

NT

VUELVE A LA ISLA BONITA

Saúl Santos - De vuelta al trabajo - A Coruña - Ocho islas por descubrir
Barranco de Agaete - Playa de Sotavento
Prevención del suicidio - Dieta sana y sabrosa

STAFF

COORDINACIÓN DE CONTENIDOS

Beneharo Mesa · redaccion@barabaracomunicacion.com

CORRECCIÓN

Lavadora de textos

COLABORADORES EN ESTE NÚMERO

Beneharo Mesa, Enrique Areilza, Astrid da Silva, Alberto Piernas, Aarón Rodríguez González, Raquel Álvarez, Cristina Torres Luzón, Francisco Belín.

DIRECCIÓN CREATIVA Y MAQUETACIÓN

great · greatttt.com · estudio@greatttt.com

FOTO DE PORTADA

Astrid da Silva

FOTOGRAFÍAS

Astrid da Silva, Nacho González, Rocío Eslava, Raquel Álvarez, José Chiyah, Adobe Stock, Pixabay, Unplash.

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.

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

Depósito 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

UN COMIENZO DE CURSO CON OTRO RITMO

Septiembre es sinónimo de reiniciar. Tras el cambio de ritmo estival, todo va recuperando su normalidad y nos toca hacer un esfuerzo por adaptarnos de nuevo a la rutina. Pero ¿y si este año lo hacemos de una forma diferente?

Les propongo aprovechar la gran oferta de vuelos y destinos que les ofrecemos para plantearse una o dos escapadas –quien pueda más, pues también– que les hagan más llevadero ese reinicio y les ayuden a mantener el buen ánimo de las vacaciones.

Viajar es uno de los mejores remedios para el estrés y una maravillosa actividad con múltiples beneficios, y en Binter trabajamos cada día para que lo puedan hacer en las mejores condiciones y sintiéndose tan bien tratados como se merecen.

Si para este verano pusimos en marcha el mayor programa exterior de nuestra historia, con hasta doscientos vuelos semanales con 31 destinos fuera de Canarias, el próximo invierno no va a quedarse atrás y ya hemos programado un incremento de plazas del 70 %, más de 430000 asientos, en 35 rutas directas fuera del Archipiélago para que Canarias mantenga también en la próxima temporada una buena conectividad exterior.

Mejorar la conectividad de Canarias ha sido siempre la principal preocupación de la dirección de Binter. Ese era el objetivo cuando se adquirió la aerolínea a Iberia hace ya veinte años y esa sigue siendo nuestra meta ahora. Porque, como canarios, somos conscientes de que la conectividad es fundamental para el desarrollo de nuestra tierra y es ese origen canario el que marca una impronta diferente a Binter dentro del sector de las aerolíneas, porque... ¿qué es tan canario como un Binter?

Precisamente esta fue la pregunta que les hicimos con motivo de los veinte años de Binter como empresa 100 % canaria, porque para nosotros es un orgullo ser parte del acervo de todos los canarios. Entre todos los que participaron sorteamos un bono para recorrer todas las Canarias hasta final de año.

También es algo muy nuestro la Binter NightRun y la estamos exportando a otras ciudades fuera de Canarias, a las que contagiamos con nuestra fascinación por las carreras nocturnas. Este año ya hemos celebrado las carreras de Tenerife y Mallorca y nos quedan las de Zaragoza, el 17 de septiembre, y Gran Canaria, el 22 de octubre, en las que les animo a participar.

Muchas gracias por elegirnos y ¡BUEN VUELO!

Juan A. Ramsden
Coordinador General

SUMARIO

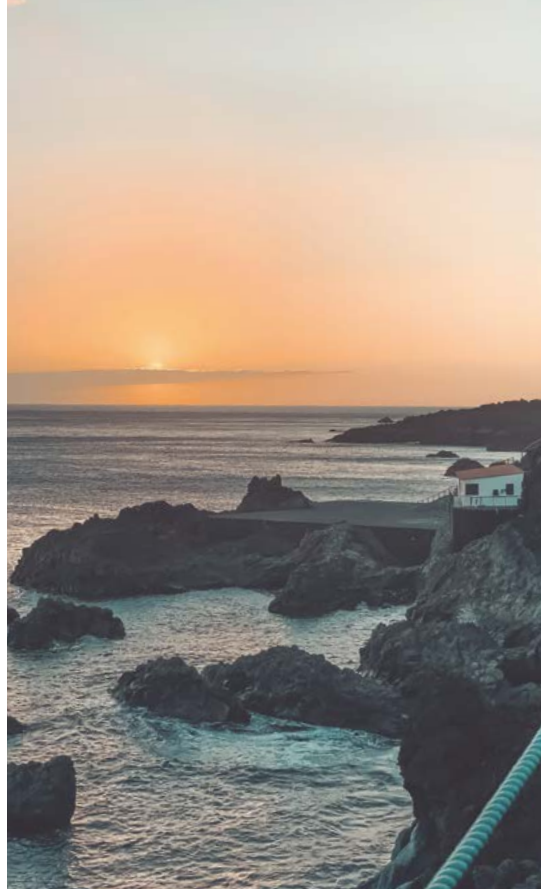
6
Saúl Santos
Entrevista



10
El informe del mes
Economía



18
La Palma
Destino insular



26
A Coruña
Destino nacional



32
Ocho islas por descubrir
Canarias



38
Barranco de Agaete
Senderos



44
Sotavento
Playas



50
Prevención del suicidio
Salud



62
Dieta sana y sabrosa
Gastronomía



EL ESCENARIO PERFECTO PARA TUS EVENTOS

BREAKOUT

MEETINGS AT HARD ROCK HOTELS

Pon melodía a tu próxima reunión en Hard Rock Hotel Tenerife, donde te prometemos un lugar único en la isla, completamente equipado para crear eventos profesionales y convirtiéndolos en una experiencia inolvidable. No importa qué tipo de reunión estés planeando, grande o pequeña, tenemos una banda excepcional compuesta por extraordinarias instalaciones y un personal increíble para satisfacer todas tus necesidades.

Celebra tu próxima reunión de trabajo o evento contactando con mice@hrhtenerife.com o en el número **+34 922 741 700** Ext. 3707



TENERIFE



Por *Beneharo Mesa*
Ilustración por *Capi Cabrera*

«EL LUGAR IMPERDIBLE DE LA PALMA ES VER UN ATARDECER O UN AMANECEER DESDE LA PARTE ALTA DE LA CALDERA»

Saúl Santos, natural de Fuencaliente, es un fotoperiodista especializado en paisaje y naturaleza que cuenta con publicaciones en diversos medios, entre ellos *National Geographic*, revista de la que es colaborador habitual. Su mirada a través de la cámara y sus fotografías han sido publicadas en más de cien medios y unas treinta portadas de revistas y libros destacados de España y otros tantos internacionales.

¿Cómo comenzó su historia con la fotografía?

Mi primer contacto con la fotografía fue hace unos veinte años y es algo que fui absorbiendo por mi padre, que era fotógrafo y fue quien me inculcó el amor por la naturaleza, pero no me llamó la atención hasta esa edad. Fue ahí cuando una profesora que yo tenía me dijo: «¿Por qué no estudias fotografía por tu padre?». Y me animé a probarlo a ver qué tal, no es que me llamase la atención. Pero cogí una cámara y, al revelar las fotos en el laboratorio, el momento de poner los negativos en la ampliadora, meter el papel fotográfico dentro de una cubeta de químicos y ver cómo aparecía una imagen de la nada

fue como algo muy mágico. Creo que ese fue el momento en que me atrapó la fotografía. Desde ahí empecé a hacer fotografías sin parar hasta el día de hoy.

Usted es de La Palma y estuvo presente durante la erupción. ¿Cómo fue aquello para usted?

Fue una carga emocional en todos los sentidos, tanto para lo bueno como para lo malo. Es complicado describirlo sin, a lo mejor, herir sensibilidades. Para mí fue algo totalmente indescriptible, espectacular, entendiéndolo como un espectáculo natural, pero al mismo tiempo desgarrador por lo destructivo que fue. Yo soy de Fuencaliente, donde está la his-

toria del Teneguía; de hecho, mi padre lo fotografió. Yo me imaginaba que, según donde saliese el volcán, iba a hacer mucho daño, pero nunca alcancé a imaginar que pudiera hacer tanto daño. Yo estuve prácticamente los noventa días que duró la erupción fotografiando y documentándolo. Todos los días decíamos: «Es imposible que el volcán sorprenda con una cosa nueva». Y lo hacía, sobre todo estando en la zona de exclusión con los científicos. Era una carga emocional muy grande, una montaña rusa de emociones diaria por fotografiar un evento natural tan impresionante, pero también porque lloraba de impotencia y rabia al ver todo el panorama y el desastre personal que generó en los palmeros. Son muchas las anécdotas que puedo contar, las experiencias y sobre todo las emociones siendo palmero.

¿Le pilló estando en la Isla o se encontraba fuera en ese momento?

Justamente ese día estaba celebrando mi cumpleaños. Yo no confiaba mucho en que se fuese a producir la erupción. Porque sí es cierto que sentimos un temblor, pero por lo que yo sabía de cuando fue el Teneguía, por lo que me contaron quienes lo vivieron, los temblores del Teneguía eran mucho más intensos. Y claro, uno pensaba: «Mientras los terremotos no sean tan intensos no vamos a tener volcán». Hasta que ese mismo día sentí en Santa Cruz de La Palma un temblor bastante fuerte. Fue ahí cuando sí pensé que quizás habría volcán. Me pilló totalmente fuera de juego, pero llegué a la zona a los cuarenta minutos.

¿Qué recomendaría visitar de La Palma? Un *must* o esencial.

Te diría mil sitios. Yo he viajado por muchos lugares del mundo y son incomparables en su belleza, pero creo que La

Palma, en un espacio tan reducido, es algo único, en el sentido de la diversidad de paisajes y ecosistemas. En La Palma un esencial sería la Caldera y su entorno. Como amante de la montaña creo que el lugar imperdible de La Palma es ver un atardecer o un amanecer desde la parte alta de la Caldera, desde el Roque de los Muchachos. Cualquier lugar de la cumbre para mí es imperdible. Hay muchos sitios como el bosque de los Tilos, la ruta de los volcanes, pero si tengo que poner un número uno creo que pondría las cumbres de La Palma.

-

«Lloraba de impotencia y rabia al ver todo el panorama y el desastre personal que generó el volcán en los palmeros»

-

Ha estado en muchos lugares alrededor del mundo. ¿Cuáles le han impresionado más?

El lugar que siempre soñé, y que cuando visité descubrí que por algo lo soñaba, es la Patagonia. Creo que fue ahí donde descubrí realmente que quería dedicarme a la fotografía de viajes. Se lo tengo que agradecer a ese lugar; es más, mi primera portada en el *National Geographic* fue de la Patagonia.

¿Qué es para usted la fotografía?

La fotografía para mí es algo fundamental en mi vida. Mucha gente me decía que el día que me dedicase profesionalmente a esto iba a perder la pasión. Y para nada. Mi pasión creo que cada día crece, porque siempre quiero transmitir esas emociones, lo que yo estoy viendo a quien contemple la fotografía.

Lee la entrevista completa en revistabinter.com



Porque *The* lo mereces

HOTELES



LANZAROTE



GRAN CANARIA



GRAN CANARIA



¡Haz tu reserva!
hotelesthe.com
PROMOCODE: **THEBINTER**



Por Enrique Areilza*
Ilustración por Ilustre Mario

DE VUELTA AL TRABAJO: ¿CÓMO HAN IDO LAS VACACIONES?

¿Preguntar por cómo han ido las vacaciones?
Algunos jefes lo hacen, otros no. Algunos empleados lo ven cercano y adecuado, otros un figoneo inadmisible.
Determinadas corrientes científicas argumentan la bondad del liderazgo cercano, otras apuestan por la seriedad y la distancia.
¿Y en el centro de todo ello cómo salir airosos?

La percepción del preguntado

Por lo que hemos analizado, la diversidad es astronómica. El resultado no sorprende dada la vasta combinación de variables. Por un lado, la personalidad: una persona introvertida no lo verá igual que una relacional. Por otro lado, la percepción del objetivo real perseguido, que para unos será sincera y positiva y para otros una manipulación en toda regla. Otra variable será la relación y la opinión del superior: buena persona versus maldito bastardo, etc., etc.

El equipo

Partiendo de lo anterior, la dificultad de contentar a todos será inversamente proporcional a la dispersión de los caracteres del equipo. Una mala alineación de los integrantes del equipo es mala para todos, nunca lloverá lo adecuado para cada uno. Podríamos pensar que la culpa es de la empresa o del jefe por no haberse ocupado en definir la cultura o los valores y luego seleccionar a las personas acordes a estos. Pero no nos engañemos, todos somos

* Dream Team Executive Search.

responsables en parte al decidirnos en una incorporación. El que incorpora y el incorporado. Como en un matrimonio, el objetivo es ser felices y comer perdices, así que cuanto más nos abramos y con sinceridad y sin engañarnos jugando al solitario, mayor probabilidad de éxito. En nuestra actividad vemos con demasiada frecuencia a líderes que sobrevenden las posiciones que quieren cubrir, del mismo modo que candidatos hacen lo mismo con sus perfiles, sus ganas o su intención de compromiso.

Maslow, el lugar de trabajo y el teletrabajo

Según las distintas culturas corporativas los lugares de trabajo deben o deberían ajustarse a distintos peldaños de la pirámide. Las empresas más básicas pretenden que el espacio se relacione solo con los peldaños inferiores de la pirámide: necesidades básicas, seguridad y protección (hoy esto es básicamente retribución). Sin embargo, otras organizaciones piensan que la empresa debe contar y aportar también a las necesidades más altas: afiliación e incluso reconocimiento y autorrealización. Dentro de las primeras no parece haber preguntas sobre las vacaciones. En cambio, en las segundas será de carácter obligado.

Con independencia de lo anterior, o además de ello, los cambios acelerados por la pandemia en los modelos de teletrabajo hacen inclinarse las culturas corporativas hacia las del segundo tipo, sea por convicción o por necesidad.

Hombre bueno, hombre malo

Aunque la discusión al respecto de las mejores fórmulas de liderazgo es inacabable, inalcanzable y además diríamos que con efecto de vaivén según

entorno económico y grupo generacional imperante en el equipo, hoy por hoy gana el liderazgo del *care* anglosajón frente al autocrático impermeable. Sin embargo, muchos jefes, aun entendiendo que gustan más si son majetes que siendo duros, también piensan que demasiada camaradería puede limitar el respeto. Como pueden ver, los jefes no son ajenos a las preguntas sobre si preguntar por las vacaciones.

Lo que pensamos que debe hacerse

Tras leer las distintas posturas y argumentaciones, nosotros pensamos que es mejor ser un jefe *friendly* con buena intención, aunque seamos realistas y el objetivo último sea el resultado. Mejor preguntar y mucho mejor observar antes de hacerlo. Con un poquito de análisis podremos anticipar cómo responderán las personas. Si aun así no lo hemos visto y sale mal, haces un escape rápido o una marcha atrás.

-

***Una mala alineación
de los integrantes del equipo
es mala para todos, nunca lloverá
lo adecuado para cada uno***

-

Como empleados podemos responder de distintas formas, desde una perspectiva sincera y cercana hasta una diplomática salida. Todo es adecuado mientras tratemos de no dañar las relaciones ni exponer nuestra intimidación fuera del límite automarcado.

Ahora bien, el mejor consejo es que los pases de maravilla para contarlos a la vuelta o no.

Feliz viaje, sea de ida o de vuelta.

Cocina mediterránea con vistas al Atlántico



HOTEL BOTÁNICO
& The Oriental Spa Garden

Puerto de la Cruz - Tenerife.
+34 922 381 512 · info@hotelbotanico.com



Brunelli's STEAKHOUSE

American  Style



BOOKING
ON-LINE



De jueves a lunes: 13:00 - 15:30 h / 19:00 - 23:00 h
Tel.: +34 922 062 600 · brunellis.com
Calle Bencomo, 42, 38400 Puerto de la Cruz.

EL ÚNICO HORNO
SOUTHBEND QUE
CAMELIZA A 800 °C

HARD ROCK HOTEL TENERIFE

Hard Rock Hotel Tenerife volverá a dedicar el mes de octubre al programa Hard Rock Pinktober, en apoyo de la concienciación y la investigación sobre el cáncer de mama.

Durante todo el mes se realizarán campañas de recaudación a través de los diferentes puntos de venta del hotel y eventos especiales, y las ganancias beneficiarán a la Asociación Ámate de Tenerife.

«Hard Rock Hotel Tenerife tiene el honor de apoyar a los necesitados, especialmente a aquellos en nuestra comunidad local a través de la Asociación Ámate durante Pinktober», dijo Javier Alique, gerente general de Hard Rock Hotel Tenerife. «Es un privilegio reunir a nuestros invitados y miembros de la comunidad a través de eventos de recaudación de fondos que transmiten un mensaje unificador de fortaleza, esperanza y conciencia para los afectados por esta enfermedad».



EL EMPLEO EN EL SECTOR TURÍSTICO AUMENTÓ EN EL 2.º TRIMESTRE

En el segundo trimestre de 2022 la cifra de ocupados vinculados a actividades turísticas se ha ubicado en los 2718098, lo que se traduce en un 16,8% más que en el período abril-junio de 2021 y el mismo porcentaje de aumento que en el primer trimestre. El 49,1% de los nuevos ocupados en la economía española corresponden al sector, de acuerdo a los últimos datos de la Encuesta de Población Activa (EPA) difundida por Turespaña.

En dicho trimestre, la economía española ha registrado 976000 ocupados más respecto a 2021, el 49,1% fruto de actividades turísticas, y los ocupados del sector representaron el 13,3% del empleo total de España. El número de ocupados en el segundo trimestre fue mayor en todas las comunidades autónomas, excepto en La Rioja, Ceuta y Melilla, Asturias y Extremadura.



Las comunidades que concentran más turismo (Cataluña, Andalucía, Madrid, Canarias, Baleares y Valencia) son, a su vez, las que generan más ocupados en el sector, aglutinando conjuntamente en el segundo trimestre del año el 74,5% del total del sector, según informó el portal *Hosteltur*.

TIJARAFE VUELVE, TRAS AÑOS DE PANDEMIA, A DANZAR CON EL DIABLO



El momento más esperado de las fiestas de Nuestra Señora de la Candelaria de Tijarafe tiene lugar en la plaza del mismo nombre en la madrugada del 8 de septiembre con la Danza del Diablo. En ella, el protagonista es una figura maléfica, que escupe fuegos artificiales. Su llegada la anuncian una serie de gigantes y cabezudos que interrumpen

la verbena sin previo aviso. Después de minutos de frenesí pirotécnico, la actuación acaba con la explosión de la cabeza del Diablo, que es una representación simbólica del triunfo del bien sobre el mal. Esta celebración está protegida desde 2007 como Bien de Interés Cultural y en 2011 fue declarada también Fiesta de Interés Turístico de Canarias.

**ENTRADA
GRATUITA**

**PRESENTA:
ROBERTO
HERRERA**

¡¡El festival vuelve!!

TURISMO · MÚSICA · MODA · GASTRONOMÍA

23 | 24 | 25 SEPTIEMBRE 2022

AUDITORIO PARQUE SUR MASPALOMAS COSTA CANARIA

VIERNES 23

DJ ULISES ACOSTA
PASARELA MMT FASHION SHOW
NATHAN
KARMA

SÁBADO 24

DJ ULISES ACOSTA
CONCURSO DE CANTANTES
NATHAN
RUTH LORENZO
LOS SALVAPANTALLAS

DOMINGO 25

DJ ULISES ACOSTA
COMPETICIÓN DE DJ'S
UTIMA LLAVE



LA GOMERA APUNTA HACIA UN FUTURO SOSTENIBLE GRACIAS A LAS ENERGÍAS RENOVABLES

Cinco parques eólicos abastecerán de energías renovables a 11000 viviendas de toda La Gomera, generando doce megavatios por día. Ello permitirá cubrir más de la demanda eléctrica de toda la Isla y, además, podrá ser exportada. De este modo, se evitará la emisión de más de 23000 toneladas de CO2 a la atmósfera, lo que supone una relevante contribución a la descarbonización total de Canarias, prevista para 2040. Ecoener, empresa multinacional gallega de energías renovables, abastecerá a toda la isla de La Gomera de energía sostenible gracias a cinco nuevos parques eólicos que en la actualidad se encuentran en construcción. Las instalaciones contarán con una potencia total de 12MW y con un coste de alrededor de diecisiete millones de euros. Esta inicia-



tiva está enmarcada dentro del proyecto La Gomera Sostenible, que incluye seis infraestructuras energéticas de innovación tecnológica en diferentes emplazamientos de la Isla, basadas en plantas de generación fotovoltaica, almacenamiento energético, microrredes y sistemas de gestión inteligente de la energía.

English edition

enjoy

NT

You can now read us in English on your trips

Connect to the onboard wifi and read the pdf version of NT

DENTAZUL, UN GRUPO COMPROMETIDO CON LA FORMACIÓN SANITARIA

Nuestro Centro de Formación Profesional Grupo Dentazul es un centro privado homologado por la Consejería de Educación, Universidades, Cultura y Deportes. En él, impartimos los ciclos formativos de grado superior en Higiene Bucodental, Prótesis Dental y Audiología Protésica, los cuales permiten el acceso a estudios universitarios preferentemente de la rama sanitaria. Además, ofrecemos otros cursos de especialización homologados, entre los que destaca el de operador de las instalaciones de radiodiagnóstico dental.

Con más de dos décadas de desempeño, nuestro centro no solo se enorgullece de formar profesionales competentes, sino también de haber recibido el Premio Internacional a la Innovación Empresarial,



otorgado en el Museo de la Tecnología de la ciudad de Berlín, en el año 2019, y posteriormente el premio Pyme a la empresa socialmente responsable en el año 2020.



OCEANOCAN

PREVENCIÓN

Visítanos en nuestras nuevas instalaciones en el Polígono Industrial de Arinaga - C/ Olmo, 2

-  Prevención de Riesgos Laborales
-  Formación a Medida
-  Reconocimientos Médicos
-  Higiene Alimentaria
-  Seguridad & Emergencias



www.oceanocan.es



info@oceanocan.es



928 14 92 11
922 25 04 77



MEDICINA AERONÁUTICA



Reconocimientos Médicos Aeronáuticos
Aeronautical Medical Examinations
Todos los días bajo cita previa



www.aero-medical-examinations.com



medicina.aeroespacial@oceanocan.es



928 33 93 25



Por Astrid da Silva

VUELVE A LA ISLA BONITA

Sobre las 14:11 horas del 19 de septiembre de 2021 un estruendo ensordeció a La Palma. Se cumplían los presagios y del corazón de la tierra bramó la Cumbre Vieja para cubrirlo todo de lava y ceniza. Toda Canarias en vilo hasta que, 85 días después, volvió el silencio. El volcán ha cambiado la orografía, pero la Isla no ha perdido ni un ápice de su belleza. ¡Ahora, más que nunca, es el momento de volver! Te damos algunos buenos motivos por los que es imprescindible visitar La Palma.



Tras finalizar la erupción, que ha sido la más larga de la historia de la Isla, todos los vecinos anhelan regresar a la normalidad. Para ello es necesario que volvamos a disfrutar de todo lo que tiene por ofrecernos: paisajes de ensueño, muchas actividades para reconectar con la naturaleza y una gastronomía espectacular. Es el destino ideal para disfrutar en familia, en pareja o para deportistas que deseen adentrarse en los parajes más espectaculares de Canarias.

La Palma fue declarada Reserva Mundial de la Biosfera en 2002 y esto se debe, principalmente, a sus espacios naturales y a la singular biodiversidad de su flora y de sus ecosistemas. Una buena forma de admirar toda su belleza es a través de sus más de 700 kilómetros de caminos transitables y senderos, que

recorren todo el territorio. Por ello, es un destino ideal para los amantes del trekking, ya que hay rutas para todos los gustos, en medio de paisajes volcánicos, con el mar de telón de fondo o a través de húmedos bosques.

-

Hacia el sur se encuentran las salinas de Fuencaliente, que dibujan un paisaje lleno de contrastes, entre el negro volcánico de la tierra y el blanco de la sal

-

Una de estas rutas imprescindibles que nos ofrece la Isla la encontramos en el bosque de los Tilos, dentro del Parque



Natural de Las Nieves. Aquí, el susurro del agua acompaña al visitante en cada paso, hasta llegar a su majestuosa cascada. Es un ambiente mágico, donde se puede admirar en todo su esplendor la frondosidad de uno de los bosques de laurisilva más antiguos del planeta. Desde este punto salen varios senderos que se pueden explorar, con distintos niveles de dificultad.

El Parque Nacional de la Caldera de Taburiente es una parada casi obligatoria, ya que es uno de los lugares más emblemáticos de la Isla por sus espectaculares paisajes, marcados por el mar de nubes y su exuberante interior, repleto de manantiales y cataratas que dan lugar a pequeños arroyos. Es otro de esos espacios que parecen sacados de un cuento. Solicitando autorización

se puede acampar en una zona habilitada y disfrutar de una experiencia única en pleno corazón de la caldera. Despertaremos entre montañas y dormiremos arropados por un cielo repleto de estrellas. La absoluta limpieza de la bóveda celeste –prácticamente libre de contaminación lumínica– ha convertido a La Palma en uno de los principales centros de observación astronómica del mundo. Por ello, esta isla fue la primera reserva reconocida por la fundación Starlight.

Dentro del parque, encontraremos el roque de los Muchachos, el punto más alto de toda la Isla, con 2426 metros de altura, que está repleto de miradores que ofrecen unas vistas espectaculares de la caldera y las islas vecinas, ya que con el día despejado se pueden observar Tenerife, El Hierro y La Gomera.



Hacia el sur se encuentran las salinas de Fuencaliente, que dibujan un paisaje lleno de contrastes, entre el negro volcánico de la tierra, el blanco de la sal y los asombrosos colores que dibuja el mar sobre ella. Es el lugar ideal para contemplar el atardecer y para la buena gastronomía, ya que en este enclave privilegiado se puede disfrutar una propuesta gastronómica valorada con la distinción Bib Gourmand de la guía Michelin.

Todos estos parajes son solo unos pocos ejemplos de todo lo que puede ofrecernos una escapada a La Palma. Aunque el volcán ha cambiado la orografía del valle de Aridane, toda su espectacularidad sigue intacta. Además, experiencias anteriores nos han demostrado que las erupciones volcánicas pueden crear nuevos espacios maravillosos. Un buen ejemplo de ello lo encontramos en la playa de Echentive, que surgió tras la erupción del volcán de Teneguía, en el año 1971. Su arena negra y sus charcos

naturales de color aguamarina lo convierten en un espacio único. Probablemente, el camino que trazó la lengua de lava de Cumbre Vieja hasta llegar a la costa, en un futuro, dé lugar a nuevos rincones que sigan contribuyendo a la incalculable belleza de la Isla Bonita. Ahora, más que nunca, La Palma nos necesita. Necesita un turismo responsable y sostenible, con viajeros que tengan conciencia del gran tesoro que es y que debemos cuidar y conservar entre todos.

LA PALMA

*Vuele desde 1000 puntos/trayecto y
sume hasta 200 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



LORO PARQUE

ANIMAL EMBASSY

1972 **50** 2022
ANNIVERSARY



COMPRA
TICKET
ONLINE



14€ niño / 20€ adulto
Precios residentes canarios
Consulta online

Puerto de la Cruz - Tenerife

LA PALMA

La llaman la Isla Bonita por muchos motivos: por su imponente Caldera de Taburiente, por sus bosques y cascadas de cuento, por sus cielos immaculados, por sus volcanes, sus cuidados pueblos, su gastronomía, artesanía y tradiciones, y, sobre todo, por su gente.

CÓMO LLEGAR

Binter conecta diariamente La Palma con Tenerife, Gran Canaria y Lanzarote, y varias veces en semana con Fuerteventura durante el verano.

DÓNDE ALOJARSE

H10 Taburiente Playa: situado en primera línea de mar, a tan solo cinco kilómetros del aeropuerto y de Santa Cruz de La Palma.

Un punto de partida ideal para visitar la Isla Bonita.

La Palma & Teneguía Princess Vital & Fitness: ubicado en un acantilado sobre el mar y rodeado de plataneras, es ideal para pasar unas vacaciones en un oasis lleno de tranquilidad y con el mejor clima de la Isla.



QUÉ COMER

En La Palma el buen comer está asegurado. Sus quesos ahumados con Denominación de Origen, sus cremosas papas arrugadas acompañadas por el exquisito mojo palmero, sus vinos de malvasía, sus sabrosas frutas tropicales y su tentadora repostería te harán disfrutar de muchos buenos momentos frente a una mesa.

NO TE PUEDES PERDER

Caldera de Taburiente: una impresionante caldera de ocho kilómetros de diámetro rodeada de los picos más altos de la Isla. Recorrerla te dejará sin palabras.

Volcán de Tajogaite: la reciente erupción ha dado origen a un nuevo volcán en la zona de Cumbre Vieja y a una nueva morfología en el Valle de Aridane. Impresionante.

Observatorio del Roque de los Muchachos: en la cumbre, en el Roque de los Muchachos, se encuentra uno de los observatorios astronómicos más importantes del mundo.

Santa Cruz de La Palma: la capital de La Palma es una ciudad colonial y bien conservada que guarda todo su encanto entre calles empedradas, placitas, iglesias y balcones de colores.

Disfruta de sus tiendas y restaurantes.

Porís de Candelaria: un pequeño pueblo de pescadores escondido dentro de una imponente cueva al borde de un mar de aguas turquesas. Apetecible, ¿no?

Piscinas de la Fajana: en la costa de Barlovento, en el norte de la Isla, encontrarás unas de las mejores piscinas naturales de La Palma.

Más información

www.revistabinter.com y www.canariasviaja.com



AQUARIUM

Poema del Mar



Las Palmas de Gran Canaria



ANIMAL EMBASSY
LORO PARQUE
1972 **50** 2022
ANNIVERSARY



COMPRA
TICKET
ONLINE



Por Alberto Piernas Medina

FARO DEL MUNDO

El océano Atlántico exhala un suspiro mágico en las calles de A Coruña y en el cercano bosque de Fragas do Eume, ejemplos de una costa legendaria tapizada de historia, leyendas y selvas de cuento. Este año, más que nunca, todas las miradas apuntan a una ciudad tan faro como fascinante.

Durante estos últimos años hemos navegado por un mar de incertidumbre y dudas. Un océano, más bien. Por ese motivo este verano precisamos de nuevos faros para volver al mundo y descubrir toda la magia que nos fue robada. Y ahí lo ves, tantos navegantes atraídos por la Torre de Hércules, el faro en funcionamiento más antiguo del mundo. Y miras al mar desde la Rosa de los Vientos, pero todos los puntos cardinales apuntan hacia este momento.

El Parque Escultórico de la Torre de Hércules invita a pasear a lo largo de catorce kilómetros de paseo marítimo sin perder de vista la silueta del faro romano dominando el Atlántico. Un Patrimonio de la Humanidad que supone la mejor excusa para adentrarse en una ciudad de A Coruña donde la brisa siempre tiene algo que contar.

-

***Es curioso que el mundo vuelva
a comenzar donde termina.
Lo dice el mítico faro de Finisterre***

-

Quizás te hable de la plaza de María Pita y su modernismo; de playas como Riazor, donde los cielos apoyan los codos y te recuerdan lo que es la morriña. Una redeira en una orilla, hilando las redes de la historia; el océano mirándose al espejo de las galerías de la avenida de La Marina, y alguien brindando a escasos metros junto a una tapa de pulpo y una Estrella Galicia. Los amantes de esta cerveza están de suerte, ya que la ciudad gallega acoge el MEGA, un espacio donde profundizar en la historia de esta cerveza icónica a través de varias experiencias sensoriales y maridajes.

Es curioso que el mundo vuelva a comenzar donde termina. Lo dice el mítico faro de Finisterre, antiguo final de la Tierra; o el de Cabo Vilán, emblemas de una Costa da Morte que ruge en forma de barcas de colores, antiguos rituales y bosques de una naturaleza viva. Ya lo avisó Rosalía Castro en uno de sus poemas: «Dicen que no hablan las plantas, ni las fuentes, ni los pájaros, ni la onda con sus rumores, ni con su brillo los astros. Lo dicen, pero no es cierto, pues siempre cuando yo paso, de mí murmuran y exclaman». El bosque de Fragas do Eume bien podría encajar en ese manto exuberante con vida propia.

A 45 kilómetros desde A Coruña, y tras cruzar pueblos irresistibles como Bergondo o Miño, se despliega el Parque Natural de Fragas do Eume. Para los no entendidos, *fraga* significa bosque con árboles de diferentes especies, en este caso robles y castaños que forman un manto caducifolio al que también se asoman avellanos y fresnos, árboles silvestres e incluso acebo. Una naturaleza orquestada por meigas invisibles florece a orillas de un río Eume cuyo rumor escuchamos en todo momento, como el mejor guía. A caballo entre un escenario digno de película de Tim Burton y un poema bucólico, Fragas do Eume se descubre mejor a pie a través de un baño de bosques y tantas rutas como opciones.

Mientras caminas entre los helechos, te invade la sensación de perderte en tiempo y espacio. Envuelto en la maleza, el monasterio de Caaveiro, construido en el siglo X, invita a disfrutar de sus muchos miradores. Y allí, más adelante, la presencia de las curripas revela estas construcciones circulares utilizadas como antiguos almacenes de castañas. A lo lejos, el sonido del río se funde con el del océano. Aquí los elementos se entremezclan y los fresnos hablan de ti. De tu destino y tu pasado, de toda la vida que falta por vivir. Porque en A Coruña termina el mundo y comienza otro nuevo, como un faro al que apuntan todas las olas del planeta.

-

A CORUÑA

***Vuele desde 12000 puntos/trayecto y
sume hasta 1200 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

-





Foto por Nacho González

EL ADN MUSICAL DE LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

La música forma parte del ADN de Las Palmas de Gran Canaria, desde que la que hoy es la ciudad más poblada de Canarias se levantara en el año 1478.

La permanente exposición a influencias externas, la preocupación de su sociedad civil por mantenerse conectada con las tendencias del momento y un acervo propio que nunca ha dejado de estar presente han definido también el propio carácter de la capital grancanaria.

El visitante puede conocer Las Palmas de Gran Canaria, en la singular clave que le ofrecen sus vínculos con la música. Por su gran agenda anual y también por su valor patrimonial y sus edificios más emblemáticos. La Catedral, que contaba con una capilla de música desde finales del siglo XV; el emblemático Gabinete Literario y sus grandes templos de la música: el Teatro Pérez Galdós y el Auditorio Alfredo Kraus, que juntos componen una gran sintonía, en el casco histórico y en la playa de Las Canteras.

La historia musical de esta urbe está llena de música. En 1845 se creaba la

Sociedad Filarmónica de Las Palmas (la más antigua de España), y la ciudad organizaba entonces grandes conciertos aprovechando el paso por la ciudad de músicos e intérpretes en sus viajes entre América y Europa. Hoy se mantiene bien viva esa pasión por la clásica en una ciudad sede destacada del Festival de Música de Canarias, el Santa Catalina Classics y la temporada de ópera.

Las Palmas de Gran Canaria siempre tiene algo en la agenda para complementar la visita. Se puede contemplar la estatua del excelso tenor canario Alfredo Kraus vigilando Las Canteras, recorrer el paseo y acabar en el Parque Santa Catalina o en el Parque Doramas disfrutando de un concierto.

Es la historia musical de la ciudad y también su día a día, donde no faltan grandes y pequeñas alternativas todo el año.

OCHO ISLAS POR DESCUBRIR

FUERTEVENTURA

Lugares de postal

Dunas de Corralejo

El Parque Natural de las Dunas de Corralejo, situado en el municipio de La Oliva, tiene un origen orgánico: las dunas se han ido conformando por la descomposición y diseminación de conchas de moluscos y bivalvos, así como de otros organismos marinos con esqueleto externo rígido. Tiene una superficie de unas 2600 hectáreas y limita con la costa este del norte de Fuerteventura.



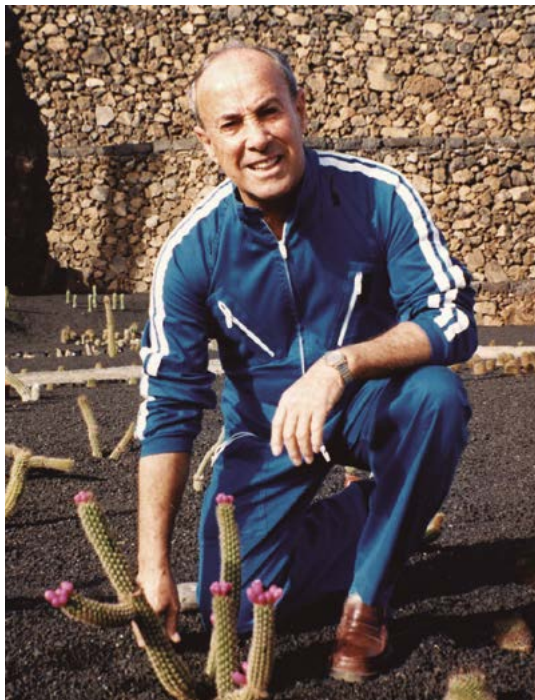
Fuerteventura.

LANZAROTE

Personaje histórico

César Manrique

César Manrique Cabrera (1919, Arrecife-1992, Teguise) fue un pintor, escultor y arquitecto lanzaroteño, considerado uno de los más importantes artistas canarios de todos los tiempos. Su obra es característica por ser respetuoso con el medio natural y la exaltación de los valores arquitectónicos de la tradición local con concepciones modernas. Entre sus obras destacan los Jameos del Agua, el mirador del Río, el monumento al campesino, el Jardín de Cactus y, fuera de la isla conejera, la Costa Martiánez, en Puerto de la Cruz, Tenerife; el mirador de El Palmarejo, en La Gomera; y el mirador de La Peña, en El Hierro. Fuera de Canarias diseñó el Parque Marítimo del Mediterráneo, en Ceuta; así como un centro comercial en Madrid.



César Manrique.

LA GRACIOSA

Actividades

Recorrido en bici

La bicicleta puede ser una buena acompañante de viaje y quizás una de las formas más ideales de conocer La Graciosa a través de los distintos itinerarios y rutas disponibles como, por ejemplo, las rutas circulares por la Isla. Sin duda, una propuesta diferente para recorrer este paraíso mientras se disfruta del paisaje.



Bicis en La Graciosa.

LA PALMA

Naturaleza

Tajinaste rosado

Es una planta sin ramificaciones, formada por centenares de flores, que surgen del centro de la roseta, y alcanza los dos o tres metros de altura. En este caso, las flores son de color rosado y es endémica de La Palma, mientras que la variante de color rojo es endémica de Tenerife. Se puede hallar en zonas de alta montaña, normalmente por encima de los 1600 metros.



Tajinaste rosado.

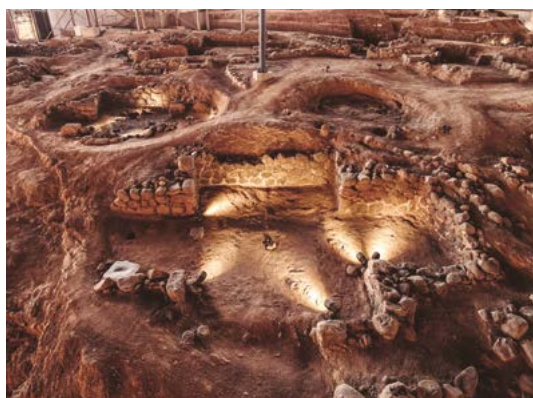
GRAN CANARIA

Cultura

Museo y Parque Arqueológico

Cueva Pintada

Este museo es uno de los espacios arqueológicos más importantes de Gran Canaria. Situado en el centro histórico de la ciudad de Gáldar, tiene como objetivo garantizar la conservación, la investigación y la difusión de uno de los yacimientos más singulares del archipiélago canario. Su descubrimiento se remonta a 1862, pero son las excavaciones arqueológicas llevadas a cabo desde 1987 las que han sacado a la luz un poblado de más de cincuenta casas y cuevas artificiales que formaban parte del antiguo Agáldar prehispánico.



Museo y Parque Arqueológico Cueva Pintada.

EL HIERRO

Gastronomía

Quesadilla herreña

Similar a un pastelito y con su habitual forma de flor, la quesadilla es un postre típico de El Hierro, cuyo origen se remonta a comienzos del siglo XX, de la mano de la familia dueña de la fábrica Adrián Gutiérrez e Hijas. El ingrediente principal de este plato es el queso herreño y para elaborarlo se debe tener preparado un molde con forma de flor o estrella si queremos que se parezca a la original. Las quesadillas tradicionales se preparan en un horno de leña.



Quesadilla herreña.

LA GOMERA

Tradiciones canarias

Silbo gomero

El lenguaje silbado de La Gomera es una de las manifestaciones más representativas del Archipiélago y una de las tradiciones más vivas del pasado prehispánico de las Islas. Se trata de un lenguaje silbado que se utiliza desde tiempo inmemorial en la Isla Colombina para comunicarse a grandes distancias. No tiene unos códigos preestablecidos, sino que se trata de un lenguaje articulado, reductor, no convencional, que permite intercambiar una gama ilimitada de mensajes al reproducir mediante silbidos las características sonoras de una lengua hablada.



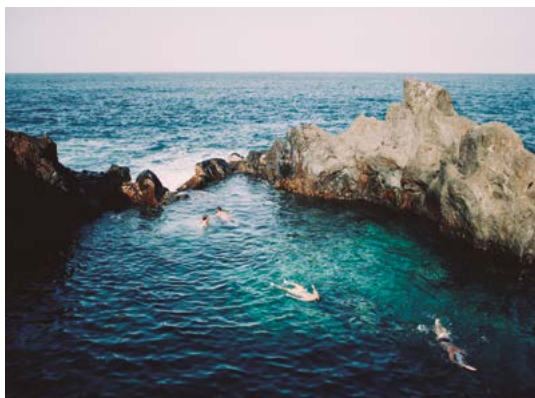
Silbo gomero.

TENERIFE

Baño

Charco de la Laja

Ubicado en el municipio de San Juan de la Rambla, el charco de la Laja es una de las zonas de baño más emblemáticas del norte de Tenerife. Una localización espléndida para disfrutar de un buen chapuzón en un charco de unos veinte metros de diámetro, envuelto por lo que en su día fue lava.



Charco de la Laja.

ADULTS ONLY +18:

Escape Into Luxury

Secrets Bahía Real, ubicado en un idílico enclave natural en la isla de Fuerteventura. Un hotel diseñado para adultos y pensado para el descanso y el disfrute de los placeres más auténticos.




SECRETS[®]
Bahía Real
RESORT & SPA

Código promocional
RESCAN2022

secretsbahiareal.com

HOTEL FARIONES: UN OASIS CON VISTAS AL ATLÁNTICO

El Hotel Fariones, icono del turismo de Lanzarote, fue el primer hotel de la Isla, allá por los años sesenta. En 2020 reabrió sus puertas como un exclusivo cinco estrellas, conservando ese aire tan especial que lo ha caracterizado siempre como un destino de ensueño en las Islas Canarias.

El hotel vive un excelente momento tras haber sido distinguido entre los mejores del mundo en los Traveller's Choice 2021-2022. Su esencia y la singular belleza de su jardín con vegetación tropical y subtropical, con más de cuarenta años, rodean la *infinity pool* principal. Todo esto se integra a la perfección en una de las mejores ubicaciones de Puerto del Carmen, con acceso directo a tres playas.

Hotel Fariones ofrece a sus huéspedes habitaciones modernas y acogedoras, con amplias terrazas que miran directamente al océano, envueltas en un mapa artístico que habla del entorno y de lo auténtico de la Isla de los Volcanes. Además, las *suites* tendrán el privilegio de poder disfrutar de las vistas a

Fuerteventura e isla de Lobos desde la piscina del *rooftop*.

No hay más que atravesar el *lobby* para admirar la obra *Lanzarote*, de César Manrique, o la colección de cerámicas de artesanos locales que decora el restaurante Bella Lucía, con su selección de platos creativos y un *showcooking*. Un universo gastronómico que se complementa con el elegante restaurante El Erizo Macaronesian, donde se ofrecen manjares con auténtico sabor a mar; el restaurante asiático Kaori, una joya culinaria que reinventa la cocina asiática tradicional con perspectivas contemporáneas, y La Barra Food & Drinks, en donde disfrutar de una cena ligera con música en vivo. Como valor añadido a la oferta gastronómica del hotel, destacan los productos locales y de kilómetro cero de la Finca de Uga (@finca_de_uqa), así como los exclusivos vinos de la bodega Stratvs (@bodegastratvs).

T. 928 510 175
Hotelfariones.es – @hotelfariones



HOTEL FARIONES

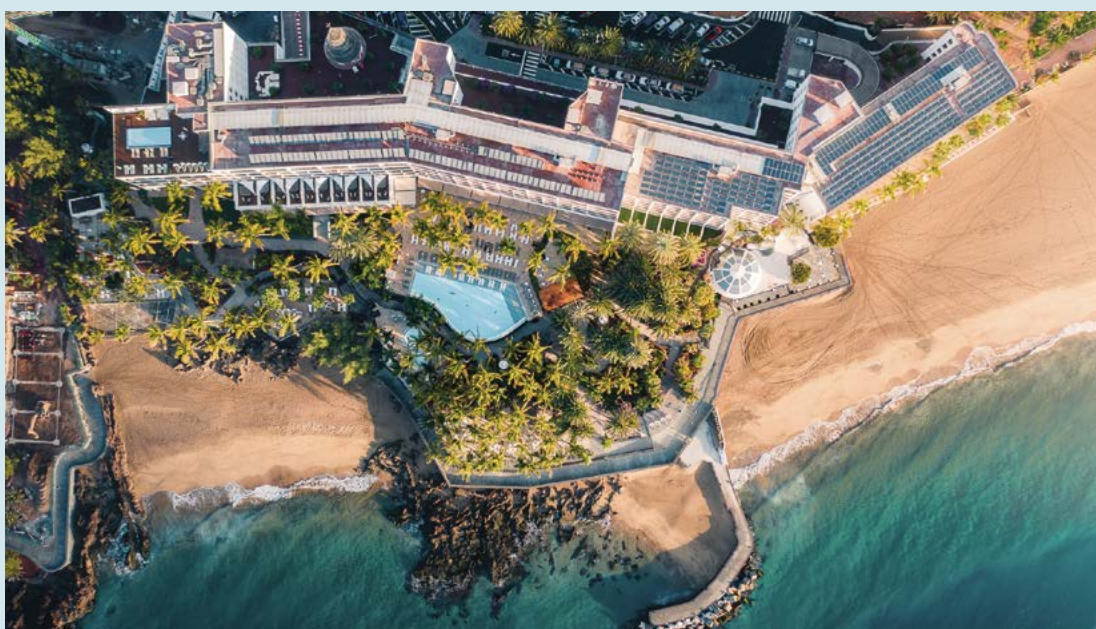
LANZAROTE



Doble superior con vistas mar.



Infinity pool.



Vista aérea Hotel Fariones.



Royal Suite.



Restaurante Kaori, para amantes de la cocina asiática.





Por Aarón Rodríguez González
Fotografías por Rocío Eslava

BARRANCO DE AGAETE

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

El primer tramo discurre por el barranco de los Cabucos, una estrecha garganta que nos permite, en apenas dos kilómetros de zigzag por un sinuoso camino descendente, llegar hasta El Sao, a poco más de 460 metros sobre el nivel del mar, ya en el cauce del barranco de Agaete.

-

***Las hasta ahora estrechas
paredes del barranco se separan
considerablemente y dejan paso
a un fértil y hermoso valle que
yace a nuestros pies***

-

Durante todo este primer tramo disfrutaremos de asombrosas vistas sobre la cabecera de esta formidable cuenca, que se abre hacia el noroeste desde las

estribaciones orientales del emblemático macizo de Tamadaba. La senda discurre ahora a lo largo del cauce, ya con menor pendiente. Al alcanzar la montaña de las Vueltas, la vista es sobrecogedora. Las hasta ahora estrechas paredes del barranco se separan considerablemente y dejan paso a un fértil y hermoso valle que yace a nuestros pies, más de trescientos metros por debajo de la posición en la que nos encontramos. A lo lejos, emergiendo sobre las aguas, se destaca la figura de las montañas de Anaga, en el noreste de la isla de Tenerife. Tras disfrutar de la excepcional vista, descendemos hacia el fondo del valle y seguimos el camino que discurre paralelo al barranco, pasando por los barrios de San Pedro, Las Cuevecillas y La Suerte. Finalizamos nuestra ruta recorriendo las calles de Agaete, hasta la iglesia matriz de Nuestra Señora de la Concepción.





Desnivel positivo:
150 metros de ascenso.

Desnivel negativo:
1130 metros de descenso.

Longitud:
9,3 kilómetros.

Cota máxima:
1020 metros de altitud.

Cota mínima:
40 metros de altitud.

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

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

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





Palmitos Park

MASPALOMAS



**¡Lo mejor de
la Naturaleza!**



www.palmitospark.es

**Mejor Precio Residente
en nuestra Web***

**Comprando al menos un día antes de la visita.*

P PARKING
GRATUITO

ASPEO PARKS



Por Raquel Álvarez
Fotografías por José Chiyah

UN LUGAR DE INMENSA BELLEZA

Algunos turistas que desconocen las Islas y esperan playas de ensueño en toda Canarias quedan un poco chafados si el destino elegido no muestra postales como las de este reportaje a pocos metros de su hotel. Por supuesto, la oferta es casi infinita y da para varios volúmenes, pero si el Archipiélago cuenta con algún rincón del litoral digno de la mejor expresión onírica de playa paradisíaca e inolvidable es, sin duda, Sotavento, en Pájara, Fuerteventura. Lo cumple en cada momento, pero si encima pisamos su delicada y finísima arena rubia o nos refrescamos en sus cristalinas aguas en plena bajamar, conviene casi callarse y cerrar los ojos: lo demás es puro goce, y no de una playa, sino de una colección de ellas, en la isla con más calas y sorpresas de arena, sol y sal de Canarias.



Ubicación: litoral sureste de Fuerteventura, en Jandía.

Socorristas: sí.

Playa surfista: sí.

Restaurantes: sí.

Baños: sí.

Duchas: no.

Sombrillas y hamacas: sí.

Adaptada para discapacitados: sí.

Aparcamientos: sí.

Transporte público: sí.

Perros: no.

Curiosidad: cuando sube la marea se forman pequeñas lagunas en las que bañarse.

Fuerteventura es una isla playa e infinidad de sus rincones bien merecen una parada para disfrutar del sol, la fina arena (generalmente rubia) y el refrescante Atlántico. No obstante, la península de Jandía, ese brazo que marca la geografía insular, bate récord de calas de ensueño continuas desde el puerto de Morro Jable hasta la zona conocida como Costa Calma. Una colección de playas inolvidables que incluyen la del Matorral, Esquinzo, Mal Nombre y otras muchas, pero que tienen en la conocida como Sotavento su culmen más espectacular.

Basta con pararse y aparcar donde podamos sin riesgos junto a la carretera general para disfrutar de un desierto inolvidable con final más que feliz en brazos del océano. De hecho, nos encontramos en la franja más desértica y amarilla por la fina arena si se analiza cualquier mapa de la Isla en papel o internet. Un espacio de enormes dimensiones, protegido y que llega de Sotavento a Barlovento.

La selecta colección de calas de Sotavento viene precedida, pues, de espectaculares dunas, caminos que improvisar hasta alcanzar la ansiada orilla, un mar generalmente en calma y una zona central (playa Lagoon) conocida mundialmente por los lagos que se forman en bajamar, la presencia de windsurfistas, la inmensidad de un espacio que parece más bien un delta de un gran río, la limpieza del entorno y las cristalinas y semicalientes aguas, que se van enfriando a medida que nos alejamos de la costa.



Este rincón cuenta con aparcamiento anexo al paraíso. También hay bares y escuelas de surf en las que alquilar el material necesario para disfrutar de esa otra experiencia ante un viento y unas aguas que lo facilitan. La inmensidad del lugar permite muchas áreas para la más auténtica de las soledades; la libertad y la tolerancia se refuerzan con zonas nudistas. La oferta es tan amplia y variada que cabe de todo: desde zonas para familias, paseos variopintos, baños en calas calmadas, partes con olas a elegir, crisol de azules atlánticos, partes en las que no se deja de hacer pie y la sensación de que el paraíso es infinito cuando comienza la bajamar.

-

Sotavento es en realidad una colección de playas que tiene en la de Lagoon su exponente más famoso

-

Hay muchos turistas que visitan Canarias y que se llevan un pequeño fiasco inicial cuando comprueban que, junto a su hotel, no hay playas inmensas y paradisiacas. Esto se disipa enseguida, en numerosos casos, con pequeños trayectos en coche, pero lo que resulta imposible es que Sotavento defraude. Lo peor es que aún hay muchos canarios que ni lo saben: sí, aunque les cueste, estas estampas las disfrutamos aquí, en estas pequeñas islas a escala planetaria, pero gigantes en encantos inolvidables.





HITO EN LA REINTRODUCCIÓN DEL GUACAMAYO DE LEAR EN BRASIL

Loro Parque Fundación vuelve a firmar un nuevo hito en la conservación de especies exóticas: ha nacido la primera cría de guacamayo de Lear *in situ* (en su hábitat natural) proveniente de aves nacidas y criadas *ex situ* (fuera de su hábitat natural).

La pareja de guacamayos de Lear nacida y criada en Loro Parque Fundación, la mayor reserva genética viva de loros del mundo, y posteriormente introducida en la caatinga brasileña ha tenido su primera cría.

Las aves reintroducidas que nacieron y se criaron bajo cuidado humano en Loro Parque Fundación no solo han sido capaces de sobrevivir en su hábitat

natural adaptándose plenamente a su entorno, sino que además se han podido reproducir, en gran parte fruto del trabajo de todo el equipo de expertos de la Fundación.

Se trata de una prueba más de que el cuidado de animales en los zoológicos es una herramienta eficaz para evitar la extinción de especies críticamente amenazadas.





SEASIDE COLLECTION



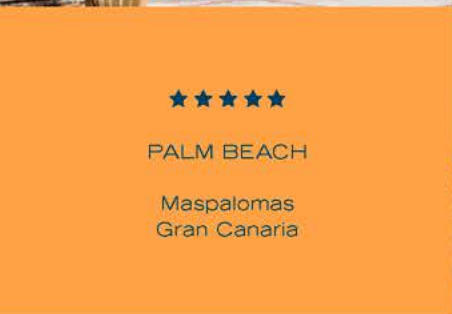
LEADING
HOTELS



★★★★★ GL

GRAND HOTEL RESIDENCIA

Maspalomas
Gran Canaria



★★★★★

PALM BEACH

Maspalomas
Gran Canaria



A MEMBER OF
DESIGN HOTELS

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

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



★★★★

SEASIDE SANDY BEACH

Playa del Inglés
Gran Canaria



★★★★

SEASIDE LOS JAMEOS
Playa de los Pocillos
Lanzarote





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

BUSCA AYUDA, DÉJATE AYUDAR

Cada año aumenta el número de muertes por suicidio en España. En los últimos años se están rompiendo los tabúes que han ido asociados a este problema de salud pública a través de campañas de concienciación y difusión de recursos, aunque siguen siendo medidas insuficientes para combatirlo. Visibilizar esta realidad, desmontar los mitos que arrastra y establecer canales de ayuda salva vidas.

Socialmente existen temáticas y situaciones que son consideradas culturalmente como tabúes, generando así una de las barreras principales para poder afrontarlas. Una de las que mayor peso social presenta es el suicidio.

Estamos hablando de un problema sociosanitario grave. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el mundo ocasiona una muerte cada cuarenta segundos. En España se producen de media once muertes al día y 200 intentos de suicidio. En los últimos años, este problema se ha agravado con la pandemia y las tasas de fallecidos han aumentado. En 2020, según el Instituto Nacional de

Estadística, las Islas Canarias se situaron como la cuarta comunidad autónoma española con mayor número de suicidios por cada 100000 habitantes.

La conducta suicida se puede presentar en cualquier persona y en cualquier etapa de la vida, aunque existen factores de riesgo que aumentan la probabilidad. Padecer esquizofrenia aumenta la probabilidad por nueve, por veintiuno en el caso de la depresión o por 86 en el caso de las toxicomanías.

Se ha observado que muchos casos se producen en personas que actúan impulsivamente ante situaciones de crisis

(problemas económicos, rupturas sentimentales, fallecimiento de seres queridos, dolores y enfermedades crónicas...).

Están descritos grupos con tasas más elevadas de suicidio entre personas más vulnerables y discriminadas como los migrantes, refugiados, homosexuales, bisexuales, transexuales e intersexuales. Sin embargo, el principal factor de riesgo es, con diferencia, un intento previo de suicidio.

Ahondando en este problema social, no debemos olvidar los mitos erróneos asociados al suicidio y que tanto daño hacen. Por ejemplo, la creencia de que hablar sobre ello es contraproducente: históricamente siempre se ha pensado que es mejor no hablar para no alentar. Sin embargo, sucede todo lo contrario; negar la posibilidad de expresar las ideas suicidas y poder desahogar el malestar que las provoca impide poder liberar el sufrimiento y ver otras opciones como solución. Esto aumenta el aislamiento en la persona que lo padece y dificulta establecer canales de ayuda.

Hay más mitos asociados al suicidio que siguen siendo obstáculos en el proceso de atención a las personas que lo sufren como es «la persona que realmente quiere acabar con su vida no avisa». Frente a esto debemos saber que hay descritas varias señales de advertencia que nos deben poner en estado de alarma de que algo no va bien.

Expresiones de desesperanza, deseos de morir, dejar de tomar sus medicamentos, comentarios como «estoy cansado, no creo que merezca la pena seguir», incremento del consumo de alcohol o drogas o el distanciamiento de amigos y familia son algunos ejemplos de avisos de que la persona está sufriendo y necesita ayuda.

Otro mito es «los intentos de suicidio son una llamada de atención», cuando en verdad son llamadas de ayuda. ¿Y cómo podemos ayudar? Invitar a hablar y escuchar sin juzgar, animar a pedir ayuda a los profesionales, acompañarle a reconocer sus fortalezas y su capacidad para tomar decisiones, mantener el contacto, no infravalorar lo ocurrido y sentido, ayudándole a elaborar un plan de seguridad donde apoyarse en momentos de crisis.

-
***¿Cómo podemos ayudar?
 Invitar a hablar y escuchar
 sin juzgar, animar a pedir ayuda
 a los profesionales***
 -

Afortunadamente, hay otros mitos que ya están más desmontados: «Los medios de comunicación no deben hablar del suicidio para evitar el efecto llamada» o que «el suicidio no se puede prevenir». En España, en los últimos años ha aumentado la visibilidad de este problema y desde mayo de 2022 el Gobierno de España ha habilitado el número de teléfono 024, que es gratuito, anónimo y confidencial, disponible las veinticuatro horas del día para prestar ayuda tanto a las personas con ideas suicidas como a sus familiares y amigos.

Porque no debemos olvidar que el sufrimiento se inicia en la persona con ideas suicidas, pero este se extiende posteriormente a sus seres queridos. El estigma social que el acto suicida produce en las familias y los amigos, sumado al sentimiento de «culpabilidad» o impotencia, dificulta el proceso de duelo. Negar la realidad solo retrasa la solución. Tomar conciencia de que algo no va bien y buscar ayuda es la mejor opción para todos.

024. Línea de atención a la conducta suicida.

Unidad de Columna

Mínimamente invasiva, máxima recuperación

Muchas personas padecen hernia discal u otros problemas de columna y temen enfrentarse a una complicada operación. Sin embargo, la solución puede ser más sencilla.

En el Servicio de Neurocirugía de Hospiten, practicamos intervenciones mínimamente invasivas. Es un tipo de cirugía más segura, con una recuperación más rápida y llevadera.

Decídete. Es el momento de recuperar tu calidad de vida.

Más información



Pide cita en:
www.hospiten.com



Descarga la APP Hospiten



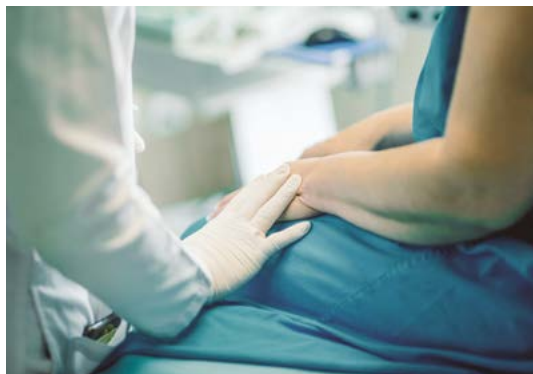
hospiten 

Servicio de Neurocirugía

EL HOSPITAL DE LA CANDELARIA CUENTA CON BUENA OPINIÓN

Cada año el Servicio Canario de la Salud (SCS) lleva a cabo una encuesta para conocer la opinión de los pacientes ingresados en cada hospital sobre la actividad asistencial. De esta forma, se analizan aspectos como el trato recibido, la información, la acogida o la calidad de la atención prestada.

En ese sentido, los usuarios del complejo hospitalario de Nuestra Señora de La Candelaria han puntuado con un 8,64 la atención recibida durante el tiempo de ingreso en el centro sanitario, según figura en la Encuesta de Satisfacción al Alta Hospitalaria (ESAH) de 2021, realizada sobre casi un millar de pacientes. El 96,76 por ciento de los usuarios destacan el respeto a su intimidad cuando permanecen ingresados y el 94,24 por ciento valoran la obtención de una información clara sobre el avance de su enfermedad. Asimismo, se muestran ampliamente satisfechos con la atención recibida por parte del personal hospitalario.



Entre los servicios que han obtenido una valoración superior a los 9 puntos se encuentran las áreas asistenciales de Cirugía Torácica, Hematología y Neumología.

Robótica avanzada para la cirugía del cáncer de próstata

En nuestra Unidad de Cirugía Robótica Avanzada abordamos la cirugía del cáncer de próstata con el robot quirúrgico Da Vinci, la técnica más segura en cirugía mínimamente invasiva.

- Cirugía más precisa gracias a la visión 3D aumentada
- Recuperación más rápida con menor tiempo de hospitalización
- Menor dolor postoperatorio y mínimas cicatrices
- Mejor preservación de la función sexual y menor riesgo de incontinencia urinaria

Profesionales de confianza con la tecnología más precisa y segura.

quironsalud.es     



Accede online a tus resultados y gestiona tus citas en el área "Mi Quirónsalud" de quironsalud.es, o en nuestra App.

Hospital  quirónsalud
Tenerife

EL SECTOR FARMACÉUTICO VUELVE A OBTENER CIFRAS POSITIVAS

La industria farmacéutica ha protagonizado un fuerte crecimiento en el comienzo del verano que ha devuelto al sector a los niveles de bonanza con los que cerró el año 2021. La fabricación de productos farmacéuticos se ha incrementado un 11,4% en el mes de junio en términos interanuales, lo que representa la cifra más alta desde diciembre del ejercicio anterior.

Los datos del índice de producción industrial (IPI) que publica el Instituto Nacional de Estadística (INE) han confirmado una tendencia al alza que ya se materializó en mayo, cuando el sector protagonizó un repunte del 11,2%, dejando así las malas cifras del mes de abril, que se cerró con una caída del 0,3%. Desde entonces, no han parado de crecer las cifras de fabricación y el acumulado del año ya muestra un incremento del 6,5%, algo que también se ha visto traducido en su facturación, según ha señalado el medio especializado *Redacción Médica*.



VB Basco Vidales

- ◀ Tratamiento integral de medicina estética y cirugía de la cara y el cuello.
- ◀ Tecnología y técnicas de vanguardia.
- ◀ Equipo de médicos especialistas.
- ◀ Dermatología y medicina estética.



Medicina Estética

Cirugía Plástica Facial

Dermatología

Cirugía Maxilofacial



hydrfacial



TEATRO

TENERIFE

ALIENACIÓN INDEBIDA



Teatro Paraninfo
23 de septiembre

Alienación indebida es un espectáculo de humor del cuarteto teatral Abubukaka, una de las compañías más mediáticas de Canarias. La función es una recopilación de hechos ocurridos en el siglo XXI y su objeto es traerlos a la memoria del gran público, que vivió esa época pero que ya no se acuerda. El fin no es otro que dar a conocer las tonterías que fueron el detonante para la creación de los *sketches*, que no versan sobre conquistas, guerras o colonizaciones, ni sobre inventos de tecnología o dramas humanos, sino sobre todo lo contrario.

AARÓN GÓMEZ



Teatro Leal
30 de septiembre

El humorista canario Aarón Gómez, uno de los profesionales más versátiles del Archipiélago, pues cuenta con diversas participaciones en televisión y otros espacios audiovisuales como la serie *Mambo*, vuelve al escenario del Teatro Leal para deslumbrar con su talento a su ciudad de acogida, San Cristóbal de La Laguna, en una noche de risas y diversión asegurada.

GRAN CANARIA

CLÁSICOS EN COLORES

Auditorio Alfredo Kraus
Del 15 de septiembre
al 6 de octubre

Clásicos en colores presenta su segunda edición en honor de Frida Kahlo, con la que pretende ofrecer una mirada diferente de la artista mexicana. Es un festival que intenta abordar un enfoque distinto, atípico, heterodoxo, de los iconos y las leyendas del arte de todos los tiempos. Este ciclo pretende visitar a los grandes maestros del arte y explorar en sus personalidades, sus comportamientos y sus creaciones para redescubrir qué sabemos y qué desconocemos de los mitos del arte, de los que probablemente sabemos menos de lo que pensamos.

MALLORCA

DANI MARTÍNEZ



Trui Teatre
5 de noviembre

Ya lo digo yo es el nuevo *show* de humor de Dani Martínez. Un espectáculo moderno e innovador en el que la improvisación ocupa el 50 % del espectáculo. Ayudado por una gran pantalla, música y efectos visuales, las imitaciones y el humor lo impregnan todo. Dani Martínez es un presentador, actor, imitador y monologuista. La imitación es su habilidad destacada, ya que es capaz de reproducir las voces de más de doscientas personas.

TURÍN

MOZART: DON GIOVANNI

Teatro Regio
Del 18 al 26 de noviembre

Il dissoluto punito, ossia il Don Giovanni es un drama jocoso en dos actos con música de Mozart y libreto en italiano de Lorenzo da Ponte basado en la obra original *El burlador de Sevilla y convidado de piedra*, de Tirso de Molina. Como obra destacada del repertorio operístico estándar, aparece como el número siete en la lista Operabase de las óperas más representadas en todo el mundo.

A | ÓPERA
DE TENERIFE



JORGE
MUÑIZ

FUENTE OVEJUNA

OCTUBRE · 2022

18/20/22

¡ABÓNATE!

DESDE
100€

MENORES
DE 30 AÑOS
20€



TAQUILLA · 902 317 327 · AUDITORIODETENERIFE.COM · INFO | CITA PREVIA 922 568 625

Programación sujeta a posibles cambios o cancelaciones.

PRODUCE



A AUDITORIO
DE TENERIFE

**SINFÓNICA
DE TENERIFE**

COLABORA



inaem



Instituto Canario de
Desarrollo Cultural



Gobierno
de Canarias

MÚSICA Y ACTIVIDADES

GRAN CANARIA

FOLCLORE



Plaza de España
Sábados. 11.00 horas
Pueblo Canario
Domingos. 11.00 horas

La música tradicional y los bailes folclóricos están presentes en Las Palmas de Gran Canaria.

JEREZ DE LA FRONTERA

DEPORTE Y VIDA SANA

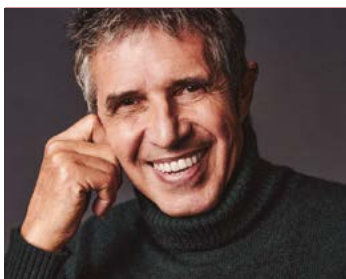


Recinto ferial C-IFECA
Del 18 al 20 de noviembre

Tras el éxito de su primera edición, vuelve la feria del deporte y la vida sana. Este evento persigue convertirse en el punto de encuentro entre empresas y organismos de los sectores relacionados con el deporte y los hábitos saludables con el público demandante de este tipo de servicios y productos, además de ser un escaparate en el que dar visibilidad a la gran variedad de oferta que la provincia de Cádiz ofrece en este sentido. En los últimos años, el desarrollo que ha experimentado la nutrición deportiva ha sido exponencial y son los propios deportistas quienes tienen más conciencia de la necesidad de una adecuada planificación nutricional para obtener un mejor rendimiento.

TOULOUSE

JULIEN CLERC



Zénith Toulouse Métropole
25 de noviembre

Julien Clerc llega a Toulouse el próximo noviembre. Clerc tocaba el piano desde los seis años y empezó a componer canciones cuando en la universidad conoció a Maurice Vallet y Etienne Roda-Gil, dos de los principales autores de sus canciones. Su carrera artística fue meteórica y a los veinticuatro años de edad tenía ya su imagen de cera en el Paris Musée Grévin y en 1974 recibió cinco discos de oro por sus ventas. Durante todos estos años ha mantenido su vigencia y últimamente ha dedicado gran parte de su tiempo a causas humanitarias. En 2003 fue nombrado embajador de buena voluntad de ACNUR.

FLORENCIA

FIRENZE MARATHON



Florenzia
25 y 26 de noviembre

La maratón de Florenzia es la segunda más importante de Italia y una de las más importantes del mundo. Esta actividad de 42 kilómetros y 195 metros es una combinación entre deporte, historia y arte, pues su recorrido por las calles de la bella Florenzia reúne año tras año a miles de deportistas y aficionados de todo el mundo. Más información en www.firenzemarathon.it.

LILLE

ROYAL REPUBLIC



Le Splendid
7 de noviembre

Royal Republic es una de las bandas mejor valoradas de la escena del rock sueco de la última década. En sus creaciones discográficas han demostrado hasta ahora su talento. La banda está compuesta por el cantante y guitarrista Adam Grah, el guitarrista Hannes Irengard, el bajista Jonas Almén y el baterista Per Andreasson, quienes prometen dar todo un espectáculo en Lille.

MADEIRA

ECO TRAIL FUNCHAL



Funchal
22 de octubre

La ciudad de Funchal está incluida en una ruta de pruebas internacionales de Eco Trail, una variante del trail running que se distingue por incluir un circuito urbano, competición programada para el día 22 de octubre. En los próximos tres años, Funchal pasará a figurar en un calendario internacional de pruebas de eco trail, situando la capital de Madeira en el mapa de este deporte.

EXPOSICIONES Y MUSEOS

TENERIFE

MUSEO MODERNO,
DESANDAR
EL CAMINO

Tenerife Espacio de las Artes

El hilo narrativo de esta presentación de la colección recae en algunas imágenes del archivo Francisco Lora (ca. 1925-2000) donado a su muerte al CFIT-TEA.

GRAN CANARIA

GALDÓS EN
EL LABERINTO
DE ESPAÑA

Casa-Museo Pérez Galdós
Hasta el 23 diciembre

Inauguración de la exposición *Galdós en el laberinto de España*, producida por Acción Cultural España (AC/E), en la que se ofrece un recorrido por la fotografía de Pérez Galdós y su época, resultado de su trabajo de investigación como fotohistoriador. Se presentan decenas de retratos del maestro, la mayoría de los cuales se muestran en esta exposición por primera vez. Más información en www.cas-amuseoperezgaldos.com.

MENORCA

SODADE



Galería Hauser & Wirth de Menorca
Hasta el 13 de noviembre

El artista norteamericano Rashid Johnson es el protagonista de la exposición de la nueva temporada de la galería de arte Hauser & Wirth, en la Illa del Rei del puerto de Maó, que se inauguró el pasado de junio y se podrá visitar hasta el 13 de noviembre. Con el título *Sodade*, el nombre de una canción de Cabo Verde de los años cincuenta que relata un profundo estado de nostalgia emocional, Johnson lleva a cabo su primera exposición en España inspirándose en las crónicas de la historia crítica y en relatos de travesías y migraciones. Así, se presentarán esculturas en bronce y pinturas marinas recientemente creadas.

SAN SEBASTIÁN

LA ILUSIÓN
DEL TIEMPO

Kutxa Kultur Artegunea
Hasta el 6 de noviembre

Esta exposición se articula en cuatro ejes que permiten entender la deuda de las fotografías de Ruth Orkin con el cine. Orkin nunca dejó de combinar las cualidades temporales de la imagen fotográfica para simular el cine. Secuencias, descomposición del movimiento, duplicación, simultaneidad...; su lenguaje visual se encuentra en la confluencia de la imagen fotográfica y el cine, en la encrucijada de la quietud y el movimiento. La fotografía de Orkin es un lugar de mestizaje, un espacio que restaura el tiempo y el movimiento, empujando el lenguaje fotográfico más allá de sus límites hasta ceder ante el poder de la ilusión y la magia

VALLADOLID

COLECCIÓN SANDRETTO RE REBAUDENGO



Museo Patio Herreriano
Hasta el 20 de noviembre

En esta exposición el Patio Herreriano reúne una selección de obras de la que puede considerarse una de las colecciones privadas más importantes de Europa, la italiana Sandretto Re Rebaudengo, afincada en Turín. Así, se asoma a algunas de las cuestiones más relevantes del panorama internacional y da un primer paso para confrontar el arte nacional con las propuestas más vanguardistas del escenario internacional. *Una revelación. Obras de la Colección Sandretto Re Rebaudengo* ocupa las cuatro salas de la segunda planta del centro. El recorrido se aproxima a asuntos como la teatralidad y la puesta en escena, origen y motivo esenciales de toda obra de arte. También ofrece una mirada al rol de la mujer en las artes visuales a partir de la década de los setenta con obras reivindicativas.

A CORUÑA

ARTE CONTEMPORÁNEO INTERNACIONAL



Fundación Barrié
Visible hasta final de año

La colección, compuesta por 51 obras, integra a artistas gallegos con presencia en colecciones internacionales (Ángela de la Cruz, Suso Fandiño, Álvaro Negro, Manuel Vilariño o Pedro Barbeito) con valores emergentes (Sandra Cinto, Andrei Roiter, Shinique Smith, Manuel Caeiro o Yves Oppenheim), figuras consolidadas de la pintura contemporánea (Jason Martin, Daniel Verbis, Simeón Saiz Ruiz, Günther Forg, Frank Nitsche o Pedro Calapez) y nombres clave para la pintura de la segunda mitad del siglo XX (Imi Knoebel, Jonathan Lasker, Helmut Dorner, Jean-Marc Bustamante o Jessica Stockholder).

ASTURIAS

VUELTA AL REVÉS
DEL REVÉS

Centro Niemeyer
16 de noviembre

Desde su apertura en 1951 hasta su pasada edición, España ha participado en prácticamente todas las citas de la Bienal de São Paulo. Creada por iniciativa de Francisco Matarazzo e inspirada en la de Venecia, la Bienal paulista se convirtió pronto en uno de los grandes acontecimientos en el ámbito internacional. Desde 1957, y debido a su rotundo éxito, su celebración se trasladó al Palacio das Indústrias del Parque de Ibirapuera, un edificio proyectado por Oscar Niemeyer, donde hoy permanece.

Recorrer la representación española de las distintas ediciones de la Bienal permite conocer la evolución artística de España de las últimas décadas. Durante la dictadura franquista, el pabellón español se convirtió en un instrumento de propaganda inmejorable, a pesar de la crítica hacia el régimen que muchas obras contenían. Con la transición y la llegada de la democracia, la representación española se fue abriendo a las tendencias artísticas más novedosas.

XI Bienal de Arte de Lanzarote
Del 01 Septiembre de 2022
al 30 Marzo de 2023
Como la Liebre en el Páramo

**XI BIENAL
DE ARTE
LANZAROTE**

**Costa Badía, Rigoberto Camacho,
Tania Candiani, Patty Chang, Teresa Correa,
Carlos Delgado Mayordomo, Gerson Díaz,
Tracey Emin, Agnes Essonti, Mounir Fatmi,
Carmela García, Shadi Gharidian, Semíramis
González, Julieta Hanono, Jenny Jaramillo,
Enrique Ježik, Ximena Labra, Isidro López
Aparicio, Ars Magna, Teresa Margolles, Carlos
Martiel, Mónica Mayer, Eugenio Merino,
Marco Montiel-Soto, Miguel G. Morales, Sami
Nair, Lotty Rosenfeld, Martha Rosler, Avelino
Sala, Doris Salcedo, Marius Ionut Scarlat,
Santiago Sierra, Emilio Silva, Marina Vargas**

Programación completa:

www.bienalartelanzarote.com

[@bienalartelanzarote](https://twitter.com/bienalartelanzarote)

Dirección artística: Adonay Bermúdez

Organizan



Colaboran



**Instituto Canario de
Desarrollo Cultural**



**THYSSEN-
BORNEMISZA
MUSEO NACIONAL**





Por Francisco Belín
Ilustración por Ilustre Mario

CANARIAS Y LA VUELTA A LA DIETA SANA SIN RENUNCIAR A LO SABROSO

Ha llegado septiembre, sí, y topamos con el mes de lanzadera al otoño y con esa especie de segunda *operación bikini* tras un verano –casi como pasa en la época navideña– en el que ya nos hemos concedido unos cuantos excesos gastronómicos. Ya sabemos dónde culminan: en unos kilos de más en la báscula y en el michelín, y no estamos hablando precisamente de la guía francesa. En Canarias, volver a la rutina de la alimentación sana no significa necesariamente el infierno de las dietas al uso.

Con el retorno a la cotidianeidad, atrás quedan las comilonas que hemos aceptado de buen grado, pero también el topicazo, cómo no, de que toca *sacrificarnos* con dietas y alimentos que se nos antojan, cuando menos, demasiado insulsos y con poca gracia. ¿Por qué prescindir de esos tacos o despieces espléndidos de los magníficos túnidos que surcan nuestras aguas? ¿O de las increíbles caballas que lo tienen todo nutricionalmente hablando? ¿Sabían que en Canarias podemos conseguir hasta seis tipos de atunes durante todo el año y con unos precios más que competitivos?

Pescado atlántico, unas papitas, mojo y... ya estamos de enhorabuena, que diga, de dieta. En esta misma revista *NT* se ha animado siempre a la ingesta de frutas y verduras frescas. Aquí es cuando aludir al producto local de Canarias es también hacer referencia a la liviandad gastronómica de géneros que, en distintos recetarios y conceptos, no irán en detrimento del sabor, que es lo que ocurre con muchas dietas, incluidas las *salvadoras*.

-

***Gambones canarios,
sandía de tinajo, flores de
borraja... al wok y rematado por
una vinagreta frutal. ¿Qué mejor
dieta se puede pedir?***

-

Argumentábamos hace un momento que las tendencias saludables se han impuesto en los últimos tiempos, pero hoy quizá no se vean con el mismo enfoque de fórmulas que recurrían en demasía a hervidos, planchas, cocciones y batidos o zumos carentes de incentivos a la hora de sentarse a la mesa. En las Islas se puede aprovechar una serie de géneros de proximidad para que adultos y niños recuperen una rutina alimentaria de sentido común para alejarse de *nuggets* o dulces industriales.

El archipiélago canario hace relucir una cesta de la compra que, ya de por sí, contribuye a aligerar las exigencias dietéticas. Por muy dura que queramos hacer la *vuelta al redil*, el surtido de alimentos sanos abre alternativas y opciones equilibradas basadas en materias primas no tan habituales en otros territorios. Es así como una pitaya, de esas fabulosas de La Palma o Tenerife, cobra mayor interés nutricional y, más

aún, como postre –tal cual–: desintoxicación, aporte de minerales esenciales, hidratación...

Frutas exóticas que en cualquiera de nuestros terruños van a poder formar parte de ensaladas ricas, por ejemplo; sabores seductores que juegan con hortalizas, semillas, quesos frescos y elementos poseedores de nutrientes óptimos para nuestra salud. Valga una muestra. Por qué no un puñadito de gambones canarios de La Santa (Lanzarote) o Arguineguín (Gran Canaria). Una cocción leve y sandía de Tinajo (también de la Isla de los Volcanes), tocado el conjunto en un wok, el crustáceo limpio de cáscara y a punto de sal; quizá el aderezo de unas flores de borraja... y rematamos con una vinagreta frutal.

Seduces más que uno de esos *batidos verdes* –estarán pensando ustedes– que a veces apuramos a toda velocidad, plenamente convencidos de que son infalibles. También apetecen unos taquitos de cochino negro, aceite de oliva de Fuerteventura, boniato palmero, batata del jable lanzaroteña o de Anaga (Tenerife); una piña tropical de El Hierro, por qué no, junto al pescado de nuestro Atlántico ligeramente ahumado: fusiones culinarias que invitan a disfrutar de una cocina saludable y además sostenible, que de esto escribiremos extensamente en otro momento.

Así que ya sabe, estimado lector, para comer sano no tenemos por qué pasar apuros cuando solo basta con echar un vistazo a nuestro legado gastronómico, que nos convencerá con sus ventajas dietéticas como, por ejemplo, un puchero, las salazones y jareas, así como otros elementos que apuntalan lo que se puede entender, perfectamente, como dieta atlántica. Sin renunciar, por supuesto, a lo que es en verdad sabroso.

A TU MANERA.



Premium **GIN**
Canaria

a tu gusto...

Sweet Mango
&
Sweet Guayaba

Disfruta de un consumo responsable. 37,5%



www.carmelagin.es

AREHUCAS
DESDE 1894

EL MEJOR GOFIO DE CANARIAS ES GOMERO



La isla de Lanzarote acogió el pasado julio una nueva edición del Concurso Oficial de Gofio Agrocanarias 2022, un certamen organizado por el Instituto Canario de Calidad Agroalimentaria (ICCA) que distingue a los mejores gofios de Canarias y revaloriza un producto señero en la gastronomía del Archipiélago. Entre las distinciones especiales, destacó la marca Gofio Gomero, gofio ideal 5, elaborado con trigo, millo, cebada, avena y garbanzo, que se hizo con el premio a Mejor Gofio de Canarias.

Este concurso distingue a los mejores gofios de Canarias y pone en valor un producto señero en la gastronomía de las Islas. Los gofios debían ser elaborados por los molinos de Canarias con trigo, millo o sus mezclas y a base de otros cereales o leguminosas. En cada una de las categorías los participantes podían optar a la Gran Medalla de Oro, Medalla de Oro y Medalla de Plata, así

como las distinciones especiales; por ejemplo, Mejor Gofio Ecológico, Mejor Gofio de Grano Local y Mejor Imagen y Presentación de entre todas las muestras admitidas al concurso.

Al evento se presentaron 86 muestras de diecinueve molinas y molinos de gofio, con la participación de Tenerife, que contó con 32 muestras y siete molinos; La Palma con dos muestras y un molino; La Gomera con dieciocho muestras y dos molinos; El Hierro con tres muestras y un molino; Gran Canaria con veinticinco muestras y seis molinos; Fuerteventura con cuatro muestras y un molino; y Lanzarote con dos muestras y un molino.

Dentro de cada categoría han participado veinte gofios de trigo, veintisiete de millo, catorce de mezcla de trigo y millo y veinticinco de otros cereales diferentes de los anteriores.

LA VACA AZUL

La zona de El Cotillo, en Fuerteventura, es un lugar ideal de campistas y un punto para anotar en rojo en todo buen cuaderno de viajero para pasar unas horas degustando los mejores productos del mar. Entre la variada propuesta gastronómica destaca, por tradición, la calidad de la materia prima y la amable atención de su personal, un rincón llamado La Vaca Azul. Este establecimiento es una de las grandes referencias gastronómicas de la Isla y de Canarias en general, en un entorno inmejorable, con vistas al Atlántico y al viejo puerto de El Cotillo, para disfrutar de las mejores especialidades de pescado 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.



Pescado a la brasa
Cocina de producto
de temporada

CENIZA

RESTAURANTE

MELONERAS
GRAN CANARIA



Boulevard El Faro, locales 34-35
Meloneras - Gran Canaria
Reservas: 686 87 42 02
www.cenizarestaurante.com

MERCADOS DEL NORTE DE ÁFRICA, LA OTRA FORMA DE COMPRAR

*La región destaca por su extraordinaria oferta turística
y comercial, siempre sorprendente y apetecible*



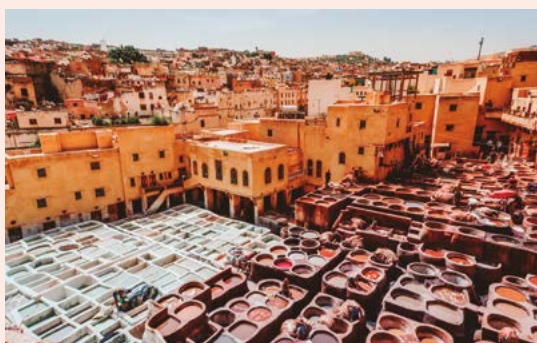
Marruecos recibe a diario a centenares de turistas que eligen su hospitalidad para disfrutar de unos días de descanso y aventura. Su larga tradición artesana y comercial nunca defrauda y la oferta de conexiones de Binter es ideal para recorrer cuatro de sus mercados estrella.



En el zoco El Had pueden encontrarse multitud de variedades de especias y artículos.



Jemaa El-Fna es la principal plaza de la ciudad y uno de los lugares más emblemáticos de Marrakech.



En las curtidurías el viajero puede conocer este oficio artesanal.



El camello tiene una gran importancia histórica y cultural en Marruecos, especialmente en Guelmim.

AGADIR. Zoco El Had

Los mercados tradicionales son paradas obligatorias y El Had es uno de los más recomendables. Sus más de 6000 tiendas ofrecen una amplia variedad de productos locales irresistibles: especias, marroquinería, prendas de vestir tradicionales, artículos decorativos etc.

FEZ. Curtidurías de Cuero

Algunos de los curtidores más famosos del país podemos encontrarlos en el corazón de la medina de Fez. La curtiduría Chouwara es la más extensa del territorio, con infinidad de fosas de tintes naturales de distintos colores. La pintoresca experiencia de las pieles de cordero, buey, cabra y camello secándose para ser transformadas en bolsos, zapatos, abrigos y maletas por los artesanos se completa con el fuerte olor característico de la tarea.

MARRAKECH. Plaza de Jemaa El-Fna

El Marruecos más moderno se encuentra en Marrakech. En torno a la plaza de Jemaa El-Fna, declarada por su singularidad como patrimonio inmaterial de la humanidad por la Unesco, se desarrolla gran parte de la vida social de la población del lugar. Un paseo que no te puedes perder tanto de noche como de día.

GUELMIM. Mercado de camellos

La pequeña localidad, conocida como la «puerta hacia el desierto», por su proximidad al Sáhara, tiene en su mercado de dromedarios uno de sus principales atractivos turísticos. La presencia de los «hombres azules del desierto» añade encanto a este mercado exótico. Se trata de comerciantes que llevan vestimenta azul, la cual transfiere a su piel un color similar al de las telas que portan.

Aperitivo Gourmet de cortesía en los vuelos nacionales e internacionales

Ahora más saludables, más frescos, con mayor variedad y con productos de Canarias

APERITIVO GOURMET KIDS ▶

Nocilla, mermelada, queso y palitos, galleta digestive, pan de leche, pan normal o integral y chocolatina

Disponible compota de frutas para bebés



◀ DESAYUNO GOURMET

Ensalada de frutas, mermelada, pan de leche, mantequilla, queso y chocolatina

Café con leche, zumo natural de plátano de Canarias y naranja, pan



APERITIVO GOURMET ▶

Embutido ibérico, humus, quesos de Canarias, vegetales, pan normal o integral y chocolatina



◀ APERITIVO GOURMET

Humus, paté de salmón o pollo, quesos de Canarias, vegetales, pan normal o integral y chocolatina

APERITIVO GOURMET ▶

Solo disponible en aviones ATR*

Selección de focaccias, zumos de sabores y chocolatina



BAR EMBRAER**

Cerveza, vino, refrescos, café, zumos de sabores y agua

BAR ATR**

Zumos de sabores

Esperamos disfrute de su menú a bordo

Menús sujetos a modificación por cambios de la operativa. Rotación de los productos frescos según la temporada.

* Modelo de aeronave que opera los vuelos con Madeira y algunos destinos africanos.

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

Binter

SOLIDARIA INCLUSIVA SOSTENIBLE

TRAYECTOS

*Media Maratón
10K, 5K y Milla Verde*

PASAJEROS

5000 corredores

ANIMACIÓN

*Batucadas y música
en directo*

**Binter
NIGHT
RUN**

LAS PALMAS DE GRAN CANARIA

22OCT

ORGANIZA: **dg EVENTOS**




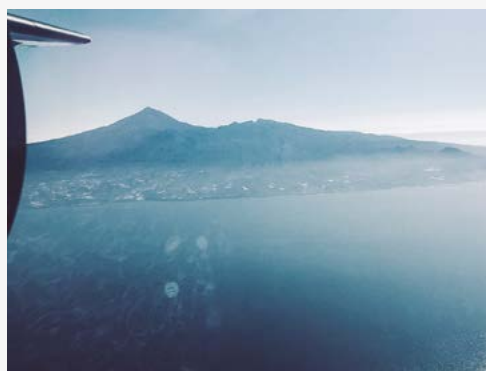
Milla Verde a beneficio del proyecto social Ciudad de San Juan de Dios (LPGC).



binternightrun.com



 @doc7austin0trains



 @GuilleGarciacan



 José A Rilo López



 @javi_carmo_

#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

Marruecos, despierta tus sentidos

Pon rumbo a un país fascinante y vive tu próxima aventura

Oasis Palm 4*

Guelmim
4 días / 3 noches
Doble estándar
Alojamiento y desayuno



Desde **371€**
por persona
4 días



Desde **475€**
por persona
4 días



Excursión a Legzira

Agadir
Timoulay Hotel & Spa Agadir 4*
4 días / 3 noches
Suite timoulay vista piscina
Alojamiento y desayuno

Incluye:

- Transporte en minibús y almuerzo
- Guía en español

Circuito: Ciudades Imperiales y Kasbahs

Marrakech
8 días / 7 noches
Hoteles de categoría 3*, 4* y 5* en MP

Incluye:

- Transporte con chófer y guía en español
- Noche en haima
- Entradas a los monumentos



Desde **782€**
por persona
8 días

Por tu compra cada
1€ = 1 punto BinterMás

Viajar es Vivir

Nuestro blog de viajes y estilo de vida

¡Maleta gratis!



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 y régimen indicados. Sujeto a disponibilidad. Consulta resto de condiciones y salidas on-line.

Vuela con

Binter



Compra online o llama al 928 24 81 61 / 922 24 81 61

canariasviaja.com

Y en tu agencia de viajes

Volamos ✈️
por ti

Binter



Vuela directo a
A CORUÑA



Volamos por ti 

Binter

Vuela directo a

SAN SEBASTIÁN

Descubre el resto de destinos
de la Península y Baleares

Sume puntos en su día a día con la nueva tarjeta **BinterMás Mastercard**

- + Sin gastos de emisión ni de mantenimiento
- + 2.000 puntos regalo de bienvenida
- + 1 punto por cada 2 € de compra



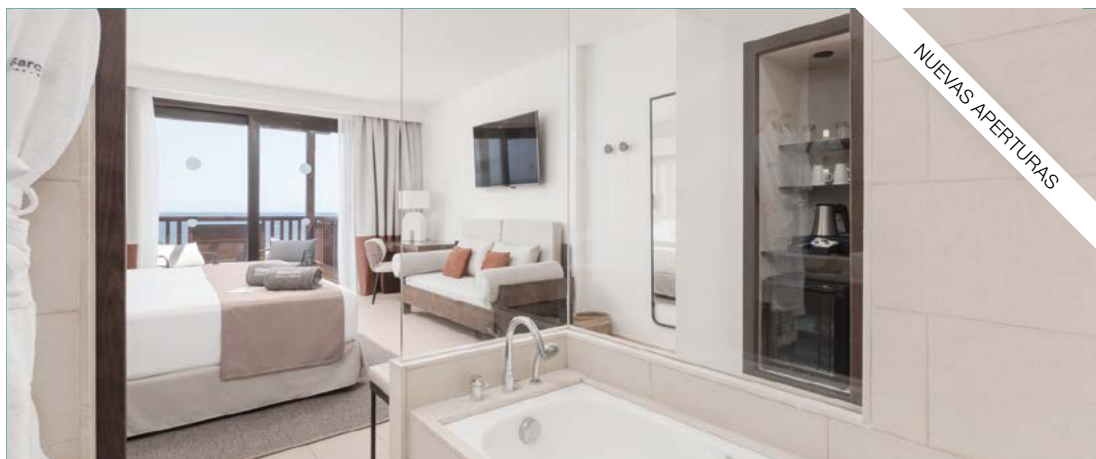
Solicite **aquí** su tarjeta, o a través de nuestra página web en la sección de **BinterMás**

¡Escanee el código antes del despegue o al aterrizar!

Santander
Consumer Finance

BinterMás

*Tarjeta emitida, sujeta a estudio y aprobación por parte de Santander Consumer Finance S.A.



Barceló Tenerife Royal Level 5*. Golf del Sur

BARCELÓ HOTEL GROUP

SUME PUNTOS x2

Multiplique sus puntos en los hoteles seleccionados de la cadena Barceló. Hoteles de 4 y 5* que le harán disfrutar mientras suma el doble de puntos. ¡Aproveche la promoción y reserve ahora!

Hoteles

Barceló Tenerife Royal Level 5*
Barceló Margaritas Royal Level 4*
Barceló Lanzarote Royal Level 4*

Sume x2

405 + 405 puntos/noche
405 + 405 puntos/noche
405 + 405 puntos/noche

barcelo.com
902 101 001

Validez: septiembre 2022.



Abora Catarina by Lopesan Hotels. Gran Canaria

LOPESAN HOTEL GROUP

SUME PUNTOS x2

Sume el doble de puntos con su estancia en los hoteles Abora by Lopesan Hotels y disfrute de unas vacaciones en familia con todo incluido.

Abora by Lopesan Hotels

Abora Interclub Atlantic	260 + 260 puntos/noche
Abora Buenaventura	260 + 260 puntos/noche
Abora Catarina	260 + 260 puntos/noche
Abora Continental	260 + 260 puntos/noche

lopesan.com
902 450 010

Validez: reserve hasta el 30/09/2022 y alójese en septiembre y octubre 2022. Sujeto a disponibilidad.



Iberostar Selection Sábila 5* (Gourmet Market). Tenerife

IBEROSTAR HOTELS & RESORTS

SUME x2 + BENEFICIO EXCLUSIVO

Sume el doble en el hotel Iberostar Selection Sábila 5* y disfrute de descuentos exclusivos en el *Gourmet Market* del hotel.

Sume x2

Iberostar Selection Sábila 5*	200 + 200 puntos/noche
--------------------------------------	-------------------------------

Beneficio exclusivo

Descuento en el *Gourmet Market*.

Titulares BinterMás: Verde 5% dto. / Oro y Plata 10% dto.

iberostar.com
902 995 555

Validez: septiembre 2022. Hotel solo adultos.



MARINA GRAN CANARIA

SUME PUNTOS x2

Ubicado en el mismo corazón del muelle de Puerto Rico, Marina Suites le invita a disfrutar de doble puntuación y de unas vacaciones frente al mar en el sur de Gran Canaria.

Hotel

Marina Suites	215 + 215 puntos/noche
----------------------	-------------------------------

marinagrancanaria.com
928 153 015

Validez: septiembre 2022.



Suite & Villas by Dunas 4*. Gran Canaria

DUNAS HOTELS & RESORTS

SUME x2 + BENEFICIO EXCLUSIVO

Sume el doble de puntos en los establecimientos seleccionados de la cadena Dunas. Además, si es titular BinterMás Oro o Plata disfrute de *Late check-out* gratuito.

Hoteles by Dunas

Suite & Villas 4*	500 + 500 puntos/noche
Maspalomas Resort 4*	500 + 500 puntos/noche

Beneficio exclusivo

***Late check-out** para titulares BinterMás Oro y Plata.**

hotelesdunas.com
902 142 828

Validez: septiembre 2022. *Sujeto a disponibilidad.



Meliá Jardines del Teide. Tenerife



MELIÁ HOTELS INTERNATIONAL

SUME PUNTOS x2

Reserve su estancia en los hoteles seleccionados de Meliá Hotels International y gane el doble de puntos en exclusiva.

Hoteles

Meliá Llana Beach 5*	200 + 200 puntos/noche
Gran Meliá Palacio de Isora 5*	200 + 200 puntos/noche
Meliá Jardines del Teide 5*	200 + 200 puntos/noche
Meliá Salinas 5*	200 + 200 puntos/noche
INNSiDE Fuerteventura	100 + 100 puntos/noche
Sol Fuerteventura Jandia 4*	100 + 100 puntos/noche

melia.com
912 764 747

Validez: septiembre 2022.

SECRETS BAHÍA REAL RESORT & SPA 5*

SUME x2 + BENEFICIO EXCLUSIVO

Secrets Bahía Real 5* le invita a sumar hasta 1.200 puntos por noche y disfrutar de las instalaciones renovadas. Además, los titulares Oro y Plata disfrutarán de beneficios exclusivos.

Hotel

Secrets Bahía Real 5*	600 + 600 puntos/noche
------------------------------	-------------------------------

Beneficio exclusivo

Acceso a la zona lúdica de aguas del Secrets Spa para titulares BinterMás Oro y Plata.

secretsbahiareal.com
928 53 71 53

Validez: septiembre 2022. Hotel solo adultos + 18.

Poema del Mar

Desde
3500 + 75€

+
 +

Puntos BinterMás por persona | Vuelo | Hotel | Entradas

Cordial Vista Acuario 3*

3 días / 2 noches
Doble Estándar
Solo alojamiento

Incluye:

- Entrada Acuario Poema del Mar

BinterMás

Cualquier día de la semana. Alojaje: A.V.000542/3 C. El Pilar 28 - Local A - Entresuelo.38002 - S.O. de Tenerife

Precio «desde» por persona residente canario. Válido para compras y estancias hasta el 30/09/22. Plazas limitadas.

Compra on-line o llama
al 928 24 81 61 / 922 24 81 61

Acumule y use puntos BinterMás con:

canariasviaja.com

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

BinterMás

VUELOS



BINTER
922/928 327 700
bintercanarias.com
Obtención: de 100 a 1000 puntos



VUELOS + HOTEL

CANARIASVIAJA
922 24 81 61
canariasviaja.com
Obtención: 1 punto por 1 €



COMPRAS

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



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



GOLF

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

ALQUILER DE COCHES



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



ESTACIONES DE SERVICIO

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



SOCIAL

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



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



FINANCIERO

BINTERMÁS MASTERCARD
santanderconsumer.es
Obtención: 1 punto por 2 €

ALOJAMIENTOS



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



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



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



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



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



SECRETS BAHÍA REAL
928 537 153
secretsbahiareal.com
Obtención: 600 puntos



MUR HOTELS
928 24 13 37
murhotels.com
Obtención: de 260 a 290 puntos



CORAL HOTELS
928 327 700
coral-hotels.com
Obtención: de 160 a 560 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: 340 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



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.

Entretenimiento a bordo

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

1.



Activa el modo avión de tu smartphone o tablet

2.



Conéctate a la red wifi «Binter-Onboard»

3.



Entra en tu navegador y accede a airfi.aero

4.



Navega por las diferentes secciones

Descubre el nuevo contenido:



Películas y series



Periódicos locales y revistas



Dibujos infantiles



Juegos

... y mucho más

Binter
Volamos por ti

Descubre el enoturismo

en Canarias con CanaryWineRoute.com y CanariasViaja.com

Tenerife

Bodegas Tajinaste Visita bodega + Cata 6 vinos

Vuelo + Hotel + CanaryWineRoute

Hotel AF Valle Orotava 4*

3 días / 2 noches

Doble balcón en AD

Incluye:

- Visita bodega
- Cata comentada de 6 vinos



Desde
132€
por persona
3 días



Desde
163€
por persona
3 días

Lanzarote

El Grifo - Experiencia El Grifo Siglo XVIII

Vuelo + Hotel + CanaryWineRoute

Hotel Costa Calero 4*

3 días / 2 noches

Doble vista mar en AD

Incluye:

- Visita bodega antigua
- Degustación de 3 de nuestros vinos más exclusivos



Gran Canaria

Bodega San Juan - Wine tour

Vuelo + Hotel + CanaryWineRoute

Boutique Hotel Cordial Malteses 4*

3 días / 2 noches

Classic en SA

Incluye:

- Visita guiada por Los Lagarés, Museo del Vino, viñedos y bodega
- Degustación de 2 vinos



Desde
124€
por persona
3 días

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

Viajar es Vivir
Nuestro blog de viajes y estilo de vida

 canarywineRoute.com

Precio por persona residente canario en base a ocupación doble y régimen indicados. Sujeto a disponibilidad. Consulta resto de condiciones y salidas on-line.

Vuela con

Binter



Compra online o llama al 928 24 81 61 / 922 24 81 61

canariasviaja.com

Y en tu agencia de viajes



INTERINSULARES

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

NACIONALES

A Coruña – L, J y D
Álava – S
Asturias – L, X, J, V, S y D
Jerez de la Frontera – L, M, J y V
Mallorca – L, X, J, V y D
Menorca – V

Murcia – M, J y S
Pamplona – J, V y D
San Sebastián – X y D
Santander – L, X, J y D
Valladolid – V
Vigo – M, X, J, V, S y D
Zaragoza – L, X, V y D

INTERNACIONALES

Florencia – S
Turín – M
Venecia – L
Lille – M

Toulouse – M y S
Ponta Delgada – S
Sal – M
Funchal – L, M, X, J, V, S y D
Agadir – J y D
Dajla – S
Dakar – L y J
El Aaiún – M y S
Fez – S
Guelmim – X y S
Marrakech – J, S y D
Nuakchot – L, X y S



PERCHEL
BEACH CLUB

El mayor Beach Club familiar de Canarias

*Disfrute junto al mar del mejor clima de Gran Canaria en **Perchel Beach Club**, un verdadero oasis de ocio, relax y diversión concebido para toda la familia.*



*Una extraordinaria oferta gastronómica
y de actividades náuticas y de ocio pensada para todas las edades*

La Arrocería



Restaurante especializado en arroces
Chef **Borja Conde**

Nami Sushi Bar



Deliciosas especialidades japonesas
by **Tadashi Tagami**

Oxean Bar



Exquisitos bocados al borde mismo del mar
by **Borja Marrero**

Chill Out



Creativos cócteles y excelente champagne

Belvedere



Privilegiadas vistas y su bebida favorita

Surf, Wind, SUP, Bike



De la mano del 42 veces campeón mundial
Bjorn Dunkerbeck

Splash Park



El Reino de los Niños

Por favor consultar previamente
horarios de apertura en



perchelbeachclub.com

Reserve en nuestra web o directamente en **+34 686 775 385**

Life is too short to be somewhere else

The water kingdom SIAM DRAGON PARK

Costa Adeje - Tenerife



EL PLAN PERFECTO



COMPRA
TICKET
ONLINE

*
14€ niño / 20€ adulto
Precios residentes canarios
Consulta online

ANIMAL EMBASSY
LORO PARQUE
1972 **50** 2022
ANNIVERSARY

