impulso de Civitas Destinations, nuestra propuesta se ha basado en procurar más peatonalización, más carriles bici, más patinetas y más uso del transporte público», enumera.

Civitas Destinations, que ha aportado 2,7 millones de euros en una docena de proyectos, ha fomentado la implementación de acciones que ayudan a lograr objetivos trazados por el Plan de Movilidad Urbana Sostenible, como la renovación del sistema público de bicicletas –Sitycleta-, la promoción de la Metro-Guagua o la creación del Observatorio de Movilidad.



Por Elena Horrillo
Fotografías por Selu Vega

EL ALMA DE JEREZ EN TRES PASOS

Andalucía esconde una envidiable miscelánea de culturas que no para de nutrirse con el paso del tiempo. Sin embargo, entre sus múltiples naturalezas despunta la que alimenta las raíces flamencas, y su pasado almohade, donde también bailan orgullosos y elegantes los caballos y el buen vino, es casi un compromiso. De esa idiosincrasia es experta Jerez de la Frontera, una ciudad que ha crecido a medio camino entre Cádiz y Sevilla y que presume de haber sido evocada por Lorca en su *Romancero gitano*.

Jerez es semilla de muchas de las aristas que componen el poliédrico carácter andaluz. El flamenco, el vino y los caballos están considerados la Santísima Trinidad de la ciudad y adentrarse en los orígenes de estos talentos es la mejor manera de descifrar su esencia. Pero antes conviene poner las bases en su monumento más antiguo: el Alcázar, con sus cuatro kilómetros de muralla y sus casi ocho decenas de torres defensivas. Hoy se conservan la mezquita, los baños árabes, los jardines y el patio de armas. Precisamente donde se levantaba la mezquita mayor, se alza ahora la catedral, que aúna el gótico, el barroco y el neoclásico y que guarda como uno de sus grandes tesoros *La Virgen niña* de Zurbarán.

-

La ciudad es considerada por muchos como una de las más importantes cunas del flamenco, junto con el sevillano barrio de Triana

-

Una vez asentados los cimientos históricos, toca adentrarse en la tríada mágica, la que hace de Jerez un lugar único. La ciudad es considerada por muchos como una de las más importantes cunas del flamenco, junto con el sevillano barrio de Triana. Para ahondar en la que el mismísimo García Lorca consideró «ciudad de los gitanos» en su famoso romancero, lo mejor es callejear por los barrios de San Miguel o Santiago, amistosos rivales por contener la esencia flamenca de la ciudad.

En el caso del primero conviene no perderse, si se quiere seguir el rastro del cante jondo, los monumentos a Lola Flores y a La Paquera. Para seguir, un tranquilo paseo por la vida cotidiana en las plazas de las Angustias, Cruz Vieja y San





Miguel y el punto sacro de la visita con las ermitas de la Yedra y San Telmo, junto con la iglesia de San Miguel. En el barrio de Santiago, la ruta debería contemplar el conmovedor antiguo Hospital de la Sangre, la basílica de la Merced y la iglesia de la plaza de Santiago, así como los restos de la muralla de la ciudad.

Ambos barrios cuentan además con otra de las señas de identidad de Jerez: los tabancos. Estos establecimientos nacieron para el despacho de vinos a granel y pronto se convirtieron en centro de tertulia y flamenco para todo aquel que los visitase. Hoy en día cuentan con su propia ruta mientras siguen sirviendo los finos, olorosos y amontillados de la misma manera –el requisito indispensable para considerarse tabanco es que entre el 60 y el 70% del vino sea jerezano y se venda a granel–, acompañados de tapas de chacina.

Para completar la experiencia enológica, nada como una visita a alguna de las más representativas bodegas de la ciudad, en las que, además de conocer su historia y degustar sus productos, se puede incluir una parada en sus viñedos. Desde la más antigua bodega, Domecq, nacida en 1730, a las Williams & Humbert, una de las más grandes de Europa, pasando por las emblemáticas Tío Pepe o las bodegas Lustau, cuyo emplazamiento forma parte de la antigua muralla de la ciudad.



JEREZ DE LA FRONTERA

*Vuele desde 5000 puntos/trayecto y
sume hasta 2000 puntos por trayecto.*

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

BinterMás



Y Jerez no sería Jerez sin sus caballos. La Real Escuela Andaluza de Arte Ecuestre ofrece el espectáculo *Cómo bailan los caballos andaluces*, un auténtico ballet ecuestre en el que se combinan entre seis y ocho coreografías de doma con un vestuario propio del siglo XVIII y música tradicional española. Una danza hípica donde se lucen los equinos de pura raza española y los que son considerados como su élite, los caballos cartujanos, cuyo origen está en la impresionante cartuja de Santa María de la Defensión y en su orden de monjes cartujanos. Hoy ya no queda rastro de los monjes, pero sí de uno de los edificios religiosos con mayor valor artístico de la provincia. Lugar ideal para concluir un fin de semana embriagándose con el alma de Jerez.

Escápate a Portugal y disfrútalo a tu aire...



Desde
266€
por persona
4 días

Lisboa

La ciudad para una escapada romántica

Lisboa Plaza 4*

4 días / 3 noches
Doble Standard
Alojamiento y desayuno

Promoción:

· Vino de Oporto de bienvenida
Precio en diciembre



Desde
238€
por persona
4 días

Madeira

Naturaleza y sabor

Saccharum 5*

4 días / 3 noches
Doble Estándar Vista Patio
Alojamiento y desayuno

Promoción:

· 35% de descuento
Precio en diciembre

Por tu compra cada
1€ = 1 punto BinterMás

Viajar es Vivir

Nuestro blog de viajes y estilo de vida



Precio residente canario.
Precio final sin sorpresas



Flexibilidad, cambios hasta
7 días antes de tu viaje



No cobramos gastos de gestión,
ni por pago con tarjeta

Precio por persona en base a ocupación doble, régimen y fechas indicados. Sujeto a disponibilidad. Consultar resto de condiciones y salidas desde todas las islas on-line.

Vuela con:

Binter



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



Por Pablo Checa*
Fotografías cedidas por Casa-Museo Pérez Galdós

GALDÓS, SANTANDER Y PEREDA

En 1871, huyendo de los calores del estío madrileño, Benito Pérez Galdós, atraído por la lectura de *Escenas montañosas*, de José María Pereda, decidió pasar el verano en Santander junto a su hermana Concha y su cuñada Magdalena «la Madrina». Instalados en La Europa, una fonda cercana al puerto, el encuentro fortuito de Galdós con Pereda uniría para siempre al primero con Santander a través de los fuertes lazos de amistad que alentaron al escritor canario a volver cada año de veraneo a la ciudad montañesa.



En 1843 nació Benito Pérez Galdós en Las Palmas, donde vivió hasta que con diecinueve años viajó a Madrid para estudiar Derecho. Durante sus primeros tiempos madrileños, Galdós hizo la vida de los estudiantes canarios: sobrevivir en fondas y pensiones, y viajar a sus islas solo una vez al año, en las vacaciones estivales.

La muerte en 1870 de Domingo, su hermano mayor y padrino de bautizo, hizo que la esposa de este, Magdalena Hurtado de Mendoza, abandonara Las Palmas y formara en Madrid el «hogar canario» de los Pérez Galdós junto a Benito y sus hermanas Concha y Carmen, con sus cuatro hijos.

Los veranos, desde julio hasta octubre, los pasaban en Santander, donde Galdós aprovechaba para tomar baños en la playa del Sardinero y olvidar «los libros, los periódicos y demás cosas del invierno que le dan jaqueca». En una pequeña ciudad a la orilla del mar con un puerto abierto al resto del mundo y un clima benigno en verano, los Pérez Galdós se sintieron como en su lejana patria chica (años después, Galdós diría que Santander era su segunda patria).

Pereda introdujo al joven Galdós en el ambiente cultural de aquella «pequeña Atenas» y también lo invitó a recorrer Cantabria. Fruto de la excursión realizada por ambos en 1876 es el relato titulado *Cuarenta leguas por Cantabria*, editado varias veces en vida de Galdós y en 2020 por el Cabildo de Gran Canaria con fotos de Ángel Luis Aldai.

-
En 1891 Galdós compró unos terrenos frente al Sardinero y él mismo diseñó los planos iniciales de una vivienda
-

En 1891 Galdós compró unos terrenos frente al Sardinero y él mismo diseñó los planos iniciales de una vivienda. Situada en la península de La Magdalena, la construcción finalizó en 1893 y la casa fue bautizada como *San Quintín*, por ser esta la primera obra que Galdós terminó de escribir en ella. Iniciativa de la tertulia que allí se reunía fue plantar un árbol con el nombre de las obras recién publicadas: un manzano, *Ángel Guerra*; un peral, *Zaragoza*; una higuera, *Doña Perfecta*; un guindo, *Miau*; un pino, *Naza-*



rín; un ciprés, *Torquemada*... El primero, un laurel, lo había plantado Pereda.

La vida en San Quintín transcurría entre el descanso, los viajes y la escritura. Don Benito se levantaba muy temprano, desayunaba y trabajaba en el gabinete hasta la hora de bajar a la huerta, donde pasaba largas horas descansando, con el cultivo de flores y plantas y el cuidado de los animales. Por la tarde, a las cinco, tertulia con amigos y, al llegar la noche, muy temprano a dormir. Recuerda el doctor Marañón que «a la caída de la tarde se entraba en la casa y el escritor se sentaba ante el armonio, y don José [su sobrino] ante el piano, y ambos ejecutaban piezas de Beethoven, de Mozart y de Bach, entre sus preferidos», pero, al perder la vista, don Benito dejó de tocar el armonio.

El estudio era un museo de recuerdos con retratos dedicados, cuadros, cerámicas, porcelanas y dibujos que solía hacer a lápiz. También cultivó la acuarela y el óleo y en Santander pintó marinas y escenas del puerto... En la pared estaba colocado el plato regalado por la colonia canaria en 1883 y cerca del ventanal colgaba el pequeño barquito regalado

por sus paisanos en el último viaje a Las Palmas, en el otoño de 1894.

Esta vivienda, que estuvo destinada a ser su Casa-Museo, fue vendida por su hija María en 1940 y sucumbió bajo la piqueta destructora llevándose el recuerdo santanderino de nuestro escritor. Afortunadamente, gran parte de su mobiliario, documentos y otros objetos fueron trasladados a la Casa-Museo Pérez Galdós, en Las Palmas de Gran Canaria, donde podemos contemplarlos en la actualidad.

* Plácido y Pablo Checa, son autores del libro *La ciudad de Galdós. Las Palmas de Gran Canaria ayer y hoy*.

SANTANDER

Vuele desde 13000 puntos/trayecto y sume hasta 1300 puntos por trayecto.

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

BinterMás

CÓMO LLEGAR

Binter conecta 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 2:50.

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 de mar y montañas. Su tradición marinera y comercial se une a una vocación turística centenaria, que tiene en la célebre playa del 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 del Sardinero y a las aguas del mar Cantábrico, del que ofrece 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, encontraras 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-restaurante 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 legado bibliográfico y el edificio en el que lo guardaba con la condición de que siempre se mantuviera agrupado.

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, ocurrida 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 y www.canariasviaja.com

Otoñea en Canarias

Disfruta de las islas en su mejor momento...

Fuerteventura

Desde Tenerife
Gran Hotel Bahía Real 5* GL
Corralejo
3 días / 2 noches
Doble Deluxe
Alojamiento y desayuno
Precio en diciembre



Desde
163€
por persona
3 días



Desde
161€
por persona
3 días

Lanzarote

Desde Gran Canaria
Hotel Boutique Palacio Ico
Teguise
3 días / 2 noches
Doble
Alojamiento y desayuno
Precio en diciembre



Desde
190€
por persona
3 días

Gran Canaria

Desde Tenerife
Suites 1478
Vegueta
3 días / 2 noches
Suite
Alojamiento y desayuno
Precio en diciembre

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

Viajar es Vivir

Nuestro blog de viajes y estilo de vida



Precio residente canario.
Precio final sin sorpresas



Flexibilidad, cambios hasta
7 días antes de tu viaje



No cobramos gastos de gestión,
ni por pago con tarjeta

Precio por persona residente canario en base a ocupación doble, régimen y fechas indicados. Sujeto a disponibilidad. Consultar resto de condiciones y salidas desde todas las islas on-line.

Vuela con:

Binter



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

CIUDAD DE NOVELA NEGRA

Las Palmas de Gran Canaria es escenario y verdadera protagonista de las intrigas que conciben Alexis Ravelo y José Luis Correa.

Las Palmas de Gran Canaria es una gran ciudad atlántica, cruce de caminos y culturas. Muchos escritores se han enamorado de ella, aunque los autores de un género muy concreto trazan un relato urbano cargado de atractivo. La capital grancanaria también es una urbe propicia para la novela negra, que inspira a sus creadores.

Por ejemplo, a la célebre Agatha Christie, huésped distinguida del antiguo Hotel Metropol (hoy, oficinas municipales): allí concibió su libro *Trece problemas* (1932), que incluía un velado tributo a los médicos británicos que por entonces frecuentaban la ciudad.

En otras ocasiones, la ciudad ha sido el escenario en el que se ambientan estas historias. El que se lee en las novelas de dos reconocidos autores canarios: Alexis Ravelo y José Luis Correa.

Enclaves con mucho encanto se alzan como lugares para acoger estas intrigas: la plaza de Santa Ana, la alameda de Colón, el vetusto Hotel Madrid, el barrio marinero de San Cristóbal o la avenida Marítima.

Eladio Monroy es el personaje de la saga creada por Alexis Ravelo: un pensionista de la marina que complementa su mísero sueldo con encargos bajo cuerda. Ahí quedan títulos como *Tres funerales para Eladio Monroy* (2006), *Sólo los muertos* (2008), *Los tipos duros no leen poesía* (2011), *Morir despacio* (2012) o *El peor de los tiempos* (2017). Ravelo también firma *La estrategia del pequinés* (2013), otra obra destacada en su producción.

El universo de las novelas de José Luis Correa está protagonizado por el detective Ricardo Blanco, un personaje que sobrevuela la ciudad de Las Palmas de Gran Canaria, la calima, la panza de burro, la noche en Las Canteras. Lo podemos encontrar en obras como *Quince días de noviembre* (2003), *Muerte en abril* (2004), *Muerte de un violinista* (2006), *Un rastro de sirena* (2010), *Nuestra Señora de la Luna* (2012), *Blue Christmas* (2013), *El verano que murió Chavela* (2014), *Mientras seamos jóvenes* (2015), *El detective nostálgico* (2017), *La noche en que se odiaron dos colores* (2019) y *Las dos Amelias* (2020).





Por *Beneharo Mesa*
Fotografías por *Solecker*

LA RUTA HACIA BETANCURIA

Fuerteventura es un lugar ideal para desconectar y estar en sintonía con la naturaleza. Aunque las playas paradisíacas son algunos de los atractivos que seducen rápidamente a los turistas, lo cierto es que más allá de las aguas cristalinas y la arena blanca se esconde un tesoro natural de gran importancia geológica esperando a ser descubierto por el viajero: Betancuria.

Iniciaremos la marcha desde el municipio de Pájara, donde la iglesia de Nuestra Señora de Regla servirá como punto de partida para dirigirnos a las afueras, atravesando la plaza del pueblo hasta dejar atrás la rotonda del cabrero. Una pasarela de palmeras nos guiará hasta desviarnos a la izquierda por unas escaleras blancas, fácilmente reconocibles, que conectan con el barranco del Toto. Abandonado ya el asfalto, atravesaremos la senda durante poco menos de dos kilómetros hasta llegar a una pequeña zona urbana, en dirección al barranco de Teguerede. Es aquí donde el sendero no deja lugar a pérdida, pues unas piedras delimitan el paso que hay que seguir y guían al viajero durante todo el trayecto y el posterior ascenso.

Uno de los colores predominantes durante nuestra travesía paralela al barranco es el ocre, propio de una zona agreste, pero combinado con el verde de las tabaibas, que poseen un tamaño considerable para hacer frente a los vientos de esta zona. Al finalizar la ligera subida, llegaremos a la degollada de Granadillos,

por lo que estaremos ante el punto más alto de la ruta planificada. Descendremos por el resto del recorrido hasta llegar Vega de Río Palmas, un pueblo situado en mitad de un valle verde que sirvió en el pasado para su explotación agraria y que se distingue como si de un oasis se tratara, con característicos tarajales y palmeras.

-
Una pasarela de palmeras nos guiará hasta desviarnos a la izquierda por unas escaleras blancas, fácilmente reconocibles, que conectan con el barranco del Toto
-

Una parada opcional en la población nos vendrá bien para descansar antes de tomar nuevamente el sendero del barranco del Río Palmas y así dar el último esfuerzo hasta llegar al punto final de nuestro destino: Betancuria.







Desnivel positivo:
444 metros de ascenso.

Desnivel negativo:
268 metros de descenso.

Longitud:
14,05 kilómetros.

Cota máxima:
486 metros de altitud.

Cota mínima:
202 metros de altitud.

Lugares de interés cercanos:
en las afueras de Betancuria se encuentra el convento de San Buenaventura, una opción ideal para combinar el senderismo con la historia de Fuerteventura, pues este edificio, que data del siglo XV, es el convento más antiguo de Canarias.

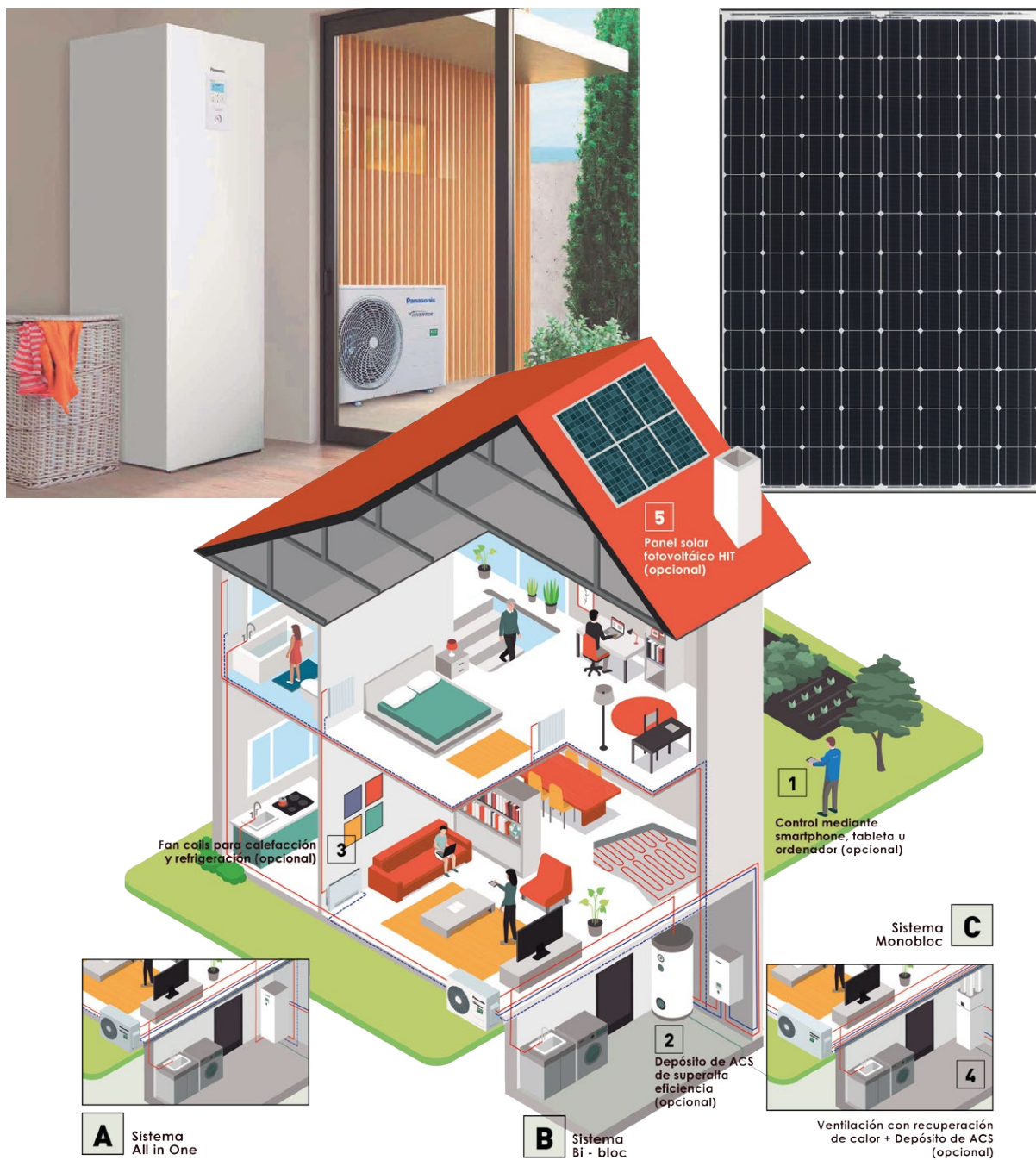
Observaciones: el itinerario es fácil, aunque es necesario transitarlo con un calzado adecuado, agua, protección solar y en días en los que las temperaturas no sean elevadas.

¿Sabías que... la primera ciudad que se fundó en Canarias fue Betancuria? Lo hicieron los conquistadores normandos en 1404.



Panasonic Aquarea+ Fotovoltaica:

soluciones para lograr una casa más eficiente
y una instalación más fácil y económica



Panasonic tiene el compromiso de desarrollar productos con la máxima eficiencia energética.

Las eficientes soluciones de Panasonic pueden ayudar a reducir notablemente el consumo energético del hogar, y contribuir a lograr una sociedad con menos emisiones.

Las bombas de calor Aquarea están diseñadas pensando en el futuro, pudiendo sincronizarse, de forma sencilla, con un sistema de paneles fotovoltaicos HIT de Panasonic. Gracias a esta característica, la demanda de calefacción, refrigeración y de agua caliente sanitaria, combinada con la producción del panel fotovoltaico, reduce los costes de facturación energética y las emisiones de CO₂ a la atmósfera.

Panasonic



ENERGY
clima eco-industrial

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



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

UNA FAMA MUNDIAL QUE TRAJO EL DIOS EOLO

Junto con Barlovento (Fuerteventura) y El Médano (Tenerife), los amantes y profesionales del windsurf y disciplinas similares conocen Canarias por sitios como Pozo Izquierdo, en el municipio grancanario de Santa Lucía de Tirajana. Desde hace casi cuatro décadas, este rincón del sudeste de la Isla, cerca del núcleo de Vecindario, comenzó a difundirse entre los practicantes y seguidores de los deportes acuáticos que requieren viento por las excepcionales condiciones que presentaba esta playa, con dos áreas diferenciadas: una más para los bañistas al uso (conocida como El Arenal) y otra de callaos, aparte de las zonas a media distancia en las que las rachas y el oleaje hacen las delicias de los que bailan con las tablas.

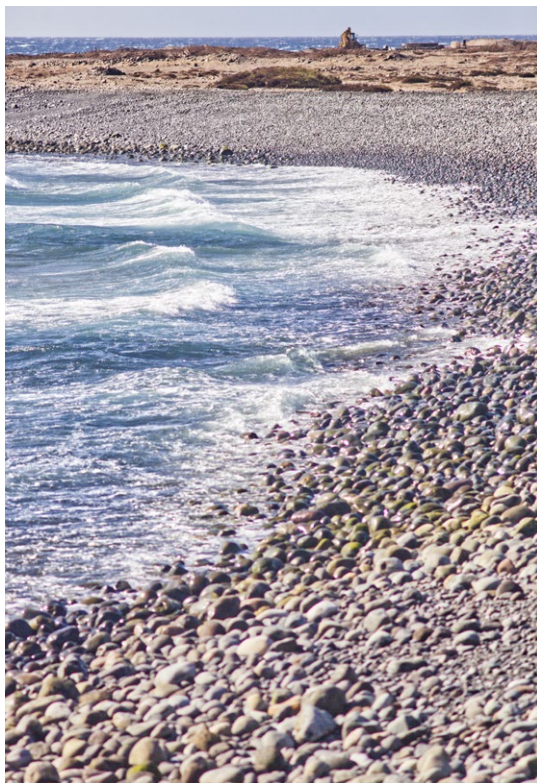


La fama creció tanto que el campeonato mundial de windsurf tiene en Pozo Izquierdo una de sus citas ineludibles desde hace más de tres décadas, con celebridades de la disciplina tan galardonadas como Björn Dunkerbeck como uno de sus principales padrinos. Pero no se engañe: aparte de esta curiosa industria, con diversas tiendas y escuelas especializadas en el pueblo y bares y restaurantes que aprovechan el tirón, el ambiente es a veces casi familiar y, si el viento y el mar acompañan, se puede disfrutar de un día de playa perfecto en la zona protegida por un dique, aunque no esperemos arena sobrante en buena parte del año.

Desde hace décadas, y a diferencia de lo que ocurría hace medio siglo, muchos canarios asocian sitios como El Médano, Barlovento (Jandía) o Pozo Izquierdo con jóvenes (y no tanto, ni mucho menos) bailando, serpenteando, saltando y haciendo virguerías con el viento, olas o simples

ondulaciones del mar. Lo hacen encima de tablas, con velas sintéticas o sin ellas, así como con pequeños parapentes que dan forma a disciplinas tan célebres como el windsurf, el surf, el bodyboard o el kitesurf. Esa vinculación casi inconsciente se debe a que, desde los años 70 del siglo XX, estos sitios de Granadilla (Tenerife), Fuerteventura (Pájara) y Santa Lucía de Tirajana (Gran Canaria) son mucho más conocidos en el mundo como mecas de estos deportes acuáticos (sobre todo de los que requieren viento) que por cualquier otro atributo, por muchos que tengan, que los tienen y de sobra.

La playa de Pozo Izquierdo es, sin duda, la capital de estas disciplinas en Gran Canaria (sobre todo del windsurf) y su prestigio planetario queda refrendado al infinito con las tres décadas en las que lleva acogiendo, como los otros lugares reseñados, el campeonato mundial de windsurf, aparte de estar apadrinada por



campeones de la talla de Björn Dunkerbeck o haber visto lanzarse al estrellato profesional a las hermanas Iballa y Daida Ruano, dos de las deportistas canarias más laureadas. Para algunos, se trata del segundo mejor lugar del planeta para el windsurf, tras Hawái, con lo que, solo con esto, sus atractivos y su relevancia se resumen bastante. Eso sí, se evidencia también que nos encontramos ante un lugar muy exigente en el plano profesional, como ratifican muchos windsurfistas.

-

La playa, en su mayor parte de callaos, cuenta con unos 1280 metros de largo y una media de una veintena de ancho

-

Llegar a Pozo Izquierdo, que debe su nombre precisamente a una galería cercana de agua dulce en un lugar marcado

por el sol y lo secano, no es muy complicado. Basta seguir la autopista que lleva al sur de Gran Canaria (GC-1) y coger a la izquierda en la salida de Vecindario y Pozo Izquierdo. En unos minutos, y serpenteando la bajada en varias partes, llegaremos al pueblo y comprobaremos esas fuertes rachas de viento desde la izquierda que están presentes prácticamente todo el año en esta zona, si bien en invierno su fuerza baja un poco. Eso sí, en esta estación, y si de por sí son regulares y constantes, las olas mejoran su calidad.

Ya en el núcleo, nos toparemos con espacios para aparcar, paseos, bares, restaurantes, tiendas y escuelas de surf que evidencian cómo arraigó esta industria desde hace tiempo en este rincón. Al fondo, y como era previsible, los molinos de viento corroboran también la preferencia del dios Eolo por este espacio del sur gran-canario y la apuesta por la energía limpia, que debería aumentarse mucho más.

La playa, en su mayor parte de callaos, cuenta con unos 1280 metros de largo y una media de una veintena de ancho, siempre dependiendo de las subidas y bajadas de las mareas. Las rocas son una constante y los propios profesionales deben tener mucho cuidado en las zonas de poca agua para no dañar el material, sobre todo porque, con marea alta, las olas rompen muy cerca de la orilla.

No obstante, la parte conocida como El Arenal permite baños mucho más calmados (y más si el viento y el oleaje dan tregua) por disponer de un dique a la izquierda, con una escalera y escalones para dejar las cosas (sirve de graderío en los campeonatos, con las típicas banderas verticales de este mundillo). Es ahí donde se concentra la mayor parte de los bañistas al uso y no debe extrañar ver a familias enteras, aparte de las del lugar, que visitan la playa no solo para disfrutar de buenos baños en esta parte, sino para extasiarse con el espectáculo que ofrecen los profesionales y aprendices a pocos metros.

-

Para algunos, se trata del segundo mejor lugar del planeta para el windsurf, tras Hawái, con lo que, solo con esto, sus atractivos y su relevancia se resumen bastante

-

Además, la zona también es visitada por algunos pescadores de caña y ofrece pistas y caminos excelentes para la práctica de otros deportes, como la bicicleta de montaña o simplemente correr o pasear. Un compendio de primer nivel que, sin embargo, viene marcado por una disciplina, el windsurf, que se ha traducido en un turismo joven, pujante, en una industria que va a más cada año y en una promoción de Santa Lucía, Gran Canaria y el Archipiélago en el mundo que no siempre es suficientemente ponderada. Así, este rincón ha pasado del agua dulce de una galería a otra salada, azul y de fama mundial en la que deambulan unos locos que cabalgan y enfrentan las olas, que se deslizan por el océano con el viento a gran velocidad y que dejan piruetas en el aire que bien merecen una excursión y muchos aplausos.



Ubicación: en el sudeste de Gran Canaria, en el municipio de Santa Lucía de Tirajana.

Socorristas: generalmente, en los meses de verano, aunque a veces se extiende este periodo.

Playa surfista: referente mundial y acogedora del campeonato internacional de windsurf desde hace más de tres décadas, con tiendas y escuelas especializadas en el pueblito.

Restaurantes y bares: sí.

Baños, duchas, sombrillas y hamacas: no.

Adaptada para discapacitados: en varias zonas, sí.

Aparcamientos: los hay en varias partes del pequeño núcleo urbano, aunque existe uno, en terraplén (en frente de la playa), de grandes dimensiones.

Transporte público: taxis y guaguas urbanas (líneas 7 y 8).

Perros: sí, en gran parte del lugar.

Curiosidades: aparte de que el nombre de Pozo Izquierdo se debe a una galería de agua dulce situada muy cerca de la playa, su relevancia mundial hace que existan varios sitios web que retransmiten en directo el estado de la cala para que los windsurfistas sepan a qué acogerse, con gráficos y datos sobre la fuerza del viento, las rachas, su dirección, las medias...

TOCA LAVARNOS
LAS MANOS

  
LPAvisit.com

*Se dice laspalmasear
al placer de hacer ciudad, al golpito,
suavemente*

*~ Pasear, descubrir, callejear, saborear,
disfrutar y encontrarse con esta gran urbe*

~ Sostenerla en la palma de nuestras manos

*~ Laspalmasear es quedar
con Las Palmas de Gran Canaria*

Queda con ella y

LASPALMASEA



Las Palmas de Gran Canaria

CIUDAD DE CULTURAS





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

LOS CUBOS DE HIELO SIGUEN DE MODA

Las enfermedades no son una moda pasajera, siguen presentes en el día a día de las personas que conviven con ellas, también en el de las que las diagnostican, las que tratan y cuidan; y en aquellas encargadas de investigar para avanzar hacia la curación o mejora de la calidad de vida. Enfermedades como la esclerosis lateral amiotrófica (ELA) siguen necesitando ser visibilizadas.

En el verano del 2014 un exjugador de béisbol de Estados Unidos, diagnosticado de ELA, promovió el «ice bucket challenge». Los participantes en este reto se tiraban encima un balde con cubitos de hielo. Tras este gesto simbólico donaban 10 dólares a una asociación que investigara sobre esta enfermedad. Se estima que se llegaron a recaudar unos 100 millones de dólares.

Este desafío consiguió hacerse viral a través de las redes sociales gracias a

la participación de diferentes personajes públicos que dieron voz a la campaña con el objetivo de recaudar fondos para la financiación de estudios de investigación sobre esta enfermedad. Sin embargo, en la actualidad sigue sin encontrarse la cura, y cada año son diagnosticados en España más de 900 casos. A nivel mundial se estima que cada año se diagnostican dos casos por cada 100000 habitantes.

Cuando nos acercamos a conocer más sobre la ELA vemos que no entien-

de de edades, aunque se suele diagnosticar más entre los 40 y los 70 años y en un mayor porcentaje en hombres. Los tratamientos actuales sirven solo para aliviar los síntomas que van apareciendo. La esperanza de vida ronda entre los dos y los cinco años desde que se diagnostica. Solo el 10% de las personas diagnosticadas logran vivir más de 10 años, aunque existen casos excepcionales, como el de Stephen Hawking, diagnosticado con 21 años y que falleció a los 76.

-

Cuando nos acercamos a conocer más sobre la ELA vemos que no entiende de edades, aunque se suele diagnosticar más entre los 40 y los 70 años y en un mayor porcentaje en hombres

-

Hablamos de una enfermedad rara neurodegenerativa que avanza de forma continua y progresiva afectando a las funciones motoras. Son las neuronas motoras de los músculos voluntarios las que se deterioran. Esta afectación hace que la persona empiece a manifestar debilidad muscular que acaba degenerando en atrofia y parálisis muscular. Se ven afectados los músculos encargados del habla, la deglución, la respiración y el movimiento.

Este empeoramiento no afecta a las neuronas sensitivas, por lo que no existe un deterioro cognitivo, como sucede en la esclerosis múltiple, la cual cursa a brotes que van dañando la mielina que protege a los nervios, dando diferentes síntomas en función de las áreas afectadas (de ahí que se la nombre como la enfermedad de las mil caras).

Retomando las características de la ELA, encontramos que uno de los problemas a los que se enfrentan los especialistas a la hora de diagnosticarla es la falta de diferenciación de la sintomatología al inicio de la enfermedad con respecto a otras enfermedades neurológicas, lo cual agrava la dificultad para su diagnóstico. Las personas suelen acudir al especialista tras observar signos claros de caídas o alteraciones en la deglución, en el habla o en la respiración.

Sentirse solos en el laberinto de una enfermedad, sin respuestas y con falta de información, son circunstancias totalmente evitables que se deben solucionar desde el principio. Afortunadamente encontramos en las redes la ayuda de la Asociación Española de ELA, disponible en <https://adelaweb.org>, que ofrece información y recursos para las personas afectadas y sus familias, por lo que es una herramienta de gran ayuda para este colectivo.

Dentro de la web de la asociación podemos encontrar distintos apartados. Uno de ellos es Unidades de ELA, donde nos informan de grupos multidisciplinarios sanitarios encargados de trabajar con personas diagnosticadas de ELA en diferentes sitios de España. También encontramos otro apartado que resulta de gran ayuda como es el de la formación, donde se ofrecen cursos multidisciplinarios que abarcan todas las áreas que requieren de atención y cuidado (terapia ocupacional, fisioterapia, comunicación, aspectos sociales, cuidados básicos de enfermería), con el objetivo de que los profesionales y los familiares puedan abordar correctamente los cuidados.

Ahora que ya sabes un poquito más sobre la ELA, ¿nos ayudas a darle visibilidad y recursos? Gracias.

Campaña de vacunación contra la gripe

Si perteneces a algunos de estos colectivos, recuerda que debes vacunarte



- 1 Mayores de 60 años
- 2 Mujeres embarazadas
- 3 Personas diagnosticadas de patologías crónicas de cualquier edad
- 4 Personal sanitario
- 5 Personal de residencias de mayores y dependientes



Llama y pide cita

012

922 470 012
928 301 012



Por *Francisco Belín*
Ilustración por *Ilustre Mario*

VINO CANARIO Y SAZÓN: DE LA REMEMBRANZA AL PRESENTE

«Mi abuela falleció con 99 años, posiblemente un dato indicativo de la alimentación con productos de cercanía y el vinito que elaboraba mi abuelo para consumo propio; él cuidaba de sus parras y luego recolectábamos la uva en familia y la pisábamos para disfrutar de aquel tinto con cuerpo, un color formidable, equilibrado en acidez y, sobre todo, lo que hoy denominaríamos como “vino gastronómico”».

Recuerdos vívidos del responsable de una de las bodegas adscritas a la Denominación de Origen Tacoronte-Acentejo, Esteban Reyes, que describe el gusto por aquel vino de esta guisa: «Te daban ganas de darte otro *vajito* después del primer vaso, de lo rico que estaba». La receta para acompañar era fundamental por época de San Andrés y de apertura de bodegas, y, en el caso que nos ocupa, «era el condumio de conejo por excelencia».

Un condumio es ya cosa seria, pero nunca debe caer en el olvido el argumento de la *cabrilla* –del *peje* no estamos hablando–. Una treta muy canaria de maridaje y, para bajar el vino: gofio, poquito de azúcar (al gusto) en *encorvado* del pulgar o palma de la mano; *geito* ágil y, ¡zas!, trago para bajar el enyugue.

De aquellos tiempos a los de hoy, en los que somos testigos de los 98 puntos en la Guía Robert Parker para una elaboración de Taganana a cargo del grupo Envinate, en el que Roberto Santana aplica tres principios irrenunciables para cualquier vino canario que se precie: «El suelo, que proporciona la calidad; la añada, que le transmite el carácter; y las personas que trabajan la viña, que es lo que le confiere el alma. ¡Todo eso lo tiene Canarias!». Indisoluble, pues, la tradición de acompañar el vino con algo sólido (y viceversa). Más aún si el condumio en cuestión procede de las manos sabias y amorosas de la *doña* o, por qué no, de un *don* atinado con las ollas. Que los hay también y finos. Aperitivos frescos, perfumados, para estimular el apetito con un blanco lanzaroteño: camarones, unas gambas de La Santa, o de Arguineguín (Gran Canaria) con su carne untuosa y dulzona.

Pero si hemos de procurarnos algo más contundente, para eso está preparada cualquier *cuarta de vino*: garbanzas compuestas, pescado salado, carne fiesta,

morcilla, estofados con castaña o setas... Finalmente de lo que se trata es de descorchar con júbilo una botella, apreciar el elixir en su entrada en la copa. Luego podemos *embaular* papitas de color, lentejas, longorones, potas, cabrito, cochino negro, jareas, batata del jable, carne cabra, polines, morena frita, queso de cabra y hasta un buen puchero canario.

-

***Aperitivos frescos, perfumados,
para estimular el apetito con un
blanco lanzaroteño: camarones,
unas gambas de La Santa,
o de Arguineguín***

-

No pasan desapercibidos los vinos de las Islas junto a ese apetitoso recetario tradicional, ni a los que aquí vivimos ni a nuestros visitantes. «Diferenciación. Puede ser la palabra o sentimiento clave del vino canario respecto al de otras latitudes –comenta Esteban Reyes– y por razones obvias: tipología de suelos, climas y variedades de fruta; esfuerzo, cariño y pasión, extensivos a todos los viticultores, bodegueros y enólogos por igual». Elaboraciones con personalidad, elegantes y complejas que encantan a cada paso de su evolución y que ya pueden disfrutarse en afamados restaurantes de todo el mundo. Mineralidad, aromas especiados, pimienta negra y blanca pueden ser algunos de los abundantes descriptores de las esencias isleñas.

Culminamos con quien empezábamos la conversa acerca de vinos. Durante la vendimia, Esteban Reyes auguraba que beberíamos grandes vinos en estos meses. Elaboraciones de pronunciada calidad teniendo en cuenta los indicadores y parámetros del pasado verano. El condumio más acertado ya depende de cada cual.

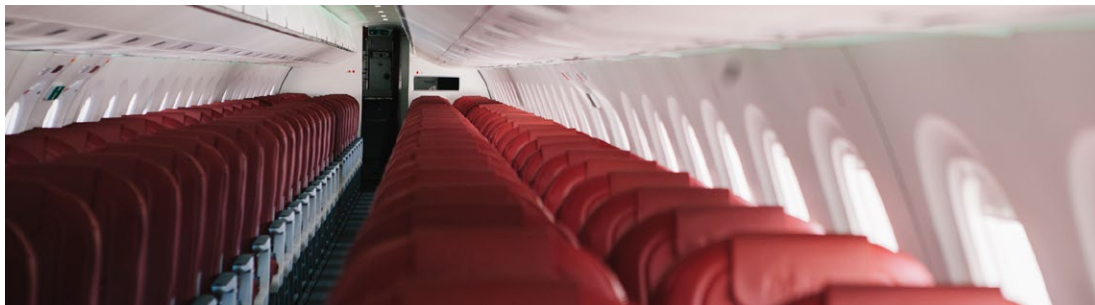
Descubre los Paradores canarios al mejor precio

Vive Canarias en un **destino exclusivo, tranquilo y seguro**. Y solo por ser residente en las islas, consigue tu descuento sobre la mejor tarifa Parador del momento. Elige tu Parador favorito y escápate a disfrutar de un merecido descanso y la mejor gastronomía. Tienes cinco donde elegir: **La Gomera, La Palma, Cruz de Tejeda, El Hierro y Cañadas del Teide**.

20% de descuento por ser residente canario

Parador de La Gomera

BINTER LANZA LA TARIFA COMFORT, UN NUEVO PRODUCTO PARA VIAJAR CON ASIENTO DOBLE



Binter lanzó el pasado septiembre su nueva Tarifa *Comfort*, que permite a sus clientes reservar para un solo viajero los dos asientos de una fila –ventanilla y pasillo–, lo que garantiza que durante su vuelo nadie ocupa la butaca de al lado. Ello ofrece una mayor disponibilidad de espacio y poder viajar solo, para máxima tranquilidad y comodidad de los clientes.

Esta tarifa se puede adquirir en los vuelos directos de los destinos de Binter con

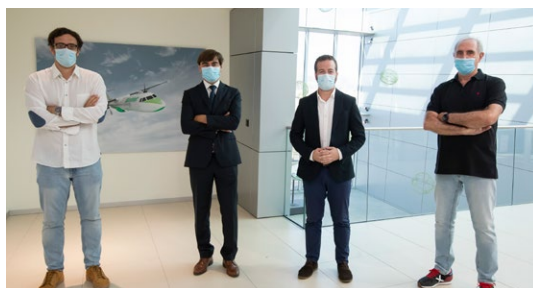
la Península y Baleares. Este servicio, además, se ofrece en las tres primeras filas del avión, que suelen ser las más valoradas por los clientes, por lo que su adquisición está sujeta a la disponibilidad de la tarifa.

Con este lanzamiento, Binter innova en la industria de la aviación y pasa a convertirse en la primera compañía que ofrece esta opción de vuelo a través de la reserva *online*, tanto en su web como en la aplicación móvil.

BINTER SE SUMA AL PROYECTO ‘VIAJANDO CON GALDÓS’

La aerolínea Binter ofrece la descarga de novelas del célebre escritor Benito Pérez Galdós en su sección de entretenimiento a bordo y la revista *NT*, dentro del proyecto *Viajando con Galdós*.

Benito Pérez Galdós, el escritor canario más universal, mejor novelista español junto con Cervantes, continúa haciéndose notar en el año del centenario de su muerte, ahora de la mano de Binter, el Gobierno de Canarias y CanariaseBook. Así, la aerolínea canaria ofrece la posibilidad de descargarse destacadas obras del célebre escritor grancanario dentro del proyecto *Viajando con Galdós*, incluido en la agenda de actividades promovidas por la comisión Canarias, la Tierra del Galdós, del I Centenario Galdosiano.



Miguel Ángel Suárez, director Comercial y Marketing de Binter, destacó «la oportunidad que supone la participación en el centenario de Galdós para llevar allá donde volamos lo mejor de nuestra tierra. En esta ocasión lo hacemos mediante la divulgación del legado de este gran literato a través de la revista *NT* y del entretenimiento a bordo, algo que nos permite enriquecer también el servicio que ofrecemos a todos nuestros pasajeros».

Volamos por ti



Binter

GALICIA

Vigo

te quiere conocer

AMPLIA FLEXIBILIDAD DE CAMBIOS



VUELA CON
SEGURIDAD

Es momento de volver a descubrir

Recupere la ilusión por volar: elija su destino e imagine ahora su viaje de este año con doble puntuación y hasta un 50% de descuento en puntos.

Vuelva a descubrir Jerez de la Frontera y Asturias, con la tranquilidad de poder cambiar su vuelo sin coste*.

Vuele a	50% Utilización	Sume x2
Asturias	ahora 5.500 puntos/trayecto	hasta 4.400 puntos
Jerez	ahora 5.000 puntos/trayecto	hasta 4.000 puntos

Compre su vuelo por puntos hasta el 31 de diciembre y vuele del 1 de octubre al 31 de diciembre de 2020. Doble puntuación ya asignada para un trayecto ida/vuelta.

*Un cambio disponible sin coste en su reserva: de fecha, hora, o ruta, excepto para las tarifas de promociones eventuales, abonando, si la hubiera, la diferencia de tarifa.

bintercanarias.com
922/928 327 700





DISA

SUME Y UTILICE PUNTOS

Ponga la cantidad de combustible que ponga, ahora obtendrá más puntos BinterMás. Actualizamos la tabla de puntos DISA para que se beneficie día a día. Acumule puntos y consiga hasta 1 punto por litro en carburantes DISA Max y Shell V-Power.

Combustible

Estándar

DISA Max / Shell V-Power

Nu-b

Nu-b Plus

1 punto por 2 litros

1 punto por 1 litro

50 puntos unidad

75 puntos unidad

disagrupo.es
902 411 515

*Puntos por repostaje o unidad nu-b. Solo se otorgarán puntos presentando la tarjeta BinterMás. Obtención limitada a 1 repostaje y/o unidad nu/b por titular y día. Más información en bintercanarias.com



BINTERMÁS

NUEVAS TARIFAS PROMO BINTERMÁS Y FLEXIBLE BINTERMÁS

Ahora podrá viajar más, por menos puntos con la tarifa Promo BinterMás, o si prefiere disfrutar de la máxima flexibilidad, la tarifa Flexible BinterMás le permitirá hacer cambios con tranquilidad ante cualquier imprevisto. Viaje con mayor comodidad y con todas las ventajas para disfrutar...

Nuevas tarifas

Nueva clase Promo BinterMás

Nueva clase mejorada Flexible BinterMás

1.000 puntos/trayecto*

2.500 puntos/trayecto*

bintermas.com

922/928 327 700

*Puntos por trayecto. Tarifas disponibles solo en vuelos interinsulares.

Obligatorio billete electrónico. La emisión se puede realizar a nombre del titular, sus beneficiarios o bien un acompañante. Las Tasas y Gastos de Gestión no están incluidos en el canje de puntos. Más información en bintercanarias.com



Royal Hideaway Corales Suites, Tenerife

BARCELÓ HOTEL GROUP

SUME PUNTOS x2

Suma hasta 1.000 puntos/noche en los hoteles seleccionados de Barceló. Viva una experiencia de ensueño en elegantes hoteles llenos de detalles. Vacaciones auténticas y lujo experiencial siempre en Royal Hideaway.

Royal Hideaway Santa Catalina 200 + 200 puntos/noche
Royal Hideaway Corales Suites 500 + 500 puntos/noche

barcelo.com
 902 101 001

Validez noviembre 2020.

Jerez de la Frontera, de tabancos y bodegas

Siente el alma de Andalucía en una ciudad que huele a vino, suena a flamenco y rezuma historia.

Desde

3500 + 160 €

Puntos BinterMás Por persona

+

✈️

+

🏠

+

🍷

Vuelo Hotel 4* Visita y cata

Bodegas Lustau: Visita y cata

Palacio Garvey 4*²

4 días / 3 noches

Doble en alojamiento y desayuno

Incluye: Visita a la Bodega, cata de 5 vinos de Jerez y 1 Vermut

BinterMás

Precio por persona residente desde Gran Canaria, en base a ocupación doble. Válido para compras hasta 30/11 y estancias del 01/11 al 18/12/2020. Plazas limitadas. Consultar salidas desde otras islas.

Compra on-line o llama
al 922 24 81 61

Acumule y use puntos BinterMás con:

canariasviaja.com

CanariasViaja - Agencia de viajes I-AV-0000594.2/3 C. El Pilar 28 - Local A - Entresuelo 38002 - S/C de Tenerife

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

BinterMás

VUELOS



BINTER
922/928 327 700
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
928 271 170
talasoterapialascanteras.com
Obtención: 40 puntos/circuito

ALQUILER DE COCHES



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



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
928 711 111
elcortijo.es
Obtención: de 100 a 200 puntos



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



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

SOCIAL



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

ALOJAMIENTOS



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



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



MARINA GRAN CANARIA
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
928 537 153
atlantisbahiareal.com
Obtención: 600 puntos



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



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



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



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



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



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



SALOBRE HOTEL RESORT
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
928 774 012
hotelparquetropical.com
Obtención: 200 puntos



SHERATON FUERTEVENTURA BEACH, GOLF & SPA RESORT
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
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 o en el 922/928 327 700.

Aeropuerto de Tenerife Norte / Tenerife Norte Airport

Planta 0 / Floor 0

Embarque vuelos insulares
Boarding for regional flights

Llegadas de vuelos
Arrivals

Zona de facturación
Check-in area

Recogida de equipajes
Baggage claim

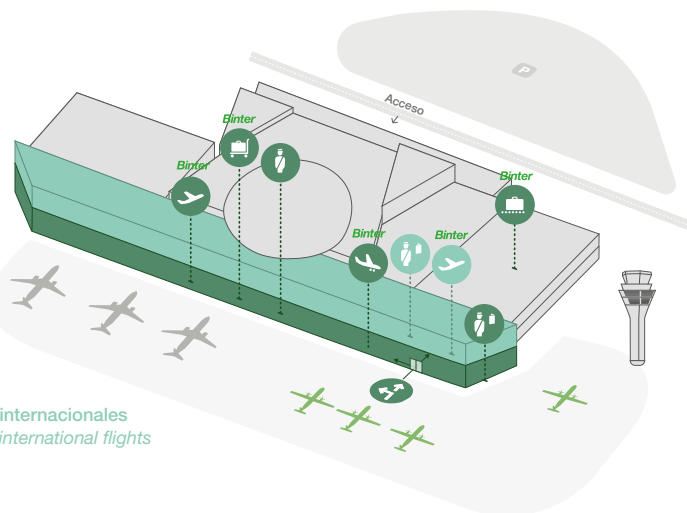
Control de seguridad
Security control

Control de pasaportes
Passport control

Planta 1 / Floor 1

Embarque vuelos Binter nacionales fuera de Canarias e internacionales
Boarding for Binter national out of the Canary Islands and international flights

Control de pasaportes
Passport control



Planta 0 / Floor 0

Pasajeros en tránsito de Binter / *Binter transit passengers*

Al entrar al edificio se encontrarán con las indicaciones de vuelos en conexión: **acceso a la izquierda** por puerta antiretorno para continuar hasta la puerta de embarque (una vez en la sala, para vuelos nacionales e internacionales **subir a la planta 1**). En caso de recogida de equipaje de los pasajeros que hayan llegado a destino, seguir de frente.

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

Aeropuerto de Gran Canaria / Gran Canaria Airport

Planta 0 / Floor 0

Embarque vuelos Binter insulares e internacionales
Boarding for Binter regional and international flights

Recogida de equipajes
Baggage claim

Control de pasaportes
Passport control

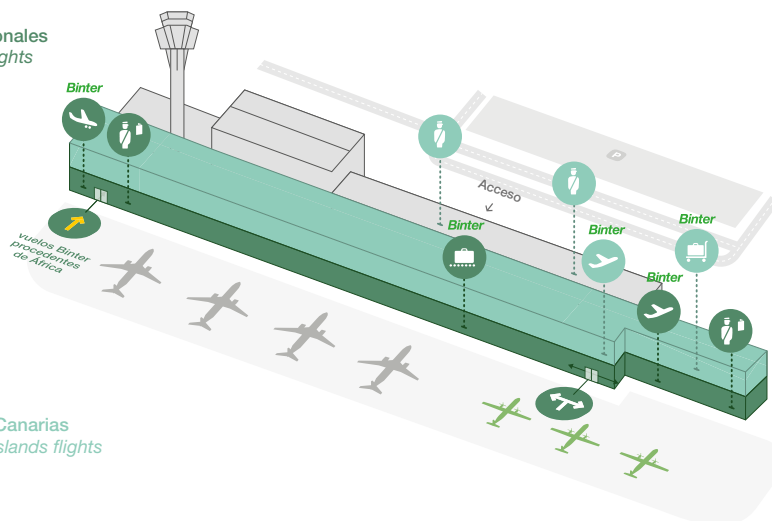
Llegadas de vuelos procedentes de África
Arrivals, flights from Africa

Planta 1 / Floor 1

Control de seguridad todos los vuelos
Security control for all flights

Facturación Binter
Binter check-in

Embarque vuelos Binter nacionales fuera de Canarias
Boarding for Binter national out of the Canary Islands flights



Planta 0 / Floor 0

Pasajeros en tránsito de Binter / *Binter transit passengers*

Pasajeros en tránsito de Binter procedentes de vuelos insulares, nacionales y de Portugal. Al entrar al edificio se encontrarán con las indicaciones de vuelos en conexión: **acceso a la derecha** hacia la nueva puerta de embarque (una vez en la sala, solo para los vuelos a Vigo y Mallorca subir a la planta 1, zona B). **Acceso a la izquierda** para la recogida de equipajes de los pasajeros que llegan a destino.


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

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

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

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



 @photoyoll



 @nicoluisglez



 @alvadorta



 @idelevt

#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!

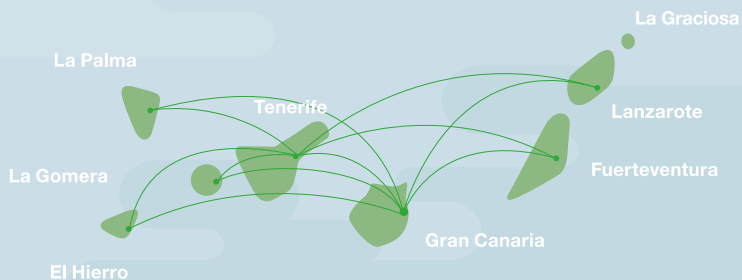
 /bintercanarias

 @binternt

 @bintercanarias



ISLAS CANARIAS



INTERINSULARES

ISLAS CANARIAS: *El Hierro, La Palma, La Gomera, Tenerife, Gran Canaria, Fuerteventura, Lanzarote y La Graciosa*

MADEIRA: *Porto Santo*

NACIONALES

Asturias – *Viernes y domingos*

Jerez – *Lunes y viernes*

Mallorca – *Lunes, miércoles, jueves y sábados*

Murcia – *Martes y sábados*

Pamplona – *Viernes y domingos*

Santander – *Lunes y jueves*

Vigo – *Miércoles, jueves, sábados y domingos*

Vitoria – *Miércoles y viernes*

Zaragoza – *Lunes, martes y miércoles*

INTERNACIONALES

Madeira – *Jueves y domingos*

Lisboa – *Jueves y domingos*

Marrakech

Agadir

El Aaiún

Cabo Verde

Dakar

Banjul

Nuakchot

Dajla

Casablanca

Consulta las últimas actualizaciones en nuestra web, APP y redes sociales.

Dreamteam

EXECUTIVE SEARCH

Selección de directivos y mandos intermedios en Canarias



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