

50s ON TOUR

LIFESTYLE POST 50s

AÑO 1 - NRO 1 - SEPTIEMBRE DE 2018



JAMAICA
POSTALES DE UN EDÉN

TOKIO • NUEVA YORK • CRUCEROS • ESLOVENIA • CARILO • ARTE • GASTRONOMIA • PLACERES



Las mejores vacaciones
en los Hoteles Iberostar de
Jamaica.



Jamaica es uno de los destinos más atractivos del Caribe por su riqueza natural, cultural y musical. Los hoteles de Iberostar acercan al visitante a las emociones más irresistibles que se pueden vivir en la isla. La excelente ubicación constituye una oportunidad inigualable para recorrer la isla y conocer todos sus tesoros. Jamaica seduce al visitante con sus cimas montañosas, sus más de 120 ríos, sus impresionantes cascadas y sus playas de arena blanca. Los resorts de Iberostar ponen a disposición del cliente los mejores servicios para disfrutar de unos días maravillosos en familia o en pareja en este entorno de ensueño.

MONTEGO BAY

PARA MAYOR INFORMACIÓN, CONTACTE A SU AGENCIA DE VIAJES DE PREFERENCIA
O ACCEDA A: IBEROSTAR.COM



IBEROSTAR
HOTELS & RESORTS

Lady
MULTITASK®
BUENOS AIRES

PERSIGUE TU
SUEÑOS.
EMPRENDE.
SÉ MULTITASK

WWW.LADYMULTITASK.COM



Las amigas de mis amigas
son mis amigas

SUMARIO



06 | 9 DE TURISMO

08 | **NOTA DE TAPA:** JAMAICA

16 | **LAS 5 PASTILLAS**

18 | **DE MODA:** ESCENAS DE TOKIO

24 | **BAJO COSTO:** NEW YORK PARA BOLSILLOS FLACOS

30 | **DESDE LA SEMILLA:** SU MAJESTAD, LA PAPA

32 | **BIO VISUAL:** DIEGO DÍAZ

36 | **PLACERES TERRENALES:** LA NUEVA MODA: KITS SENSUALES

40 | **MR. CRUCERO:** OJO CON LAS CABINAS

46 | **TIERRA FEDERAL:** PUERTO MADRYN OBSERVAR Y ESCUCHAR, EL DESAFÍO DE LOS AVISTAJES

50 | **ARTE EN ZAPATILLAS:** SAN MARTIN DE LOS ANDES, MANOS MÁGICAS DEL SUR

54 | **CRUZANDO EL CHARCO:** ESLOVENIA, EL MUNDO EN PEQUEÑO

60 | **MI HOTEL RECOMENDADO:** EL RINCON MAS ARGENTINO DE MIAMI

64 | **5 BOCADOS**

66 | **ME SIENTO BIEN:** LA PORCIÓN JUSTA

68 | **MI PUEBLO:** COPETONAS ES UN NOMBRE!

72 | **IN HOUSE:** EL FUTURO LLEGÓ A NUESTRAS CASAS

79 | **POEMA:** CARILÓ

STAFF

Dirección Editorial: Sandra Kan | **Dirección de Arte:** Juan Pablo Millano | **Diseño Gráfico:** M. Agustina Alen

Colaboradores de este número: Lilian Logarzo, Guille Gómez Romero, Claudia Díaz, Corina Canale, Ricardo Marengo

Departamento Comercial: @50sontour, hola@50sontour.com | **Web:** www.50sontour.com

EDITORIAL

UN NUEVO COMIENZO



En épocas de crisis es cuando los mejores proyectos suelen surgir. Conllevan temores y mucha ilusión. Así que nos decidimos y aquí estamos, el desafío de una quinquenal que cumple su sueño y el de su hija diseñadora de tener una revista.

La primera pregunta fue:

¿Hacemos una web? No, hagamos una revista on line con formato de gráfica. ¿Por qué? Porque a esta edad nos gusta mirar una revista, leerla, disfrutarla y de esta forma también podemos imprimirla y ojearla una y otra vez como lo hacíamos antes. Sin embargo le agregamos toda la tecnología siglo XXI para que sea ágil y completa. Así es posible linkear desde el texto páginas web y videos. Y también leer los textos en nuestro blog.

¿Somos una revista de turismo? No. Proponemos un viaje hacia la segunda etapa de la vida, los cincuenta años. Una etapa que tiene particularidades, sí. Pero en la cual nos sentimos vivos, maduros y conscientes del mundo que gira alrededor. Sabemos qué queremos y cómo lo queremos. Y amamos viajar.

¿Es una revista exclusiva para "gente grande"? No, es una experiencia para todos aquellos que disfrutan de leer, de compartir vivencias y conocer la mirada con la cual uno inicia esta nueva etapa de la vida.

Podemos seguir con las preguntas pero en verdad,

lo importante es tener certezas. La primera de ellas es que concretamos este proyecto con amor y con el conocimiento de más de veinte años de especialización en turismo y treinta de periodismo. Lo realizamos con la colaboración inestimable de amigas y amigos que nos acompañan siempre.

Son eso: amigos de los que no es fácil conseguir.

La realidad es que una vez más asumimos riesgos para decir lo que queremos, y para ir creciendo juntos, agregando temas que nos interesan, sumando ideas increíbles, haciendo lo que nos gusta. Ser nómades de la vida.

Gracias Juan Pablo Millano por tu Master Design, Lilian Logarzo por tu chispa y belleza interior, Guille Gómez Romero por tu pluma rápida, Claudia Díaz por tu sencillez inalcanzable, a Mr Crucero Marengo -fan del mar igual que yo, pero a bordo-, a Luis, mi compañero de aventuras (sin aire libre) y a Alex Pace porque me enseña cómo aprender a pescar.

Y sobre todo a Agusita, mi bella nena del alma. Te quiero y esto es para vos.

Nos vemos en el número 2

Sandra



AÑO 1 - NRO 1
SEPTIEMBRE DE 2018

Agradecimientos a

Chino Albertoni
www.visitjamaica.com/es
https://japan-photo.jnto.go.jp
www.nycgo.com
www.turismoeslovenia.es

9 DE TURISMO



PARQUE TEMÁTICO STRANGER THINGS EN UNIVERSAL

Los creativos de Universal Studios están inspirados. Para este Halloween Horror Nights crearon un paseo por una decena de casas embrujadas inspiradas en la famosa serie de Netflix Stranger Things. Los visitantes de los parques de Orlando, Hollywood, Singapur y Japón podrán vivir en la propia piel las escenas más impactantes de la serie. Un paseo escalofriante a la medida de los amantes del suspenso y el terror con los personajes más famosos del show, inclusive un espectáculo cyberpunk con la Academy of Villains. Una propuesta imperdible que estará vigente hasta el 3 de noviembre, y una muestra categórica de que Netflix ha desembarcado definitivamente en los parques temáticos.

AÉREAS LUFTHANSA Y AUSTRIAN LEVANTAN LA COPA

Quienes hacemos @50sontour queremos felicitar a Lufthansa Group por recibir cuatro premios Skytrax en Londres. Tras una encuesta a 20 millones de personas en 160 países, Lufthansa fue elegida como la mejor línea aérea de Europa Occidental. Al mismo tiempo otra línea aérea del grupo, Austrian Airlines, fue galardonada por tener el mejor servicio de personal de una línea aérea en Europa y también ganó en la categoría catering de a bordo para business class. Skytrax es un instituto de investigación de mercado especializado en la industria de la aviación con sede central en la capital británica.



DOMINICANA ONLY ADULTS EN PUNTA CANA

A partir del 1° de noviembre los adultos tendremos un reducto de placer sin niños dando vueltas en Punta Cana. Se trata del resort Grand Bahía Príncipe Aquamarine, el primer hotel solo para adultos de la reconocida compañía. Son 498 habitaciones en suite, con un marcado acento en el entretenimiento y la diversión adulta. Desde el lobby del hotel con DJ en vivo hasta cursos de coctelería, clases de salsa y merengue, baños de espuma al aire libre e innovadoras propuestas deportivas. Sin olvidarse de la noche, como la fiesta a la luz de la luna, cenas románticas con velas y espectáculos Burlesque. Toda esta propuesta sin llantos cercanos y sin escuchar un "mamá, mamá, papá, papá, papá", que nos saquen de escena...



ALOJAMIENTO VILLA TRAFUL ABRE SU TEMPORADA

La Patagonia tiene vida todo el año. Cuando la actividad en la nieve se apaga se encienden las luces de otros rincones como Alto Trafal Lodge & Suites, que estrena remodelaciones con una promoción de 25% off en sus tarifas hasta el 15 de noviembre. Son 27 habitaciones y 3 cabañas (equipadas a pleno con parrilla incluida), todas con acceso a las amenities del Lodge: pileta climatizada con jacuzzi, sala de relax y masajes, sauna seco y húmedo, ducha finlandesa y lounge con vista panorámica a esos paisajes únicos que ofrece la Patagonia. Más allá del relax casi inevitable la Villa ofrece trekking, bicicleteadas, paseos en canoa o kayaks, cabalgatas y excursiones.



BUSCH GARDENS NUEVA MONTAÑA RUSA

Ya tenemos otra excusa para llevar a nuestros hijos, sobrinos o nietos a Florida. Busch Gardens acaba de anunciar la construcción de Tigris, una nueva montaña rusa que estará lista para el segundo semestre de 2019. Será de triple lanzamiento, convirtiéndose en la más alta de su tipo en toda Florida. El espíritu de Tigris es emular la agilidad del felino más grande y poderoso del mundo. Para ello los ingenieros dieron rienda suelta a la imaginación: tendrá una serie de giros en twist con movimientos hacia delante y hacia atrás y un lanzamiento de 45 metros hacia el cielo, entre otros detalles adrenalíticos. Todo a una velocidad de 96 km. por hora en un viaje de 550 metros que aseguran quitará el aliento. www.buschgardens.com

RESERVA NATURAL

RESERVA JENNER HEADLANDS ENTRADA GRATUITA

Un remanso de paz se respira en la Reserva Jenner Headlands, en el Sonoma County, en la costa Oeste de USA. La reserva que hasta hace poco tiempo solo era accesible con guía, abrió ahora sus puertas al público y en forma gratuita. Son 22 kilómetros de senderos con vistas panorámicas al Pacífico e inclusive hay un trayecto pavimentado que permite a personas discapacitadas disfrutar del paseo. La reserva está ubicada sobre la Highway 1, tiene estacionamiento, y mesas de picnic para comer con el viento del Pacífico acariciando la cara. Está ubicada a 112 kilómetros al norte de San Francisco, un viaje de aproximadamente 1.30 hs. www.wildlandsconservancy.org



CATARATAS

DORMIR EN LA SELVA

Los amantes de la naturaleza salvaje tienen una excelente oportunidad de vivir la selva en primera persona si se alojan en el recién inaugurado Selvaje Lodge Iguazú, un hotel boutique de 12 habitaciones que acaba de abrir en el medio de la selva de Yriapú, muy cerca de las Cataratas del Iguazú. El hotel del grupo Tandem Hoteles tiene una sola planta y se mimetiza con el ambiente a través de sus materiales, piedras y maderas recicladas. El Selvaje Lodge provoca los sentidos sobre todo con la gastronomía que ofrece el restaurante Green Mandioca con especialidades autóctonas y huerta propia.



TRANSPORTE

EN BUS POR EUROPA

Los viajeros de bolsillos flacos tienen que anotar este dato. FlixBus es un sistema de buses que recorre casi toda Europa por tarifas que comienzan en menos de € 10. Por día recorren 300.000 rutas en más de 1700 ciudades de 27 países. Los bajos costos van de la mano de viajes más largos, que también pueden ser una aventura si estamos abiertos a conversar con pasajeros vecinos. Se puede llevar dos valijas, una de mano (máx. 7Kg.) y otra en bodega (máx. 20 kg). También es posible transportar bicicletas, sillas de ruedas y carritos de bebés, solo hay que avisar con 2 días de anticipación. Equipaje extra se cobra aparte, por valija €2; y bultos de gran tamaño hasta €9. www.flixbus.com



SALTA TREN A LAS NUBES TEMÁTICO

El Tren a las Nubes siempre se renueva, en esta temporada 2018 propone salidas temáticas, como la de este 4 de octubre con "Folklore de altura", el conocido cantante Polo Román y Salta Trío harán una actuación en la Estación San Antonio de los Cobres y una intervención en el Viaducto La Polvorilla, el punto más emblemático del viaje, el famoso puente curvado ubicado a una altura de 4200 msnm. La innovadora propuesta parte en bus desde Salta hasta San Antonio de los Cobres, donde se aborda el tren que recorre hasta el viaducto con un viaje de una hora. Durante el mes de octubre tendrá 13 salidas, los días martes, jueves y sábados. En noviembre, 10 salidas, incluyendo una en día domingo y también todos los sábados de diciembre. www.trenalasnubes.com.ar

JAMAICA

POSTALES DE UN EDÉN

POR SANDRA KAN

Quien dice Caribe, dice Jamaica, la tercera isla más grande de la región. no sólo bella por naturaleza sino plena de historias. desde los piratas y bucaneros hasta James Bond, el mítico 007, que ya lleva una decena de películas atesoradas por Hollywood como un caballito de batalla para facturar millones de dólares.



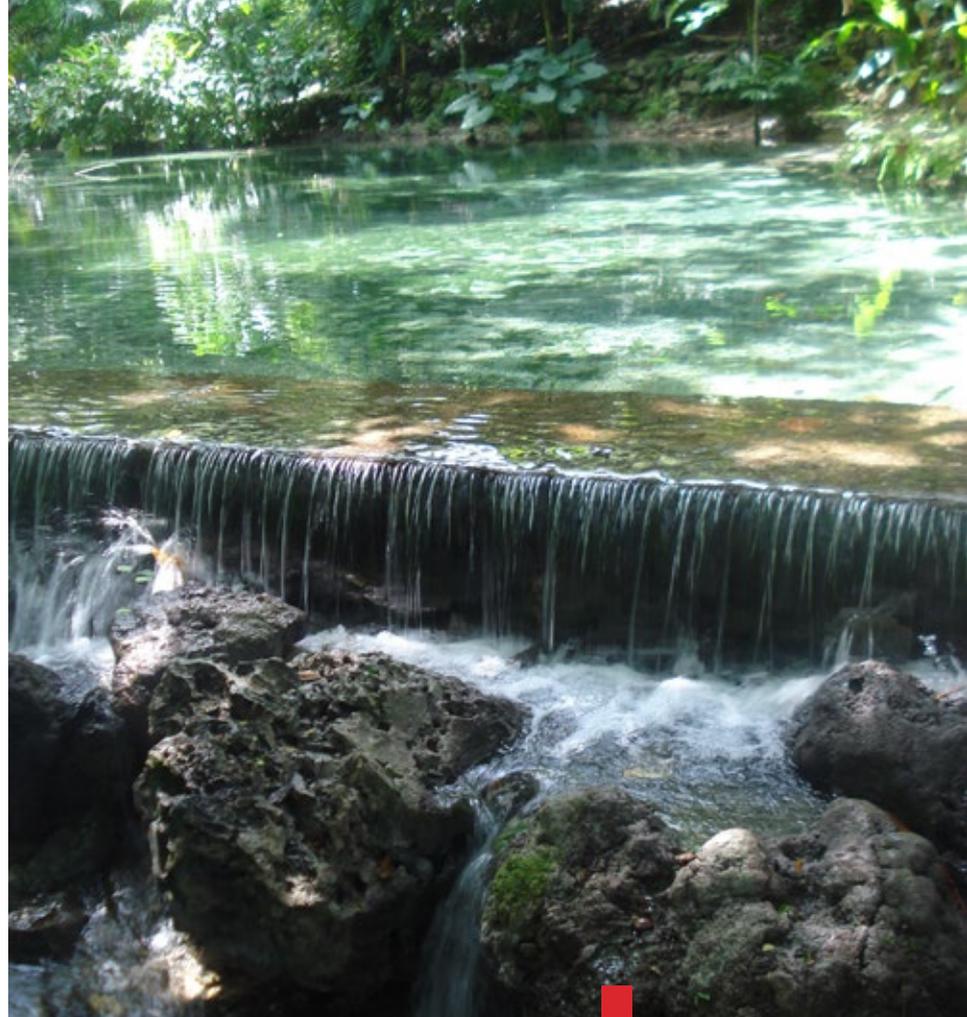
El mar es claro y siempre azul y la temperatura se mantiene a lo largo del año, siendo sus atardeceres rojos famosos y únicos, sobre todo para los recién casados. Jamaica ha sido elegida en múltiples ocasiones como uno de los destinos más elegidos para Luna de Miel en todo el mundo. Mezcla de razas y religiones, sede del rastafarismo y el reggae cuyo máximo exponente es Bob Marley, Jamaica ofrece playas extensas y blancas, además de una cordillera donde se cultiva uno de los mejores cafés del mundo, las Blue Mountains, con sus cascadas y áreas tropicales por donde realizar paseos, safaris y excursiones.

El turismo nació en el siglo XIX para quedarse y transformar la isla en el siglo siguiente, donde las cadenas hoteleras comenzaron a crecer y desarrollar un concepto que se haría reconocido a nivel mundial como es el sistema all inclusive, o sea tarifa con todo incluido.

No importa la fecha de llegada siempre se disfrutará de mucho sol. Los meses más calientes son julio y agosto y el mes más fresco es febrero. Los meses turísticos más activos de temporada alta son entre el 15 de diciembre y el 15 de abril. Durante esta época las tarifas suben notablemente y las más altas se pagan durante las semanas de Navidad y del Año Nuevo. Puede resultar difícil conseguir habitaciones durante la alta, así que lo más recomendable es organizar el viaje con anticipación.

MOBAY, MECA DE TURISMO

Montego Bay, más que un lugar turístico, es una ciudad con historia propia que Cristóbal Colón visitó en mayo de 1494 y designó con el nombre « El Golfo de Buen Tiempo » o « La Bahía de Montego del buen tiempo ». En 1510 los españoles comenzaron a instalarse allí desde donde exportaban cerdos, lo que le valió el nombre « Bahía De Mantega », un nombre derivado de la palabra española para la manteca de cerdo que era uno de los productos principales que se comercializaron en la zona. En 1655 los Británicos ocuparon Jamaica y la parroquia de Saint James fue fundada poco después. La bahía de MoBay se convirtió en la capital de la parroquia y por muchos años era un lugar ideal para el comercio porque estaba exento del pago de impuestos. Rodeado por las plantaciones de la caña de azúcar, el área se convirtió en el hogar de muchos hacendados ingleses ricos para al fin convertirse en uno



de los destinos turísticos de renombre en toda la isla.

NEGRIL, LIBERTAD A FLOR DE PIEL

Negril es más famosa por ser, desde los tempranos '70, refugio de hippies quienes dejaron su impronta en el pueblo y lo transformaron en una meca para aquellos que buscan un Caribe virgen. La desnudez es común en las playas de Bloody Bay. Las parrillas y los clubes tocan la mejor música de la isla, el Reggae. Algunos restaurantes dan sobre los acantilados por lo cual son el lugar preferido para disfrutar de las espectaculares puestas del sol. Aunque Negril no es tan popular como era durante los años 70, en un área conocida como 'The Great Morass' se puede ver algo del país que la mayoría de los visitantes no ve nunca. Los locales descansan bajo el sol de la tarde mientras los vendedores ambulantes venden el camarón pescado con métodos de

PARA SABER

29 grados promedio y un ecosistema digitado por la cordillera Blue Mountains crea un paisaje único de flora y fauna. Hay decenas de jardines para disfrutarlos o podés sumergirte en la montaña y vivirlo en primera persona.



hace más de 400 años. Y los pájaros espectaculares llenan el aire de colores y sonidos exóticos.

Hoy en día, Negril es la preferida de todos, desde swingers hasta familias. La ley asigna que por mandato municipal ningún edificio puede ser más alto que un árbol de palma así que los edificios bajos enmarcan la costa de Bloody Bay (nombrada así desde la época en que los balleneros limpiaban allí el producto de su pesca) hasta los acantilados en su extremo meridional, donde el faro de Negril todavía señala las rocas a los barcos. La villa tiene la fama de sus 11 kilómetros de playa sobre la cual se encuentra la mayoría de hoteles, casas y restaurantes pequeños. También las chozas de decenas de artesanos.

OCHO RÍOS, LA ELEGANTE

Ubicada en el centro de la isla pero siempre sobre la costa,

su atracción más reconocida es Dunn's River Falls, una catarata de 800 m de alto por la cual miles de turistas escalan cada año aprovechando su forma dividida en una serie de cascadas que conectan las montañas al mar. Tomados de las manos y guiados por un experto local, chicos y grandes suben por dentro del agua disfrutando de un bellissimo y fresco paisaje. Al oeste de Ocho Ríos en el pueblo de Oracabessa, los fanáticos de 007 pueden visitar la playa de James Bond, ubicada donde aún se encuentra la antigua casa de Ian Fleming, el creador del mítico personaje. La casa-hotel, « Goldeneye », está sobre una playa donde se realizan muchas actividades como un paseo en helicóptero, una cabalgata, navegación a vela, y demás.

El pueblo de Ocho Ríos, también conocido por el nombre Ochi, se acuesta sobre la carretera de la costa o el A3, que atraviesa el pueblo y se enmarca en acantilados

PLAYAS

Hay playas de 7 millas más pequeñas con ensenada, escondidas entre los bosques de palmeras y vírgenes. Siempre el mar es turquesa.



Hay artesanos por doquier. La mayoría de las piezas que se venden en el Caribe se fabrican en Jamaica. No olvides comprar café.

rocosos. Entre las colinas y el mar hay apenas espacio para un camino y una porción angosta de playa lo que hace del viaje un paseo perfecto. En la calle principal hay muchas tiendas y un mercado de artesanía repleto de gente durante todo el día. El camino principal continúa al este hacia donde se ubican la mayoría de los hoteles grandes. Al sur están las colinas donde visitar los jardines de Shaw Park y el jardín y museo del Río de Coyaba, así como el hotel Enchanted Garden, el camino de Milford hasta Fern Gully, una de las áreas más populares de la isla, llena de helechos y plantas.

Al oeste Runaway Bay (La bahía del fugitivo), es uno de los destinos turísticos más pequeños, entre Montego Bay y Ocho Ríos. El área es realmente una colección de hoteles y a menudo los huéspedes de estos hoteles pueden hacer excursiones de un día hacia cualquier ciudad.

PORT ANTONIO, LA LAGUNA AZUL

Port Antonio fue conocido hace muchos años por las glamorosas fiestas que organizaba su residente más famoso, Errol Flynn. El actor bullicioso tenía una casa en la isla marina de Navy Island, cerca de la costa de Port Antonio,

donde invitaba a muchas celebridades entre las que se encontraban Rudyard Kipling, Randolph Hearst, J.P. Morgan, Jr. entre otros. En los años 50 Errol Flynn inició una de las actividades turísticas principales de Jamaica, el transporte en balsa a lo largo del Río Grande.

Flynn no era la única celebridad en Port Antonio. La poeta Ella Wheeler Wilcox llamó a este pueblo el lugar más exquisito en la tierra. Robin Moore escribió ahí la novela «The French Connection». Muchas otras celebridades frecuentan este pueblo y Port Antonio ha aparecido en varias películas. Uno de los sitios más filmados es Blue Lagoon o la laguna azul, escenario de la película de Brooke Shields, atractiva por su tonalidad azul y misteriosa por casi 54 metros de profundidad. Cerca de allí está Boston Beach, donde se puede comer pollo o cerdo Jerked - cocinado lentamente en agujeros dentro de la tierra.

Port Antonio se perfila como uno de los lugares que más desarrollo tendrá en los próximos años, en especial por sus paisajes verdes y sus aguas extensas, pero también por la inversión hotelera que se está generando en los últimos tiempos.



Hay un programa "Conozca a su gente" por el cual podés compartir la vida con anfitriones locales.

MANDEVILLE Y LA COSTA DEL SUR

Mandeville es uno de los tesoros ocultos de Jamaica, una comunidad en las montañas a 600 metros sobre el nivel del mar, donde días y noches son más frescos que en las comunidades costeras. En principio, la región atraía a los colonos ingleses, quienes fundaron un pueblo en 1816. Pronto, establecieron una comunidad estilo inglés donde se abrieron hoteles pequeños que se establecieron para servir a los expatriados y los viajeros que llegaron a hacer negocios con la industria de la bauxita. Pero en los años 50, las playas hermosas y las áreas costeras le ganaron al turismo en Mandeville cuya comunidad hoy esta conformada sobre todo por jubilados ricos que construyeron allí sus hermosas villas. Mandeville es hoy un contraste fuerte con los otros pueblos jamaicanos, más abierto, más limpio, pleno de raíces jamaicanas.

En este ambiente casi desprovisto de turistas, los viajeros de aventura pueden tener contacto con los residentes locales, pasear alrededor del pueblo, cenar en uno de los restaurantes pequeños, y hasta ser invitados a una fiesta privada.



KINGSTON, MECA DE LOS FANS

Sobre la costa del sur, la capital jamaicana es meca de viajeros de negocios e interesados en la cultura y la historia. Fundada en 1692, la ciudad se construye a lo largo del puerto, estirándose desde las montañas azules en el este a los límites de Spanish Town (el pueblo español) en el oeste. El centro comercial se encuentra sobre la línea de la costa. Es el lugar de las mercancías, el comercio, la gente circulando a ritmo por las calles junto con cabras y animales domésticos. No se trata de pasear bajo el sol sino de descubrir la vida en una urbe que alguna vez fue centro de piratas, bucaneros y filibusteros quienes dejaron su impronta de la misma manera que el comercio de esclavos, que dejó gran cantidad de población negra de ascendencia africana, la que también importó sus creencias y costumbres que conformaron las del propio país.

Más allá del aeropuerto está la aldea de la pescadores llamada Port Royal, alguna vez una de las ciudades más grandes del Caribe. Fue llamada « la ciudad más malvada de la cristiandad. » Port Royal era un lugar popu-

lar donde se escondían los piratas a quienes sólo pudo expulsar, el 7 de junio de 1692, un terremoto violento que sacudió la región e hizo hundir parte de Port Royal en el mar. Los arqueólogos han recuperado artefactos de aquella época escandalosa y hoy en día los visitantes pueden comprar reproducciones de las placas y tazas de estaño que se usaban, sobre todo en la conocida tienda Things Jamaican Limited. Ahora Port Royal es sólo una aldea pequeña de pesca, para imaginar un pasado indudablemente pasional y violento, donde sobrevivía, sin dudas, el más fuerte.

Jamaica es una isla para descubrir y disfrutar como ninguna otra del Caribe. Es para un viajero maduro que busca algo más que sol y playa o tragos interminables. Vale la pena decidirse a recorrerla con tranquilidad y curiosidad, aprendiendo cómo se desarrollaron aquellos años de conquistas sucesivas de los europeos sobre territorio americano. Y aprendiendo cómo la llegada de Colón cambió para siempre una historia del mundo que fundó lo que hoy todos llaman las bases de la globalización. ■



Dónde dormir

Para sugerencias de alojamiento ingresá en nuestra web www.50sontour.com.ar

Qué hacer

Visitar Dunns River Fall el parque Nacional con una catarata que se puee escalar por dentro del agua Mystic Mountain con su telesilla y su propuesta de bobsled o carritos que bajan la montaña de 1200 metros.

Rick's Café en Negril, donde escuchar bandas en vivo y mirar las hermosas puestas de sol.

Qué comprar

Piezas artesanales de madera Licores perfumes y joyería libres de impuestos Remeras y souvenirs y sobre todo, Café que es uno de los mejores del mundo

No olvidar

Para ingresar en Jamaica exigen la vacuna de la fiebre amarilla

www.visitjamaica.com/es

EN PRIMERA PERSONA

NO PROBLEM

Cuando decidí el viaje, partí con poco entusiasmo y no pocos prejuicios. Desde el primer día mi idea cambió al punto de que sólo pienso en regresar.

Las historias de piratas, filibusteros y corsarios forman parte de nuestra vida. Pasa un tiempo desde la niñez y aprendemos que cada sustantivo tiene un significado diferente. Nos hacemos grandes y la vida nos enseña que los piratas modernos nada tienen del romanticismo de aquellos que abundaban en la época de la colonia, cuando dominaban las aguas del Caribe y se enriquecían a costa de los buques españoles que llevaban a bordo las riquezas sustraídas de América.

Sin embargo, la imagen de Johnny Deep parado en la proa de un barco semiderruido con esos ojos profundos y esa pasión contenida encarando hacia Port Royal fue definitoria para, habiendo viajado tanto por el Caribe, decidirme a que era hora de llegar a Jamaica por primera vez. La ilusión de fantasías que despertó el film Piratas del Caribe se cumplió cuando empecé a transitar desde el aeropuerto de Montego Bay hasta Ocho Ríos.

La "Tierra de los manantiales", como la llamaban sus originales indios arawak ("Xaymaca") luce un desparpajo natural tan intenso como el color turquesa de las aguas que la rodean por doquier. El marco se completa con unos 200 ríos y cascadas de agua dulce, caminos interiores dominados por la selva y extensos terrenos de tierra plana y semiárida que, a pesar de todo, permiten la agricultura.

Las playas son indescriptibles invitaciones al placer del sol y la arena. Cambian su fisonomía de acuerdo a los caprichos climáticos y comparten el cuadro con la verde cordillera que cruza la isla con diferentes altitudes. Los turistas somos obvios en Jamaica, una isla profundamente africana donde sufrieron el yugo casi dos millones de negros que fueron carne de cañón de la esclavitud. Los europeos, que la tenían

como punto de reaprovisionamiento, de escondite, de distribución en la época de la colonia, se fueron en masa tras hacer desaparecer a la mayoría de los nativos y ellos quedaron con sus costumbres, su música y su cultura.

Pero luego de muchos años la isla pasó a formar parte del Commonwealth y los grandes cambios comenzaron a gestarse de una manera diferente



al resto del mundo. Aparecieron los rastafaris, la música ska que terminaría dando a luz a uno de los grandes de la música: Bob Marley, estrella del reggae. Después llegaron James Bond y las historias de 007, los famosos con sus grandes mansiones y los turistas, inundando los rincones.

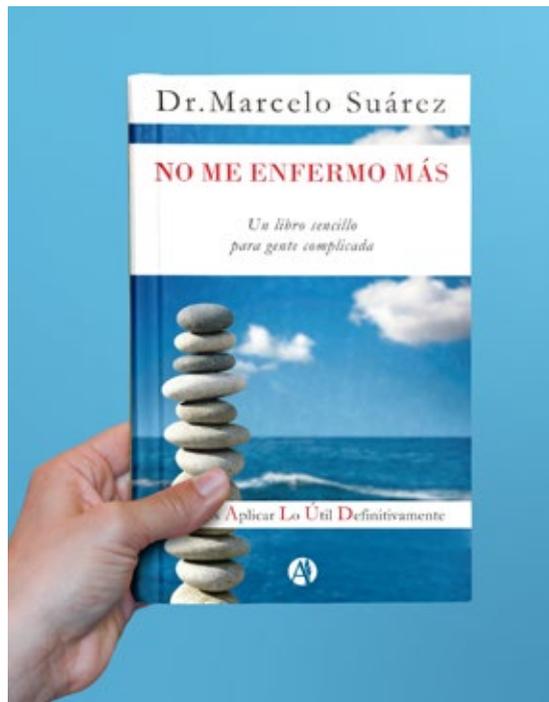
Jamaica aparece como una tierra de libertad y no límites. Elegida como el mejor destino de luna de miel del mundo tiene, sin dudas un magnetismo especial con olor a especias y ron. Pero también es la isla de los atardeceres increíbles, del romance, el reggae forma parte del entorno permanentemente y los rastas son un misterio a develar con cautela y curiosidad de viajero.

Recalé en Ocho Ríos, donde acepté el precepto de que la ciudad es el jardín de Jamaica. Su área más hermosa son las Cataratas del Dunn's River, una serie de caídas que se conectan en cascada desde las montañas al mar. Al oeste de Ocho Ríos en la ciudad de Oracabessa, visité durante todo el día la famosa playa de James Bond, donde se filmaron varias de sus películas. Turtle Beach es el imán para

los deportes acuáticos, la actividad náutica y las excursiones que llevan a visitar, entre otras, la Isla de las Iguanas. La playa no es muy ancha pero sí larga y hay que rogar que no haya tormenta porque se llena de algas y el mar cambia de turquesa a verde.

Alquilé un auto y no sin poca dificultad, por conducir por la derecha, llegué hasta varios lugares considerados clásicos de tour, desde ranchos donde se enseña a jugar polo hasta campos de golf, plantaciones de siglos pasados y cuevas subterráneas. En las ciudades se puede comprar de todo, pero lo más atractivo es hacerse de alguna de las artesanías típicas en madera que fabrican los lugareños.

Por supuesto un viaje de cinco días no fue suficiente para verlo todo con lo cual y desde esa primera vez regresé 13 veces más. Jamaica se me quedó adentro con sus misterios. No es una simple isla del Caribe sino parte de la historia de la conquista, mucho más protagonista que una lengua de arena y agua. Siempre en movimiento. Jamaica es el color negro que encarna su gente, es rojo sangre, verde vegetal y amarilla por el sol. Y su bandera es símbolo de identidad en un contexto donde muchas islas son apenas un anuncio de publicidad que encarna el sueño de las vacaciones perfectas.

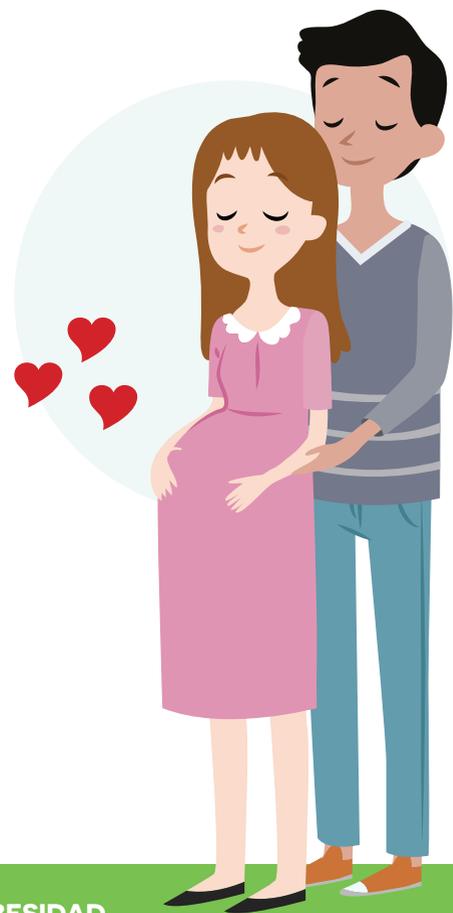


LIBROS

¿LA FÓRMULA DE LA SALUD?

El Dr. Marcelo Suárez experto en Medicina Interna tiene la receta y la presenta en su libro "No me enfermo más", donde asegura que esto es posible gracias a su Método Saludable. Una combinación de buena alimentación con otros factores como la respiración, la actividad física y el bienestar emocional. Equilibrando cada una de estas partes el Dr. Suárez asegura que es muy difícil enfermarse, ya que se trabaja directamente sobre la prevención de enfermedades. "El Método está pensado para ayudar al organismo a hacer un vuelco definitivo y mejorar la salud en los aspectos físico, psíquico, social y espiritual". Como adelanto les contamos seis conductas saludables para adoptar:

- 1) Alimentación Adecuada
- 2) Hidratación
- 3) Ejercicio
- 4) Descanso
- 5) Pensamientos positivos
- 6) Respiración consciente.



OBESIDAD

MÁS FLACO MENOS PROBLEMAS

El exceso de peso no es solo una cuestión estética, también es un problema para las parejas que desean concebir; ya que el sobrepeso perjudica la capacidad reproductiva en cualquiera de los miembros de una pareja, además en la madre aumenta el riesgo durante la gestación y puede provocar problemas de salud en el bebé. Estudios médicos informan que una parturienta con sobrepeso puede extender el parto hasta 80 minutos más de lo normal. Sólo un dato para tener en cuenta a PronoKal Group, una compañía española con presencia en 15 países que se especializa en el desarrollo e implementación de tratamientos médicos para la pérdida de peso con un staff de especialistas y toda la seriedad que el asunto requiere.



ESTÉTICA

ACARICIAME POR SIEMPRE

El avance de la ciencia ha permitido que el rejuvenecimiento de la piel sea posible gracias a la criopreservación de células. Este nuevo tratamiento llamado Genetics presentado por Bioesthetics Beauty Center está basado en la medicina regenerativa a través de la toma de células madres (Fibroblastos) que se sustraen de la dermis del paciente, se tratan y se vuelven a colocar sobre aquellos sectores dañados en la piel, logrando así recuperar el brillo natural, minimizar arrugas, manchas y la flacidez característica de la edad. Además la muestra de células es guardada para futuras aplicaciones. El sueño de detener el paso del tiempo es posible sin tener que recurrir al bisturí.

ALTERNATIVA

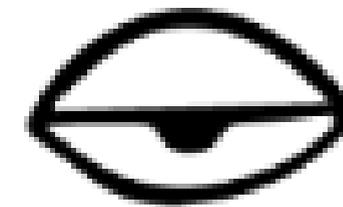
NUEVO ENDULZANTE NATURAL

Los amantes de los dulces que no se conforman con el sabor del edulcorante tienen una nueva opción: XiliNat, un producto creado recientemente en México y aprobado por la FDA (USA). Tiene la misma consistencia del azúcar, es bajo en calorías, regula los niveles de azúcar en sangre y protege de las caries. Además es ideal para repostería. Este hallazgo mágico es extraído del Xilitol, un compuesto que tienen varios alimentos (cáscaras de frutas, algunos árboles, etc.), pero en el caso del XiliNat lo extraen de los residuos de los marlos (desecho de maíz). Esperemos pronto se distribuya por todo el mundo. Por ahora se realizan ventas en México por FBK: XiliNat

MEDICINA

PARA VERTE MEJOR

Nuestro cuerpo es una máquina perfecta que se desgasta con el paso del tiempo. Por eso entre los 40 y los 50 años la mayoría de nosotros comienza a sufrir de presbicia, que conlleva el fastidioso uso de anteojos. El tratamiento quirúrgico es sólo una de las posibilidades para corregir la visión. "Existen diferentes soluciones según cada paciente", cuenta el Dr. Robert Kaufer desde su reconocida clínica de Martínez. Lo que sí es interesante es la neuroadaptación natural que puede hacer cada paciente con su cerebro, para volver a educar el ojo y recuperar la visión, ya sea presbicia, miopía, astigmatismo, hipermetropía o cataratas. "Cada paciente es un caso distinto, por eso son fundamentales los estudios previos para un correcto diagnóstico y el tratamiento adecuado", aclara Kaufer.



1. konbini son tiendas abiertas 24/7 en las que podemos encontrar de todo, desde comida, revistas, cosméticos, ropa interior, hasta servicios de correo, fotocopias, cajero automático, pago de recibos, etc.

2. La red ferroviaria japonesa es de las mejores del mundo por su puntualidad extrema, eficiencia y seguridad. Si llegan aunque sea segundos tarde, te piden disculpas por los altoparlantes por los problemas que te pueda ocasionar.



DE MODA

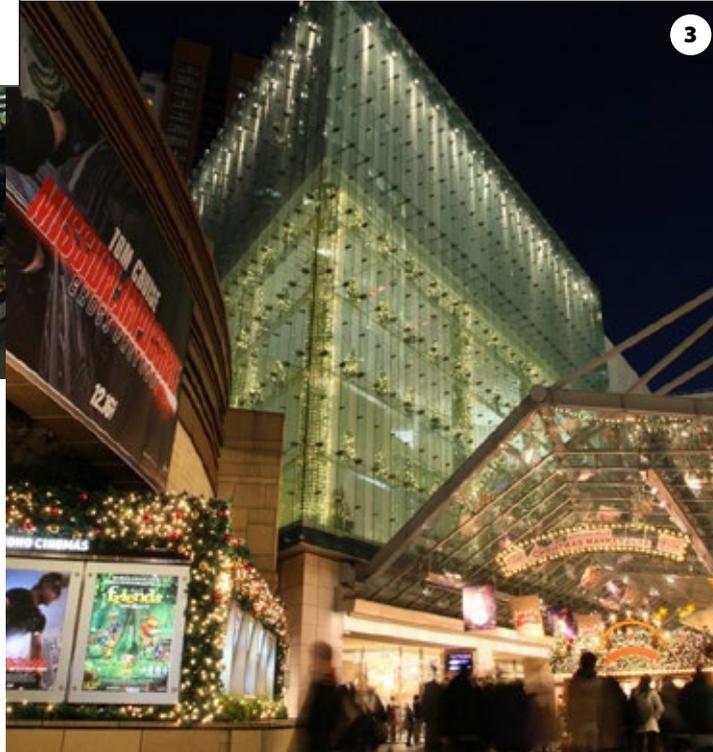
ESCENAS DE

TOKIO



6. La Torre de Tokio mide 332,6 metros de altura, 8,6 más que la Torre Eiffel. Se creó como antena de transmisión, tiene dos observatorios y es retratada constantemente en la cultura popular nipona (anime, manga, novelas, postales, etc)

8. Templo budista Sensoji, el más antiguo de Tokio, fundado en el año 645. Casi totalmente destruido en la Segunda Guerra Mundial, su reconstrucción es símbolo de paz y renacimiento del pueblo nipón.



3



3. Roppongi Hills es una mini-ciudad dentro de Tokyo donde se concentra gran cantidad de centros comerciales, oficinas, departamentos de lujo, cafés, restaurantes, cines y todo lo relacionado con el entretenimiento.

4. Calle Nakamise, en Asakusa, una de las calles comerciales más antiguas de Japón, que lleva desde Kaminarimon (la puerta de entrada a Sensoji) hasta el templo.

5. Puente Nijubashi, en el Palacio Imperial, es privado e inaccesible para turistas, salvo en dos días especiales: Año Nuevo y el cumpleaños del emperador.

7. La calle Takeshita, en Harajuku, el barrio más fashion de Tokio, donde se reúnen los personajes más pintorescos y la cultura juvenil más extravagante.

9. Ginza, la Quinta Avenida versión japonesa. Caracterizada por sus letreros luminosos y las boutiques más elitistas de la ciudad.



Quien decide viajar a Japón puede investigar, leer, preguntar, consultar. Pero nunca estará realmente preparado para lo que encontrará. Japón es ciertamente un país que supera con creces la capacidad de asombro de cualquiera, incluso de los más fanáticos. Sin embargo en su vorágine hay armonía. Hay presente, pasado y futuro amalgamados en un escenario que es a la vez un bálsamo y una montaña rusa.

El aeropuerto de Tokio no es muy diferente a los demás. Al bajar en la estación, me esperaba una amiga que me llevó a comprar a un konbini (supermercado de conveniencia). Compramos comida para la noche y tuve que elegir entre varios obentō (viandas) de sushi y otros platos típicos, paquetes de ramen, arroz, algas, fideos, tōfu y de todo para hacer tortillas. Las largas horas de vuelo vía San Pablo y Londres se hicieron sentir y pudieron más que el entusiasmo así que me fui temprano a descansar y prepararme para verlo todo.

DIA 2

A la mañana siguiente, portando el Japan Rail Pass tramitado desde Buenos Aires para evitarme complicaciones con ese inglés incomprensible que hablan los japoneses, decidí ir primero a Akihabara, donde se compra y vende todo lo electrónico. Caminé un poco por sus calles y entre cajas de transistores y electrónica usada pasé por las más increíbles tiendas de manga y animé del mundo y comí algo, no sin intentar espiar la mayor cantidad de cafés temáticos que pudiera visitar dentro de los edificios interminables de locales. Me llamaron la atención un maid café donde las meseras se visten como mucamas victorianas, un neko café donde te sentás a jugar con gatitos y un kigurumi café, donde los mozos hacen cosplay (Costume Play) y utilizan las máscaras de sus personajes favoritos.

Ese día descubrí que cada una de las Prefecturas de Tokio, en total 47, tiene su propia mascota. Lo Kawaii (tierno) es cultural en Japón y se apela a caritas felices y muñequitos para vender cualquier cosa. Volví al Yamamoto para viajar hasta el famoso cruce de las esquinas de Shibuya, un Shopping District que parecía centralizar a gran parte de las 12 millones de personas que viven en Tokio. Comencé por visitar al Parque Yoyogi y, en Harajuku, llegué a la calle Takeshita luego de pasar por la puerta de Omotesandō Hills (un super shopping que me sentí incapaz de recorrer en su totalidad). A las siete de la tarde, todo el mundo estaba cenando. Terminé el día arrastrando una gran bolsa con souvenirs, porque es imposible caminar por Tokio sin comprar algo. Todo parece estéticamente diferente. Me senté a cenar en un restaurante de Roppongi Hills llamado Pintokona donde cada plato tenía un chip que medía, cada 30 minutos, la frescura del gran buffet de la cinta giratoria donde elegir entre sushi y pescado.

Fue mi primera noche de hotel y realmente fue lujo. No hay como llegar al límite del cansancio durante un

Las postales de la ciudad son fotografiadas una y otra vez. Miles de personas caminan por todos lados pero sin perder su oriental calma y buen trato.



● TERMAS A LA JAPONESA

Semejante a una esponja gigante e impregnada de agua ardiendo, Japón es un verdadero paraíso termal. Existen cerca de 1800 fuentes de aguas calientes donde poco a poco se han ido instalando los denominados onsen, que se desarrollaron a lo largo de los veinte siglos pasados durante los cuales los japoneses han ido adquiriendo la costumbre de deleitarse con un buen momento de relax en el agua. Hay onsen de interior y de exterior y los hay naturales y artificiales. Son muy populares y una actividad muy económica en todo el país, por lo general siempre cerca de un ryokan, los típicos hoteles, ya sea en las ciudades o en las montañas, la ubicación preferida. El agua de los baños termales naturales es de origen volcánico y tiene una temperatura promedio de 40 grados. El espacio es mixto pero tiene una separación para hombres y mujeres y lo usual es tomarlos totalmente desnudos. La antigua religión autóctona del Japón, el shintoísmo, tiene una práctica ceremonial llena de rituales entre ellos el baño, que para los japoneses no es sólo cuestión de higiene sino una purificación del cuerpo y el espíritu.



día de exploración y llegar al bálsamo de un buen lugar, donde la aventura se transforma en sofisticación.

DIA 3

Para el tercer día ya había aprendido mis primeras lecciones. En Tokio hay que evitar las horas pico para subirse al loop del tren Yamanote, en cuyo interior está prohibido hablar por celular para no molestar a los demás. Son 12 millones de personas distribuyéndose bajo el abrazo eterno de las nieves del monte Fuji. No era muy temprano cuando partí a visitar el Palacio Imperial, con sus puertas estupendas y antiguas torres que se elevan por sobre el horizonte del puente Nijubashi, que lleva luego de varios minutos de caminata al Jardín Este. El corazón de Asia seduce porque cada día es un descubrimiento y uno puede decidir cuál es el Japón que quiere conocer. El recorrido por la historia y la cultura es sin dudas el más esperado. Desde Marco Polo en el S. XIII, Japón ha sido una meca de viajeros inquietos que llegan a admirar sus bellos templos y santuarios, los paisajes perfectos de la naturaleza y sus jardines así como muchos museos únicos en su tipo. Además de la explosión contemporánea, uno llega buscando el genio de Mishima y Kurosawa, un Murakami más reconocido

en occidente que en Japón, la creatividad de Ghibli y los poemas de Akiko. Pero también espera encontrar la maravilla del amor por Buda, comprensible en cada templo, en cada figura del sabio que llegó a Japón desde China y Corea para quedarse hasta hoy.

Pasé los siguientes días caminando mucho y aprovechando el servicio público de transporte super organizado, aunque el taxi me salvó en varias oportunidades del absoluto cansancio. Llegué a la Tokio Tower, recorrí Ginza, el barrio comercial, volví a Omotesando Hills varias veces para el shopping y hasta caminé por el barrio rojo Kabukichō (el distrito sexual) sólo por curiosidad.

Quedó tanto por ver en las calles, los teatros, los parques, los barrios. La modernidad absoluta y la locura del diseño en cada esquina. Unas personas que deleitan entre la leyenda del kimono y la creatividad de los más jóvenes. La poesía de su cultura y su religión. La vorágine de las calles, las luminarias y el estímulo visual y auditivo congenian a la perfección con la absoluta tranquilidad de lo organizado y silencioso del espíritu japonés. Imposible determinar cuánto tiempo es necesario para conocer la ciudad en su dimensión. Todo invita a volver y volver. ■



El río con cerezos es Nakameguro, barrio súper hipster de Tokio y hogar de unos 800 árboles de cerezo que lo hacen uno de los mejores lugares para disfrutar del hanami (contemplación de la floración del cerezo).

PIEZAS DE ARTE Y DEVOCIÓN EN TOKIO

PALACIO IMPERIAL, llamado Edo JO (Castillo Edo) o Chiyodajo antes de la restauración Meiji, fue originalmente construido a mediados del siglo 15. Se convirtió en Palacio Imperial en 1869 cuando el Emperador Meiji mudó su capital de Kyoto a Tokyo. No hay que perderse sus increíbles jardines circundantes.

TEMPLO ASAKUSA KANNON, dedicado al dios Budista de la caridad, Kannon.

JARDINES EXTERIORES DEL SANTUARIO MEIJI, dedicados al último Emperador Meiji, el santuario y sus alrededores son como una foresta, relajada y tranquila.

EDIFICIO NACIONAL DE LA DIETA, en lo alto de una colina se completó su construcción en 1936 usando solamente materiales japoneses, incluyendo el interior de mármol y la estructura exterior de granito.

TORRE DE TOKIO, el mejor lugar para tener una idea del tamaño de Tokio. Hay dos plataformas de observación, una de 150 mts de altura y otra de 250 mts. En un día claro se puede ver hasta el horizonte y el Monte Fuji al suroeste.

GINZA (moneda de plata), es sinónimo de lo mejor en todo, negocios, shoppings, cines, entretenimiento y restaurants.



PARA SABER

Aprender a utilizar los botones de un inodoro es un trabajo de inteligencia. Traen videt con distintas intensidades de agua, secador, música relajante, masajeadores y perfume.

Si conoces a alguien y quieres intimar, hay que tener en cuenta que las mujeres nunca pueden tomar la iniciativa y es imprescindible ducharse antes de tener relaciones. Si no, ningún japonés te va a tocar. En los trenes no se puede hablar para no molestar al resto de los viajeros. Las puertas de los taxis se abren y cierran solas pero tratá de evitarlos porque son carísimos.



PAQUETE

El Japón de los cerezos

Osaka, Kyoto, Nara, Yokohama, Tokyo, Toba, Himeji, Kochi, Busan, Yokkaichi, Tokyo,

15 días u\$ 5915 + impuestos. Volando vía San Francisco, USA incluyendo transfer, alojamiento, excursiones y crucero.

Morisan Viajes

ahora todos pueden volar

Jujuy
Salta
Tucumán
Río Hondo
Mendoza
Córdoba

Iguazú

Buenos Aires

AEP

Destinos de Verano
Punta del Este
Mar del Plata

Bariloche
Puerto Madryn

Comodoro Rivadavia

La mejor tarifa siempre.

call center
0810 777 2633

andesonline.com

andes
líneas aéreas

BAJO COSTO

New York

para bolsillos flacos

POR **GUILLE GÓMEZ ROMERO**
@guillegomezromero

Un viaje a New York con presupuesto reducido pero sin dejar de sacarle el jugo a la Gran Manzana. Algunos tips sencillos y aplicables para que tu estadía en la capital del mundo sea un éxito. Ideas para gastar menos y disfrutar al máximo.

Si hay algo difícil es vivir barato en New York. El cimbronazo al llegar es impactante. Los primeros días es inevitable hacer la conversión de dólar a pesos. Pero juro que eso se pasa al tercer día, porque una vez que estás allá, con el Empire Building de frente o caminando por la Quinta Avenida, no vale la pena hacerte la cabeza de lo caro que está todo. Aquí algunos tips para que tu viaje a New York no sea un calvario.

Antes que poner un pie en la Gran Manzana hay que elegir la mejor época para ir. Ideal son los meses intermedios, mayo y junio, o septiembre, octubre. Esos meses que no hace ni demasiado calor ni demasiado frío, ideal para que el clima te permita hacer un picnic en el Central Park o en los bancos de las plazas mirando al Río Hudson o a la Estatua de la Libertad. De esta forma comprar en un súper, en un Deli o en los food trucks que hay en cada esquina, es siempre más barato que sentarte a comer en un restaurante. En New York lo caro es el servicio de mesa (casi un lujo) por lo cual los restaurantes de auto servicio, o comer en la barra son una buena opción.

A la hora de decidir por alojamiento es conveniente conseguir alguna habitación con kitchenette. Así el desayuno y la cena están asegurados en el hotel y sólo queda el almuerzo para hacer afuera y algún cafecito o picoteo a media tarde. El día de llegada, cuando uno está sin pilas por el cansancio del viaje, lo mejor es recorrer los alrededores del hotel para descubrir los lugares más convenientes del barrio, algunos supermercados tienen ofertas diarias por un dólar y un buen programa es pasar cuando termina el día y armar el menú con los productos en oferta. Hablando de alimentos, los seguidores de Baco eviten los liquors stores, porque tienen precios elevados, en cualquier Walgreens se consiguen vinos y cervezas por muy buen precio.

Todos sabemos que la clave para conocer a fondo NYC es caminar, caminar y caminar. Pero luego de 8



LA PICHINCHA

Abierto las 24 hs. Gray's Papaya es "el" lugar para comer un auténtico hot dog neoyorino. Desde U\$S1.50 a U\$S3.50 el más completo de todos. (Broadway y 72 St.).



Arquitectura de resiliencia es la que surgió en el Distrito Financiero luego del 11S.



Cada zona tiene sus espacios verdes ideales para hacer un picnic o para detenerse un rato a recuperar energías.

MUST DO (FREE O CASI)

> Recorrer el Ground Zero, una experiencia espiritual.

> Ver la Estatua de la Libertad desde el ferry que va a Staten Island (terminal al Oeste de Battery Park), sin gastar un peso! Sentarse sobre el lado derecho del ferry para verla mejor.

> Visitar Brooklin de día, y a la

tardecita volver caminando por el famoso puente para ver la ciudad iluminarse.

> Visitar el American Indian Museum (muy interesante y gratuito!), en el Downtown.

> Entrar a conocer la Fraunces Tavern Museum, una taberna histórica ubicada en el Downtown y acodarse con los locales a tomar una cerveza en la barra.

> Caminar por el High Line para ver cómo se puede reactivar un espacio perdido.

> Hacer un picnic en Washington Square para ver estudiantes de todas partes del mundo.

> Dejarse sorprender por los espectáculos gratuitos en el Central Park.

> Perderser por el Meat Packing

District y visitar el Chelsea Market (evitarlo los fines de semana)

> Visitar el Museo de Victoria's Secret en el 3° piso de la boutique que está en la 5° Avenida.

> Ir cualquier noche a sentarse en las escalinatas de Times Square (Broadway), hay espectáculos de artistas espontáneos y un zoológico de gente interesante para ver.

> Visitar las tiendas Uniqlo, más allá de las camperas tienen ropa a buen precio para toda la familia. (5° Av. y la 53 St; 34 St. y 6° Av. Y en el Soho: Broadway y Prince St.)

> Subir al 6° piso de Bergdorf Goodman en la esquina de la 5° Av y 58 St. Y asomarse por las ventanas para tener una panorámica única del Central Park. Un piso más arriba está el restaurante, si le da el presupuesto, no lo dude.



ó 9 horas se necesita algún medio de transporte para volver al hotel. Conviene comprar en las estaciones de subte la tarjeta Metrocard que cargás con la cantidad de viajes que quieras. Podés sacar 10 ó 20 tickets de metro/bus y luego si es necesario la volvéis a cargar, igual que la Sube. ¡Atención! Los jubilados pagan 50% del boleto, si en el grupo hay algún jubilado le conviene sacar su propia Metrocard para que en el montón de gente, el chofer no cobre demás.

Lo mismo pasa con la entrada a los museos. Es cierto que hay días gratis pero la verdad es que es muy difícil ingresar por la cantidad de gente que quiere hacer lo mismo. Si en el grupo hay estudiantes o jubilados, ellos también tienen descuento (los estudiantes tienen que mostrar carnet). Y ni hablar si alguno es discapacitado (motor, visual, etc.), en este caso la mayoría de los



ALGUNOS PRECIOS

Bus/Metro: U\$S2.50 (tramo)

Almuerzo callejero

(puestos comida): Entre U\$S12 y U\$S15

Comida en restaurante:

Desde U\$S20/U\$S25

Trago en terraza de moda: U\$S 15

Entradas Museos: Entre

U\$S18 y U\$S25

Visita Estatua de la

Libertad: U\$S18

museos permiten el ingreso gratuito del discapacitado y el acompañante paga el 50%.

En cuanto a las compras es mentira que NYC es imposible. Podes dedicarle un día a los outlets que están a una hora o bien entrar a las marcas conocidas que están en la Quinta Avenida, en el Soho o Chelsea, y dirigirte directamente a los percheros de Sale o Clearance. Lo que sí vale la pena son las tiendas de Uniqlo, que más allá de las camperas tienen ropa a muy buenos precios.

Si tu recorrida por USA sigue por Orlando o Miami, dejá las compras para las otras ciudades, sobre todo Orlando que tiene los mejores outlets de Florida.

¡Good trip! y que la crisis crónica que vivimos los argentinos no sea un impedimento para armar las valijas. ■



Dónde dormir

Dormir en Nueva York es todo un dilema. Para mí lo mejor es entrar a [booking.com](https://www.booking.com) y ver las ofertas para la fecha que tenemos pensado ir. Luego llamo directamente al hotel y veo si mantiene la misma tarifa que el sitio publicó. Siempre es más fácil cancelar en el hotel que a través de un sitio de Internet. Algunos alojamientos que me resultaron piolas:

- **Stewart Hotel:** Ubicado frente al Madison Square Garden, tiene kitchenette en las habitaciones, laundry y maquina con agua y hielo en los pasillos. www.stewarhotelnyc.com
- **Aparts: Apartments Now:** es una empresa con sede en Buenos Aires que alquila departamentos con servicio de apart, en varios barrios de la Gran Manzana. (011) 4824-0686 / www.apartmentsnow.com.ar

SU MAJESTAD, LA PAPA

POR **LILIAN LOGARZO**
@Lilian.logarzo

Nadie imaginó que buscando el "camino de las especias", los españoles encontrarían, a través de Occidente, un continente impensado que les brindaría tal variedad de alimentos desconocidos que se convertirían en esenciales para su alimentación. De ellos, la gran vedette es la papa.

Cultivada por primera vez entre los 8.000 y 5.000 a.C. en el altiplano peruano y el noroeste de Bolivia, sus diferentes tipos constituyeron el principal sustento disponible para estas culturas andinas.

En la actualidad, la papa es el principal cultivo en el Perú, constituyendo un alimento esencial en la zona andina, compitiendo con el trigo y el arroz en la dieta diaria. Son alrededor de 5.000 las variedades de papa que se cultivan en el mundo, y sólo en el Perú se encuentran aproximadamente 3.000!

Si bien se adapta a diferentes condiciones climáticas y de suelo, el mejor rendimiento se obtiene en suelos arenosos y con temperaturas mínimas por debajo de las normales, con máximas de 20 a 25 y mínimas de 8 a 13C. ■

¿QUÉ CONTIENE?

Fritas, al horno, en puré, guisadas, al vapor, con cáscara o sin ella, la papa es un alimento omnipresente en casi todo el mundo.

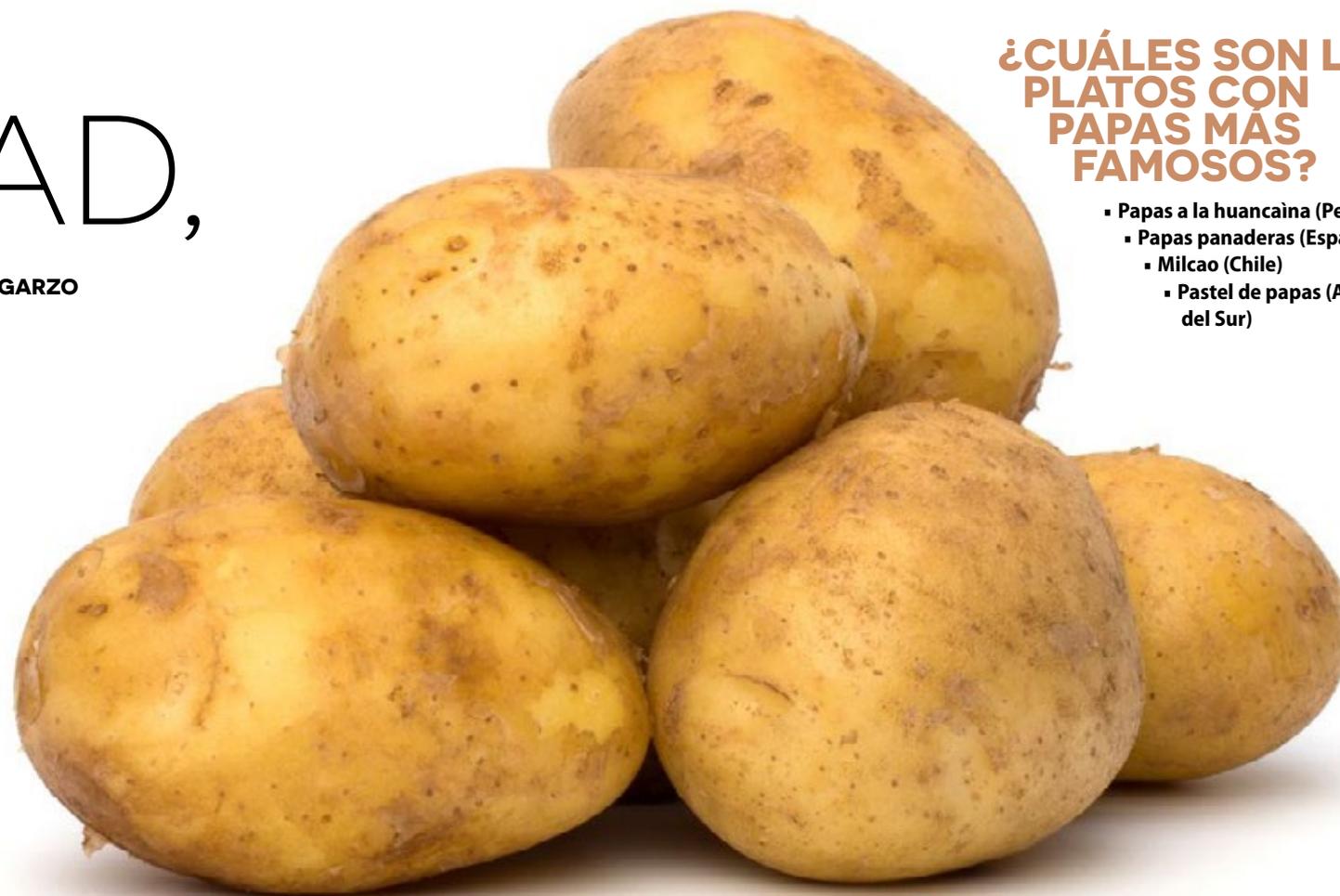
Contienen Vitamina C, B1, B3 y B6 y minerales como fósforo, magnesio y potasio, así como moderada cantidad de hierro. Constituyen una fuente esencial de energía, refuerzan el sistema inmune y aportan antioxidantes, tan importantes tanto para la piel como para reparar nuestros sistemas, retrasando el envejecimiento celular.

Y para terminar con un mito arraigado a fuego en nuestras conciencias, aclaremos que "la papa no

engorda", ya que se ha demostrado científicamente que tal afirmación no es cierta!!!

Cien gramos de papas cocinadas al vapor contienen 80 calorías. Aunque, claro, aclaremos que la papa absorbe gran parte del medio en que se cocina, así que frita o guisada puede hasta triplicar su valor calórico. Vía libre para la papa, pero hervida, asada o al vapor, y con poca sal.

Además, consumidas con cáscara son ricas en fibra, excediendo su valor en cuanto a porcentaje de fibra al que se encuentra en alimentos tales como granos de cereales enteros.



¿CUÁLES SON LOS PLATOS CON PAPAS MÁS FAMOSOS?

- **Papas a la huancaina (Perú)**
- **Papas panaderas (España)**
- **Milcao (Chile)**
- **Pastel de papas (América del Sur)**

CURIOSIDADES

- Luis XVI se paseaba con una flor de papa en la solapa, con el objetivo de popularizar el consumo de este tubérculo.
- En tiempos de Parmentier, se creía que la papa causaba lepra y, por ese motivo, sólo se la daban de comer a los animales y a indigentes.
- En cuanto a la tecnología, se ha logrado confeccionar bolsas ecológicas de plástico a base de almidón de papa.
- El 2008 fue instaurado como el Año Internacional de la Papa, y su objetivo fue crear conciencia de su importancia como alimento básico y convertirla en el "alimento del futuro".
- Fue el primer vegetal cultivado en el espacio.

ODA A LA PAPA

PABLO NERUDA

Papa te llamas papa y no patata, no naciste castellana: eres oscura como nuestra piel, somos americanos, papa, somos indios.

Profunda y suave eres, pulpa pura, purísima rosa blanca enterrada, floreces allá adentro en la tierra, en tu lluviosa tierra originaria, en las islas mojadas de Chile tempestuoso, en Chiloé marino, en medio de la esmeralda que abre su luz verde sobre el austral océano.

Papa, materia dulce, almendra de la tierra, la madre allí no tuvo metal muerto, allí en la oscura suavidad de las islas no dispuso el cobre y sus volcanes sumergidos, ni la crueldad azul del manganeso, sino que con su mano, como en un nido en la humedad más suave, colocó tus redomas, y cuando el trueno de la guerra negra, España inquisidora, negra como águila de sepultura, buscó el oro salvaje en la matriz quemante de la araucanía, sus uñas codiciosas fueron exterminadas, sus capitanes muertos, pero cuando a las piedras de Castilla regresaron los pobres capitanes derrotados levantaron en las manos sangrientas no una copa de oro, sino la papa de Chiloé marino.

Honrada eres como una mano que trabaja en la tierra, familiar eres como una gallina, compacta como un queso que la tierra elabora en sus ubres nutricias, enemiga del hambre, en todas las naciones se enterró su bandera vencedora y pronto allí, en el frío o en la costa quemada, apareció tu flor anónima enunciando la espesa y suave natalidad de tus raíces.

Universal delicia, no esperabas mi canto, porque eres sorda y ciega y enterrada. Apenas si hablas en el infierno del aceite o cantas en las freiduras de los puertos, cerca de las guitarras, silenciosa, harina de la noche subterránea, tesoro interminable de los pueblos.



DIEGO DIAZ

Nacido en Río Turbio, provincia de Santa Cruz, vivió allí hasta la mitad de su adolescencia cuando emigró a la ciudad de Salta, para en años posteriores radicarse en La Rioja, lugar donde reside actualmente.

Fotógrafo autodidacta y productor audiovisual, Diego Díaz proviene de la fotografía editorial especialmente landscape y la comunicación publicitaria orientada al turismo, campos en los que ha formado

una mirada atinada, ha realizado publicaciones en importantes medios nacionales como Diario Clarín, Tiempo Argentino, Pagina 12, El Tribuno, La Voz del Interior, Revistas especializadas como Lugares, Los Inrockuptibles, Solo Líderes, Lonely Planet, Ida y Vuelta, Contraseñas entre otras, como así también en numerosos portales web.

Hoy Diego Díaz aborda su búsqueda yendo de lo general a lo particular buscando y en su proceso se abre

a lo experimental. Emplea rollos de cine, rollos vencidos, superpone imágenes con la idea constructiva de una nueva imagen, en una pelea (perdida desde el comienzo) de contraponerse a la tecnología.

EXPOSICIONES:

- Colectiva Fotógrafos Amateur, Chilecito - La Rioja – 2012
- Colectiva, “Mi mejor obra” – Ciudad de La Rioja – 2017
- Individual: “Referentes de la danza riojana”, Ciudad de La



Rioja, 2017 *Individual: "Atmósfera" Ciudad de La Rioja, 2017.
 • Colectiva, "Arte en corto circuito" – Ciudad de La Rioja, 2017
 • Colectiva, "Eter" – Ciudad de Córdoba 2018 – Galería Nodo 940
 • Colectiva, "Colores de mi tierra" - Ciudad de Córdoba 2018 – Legislatura de la provincia de Córdoba.
 • Junto a Karim Ayame "El Tiempo, ese otro laberinto" – Fotografía analógica y video Arte – Ciudad de La Rioja, Espacio de arte "Un Muro" -

PRODUCCIONES AUDIOVISUALES IN PROGRESS:

• Documental "Ziline" - Director Fernando Bermúdez - Proyecto seleccionado Concurso Incubadora INCAA

CORTOMETRAJE DOCUMENTAL

• "Los anillos de Saturno" en co-dirección con Fernando Bermúdez



LA NUEVA MODA: KITS SENSUALES

Las relaciones entre las parejas son construidas sobre variables que surgen al momento del encuentro entre dos personas que se conectan por alguna química que aparentemente tiene, también, algo que ver con las neuronas del placer. Estas relaciones son algo completamente subjetivo y difícil de analizar desde toda perspectiva. Lo han intentado psicólogos, poetas, médicos, neurólogos, magos. Y así como esa sensación de locura placentera nace, a veces provoca un desgaste con efectos adversos para la relación y por momentos se complica potenciar aquellos aspectos que sean mágicos de los primeros tiempos. Sin embargo, la vida en pareja implica infinidad de situaciones, momentos, lugares y estadíos. Un consejo o recomendación muy simple es encontrar una forma de modificar todos aquellos interrogantes que surgen a la hora de tener un momento especialmente complicado con la pareja. Y no estamos hablando necesariamente de cambiar las "variables" sino más bien replanteárselas. Hay momentos en los que uno actúa en piloto automático a la hora de tomar algunas decisiones, desde ir a pasear siempre al mismo lugar o reunirse a la misma hora, hasta pedir el mismo plato cuando se sienta a comer. Sin darnos cuenta caemos en una cotidianidad constante que termina desgastando la pareja. Concretamente se traduce en:

¿Cómo?: ¿Qué situación antecede al momento? Cómo se va construyendo el momento, parece algo obvio, pero si es siempre planificado, tal vez sea el momento de hacerlo de forma espontánea.

¿Dónde?: los lugares pueden definir la salida, ya sea de forma positiva o negativa. Es importante que sea un clima cálido donde ambos puedan sentirse cómodos.

¿Por qué?: No necesariamente tiene que ser un aniversario o cumpleaños, es fundamental poder crear momentos con la pareja no importa el día ni la hora, hay que permitirse salir de la rutina.

¿Cuándo?: No hay que analizar si las circunstancias dan o no, pensar en el cuándo da a entender que uno está analizando circunstancias que deben darse para poder salir. En algunas cosas es mejor no tener excusas, hay que hacer lo que uno tiene ganas de hacer "Just do it".

Es en el tren de estas búsquedas que aparece la necesidad de estimular la imaginación tanto para lo exter-



Los quinquenials viven el sexo más por su experiencia y eso lo hace todo más interesante. Hay que tener confianza y bajar la exigencia para disfrutar mucho más. Ni es el fin para los hombres ni la depresión para nosotras. Busquemos el equilibrio sin pensar en el qué dirán de los demás.

no –no hacer siempre lo mismo- como para lo interno. O más concretamente lo relacionado con las sensaciones y la estimulación del deseo que muchas veces, pasados ya varios años de pareja, se dejan estar hasta transformarse en más que costumbre un problema. O un aburrimiento.

Es en ese tren que nace una nueva moda que es la de comprar juguetes sexuales.

Está chequeado que las mujeres se les animan más y que son las quinquenials las que pierden el prejuicio de entrar a comprarlos en un sex shop.

De acuerdo a algunas encuestas estudiadas por Prime, Argentina tiene mucho potencial para desarrollar en este nuevo mercado ya que tiene bajos niveles de consumo en relación a productos o servicios complementarios afines al sexo. Esto se ve claramente en los juguetes sexuales pero también en la lencería sexy o cualquier otro producto afín. En nuestro país, sobre todo en las capitales, existen más de 200 tiendas denominadas sex shops, es decir que hay 1 sex shop cada 200.000 personas. Y es muy raro encontrar sex toys fuera de estas tiendas específicas. Lo positivo es que 8 de cada 10 parejas se manifiestan positivamente a la hora de probar o utilizar lencería erótica (la proporción en juguetes es muy similar, 7 de cada 10). Pero sólo 3 de cada 10 afirma ya haber utilizado lencería o juguetes. Lo cual se traduce en que hay mucho potencial en la categoría y es una cuestión de oferta, no de demanda.

¿A QUÉ CIUDAD QUERÉS IR?



P RIME lanza una edición limitada de latas coleccionables con el diseño de las 6 ciudades más reconocidas del mundo: Tokio, Berlín, Londres, París, Moscú y New York.

Si fantaseaste con viajar y conocer alguna de ellas, PRIME te puede cumplir la fantasía. ¿De qué manera? Cada lata

coleccionable cuenta con un código, ingresá a www.prime.com.ar/boxciudades, cárgalo junto a tus datos y ya estás participando. Tenés tiempo hasta el 15 de diciembre de 2018. También podés participar del sorteo de un Sex Toy en @50sontour.

En España, por ejemplo, tiendas clásicas como El Corte Inglés, venden juguetes sexuales, lencería erótica y kits. Hay tiendas que literalmente son supermercados dedicados al erotismo, con superficies de 250 m² y más de 9.000 artículos disponibles a la venta.

En este marco de curiosidad aún no satisfecha es que se lanzó una nueva línea de productos llamada PRIME-Fantasy, una línea de kits sensuales con un objetivo claro: busca desmitificar la categoría de sex toys y acercarla al consumidor con una propuesta diferencial a lo que normalmente uno encuentra en un sex shop. Para ello se creó un concepto diferente, este KIT SENSUAL que comprende una experiencia más integral y superadora. Los kits tienen diferentes elementos diseñados para brindar una experiencia más placentera, cada Fantasy contiene un sex toy, un puch de gel sensual, una cajita de preservativos x3, tips, instrucciones de uso y, si fuese necesario,

un puch de gel sensual, una cajita de preservativos x3, tips, instrucciones de uso y, si fuese necesario,

pilas para el juguete. El concepto de kit, superador de la palabra juguete o sex toy, ofrece otros diferenciales que buscan que este lanzamiento incursione en el consumo masivo y salga a venderse en farmacias, perfumerías e incluso supermercados. Para eso fueron dotados de determinados atributos que son:

Packaging y estética: son sobrios, se identifican con colores y números. Los números transmiten sensación de coleccionabilidad, siempre se busca tener la colección completa, a su vez el número permite que para solicitarlo se pueda pedir diciendo el número y no el nombre, por ejemplo "dame el verde, el número 2" en lugar de "dame las esferas geishas".

Precio: los precios son muy accesibles teniendo en cuenta que el kit conlleva muchos elementos, rompiendo con el estigma de que el sex shop tiene precios altos.

Calidad: los productos tienen una textura muy suave a base de silicona que los hace muy placenteros al tacto.

Creado el producto habrá que ver si los +50 abandonan aún más sus prejuicios y comienzan a probar de qué se trata. No dejen de contarnos cómo fue la experiencia. ■

¡VIVE LA EXPERIENCIA!



CasaCasco es una mezcla perfecta de antigüedad y vanguardia dividido en 5 pisos, donde puedes disfrutar de **3 fabulosos restaurantes, un Club-Disco y una Terraza (Rooftop)** con la mejor vista panorámica de la ciudad de Panamá.

RESTAURANTES



(+507) 6252.5661



(+507) 6815-9786

MARULA

(+507) 6137-0096



(+507) 6288-9024 / 264-5526

Calle 10 y Avenida A #8-15,
Plaza Herrera, Casco Antiguo, Panamá

WWW.CASACASCO.COM

@casacasco Instagram casacasco panama Facebook casacasco panama YouTube



OJO CON LAS CABINAS

POR RICARDO MARENGO
www.noticiasdecruceos.com

Un tema clave a la hora de elegir el crucero es "las cabinas" ¿cuál elijo? y esta nota pretende arrojar un poco de luz al tema que puede coronar o hundir sus vacaciones en el mar.

Las cabinas. Un tema recurrente a la hora de decidir un viaje en Crucero. ¿Cuál es la mejor? ¿Me marearé? ¿Estaremos cómodos, toda la familia?

En la actualidad los barcos tienen (en su mayoría) 12 categorías de cabinas, signadas por doce costos diferentes. Sin embargo algunas diferencias son sutiles.

El cuadro de valores que está ilustrando la nota, corresponde a un crucero de 2500 pasajeros (aprox) haciendo la temporada sudamericana desde Buenos Aires, en un crucero por Uruguay y Brasil que dura 7 noches.

Como podrán ver los cuatro grupos (que siempre indicamos) están claramente diferenciados:

- ▶ Cabinas internas
- ▶ Cabinas externas (con ojo de buey)
- ▶ Cabinas externas con balcón
- ▶ Suites

Y aquí viene la primer pregunta: ¿Por qué cabinas de una misma categoría y con las mismas medidas y prestaciones, valen diferente? (a veces las diferencias son de un 15%). La respuesta es simple: La ubicación dentro de

la nave. No es lo mismo estar en la cubierta 2 (al lado de la sala de máquinas) que estar en la cubierta 10. Tampoco es lo mismo estar colgado en la popa (donde puede haber más vibraciones y movimientos) que en el medio de la nave (donde "pivotea" cuando sube y baja una ola) y no se sienten los movimientos.

En ocasiones la cabina más cara de un tipo (por ejemplo externa con ojo de buey) está a pocos dólares de diferencia de la más barata del tipo siguiente (externa con balcón). En el caso que vemos aquí, la categoría 06 es más barata que la 04, pero esto responde a que seguramente se llenó primero la 04 y luego la naviera bonificó la 06 para llenarla.

Entonces qué es lo ¿qué conviene hacer para lograr un "upgrade" de cabina sin poner más dinero? :

Señe cuanto antes la cabina más cara del nivel más bajo en el que acepte. Pídale a su agente de viajes que esté atento, ya que si su nivel se llena, es probable que bajen los precios del nivel siguiente y ahí Ud. pueda pedir un upgrade sin cargo o pagando una cifra muy baja como diferencia.

Siempre los upgrade son de a un paso, es decir: a Ud. que compró la cabina interna al más bajo precio, no hay



muchas probabilidades que lo suban “per saltum” a una suite. Claro que si está en el nivel más caro de cabina con balcón, podría tener una chance.

¿Qué otras cosas toman en cuenta las navieras, además de subir al pasajero que esté en la tarifa más próxima a la inmediatamente posterior? El tamaño del grupo que viaja con él y si es o no pasajero frecuente y tiene la tarjeta de afinidad de la naviera.

El primer caso resta y el segundo suma, ya que si Ud. es el único que suben de categoría en una familia que tomó 5 cabinas, se estarán generando 8 pasajeros reclamando que le den lo mismo. Por otro lado si ud. tomó solo (o con un acompañante) una cabina y es pasajero frecuente, la naviera aceptará de buen grado mimarlo un poco más...

Hay viajes más llenos y viajes más vacíos (esto es sabido). Siempre las “puntas” de temporada son más difíciles de vender que el medio de la estación. Por lo tanto si Ud. reserva en algún crucero de principio o fin de temporada tendrá más chances de lograr un cambio.

Los viajes de reposicionamiento, cuando un barco “baja” a Sudamérica a hacer la temporada, o vuelve a Europa (por lo general en noviembre y marzo respectiva-

A TENER EN CUENTA

Cuando elegis una cabina es importante saber que cuanto más cerca del agua se mueve menos. Si sos de marearte con tomar dramamine es suficiente. Pedí la dosis con tu médico. La diferencia entre un balcón y una claraboya es muy grande cuando los recorridos son extensos. A veces la diferencia en los precios no es tan grande y vale la pena. www.noticiasdecruceiros.com es la web más completa donde investigar todos estos detalles. Seguínos y visítala antes de decidir.

mente) la nave debe hacer en esa fecha si o si el viaje, ya sea con muchos o pocos pasajeros. Es por eso que éstos viajes son más económicos (por día navegado) que los de temporada; puede tener suerte y lograr subir de categoría una vez arriba, simplemente pidiendo pagar (un valor razonable) por un “upgrade”. Sin embargo algunas naves levantan pasajeros en varios puertos (Buenos Aires, Santos, Río de Janeiro) antes de dar el salto al viejo continente y de esa forma se aseguran un barco completo.

LOS BALCONES

Uno de los barcos que hace habitualmente su temporada de verano en Sudamérica tiene la siguiente proporción de cabinas:

- ▶ **Suites:** 18
- ▶ **Cabinas con balcón:** 827
- ▶ **Cabinas con ojo de buey (ventana):** 173
- ▶ **Cabinas internas:** 275

Como se verá, la configuración de esta moderna nave prioriza el balcón sobre el resto de las opciones. De hecho son 827 cabinas con balcón (ya que las suites obviamente también lo tienen) contra 448 sin balcón.

En casi todas las navieras que tienen barcos modernos como Costa, MSC, Royal Caribbean, Carnival, Holland America, Norwegian y otras, las naves tienden a tener entre un 70 y un 80% de cabinas con balcón y mucha gente se pregunta ¿por qué?, las ventajas de una cabina con balcón son varias:

- ▶ Ud. puede tener "aire fresco" (recuerde que los ojos de buey no se abren).
- ▶ Sentir el sonido del mar rompiendo contra el casco de la nave (muy relajante a la hora de dormir).
- ▶ Tiene mucha más luz natural que ninguna otra cabina.
- ▶ Puede tomar un cocktail romántico al atardecer sin ser molestado por nadie (usualmente en los balcones hay dos sillas y una mesa).
- ▶ Puede tomar sol como más le guste (en cuanto al tipo y cantidad de vestimenta), aunque en algunos barcos como el Norwegian Epic también hay sectores nudistas, pero no a todo el mundo le gusta mostrarse públicamente en "traje de Adán".
- ▶ Puede leer cómodamente sin tener que soportar a algunos "animadores", "disc jockeys", o simplemente al resto del pasaje.

PASAJERO FRECUENTE

Como ya hemos dicho, ser pasajero frecuente nos puede brindar una ventaja a la hora de pedir un "upgrade". He aquí los diferentes nombres de clubes de pasajeros frecuentes ordenados por línea:

- ▶ **Carnival:** Carnival VIPF Club
- ▶ **Celebrity:** Captain's Club
- ▶ **Costa:** Costa Club
- ▶ **Cunard:** Cunard World Club
- ▶ **HollandAmerica:** Mariner Society
- ▶ **MSC:** MSC Voyagers Club
- ▶ **Norwegian:** Latitudes
- ▶ **Oceania Cruises:** Oceania Club
- ▶ **Princess:** Captain's Circle
- ▶ **Royal Caribbean:** Crown and Anchor Society
- ▶ **Silversea:** Venetian Society

Cada uno de estos clubes de fanáticos de la naviera tiene promociones, premios y descuentos en (casi siempre) cuatro categorías de miembro, busque en la página de cada naviera las ventajas que otorga cada membresía.

Como último consejo le recordamos que busque un agente de viajes que conozca del tema y Suerte !!!



SALIDAS ACOMPAÑADAS

con esa nota mágica y exclusiva que sólo la gente de mundo sabe apreciar.



Viaje Inaugural Costa Venezia Trieste/Dubai

CARNAVAL DE VENECIA - MAR.2019 - 24 DIAS



ABR.2019 - 16 NOCHES Oriente, Bonito y Barato

Un recorrido por el fascinante desde Singapur a Tokio con la magia de Asia a tus pies.



JUN.2019 - 22 DIAS Norte de Italia y Croacia

Entre el arte del hombre y la belleza natural.



ABR.2019 - 16 DIAS Japón de los cerezos

La cultura japonesa a bordo para dar una vuelta al Japón auténtico en el Festival Sakura.



ABR.2019 - 19 DIAS Semana Santa en Sevilla

Semana Santa en las calles y procesiones conociendo los rincones más bellos de España.



Kenya y Tanzania

A BORDO DEL ROVOS RAIL RECORREMOS EL LUGAR DONDE TODO EMPEZÓ - NOV.2019 - 21 DIAS



AGO.2019 - 19 NOCHES Provence y Bourgogne con

AMAWATERWAYS[™]
Un viaje con aromas a flores y vino.



SEPT.2019 - 19 DIAS Sicilia y Costa Amalfitana

Pasado griego, esencia romana, influencia árabe, vida normanda, tradiciones hispanas, pero parte de Italia. Imperdible!



MORISAN, LEG 17104
Paraguay 390, Piso 2 (C1057AAB) C.A.B.A. - Argentina +54 11 5279 5280

www.morisan.com.ar

PUERTO MADRYN

OBSERVAR Y ESCUCHAR,
EL DESAFÍO DE LOS AVISTAJES

POR **GRACIELA CUTULI**
@gracielaacutili

El sol se despierta sobre Puerto Madryn y viste el cielo de tonos rosa. Es primavera y un nuevo día, tan despejado como suele ser en primavera, se levanta sobre la ciudad y las orillas del Golfo Nuevo. Se diría que las ballenas quieren celebrarlo nadando hasta el borde mismo de las playas de la ciudad: allí se las ve desde la ventana de cualquier hotel costero, pero también se puede escuchar el soplido poderoso de su respiración. Cada tanto, marcan más su presencia sacando la cola o la aleta fuera del agua. La temporada de ballenas va de mayo a diciembre: y cada uno de esos meses tiene su encanto particular. Desde la llegada de los primeros ejemplares hasta la partida de los últimos, es un infinito juego el que se avista desde las costas o embarcados. Con crías, con parejas, en solitario. El show de las ballenas.

A BORDO

Tal vez la forma más tradicional del avistaje sea el embarcado, que parte desde la mañana hasta el atardecer de Puerto Pirámides, el único pueblo de Península Valdés, el único con población estable. Allí operan desde la misma playa las seis empresas habilitadas para botar las lanchas al agua en temporada de ballenas, que se eligen en forma rotativa cada año. Son "balleneros" con experiencia, que desde el umbral de los años 80 comenzaron a ofrecer esta actividad en forma turística, cuando la presencia de las ballenas en el Golfo Nuevo empezó a hacerse cada vez más numerosa, a convertirse en un atractivo ineludible.

Cada avistaje dura lo que dura, pero está garantizado, y prácticamente no hay lugar en el mundo que pueda jactarse de lo mismo. En general todo el proceso lleva unas dos horas desde la partida hasta el desembarco: en el medio lo que hay es una auténtica maravilla de fauna marina. Los grandes ejemplares juegan y se acercan si lo desean; no hay embarcación que las "persiga", sí que las busque. La ballena manda, está en su hábitat. Los guías pueden leer la superficie del agua, descifrarla con maestría. Y son los que lanzan la embarcación a la búsqueda, porque saben bien dónde están los grupos e intentarán la mayor interacción posible sin invadirles el espacio ni la actividad. Además brindan explicaciones a los navegantes y los invitan no solo a sacar fotos, la deseada foto de la cola de la ballena: también a mirar y a llevarse la imagen para siempre en los propios ojos.

Es sabido y famoso que hasta la princesa Diana hizo el avistaje de ballenas (que en las fotos esté sin chaleco es un detalle que comentan los más atentos). Pero ellas no se fijan si van reyes o príncipes: ellas siempre están, para



grandes y chicos, argentinos y extranjeros, nobles y plebeyos. Porque son las únicas y auténticas reinas del mar.

DESDE LA COSTA

Por extraordinario que sea el avistaje de ballenas embarcado, no es el único. A veces cuesta creerlo, pero basta pararse en la orilla de la playa para asistir a otro espectáculo increíble. Los mejores lugares son El Doradillo y la playa La Cantera, al norte de Puerto Madry. Se dice que estos lugares son "el kinder de los ballenatos, el lugar donde las madres llevan a los recién nacidos para que aprendan a nadar y a respirar".

Se llega atravesando la parte norte de Puerto Madryn y los barrios nuevos donde las mismas casas se repiten a lo largo de calles en las que corren todavía nubes de polvillo y arena. Luego se pasa delante de la enorme planta de Aluar y los depósitos de pórfido patagónico, una piedra que se exporta a todo el mundo y sirve en la decoración y la construcción de casas. Finalmente, la estepa vuelve a imponerse y los galpones quedan atrás: bastará entonces manejar uno poco más por la ruta 42 que bordea el golfo (la misma que se une más lejos con la Ruta 2 que va hasta Puerto Pirámides y recorre la península). Aunque es

AVISTAJES

El ingreso a El Doradillo es libre y gratuito; el área natural protegida Península Valdés cuesta \$ 220 para residentes nacionales. Los avistajes embarcados salen de Puerto Pirámides, en Península Valdés. La temporada alta va del 1 de septiembre al 15 de diciembre, y el precio es de \$1750 y \$875 para menores. La más novedosa propuesta vinculada a avistajes embarcados es la del Yellow Submarine, un semisubmarino amarillo que permite ver a las ballenas desde abajo del agua y escucharlas a través de hidrófonos. Del 1 de septiembre al 31 de octubre cuesta \$3500 y \$1750 para menores.



Llegar y moverse:

La única aerolínea que vuela directo al aeropuerto de Madryn es Andes Líneas Aéreas, y el pasaje cuesta desde \$ 2276 (ida y vuelta). Aerolíneas Argentinas vuela a la ciudad vecina de Trelew, desde Buenos Aires y desde Córdoba directo, por \$5200 (ida y vuelta). Una vez en el aeropuerto, se pueden contratar transfers y excursiones con agencias, o alquilar un auto.

Dormir:

En la ciudad de Madryn, una habitación con desayuno cuesta desde \$ 2500 en base doble en un hotel 4 estrellas, y desde \$ 270 por persona en dormis. Se recomiendan hoteles con vista al mar como el Australis Yene Hue, Península Valdés y Pirén.

Comer:

El chef que creó el festival de cocina de la ciudad, Madryn al Plato, se llama Gustavo Rapretti y tiene un restaurante llamado En Mis Fuegos, con platos a base de ingredientes locales (en Gales 32, www.gustavorapretti.com.ar). Frente al mar y especializado en pescados y mariscos, se recomienda El Náutico Bistró de Mar (www.cantinaelnautico.com.ar).

Más info en www.madryn.travel



temprano por la mañana el sol ya salió tras la meseta y ya hay algunos autos esperando en la entrada de la playa, a la izquierda del camino. Hay muchas expectativas, y sin embargo la realidad las supera ampliamente. La marea está alta y las ballenas se acercan hasta casi el borde, se las ve nadar y jugar. Los guías explican que “es así todos los días. El agua es muy tranquila en esta playa, y hay una pendiente que hace que sea profunda al borde mismo de la costa. Por eso las ballenas se pueden acercar tanto. El Doradillo forma además como una pequeña bahía y está mejor protegida de los vientos y del oleaje que otras partes del golfo. Por todas estas razones pensamos que a las madres les gusta venir con sus recién nacidos, ya que encontraron aquí un ámbito tranquilo. Como una especie de jardín para sus primeros días de vida’.

“Las ballenas francas australes –agregan- son mamíferos como los demás cetáceos. Tienen que enseñar a los ballenatos a subir a la superficie para respirar oxígeno, algo que no saben hacer al nacer. También los deben entrenar para nadar y adquieran la resistencia

necesaria para emprender el largo viaje que los espera a fines de la primavera. Van a recorrer con sus madres el Atlántico Sur en busca del krill, su principal fuente de comida. Les gusta venir aquí porque también son animales muy curiosos y les debe atraer venir a avistarnos a nosotros, los humanos. Por el mismo motivo se acercan tanto a los barcos’.

Aunque no sea tan común, de vez en cuando aparecen los machos en busca de las hembras. Quedarse a mirar es una lección de biología, de fauna y de comportamiento animal. El viento sopla pero no se siente: solo se siente la presencia majestuosa de las ballenas. El Doradillo, y también Punta Flecha –el acantilado que limita con uno de los extremos de El Doradillo- son excelentes apostaderos para ver las ballenas pasar, al pie de las rocas que dominan la costa. Y no solo verlas: también se las puede escuchar, ya que en el refugio del lugar se recibe el sonido de un hidrófono (un micrófono acuático) que capta el hipnótico canto –o lenguaje– de las ballenas que pasan en las cercanías. ■

Pipinas

LEJOS DEL RUIDO Y CERCA DE VOS.



PIPINAS HOTEL
COOPERATIVO Y COMUNITARIO

HABITACIONES SIMPLES,
EN BASE DOBLE,
TRIPLE Y FAMILIAR
C/BAÑO PRIVADO

TV CABLE ·
AA FRÍO/CALOR
WI-FI Y
RESTAURANT

RESERVAS

54 2221
492144

f @ Pipinas Viva

www.pipinashotel.com.ar / www.pipinas.com

Check-In: A partir de las 11.30 am del día reservado. Check-Out: 10 am del día de egreso. / MENORES DE 4 AÑOS no abonaron alojamiento.

SAN MARTÍN DE LOS ANDES

MANOS MÁGICAS DEL SUR

Una de las personas más impactantes que conocí en mi último viaje a San Martín de los Andes es una artista que, literalmente, construyó su casa en hielo imaginando cómo sería su actual hogar cerca del Lago Lolog, en el Departamento Lacar del Neuquén.

@50SONTOUR

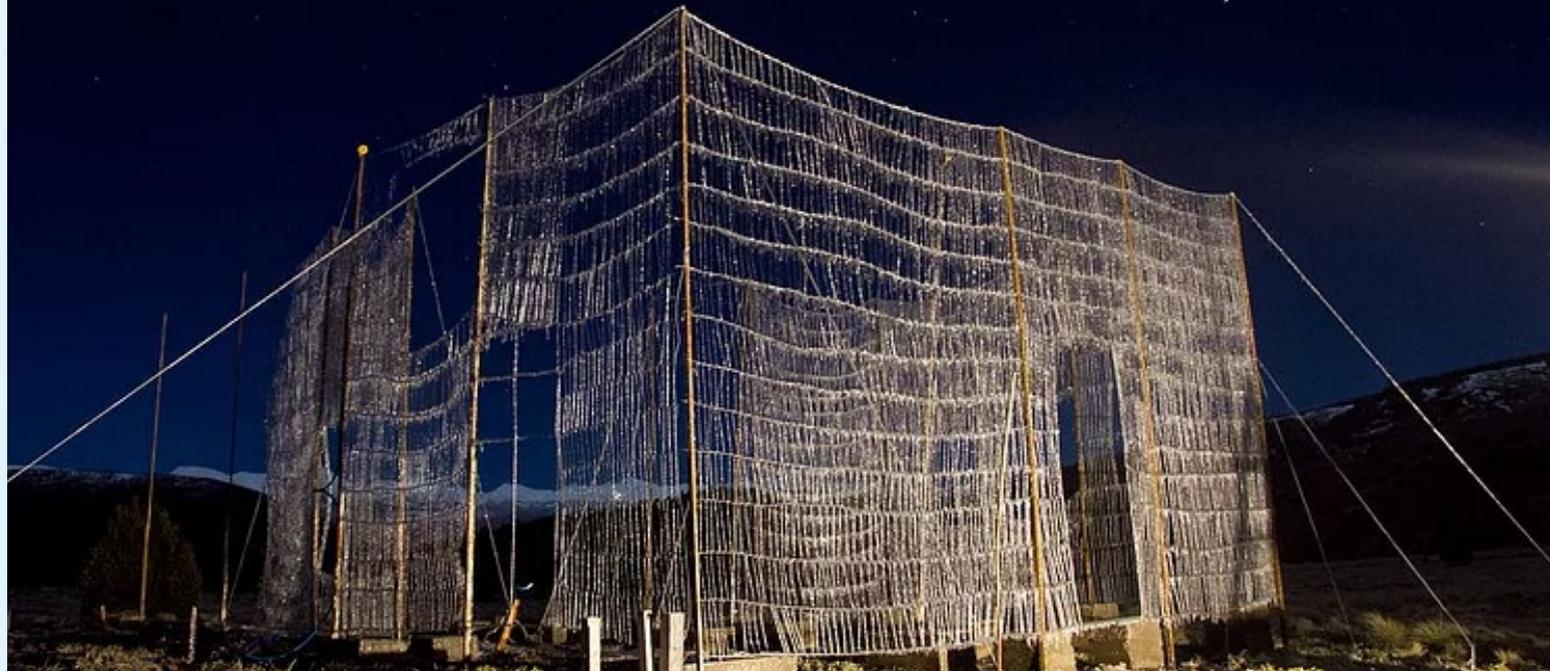


El frío aquella noche que llegamos a cenar causaba escozor. El camino bordeaba el Lago y escasas luces demostraban que había pocas casas alrededor. Tomás Campbell nos recibió en remera de mangas cortas y sonriendo mientras los perros armaban escándalo. Valeria nos había ido a buscar hasta la ciudad pero nunca hubiéramos imaginado que, al llegar, descubriríamos uno de esos lugares en el mundo que a los viajeros compulsivos como uno les quedarán siempre en la lista de lugares únicos.

Entramos en la casa de adobe construida por las manos de Tomás y era cálida. Olía a hongos e hinojos. No me pidan que lo describa pero todo sabía exquisitamente y él se ufana de que no todos los cocineros que participaron en Cocineros Argentinos –el ya mítico programa de la Televisión Pública– tenían verduras cultivadas en su huerta para cocinar a diario.

Los turistas llegan por la tarde, pasean por el Lago y el río Quilquihue que le da nombre al barrio, y finalmente se relajan para cenar casero en este Bodegón de Montaña con capacidad para 15 personas en una sola mesa y que sólo abre sus puertas a pedido. Si hay suerte se podrá probar Cordero Capón a la Cerveza Negra,





pero todo lo que Tomás cocina mientras nos cuenta su historia sabe rico, aunque uno no esté muy seguro de lo que está comiendo.

Nos muestra el horno de barro también hecho por él y la cocina rusa que les provee calor en toda la casa. Afuera la escarcha casi tiñe de blanco todo. Incluyendo las camperas que están colgadas en el pórtico pequeño de madera de la entrada.

Más allá del postre, todos levantamos la mesa mientras Valeria lava los platos. Valeria Conte Mc Donnel será la sorpresa siguiente, cuando se apaguen las luces y nos muestre una filmación de sus primeras obras de arte a cielo abierto. Con el cielo como tela y dando forma a sus esculturas de alambre, caña y líquenes emplazados en el bosque. Unas grandes estructuras de 5 o 10 metros que van tomando forma entre sus manos.

Pero sin dudas el asombro llega cuando tras las primeras imágenes, Valeria nos muestra su casa de hielo. Cada noche, hace una docena de años y mientras vivían en un galpón, ambos construían su casa con hielo y alambre, a fuerza de regar desde las 3 de la mañana hasta que el agua se condensara y comenzara a tomar forma para transformarse en una habitación, una cocina, un baño y, a mitad del día, bajo el sol que apenas calentaba el invierno, derretirse

para volver a construir una noche más.

La casa de hielo era el símbolo de lo que vendría, la posibilidad de plasmar un sueño que se va con el día y regresa cada noche durante todo un invierno.

Valeria es especialista en lo que los artistas contemporáneos denominan "acción performática" y entonces en pleno proceso creativo ella se involucra corporalmente en su obra y se mimetiza con ella en las alturas. "Quiero que me soporten mis propias líneas. El dibujo de algunas de mis obras me llevó 10 meses y crecían en intención mientras crecía el dibujo. Sin cielo no hay obra porque ésta sólo se ve en el contraste y la obra termina cuando yo estoy adentro de ella", nos explica al final, cuando todos estamos hipnotizados por las ideas.

La imagen de Valeria caminando dentro de la casa, mediatizada por un video y un ronroneo que ella emitía a modo de música mientras todos mirábamos me entusiasmó al punto de que cada día desde entonces estuve meditando cómo escribir esta nota y transmitir lo más fidedignamente lo que vi, oí, escuché y disfruté en aquella casa en medio de la nada oscura patagónica.

Creo que la única forma es invitándolos a ir y vivirlo. Porque en San Martín de los Andes no todo es nieve y esquí en el invierno. ■



Más info

www.valiconte.com

Tomás Campbell Cocinero
tomas_campbell@yahoo.com.ar

CÓMO LO SENTÍ

LA MUJER DE LA CASA DE HIELO



Primero tendió dos tanzas largas agarradas a cuatro estacas. Las tanzas debían ser capaces de soportar el peso de la chimenea, la mesa ratona, la jarra, la cama, una mesa con sus sillas, el marco del espejo y un sillón hamaca donde Valeria se sentaría a descansar cada fin de jornada.

La construcción de la base se llevó un buen tiempo. Había que crear los perfiles de alambre y estar largas horas parada sobre la nieve. Si tenía suerte había nevada copiosa, si no a levantarse del galpón a las tres de la mañana y empezar a regar. Cada media mañana cuando el sol se elevaba sobre el pequeño valle que rodea al Lago Lolog, la casa se derretía y había que comenzar otra vez y otra vez.

Los hilos de agua y el frío creaban una consistencia frágil de hielo vertical. La casa iba tomando forma desde la imaginación

al paisaje. De pronto, temprano en la mañana al terminar el riego una bandada de pájaros cruzó la sala mientras Valeria estuvo sentada un largo rato en su silla hamaca. Se funde en el hogar pensado, enredada en su falda marrón y con su gorra colorada. El rojo de la lana es casi el único color que rompe el blanco-gris del entorno nevado.

Valeria se levantó y acercó las manos al esqueleto de chimenea. Friega entre sí sus manos ateridas de frío pero se regocija. De ese mismo sitio surgirá algún día el calor del hogar. Sobre la cocina hay un proyecto de cacerola y ella se acerca y revuelve como si fuera de ahí que sale el aroma a hongos e hinojos que inunda el espacio.

Los hilos congelados comienzan a desmenuzarse lentos porque sube el sol. Entre los árboles susurra el viento y la casa se va deshaciendo de a poco. Lo que

se llevó toda una noche de dedicación desaparece en apenas dos horas. Pero ella volverá a esperar la nevada para ver surgir la casa del hielo otra vez.

El cansancio se apoderó de Valeria y Tomás le sirvió en un plato blanco una buena porción de risotto con queso natural para que entre en calor. El ha traído leña y prendió fuego en el hogar del galpón pero el frío gélido del sur se hizo sentir en ráfagas caprichosas. Anocheció temprano.

A dormir. A las tres de la madrugada ambos se levantarán entre sombras y, si no está nevando, comenzarán a regar otra vez. La casa de hielo se erigirá en el horizonte. Noche tras noche durante treinta, sesenta, noventa noches.

Cuando llegue la primavera habrá terminado todo. O habrá comenzado otra vez. ■

ESLOVENIA

EL MUNDO EN PEQUEÑO

—
POR **CORINA CANALE**

En Bled está la iglesia de la Asunción y el mito de sus milagrosas campanas, mientras que Postoina tiene la gruta kárstica más visitada de Europa y Zalec la primera fuente pública de cerveza.

Desde la vida más antigua del mundo hasta el carnaval, todo es historia en Eslovenia.

Este pequeño país de Centroeuropa está a tan sólo 130 kilómetros de Venecia, a 200 de Salzburgo, la ciudad austríaca de la música, y aún más cerca de sus vecinas Serbia y Croacia. Desde Liubliana, su capital, en dos horas se llega a cualquier parte de su territorio, poco más de 20 mil kilómetros cuadrados, por rutas que atraviesan bosques, granjas madereras, viñedos y aldeas colgadas de las laderas alpinas.

La medieval Liubliana tiene una rica historia de caballeros, princesas y fastuosos castillos y palacios, de terrazas que se asoman al río y a los bares que sirven la cerveza eslovena de Zalec, el gran productor de lúpulo. En ese pueblo se inauguró en 2016 la primera Fuente de Cerveza Pública del mundo, que demandó una inversión de 170 mil euros para que los turistas no pasaran de largo. Fue un éxito.

“No queremos emborrachar a los visitantes, sólo que prueben nuestras cervezas rubia y ámbar” alertó el alcalde, quién como al pasar habló de los beneficios de la cerveza en la salud.

La fuente de birra tiene cinco distribuidores donde por 6 euros se puede llenar 5 veces una jarra de 100 ml con microchip. Los eslovenos copiaron el modelo de la Primera Fuente Pública de Vino, que los italianos instalaron en Abruzzo, que sin cargo alguno derrama vino tinto, considerado “el agua de los dioses”.

La diversa geografía eslovena está poblada de bosques, cascadas y naturaleza en estado puro, cuyo mayor exponente es el Parque Nacional Triglav, nombre de la montaña más alta del país.

Pero debajo de los campos verdes y de los viñedos subyace un mundo subterráneo digno de la febril imaginación de Julio Verne: las más de 10 mil grutas de la región del Karst, formadas por las milenarias lluvias que horadaron la piedra caliza. La cueva de Postoina tiene 20 kilómetros de túneles y galerías y es la más visitada de Europa, en especial por los espeleólogos, que vienen a ver sus estalactitas y estalagmitas, algunas plegadas como cortinas. Allí habita, según describió hace 300 años el historiógrafo Janez Valvasor, una cría de dragón que sale a la superficie cuando el agua tapa la cueva. Pero no es el único: lo acompañan en ese

▶ DESTINO COLOR VERDE

Más de la mitad de Eslovenia está cubierta de bosques, cascadas y parques naturales mientras que bajo tierra hay más de 10.000 cavernas para explorar. No hay que perderse la vid más antigua del mundo en Maribor (en otoño es la época de vendimia) o sumergirse en las aguas termales de Celje luego de disfrutar en cada comida las exquisiteces de la gastronomía local.





El país ofrece acción en verano e invierno. Pero sobre todo turismo activo al aire libre, ideal para quinquenials que no quieren estar encerrados en un bus donde un guía les cuenta cómo se vive en una ciudad que miran detrás de la ventanilla.

mundo oscuro ratones, arañas, langostas y murciélagos. Actualmente la cueva está iluminada y los turistas ya no tienen que llevar antorchas, y hay un tren eléctrico que llega hasta el "El Salón de los Conciertos", un recinto famoso por su acústica.

Bled es el más popular de los destinos turísticos del país en cuyo lago hay una pequeña isla y en ella la Iglesia gótica de la Asunción de la Virgen, del siglo XV. El mito, que se cumple religiosamente, dice que tocar su campana trae suerte. A la isla se llega en chalupas con guías o remando en botes de madera, ésta última una gran experiencia. Para llegar a la iglesia hay que subir 99 escalones; desde allí se ven los picos de los Alpes Julianos, frontera natural del país con Italia y Austria.

Muy cerca está el castillo medieval, sobre un acantilado, donde en el año 1004 había una fortaleza

con una torre románica. Ahora hay un museo que exhibe fósiles y hallazgos arqueológicos de la región. Para llegar hay que subir por otra vieja escalinata.

Bled posee napas de aguas termales y es un exclusivo centro de salud, con hoteles de lujo, que le debe su fama a Arnold Rikli, un especialista suizo en medicina natural e hidropatía que en 1855 fundó una clínica que aún ofrece tratamientos de hidroterapia.

Como ocurrió con otros balnearios de salud como Baden, Spa o Bath, fue el turismo termal lo que hizo de Bled en el siglo XIX un destino de vacaciones de todo el año. Su emblemático lago de aguas verdes en invierno se transforma en una pista de patinaje. ■

+INFO | www.turismoeslovenia.es

TIPS

► En la montaña Triglav, de 2862 metros, hay senderos para trekking y refugios para los deportistas. En invierno abren los centros de esquí.

► El profundo Cañon Vintgar, cuyo cauce rumoroso llega hasta una cascada de aguas plateadas está cruzado por un puente que permite contemplarlo en toda su belleza. Se disfruta mejor la primavera por la gran variedad de opciones al aire libre, no solo hay decenas de terrazas y jardines para comer sano bajo el sol sino que se ofrece la posibilidad de hacer glamping (camping de lujo).

► En Bled, el Garden Village Bled ofrece casitas de lujo en los árboles y tiendas de campaña glamorosas en el muelle, en la zona del antiguo jardín. En el pequeño bosque no muy lejos del Lago de Bled están las casitas de madera del Glamping Ribno, en cuya puerta esperará una cesta eslovena con delicias locales. Las familias encontrarán la tranquilidad en las casitas móviles del glamping familiar, mientras que las parejas disfrutarán del romántico glamping Gozdne Vile.

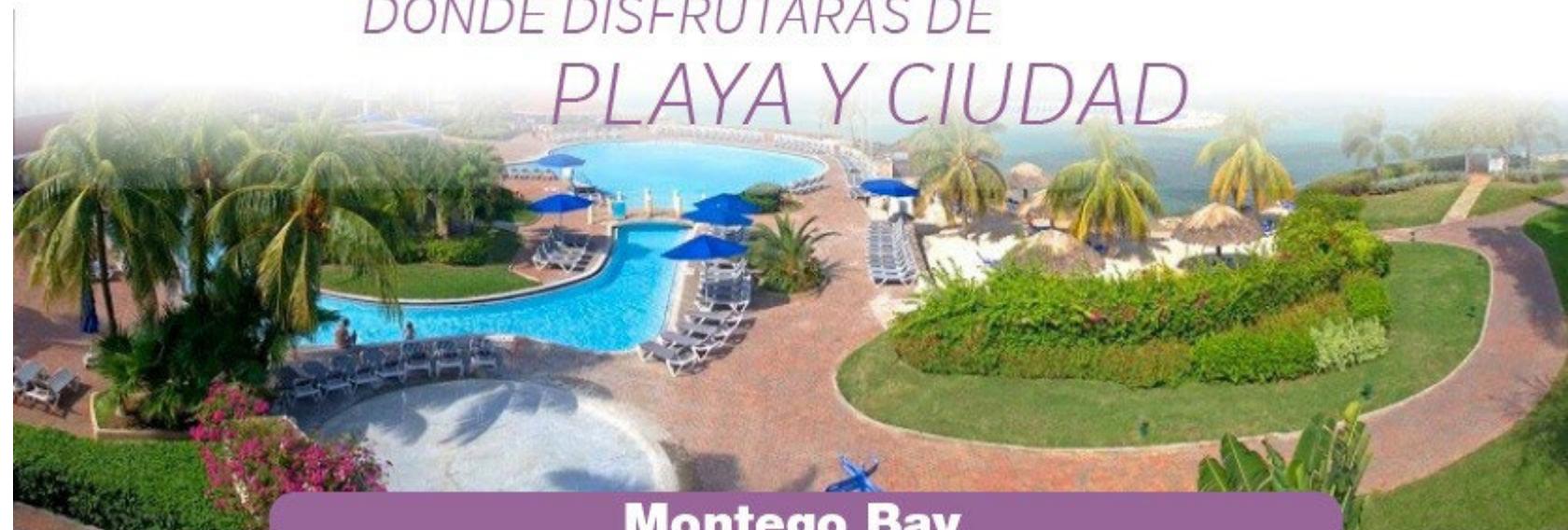
► Recientemente, se abrieron también las puertas del glamping Pr'Hostar, que lleva el nombre de la popular película eslovena.

► Las "pletna" son las barcazas que llegan a la isla. El oficio de barquero se transmite de padres a hijos desde el siglo XVI, y tal como las góndolas en Venecia, son Patrimonio de la Ciudad.

MONTEGO BAY Y NEW KINGSTON

JAMAICA

DONDE DISFRUTARÁS DE PLAYA Y CIUDAD



Montego Bay

Extensas playas de arena blanca bordeadas de exuberante vegetación

New Kingston



Ciudad de
negocios
y cultura

Centro Cultural y Comercial del Caribe Inglés
HOSPÉDATE Y CONOCE DE SU CULTURA EN:



MONTEGO BAY, JAMAICA
ALL-INCLUSIVE

MONTEGO BAY



THE COURTLIGH
HOTEL & SUITES
New Kingston, Jamaica



THE JAMAICA
PEGASUS
Kingston's Preferred Hotel



THE KNUTSFORD COURT
HOTEL
New Kingston, Jamaica

NEW KINGSTON

MI HOTEL RECOMENDADO



EL RINCÓN MÁS ARGENTINO DE **MIAMI**

EN LA MISMÍSIMA ENTRADA DE MIAMI BEACH, A LA DERECHA DEL BOULEVARD DONDE COMIENZA LA MERIDIAN AV. Y TERMINA LA AUTOPISTA 95, SE ENCUENTRA URBANICA THE MERIDIAN HOTEL.

POR EL EQUIPO DE **@50SONTOUR**

61

MI HOTEL RECOMENDADO

Blanco, elegante, casi minimalista pero con un toque bohemio, fue ideado sobre un edificio histórico por el famoso arquitecto Alan Schulmann, especialista en el reciclado de este tipo de edificaciones que hace unos cuantos años dieron comienzo a lo que hoy es la afamada South Beach y su prima hermana, la Lincoln Road, ambas con sus fachadas Art Deco.

Sus 71 habitaciones están en el rincón más argento de Miami, justo donde no llega el ruido de los motores ni la música de los bares y restaurantes abiertos durante las largas horas de la noche. Pero suficientemente cerca como para llegar caminando o en bus a todos lados.

Todo comenzó con los sueños de un par de amigos, Charlie Porchetto y Diego Colmenero, dos jóvenes emprendedores argentinos que se lanzaron en el año 2003 al negocio hotelero en Buenos Aires inaugurando Urbanica The Suites Hotel y Urbanica The Libertador Hotel, dos Hoteles boutique. Luego llegó el turno de estirar las alas y trasladaron su experiencia a el sur de La Florida, con el vértigo de abrirse nuevos rumbos en un destino conocido como turistas pero no como empresarios.

El resultado es, desde su inauguración en 2016, Urbanica The Meridian Hotel, con sus cuartos cálidos decorados en blanco y madera, con los muebles suficientes como para que la estancia sea súper confortable y rodeados de verde, el otro color de Miami, con sus palmeras y plantas tropicales.

Al confort de las habitaciones, se suman los espacios comunes que, sin duda, aportan la distensión y la calidez de hogar que tiene el hotel como son la piscina y el chill out room que ofrece momentos de relax únicos. El bar atiende día y noche y, como no podía ser de otra forma, ofrece desayuno con mate. Eso se suma a que muchos de los que allí trabajan son compatriotas que se detectan a la distancia por su acento y su amabilidad.

The Meridian es un hotel familiar, pet friendly, cómodo, lo suficientemente pequeño como para no albergar multitudes y grande como para estar relajado en cada espacio. En el bar se sirven comidas naturales, tapas, ceviche y ensaladas y por la tardecita llega la hora del happy hour.

El suceso de esta esquina argenta de Miami fue tal que ya está el plan de construir dos nuevas propiedades a apenas una cuadra del Meridian. Recientemente, la Junta de Planificación de Miami Beach ha aprobado dos nuevos



CUANDO VAS A MIAMI EL HOTEL NO ES UN LUGAR DONDE IR A DORMIR. ES EL ESPACIO QUE SE TRANSFORMARÁ EN REFUGIO DEL CANSANCIO DEL DÍA, EL LUGAR DONDE ENCONTRAR RELAX Y UN RICO TRAGO O UN SANDWICH PORQUE NO QUERÉS SALIR A CENAR. EL SITIO SEGURO DONDE DEJAR TUS COSAS Y DONDE SEGURAMENTE VAS A VOLVER.

www.urbanicathehotels.com

hoteles en zonas contiguas y con proyectos gastronómicos con vistas a la calle 5: Urbanica Fifth Hotel -con 50 habitaciones, restaurante y 45 plazas de estacionamiento- y Urbanica The Sofi Hotel -30 habitaciones con 6 plazas de estacionamiento y restaurante.

Esta es seguramente la marca de un trío hotelero que será la punta de lanza en el cambio planificado para la mismísima entrada principal de South Beach, donde se proyecta un nuevo distrito hotelero y gastronómico en la elegante South Fifth o 5ta Avenida. De hecho el famoso Fernando Trocca, chef de renombre internacional, se sumó al proyecto como socio en la propuesta gastronómica de los hoteles proyectados.

EL ORIGEN

Porchetto y Colmenero son empresarios de la construcción. Luego de la propuesta de Núñez que comenzó como edificio y se transformó finalmente en hotel, le siguió una segunda propuesta en Belgrano. Entre ambos suman 100 habitaciones cuyo costo fue de aproximadamente 20 millones de dólares.

La idea de Miami ya nació como hotel. Si bien el objetivo era recibir mayoritariamente turistas argentinos, la ubicación y servicios del hotel trajo mucho público de USA, Canadá y Europa, sobre todo mucho público joven y familias. La inversión en los nuevos edificios y el que ya existe suma casi un total de 50 millones, lo que no es poco.

Sin embargo el desafío es moneda corriente para este par de amigos que saben que, para diferenciarse del resto, es fundamental el excelente servicio y la creación de un ambiente que también incluye celebrities y famosos que son habitues de las fiestas que se realizan en el hotel, muy bien gerenciado por Sexton García, que es el encargado de cuidar esos detalles imprescindibles para transformarse en un "must" de aquellos que buscan alojamiento en la ciudad de la furia.

El entorno de este hotel boutique ayuda. Muy cerca de tiendas muy buscadas por los fanáticos del shopping como Ross y Best Buy y a pocas cuadras de la comercial Avenida Washington, los que llegan a Miami también pueden aprovechar la propuesta de gastronomía variada que hay sobre la Fifth Avenue que da la posibilidad de salir a comer y regresar caminando en una zona tranquila y sin sobresaltos. ■





PURO SABOR

Beepure es la muestra de que se pueden comer alimentos naturales sin pagar un precio extra. Miel cremosa y multifloral, dulces artesanales hechos con azúcar orgánica, granola de avena avellanas, almendras, semillas de zapallo. Girasol y crispines y dulce de leche son algunos de los productos que José Minniela y sus socios fabrican en Las Flores, Provincia de Buenos Aires.

“La idea, dice José, viene de familia, Hace 25 años comenzaron a producir miel pura sin agroquímicos y, más allá de la moda, decidimos ampliar la planta y agregar otros productos naturales. Lo natural no es orgánico, no hay que confundir. Natural es un producto como deberían ser todos los que consumimos. Controlado”, agrega.

Los productos se venden en las dietéticas y almacenes naturales en todo el país. La mayoría de sus propiedades se preservan gracias al envase de vidrio satinado 100% reciclable que protege a cada uno de los elementos que son altamente fotosensibles. En charla con José nos explicó que “no es verdad que sean más caros los buenos alimentos, sobre todo los naturales. El cuidado no debería influir. De hecho nosotros estamos vendiendo prácticamente al mismo precio en los últimos meses porque consideramos que es un mito esto de la moda de lo orgánico y lo natural, que lo quieren cobrar mucho más caro que lo habitual”. Recomendados.

@naturalmentealimentos

SI ES NATURAL MEJOR

La Cosmética Natural facilita el cuidado de la piel, el cabello y el cuerpo en forma integral empleando preparados que se producen a partir de sustancias provenientes de la naturaleza. Estas no contienen componentes artificiales y químicos por lo que no producen alergias y no son agresivos para la piel.

Estos cosméticos son muy beneficiosos ya que fortalecen las funciones dérmicas gracias a componentes químicos naturales; son de uso externo y tienen el objetivo de higienizar, perfumar, proteger y mantener en buen estado el cuerpo, las manos, las uñas, el cabello y la piel. La línea, IMAGINE by SG es un emprendimiento dirigido a la realización de Productos Cosméticos para el cuidado personal a partir de productos naturales, elaborando tres líneas de productos:

- > Body Splash
- > Cuidado del rostro y cuerpo
- > Cuidado del cabello.

SIN TACC SIN MANTECA

- >200 grs de coco rallado
- >200 grs de azúcar común o integral
- >2 huevos.

En un bol integrar los secos con los huevos. Con un aro de 6 cm (yo uso éste porque es la porción justa) poner con una cuchara una porción de la mezcla y apretar fuerte, así la preparación queda compacta. De esta manera armar todas las tapitas, salen aproximadamente 15 alfajores. Llevar a horno moderado por 5 minutos, o hasta que los bordes estén apenas dorados, ojo! estén cerca del horno porque estos alfajores se queman enseguida!!

Una vez fríos, rellenar con dulce de leche o dulce de dátiles. **Gracias @thebakerygarden**

VERSE BIEN ES RUTINA

Todos queremos tener una piel suave y luminosa, libre de cualquier imperfección...Y sobre todo cuando sos quinquenal. Se puede lograr con algo muy simple: una buena rutina de Higiene facial en casa. Tienes que realizarla dos veces al día, por la mañana y por la noche.

> **LIMPIEZA** es fundamental para eliminar las células muertas, impurezas, oleosidad y maquillaje. Hacelo con leche de limpieza o loción micelar.

> **TONIFICACION** paso esencial que equilibra el Ph de la piel y la prepara para recibir los beneficios de las cremas.

> **HIDRATACION** con la hidratación natural de la piel no es suficiente ya que la exposición a factores externos como el aire, el sol y la polución, atacan la barrera cutánea causando pérdida de agua. La piel deshidratada no es saludable y envejece de forma prematura. Elegí texturas livianas como gel o emulsiones si tu piel es grasa o mixta, en crema si tu piel es seca.

> **PROTECCION** es fundamental usar SPF 30 (factor de protección solar) y renovarlo cada 2 hrs. Elegí una textura acorde con tu piel, NO olvides usarlo durante todo el año incluyendo los días nublados.

Gracias por los consejos @Puraestéticaintegral

MÁS ALLÁ DEL GUISO

Alguna vez comiste fideos de garbanzo? Son riquísimos. Y según su creador en Argentina, Diego Garelo, junto a su esposa Cecilia Scavuzzo y su amigo Cristian Merdianin, crearon Makarona, un proyecto que facilita el consumo de legumbres “más allá del guiso”. Los fideos de garbanzo, arvejas y lentejas tienen gran cantidad de fibra, son bajos en índice proteico y están libres de gluten además de ser aptos kosher y veganos. Eso no es todo, son naturales, no tienen colorantes ni conservantes y son también aptos para diabéticos y sin TACC ni sodio.

“Nuestro objetivo es que en Argentina, uno de los exportadores de legumbres de América, crezca su consumo aportando grandes beneficios para la salud por su gran aporte de fibra. Al ser preparados como fideos, que incluyen fécula de mandioca de Misiones, el proceso de cocción es mucho más rápido al igual que su digestión. Pero además es una alternativa para muchas personas que tienen problemas de salud”.

Makarona nació en 2015 y ya está en venta en todas las dietéticas y tiendas naturales del país. Dentro de poco se empieza a exportar. **Me gustaron @pastasmakarona**



LA PORCIÓN JUSTA

ARCOR LANZÓ SU NUEVO PROGRAMA CON EL OBJETIVO DE PROMOVER LA VIDA SALUDABLE SIN DEJAR DE DARSE LOS GUSTITOS NUESTROS DE CADA DÍA.

Estás a punto de morder un chocolate. Qué sentís? Dos cosas contrapuestas pero que siempre vienen juntas: PLACER Y CULPA.

Arcor encontró una fórmula que te facilita lograr el equilibrio ideal para darte un gustito y no morir en el intento. La consigna es "no existen alimentos perfectos, buenos o malos. Hay patrones de alimentación saludables o desequilibrados. Cada alimento ocupa un lugar en nuestra vida, el secreto es saber con qué frecuencia y en qué porciones lo podemos comer".

Así nació el programa "Tu porción Justa" que busca educar al consumidor proporcionándole la medida justa de su porción de alimento y darle alternativas ya envasadas en porciones individuales para facilitarte algo que pocos parecen tener: Autocontrol.

Dicen que en el tamaño está todo, y parece que con los alimentos —en especial los dips que se comen entre comidas— se confirma la regla. "Porción es la cantidad promedio de alimento que debería consumir una persona sana, mayor de 3 años, para tener una alimentación saludable". La OMS viene trabajando en la reducción de las raciones y su densidad energética para evitar la ingesta innecesaria de calorías. Los alimentos considerados de consumo opcional son los grasos como manteca, mayonesa y grasas sólidas, azúcares en sí y sus primos tipo mermelada y dulces, las bebidas azucaradas, golosinas de todo tipo y barras de cereales con azúcar agregada. Estos no son indispensables para alcanzar el requerimiento diario de nutrición. Sin embargo pueden incorporarse a la dieta en un máximo de 13.5% (270 calorías). Este crédito de calorías es válido si uno logra un equilibrio en la ingesta entre lo que consume y lo que gasta. O sea, si te querés comer ese

chocolate y no sentir culpa, apenas tenés que subir por la escalera en lugar de usar el ascensor, o bajarte antes de la parada del colectivo en lugar de tomar taxi hasta la puerta. Lograr esto se llama simplemente conducta. Arcor te permite "snackear" o picotear como decimos habitualmente con esta "Porción Justa" para que el extra de calorías no entre por los ojos sino por el sabor y el placer de comerlo sin culpas.

Por otro lado hay algunos detalles interesantes para conocer y aprender. Si logras moderar en 100 kcal/día el consumo de alimentos es posible prevenir el aumento de peso progresivo que generalmente se produce, sobre todo en los quinquenials, cada año.

O sea teniendo presente el "Energy Gap", como se llama a la cantidad de calorías por encima de las que una persona precisa según su gasto energético que produce exceso de peso, una pequeña intervención diaria del estilo caminar o cualquier actividad física te ayuda a mantenerte sin dejar de disfrutar una golosina. Que todos sabemos que muchas veces nos levanta el ánimo y nos brinda un estado de casi felicidad.

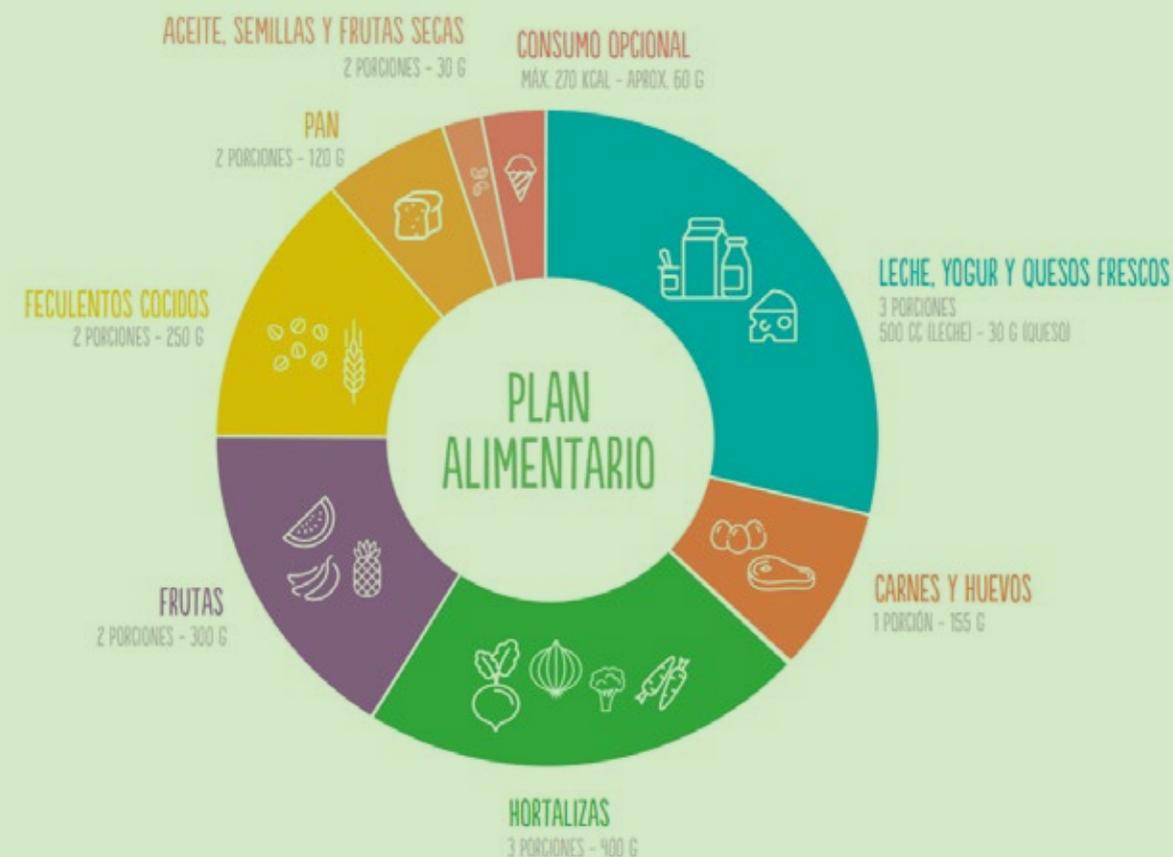
Si te lo prohibís lo deseás más. Por eso es fundamental no hacerlo con los niños con sobrepeso, no torturarnos contando cada extra que metemos en la boca y comprender que hoy en el siglo XXI no comemos por supervivencia. Esto se educa como muchas otras cosas.

El Programa "Tu porción Justa" limita la cantidad a lo posible y los productos llevan en el envase un sello identificatorio que te saca la ansiedad frente al mostrador de cualquier kiosco. También te dan un límite de energía (ningún producto supera las 15kcal) y te brinda toda la información nutricional para que elijas tranquilo. ■



GOLOSEO

De acuerdo con el relevamiento realizado por Datos Claros para Arcor en julio de este año sobre cómo se come entre comidas: el 70% de los consultados declaró realizar colaciones de forma habitual y el 66% sostuvo que suele premiarse con golosinas, galletas, snacks y postres. Acerca de la frecuencia, el 65% de los encuestados dijo que realiza colaciones a diario, una o más de una vez al día, mientras que las mujeres realizan colaciones con mayor frecuencia diaria que los hombres, 73% vs 52%. Del mismo modo, el 63% sostuvo que las colaciones tienen un efecto positivo en el estado de ánimo mejorando el humor.



COPETONAS ES UN NOMBRE!

Lugares para desenchufarse hay muchos, Copetonas propone un poco de todo, historia, aventura, gastronomía, turismo rural e inclusive la Fiesta del mate y la torta frita este 12 y 13 de octubre.

POR **CLAUDIA DÍAZ**
@claudia.e.diaz

Llegar a Copetonas tiene lo suyo. Uno va desacelerando en el viaje a medida que se aleja de la urbe y a pesar que a veces se acelera para llegar más rápido. Lo primero que se siente al llegar, cuando uno baja del auto y pone el pie en el suelo es el silencio. El silencio de ciudad, porque los pájaros y los teros parecen dar la bienvenida.

Desde hace 8 años un grupo de habitantes y productores juntaron fuerza e ideas y están promocionando el Turismo Rural, desde 2010 están incluidos en el programa de pueblos turísticos de la Provincia de Buenos Aires. Unos verdaderos Quijotes de las pampas, saber reinventarse y no salir corriendo cuando el agua llega al cuello, cosas de gente de campo.

Arremangarse y seguir. Y así lo hicieron.

Al llegar nomás vale la pena ir directo a Banco Viejo, una cervecería artesanal que propone degustar un tapeo de campo, cuerito de chanco, tortillas, tabla de fiambres de la zona. El lugar ideal para recuperar las energías gastadas durante el viaje. A la hora del almuerzo o la cena los visitantes ponen rumbo a La Casa de los Abuelos, el único restaurante que tiene Copetonas, atendido por sus dueños en su propia casa, Cachi y Oscar Videla ofrecen unas pastas memorables (entre \$250 y 300 por persona).

A la hora de la siesta, sí en Copetonas es sagrada la siesta, o cuando baja el sol hay dos posibilidades, alojarse en el mismo pueblo en el Hospedaje Copetonas, son departamentos equipados con calefacción, agua





caliente y todo lo necesario para pasarla bien. O, alejarse un poco del asfalto y desensillar en San Joaquín, una estancia ubicada a 7 kilómetros de Copetonas. Aire puro de campo. Presupuestos y gustos deciden la elección de cada uno.

DE CARAVANA

En materia cultural Copetonas ofrece el Museo Regional y Centro Cultural, donde se puede ver una muestra de elementos rurales y curiosos de la historia y la vida cotidiana del pueblo, además de una muestra arqueológica.

El Museo de Yerba Mate propone un recorrido por la historia, cultura y producción yerbatera a través de sus envases. Para gente de diseño gráfico, marketing y publicidad, este no es un dato menor. No hay otro museo en todo el país que muestre un acervo similar.

Y, quienes necesiten un poco más de acción pueden encontrarla en la Cooperativa de trabajo "Río Mulpunleufú", en el puente viejo del Río Quequén (15

Km. desde Copetonas), aquí pueden hacer tirolesa, rappel, puentes tibetanos y también alquiler y travesías de kayaks y mountain bike. De hecho, están preparando para el domingo 14 de octubre, el 4° desafío en Kayak de Luna Llena. Un programa tentador que calza justo con la Fiesta de la Yerba Mate y la torta frita.

CON NOMBRE Y APELLIDO

Es difícil portarse mal en Copetonas, porque todos se conocen. Por eso sus emprendimientos comerciales llevan los nombres de sus creadores. Si queremos llevarnos algún recuerdo de vuelta a casa o algún regalo, en Copetonas tienen muy buenas opciones. Está la Cuchillería Artesanal "Los Mocitos" de Miguel Martínez, también los budines y alfajores artesanales de La Gorda, Eva Lacave; o las masas danesas de Diana Fontelba, que hacen honor a las recetas de sus ancestros.

El dicho que lo bueno viene en frasco chico, queda muy bien en Copetonas. Tiene pocas opciones, pero buenas. De esas que valen la pena un viaje. ■

Ubicación

Al sudeste de la provincia de Buenos Aires, en el partido de Tres Arroyos. A 58 kms. de esta, a 560 km. de Buenos Aires, y a 20 km. de Reta. Desde Buenos Aires por RN N°3 y luego por RP N° 72.

Copetonas en la web:

www.puebloturísticos.tur.ar
www.tresarroyosturismo.com/copetonas

UN POCO DE HISTORIA

Copetonas nació con la llegada del Ferrocarril del Sud en 1912. En su época de auge entre los años '40 y '50 tuvo 500 habitantes y también cine y diario. Hoy la habitan 120 personas y es un pueblo agro ganadero.

El nombre del pueblo tiene dos posibilidades: algunos dicen que es por un tipo de perdiz (también conocida como martineta) reconocida por su peculiar pelaje y un penacho en la cabeza. Y otros aseguran que el nombre se debe al de un barco que encalló en las playas de Reta, proveniente de Capetown.



Dónde comer

La casa de los abuelos: Desde hace 18 años Cachi y Oscar Videla atienden personalmente y ofrecen sus pastas caseras en el restaurante-casa. Tel: (02983) 497086.

Cervecería Banco Viejo:

el lugar para disfrutar una buena picada de campo. Sobre la Av. Principal. Tel: (02983)15404080

Dónde dormir

Hospedaje

Copetonas: Atendido por su dueña, Mari Bonini. Tiene dos departamentos equipados con TV, calefacción, cocina, baño privado. Contacto: (02983) 497211 \$ 400 p/ personas.

Estancia San Joaquín:

Ofrece alojamiento rural, pero también se puede pasar un día de campo, camping, pileta, animales de granja, eventos, etc. Tel: (02983) 15615381 - www.estancia-sanjoaquin.com.ar

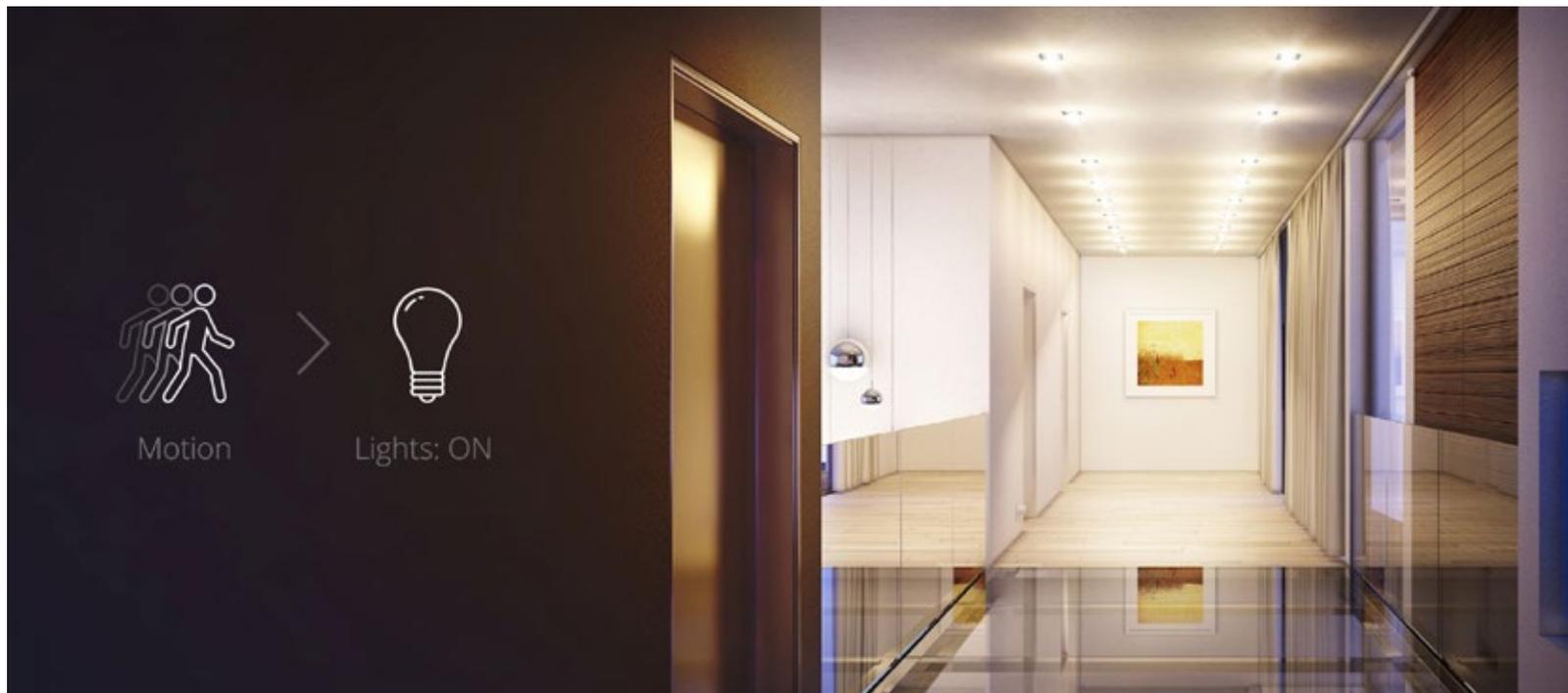
Dónde comprar

Cuchillería Artesanal "Los mocitos", de Miguel Martínez. Tel: (02983) 15-408296.

La Gorda, de Eva Lacave. Budines y alfajores artesanales Tel: (02983)15-542667.

Masas Danesas de Diana

Fontelba: (02983) 15-568032: la primer prestación de gastronomía con identidad danesa.



EL FUTURO LLEGÓ A NUESTRAS CASAS

La automatización de nuestras casas u oficinas ya es un hecho. La domótica inteligente está irrumpiendo en las nuevas construcciones. También es aplicable en refacciones de viviendas, locales comerciales u oficinas. En Argentina llegó de la mano de Life2Better, importador de la firma polaca FIBARCO.

POR **GUILLE GÓMEZ ROMERO**
@guillegomezromero

Si en los '70 nuestras madres o abuelas se maravillaban con una batidora eléctrica, que les permitía hacer varias cosas al mismo tiempo, ahora somos nosotros los maravillados por la tecnología que se aplica en las llamadas casas inteligentes. Algo así como la revolución doméstica, ya no hará falta estar en la casa u oficina para apagar las luces de noche, prender el riego de día, encender el lavarropas o el aire acondicionado. Ahora hay dispositivos que hacen muchas de las tareas cotidianas, inclusive si uno se olvida abierta una llave de gas, o si estamos en un crucero en el medio del Mediterráneo y nos acordamos de algo. La casa inteligente sigue funcionando y obedece órdenes a la distancia. La ciencia ficción llegó y está en crescendo al ritmo de los inventos tecnológicos.

En Argentina Life2Better importa los productos de FIBARO, firma polaca fabricante de estos administradores que nos facilitan la vida y son una buena solución para controlar, administrar y automatizar viviendas o ambientes de trabajo, a través de un sistema de módulos y sensores inalámbricos que le permiten a la casa u oficina adaptarse para responder a los cambios ambientales, maximizar el confort, aumentar la seguridad y consumir energía de manera eficiente.

No solo se trata de mayor comodidad y confort, sino también de ahorro energético y económico. En una casa inteligente se calcula una reducción del 30% del consumo anual eléctrico, de agua y de gas, no es poco para el planeta y menos para el bolsillo. Es cierto también que a la hora de pensar en aplicar la inteligencia para construir o refaccionar la casa u oficina se tendrá que contar con un presupuesto mayor,





UN CLICK

¿Quién no sueña con tocar un botón y que bajen y suban las cortinas o se encienda la cafetera a control remoto?

pero está comprobado que con el ahorro energético la inversión se recupera entre uno y tres años.

AL RITMO DEL MERCADO

Si bien Argentina es un mercado incipiente, hay razones que explican este crecimiento y nada mejor que un entendido en el tema para que nos cuente. Sebastián Ikonicoff, CEO de Life2Better, representante de FIBARO en Argentina, asegura "El mercado inmobiliario y de la construcción deberán atender al pedido del público en general, ya que en pocos años vender una casa sin esta tecnología será similar a venderla sin conexión al cable de televisión", destaca el experto y continúa "Contar con tecnología para casas inteligentes instalada en sus unidades es un valor agregado que puede traducirse en un mayor valor de venta. Al igual de lo que sucede con los automóviles, cuyo valor es más elevado si son "full" frente a los "base", con las casas, departamentos y oficinas pasa lo mismo".

Javier Chiterer, arquitecto, docente en la Facultad de Diseño y Arquitectura de Buenos Aires y socio del Estudio Chiterer, habla sobre la base de su experiencia:

"Empezamos a incorporar tecnología inteligente hace unos años en nuestros proyectos por razones de confort y seguridad. Pero rápidamente notamos que es un valor agregado por el cual el inversor o cliente está dispuesto a invertir algo más de dinero, ya que entre el ahorro energético y el valor de reventa que tienen esos inmuebles lo consideran un buen negocio"

5 RAZONES

Son cinco los puntos fundamentales por los cuales es conveniente y atractivo reformar unidades o construir proyectos enteramente inteligentes:

Seguridad: la domótica inteligente permite, por ejemplo, cerrar una llave de gas o de agua ante escapes, pérdidas o simples olvidos. Además, pueden detectar movimientos de intrusos en el hogar y hasta sacarles una foto y enviárselas a su celular si así lo deseara. Pero también podría iluminar la escalera de noche cuando alguien se levanta para ir al baño, de manera tal de evitar caídas o golpes, entre otras funciones.

Confort: llegar al hogar y que ya esté a la temperatura que uno desea, o no tener que pensar en regar el jardín

porque el sistema lo hace automáticamente, son cosas que le darán más tiempo y más razones para relajarse.

Control del consumo y ahorro energético: a veces se consume mucho y otras veces algún artefacto en particular funciona mal y genera derroche. Con estos sistemas se puede saber cuánto consume cada uno de los artefactos del hogar y evitar estas situaciones. Además, esta tecnología permite un ahorro energético –agua, luz y gas- de hasta un 30%.

Ecología: menos consumo implica más ahorro energético, y por ende, menos contaminación ambiental. Se trata de cuidar el planeta y también nuestra economía.

Inversión rentable: la empresa garantiza que entre uno y tres años después de haber transformado al hogar/oficina la inversión (que está en el orden de los 60 mil pesos para un departamento de dos ambientes) se recupera gracias al consumo inteligente. Pero además, el valor de reventa de estos hogares se incrementa cuando están equipados con esta tecnología, con lo cual se trata de un negocio rentable tanto para el inversor como para quien vive de manera permanente en ese espacio.

¿DÓNDE APLICAR LA TECNOLOGÍA?

En varias partes de la casa, empresa u oficina, inclusive antes de entrar al garaje con el portón automatizado, al ingresar al living o cocina y que las luces se prendan a nuestra llegada, o el abrir y cerrar de las persianas o cortinas a determinada hora del día. Las luces de la escalera que se encienden cuando alguien se levanta de noche. No se trata de ciencia ficción es el futuro que ya está acá, entre nosotros. Lástima que no están Leonardo Da Vinci y Julio Verne para verlo. ■



LA TECNOLOGÍA NO DEBE SERVIR SOLAMENTE COMO UN SÍMBOLO DE STATUS, ES UNA HERRAMIENTA PARA CUIDAR LA NATURALEZA Y TAMBIÉN PARA CUIDAR EL BOLSILLO A LARGO PLAZO.

RECURSOS NATURALES

La energía eólica y la solar están ahí para adoptarlas como forma de vida. Es cuestión de tomar la decisión.

LIFE2BETER EN LA PRÁCTICA

Dimmer 2: Controla la intensidad de la iluminación.

Single & Double Switch: Para controlar cualquier tipo de dispositivo On/Off. Luces, acondicionadores de aire, caldera, riego, e inclusive puede controlar varios dispositivos en simultáneo.

Roller Shutter 2: Sube y baja persianas, abre y cierra portones motorizados. Corre cortinas hasta el lugar exacto, igual con persianas o puertas.

RGBW Controller: Un controlador inalámbrico para tiras Led, que no solo controla la iluminación. Puede conectar hasta 4 sensores analógicos, convirtiéndolo en un dispositivo poderoso.

Más info en: www.life2better.com



DIVERTIDO • MAYORES DE 18 AÑOS • ALL-INCLUSIVE • ATREVIDO

HEDONISM II
NEGRIL

JAMAICA
Negril



Una fiesta interminable
en el paraíso

UNAS VACACIONES DE ALMA,
CUERPO Y ESPÍRITU.



¡NO SE LO PUEDEN PERDER!

Con entretenimiento diurno y nocturno, fiesta y noches temáticas, buceo, deportes acuáticos no-motorizados, shows en vivo, club nocturno, divertido piano bar, tres opciones de restaurantes para la cena y mucho más.

hedonism.com

TEMPTATION
CANCUN RESORT

DIVERTIDO • MODERNO • MAYORES DE 21 AÑOS • ALL INCLUSIVE



¡EL RESORT MÁS
DIVERTIDO Y PROVOCATIVO
DE CANCÚN TE ESTÁ ESPERANDO!

PROMOCIÓN ESPECIAL PARA EL
MERCADO ARGENTINO

DESDE **US\$788***

¡NOCHES TEMÁTICAS - ENTRETENIMIENTO DÍA Y NOCHE!

7 RESTAURANTES CON EXPERIENCIAS
GASTRONÓMICAS DE 15 PAÍSES

5 BARES CON BEBIDAS
PREMIUM



* Tarifa en acomodación doble por persona por 7 noches, para reservar desde el 29 de septiembre al 15 de noviembre de 2018 y para viajar desde el 29 de septiembre al 20 de diciembre de 2018. En categoría trendy garden view. no incluye vuelo, traslados, impuestos, tasas aplicables o servicios no especificados.



No lo piense más...
Invierta en **FELICIDAD!**

CARILÓ:
Paisaje protegido
Bienestar asegurado
Inversión a resguardo

www.lacompaniadecarilo.com.ar

Centro Comercial Cariló: Local 11 • Tel: (02254) 579040 / 9050 • info@lacompaniacarilo.com.ar
Buenos Aires: Quesada 1610, 1º piso "C" • Tel: (011) 4788 6865 • buenosaires@lacompaniacarilo.com.ar

POEMA DE UN LUGAR

CARILÓ

Acá
A las tormentas se las traga el mar
Y cuando llueve
La duna traga el agua
Insaciable
Porque fue convertida en bosque

Acá el paisaje se traga mis tormentas
Y la lluvia me calma un poco
Porque el agua calma mi sed

Acá el viento habla en mi propio idioma
Nos entendemos con caricias de hojas
Nos hablamos sin palabras
Es casi una figura perfecta de conciliación

Acá el espíritu parece reconciliarse al ritmo
ininterrumpido del grito del hornero

Acá
La vanidad se esfuerza en ocultarse

Entre las sombras de los faroles
Sin dejar de mostrarse del todo

Acá
Mar y bosque
Acá el jilguero

Acá
Estoy enmarañada en mi soledad
Interrogándome
Y respondiendo
Siempre en la medida en que el alma y los
recuerdos me dejen pasar

Acá estoy
Estamos
Es un lugar más en el mundo

Pero es mi mundo
Y creo que por ahora es suficiente.

Las joyas hablan de la persona que las luce.



Nuria Baum

Orfebrería y Joyería de Autora

Trabajos a pedido en plata, oro y piedras · Diseños exclusivos

[M joyasnu@gmail.com](mailto:joyasnu@gmail.com)

[f Nuria Baum Joyas](https://www.facebook.com/Nuria-Baum-Joyas)

[@nuriabaum](https://www.instagram.com/nuriabaum)

[\(+54 9 11\) 3454-1977](tel:+5491134541977)