aki

ZARAGOZA

MAGAZINE

www.akizaragoza.com

nº 158 • X época

X CAMPEONATO DE ARAGON DE

MUS

VIII MASTER NACIONAL DE MUS VIGO

TORNEO PREMASTER PROVINCIAL 2017

AAAMUS

21 sábado OCTUBRE

a partir de las 10 am

25 € socios / 30 no socios
comida incluída

bambola
Restauración
Parque del Agua junto Golf-Spa Ranillas

PREMIOS

Pareja Ganadora:
- Inscripción en Máster Mus Vigo 2017
- Fin de semana en Catamarán para 4 personas. Incluye: Navegación por el Delta del Ebro con patrón profesional y alojamiento en el barco en San Carlos de la Rápita (T. baja, previa reserva).
- Fin de semana para 4 personas en Gran Hotel Las Fuentes de Alcocéber, pension completa (T. baja).

Pareja Finalista:
- Participación en Premáster provincial de Zaragoza
- Fin de semana en Catamarán para 4 personas. Incluye: Navegación por el Delta del Ebro con patrón profesional y alojamiento en el barco en San Carlos de la Rápita (T. baja, previa reserva).
- Fin de semana para 4 personas en Gran Hotel Las Fuentes de Alcocéber, pension completa (T. baja).

Tercera pareja:
- Participación en Premáster provincial de Zaragoza

Cuarta pareja:
- Participación en Premáster provincial de Zaragoza

www.lagooncatamaranes.com

GRAN HOTEL LAS FUENTES ★★★★ ALCOCEBER - ALCOSSEBRE

info@akizaragoza.com 617 41 41 66

158 sumario

Dirección
François Crone
Pilar Alquézar

Redacción
Lorena Jarrós
Patricia Navarro
Maikel Tapia
Andrea Martínez

Fotografía
Belén Gil
Pilar Alquézar

Maquetación
Pilar Alquézar (publicidad)

Edita y Publica
ICA S.L. Cádiz, 3, 4º dcha.
50.004 Zaragoza
678 53 21 87 // 617 41 41 66
pitu@akizaragoza.com
Z-153286.

Esta publicación no se responsabiliza de las opiniones y trabajos realizados por sus colaboradores y redactores.

Quedan reservados todos los derechos.

004 AKIDEMODE
006 Winter Fairytale
008 Tendencias
010 Wall Street. Deco
012 Influencers de akí
016 Belleza
022 Sarah Dodd. Entrevista
028 Aki Motor
038 Escapada: Delta del Ebro

040 AKICULTURAL
044 La experiencia musical
048 Entrevista: Fominder
054 Entrevista: Susana López
055 Entrevista: Pedro Ruiz
056 Entrevista Fernando Vallejo
058 Entrevista José Luis Gil
060 AkiHappiness
064 No los abandones
065 Arte

068 AKISOCIETY
068 Sucedió en verano...
084 Society

100 AKIGASTRONOMIA
102 News

akí demode

_ TENDENCIAS _ INFLUENCERS _ NEWS _
_ KARL LAGERFELD _ ESCAPARATE _ BEAUTY _

APERTURA DE LA PRIMERA TIENDA POR ÁNGEL LÁZARO

CALLE MAYOR, ZARAGOZA, 1967

50 Aniversario

VISENTTI

1967

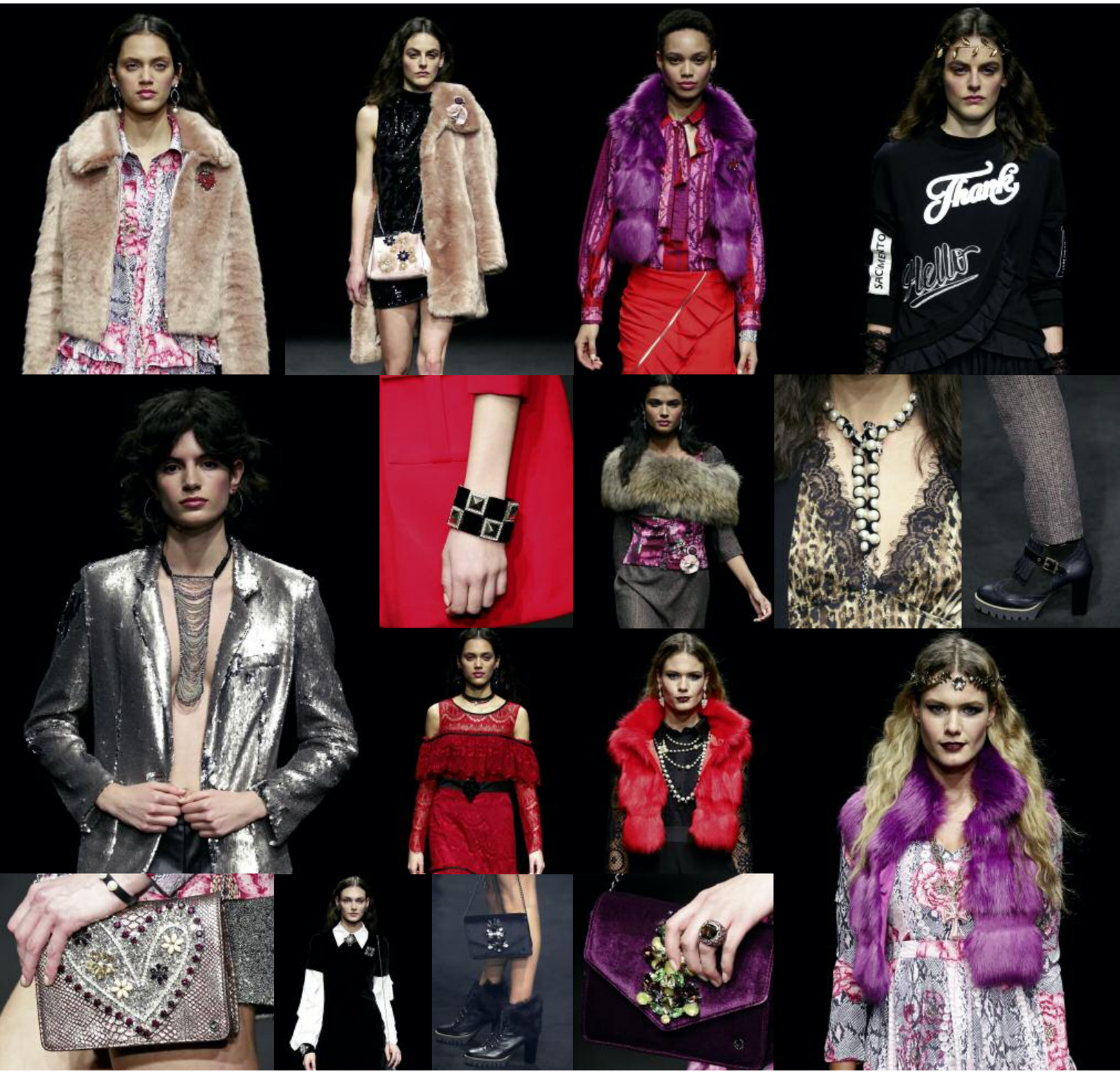
Menuda encerrona la que le prepararon a **Ängel Lázaro** y su mujer **María Teresa Monje**, Las fiestas sorpresa es lo que tienen, y la ocasión lo merecía: celebrar el 50 aniversario de la primera tienda en la calle mayor.

Hijo,nieto, bisnieto y tataranieto de sastres, después de unos años cosiendo en el piso de la calle San Pablo, Ángel Lázaro supo hacer del oficio familiar su profesión y su pasión y abrir distintas tiendas en estos años, contando hoy con dos puntos de venta y que continúan sus hijos **Ruth y Víctor**.

Estos 50 años no hubieran podido cumplirse sin esfuerzo y dedicación, bajo la premisa de buscar y ofrecer siempre lo mejor para sus clientes, incorporando primeras marcas y productos de calidad. Esfuerzo que se refleja por ejemplo en sus viajes a Londres en sus inicios para traer camisas de algodón, que entonces estaba globalizado.

Pasion por la moda, trabajo, búsqueda de la excelencia....VISENTTI

VISENTTI • Sanclemente, 13 • Madre Vedruna, 1



WINTER FAIRYTALE

CASADEMUNT HA PRESENTADO EN LA 080 BARCELONA FASHION SU COLECCIÓN WINTER FAIRYTALE, UNA PROPUESTA PARA LA TEMPORADA OTOÑO – INVIERNO 17/18 INSPIRADA EN LA MAGIA DE LOS CUENTAS DE HADAS, LOS CASTILLOS DE PRINCESAS Y LAS CASITAS DE LOS BOSQUES ENCANTADOS. UNA COLECCIÓN ROMÁNTICA Y FEMENINA QUE HA HECHO BRILLAR A LA IMAGINACIÓN.

La colección se compone de prendas confeccionadas con tejidos aristocráticos, como terciopelo, puntillas o el lujoso lamé, acompañados de detalles de pedrería al más puro estilo sw la firma. Los colores de la colección oscilan entre los tonos rojos, fucsias, granates, violetas, rosas y el “animal print” que se inspiran en los frutos rojos, en las hojas de los árboles y en las flores de los bosques encantados. Juega con el look barroco pero a la vez contemporáneo, una fusión con un destello de fantasía lleno de luz y personalidad.

Visiedos
BOUTIQUE

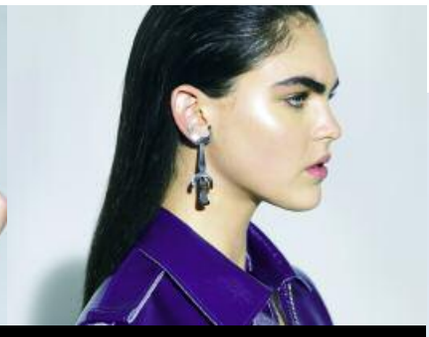
Isaac Peral, 14

Javier Romeo

PENDIENTES GAUDÍ

HILO DE SEDA

Nos encanta la línea Gaudí del joyero **Daniel Espinosa** realizada con hilo de seda y piedras semipreciosas. Gracias a la variedad de colores, se convertirán en tus aliados para llenar de elegancia cualquiera de tus looks. Este otoño van a cusas furor, aunque creo que serán piezas atemporales y eternas.



MIRÓ COMPLEMENTS

JOYAS QUE SON ARTE

La firma **Miró Complements** recrea símbolos universales de las pinturas de **Joan Miró** y los traslada a joyas realizadas en plata de ley. Son formas orgánicas que se integran en el cuerpo de quién las lleva y tras su aparente simpleza encierran un complejo universo de planetas, constelaciones, soles, lunas y personajes extraídas de los cuadros del genio catalán. La colección cuenta con un brazalete, dos pares de pendientes, dos collares y dos colgantes. Se trata de piezas que además de originales son susceptibles de transformarse y utilizarse de diferente manera. Lo que confiere a las joyas una versatilidad y un modo de llevarlas personal e intransferible. Pequeñas obras de arte para llevar en la piel.

Sanse

Zurita, 10. Tel. 976 22 82 63. Cinco de Marzo, 9. Tel. 976 23 38 54
www.sanse.es

Boutique Paloma

Espoz y Mina 28.
Tel. 976 20 76 93
www.boutiquepaloma.es
Fb: Boutique PALOMA -

Jeff de Bruges

Cádiz, 8 • Tel. 976 229 897

Zapatería Joven

Lacarra de Miguel, 4. Tel. 976 21 19 56
Fb: Zapatería Joven

Visiedos

Isaac Peral, 14

Sombreros Albero

• Tú tienes tu estilo y nosotros tu sombrero

Gran Via 11 • Tel. 976 226 945.
www.sombrerosalbero.com

Boutique María Jesús

Camino de las Torres, 50. Tel. 976 212 332
Fb: Boutique Maria Jesús

by Eugeni Quitllet

WALL STREET CHAIR

¡LA CALLE ENTERA! UNA SILLA URBAN-NATURE MEZCLA DE TECNOLOGÍA Y SENSUALIDAD PARA HONORIFICAR UNA IDEA, LA DE SENTARSE PARA PENSAR, PARA SOÑAR, PARA HABLAR...

■ Para estar cerca del mar y en la ciudad a la vez; un híbrido emocional que te lleva a través de otras realidades posibles. Una silla única que se repite al infinito para compartirla con los demás. Su ligereza, material y sus formas sensuales y elegantes la convierten en un pieza única para ser utilizada en espacios de interior y exterior.

Fotos: Gabi Orte

MARSALA

reformas integrales. iluminación led. puertas & suelos. jardines verticales. pintura.

Salamero, 12 www.marsaladecoracion.com @marsaladecoracion

El **"fenómeno influencer"** sigue a un ritmo imparable desde 2016 conquistando las redes sociales, los eventos, las campañas publicitarias y el día a día de miles y miles de usuarios que siguen a sus referentes desde el otro lado de la pantalla. Y es que el marketing de influencias se ha posicionado como la mejor estrategia online para numerosas marcas, especialmente del sector moda, belleza, viajes, gastronomía y estilo de vida, para las que **Instagram** y **Youtube** siguen siendo las auténticas reinas. En Aragón, tenemos una buena representación de influencers que, poco a poco, se van abriendo camino. Hoy, tenemos la suerte de poder conocer mejor a cuatro de ellos…

Influencer

MUA CARMEN

Carmen Escanilla, más conocida en el mundo digital como "Mua Carmen" (www.muacarmen.com), edita un blog desde hace más de seis años. Lo que comenzó como un escaparate para enseñar los complementos que en ese momento diseñaba, es hoy todo un referente de moda y tendencias, pequeñas escapadas con encanto y lugares imprescindibles de Zaragoza. Y por si fuera tiene otro blog para los amantes de los gatos: www.somoscatlovers.com. ¡Que el ritmo no pare!

■ **¿Cómo es la persona que escribe desde el otro lado de la pantalla?_**Optimista, deportista, cat lover y vegetariana.
■ **¿Lo mejor y lo peor de ser blogger?_**Lo mejor: conocer amigas con las que compartir experiencias. Lo peor... no lo pienso, ya he dicho antes que soy optimista.
■ **¿Hay vida más allá del wifi?_**Ufff... Prefiero no descubrirlo! Pero si me entero os lo cuento en mi Instagram Stories.
■ **No sales nunca de casa sin…_** El móvil, *of course!*
■ **Color_** Me encanta el rojo. ¡Me casé de ese color!
■ **"Must-have"_** Vaqueros. Tengo que esforzarme para llevar otra cosa.
■ **Una localización_** Cualquier sitio cerca del mar.
En Zaragoza, un lugar favorito para:
■ **Actualizar el blog_** Mi casa es mi lugar favorito en el mundo.
■ **Hacer una sesión de fotos_** Cualquier fachada ruinosa, nunca fallan!
■ **Ir de compras_** Las tiendas que os cuento en mi "Guía de Zaragoza"
■ **Desconectar_** No me suele hacer falta, tengo una vida tranquila.
■ **Tu próximo post_** Fotos de nuestros próximos findes fuera de Zgz.
■ **¿Qué otros blogs no podemos perdernos?_**Mis favoritos nacionales son *"Lovely Pepa"* y "*Collage Vintage*". Internacional me quedo con "*Gary Pepper*", sus fotos son siempre espectaculares.

A HUNGRY BLOG

Recetas ricas, saludables, divertidas y 100% aptas para intolerantes al gluten. De ellas está lleno "A Hungry blog", un blog de cuidados platos y fotografías editado por Miguelina Mateo, dominicana de nacimiento y mañica de adopción. Un consejo: no lo leáis con el estómago vacío…

■ **¿Cómo es la persona que escribe desde el otro lado de la pantalla?_** Hambrienta, imaginativa y muy sociable.
■ **¿Lo mejor y lo peor de ser blogger?_** Lo mejor es probar los platos que preparo para cada receta y conocer a otros bloggers. Lo peor, según mi marido es que siempre comemos frío, porque primero hay que hacer las fotos *(risas).*
■ **¿Hay vida más allá del wifi?_**¡Por supuesto! Tenemos el 4G
■ **No sales nunca de casa sin…_**Pendientes, móvil y algo para picar.
■ **Un olor. Un sabor. Un plato que nunca falta en tu mesa_** Canela. El olor de las especias. Como buena dominicana, nunca falta un plato de mangú.
En Zaragoza, un lugar favorito para:
■ **Actualizar el blog_** mi cocina
■ **Llenar tu carro de la compra_** los supermercados de El Corte Inglés y Alcampo.
■ **Saltarse la "operación bikini"_** Mr. Dumbo, me gusta toda la carta y pido sin control.
■ **Desconectar_** el gimnasio y el supermercado por supuesto.
■**Tu próximo post_** será algo dulce…¡ si no lo devoramos antes!
■ **¿Qué otros blogs no podemos perdernos?_***"Madeleine Shaw", L"ove and Lemons"* y de Zaragoza, *"Increible pero cierzo"* y *"Mua Carmen".*

YOUR ENGLISH SCHOOL

inside English

¡MATRICÚLATE YA EN NUESTROS CURSOS!

KIDS · TEENS · ADULTS

PREPARACIÓN EXÁMENES OFICIALES

Cambridge English
Exam Preparation Centre

B1 PET B2 FCE C1 CAE

EXCLUSIVO MÉTODO COMUNICATIVO

AVALON QUANTUM ENGLISH

A1 A2 A3 A4 A5 A6 A7 A8

PROFESORES NATIVOS TITULADOS

Grupos Reducidos (max. 8 alumnos)

Clases 100% en inglés hablando desde el primer día

Matrícula Gratis

Avda. Goya 11

876 112 813

info@inside.english.es

www.inside-english.es

inside_english @inside.english.school @InsideEnglishSc

DOS. TWO. DUE

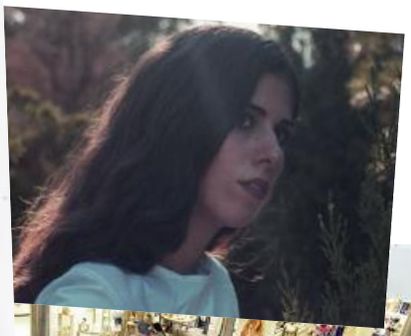
El número dos es su imagen de marca. Porque todo lo hacen a dúo: sus fotos, sus looks y sus planes. Y es que, desde aquel día en el que coincidieron con un look similar y tuvieron un aluvión de "likes", Teresa Villar y Patricia Gabás no pueden vivir la una sin la otra, hasta tal punto que decidieron crear su canal de Instagram conjunto (@dos.two.due). Hoy, 7 meses después, ¡ya superan los 20.000 seguidores!

■ **¿Cómo es cada una de las mitades de "Dos Two Due"?**
TERESA: Pat es reflexiva, una crack analítica y una gran profesional audiovisual, muy exigente con su trabajo.
PAT: Teresa es más "RRPP" y una amante loca de la moda. Pasa el día viendo revistas y visitando tiendas físicas y online. ¡Nunca se cansa!
■ **¿Lo mejor y lo peor de ser influencer's?_**Lo mejor es la recompensa de que nuestro trabajo guste, cuando alguien nos manda una foto porque se ha comprado un look que hemos sacado o que nos agradezcan haberles dado la idea que necesitaban para una ocasión especial. Lo peor es, en nuestro caso, los nervios que generamos para conseguir pasar tiempo juntas. ¡Hacemos verdaderos malabares para compaginarlo con nuestros trabajos!
■ **¿Hay vida más allá del wifi?_** Sí… el 4G *(risas)*. Hay vida y debería de haber más, la verdad. Nuestros momentos lejos del wifi son cuando huimos del calor de Zaragoza al fresquito de nuestros pueblos y nos evadimos un poco del mundo digital.
■ **No salís nunca de casa sin…**
PAT: desayunar.
TERESA: el móvil y el corrector de ojeras
■ **Un color. Una tendencia. Una localización.**
PAT: Mi color es el azul, aunque con la ropa este año soy muy de rosa y gris. ¿Tendencia? los volantes, me ayudan a ganar volumen. Y localización…cualquiera en el Pirineo sería perfecta para Dostwodue, pero no consigo mover a Teresa hasta allí! ;)
TERESA: Color, el blanco siempre! Como tendencia, las sneakers, nos salvan nuestro día a día y permiten muchas combinaciones. En cuanto a localización, tengo fijación con las puertas antiguas de la zona del casco de Zaragoza y las fachadas de colores neutros.
En Zaragoza, un lugar favorito para:
■ **Actualizar vuestro Instagram_** desde nuestro sofá, somos muy caseras.
■ **Comenzar el día_** La Fama y sus churros con chocolate.
Ir de rebajas… las tiendas pequeñitas del Casco y grandes marcas por Pº Damas e Independencia.
■ **Un plan para dos_** una cena en un restaurante japonés y una playa turquesa.
■ **Vuestro próximo look a dúo_**Sorpresa!
¿Qué otras cuentas de Instagram no podemos perdernos?_ Somos muy fans de las bodas de *@lapetitemafalda,* del estilo de *@mstreinta*, la decoración de *@novenoce*, la naturalidad de *@teresa_sanz,* los stories interminables de *@paulagonu* y de la voz de *@sofiaellar.*

ESCALA DE CRISES

De la combinación de su nombre y de su pasión por la fotografía surgió el nombre de su canal de Youtube. Y desde hace tres años, Cristina González no ha parado de mostrarnos sus favoritos en moda y belleza, tips y tutoriales de maquillaje y experiencias con las que ya ha cautivado a más de 30.000 suscriptores. Wow!

■ **¿Cómo es la persona que habla desde el otro lado la pantalla?_** Muy natural y, sobre todo, sincera y cercana. Me gusta decir las cosas tal y como son para que mis seguidores sepan lo que de verdad vale la pena.
■ **¿Lo mejor y lo peor de ser "youtuber"?_** Lo mejor es todo el apoyo que tienes por parte de tus seguidores y todo lo que eso conlleva. Y lo peor… son las críticas muchas veces, aunque trato de no hacerles demasiado caso.
■ **¿Hay vida más allá del wifi?_**Obviamente sí; Se hace raro, pero me encanta desconectar de vez en cuando.
■ **No sales nunca de casa sin..._** Mi móvil. No me gusta ser dependiente de él, pero es parte de mi trabajo.
■ **Un color. Una tendencia. Un cosmético._**Azul. Los volantes. Un labial rojo.
En Zaragoza, un lugar favorito para:
■ **Grabar o editar tus vídeos de Youtube_** Mi casa, porque es donde más cómoda me encuentro pero hay rincones preciosos en Zaragoza.
■ **Llenar tu neceser de novedades_** La nueva tienda de Primor en Pº Independencia, ya que tiene de todo. ¡Pasaría horas o esos pasillos!
■ **Salir de compras_** Puerto Venecia, Paseo Independecia, Calle Alfonso…
■ **Desconectar_** Las afueras, donde precisamente no haya tiendas, Wi-Fi y solo se respire tranquilidad.
■ **Tu próximo vídeo_** Uno de los más importantes que voy a subir al canal, porque trata del abuso y del bullying Y aunque no tiene que ver con la belleza creo que la gente que tiene posibilidad de conectar con tantas personas y mayormente con un público joven debería tratarlo para acabar con él definitivamente.
■ **¿Qué otros canales de Youtube y/o Instagram no podemos perdernos?_** En Youtube, recomiendo el nuevo canal de *Almudena Castellano*, que también es de aquí. Y en cuanto a Instagram, el de *Clara Millán (@hemisferioazul).*



Oh my Cut! Gran Vía

Gran Vía, 31. Tel: 876 28 34 43

Oh my Cut! Monasterio de Samos

Monasterio de Samos, 39. Tel: 976 49 20 15

Oh my Cut! José María Lacarra

Lacarra de Miguel, 43. Tel: 976 21 29 70

EMPRESARIO DE AKÍ

David Agea

TRES CENTROS OH MY CUT EN ZARAGOZA

• David, hace dos años estuvimos contigo en la inauguración de Oh my Cut Gran Vía. A día de hoy, cuentas ya con tres salones. ¿Por qué te has animado a dar este salto?

La realización personal y la motivación de satisfacer las necesidades de todos nuestros clientes, desde un altísimo nivel de calidad a un precio totalmente accesible a todos los clientes es nuestro motor de arranque y mantenimiento en estos momentos tan difíciles para los negocios.

• Cuáles son las próximas novedades y proyectos para tus nuevos salones?

Tenemos muchas novedades: queremos que la atención al cliente sea aún más personalizada en el trato, ofrecer presupuestos antes de realizar ciertos trabajos, que cada persona reciba asesoramiento personalizado... También hay novedades en cuanto a las técnicas y productos que utilizamos. Se trata de conseguir la satisfacción final del cliente.

• ¿Esperas ampliar horizontes en otras ciudades o te seguiremos teniendo en Zaragoza?

Pitu, me vuelvo a repetir: para mí no hay nada más gratificante que escuchar "Gracias por ponerme tan guap@, me encanta lo que me habéis hecho el equipo de Oh my Cut! y, a este precio, puedo venir más a menudo a la peluquería." Estoy muy orgulloso de mi ciudad, y agradecido por todo lo que me brinda.

• Defíneme la filosofía de Oh my Cut!

Nuestro lema es + por menos: + calidad, menos dinero. + trabajos, menos tiempo **+ profesionalidad... mejores resultados!**

www.ohmycut.com

LIMPIEZA Y CUIADO

BARBUDOS

HEY JOE! MANTIENE A RAYA LA BARBA DEL MOMENTO. EL SOL PUEDE SER UN FACTOR NEGATIVO PARA TU BARBA, HEY JOE! SE SUMA A LA TENDENCIA #BRITISHSTYLE CUIDANDO TU BARBA DE LOS RAYOS SOLARES Y LUCIENDO UN LOOK MUY GENTLEMAN.

CONSEJOS HEY JOE! PARA BARBUDOS: desde la limpieza al cuidado y conservación del 'look' masculino que se niega a morir.

■ **BEARD SHAMPOO Nº 1:** Está concebido para limpiar en profundidad estas zonas con necesidades especiales de aseo, sin olvidar la hidratación y el acondicionado tanto de la piel como de la barba y el bigote. PVP: 16,50 euros.

■ **BEARD OIL Nº 1:** El distinguido aceite para barba de Hey Joe! es único e inconfundible tanto por la mezcla de aromas que encontrarás en él, como por la calidad de los aceites que lo componen. PVP: 19,50 euros.

■ **DESSATA BEARD BRUSH:** Nuestro cepillo tiene un diseño innovador estudiado cuidadosamente para proporcionar un resultado espectacular en el desenredado y cuidado de tu barba. PVP: 12,90 euros.

BEAUTY MEN

TODO UN DANDY

UN ESTILO CLÁSICO Y UNA BELLEZA ELEGANTE. ¡CONOCE LOS PRODUCTOS MÁS COOL PARA SER UN DANDY!

■ **LA FRAGANCIA MÁS COQUETA: MASCULIN PLURIEL DE FRANCIS KURKDJIAN EN LE SECRET DU MARAIS**
El nuevo opus de mi guardarropa olfativo. Una bella creación con múltiples facetas, diseñada para evolucionar con versatilidad y sensualidad más allá de las modas. Un acorde fougère, marca de los grandes clásicos masculinos, acompañado del absoluto de lavanda de la Provenza y de un acorde de cuero suave elaborado sobre una arquitectura de madera de cedro de Virginia, pachuli de Indonesia y vetiver de Haití. Fougère, amaderado, cuero.

■ **UN PEINADO AD HOC A TU ESTILO: POMADE SUPER STRONG HEY JOE**
La pomada más potente. Diseñada para aquellos que necesitan un extra de fijación y agarre, nuestra Super Strong es ideal para estilos que desafían todas las leyes de la física. Una pomada hardcore no apta para cobardes. Ofrece un acabado de dureza alta, pero sin efecto “acartonado”, proporciona un brillo medio y se elimina de forma sencilla con un ligero lavado.

■ **UN CABELLO DENSO Y FUERTE: HAIR REGENERATOR SERUM FORTE**
Tratamiento anticaída que contribuye a aumentar la densidad del cabello. Serum compuesto de principios activos que estimulan el crecimiento capilar: 3% Redensyl, 3% Procapil, 2% Capixil y las innovadoras Células madre de argán.

MEDICINA ESTÉTICA

CORPORAL

CELULITIS-GRASA LOCALIZADA-FLACIDEZ-RETENCIÓN DE LÍQUIDOS

VARICES Y LESIONES VASCULARES
MESOTERAPIA
INTRALIPOTERAPIA
HILOS TENSORES

FACIAL

ARRUGAS-MANCHAS-FLACIDEZ-REJUVENECIMIENTO

FOTOREJUVENECIMIENTO
TOXINA BOTULÍNICA
HILOS TENSORES
VITAMINAS
RELLENOS
PEELING

Clínicas PASTOR

ESTÉTICA

TRATAMIENTOS FACIALES Y CORPORALES MANUALES Y CON APARATOLOGÍA DE ÚLTIMA GENERACIÓN

LPG - CRIOLIPOLISIS - RADIOFRECUENCIA - RECUPERADOR
ONDAS DE CHOQUE - TERMOESTIMULACIÓN - IPL

OTROS SERVICIOS

PROGRAMAS DE NUTRICIÓN
(PRONOKAL E YSONUT)
FISIOTERAPIA AVANZADA
TERAPIA LÁSER PARA DEJAR DE FUMAR
MICROPIGMENTACIÓN
MICROBLADING
ELIMINACIÓN DE TATUAJES
RAYOS UVA

SERVICIO INTEGRAL BELLEZA - SALUD
PIES Y MANOS

MANICURA Y PEDICURA CND
UÑAS DE GEL Y ACRÍLICO CND
ESMALTADO SEMIPERMANENTE SHELLAC
PODOLOGÍA Y CIRUGÍA
TRATAMIENTO LÁSER PARA HONGOS

Madre Vedruna, 31-33. Teléfono: 976 53 68 58. www.clinicaspastor.es. info@clinicaspastor.es

COSMÉTICA NATURAL

JUICE BEAUTY

JC APOTECARI TRAE EN EXCLUSIVA A ESPAÑA LA REVOLUCIÓN DE LA COSMÉTICA NATURAL AMERICANA: **JUICE BEAUTY,** CON EL OBJETIVO DE ELABORAR COSMÉTICOS ORGÁNICOS VALIDADOS CLÍNICAMENTE Y CON AUTÉNTICAS SOLUCIONES.

Karen Behnke, una dinámica emprendedora norteamericana del sector welness se apasionó por la seguridad y eficacia de los productos de higiene y cuidado personal con durante el embarazo de su primer hijo. Fundó en 2005 la marca, con sede en San Franscisco, y diez años después la famosa actriz **Gwyneth Paltrow** se asociaba a ella convencida de las posibilidades de lo eco-chic. Al experimentar en primera persona los habituales cambios hormonales y la aparición de las primeras arrugas, Karen se propuso encontrar una solución saludable y eficaz para el cuidado de la piel.

Reunió un equipo de científicos, líderes en el sector, con el objetivo de crear una tecnología orgánica pionera dentro de la industria de la cosmética. **Juice Beauty** ofrece soluciones vegetales no tóxicas pero que funcionan con todas las ventajas de lo convencional, es decir: texturas lujosas, olores agradables, eficacia clínicamente probada, durabilidad y glamour en los tonos y acabados.

En todas las líneas, entre un 70% y un 95% de los ingredientes son orgánicos certificados y las fórmulas se basan en jugos botánicos ricos en antioxidantes y vitaminas. Se trata de productos veganos no testados en animales. No llevan parabenos, derivados del petróleo, pesticidas, siliconas, talco, negro de carbón, ftlatos, sulfatos, PEGs ni colorantes y fragancias artificiales.Tras un largo y duro trayecto profesional, hoy pueden ofrecer tres líneas cosméticas consolidadas y una cuarta de maquillaje. Esta última, nace de la unión de la fundadora y de la actriz *Gwyneth Paltrow,* como Directora Creativa de Maquillaje. Una línea basada en los conocimientos técnicos y científicos de Juice Beauty, para poder difundir su innovador maquillaje de altísima calidad fabricado con activos orgánicos certificados.

DE NUXE SUN

AGUA PERFUMADA

INSPIRADA EN LA LÍNEA NUXE SUN, EL AGUA DELICIOSA PERFUMADA ES LA PRIMERA EAU FRAÎCHE DE TOILETTE CON NOTAS SOLARES EN FARMACIA. EL SOL CAPTURADO EN UN PERFUME QUE ENVUELVE LA PIEL CON SENSACIONES LUMINOSAS Y DELICIOSAS.

Un perfume de emociones, una fragancia que acerca la estela solar todo el año. Más que un aroma, el Agua Deliciosa Perfumada es una experiencia íntima. No foto-sensibilizante, su pirámide olfativa hechiza. Sus chispeantes armonías de naranja dulce y naranjo amargo resplandecen. Nos trasladamos a los trópicos en cuanto se revelan los deliciosos matices de coco y de flores de Tiaré, rematados por los sensuales acordes de vainilla y almizcles.

Dépil Tech
Paul & Jean-Baptiste Mauvenu

Centro de Alta depilación definitiva y foto rejuvenecimiento con IPL, tecnología francesa en exclusiva en Zaragoza.

Arquitecto Yarza, 7. Teléfono: 876 24 12 30. www.depiltech.com/es Fb: Depil Tech Zaragoza

UNA IMAGEN VALE MÁS QUE MIL PALABRAS

BELLEZA: Q77

¡Una belleza Premium con un rostro rejuvenecedor! Q77+ te trae salud y belleza para mantener la piel joven por más tiempo. Q77+, una organización dedicada a la investigación y desarrollo de productos y soluciones alimentarias y cosméticas basadas en los estudios científicos más avanzados con la finalidad de aportar una mejor calidad de vida.

Q77+ ha desarrollado una línea **antiaging** que mejora la salud, bienestar, energía y vitalidad de las personas en base a las más avanzadas e innovadoras fórmulas regeneradoras y antioxidantes, frenando su envejecimiento y potenciando su calidad de vida. Fruto de investigaciones de primer orden ha nacido el exclusivo Factor 77 que potencia los efectos energizantes y antioxidantes.

■ **Comprimidos FACTOR Q77 + REGENERA,** para empezar el día con una dosis extra de energía. Suplemento nutricional que te ayudará a evitar el decaimiento, mitigar las astenias típicas de los cambios estacionales y renovar el vigor y la vitalidad de tu cuerpo tanto física, como mentalmente. Formulada con el innovador FACTOR 77 constituyen un potente regenerador, con efecto antioxidante con la finalidad de recuperar la energía y vitalidad.

Modo de empleo: se aconseja tomar 1 comprimido al día, preferentemente por la mañana y en ayunas para conseguir una máxima absorción de todos sus componentes. PVP: 49 euros_32 comprimidos.

■ **Q77+ COLÁGENO con Ácido Hialurónico y Magnesio con Factor 77*** es un suplemento nutricional compuesto por colágeno hidrolizado de máxima calidad y ácido hialurónico que contribuye a la formación natural de colágeno para el buen funcionamiento de cartílagos, huesos y piel. Las arrugas y la pérdida de elasticidad son síntomas asociados al envejecimiento de nuestra dermis. Q77+ COLÁGENO tiene un efecto beneficioso en el mantenimiento de la firmeza y elasticidad de la piel.

Modo de empleo: tomar un sobre diario, ya que te aporta 10gr de colágeno hidrolizado de alta calidad. PVP: 29 euros_ 24 sobres.

Bebe y ponte guapa!

BEAUTY&GO

Beauty&Go, piel aún más radiante gracias a las nuevas fórmulas de sus bebidas de belleza.

Las fórmulas de **Beauty & Go** —las únicas bebidas con Macro-Antioxidantes®— se han renovado para aportar todavía más beneficios a la piel.También se han actualizado los nombres de las cuatro principales **Bioactive Beauty Drinks**, que se consolidan como el mejor complemento de los tratamientos cosméticos de aplicación tópica. PVP:2,45 euros. Para lucir una piel sana y bonita hay que cuidarla y alimentarla desde el interior. Por eso ahora Beauty & Go incorpora más y más efectivos ingredientes activos, específicamente seleccionados para crear un cóctel de belleza adecuado a cada necesidad de la piel. Junto a su ingrediente estrella, los Macro-Antioxidantes, las nuevas fórmulas contienen péptidos bioactivos de colágeno, que mejoran la flexibilidad y ayudan a retrasar la aparición de arrugas, así como a mejorar la apariencia de las ya existentes; extracto de granada con una eficaz acción antioxidante; el 100% del manganeso diario recomendado para mantener el tejido conectivo de la dermis; ácido hialurónico, que hidrata y proporciona elasticidad; extracto de melón, para mejorar la firmeza; y el 50% de las vitaminas diarias necesarias para un cutis espectacular. ¡Convierte las nuevas Beauty & Go en tu aliado de belleza y empieza la temporada con tu mejor piel!

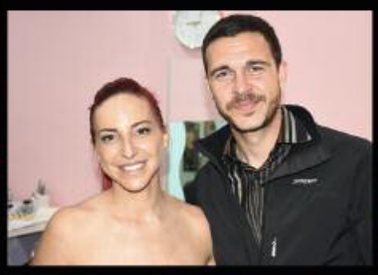
Gemma
BEAUTY BAR

Clara Campoamor 3 (junto a Grancasa)

674 188 439

Gemma Beauty Bar se caracterizan por ser especialistas en MIRADAS y uñas. Sitio clave de referencia en extensiones de pestañas y micropigmentación en Zaragoza al que va gente desde muchos puntos de la provincia. Por fin con local propio de más de 100 metros y un estilo vintage muy acogedor para poder satisfacer todas las necesidades estéticas. Manicuras y pedicuras en sofás de masaje relax muy confortables, faciales, masajes, depilación normal y al hilo , maquillajes.

Visita nuestros trabajos en Gemma Zaragoza Beautybar porque ellos son la prueba de nuestro trabajo.



Jesús Zamora

"CUANDO EMPECÉ A VIAJAR POR EL MUNDO CAMBIÓ MI FORMA DE PENSAR Y MI OPINIÓN SOBRE LAS PERSONAS. COMPRENDÍ QUE HAY MÁS GENTE QUE QUIERE AYUDAR QUE LA QUE QUIERE HACER DAÑO..."

NÓMADA SOÑADORA

SARAH DODD

VIAJERA POR EL MUNDO, ESCRITORA Y CONFERENCIANTE

> "Desde niña tuve que superar muchos obstáculos en mi vida personal y mi principal mensaje es que no tiene que haber excusas que nos impidan lograr nuestros objetivos"

Sarah Dodd es una encantadora joven norteamericana, de *Mountain Home, Arkansas*, que decidió cambiar radicalmente su vida para dedicarse a viajar por el mundo. Viajera solitaria por el planeta, escritora y conferenciante, a sus 27 años ha recorrido ya 64 países y ha vivido experiencias increíbles. Ahora lleva cuatro años residiendo en Zaragoza, aunque no suele parar por aquí más de dos o tres meses al año, ya que el resto del tiempo está recorriendo países. Su objetivo es visitar las 196 naciones que hay en el mundo. Quiere ir a todas y difundir por todas partes su mensaje de amistad y conexión entre diferentes culturas. Y todo ello a través de su proyecto NOMADIC DREAMER (nómada soñadora), cuya oficina está ubicada en nuestra ciudad, que es la base de operaciones para sus aventuras viajeras. Tiene una web con millones de visitas y casi 300.000 seguidores en las redes sociales. Permaneció hasta los 17 años en su casa de Mountain Home: *"Fue entonces cuando salí de Arkansas sin el permiso de mis padres y empezó mi gran sueño de descubrir el mundo. Desde niña tuve que superar muchos obstáculos en mi vida personal y mi principal mensaje es que no tiene que haber excusas que nos impidan lograr nuestros objetivos. La vida no es una cuestión de suerte. Es saber lo que quieres y tener constancia. Tampoco es una cuestión de dinero, pues yo he conseguido estar seis meses viajando por 25 países y gastando sólo mil euros".* Aunque Sarah ya tenía la carrera de Enfermería, *"el año pasado decidí matricularme en el Bachelor de Comunicación y Lenguaje, un título de grado a distancia por la Universidad de Arkansas que se cursa en dos años y me lo saqué en uno solo. Conseguí las mejores notas y recibí la distinción Summa cum laude. Y todo ello mientras viajaba por más de 20 países y trabajando en mi proyecto. Me despertaba cada día a las cinco de la mañana. Hacía meditación cada día. Daba igual la hora a la que me acostara. Y, después, ejercicio para estar en forma. Luego, los estudios. Cuando todo el mundo se despertaba, a las nueve de la mañana, yo ya podía decir que había terminado todo un día de trabajo. Me dedicaba a hacer de cinco a nueve de la mañana todo lo que tenía que hacer. La falta de tiempo no es el problema ni puede ser nunca una excusa. El problema es cómo gestionamos nuestro tiempo".* Sarah también tiene claro que *"conseguir nuestros propósitos no es suerte, es trabajo. Es constancia... y saber siempre lo que quieres. Yo no puedo hablar de suerte porque vengo de una familia humilde y con muchos problemas estructurales. Tenía que trabajar para conseguir lo que tengo. Cualquier cosa que he querido me la he ganado con mi trabajo. La constancia es algo que se debe aplicar a todo en la vida. Por ejemplo, también en el deporte".*

Estaba inmersa en una vida que no le llenaba y con una gran lista de deseos pendientes de cumplir: *"Salir de mi casa de Arkansas fue el primer paso para salir de mi zona de confort. Y mi primer destino fue Florida. Allí estuve viviendo dos años. Florida fue mi primer lugar de referencia fuera de mi casa. West*

Palm Beach y Tampa fueron mis dos lugares de residencia allí...”, recuerda Sarah, que añadía que *“después volví a Arkansas para terminar mi carrera de Enfermería. Trabajaba mientras tanto para poder pagarme los estudios. Fue duro, pero cuando terminé de pagar mis estudios y mis préstamos, gracias a mi esfuerzo y mi trabajo, me mudé a España totalmente libre de cargas”.*

Con 23 años, en 2013, Sarah se vino para España porque quería aprender español: *“Me gustaba mucho la cultura española, pero no tenía ni idea del idioma español. De España me gusta todo: la comida, la cultura, la gente, la gastronomía, las fiestas, el fútbol... He estado en Los Sanfermines, en Las Fallas, en La Tomatina de Buñol, la Feria de Abril y, como no, cuando vine aquí a Zaragoza, las Fiestas del Pilar. Y he de reconocer que lo que más me impresionó fue La Tomatina. Me pareció la fiesta más loca que he estado...”* Nos cuenta que vino a Zaragoza *“para enseñar inglés mientras yo aprendía español. Es una ciudad que está a mano de todo, cerca de todas las grandes ciudades de este país, pero lo suficientemente tranquila para vivir con comodidad y sin que te falte de nada. Llevo aquí cuatro años ya y me he podido ir empapando de la cultura española a través de múltiples eventos. En 2015, cuando llevaba dos años en España, empecé a viajar sin parar por el mundo, teniendo Zaragoza como base de operaciones...”*

Su primer viaje fue a Marruecos sola y en autostop: “*Quería vivir una aventura nueva y enfrentarme a mis miedos haciendo algo diferente. Fui sola por todo Marruecos, hasta el Sáhara, alojándome en casas de familias que no conocía de nada, pero que me acogían muy amablemente. Es un recuerdo imborrable porque era la primera vez que hacía algo así... Y abrí mi mente a culturas diferentes a la mía. Me impactó muy positivamente la experiencia porque cambió mi forma de pensar y mi opinión sobre las personas. Comprendí que hay más gente que quiere ayudar que la que quiere hacer daño...”* Después hizo el camino de Santiago: *“No estaba en forma porque hace dos años pesaba 20 kilos más que ahora. Pero seguí adelante y conseguí hacer el camino, mil kilómetros desde Francia en 31 días. Terminé más conectada conmigo misma y con mi fuerza interna. En ese momento ya empecé a creer que todo era posible. Fue el comienzo de todo lo que he conseguido hacer después. A partir de ahí he hecho cosas increíbles, que nunca me hubiera imaginado hacer. Por ejemplo, hacer puenting en la presa de gravedad más alta del mundo, Grande Dixence, en la zona de Zermatt, en plenos Alpes del sur de Suiza. También he saltado en paracaídas. Y hasta he hecho un retiro de silencio en un templo de la India, concretamente en Chennai, durante diez días. No podía ni hablar, ni siquiera mirar a otras personas. Fue una experiencia muy difícil, casi imposible para una persona como yo que no se calla ni debajo del agua. Pero lo logré”.*

En noviembre fue invitada al evento de TEDx más grande de España, en León, donde dio su primera charla en español en un auditorio con mil asistentes. E incluso participó el pasado enero en una ponencia en FITUR ante dos mil personas: *“Hablé de las experiencias de viajar sola. Y de lo que me impactó, sobre todo, la India. Fue un tremendo choque cultural. Terminé agradecida por mi propia vida y por todo lo que tengo. Después de estar en la India ya no me puedo quejar de nada. Cada día al despertarme doy gracias por lo que tengo y me doy cuenta de que la vida es un regalo. Tenemos que disfrutar de ella, porque sólo tenemos una vida”.* También ha dado Sarah en marzo pasado una conferencia en Nueva Orleans en el Women´s Travel Fest, el evento de mujeres viajeras más importante del mundo.

Sarah empezó a crear su proyecto NOMADIC DREAMER como un hobbie, pero quería dar un paso más *“y rápidamente acabé convirtiendo mi deseo y mi pasión por viajar en mi auténtica profesión. Por eso, ahora me gano la vida con mis viajes y mis conferencias. Con ello tengo la oportunidad de inspirar a personas cada día. Y eso me llena. Tengo también página web de NOMADIC DREAMER (www.thenomadicdreamer.com/es) y servicio de live coaching. Lo más importante es que he podido comunicarme con miles de personas en mis charlas y conferencias en colegios, universidades, empresas... y también con equipos deportivos a los que transmitir el espíritu ganador y el coraje de que si quieres puedes. Mi pasión es el esfuerzo, la constancia y la motivación”.*

En cuanto a sus proyectos más inmediatos, Sarah nos cuenta que: *“tras el viaje de este verano por Centroamérica, mi próximo objetivo es ir al Norte de Asia... A continuación me espera África... Pero sigue siendo sólo el comienzo. Porque hay 196 países en el mundo y quiero visitarlos todos. Hasta ahora he estado en 71 países y voy a continuar porque no hay país al que no quiera ir. De momento, mis favoritos son la India e Indonesia. Por el contraste tremendo. Me gusta lo diferente. No me gusta la norma. Ni lo normal. Me gusta ir siempre a contracorriente”.* Añade Sarah que *“mi objetivo, realmente, es dar charlas por todo el mundo y ayudar al desarrollo de la vida de otras personas”,* pero no descarta otros ámbitos como la imagen o la moda. Ella, ante todo, es una enamorada de los medios de comunicación en general. Y, especialmente, le apasiona la televisión.

Sarah es también una extraordinaria deportista: *“me encanta el submarinismo. Lo practico a un nivel avanzado y lo he hecho con tiburones. Me gustan todos los deportes de naturaleza: correr, senderismo, escalada, puenting, parapente, kayaking, surf... También jugué al baloncesto cuando era jovencita, en EEUU. Y me apasiona el snowboard...”* Como aficionada, *“el baloncesto y el fútbol. Es una de las cosas que más disfruto en España. Y en los cuatro años que llevo ya en Zaragoza me he aficionado al Real Zaragoza. Es mi equipo favorito. Sé que ha tenido mejores épocas, pero a mí me ha tocado vivir la actual y me he acostumbrado a sufrir con el Real Zaragoza”.*

20 años de fisioterapia

TRAUMA ARAGÓN

Cuidamos de ti

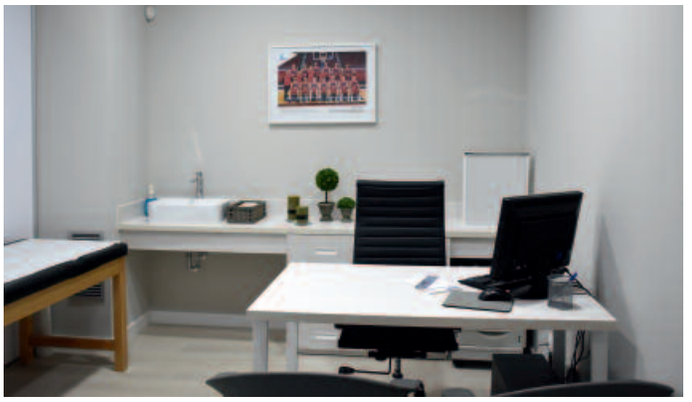
Trauma Aragón ha sido, durante dos décadas, el centro de fisioterapia de las federaciones deportivas: fútbol, baloncesto, pádel, tenis, hípica... Ahora, Trauma Aragón traslada sus instalaciones al centro, en el Paseo de la Constitución, para ser el referente de la fisioterapia privada en nuestra ciudad.

Trauma Aragón nos sigue ofreciendo su gran experiencia en un espacio nuevo, céntrico, que cuenta con un gran equipo de profesionales y la más moderna aparatología.

Nuestro Director Médico, el **Dr Julián Cremallet**, es el jefe de los Servicios Médicos del Tecnyconta Basket Zaragoza. Colabora con nosotros la **Dra Alina Quintana**. Especialista en Rehabilitación. Nuestros Fisioterapeutas: **Andrea Cristóbal, Marta Vega, César Arjones** y **Javier Vidal** aportan su técnica y experiencia para conseguir mejorar la salud de nuestros pacientes, aplicando las técnicas más novedosas.

También disponemos de INEF, Graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, que realizan planes de entrenamiento específicos y reincorporación al deporte tras una lesión.

En la búsqueda de un asesoramiento integral de tu salud, incorporamos a **Ignacio Lillo** (Nutricionista del Tecnyconta Basket), Experto en Nutrición humana y Dietética, para conseguir diferentes objetivos por medio de la dieta: Rendimiento deportivo, Pérdida de peso, Nutrición en el embarazo, etc. y a **Beatriz Rodrigo** en Estética ofreciendo tratamientos de belleza, maquillaje profesional, estilismo y diseño de la mirada (extensiones de pestañas).



Fisioterapia deportiva. Soporte médico
INEF. Planes de entrenamiento específicos
Reincorporación al deporte tras la lesión
Espalda Sana. Gimnasia abdominal e hipopresiva
Nutrición. Estética

Constitución, 22. Teléfono: 976 799 521. www.traumaaragon.com @TraumaAragon

La Boutique du Tracteur

La empresa francesa **La Boutique du Tracteur** desembarca en Zaragoza con una nueva delegación.
Los Tractores De Don Quijote cuenta con una nave de 1.100 metros cuadrados, situada en La Cartuja Baja, donde los clientes podrán encontrar un centro logístico, no solo para repuestos de tractores, sino que contará con tres líneas de negocio:

Los Tractores de Don Quijote: venta on line de repuestos y accesorios de tractores en el mercado peninsular, desarrollo de productos específicos al mercado peninsular.
www.laboutiquedutracteur.com

Kfiltro: pagina web de venta on line de filtros para todo tipo de vehículos.
www.kefiltro.es

La Boutique de Liss: venta on line de productos de belleza y asesoramiento de peluquería, tutoriales de estilismo,... para mujer, hombre y niño. www.laboutiquedeliss.com

La Cartuja Baja. Pol. Ind. San Valero, Calle 2, Nave 14; 50720 (Zaragoza) Teléfono: 876 66 11 75.

Lisseth Galarza
ESTUDIO

Lisseth nos presenta su nuevo estudio de asesoría de imagen. Un espacio único, diferente, que ofrece los mejores servicios de peluquería y barbería en un ambiente personalizado. te atenderá solo bajo cita previa, para que disfrutes de ese momento tan personal. Cuídate, mímete, tómate una copa de vino mientras dejas que la profesionalidad de Lisseth descubra ese lado de tí tan bello.

Descubre tu tienda online de productos de alta gama. el lujo a tu alcance. www.laboutiquedeliss.com

c/ Cuatro de Agosto, 18. 2º oficina 2 B. Tel. 619 050 874
www.laboutiquedeliss.com citas@lissethgalarzastudio.com

A LA CONQUISTA DE FRANKFURT

FERRARI 488

Es el Spider de más altas prestaciones jamás construido por el Cavallino Rampante alimentado por el motor V8 turbo alimentado con 3902 cc del 488 Coupé con una potencia máxima de 670 Cv con un Sistema de Gestión Variable del Par que garantiza una entrega suave y progresiva del par en las marchas más altas hasta un máximo de 760 Nm a 3000 rpm. Es un coche asombroso con una imponente aceleración (0 a 100 km/h en 3 segundos y 0 a 200 en 8,7), y que especialmente destaca por una contundente respuesta del acelerador de tan solo 0,8 segundos donde esencialmente se elimina el típico efecto "turbo lag" de este tipo de motores

CITY CROSS

FIAT 500S

an sólo unos pocos meses después del lanzamiento del nuevo 500L, ya está demostrando ser un gran éxito, la gama se enriquece con la nueva versión City Cross que satisface a los clientes que buscan un crossover urbano. Su personalidad de crossover se demuestra en varios elementos exteriores, como los parachoques específicos con placa protectora, la parrilla delantera y la alineación elevada 25 mm. La impresión general se vuelve incluso más deportiva con los nuevos elementos de color negro como las llantas de aleación de 17", las tapas de los retrovisores, el techo en contraste, disponible como opcional, y las molduras laterales y traseras.

El Nuevo 500L City Cross está disponible en 9 colores, pastel o metalizados, pero el color de carrocería que más lo hace Cross, es sin lugar a dudas, el nuevo Naranja Sicilia en combinación con el elegante techo negro y con los numerosos elementos del mismo color presentes en el City Cross.

NOVEDADES

HACIA EL FUTURO

Nuevo León CUPRA R, el modelo más potente

■ El SEAT de serie más potente de la historia es al mismo tiempo el más exclusivo, ya que se trata de una serie limitada de 799 unidades. Disponible con cambio manual (310 CV) o DSG (300 CV) —ambos con seis velocidades y tracción delantera—, en su carrocería destacan los detalles exclusivos en fibra de carbono en los spoilers delantero y trasero, en los faldones laterales y en el difusor posterior, los retrovisores exteriores en color cobre, así como las llantas, los pasos de rueda y el frontal de nuevo diseño con unas poderosas entradas de aire. El SEAT León CUPRA R estará a la venta a finales de 2017.

DE LOS CREADORES DE
"DIVERSIÓN Y RENDIMIENTO"

ABARTH

ABARTH 124 SPIDER

CUANDO SE JUNTAN EL SPIDER Y LA PASIÓN DE LOS INGENIEROS DE ABARTH, EL RESULTADO ES UN COCHE ÚNICO: EL NUEVO ABARTH 124 SPIDER. PONTE AL VOLANTE, Y NO QUERRÁS ESTAR EN NINGÚN OTRO SITIO. ABRE SU CAPOTA, LLÉVALO A LA CARRETERA Y RESPIRA: LA EXCELENCIA ESTÁ EN EL AIRE.

TUYO POR

295€/MES

36 CUOTAS
ENTRADA: 12.818,98€

ÚLTIMA CUOTA:
17.199,92€ - TAE 5,36%*

ABARTH 124 SPIDER MANUAL: EMISIONES DE CO_2 DE 148 G/KM. CONSUMO MIXTO DE 6,4 L/100KM.

*Oferta correspondiente a un Abarth 124 SPIDER 170 CV manual. PVP Recomendado: 38.024,35€. Incluye IVA, Transporte, IEMT calculado al tipo general, descuentos de concesionarios y fabricante. Gastos de matriculación no incluidos. Importe total del crédito: 25.205,37€. TIN 3,99%. Comisión de apertura (3%): 756,16€ al contado. Precio total a plazos: 41.395,06€. Importe total adeudado: 28.576,08€. Oferta válida hasta el 31/12/2016 en Península y Baleares para clientes que financien con FCA Capital España, E.F.C., S.A.U., según condiciones contractuales con un mínimo a financiar de 6.000€. La versión visionada corresponde con el vehículo Abarth Spider Manual con opcionales (PVP Recomendado 40.650€). Abarth es una marca registrada de FCA US LLC.

VELCONI
AUTOMOCIÓN

Carretera de Logroño, 28 - Tel. 976 90 71 71
www.velconi.com

Expo Tyre

servicio integral de vehículos

neumáticos

En Expotyre disponemos de una amplia gama de neumáticos de las marcas más prestigiosas del mercado: Goodyear, Michelín, Bridgestone, Continental, Pirelli, Lassa y muchas más.
Además, les ofrecemos las mejores máquinas de equilibrado y alineación.
En su kit de servicios, incluimos el inflado con nitrógeno y la limpieza de llantas, totalmente gratuitos.

aire acondicionado

Comprobamos gratuitamente los grados del circuito. Te hacemos la carga asegurandonos que no tenga ninguna fuga, si aparece una fuga, te daremos presupuesto de la reparacion.
Disponemos de profesionales con certificado oficial para cargar el nuevo gas r1234yf, que llevan todos los coches desde agosto de 2016.

aceite

Cambio de aceite de caja de cambios. ExpoTyre dispone de la máquina de diálisis para poder sacar el aceite usado e introducir el ATF nuevo. También realizamos un mantenimiento adecuado del aceite y los filtros de un vehículo

diagnosis

No importa si es una pequeña avería electrónica o un grave fallo del motor. Los profesionales de Expotyre están preparados para ofrecer el mismo servicio que las casas oficiales.

revisión completa

Podemos recoger el vehículo en tu domicilio, ofrecerte un coche de cortesía, gratuitamente. También te podemos pasar la ITV oficial.
La revisión completa consiste en:
Cambio de aceite y filtros (los que correspondan). Revisión de todos los niveles del vehículo.
Revisión de todos los puntos de seguridad: Neumáticos. Suspensión. Frenos. Líquido de frenos. Control de batería y sistema de carga (alternador). Limpiaparabrisas. Testigos e instrumentos. Control de iluminación. Control de mandos.

descarbonización

La carbonillas es el colesterol de su motor y causa decenas de averias
Ventajas de las descarbonización:
· Ahorro de combustible (8% a un 15%).
· Rejuvenece el motor, aumenta la vida del motor.
· Reducción de emisiones protegiendo el medio ambiente.

alineación

Expotyre Zaragoza dispone de la máquina más moderna del mercado para alinear tu vehículo. Te comprobamos gratis la alineación de tu vehículo en tan sólo 3 minutos. Una alineación adecuada puede duplicar el rendimiento de tus neumáticos.

y muchos servicios + para tu vehículo

ExpoTyre

servicio integral de vehículos

EXPOTYRE, MARCA LÍDER EN ZARAGOZA EN EL MANTENIMIENTO Y REPARACIÓN DE VEHÍCULOS Y EN NEUMÁTICOS DE ALTA GAMA, ABRE SU TERCER CENTRO EN LA CARRETERA DE LOGROÑO: EXPOTYRE PREMIUM. TRES BOXES DE MECÁNICA RÁPIDA Y RUEDAS QUE CUENTAN CON MAQUINARIA Y TECNOLOGÍA DE ÚLTIMA GENERACIÓN Y QUE OFRECEN, INCLUSO A LOS VEHÍCULOS DE MAYOR STANDING, EL MEJOR SERVICIO Y PROFESIONALIDAD.

Treinta años han pasado desde que Rubén Tejero empezara su carrera en venta de neumáticos, hoy, acompañado de un gran equipo de mecánicos especializados, lidera esta firma garantía de calidad, profesionalidad y rapidez, y nos presenta su tercer establecimiento: ExpoTyre Premium, un taller de mecánica rápida y cambio de neumáticos para coche y moto situado junto a la gasolinera del Portazgo, a tan solo dos kilómetros del primero. En ExpoTyre Premium nos ofrecen la revisión completa del vehículo, diagnosis, cambio de amortiguación, de aceite y filtros, cambio de neumáticos, etc, todo ello con la garantía de un gran taller.

El taller "alma mater" presta los servicios más completos de mecánica pura: dispone de la máquina más moderna del mercado para alinear tu vehículo, máquinas de equilibrado y alineación digital de los neumáticos, de diagnosis, con software actualizado y personal cualificado y en constante formación. Son especialistas en fugas de aire acondicionado, cambio de aceite en la caja de cambios a través de diálisis, cambio de amortiguadores, de frenos, de líquido anticongelante, alineación de faros, descarbonización del motor,...

Y, por supuesto, cuentan con la mayor oferta de neumáticos de la ciudad, con un amplio stock de medidas de las marcas más prestigiosas del mercado: Goodyear, Michelín, Bridgestone, Continental, Pirelli, Lassa, siendo también centro mayorista que distribuye a otros talleres.

Para completar el cuidado y atención al cliente, Expotyre ofrece sin coste alguno un servicio de recogida de vehículo en el domicilio y entrega, así como coche de cortesía gratuito.

www.expotyre.com

ExpoTyre Zaragoza: Autovía de Logroño km. 2.2 nave A, 50011, Zaragoza. Teléfono: 976 759 500
ExpoTyre Plaza: Avda. Diagonal plaza 14 nave 47, 50197, Zaragoza. Teléfono: 976 900 620
ExpoTyre Premium: Autovía de Logroño Km 0.3 (gasolinera Zoilo Rios), El Portazgo, 50011, Zaragoza. Tel: 976 906 020

EL MINI MÁS DIVERTIDO

ELECTRIC CONCEPT

MINI está dando forma al futuro de la movilidad urbana proporcionando diversión al volante de formas cada vez más distintas. En el Salón del Automóvil de Frankfurt de 2017, la marca británica ofreció a los visitantes una pincelada de cómo será el inconfundible sentimiento de MINI en el futuro para cubrir una gama más amplia de modelos. Conceptos y tecnologías innovadoras ofrecen espacio adicional para un estilo de vida individual y unas experiencias muy emocionantes, al tiempo que continúan mejorando la extraordinaria agilidad y la eficiencia ejemplar, típicas de MINI.

GOODYEAR PRUEBA UN NEUMÁTICO INTELIGENTE PARA COCHES SEMIAUTÓNOMOS CAPAZ DE PREDECIR CUÁNDO DEBERÍA SER SUSTITUIDO

El neumático inteligente, con sensor incorporado, se integra con la flota de vehículos conectada para entregar informes a la base de datos. Los sensores inalámbricos miden y registran continuamente la temperatura y la presión de los neumáticos que, combinado con otros datos del vehículo y conectados a la información almacenada en la nube de Goodyear, mejoran las operaciones generales de la flota y predicen el momento en qué los neumáticos necesitan servicio o deben ser reemplazados.

NOVEDADES

ALEXA

Me llevo el paraguas???

■ Recibir la previsión metereológica, encargar la compra o apagar las luces de casa desde el coche, algunas de las funciones del nuevo servicio de voz Amazon Alexa. Menos botones y más voz. Esta tendencia de la tecnología móvil llega también a los coches. Con servicios de voz como Amazon Alexa tener conversaciones con nuestro vehículo ya no es ciencia ficción : “El coche te reconocerá, te saludará, conocerá tus gustos y te llevará a tus destinos y restaurantes favoritos”, asegura Leyre Olavarria, responsable de Infotainment y Connected Car de SEAT.

PARMOTOR es ahora

ALVO 87

EXPOSICION Y TALLER PREMIUM MULTIMARCA. PERSONAL SHOPPER 2ª MANO.

Miraflores, 14. Teléfonos: 976 481 260. Móvil (con Whatsapp): 699 473 006.

www.alvo87.es/ Alvo87 Zaragoza

Coincidiendo con el 30º aniversario del nacimiento de Alvo, Par Motor traslada sus instalaciones al mítico establecimiento de calle Miraflores.

Julio Fatás, presidente del Consejo de Administración de Parking los Sitios y Mariano Arrieta, consejero delegado, acompañan al Concejal de Urbanismo en su recorrido por las instalaciones.

Olvídate del coche!

PARKING LOS SITIOS

UNA DE LAS NOVEDADES MÁS ESPERADAS DE ESTE VERANO ERA, SIN DUDA, LA APERTURA DEL NUEVO PARKING LOS SITIOS. 230 PLAZAS EN EL CORAZÓN DE LA CIUDAD

En una ubicación privilegiada, las instalaciones del Parking Los Sitios se encuentran entre las más modernas de la ciudad. Su increíble amplitud en los accesos, sus bordillos redondeados y sus plazas hasta un 15% más grande que la media de parkings locales, hacen del aparcamiento la opción más cómoda, sencilla y segura. Además incorpora los más modernos avances tecnológicos como su iluminación por LEDs, su sistema de guiado y su lector de matrículas junto con los puntos de recarga para vehículos eléctricos. Sus plazas repartidas en 3 plantas además están disponibles y vigiladas las 24 horas. Para usuarios recurrentes dispone de abonos de día, de noche y 24 horas.

PARKING LOS SITIOS

TU ESPACIO EN EL CENTRO DE ZARAGOZA

Las instalaciones del Parking Los Sitios se encuentran entre las más modernas de la ciudad. Su increíble amplitud en los accesos, sus bordillos redondeados y sus plazas hasta un 15% más grande que la media de parkings locales, hacen del aparcamiento la opción más cómoda, sencilla y segura para cuidar de su vehículo cuando está maniobrando.

Además incorpora los más modernos avances tecnológicos como su iluminación por LEDs, su sistema de guiado y su lector de matrículas junto con los puntos de recarga para vehículos eléctricos.

Sus plazas repartidas en 3 plantas además están disponibles y vigiladas las 24 horas asegurando su descanso y el de su vehículo.

Experiencia
+ de 30 años en el sector

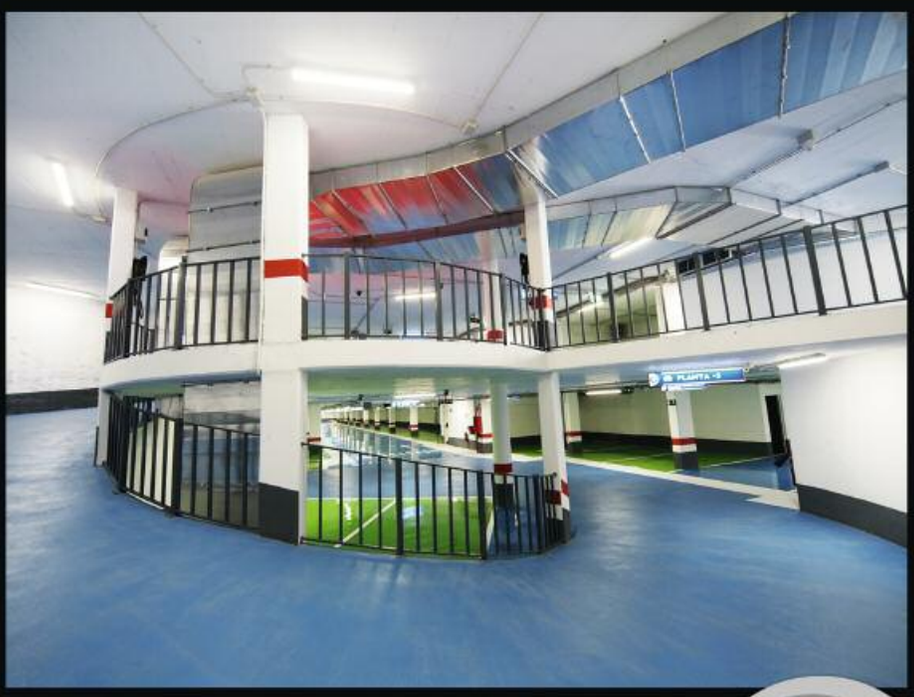
Profesionalidad
+ de 1.500 plazas de aparcamiento gestionadas

Innovación
ofrecemos un servicio moderno, innovador y seguro

Ubicación
en el corazón de la ciudad

Amplitud
+ 15% ancho

Seguridad
24h vigilancia



Plaza de Los Sitios
Paseo de La Mina

976 247 018

contacto@parkinglossitios.es

www.parkinglossitios.es

EL YATE PARA LOS MARINEROS MÁS HEDONISTAS

YACHT CONCEPT

El yate cuenta con 30 metros de eslora y 5 de manga, y posee una arquitectura innovadora incluyendo una cubierta que fluye completamente sobre el área de la cabina. Gracias a la hilera de paneles de cristal irrompibles alrededor del casco, el ambiente interior no tiene parangón, con un loft lleno de luz natural. Su diseño innovador hace que el 'Yacht Concept' sea una embarcación única y agradable para relajarse en el mar sin sacrificar el funcionamiento o la estética. Un diseño exclusivo, como todos los que realiza el Peugeot Design Lab, que está esperando a que una empresa o una persona afortunada lo haga realidad financiando la materialización del proyecto. ¿El sueño se hará realidad?

OPEL INSIGNIA SPORTS TOURER: LA FORMA MÁS SENCILLA DE LLEVAR UN REMOLQUE

El nuevo Opel Insignia Sports Tourer, con su elegante diseño deportivo, numerosas tecnologías pioneras y amplio espacio interior, es también el coche ideal para llevar un remolque. El nuevo Sports Tourer ofrece 1.665 litros de volumen de carga y todo lo que excede esta cifra va al remolque. Con el fin de hacer el tirar de un remolque tan fácil como sea posible, el Insignia Sports Tourer no sólo ofrece características tales como gancho de remolque giratorio, programa de estabilidad de remolque y avanzada tracción en las cuatro ruedas con reparto vectorial del par motor, sino también asistente de arranque en rampas, cámaras 360 grados o de visión trasera y un suave cambio automático de ocho velocidades.

SALÓN NÁUTICO

BARCELONA

■ El 56 Salón Náutico Internacional de Barcelona, que tendrá lugar en el Port Vell del 11 al 15 de octubre, crecerá un 11% respecto al año anterior en oferta y espacio. Con cerca de 700 embarcaciones en exposición tanto en tierra como en agua, así como todo tipo de productos y servicios náuticos, el certamen también ha registrado un aumento del 11% en su oferta flotante comparado con 2016 y supera este año los 180 barcos de más de 8 metros de eslora expuestos, destacando la flota de 21 catamaranes, una de las más importantes que se exhibe en Europa, y una veintena de modelos que están nominados a Mejor Barco Europeo del Año.de 120 novedades tecnológicas.

Navegación Básica • PER
Patrón de Yate
Capitán

PLEAMAR-UNO
ESCUELA NÁUTICA

Madre Rafols, 2 (Edificio Aída)
planta 4ª- oficina 3.
Tel. 650 449. 374
www.pleamaruno.com
info@pleamaruno.com
Uno Pleamar
@pleamar_uno

Pleamar-Uno es una **escuela náutica** homologada ubicada en Zaragoza cuyo **principal objetivo** es la **formación** para la obtención de las diferentes **titulaciones náuticas**.

Puedes hacer la **parte teórica** (en Zaragoza) y la **parte práctica** (en Cambrils) a bordo de nuestro propio velero.

Te ofrecemos la oportunidad de vivir una **nueva aventura**, sacarte un titulación náutica profesional con un **grupo de profesionales** formados en cultura, experiencia y conocimientos, con los que podrás aprender y compartir.

www.lagooncatamaranes.com

DESTINOS

Delta del Ebro

DESDE SAN CARLOS DE LA RÁPITA, NAVEGA EN CATAMARÁN POR EL DELTA DEL EBRO. DESCUBRE SUS PUEBLOS DE LARGA TRADICIÓN DE PESCADORES, ARROZALES Y MEJILLONES. RINCONES COMO LA BAHÍA DE ALFACS CON SUS HUMEDALES, LA PLAYA DE TRABACUDOR, LA RESERVA NATURAL DE PUNTA DE LA BANYA, EL MIRADOR DE LA GUARDIOLA, …

El Delta del Ebro es un lugar único, para los amantes de la navegación en calma, acompañados únicamente por la naturaleza y la paz del entorno. Naturaleza en estado puro a lo largo de las playas infinitas que recorren su desembocadura.

■ Playa del Fangar, donde U2 grabó su videoclip Vértigo. Al norte de la desembocadura del Delta del Ebro, nos encontramos con esta inhóspita playa, elegida por el mítico grupo U2 para la grabación de su videoclip “Vértigo”. Una playa repleta de dunas, totalmente virgen y aislada, sin chiringuitos ni edificaciones, te traslada directamente al desierto del Sáhara. La población más cercana es Deltebre situada a 8km.

■ Playa nudista de la Marquesa. Casi 5 kilómetros de extensión de arena fina y dorada, en medio de un enclave paisajístico singular con amplios espacios, dunas de arena fina, y bañadas por aguas tranquilas y cristalinas de poca profundidad. El viento en la zona hace las delicias de los amantes de la vela.

■ L´Ametlla de Mar, un tradicional pueblo marino, refugio durante siglos para navegantes y pescadores.

■ Playa de Sant Jordi de Alfama. Situada al pie del castillo de Sant Jordi de Alfama de mediados del s. XII, esta playa es un lugar ideal para practicar snorkel.

■ La Bahía de los Alfaques es uno de los rincones más vírgenes de Cataluña y el tesoro mejor guardado del Parque Natural del Delta del Ebro donde parece detenerse el tiempo. Vive una experiencia única bajo el mar, explora el fondo marino de la bahía y descubre las espectaculares nacras, algas, plantas marinas y especies únicas en Europa. La bahía del Alfacs, acoge gran cantidad de aves acuáticas y marinas durante todo el invierno

■ En las salinas de la Trinidad, solo el sol y el viento han creado, a lo largo de los siglos, un paisaje único. la flor de sal es un producto gourmet una sal delicada y baja en cloruro sódico. La empresa Flor del Delta cuenta con la supervisión de Joan Roca para elaborar sus mezclas.

■ Playa del Trabucador. Conocida por sus actividad al aire libre: Kitesurf, vehículos de vela, cometas, … es el lugar de paso de una gran variedad de aves.

■ Punta de la Banya: Reserva Natural colonia de cría de flamencos, gaviota de Audouin, xarranes, tarro blanco y tortugas marinas.

■ Las mejilloneras. Edificadas sobre bateas -estructuras de madera- en donde cuelgan infinitas cuerdas cuajadas de mejillones y ostras. El agua dulce y el fitoplancton del Delta del Ebro hacen que estos mejillones y ostras tengan un sabor diferente y característico. Degústalas en medio del mar en la Caseta del Parrillo (Aví Agustí) y Musclarium.

St. Tropez, Niza, Cannes, Mónaco, Portofino Ibiza, Menorca, Formentera

Prepara ya tu primavera-verano 2018 a bordo de un catamarán

www.lagooncatamaranes.com

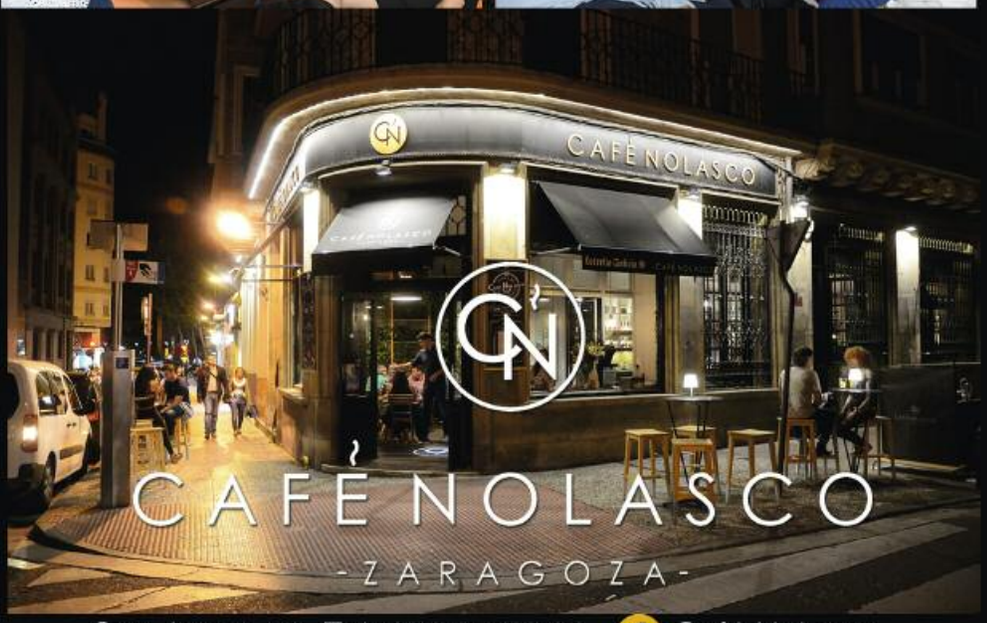
Navega en Catamarán por las islas Baleares,
conoce los mejores rincones y calas de Ibiza y Formentera, fondea en la insólita Cabrera,
descubre el fascinante mundo multicolor bajo la superficie del mar...
O, si lo prefieres, recorre la Costa Azul y la Liguria italiana en un Lagoon 380 o 400.

Capacidad para 8 tripulantes + patrón. 4 camarotes dobles, todos ellos con iluminación natural,
dos baños con ventilación exterior y ducha. Cama individual para el patrón en la proa.
Salón amplio y muy luminoso, con una espectacular vista en 360º.
Cocina equipada, nevera, horno, vajilla,...
Gran solárium de proa

Contacto: 617 414 166. reservas@lagooncatamaranes.com

akí cultural

_ EXPERIENCIA MUSICAL _ FOMINDER _ SUSANA LÓPEZ _
_ PEDRO RUIZ _ ARTE _ EMPRENDEDORES _ AKI HAPPINESS _



San Jorge, 18. Tel: 876 01 72 82 Café Nolasco

LA JUNQUERA

LA JUNQUERA

espacio multiocio

- El complejo hostelero mas emblemático de Zaragoza -

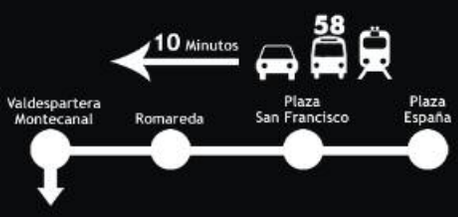
- desde 1948 -

Camino Fuente de La Junquera, 120 . Tfn. reservas: 976 56 06 62

info@lajunqueraocio.com. www.lajunqueraocio.com

OLVIDATE DEL COCHE

Servicio exclusivo de recogida y vuelta a casa.
Infórmate en **www.lajunqueraocio.com**



La experiencia musical

1. ¿CUÁL ES EL CONCIERTO QUE MÁS HAS DISFRUTADO EN TU VIDA?
2. ¿QUÉ GÉNEROS MUSICALES SON LOS QUE ESCUCHAS CON MÁS FRECUENCIA?
3. ¿CUÁL ES TU ARTISTA O GRUPO FAVORITO?
4. ¿PODRÍAS RECOMENDAR ALGÚN MÚSICO QUE TE HAYA SORPRENDIDO GRATAMENTE EN LOS ÚLTIMOS TIEMPOS?
5. ¿CUÁL HA SIDO EL ÚLTIMO DISCO QUE HAS COMPRADO?

■ **JUAN MORO_**FOTÓGRAFO y PROFESOR DE FOTOGRAFÍA EN SPECTRUMSOTOS_ **1.** Muse en Madrid, en el año 2001._**2.** Depende del día, pero le doy cabida a todo: rock, heavy, punk, blues, clásica…_**3.** The Doors, Chet Baker, Lee Hooker, Extremoduro, Bumbury...._**4.** The Delta Saints, un grupo de Nashville que hace un blues rock brutal._**5.** Un vinilo de Chet Baker, "The touch of your lips".

■ **PENÉLOPE SARIÑENA_**PROPIETARIA DE LA TIENDA BRIGADOON_ **1.** Prince en la Sala Multiusos de Zaragoza con el bajista Larry Graham en 1998, un éxtasis musical. Y Eric Burdon en 2006 en el Centro de Historias de Zaragoza, con mi familia._**2.** Escucho de casi todo, soy cotilla musical por naturaleza, pero siempre tiro al blues en todos sus estilos. Sobre todo al blues rock. Mucho jazz, mucho soul clásico... También suelo tender a estilos más industriales y oscuros._**3.** Muchos, es difícil musicalmente hablando, pero por emociones vitales serían Michael Jackson y The Beatles._**4.** Father John Misty, sus melodías me parecen exquisitas._**5.** Dos de vez: "Delta Machine" y "Spirit" de Depeche Mode.

■ **ROSA BALAGUER_**PERIODISTA, PINTORA y GESTORA CULTURAL_ **1.**Diego El Cigala en el Parc Samá de Cambrils. No soy gran fan suya, pero fue un concierto mágico, quizás por el sitio y la compañía._**2.** Soy popera, pero también me gusta el jazz, el soul, la música indie y los cantautores._**3.** Para mí no ha habido otros como Radio Futura. También sigo siempre a Sole Giménez._**4.** ZAZ y Beirut._**5.** "Lo niego todo" de Joaquín Sabina

■ **ÁNCHEL CORTÉS_**PERIODISTA y PROFESIONAL DE TELEVISIÓN_ **1.** De todos los vividos te voy a seleccionar solamente tres. Bruce Springsteen en el Vicente Calderón, en 1988. Casi cuatro horas de auténtico y fenomenal rocanrol. El sudoroso concierto que Burning dio en la Sala Revolver a principios de los 90. Y en Zaragoza el conciertazo que John Mayall nos regaló por esas mismas fechas en el Rincón de Goya, un sitio alucinante para la música y que nunca se debió derribar._**2.** No son pocos ya que no hay que renunciar a la buena música en todas sus dimensiones. Amo el folk, y en su variante americana el country. Aun así me considero básicamente rockero, pero escucho bien a gusto tanto el clásico como jazz y swing._**3.** Sin duda, soy de la generación afortunada que creció escuchando la emisora de la Base Americana y el rocanrol conquistó mi corazón. En este sentido me declaro fan absoluto de nuestros paisanos Mas Birras, y de ese par de genios que parecen salidos del Renacimiento como son el charnego Manolo García y nuestro paisano Santiago Auserón.. En mi criterio Elvis Presley fue el más grande, pero todos los nombrados me gustan mucho así como otros bien cercanos como Cuti Vericad, Amaral y, por supuesto, siempre el abuelo Labordeta, aunque debo confesar que últimamente me he vuelto a enganchar a tope con ese genio del barrio de La Jota que se hace llamar Kase O. _**4.** Me encanta el disco sobre Pedro Saputo de la Orquestina del Fabirol. También hay un mozo zaragozano muy interesante, cuyo nombre es Charly Agustín, que suele protagonizar las jams musicales de Coyote Bar. Además, me gusta mucho la música cañera y recomiendo siempre que puedo a los 13 Krauss. Para la juerga total que no se pierda nadie un concierto con los disparatados The Bronson._**5.** Curiosamente un cedé del cantautor aragonés Celino Gracia y unos vinilos que me han servido para mis sesiones vermuteras "Give Folk a Chance-Labordeta y los demás", que suelo pinchar en grandes festividades en Linacero Café y editados por sendos grupos de la tierra como son Los Twangs y Los Coringas.

descubre la nueva carta de

LA ROSA

alitas de pollo BBQ. pata de pulpo al carbón con crema de patata. tartar de salmón con lactonesa de albahaca. carrilleras glaseadas al vino tinto. kokotxas de Getxo al pil-pil. solomillo ibérico a las finas hierbas. tacos enrollados. tablas de embutidos. ensaladas variadas. bocadillos. hamburguesas. dulces...

Lacarra de Miguel 10. RESERVAS: 976 23 71 34. CAFÉ DE LA ROSA

La experiencia musical

■ **JAVIER VÁZQUEZ_PERIODISTA y ESCRITOR_1.** Dos y muy diferentes: el de Bruce Springsteen en La Romareda y el de presentación de "Señales de humo" de María José Hernández en La Campana de los Perdidos._**2.** Soy muy ecléctico. En los auriculares lo mismo suena un grupo indie que un cantautor, un crooner, un fado o un musical._**3.** Muchos. Sidonie, Pecker, ZAZ, Manel, Clã, Pink Martini..._**4.** Marta Casas, Marla Sloan y Miguel Araújo._**5.** "The cherry on my cake" de Luísa Sobral.

■ **ALIZIA ROMERO_CANTANTE y VOCAL COACH_1.** Michael Bublé, en el Rocódromo de Madrid, hace menos de diez años. Tiene un carisma inigualable y me impactó su banda. _**2.** Escucho todo lo que traen mis alumnos, que es de lo más variado. Cuando escucho para mí, elijo country, gospel y baladas de todo tipo._**3.** Lara Fabian, soy muy fan, aunque últimamente la engaño mucho con Tori Kelly._**4.** Silvia Pérez-Cruz…. ¿hay alguien más con ese gusto, esa sensibilidad y esa forma de mostrar el alma en cada tema?_**5.** "Time to play" de Celia Vergara.

■ **ANA RIOJA_PERIODISTA y ESCRITORA_1.**Recuerdo la emoción de mi primer concierto, de adolescente, sin padres. Fue en Pamplona, con una maravillosa Nacha Guevara. También, mi primer concierto en Zaragoza, escuchando a Leonard Cohen, una noche de verano en el Rincón de Goya._**2.** Soy muy ecléctica, y escucho un poco de todo, pero me gusta mucho el pop-rock, y siempre tengo a mano a mis cantautores de referencia: Labordeta, Serrat, Aute..._**3.** Uno solo, difícil. Tres: Amaral, Serrat y Sting._**4.** Me encanta Zenet, lo descubrí hace un par de años en Arbolé, y Silvia Pérez Cruz, tiene una voz muy hermosa y versátil._**5.** El último que compré fue "El círculo", de Kase O, un regalo para mi hijo Álex, pero lo escuchamos toda la familia.

■ **JOAQUÍN PARDINILLA_MÚSICO_1.** Han sido muchos, pero quiero recordar uno de los primeros que vi al venir a Zaragoza a estudiar: Miky Maus en el Colegio Mayor La Salle._**2.** Jazz y blues, músicas del mundo, folk, música para vihuela y laúd._**3.** No podría elegir, me resulta sinceramente imposible. Pero siempre ando alrededor de Zawinul, Hermeto Pascoal, Gismonti, Dowland, Paco de Lucía..._**4.** Me gusta mucho la evolución de Josemi Carmona. Sigo sus aportaciones con mucha atención._**5.** "Carreteras secundarias" de El Twanguero.

■ **ANA BENDICHO_DISEÑADORA y DIRECTORA CREATIVA DE ESTUDIO NOVO_1.** El concierto de los Rolling Stones en Madrid, en 1990. En 2003 volví a verlos en Barcelona junto a The Pretenders. También el que ofreció Michel Petrucciani en el Circo de Invierno en París, en 1992, en un homenaje a las películas de Nino Rota. Espectacular._**2.** Me gusta toda clase de música. Me acompaña todos los días. Blues, clásica, jazz, country, pop, rap… Me encanta la guitarra española y admiro a Paco de Lucía, así como todo lo que se puede bailar._**3.** Bob Dylan, no me canso de oírlo._**4.** Goran Bregovic, me encanta la música de los gitanos. También puedo decirte que si me preguntas mañana te diría otra cosa._**5.** Un disco de vinilo de Leonard Cohen de 1967, titulado "Songs from a room", en el mercadillo de Bedois (Francia).

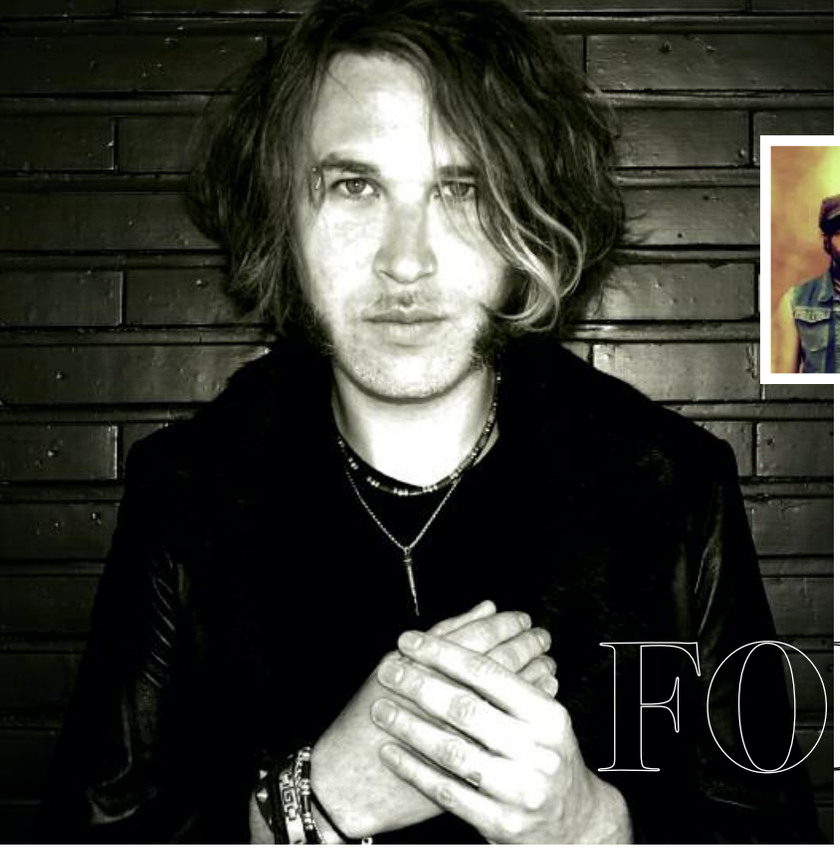
■ **DOMINGO BUESA_PRESIDENTE DE LA REAL ACADEMIA DE BELLAS ARTES_1.** Quizás, el último de Leonard Cohen en Zaragoza._**2.** Me gusta escuchar música renacentista y barroca, aunque me apasiona la canción de autor ya que me parece muy mediterránea e interactiva, y que logra establecer una relación muy directa con el que la oye y con el momento en el que la escucha._**3.** Sin duda, Luis Eduardo Aute._**4.** Me ha sorprendido mucho José Manuel Soto, además de Pasión Vega o Javier Álvarez con su último trabajo._**5.** Un recopilatorio de "Music of your life" para los viajes. Y he conseguido comprar el cedé "Nueces y turrones" del Grupo Alto Aragón de Jaca. Además, hace unos días conseguí "Autorretratos Vol. 3" de Aute.

Barlovento

Gin Club
Whiskería

Francisco de Vitoria, 26

Javier Martínez de Aragón Visiedo
nos presenta el nuevo Barlovento



EL AULLIDO DE UN LOBO SOLITARIO

FOMINDER

Por Maikel Tapia

El proceso de grabación y edición de un disco siempre es arduo. No es un viaje placentero. Pero el resultado compensa todo el esfuerzo que un grupo concentra en sus creaciones. Este es el caso de esta banda zaragozana, alter ego de Juan Latorre, que por fin ha logrado despojarse de cualquier etiqueta que identificara su sonido en sus cuatro años de carrera con una trayectoria impecable. Su último elepé, una joya, refleja sin filtros la esencia de su universo y que gira en torno a unas letras muy profundas envueltas con temáticas tanto surrealistas como terrenales. El tiempo no concede ninguna tregua y ellos lo saben mejor que nadie.

Han sido tres años intensos. En 2015 publicaste tu segundo trabajo discográfico, "El circo robado", y en 2016 y 2017 has realizado una gira junto a tus dos más fieles aliados en esta última etapa. ¿Qué valoración realizas tanto en el aspecto personal como en el profesional de esta experiencia?

Esta etapa ha sido importantísima para crecer tanto en el aspecto musical como en el personal. Todo se ha encauzado para que de mi proyecto personal hayamos terminado siendo un grupo. Pasar tanto tiempo con Santi Laboreo y Joaquín de Carpi me ha hecho evolucionar muchísimo y creo que a ellos también. Nos ayudamos, influimos y crecemos porque los tres llevamos la misma dirección. Todo esto ha sido importantísimo y necesario para llegar al punto en el que nos encontramos actualmente.

En mayo finalizasteis una extensa gira en el Festival Live Weekend de Madrid. ¿Cómo habéis recibido las críticas durante este tiempo?

Las críticas de esta gira han sido muy positivas, nos gusta leerlas en profundidad porque creemos que se puede aprender mucho. Pero los críticos más duros siempre somos nosotros mismos, creo que es la mejor manera de aprender. No nos acomodamos nunca porque siempre se puede mejorar, pero hay que saber reconocer también cuándo se hacen bien las cosas, nunca he creído en la falsa modestia.

En el último disco hay temas sobrecogedores por sus melodías, pero sobre todo por sus letras. "El símbolo" o "Luna y Sol" son el mejor exponente de tu ideario musical. ¿En qué te inspiras para componer?

Al principio hacía letras más crípticas. Creo que he seguido una evolución natural y aunque aún aparezcan pequeños rasgos de los primeros años, ahora escribo con una intención directa, describiendo los sentimientos sin que pierda el toque "poético" pero de una manera más clara, para que tengan una lectura comprensible que llegue a un público más amplio.

En 2013, "Kosmodermia" fue tu carta de presentación en solitario tras una fructífera carrera como guitarrista en la banda Frutas y Verduras. El inicio de una aventura que tiene visos de proyectarse durante más años. ¿Cuál va a ser el siguiente paso?

Estamos preparando el tercer disco enfocándolo más con un sonido de grupo, además del lanzamiento, la siguiente gira… Cualquiera que sea el momento, para mí el próximo paso es siempre renovarme y no estancarme jamás. Estancarte, dejar de investigar o acomodarte creo que son las peores enfermedades del arte.

Fominder viaja entre el post-punk y el pop en el último álbum. ¿Va a seguir trazando la misma línea en el siguiente trabajo?

Siento que el siguiente trabajo es un disco más "universal", que toca sentimientos generales del ser humano y puede llegar a mucha más gente. Estamos siendo muy ambiciosos con este trabajo. También ha cambiado mucho el enfoque porque ahora es un concepto de grupo, al hacer música los tres juntos hemos conseguido ser como una "trinidad", estamos unidos, nos sentimos tres cuerpos en un solo sentimiento.

Tu pasión por la música se produce a muy temprana edad. Desde entonces no has cesado en desarrollar tus conocimientos con un aprendizaje en todas sus vertientes sonoras. ¿Cuáles son tus referencias?

Me interesa toda la música que me aporte algo, como sensaciones, aprendizaje o algo nuevo. Pero aparte de la música todas mis vivencias y experiencias personales son referencias que me ayudan e inspiran para sacar los sentimientos más puros y reales, para hacer canciones que sean lo más personales posible. Aunque pienso que la música que he escuchado a lo largo de toda mi vida está siempre presente de manera indirecta.

Las redes sociales son unas herramientas imprescindibles para que un artista pueda alcanzar unos niveles de promoción inimaginables hace veinte años. Y tú eres muy activo a través de la tecnología. ¿Consideras que es la única vía de difusión para poder alcanzar más notoriedad? ¿O existen alternativas complementarias?

Creo que las redes sociales y las nuevas tecnologías son una vía muy importante de difusión, pero creo que todos los medios tienen importancia, que en la mayoría de los casos la notoriedad se consigue con la suma de todo lo que hagas, desde una entrevista en la radio a salir en una web, o incluso del boca a boca… Pero sobre todo creo que es fundamental tener algo interesante que ofrecer o que guste por lo que sea, porque la palabra final siempre la va a tener el público.

El próximo año cumplirás un lustro con este proyecto. ¿Cuáles son tus expectativas para el futuro a medio y largo plazo?

Seguir haciendo música y seguir creciendo en todos los aspectos.

creeperce
RESURRECTION
2017
CONCIERTOS-COPAS
VIDEOS MUSICALES
PROJECT RADIO SHOW
ESTUDIOS DE MÚSICA
PLAZA SAN LAMBERTO

MÚSICA EN DIRECTO

CREEDENCE

La Sala Creedence nació a finales de 2011 para ofrecernos un nuevo local de música en directo y copas. Enseguida se convirtió en una de las salas de conciertos más emblemáticas de la ciudad. Músicos locales, nacionales e internacionales se dieron cita aki durante más de seis años. Ahora, tras unos meses cerrada y con nuevo cambio de gerencia, resurge más activa que nunca, con una completa agenda musical que va desde el rock hasta el metal pasando por los más variados estilos -soul, blues, jazz, funky,...-. Una cita obligada para todos los melómanos!

Zaragoza, Ciudad de Festivales

PILAR
#pilar17

PLAZA DEL JUSTICIA

8 octubre
PARADA LATINA *presenta:*
20:00-21:00 Fulanito de Tal
21:15-23:00 Yemayá

9 octubre
LAGATAVAJUNTO Reggae Festival *presenta:*
20:00-21:00 The Magnetophones
21:15-23:00 Roy Ellis

10 octubre
FDAU *presenta:*
20:00-20:45 Chelis
20:45-21:30 Sweet Drinkz
21:30-22:45 Princess Nokia
22:45-23:30 Ms. Von Disko
23:30-00:15 Akrog

11 octubre
AMBARZMUSIC *presenta:*
20:00-20:45 Sick Brains
21:00-22:00 Escuela de Odio
22:15-23:30 Hamlet

12 octubre
MÚSICA DE COSTA RICA
21:00 Pahola Crowley
22:00 Malpais

13 octubre
BOMBO Y PLATILLO *presenta:*
20:00-21:00 Vero Mezcal
21:15-23:15 Vinicio Capossela

14 octubre
FESTIVAL DE JAZZ Y JAZZ AL MARGEN *presentan:*
20:00-21:00 Miguel Ángel Remiro Flamenco Jazz
21:15-22:15 Aragonian
22:30-23:45 Jeremy Pelt Quintet

PLAZA SAN BRUNO

8 octubre
20:00-21:00 El Mantel de Noa
21:15-22:15 Vegetal Jam
22:30-23:45 Capercaillie

9 octubre
CICLO DE LA RAÍZ *presenta:*
21:00-22:00 Orquesta Popular de la Madalena
22:15: Exquirla

10 octubre
20:00-21:00 Mª José Hernández
21:15-22:15 Olga y los Ministriles
22:30-23:30 Mosicaires

11 octubre
AMBARZMUSIC *presenta:*
22:00 Maut
23:15 Asian Dub Foundation

12 octubre
ZARAGOZA LATINA *presenta:*
20:00-20:45 El Factor Humano
21:00-21:45 La Dame Blanche
22:00-22:45 Los Espíritus
23:00-00:30 Juan Perro

13 octubre
22:00 Nogará y Laboratorio de Sonido *presentan:* O Zaguer Chilo

14 octubre
21:00 Laboratorio de Sonido *presenta:* GALIMATÍAS + THE BRONSON

15 octubre
19:00-20:30 Flamenco Fusión + Flamenco Jyndama

JARDINES DE TOSOS

8 octubre
AMBARZMUSIC *presenta:*
12:00 BIGOTT + MANEL

PLAZA MARIANO DE CAVIA

7 octubre
SLAP! *presenta:*
22:30 Natty Congeroo &The Flames of Rhythm + The Mauskovic Bance Band

10 octubre
AMBARZMUSIC *presenta:*
19:00-20:00 The Dreamlovers
20:15-21:15 El Brindador
21:30-22:45 Luna

11 octubre
LA LATA FEST & ZFF *presenta:*
19:00 Os amigos dos musicos
20:15 Calavera
21:30 The pains of being pure at heart

12 octubre
BLUES ARMADO *presenta:*
19:00-20:15 The Kleejoss Band
20:30-22:00 Southern Culture on The Skids

13 octubre
FESTIVAL FLAMENCO *presenta:*
19:00-19:45 Alberto Giménez & Pakito de la Serrana
19:45-20:30 Raúl Molotes & José Mª Jiménez
20:30-21:15 El Mután & R. Jiménez
21:15-22:00 El Musi
22:00-23:15 María José Pérez

14 octubre
13:00-14:00 Will Johnson
ZGZ PSYCH FEST *presenta:*
19:00-19:45 Velcoro
20:00-20:45 Los Ojos
21:00-22:15 Rufus T. Firefly
22:30-23:30 Doctor Explosión

PLAZA DE LA ALBADA

14 octubre
ZARAGOZA CIUDAD *presenta:*
17:30 ZARAGOZA CIUDAD B-BOY JAM + MORGAN + RAPSUSKLEI + HAVOC + RDERUMBA

AMBAR
Coca-Cola SIENTE EL SABOR
Zaragoza AYUNTAMIENTO

NUEVO DJ PARA LA SUPERNOVA

MIKEL LOMBARTE

EL PASADO SÁBADO 30 DE SEPTIEMBRE SUPERNOVA NOS PRESENTÓ A SU NUEVO DJ RESIDENTE, MIKEL LOMBARTE. UNA GRAN FIESTA EN LA QUE PUDIMOS DISFRUTAR EN PRIMERA PERSONA DEL DJ A LOS PLATOS

OKTOBERFEST OLÉ EN VALDESPARTERA

LLEGA LA AUTENTICA FIESTA DE LA CERVEZA A VALDESPARTERA

Un año más vuelve a los pilares 2017 la Auténtica Fiesta de la Cerveza OKTOBERFEST OLE, que tras una exitosa gira por las principales ciudades españolas, llega a Zaragoza y se instala bajo una monumental carpa de más de 4000 m2, como siempre, en el recinto ferial de Valdespartera.

A partir del 6 de octubre y hasta el domingo 22 ofrecerá el más puro ambiente alemán, a través de una de las mejores orquestas bávaras que han visitado nuestro país. “Blechsauga” es una formación con 12 profesores de música que interpretan canciones tradicionales, polkas y los grandes éxitos de siempre. Muy apreciados en Zaragoza pues llevan ya, varios años acompañando a la Oktoberfest Ole!. Además, Dj’s de animación y la mejor gastronomía alemana: codillos, salchichas costillas a la brasa, quesos, ensaladas y suculentas tartas y postres al estilo bávaro. Nuestras tradicionales fiestas temáticas son un referente en Zaragoza: eurocerveza, maestro cervecero, fiesta vikinga, fiesta de las salchichas, fiesta universitaria y el día del peñista son algunas de las fiestas con promociones para que todo el mundo pueda disfrutar de la Auténtica Oktoberfest. Desde las 18 h. hasta las 03 madrugada os esperamos en Valdespartera.

Compra ya tu mes en www.oktoberfestole.com o llamando al teléfono 646.065.674.

LAS FIESTAS...

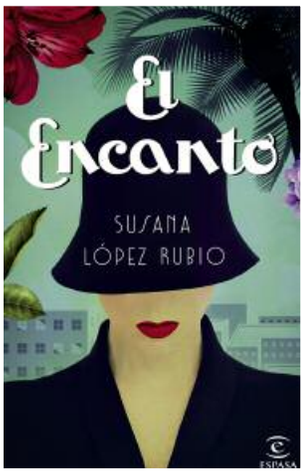
- Viernes 6: Inauguracion con la popular Fiesta de la Eurocerveza. La entrada + jarra de 1 litro de cerveza … 1.99 € (hasta las 20 hrs.).
- Domingo 8: Fiesta Vikinga, un casco vikingo gratis con la primera jarra de 1 litro de cerveza. Si vienes disfrazado de vikingo y te inscribes en la web www.oktobefestole.com participas en el sorteo de una de las 10 cenas gratuitas.
- Lunes 9: Fiesta de las Salchichas, en la que podrás degustar una salchicha de 180 grs. (a elegir) + puré de patatas y chucrut por 1,99 €
- Lunes 16: Fiesta Family Day, con un 2x1 tanto en comida como en bebida.
- Miércoles 18: Fiesta del Maestro Cervecero, con toda la cerveza alemana al 50% de su precio.
- Jueves 19: la tradicional Fiesta Universitaria. Una noche que congrega a todos los universitarios y erasmus en un auténtico festival. Con un 2x1 en cerveza (jarras de 1 litro) presentando el carnet universitario. Dj’s , concursos, regalos, etc. completan la fiesta más joven de toda la semana.
- Viernes 20: Dia del Peñista. 50% de descuento en cerveza alemana, presentando el carnet de peñista.
- Sábado 21: Fiesta De Clausura, en la que se inicia el cierre de las fiestas: entrada + jarra de 1 litro de cerveza + regalo sorpresa por solo 10€
- Domingo 22: Fiesta Popular con un 50% de descuento en todos los productos.

La Coctelería de Martín

Plaza de España

C. C. Puerta Cinegia. Pasaje planta calle.

Tel 976 20 17 46 La Coctelería de Martín



EL ENCANTO

Susana López

Susana López Rubio visitó Zaragoza para presentarnos su novela **El encanto**: una historia de amor imposible en una deslumbrante recreación de La Habana de los años 50. Es autora de dos libros infantiles: *La Mejor Familia del Mundo* y *Martín en el Mundo de las Cosas Perdidas,* pero ahora se estrena con su primera novela. Con 15 años de experiencia como guionista de televisión, ha escrito capítulos para las series más importantes de nuestro país. Es una de las guionistas más reputadas del momento y la responsable de la adaptación televisiva de la miniserie **El tiempo entre costuras** y creadora de **Acacias 38.**

Primera novela y vendida a seis países... Menudo vértigo, ¿no?

¡La verdad es que todavía no me lo creo! Tengo que pellizcarme cada vez que me levanto por la mañana. Es un privilegio que tantos países hayan decidido apostar por la novela.

Amores imposibles e historia.... ¿son dos ingredientes perfectos para el éxito?

Ojala hubiera una receta para el éxito, jeje. En ***El Encanto*** se encuentran esos dos ingredientes porque son los que a mí me gustan como lectora. Soy una romántica empedernida.

Más que un libro es un viaje. Nos transportas en todos los sentidos a La Habana de los 50. Un lugar y una época esplendorosa...

Es una época histórica que me fascina y que creo que se ha tratado poco en la ficción. En aquellos años La Habana era una ciudad de contrastes. Por un lado, era puro glamour, el París de América del Sur. Pero bajo esa fachada de *nightclubs*, casinos, música y lujo se encontraba una ciudad corrupta y dominada por la mafia.

Mezclas realidad y ficción... Aparecen personajes como Ava Gadner, Hemingway, e incluso Ernesto Guevara, que fue cliente de estos almacenes: El encanto. ¿Cierto?

¡Efectivamente! Todas las estrellas de *Hollywood* y cantantes de éxito de la época fueron clientes de El Encanto: *John Wayne, Ava Gardner, Nat King Cole, Frank Sinatra,* entre muchos otros. Y sí, la chaqueta que lleva el **Che** en la famosa fotografía de **Alberto Korda**, la compró en **El Encanto.**

Además del trabajo creativo y literario, en El encanto la labor de documentación ha sido muy importante.

Sí, la documentación ha sido un reto maravilloso. He pasado meses buceando entre fotografías y documentos de la época e incluso he tenido el privilegio de hablar con antiguos empleados de *El Encanto* y con sus familias.

Es una novela completamente cinematográfica. ¿Se puede convertir en un exitoso largometraje o una extensa serie?

¡Ojala! Eso no depende de mí, pero sería otro sueño hecho realidad. Sólo puedo decir que hay interés por parte de una productora.

Hablando de éxito y series..., Vaya la que habéis montado en Acacias 38. Eres creadora de esta serie.

Sí, soy co-creadora de *Acacias* junto con otros tres compañeros. Es muy gracioso porque mucha gente me escribe en internet para regañarme por todas las maldades que hace Cayetana, la villana de la serie.

Los almacenes "El encanto" llegan a tener tal importancia que no sólo es un espacio donde ocurre la trama… ¿Podemos decir que es un personaje más del libro?

Completamente. El Encanto es el entorno principal donde tiene lugar la acción, pero también es un personaje más. Las vidas de los personajes evolucionarán a la par que los almacenes y que la propia ciudad de La Habana. Se verán sacudidos por los acontecimientos históricos a lo largo de los años.

Cómo curiosidad: ¿Es cierto que en aquella época si querías llevar un Dior, únicamente lo podías comprar en Paris o en estos almacenes?

¡Es cierto! La colección *New Look* sólo estaba disponible en su *atelier* de Paris o en los grandes almacenes de *El Encanto* de La Habana. De hecho, el diseñador en persona visitó los almacenes a comienzos de los años 50, a pesar de que tenía un terrible miedo a volar.

▪ Javier Ruesca

Patricia Navarro

ENCUENTRO CON

PEDRO• ruiz

Showman, cantautor, actor, escritor… probablemente el artista español más difícil de definir porque a él mismo le gusta decir que es "deliberadamente inclasificable".

Para citarme con Pedro Ruiz no he podido utilizar mail, ni whatsapp ni ningún tipo de red social porque prescinde de todo ello. Lleva un móvil únicamente para recibir llamadas y escribe todos sus libros a mano listos para su transcripción. Afirma que "el exceso de datos y de conexiones no significa avance interior".

En un breve paseo por Zaragoza te ha saludado muchísima gente, se han acercado a abrazarte, te han recordado alguno de tus programas… Caes bien, ¿Es lo que suele pasarte?

Los chinos dicen que para conocer a alguien hay que comerse cinco sacos de arroz con él.. todo lo demás es una precipitación. Cada uno tiene su vida, su circunstancia, sus proyectos, inquietudes, pero todo el mundo te enseña algo. Se aprende en cada situación. De cada una te llevas un trocito y también dejas algo de ti. Luego eliges con qué te quedas y con qué no.

Si pudieras inventarte la vida, ¿qué pondrías en ella?

Más sencillez, más tiempo, menos obligaciones… El 80% del tiempo nos dedicamos a hacer recados y sólo el 20% se lo dejamos al corazón. Somos unos privilegiados que ni siquiera sabemos serlo.

Para una persona que nos ha entretenido tanto con las palabras, el humor… ¿qué son los silencios?

Pomada. Los tres grandes lujos de la vida son la sinceridad, el silencio y el tiempo.

¿Se puede hablar sin palabras?

Mucho más que hablando. *Borges* dice que *"nos entendemos a pesar de las palabras, no gracias a ellas".* Al final hay un roce, una mirada, un silencio… las palabras enmascaran nuestros hechos pero no los definen.

Me da la sensación que has venido a este mundo muy pronto y lo has vivido muy rápido.

Considero que la vida es tan efímera que no quiero vivir en *play back.* Nos cargamos de miedos, de responsabilidades y yo no quiero. Pago un precio alto pero en mi interior no hay ocupas.

¿Y qué pasa si te equivocas?

Un error por cálculo no tiene importancia siempre que no tenga mala intención. Un éxito premeditado desde la maldad es un fracaso y un error cometido con buena intención es un éxito.

> "Uno debe estar orgulloso de ser capaz de reconocer sus errores"

Si has vivido de manera tan precoz ¿hay algo que todavía te queda por hacer?

Todo. Lo que ya he hecho mejorarlo, y luego todo lo que me queda por hacer que es infinitamente más que lo que he hecho.

¿Qué te hace disfrutar?

El deporte, el cine, la naturaleza, alguna conversación… y cosas que no se compran. Agradezco cualquier pequeño gesto. Y la escritura, que es una forma de que el alma te "despese". Un libro es un acto de amor, no se hace por ganar dinero sino por echar los versos del alma. No creo en la obra perfecta, creo en hacer cosas, pero mientras las haces al menos disfrutas.

¿Cuál quieres que sea tu legado?

No quiero dejar huella sino dejar luces.

¿Qué pasa con Pedro cuando se apaga la luz o se baja el telón?

El amor es la red que impide que nos estrellemos en el vacío de la vida. Pero eso no abunda y entonces se tienen amores a pellizcos de llamadas de amigos, de ser buena gente con el conductor del autobús..

Y tú ¿qué estarías dispuesto a hacer por amor?

Desaparecer durante 12 años para cuidar de mi madre *(Se emociona).*

Voy a ponerte a prueba. Te lanzo unas palabras y me dices qué se te ocurre en el momento: AMOR, LUZ, PATRICIA, AKI.

AKI, con k de ocupa que no ha pretendido ocupar para nada ni el tiempo, ni la vida, ni el pensamiento, ni la intención de PATRICIA, he encontrado un poco de LUZ mirando en mi propia oscuridad para ver si por casualidad en algún escaparate próximo doy con un pellizco de AMOR que no tenga precio.

LA POESÍA DEL SACERDOTE

FERNANDO VALLEJO

LLEGA A SU CITA IMPECABLE, COMO SIEMPRE. FERNANDO SALUDA A GRAN PARTE DE LA GENTE QUE SE REÚNE EN MONTAL; NO TENÍA NINGUNA DUDA DE SU POPULARIDAD. MUCHO SE HABLÓ DE ÉL CON LA PUBLICACIÓN DE SU PRIMER LIBRO: ROMPIENDO EL AGUA, AUNQUE AHORA LAS TODO PARECE ESTAR MÁS SOSEGADO: ÉL Y SU ENTORNO. RECONOCE SU PROVOCACIÓN, PERO YO DESTACO SU GENEROSIDAD. ESCUCHAR A FERNANDO ES TODA UNA EXPERIENCIA, QUIZÁ POR ELLO SU BUEN HACER Y EMPATÍA CON LOS FELIGRESES. SE MUESTRA SINCERO Y DIRECTO; FLORITURAS LAS JUSTAS. CONVERSANDO, DESCUBRIMOS AL FERNANDO ESCRITOR, SACERDOTE Y PERSONA.

EL ESCRITOR

Aunque lleva escribiendo desde su juventud, fue a los 47 años cuando publicó su primer libro. Son ya seis los que le hacer eterno: *"El primer libro era el empujón. Pretendía escandalizar. Lo leyó **Antón Castro** y me dijo que había que publicar y que él mismo lo presentaba. Ante mi asombro, fue un éxito. **Rompiendo el agua** es la historia de una decepción, un problema personal, la muerte de mi padre… Se juntaron muchas cosas. Es, sin duda, un libro rabioso ante la vida. **Primavera en noviembre** es eso, descubrir en este frío mes una primavera… Es una cosa muy curiosa y romántica. **24 segundos** surge cuando un amigo me está consultando unos problemas en la calle y le digo: "Mira, en 24 segundos no se cambia una vida". Este libro habla del crecimiento personal, quizá sea el más filosófico. Cuando lo leyeron **Natalio Bayo** y **Raúl Herrero** ya me puntualizaron que era potente. Es un libro serio, posiblemente el más metafísico que he escrito. Todo obedece al cambio, al paso del tiempo… **Alcayata** es algo que tenía encerrado. La alcayata de cada ser humano es el corazón. Allí es donde vamos colgando todo. **El beso de Rimbaud** es un libro escandaloso, por las cosas que digo y por las imágenes. A **Andrés Rudiez** le di toda la libertad que quiso para realizar las ilustraciones. Es un homenaje a Rimbaud. Esta persona despertó en mí la poesía a mis trece años… Tenía siempre a Rimbaud en la cabeza. Ha influido tanto en mi vida… ¿Qué es lo mas deseable? Besar a la persona que de alguna forma siempre has querido, aunque no le hayas conocido… Nefelibata es todo lo que te ocurre en un sueño y a lo que no le encuentras sentido. Muestro esos momentos oníricos, absurdos… Nunca titulo los poemas, solamente los libros. El fin, en este caso, sí que lo he titulado; El fin es el despertar. Es un homenaje a don **Alonso Quijano, El Quijote:** un hombre que vivió loco y murió cuerdo. Esa era mi pretensión. Llevamos una vida de locura, pero siempre surge un momento de cordura. Ese momento suele venir al final. Los sueños sin sentido envuelven realidades".*

Para descubrir a este poeta, Fernando nos destapa sus influencias e inquietudes: *"Fundamentalmente me "tocan" mucho algunos de la generación del 27 como **Cernuda, Lorca, Guillén** o **Aleixandre**. Pero destaco la generación del 50: **Bonald, Valente, Gil de Biedma**... Hay otros personajes que me seducen como **Ungaretti** o el hermetismo italiano de la época fascista. Esa gente tenía que escribir en un régimen en el que no se podían decir las cosas claras. Esto me afecta: quiero hablar claro, pero tengo que esconder las ideas detrás de las palabras. Las palabras son mi trinchera.*

La gente me pregunta qué tipo de poesías escribo. Yo hablo de la vida cotidiana. No hablo de Dios, escribir no es mi vía mística. De todos modos, lo místico es lo más humano, está encerrado en el hombre. No quiero hablar de cosas que no conozco. Hay un amigo en facebook que me llama "El poeta de lo cotidiano". Lo cotidiano es lo mejor. El amor es hacer de lo cotidiano algo bonito. Y quien busque otra cosa, está engañado.

Me levanto y surgen pensamientos, inquietudes, ideas… A lo largo del día les voy dando vueltas en la cabeza. Cuando regreso a casa por las noches crecen solos y los plasmo en el papel".

Por eso le he escuchado en alguna ocasión que solamente viviendo uno puede ser poeta: *"Si no vives no puedes ser ni poeta ni nada. Hay mucha gente muerta. No es lo mismo vivir que estar vivo".* Me recuerda a una estrofa de Esclarecidos que dice: "Hay muertos que nunca mueren y vivos que no conocen la vida".

Vallejo se rodea siempre de buenos pintores e ilustradores para sus publicaciones, siempre *cuidando todo en cada detalle: "Considero la poesía necesita imagen. La poesía es hermética en sí misma, por lo menos la mía".*

Dudo de ese hermetismo, pero Fernando enseguida me aclara: *"¿Sabes qué os pasa a los que me conocéis? Creéis que descubrís lo que quiero decir, pero no siempre es así. Escucho muchas veces eso de: "Ya sé por dónde vas Fernando…" Y pienso: pues qué suerte tienes, porque a veces ni yo mismo sé por dónde camino. Mi poesía no intenta enseñar a nadie, sólo pretendo suscitar".*

Intento imaginar a Fernando en su proceso creativo. Inquieto, desde casi un niño, ya empezó a plasmar sus ideas, confabulaciones y pensamientos: *"No he dejado de escribir nunca. Esto es un proceso que comienza desde muy joven. Como más me concentro es escribiendo con una antigua Underwood que tengo. Con máquina de escribir tienes que pensar más las palabras a la hora de teclear".*

EL PROVOCADOR

Antón Castro fue a la primera persona que descubrí llamándolo provocador. Reconoce serlo. Le gusta incitar incluso en la iglesia, aunque con talento. Se ha rumoreado mucho de él y no siempre ha sido ni cierto ni óptimo: ***"Nacho Escuín*** *me dijo que era valiente a la hora de escribir. No sé si soy valiente o más bien inconsciente. Llevo mucha guerra ya en el cuerpo. ¿Qué me pueden decir más?. He oído de todo… Hasta me han comentado el rumor de que venía* ***Giorgio Armani*** *a confeccionarme las sotanas, o que era íntimo amigo de* ***Aznar****… Me llegan comentarios que alucino y soy la persona más normal del mundo; voy de mi casa a mi trabajo. A veces las confabulaciones son sorprendentes".*

Ha dado candela en varios momentos. De ello es consciente, pero intuyo que no se arrepiente de nada. Incluso podemos decir que ha vivido la censura en la actualidad: *"El primer libro fue censurado por el editor, un tío laico... Hay poemas que están guardados".* Me surge la necesidad de aclarar qué ha dicho la iglesia de todo esto: *"En tres ocasiones, a través del arzobispo de Zaragoza, me ha hecho llegar sus felicitaciones. De este último libro no he recibido una tarjeta de agradecimiento. Incluso* ***24 segundos*** *recibió un reconocimiento del Santo Padre, el papa* ***Francisco"****.*

Una de las piedras que más dolió fue cuando calificó a Zaragoza como Vetusta: *"Esto ha jodido mucho. En esta ciudad hay mucho matraco. A Zaragoza le quiero mucho; por ella me muevo con tranquilidad y respeto. Admiro a mi ciudad, de hecho no me voy de ella; me siento a gusto, pero es una Vetusta. Es la Zaragoza gusanera de Miguel Labordeta. Esta ciudad es cruel. No nos queremos. No se valora nada y hay que luchar mucho para levantar la cabeza. Con cuidado, que en cuanto alzas le ceja ya lanzan el hacha".*

EL SACERDOTE

Alex Flé comentó que el capellán incomodaba a los acomodados: *"A esos a los que más. Yo no soy nadie, pero hay gente que se cree tanto siendo menos que yo, que me da por el saco. Y lo digo con humildad.*

Con todo lo peculiar que parezco, soy sacerdote, sacerdote. Yo me lo creo totalmente. Para mí ser sacerdote es lo mas bello que me ha pasado. Lo que no puedo hacer es engañar a la gente. ***Jesús de Nazaret*** *pasa por el mundo sin engaños y le cuesta la vida, pero dice las cosas como tiene que decirlas. No pretendo alejar de nada. ¿Para qué voy a meter miedo con algunos temas, cuando puedo teneros cercanos?. No hay que asustar. Yo puedo ser un hombre de derechas, que no lo pongo en duda, pero sé qué es el franquismo y el nacionalcatolicismo en España. Esto ha afectado mucho a las mentes y conciencias de los españoles. Trato con esa generación y les enseño qué es el evangelio. Por otro lado, muestro y comparo la moral que les enseñaron en un determinado momento. Intento exponer qué hizo Jesús: encuentro, diálogo, comprensión… Diferencio siempre entre fe y religión. La religión la hacen los muertos, pero la fe es más libre. Eso es lo que Jesús predicó.*

Hay mas sacerdotes poco convencionales, pero que quizá no se conocen tanto. Por eso parezco el único".

Tenía 26 años cuando entró en el seminario, pero aclara que le dio tiempo a vivir los 80 de una forma intensa: *"No era canalla (ríe). Sólo me prestaba a conocer a mucha gente".*

Ya desde entonces descubrimos a un "hombre social". En la actualidad es un rostro notorio en la ciudad y recibe muchos y curiosos calificativos. He oído llamarle: *el cura joven, el cura pijo, el cura guapo…: "Pero qué equivocados. He sido joven… Pijo, pues un poco sí (risas)… Pero guapo… Me miran con buena fe. Guapa era mi madre. Puedo ser atractivo, pero porque tengo mis peculiaridades. He creado un personaje con misterio. A la gente le gustaría saber más, pero de Fernando se muestra muy poco. A veces hay que crear a un personaje, y yo lo alimento, con todo lo que ello conlleva".*

En la actualidad todo está más relajado: su vida y sus rumores: *"Me tienen cierto respeto. Llevo 22 años de cura, conozco a muchísima gente y se acercan a pedirme consejos… Eso desde fuera aporta respeto".*

El hecho de que **Fernando Vallejo** sea sacerdote en el camposanto de nuestra ciudad contribuye a sustentar lo excepcional de este "personaje". Hay gente que no va a misa, pero por el cementerio pasamos todos: *"Hubo gente que comentó que la iglesia me mandaba castigado al cementerio. Quería huir de las parroquias, de las madres que rodean a una primera comunión, de los grupos de tambores de la semana santa… Me proponen ser el coordinador del cementerio y descubrí que era mi sitio. Un amigo siempre me repite que la cara mas amable de la iglesia la presto yo allí: estoy al lado de las personas en un momento en el que sólo pueden llorar. Vivo situaciones muy duras, pero es reconfortante aportar esa ayuda".*

LA PERSONA

Nefelibata, título de su último poemario, es una palabra que por sí sola me seduce. Me planteo si Fernando será ese soñador que se posiciona fuera de la realidad: *"Soy un soñador, pero sé dónde estoy. Soy un libra perfecto, de manual. Me dejo llevar por los sueños, aunque sé medir en todo momento; conozco mi realidad en todos los aspectos. Me sorprendo muchas veces cuando repaso mi trayectoria con 50 años y digo: Si a mí me cuentan de niño que mi vida iba a ser esto… Jamás iba a imaginar que conocería a tanta gente, que iba a vivir realidades tan extrañas. Sin embargo, aún espero en los próximos años seguir disfrutando así. No sé cómo seré dentro de un tiempo, pero me imagino dedicado a transmitir mi pensamiento, escribiendo, a caballo entre la montaña y la playa, viviendo acompañado… Me encantaría crear una residencia de estudiantes que surgiese de mí, sin ayudas, libre, donde poder ayudar a crecer. Me ha gustado formar en libertad. La gente busca discípulos y yo no quiero eso. Bastantes maestros he tenido y me sobran todos… Sólo pretendo suscitar, aportar algo a las personas en un momento concreto de sus vidas".*

Touche, Don Fernando. ¡*Touche*!

Javier Ruesca

JOSÉ LUIS gil

CYRANO DE BERGERAC

ES POSIBLE QUE **JOSÉ LUIS GIL** ESTÉ EN SU MEJOR MOMENTO ARTÍSTICO Y CON LAS MÁS ALTAS COTAS DE POPULARIDAD. A PESAR DE ELLO SORPRENDE SU FIRMEZA AL PISAR, SU HONESTIDAD. TEATRO, DOBLAJE Y SERIES DE TELEVISIÓN SE HAN SUCEDIDO CONTINUAMENTE EN SU CARRERA. SIN DUDA, SU PAPEL DE JUAN CUESTA, PRESIDENTE DE LA COMUNIDAD DE VECINOS DE LA POPULAR SERIE **"AQUÍ NO HAY QUIEN VIVA"** MARCÓ UN ANTES Y UN DESPUÉS. CONSTATE, ENTUSIASTA Y TRABAJADOR SE ENFRENTA AHORA A **CYRANO DE BERGERAC**: UN RERTO Y UNA ILUSIÓN.

CYRANO DE BERGERAC ■ Teatro Principal de Zaragoza ■ Del 6 al 15 de octubre

Juan estás entusiasmado con este Cyrano.
Es un trabajo buscado. En este momento nos apetecía hacer algo ilusionante y motivante. Fue una elección. **Alberto Castrillo-Ferrer, Ana Ruíz** y yo venimos de un proyecto anterior y queríamos poner algo así en marcha. Teníamos curiosidad por cómo iba a ser la respuesta, no sólo del público, sino a nivel de producción; una compañía privada llevando a cabo un **Cyrano**, en principio, no es algo fácil a nivel económico. Parece más una cosa de un centro dramático, pero nos hemos atrevido. Nos ilusiona, nos gusta y nos apetece.

Ese proyecto anterior del que hablas: "Si la cosa Funciona" de *Woody Allen*, marchó tan bien que además de vosotros tres, repiten parte del equipo: *Rocío Calvo* y *Ricardo Joven.*
Nos conocimos allí los cinco que estábamos trabajando: la relación fue estupenda, nos lo pasamos muy bien. Cuando trabajas con gente que es buena profesional y el trato diario es excelente... ¿por qué no repetir?. Así las cosas son más fáciles.

Nos encontramos ante un Cyrano de Bergerac con mucho sabor aragonés.
Así es. **Alberto Castrillo-Ferrer** es un director muy experimentado e involucrado en la trayectoria teatral de Aragón. A la hora de hacer el reparto, el director ha hecho propuestas muy interesantes y el resultado está ahí. Son aragoneses y actores maravillosos: **Ricardo Joven, Joaquín Murillo, Nacho Rubio…** Si nos sumas a Alberto y a mí, somos ya gran parte del elenco.

Ser dirigido por Alberto Castrillo-Ferrer tiene que ser toda una experiencia.
Hace del trabajo algo muy creativo y sencillo. Siempre cuenta con todos y no impone nada. Sus sugerencias son siempre acertadas. Cuando ensayas con sus consejos te das cuenta de que siempren funcionan. Tiene un sentido del ritmo en el proceso que hace que trabajo sea placentero. Se disfruta mucho trabajando con él.

Este Cyrano nos demuestra que hay ilusiones de pequeño que se hacen realidad.
Es algo muy curioso. En mi preparación como actor, cuando era niño, hacíamos muchos clásicos. En los ejercicios actorales representábamos fragmentos de *Cyrano*, nunca la función entera. A mí me parecía un personaje maravilloso e interesante. Con esa edad, trece o catorce años, jamás me podía imaginar que me iba a dedicar de esta manera a la profesión, ni que iba representar un *Cyrano*. Siempre tuve una predilección por este personaje. Era uno de mis *top* de la dramaturgia universal.

Después de "**Si la cosa Funciona"** yo leía comedias y nada me seducía. Quería algo especial, lleno de ilusión y siempre pensaba en este personaje. Y ahí está gracias al esfuerzo, ganas e ilusión de los tres que estamos involucrados en el proyecto, incluso económicamente: *Ana*, *Alberto* y un servidor. Yo tenía mis dudas. No tenía claro que pudiera hacer un *Cyrano* que mereciera la pena, pero tengo que dar las gracias a ellos, que han confiado y luchado por esto.

Hay muchos Cyranos en el cine y teatro: *Julio Núñez, José Ferrer, Gérard Depardieu...* ¿Lo has hecho tuyo o hay influencias buscadas de otros actores?
No sabría qué decirte. Es posible que haya influencias, pero no soy muy consciente de ello. Vi de pequeño el *Cyrano* de ***Julio Núñez*** y recuerdo la ilusión que sentía. Hay muchos y son muy dignos, cada uno con su estilo propio. El personaje nunca me ha fallado, siempre me ha maravillado. A la hora de interpretarlo creo que no me he basado en nada de eso. El envoltorio, el físico y caracterización, la peluca…. te ayudan a construir un *Cyrano*, pero yo he puesto mis vivencias a disposición del personaje. El texto y los personajes tienen que transmitir y para ello tienes que creértelos. Con trece años ya me preguntaba cómo viviría yo si pasara por una situación similar a la de *Cyrano*. Los adolescentes de mi generación pasábamos por experiencias parecidas: amores inconfesables, rechazados... Yo venía de una pandilla donde era el más pequeño; mi hermano me llevaba cuatro años y claro, no tenía nada que hacer con las chicas de ese grupo, pero siempre te gustaba alguna. Me sigo reconociendo en aquella edad y quizás eso sí lo he llevado al personaje. He hecho a un *Cyrano* como yo lo veo y siento.

Tu trayectoria artística es amplia. Has interpretado clásicos y contemporáneos, pero sin duda, el Señor Cuesta te persigue y perseguirá por mucho tiempo. ¿Con este Cyrano, que es un texto complejo, lleno de poesía y drama, pretendes demostrar tu habilidad en el escenario?.
No, esto no nace con esta pretensión. Siempre digo que todo lo que me ha pasado a partir de ***Aquí no hay quien viva*** ha sido un regalo. Eso me pillo ya con una edad y mi carrera estaba hecha. Hace ya muchos años que desembarque del teatro haciendo rodaje; era una manera muy digna de salir adelante en una rama de mi trabajo que desconocía. Era un momento complicado de edad, familia… Doblar me permitía llegar a final de mes con cierta dignidad. Al doblaje le debo muchísimo: si en algún sitio he crecido como actor ha sido en el en esa faceta actoral. Estoy en un momento de mi vida y con una edad... *(Piensa).* Lo que quiero es trabajar en cosas que me ilusionen.

Uno hace teatro para que la gente vaya a verte y salga contenta, disfrute de ese momento, pero no pienso en conseguir unas criticas maravillosas. No trabajo por alimentar mi ego. No me siento en la necesidad de demostrar nada a nadie. Sí, de hacer cosas que me gustan y disfrutar mientras las hago.

Has pasado de estar oculto en el doblaje a un personaje televisivo tan mediático y popular...
Me siento en la obligación de salir todos los días al escenario y hacerlo lo mejor que sé. Luego ya depende de cómo lo recibe el público: para algunos puede ser un choque muy fuerte verme de *Cyrano*. Lo bueno que tiene el teatro es que tú no tienes que verte. Uno hace su trabajo y ahí se queda. Cada función que haces es única y exclusiva para la gente que esta en ese momento. El teatro es un fenómeno mágico. Recuerdo que de chaval se me acababa la cartelera. Siempre que los acomodadores cerraban las puertas, se bajaba la luz del patio de butacas y oía subir el telón, pensaba que ese momento era único; era para mí.

No sé en los demás aspectos, pero en el terreno laboral, la vida te sonríe.
Sin duda he tenido suerte. Sobre todo porque estoy trabajando en esta profesión muy insegura, llena de corrillos e intereses. Yo no me puedo quejar. Hay gente increíble que se pega todo le día luchando para ganarse la vida y siempre quedan en segundo plano. Tengo claro que soy un privilegiado. Si echo la vista atrás, estoy satisfecho por el trabajo que he hecho. Y si miro hacia el futuro, lo que quiero es disfrutarlo.

Además de nacer aquí ¿qué relación tienes actualmente con Zaragoza?
Mi vínculo ha sido siempre muy estrecho sentimentalmente. Mis padres emigraron a Madrid al poco tiempo de nacer por razones de trabajo y subsistencia, pero los lazos estaban aquí. Veníamos mucho a ver a mis tíos y primos. En casa siempre hemos vivido en un ambiente muy maño. Nunca se me ha pasado por la cabeza decir que soy un madrileño que nació en Zaragoza. Siempre me he sentido orgulloso de ser de aquí: soy un maño que accidentalmente se crió en Madrid. Aquí me he encontrado en mi casa: me siento querido, arropado. Aún conservo primos que viven en Zaragoza. Además ahora llevo un mes grabando una película en esta ciudad. La gente es muy cariñosa. Mi ciudad me gusta.

PATRICIA NAVARRO

ÉRASE UNA VEZ...

Seis consejos para aprender a decir "no"

¿NO TE ATREVES A DECIR "NO"? ¿QUIERES GUSTAR A TODO EL MUNDO? ¿ANTEPONES EL CRITERIO DE LOS DEMÁS AL TUYO PROPIO? TE CUESTA DEJAR CLARO QUÉ ES LO QUE ESTÁS DISPUESTO A HACER Y QUÉ NO, Y TE OCURRE CON TU FAMILIA, TUS AMIGOS, TU PAREJA Y TAMBIÉN CON LAS PERSONAS DE TU ENTORNO LABORAL.

No importa si hasta ahora has tenido miedo al rechazo, a recibir una opinión negativa, a decepcionar a alguien o a las consecuencias negativas de tu decisión. No pasa nada por haber tenido un deseo irrefrenable de complacer a los demás, una facilidad para sucumbir ante las presiones de otros, un sentimiento de "ser poca cosa" o la simple necesidad de ser amado.

¿QUÉ HISTORIA TE CUENTAS A TI MISMO CADA VEZ QUE TIENES LA OPORTUNIDAD DE DECIR "NO"?

Tu reto consiste en **sustituir tus hábitos** y ahora puedes hacerlo. Hoy puedes reescribir el guión y **cambiar tu vida.** Aunque no lo creas, es cuestión de empezar por un pequeño gesto, un paso o un "no" que te ayudará a dar el siguiente. Confía en ti y sobre todo piensa en lo que es importante y las puertas que te abre expresar lo que sientes y deseas, SER TÚ.

1# Sustituye tus "no puedo" ■ *6_Shares.*Piénsalo. Decir "no puedo" suena a excusa. Si tienes claro que quieres sustraerte de compromisos no deseados, establece reglas contigo mismo, muéstrate el respeto que te mereces y simplemente di "no". (empieza con oportunidades o acciones pequeñas)

2# Practica tu asertividad ■ Conoce tus propios derechos, defiéndelos y hazlo respetando a los demás. Eres asertivo cuando encuentras la forma de expresar lo que sientes sin andarte por las ramas, sin miedo a quedar mal. Comprende que los demás no pueden leerte la mente, que no tienen ni idea de lo que está pasando dentro de ti, y **aprende a expresar con claridad "tu" verdad.** ¿Acaso alguien puede discutirte cómo te sientes?

3# Permítete no ser perfecto ■ La perfección es un concepto subjetivo. Saber que no eres perfecto es la única forma de aprender de tus errores, de dejar que sucedan las cosas sin el temor a equivocarte. Y si me permites un consejo, acepta también la imperfección de los demás. Ellos son tan humanos como tú.

4# Valora tu tiempo ■ Tu tiempo es limitado y decir "no" conlleva implícitamente decir sí a cosas realmente importantes para ti. Establece prioridades. Ese "no" también se traduce en "soy importante para mí", "mi tiempo es importante", "conozco mis prioridades", "me respeto", "me quiero", y te dejo imaginar muchas otras cosas que el hecho de aprender a decir "no" va a aportar a tu vida.

5# Medita ■ Concédete un espacio para ti, para que sucedan cosas. La meditación es una práctica que mantiene tu mente enfocada en el presente, reduce tus niveles de estrés, mejora tu concentración, contribuye a aclarar tu mente y facilita la toma de decisiones. Empieza con 5 minutos. Concéntrate en la respiración, mira hacia dentro y regálate un momento que es solo para ti.

6# Sé feliz ■ No hay ninguna duda. La felicidad te impulsa a tomar acciones beneficiosas para ti. Cuando eres feliz quieres más de lo mismo, te das cuenta de que mereces lo mejor y sin apenas darte cuenta, desarrollas hábitos positivos que generan más felicidad. Aprender a decir "no" es uno de ellos. Lo dice J*ack Canfield. "Todo lo que quieres está al otro lado del miedo".* ¿Imaginas tu vida cuando des un salto a ese otro lado? Hazlo ahora. Di *"no*" a todo lo que no esté alineado con tus prioridades esenciales. Y si sientes una cierta incomodidad, prueba a decir: *"no en este momento".* Es fácil. Venga, ¿hoy a qué te atreves a decir NO?.

Si tienes alguna duda o necesitas que te acompañe en este viaje escríbeme en **www.patricianavarro.net** o sigue mis redes sociales:

Facebook: Patricia Navarro **Instagram**: Coachpatrician **Youtube:** Patricia Navarro

Has cambiado tu forma de pensar. ¿Por qué no cambias ahora tu forma de actuar?

Cocina tu bienestar a fuego lento

Próximo taller
19
NOV
EL CÓNCLAVE
Inscripciones abiertas

lacocinadelafelicidad.com

info@lacocinadelafelicidad.com 630 93 50 36

HISTORIAS CON CORAZÓN

Patricia Navarro

DOCE MESES, DOCE CAUSAS

■ El Hospital Universitario Miguel Servet de Zaragoza ha creado un proyecto llamado "**12 meses, 12 causas con las que humanizar en salud".**

El objetivo es desarrollar actividades para prevenir y promocionar la salud así como mejorar la atención sanitaria. Cada mes se dedica a una causa distinta que sirve como altavoz en el entorno de nuestros hospitales. Para ello cuenta con profesionales, voluntarios y ONGs que quieren participar en el proyecto y dotar de un valor añadido a la labor sanitaria que se realiza diariamente.

Esta campaña tiene como referencia el proyecto solidario "12 meses, 12 causas" que lleva a cabo la empresa Italiana "Mediaset". Durante todo el año se realizan campañas a favor de una causa solidaria como: el mes de la lucha contra el Sida, el mes de la igualdad, el de la lactancia materna, la prevención del cáncer, el mes de la salud sexual, el de los hábitos saludables, el abandono del tabaquismo, la prevención del VIH, el mes para paliar los efectos del calor, un verano sin accidentes, el mes de las personas con discapacidad, el del uso adecuado de los medicamentos y el mes de la solidaridad.

Desde la Subdirección de Gestión de Participación y Ciudadanía se pregunta a las Asociaciones de voluntariado, a las de pacientes y a sus usuarios, en qué les pueden ayudar para que se encuentren mejor e intentar dar conocer lo que quieren realmente. Impulsan programas de voluntariado como "ACOMPÁÑAME" o "BELIEVE IN ART" y potencian los 22 programas de voluntariado sanitario que ya tienen consolidados. Además, ponen en marcha un plan de acogida al voluntariado ofertando formación para ellos, celebrando actos de reconocimiento a su labor y realizando una bibliografía que recoja la actividad que realizan en el Hospital Universitario Miguel Servet y Hospital Infantil y desarrollan diversas acciones de sensibilización.

El Proyecto "12 meses, 12 causas" va dirigido a todas las asociaciones, entidades y ONGs dedicadas a la realización de labores relacionadas con el entorno sanitario. Además, cuentan con la participación del personal sanitario que conforma sus hospitales, centros de salud y centros de especialización, pacientes, familiares y público general. Hasta el momento cuentan con la colaboración y participación de asociaciones, fundaciones y ONG,s, entre otras, como: la Asociación Española contra el Cáncer (AECC), la Asociación de Padres de Niños Oncológicos de Aragón (ASPANOA), OMS Sida Aragón, Cruz Roja Juventud, el Servicio Dermatológico del Hospital Clínico Lozano Blesa de Zaragoza, Médicos del Mundo, la Asociación Aragonesa de Transplantados de Corazón, Moteros Solidarios, la Asociación aragonesa de familiares de enfermos con trastornos de la conducta alimentaria: anorexia y bulimia (ARBADA), la Fundación Ramón Rey Ardid, ONCE Aragón, Fundación Down Zaragoza o el Colegio Oficial de Farmacéuticos.■

Contacta conmigo y cuéntame tu historia con corazón a través de mi web www.patricianavarro.net

JÓVENES EMPRENDEDORES DE ARAGÓN

1_ALICIA ASÍN

Co-fundadora de la empresa zaragozana **Libelium** junto a **David Gascón** en 2006. Referente mundial del denominado **"Internet de las Cosas",** factura 6 millones de euros, tiene presencia en 120 países e infinidad de premios. Surgió de un proyecto de fin de carrera y ha revolucionado todos los sectores industriales. Gracias a los pequeños sensores, desarrollados por Libelium, se ha logrado medir la contaminación que existe en el aire, controlar la calidad del agua, detectar incendios de forma temprana, prevenir enfermedades en los cultivos, mejorar la productividad de los campos, monitorizar a pacientes, avisar de los sitios libres que quedan en un parking o detectar cuándo un robot o una máquina van a fallar, entre otros muchos ejemplos. *Entre sus clientes figuran grandes compañías como Telefónica, Indra, Intel, Vodafone, Iberdrola, Amazon* o la *Nasa.*

2_BAMBAM COMUNICACIÓN

La agencia **Bambam Comunicación** ha recibido la Medalla de Oro 2017 de la Asociación Española de Profesionales de la Imagen. Este premio nacional pretende distinguir a empresas y profesionales por su innovación, trayectoria y aportación al mundo de la imagen, eligiendo en esta nueva edición a la agencia como referente en el sector creativo y publicista aragonés, así como por su incursión en el mercado nacional. Esta agencia fundada por **José A. Sanz, Isabel Rabal** e **Idoia Macía,** tiene sede en Zaragoza y está compuesta por ocho trabajadores, formados en universidades de la capital aragonesa, y ninguno sobrepasa los 35 años. Apuesta por la búsqueda de nuevas oportunidades de negocio, la innovación y la creatividad así como la colaboración entre profesionales del sector para ofrecer el mejor servicio al cliente. Entre sus servicios destacan las campañas de marketing online y la realización de eventos, la creatividad gráfica y editorial o las estrategias de comunicación y el diseño, entre otros. La agencia cuenta con clientes internacionales relacionados con el mundo del deporte o la industria, pero también desarrolla activamente campañas locales para diferentes instituciones y pymes aragonesas de diferentes sectores.

3_AZUCENA BARDAJÍ ALONSO

Esta oscense es médica investigadora y epidemióloga en salud maternal e infantil del Centro de Investigación en Salud Internacional de Barcelona. Además, es profesora y coordinadora del máster en Salud Global organizado por ISGlobal y la Universidad de Barcelona. Colabora con las asociaciones *Roll Back Malaria* y *Malaria in Pregnancy.* En 2014 recibió la beca Ramón y Cajal con la que comenzó la dirección de un proyecto en Mozambique, enfocado a lograr avances en el terreno de la inmunización maternal contra enfermedades respiratorias y la reducción de la mortandad en países con pocos recursos. Su trabajo se ocupa de evaluar los efectos de la vacuna DTP contra la difteria, el tétanos y la tos ferina celular en embarazadas y qué protección puede conferir a la población infantil en un contexto de VIH y malaria endémica. En 2016 fue galardonada con el Premio L'Oréal-UNESCO a Mujeres en Ciencia,impulsado por L'Oréal-UNESCO.

4_CHESSRECIPES

Alberto Chueca, es un joven zaragozano arquitecto, emprendedor y ajedrecista. Ha creado Chessrecipes para ofrecer en este sector un método para progresar más rápido y de forma más económica mediante venta de clases, análisis y estrategias de ajedrez. *"Básicamente quería crear algo propio y empecé por aquello que me apasiona, el ajedrez." "Desde los 7 años juego al ajedrez. He cometido muchísimos errores en las partidas y en la metodología de aprendizaje, por eso quiero ofrecer a los ajedrecistas un método para desarrollar más fácilmente su juego, estrategia, para aprender y sobre todo para compartir a nivel mundial todo lo referente al ajedrez".* Actualmente es un ecommerce de archivos digitales que contiene análisis de aperturas, mediojuego, finales… y un blog donde aparecen anécdotas e historias muy interesantes relacionadas con el mundo del ajedrez. Además, acaban de lanzar recientemente una app que rastrea automáticamente todos los torneos del mundo **"ChessRecipes Tournaments",** un calendario ideal para los ajedrecistas. **www.chessrecipes.com**

Tener un animal en casa es una decisión importante, no sólo por el cariño que se les tiene sino porque se trata de seres vivos que necesitan protección, cuidados y atención. Casi 138.000 perros y gatos fueron abandonados en España en 2016 y, aunque el abandono se produce en cualquier época del año, aumenta de manera considerable en periodo vacacional.

NO ABANDONES ADOPTA!!!

La **Fundación Affinity**, que realiza este estudio desde hace 20 años, ha detectado que el principal motivo de abandono es el nacimiento de camadas indeseadas, le siguen los problemas de comportamiento del animal y el fin de la temporada de caza. Un 12% de las veces la razón principal es por factores económicos y 8% por la pérdida de interés en el animal.

Una de las preguntas más realizadas a la hora de escoger las vacaciones o planear un fin de semana, es qué hacer con nuestra mascota. Existen muchas posibilidades, dependiendo del destino escogido, la residencia o el tiempo previsto. En cualquier caso, lo que debemos tener bien claro es que el abandono no es una opción.

■ **VIAJAR CON ANIMALES.**
Afortunadamente, cada día existen más hoteles que permiten alojarnos junto a nuestros animales. En los últimos años, se han aprobado además una serie de normas que nos permiten viajar con nuestro perro por toda la Unión Europea: los únicos requisitos solicitados son el uso de microchip y tener en regla el certificado de vacunación contra la rabia.

■ **LAS CASAS GUARDERÍAS.** Se trata de casas de particulares que acogen a tu mascota cuando estás de vacaciones. Funcionan de intermediarias entre familias que quieren acoger mascotas y propietarios que no tienen donde dejarlas. *(www.mundoanimalia.com)*

■ **LA CASA DE ALGÚN AMIGO.** Esta es la alternativa más común.

■ **LAS REDES SOCIALES,** donde puedes encontrar alguien que se ofrezca a cuidar de tu mascota. *(www.mascotaclub.es)*

■ **INTERCAMBIO** de mascotas entre amigos (una alternativa muy eficiente si se entabla amistad con el propietario de otra mascota).

■ **RESIDENCIAS PARA ANIMALES.** Si no sabes cuál elegir, puedes informarte en www.guiaresidenciacanina.com

■ **ALOJAMIENTO PARA PERROS.** Una alternativa a las residencias caninas (www.gudog.com)

■ **CUIDADORES PROFESIONALES DE MASCOTAS.** Hay quien prefiere algo más personalizado que una residencia de mascotas. Puedes utilizar algunos servicios especializados para las mascotas en vacaciones. *(www.nidmi.es)*

■ **UNAS VACACIONES PARA TU MASCOTA**
También puedes hacer que tu mascota disfrute de sus propias vacaciones. En lugar de llevarles a una residencia, puedes llevarles a un lugar donde estén más cuidados, realicen actividades, les corten el pelo, les pongan guapos, etc.

Sólo un 16% regresa con sus dueños y 45% es adoptado, según el estudio elaborado por la Fundación Affinity

1. Miguel Angel Cubero y Javier Martí (empresarios) con **DUARTE**, un Golden retriever de 8 años. Cada día a las 23.30 puntual como el reloj, manda a la cama a sus dueños.
2. Carla Delgado (blogger) con **MAYLA**, una mezcla de podenco de 9 meses que es adoptada. Se encarga de llevarse por toda la casa los calcetines y ropa interior de su dueña.
3. Eloy Suarez (político) con **BOB**, un bichón mezcla con yorkie de 8 años. Súper bueno y montañero como su dueño, sube como un campeón donde le llevan.
4. Silvia Puyal (organizadora de eventos) con **TAMBOR**, un perrito de año y medio adoptado. Después de haber sido maltratado, desde que está en su nuevo hogar se ha vuelto un perro feliz y se adapta a los viajes y eventos de su dueña.
5. Maria Lahoz (periodista) con **PURI**, una boxer de 6 años. Fue la primera en enterarse de que su dueña estaba embarazada. Siempre que llegaba a casa le saludaba subiéndose encima y cuando sintió que estaba embarazada dejó de hacerlo.
6. Pablo Gimeno (modelo) con **MOJITO**, un grifón holandés de un año y medio adoptado. Es súper cariñoso y juguetón. Le encanta meterse en las fuentes, dormir con las patitas hacia arriba y cada vez que el dueño sale de la ducha le ha dejado los zapatos en la puerta para que le saque a la calle.

La Papiroflexia en la obra de José Miguel Palacio

Nace en Zaragoza en 1950 y estudia en la Escuela de Artes de su ciudad. Su obra está presente en destacadas colecciones y museos tanto de España como del extranjero. A principios de los años 90 se traslada a vivir a Madrid, donde desarrolla su carrera profesional principalmente en la pintura. Paulatinamente se ve atrapad o por otras formas de expresión: grabado, escultura múltiple y monumental y fotografía. Seducido por el Origami, se inspira en el arte de doblar papel, para realizar sus obras, jugando durante diez años de su extensa carrera, con la papiroflexia, en diferentes disciplinas dentro de las artes plásticas. Entre 1994 y 2004 el artista realiza más de 120 obras sobre el arte de doblar papel, incluso en joyería. Y concluye así su época surrealista, que daba comienzo en 1979, para embarcarse hasta la fecha en el vanguardista movimiento del Hiperrealismo, con un éxito desbordante, en el que se encuentra inmerso.

Nines Molinero_
Para volver

Nines Molinero, más íntima que nunca, mostró sus últimas acuarelas en la galería de la *Caja Rural de Teruel (Calle Bilbao, Zaragoza)*. Rodeada de buenos amigos se atrevió a desvelar, en cada una de sus obras, lo más interno de su esencia: aquellas inquietudes que acarician sus entrañas, sus temores, sus recelos, sus desasosiegos... Mostrarse de esta forma es de valientes. Con una pincelada cada vez más exquisita y cuidada da forma y color a sus quimeras y realidades, con mayor madurez y responsabilidad… Nos encanta descubrir esta maravillosa evolución en la forma y en el fondo de sus creaciones.

Trilogías del mundo_
José Luis Gracia

José Luis Gracia nos presenta, bajo el título *Trilogías del mundo*, un conjunto de tres exposiciones que, a lo largo de estos meses, se han sucedido en bar D. Gasca. *Alcantarillas del mundo*, pisadas por hombres, perros, caballos o las ruedas de los coches... pocas veces bajamos la mirada para contemplarlas. En *Zapatos del mundo* nos encontramos alpargatas, albarcas, zapatillas... se usan, se reparan, se tiran... ¿se reciclan?. C*uriosidades* hay en todas las partes, solo hay que “ver” y notar.

Nueva temporada de
Asoc. Galerías de Arte Contemporáneo de Aragón

Con motivo de la inauguración de la nueva temporada expositiva 2017/2018, la Asociación de Galerías de Arte Contemporáneo de Aragón se presenta a la sociedad aragonesa haciendo públicos los propósitos que, a modo de decálogo, la definen: Visibilizar el trabajo de las galerías de arte y su compromiso con los artistas y la creación contemporánea. Dinamizar la cultura en Aragón desde el ámbito de las artes visuales. Participar activamente en los debates sobre arte y cultura en Aragón. Promover, potenciar y difundir el arte contemporáneo de Aragón y en Aragón. Contribuir a la proyección nacional e internacional de las propuestas artísticas defendidas por las galerías integradas en GACA. Favorecer el coleccionismo de arte contemporáneo y auspiciar el coleccionismo institucional a través de las galerías. Establecer vías de comunicación entre los diferentes sectores del arte y de la cultura en Aragón...

Galerías asocadas: A del Arte. Antonia Puyó. Cristina Marín. Finestra. Kafell. La Carbonería. La Casa Amarilla. Pilar Ginés. Spectrum Sotos.

Sucedió en verano...

PRIMER ANIVERSARIO

CANON DE KALÓN

LA CONOCIDA INFLUENCER ZARAGOZANA CARMEN LARDIÉS CELEBRÓ EN EL JARDÍN DEL TEMPLE EL PRIMER ANIVERSARIO DE SU BLOG CANON DE KALÓN RODEADA DE AMIGOS Y SEGUIDORES QUE NO QUISIERON PERDERSE LA CITA.

■ Mas de 200 invitados asistieron a encuentro patrocinado por el laboratorio farmacéutico Bioserum, sponsor principal de este blog aragonés que ha marcado tendencia entre las páginas dedicadas a la salud y la belleza. La prestigiosa empresa de **Cornice** especialista en SEO y posicionamiento web ha elegido a Canon de Kalón ,en su ultimo estudio de campo del primer semestre de 2017, como uno de los 10 blogs mas populares de nuestra Comunidad.

Carmen Lardiés agradeció la asistencia y prometió nuevas sorpresas en su página para el próximo año. La noche de San Juan concluyó con un sorteo de regalos de las firmas colaboradoras como **Punto Vital,** la doctora **Mery Lamaht** y **Unión Estilistas**.

TORNEO BMW AUGUSTA ARAGÓN

BMW PÁDEL GRAND TOUR, UNO DE LOS CIRCUITOS AMATEURS MÁS IMPORTANTES DE ESPAÑA

■ El Torneo BMW Augusta Aragón, perteneciente al circuito nacional BMW Pádel Grand Tour, contó con la presencia de las números 1 del mundo, Mapi y Majo Sánchez Alayeto y de la dupla número 13 del mundo, Seba Nerone y Álex Ruiz.

Ganadores:
BMW MASCULINA: ÁLVARO MÉNDEZ – ISMAEL LASECA. BMW FEMENINA: MANUELA MAINER – MARTA MARTÍNEZ.
PRIMERA MASCULINA: EDUARDO HARO – PABLO ZARAZAGA. PRIMERA FEMENINA: BEATRIZ FRANCO – MAPI MAESTRO
SEGUNDA MASCULINA: LUIS ÁNGEL ALFONSO – JAVIER SÁNCHEZ. SEGUNDA FEMENINA: ANA LANAU – PILAR LÓPEZ

CENA
BLANCA

NOVENA EDICIÓN

CENA EN BLANCO 2017

Gracias por el esfuerzo en seguir creando noches tan mágicas.
La décima: más y mejor...

LA AGENCIA DE MODELOS AGENCY MODEL ORGANIZÓ LA GALA FINAL "TOP MODEL ARAGON 2017" EN CATEGORÍA DE HOMBRE Y MUJER, A LAS 21 HORAS EN LA TERRAZA LAS OCAS.

GALA TOP MODEL ARAGON 2017

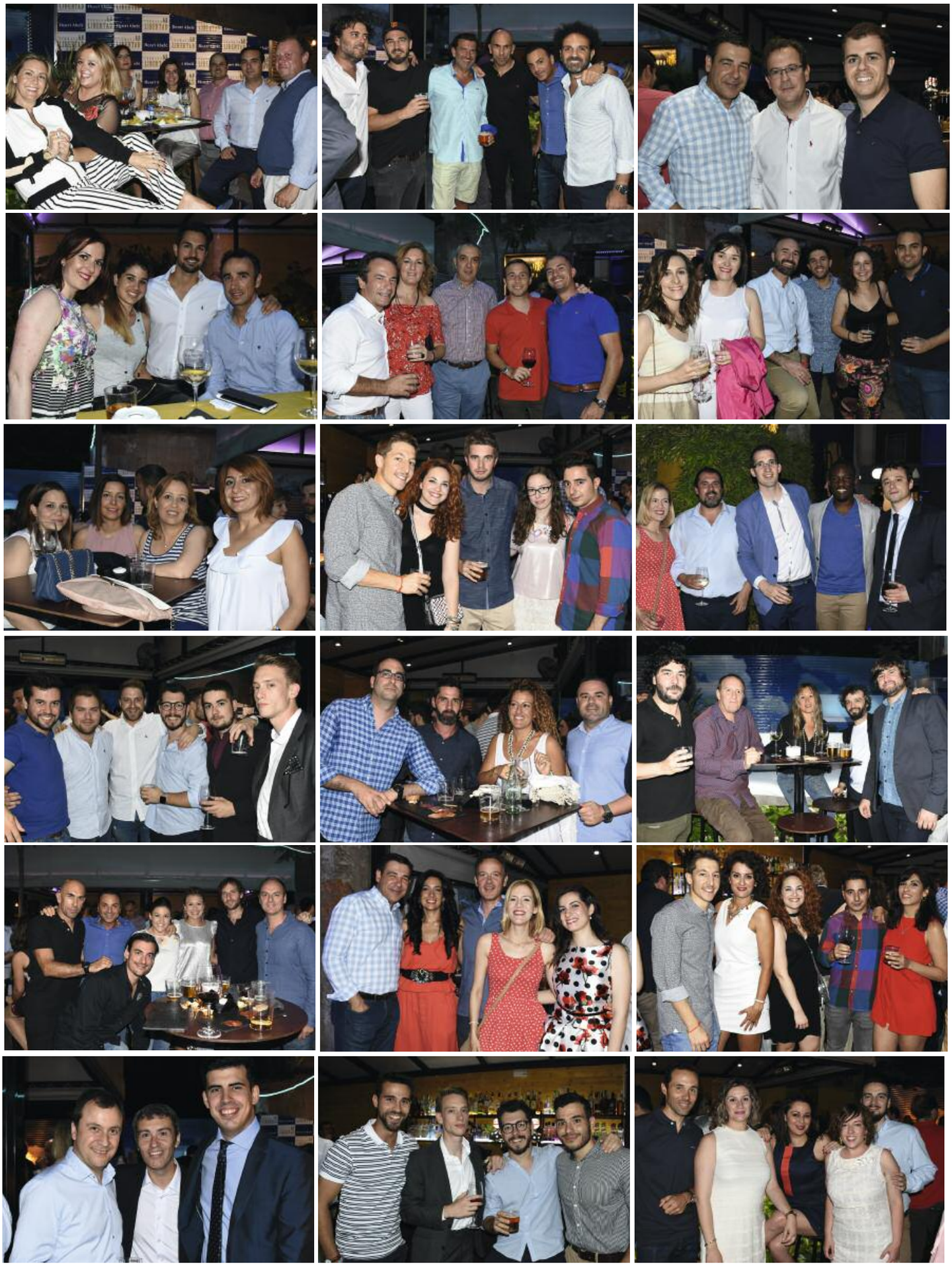
Los ganadores representaran a Aragón en el certamen nacional. Un total de 24 modelos desfilaron con las firmas: Mimbre, Handmade by Spain, Censi, Calzados Alicia, los encargados de que estén espectaculares en maquillaje y peluquería, **Tussen Enjoy** y **Oriflame.** Entre desfile y desfile tuvieron lugar las actuaciones del grupo **Spartans.** Los miembros de jurado de la Gala fueron:

LUIS APARICIO: Presidente de FITCA
CAMELIA ARIÑO: Autosalduva
JUDITH MORALES: Top Model Aragón 2014
MARIA GARCIA: Top Model Aragón 2013
MIGUEL NAVAS : Las Ocas
SUSANA APERTE: Diseñadora y empresaria
PILAR BARRANCO: MIMBRE
ADRIAN SALUEÑA: Top Model Aragón 2010
MARISOL BLANQUER: Peluquería TUSSEN y ENJOY"
JOSE LUIS MATUTE: Coca Cola

LOS GANADORES FUERON:

TOP MODEL ARAGON 2017:
Romina Arias, 18 años y altura 1.77, es estudiante de psicología y le encanta ir al cine, bailar y estar con su familia, que es lo más importante para ella.

TOP MODEL ARAGON 2017:
Miguel Díaz, 21 años y altura 1,94, estudia para para oposición de policía nacional, le gusta jugar al fútbol y hacer de árbitro.



ASOCIACIÓN DE JÓVENES EMPRESARIOS

CENA DE VERANO

LA **ASOCIACIÓN DE JÓVENES EMPRESARIOS** CELEBRÓ SU TRADICIONAL CENA ANUAL. UN LUNCH INFORMAL Y AMENO AL QUE ASISTIERON EN LA **TERRAZA LIBERTAD 6.8,** MÁS DE 160 PERSONAS. **TOÑO BECERRIL** –PRESIDENTE DE LA ASOCIACIÓN- CELEBRÓ CON ENTUSIASMO LA LLEGADA A LOS TRESCIENTOS SOCIOS, ASÍ COMO LA CONTINUIDAD EN LAS INSTALACIONES DE ZARAGOZA ACTIVA GRACIAS A UNA MEJORA EN LA FLUIDEZ DE DIÁLOGO CON EL AYUNTAMIENTO. LA GRAN NOTICIA, DIGNA DE UN BUEN BRINDIS, FUE EL ANUNCIO DEL PRÓXIMO CONGRESO NACIONAL DE JÓVENES EMPRESARIOS, EL DÍA 20 DE OCTUBRE EN NUESTRA CIUDAD. TRAS LA CENA, CONTINUAMOS LA VELADA EN EL PUB VIVALAVIDA.

Tiro de Pichón

CERVEZAS ALHAMBRA

EN EL CLUB TIRO DE PICHÓN

FIESTA DE GALA

UN AÑO MÁS, EL TERCERO EN ESTA OCASIÓN, EL **CLUB TIRO DE PICHÓN** SE VISTIÓ DE GALA EN UNA FIESTA ÚNICA PARA RECIBIR AL VERANO. MÁS DE TRESCIENTOS CINCUENTA ASISTENTES ASISTIERON A LA CENA Y POSTERIOR FIESTA, QUE CONTÓ CON BARRA LIBRE DE PRIMERAS MARCAS, ACTUACIONES EN DIRECTO Y UN PHOTOCALL POR EL QUE DESFILARON CONOCIDOS ROSTROS DEL MUNDO EMPRESARIAL DE NUESTRA CIUDAD.

1 – Invitados escuchando las palabras del Presidente Lapetra **2 –** Intervención de Christian Lapetra (Presidente) **3 –** Lapetra (Presidente del Club), Sierra (Caravan) y Acedo (Aura) departiendo **4 –** Sainz de Varanda (vicepresidente del Club), González (entrenador) y Arantegui (Director Deportivo) posaron con los colores del equipo **5 –** La cantautora Ariadna Redondo amenizó la velada con su repertorio al piano **6 –** Sierra (Caravan), Torguet (La Zaragozana) y Lapetra **7 –** Foto de los invitados durante el evento.

GRACIAS

El Real Zaragoza celebró, en una de las terrazas del Complejo Aura, un acto al con patrocinadores, colaboradores y empresas a los que quiso mostrar su agradecimiento por el respaldo mostrado al proyecto y la voluntad de seguir trabajando juntos: "*Queremos expresar de una manera específica* –señaló el Presidente, Christian Lapetra- *nuestra gratitud por vuestra fidelidad y el apoyo que nos habéis mostrado".*

Los miembros de la Fundación Zaragoza 2032 y del Consejo de Administración del Club, así como sus directivos y responsables del área deportiva, departieron con los patrocinadores, compartiendo experiencias y transmitiendo también sus ilusiones de cara a la siguiente temporada. El evento, además de la intervención del Presidente, sirvió para proyectar un video resumen con las altas cifras de audiencia en las que se mueve el Club y contó con la cantautora *Ariadna Redondo* que interpretó un harmonioso repertorio de piano. En la cita se ha puesto de relieve el peso y la notoriedad del Real Zaragoza, equiparable en muchos aspectos a los equipos punteros de la máxima categoría, a pesar de su militancia en Segunda. *"Los números del Real Zaragoza* –destacaba **Lapetra**- *lo alejan de cualquier otro club de su categoría y se amolda a los parámetros de las principales escuadras de Primera División*". Así se pone de manifiesto en cuanto a número de abonados, afluencia al estadio, espectadores en televisión, audiencia, periodistas acreditados en los partidos, incidencia en redes sociales… Además, el trabajo desarrollado ha contribuido a garantizar la recuperación del prestigio de la Entidad y la normalización de las relaciones institucionales, entre otros organismos con La Liga y la Federación Española, al tiempo que ha contribuido a aumentar el interés de los patrocinadores.

1 – Cani saluda a la afición acompañado de su esposa Teresa, hijos y otros familiares **2 –** Cani colgó las botas, de forma simbólica, delante de 2.000 seguidores zaragocistas.

HOMENAJE

Rubén Gracia Cani, decidió terminar su carrera deportiva como jugador profesional, con 35 años de edad y una vez finalizada la temporada 2016/17. El Club de su vida, el Real Zaragoza, le ofreció un homenaje el 5 de julio en La Romareda al que asistieron, además de una nutrida representación de familiares, compañeros y amigos, unos dos mil seguidores zaragocistas que mostraron su cariño y admiración por el jugador de Torrero.

BASKET ZARAGOZA

EL CONJUNTO ARAGONÉS PRESENTÓ EN LAS INSTALACIONES DE AURA SU NUEVA IMAGEN CORPORATIVA.

■ La imagen, en palabras de **Alodia Villar** (responsable de marketing), *"Representa explícitamente la ciudad de Zaragoza de una forma sencilla y clara"*. Vínculo que se consigue gracias a la presencia del león, símbolo heráldico de nuestra ciudad. *"Muestra valentía, coraje, integridad, fuerza y liderazgo, con la huella de un zarpazo en las zetas de Zaragoza; eso que queremos transmitir a los jugadores que vistan nuestra camiseta"*. La cita congregó a más de 300 personas entre las que se encontraban los consejeros y la estructura del club, patrocinadores, instituciones, medios de comunicación y otros sectores de la vida social y cultural de la ciudad.

III Edición del Premio ADEA al Socio del año
AGREDA
Mercedes-Benz
Construcción ADEA
VII Cena de Verano
La noche de las estrellas
III Edición del Premio ADEA al Socio del año

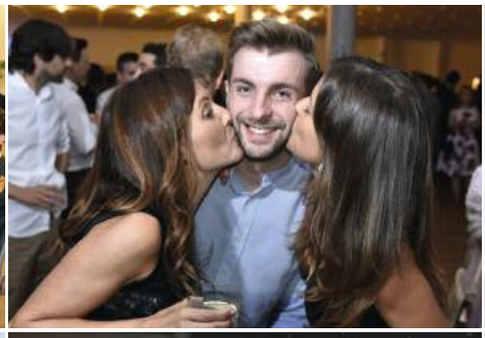
ÁLVARO CORRALES

PREMIO ADEA AL SOCIO DEL AÑO

EL SOCIO FUNDADOR Y DIRECTOR GERENTE DE AGM SPORTS, ÁLVARO CORRALES, FUE SELECCIONADO CON EL PREMIO ADEA AL SOCIO DEL AÑO, EN EL MARCO DE LA CENA DE VERANO, QUE LA ASOCIACIÓN DE DIRECTIVOS Y EJECUTIVOS DE ARAGÓN ORGANIZÓ EN SU SÉPTIMA EDICIÓN.

■ En este encuentro, que reúne cada año a los asociados en un ambiente distendido coincidiendo con el comienzo del periodo estival y que ha tenido lugar en el Hotel Híberus de Zaragoza, se dieron cita más de 300 directivos. La cita este año tuvo como tema **"La noche de las estrellas: Constelación ADEA"** y en ella, el presidente de ADEA, **Salvador Arenere**, aprovechó para presentar la nueva imagen de la entidad, así como para hacer un balance de actividades del año 2017, *"en el que ADEA organizará un total de 46 actividades".*

■ **COLABORADORES:** La Cena de Verano de ADEA no sería posible sin el apoyo de sus patrocinadores, ÁGREDA AUTOMÓVIL-MERCEDES BENZ y de los colaboradores Coca Cola, Grupo Osborne, Bodega Pirineos, Revista Aki Zaragoza, Nueva Imagen Estudio Fotográfico, Viajes Área, Mas de Cebrián, Grupo Nabegos, Audio Vídeo Raccord (AVR), As de Led, Asociación de Fabricantes Longaniza de Graus, Enate, Jamón de Teruel y Ambar.



PREMIO ADEA

BIROLLA 4
VOX
Blasón Aragonés, 4. Reservas: 976 97 90 93
Birolla4

REGALA
BIROLLA

BIROLLA 4
#nopainnogain

akí.
society

_CUMPLEAÑOS _ ANIVERSARIOS _ BODAS _ INAUGURACIONES _
_ FIESTAS _ PRESENTACIONES _ EXPOSICIONES _ PERFORMANCES_

Mucho Más

alcachofitas con foie. empanadas argentinas. carnes de La Finca. productos de la huerta y #muchomas

Estébanes, 2 (Tubo). Tel. 876 043 937 @muchomaszaragoza

II FGL BROKERS TROPPY INVITATIONAL

50 JUGADORES EN LA MODALIDAD STABLEFORD SE REUNIERON EN LA PEÑAZA EL PASADO 14 DE SEPTIEMBRE

■ La jornada trascurrió bajo un gran ambiente deportivo y de camaradería, pero con unas dosis de competitividad necesarias para la práctica de este deporte, teniendo en cuenta que los premios para los ganadores eran bastante atractivos y todo ello en unas condiciones climatológicas bastante ásperas, ya que hizo acto de presencia nuestro conocido "cierzo" lo que dificultó en gran medida el desarrollo del juego y así conocieron los jugadores que vinieron de otras ciudades como nos toca jugar al golf con bastante habitualidad por estas latitudes , ahora sí, el estado del campo se encontraba en inmejorables condiciones. Posteriormente a la entrega de trofeos a los ganadores se sirvió una cena-coktail.

Los ganadores por clasificaciones fueron los siguientes:

Scratch "Gran Premio Reale": Juan Pascual (Pedreña) 35 puntos. Handicap Masculino "Premio Deustche Bank": Manuel Rubio (La Peñaza) 40 puntos. Alfonso Gil (Valle de Benasque) 38 puntos. Francisco Javier Monzón(La Peñaza) 38 puntos. Handicap Femenino "Premio Laval Ibérica": Gemma Agustín (La Peñaza) 38 puntos. Mª Soledad Marquina (La Peñaza) 36 puntos. Pilar Burillo (La Peñaza) 35 puntos.

CUATRECASAS CELEBRÓ SU TORNEO DE PÁDEL

■ El despacho de abogados Cuatrecasas ha celebrado por tercer año consecutivo su Torneo de Pádel. Dicho torneo, celebrado el viernes 22 de septiembre, fue disputado por 48 participantes, entre abogados y clientes48 participantes midieron sus habilidades deportivas en las pistas del club de pádel de la ciudad, Francisco hijas, abogado de Cuatrecasas, remarcó la consolidación de una iniciativa "que permite estrechar lazos con los clientes en un ambiente más distendido y dejando a un lado el trabajo."

Javier Garanto, director de la oficina de Zaragoza, y Antonio García Lapuente, socio, entregaron el trofeo de vencedores a José Luis Latorre y Jesús Arnau, del Instituto Aragonés de Fomento.

V CENA SOLIDARIA CARLOS SANZ

UN PROYECTO IMPLANTADO CON EL QUE LA FUNDACIÓN ENTREGA CADA AÑO 1000 BECAS A NIÑOS SIN RECURSOS.

■ La Fundación Carlos Sanz, celebró su V Cena solidaria y aprovechó la ocasión para reunir a un centenar de amigos, que quisieron aportar su granito de arena para la causa principal de la noche. “Obtener un poquito de dinero para el proyecto de entrega de becas de material escolar a niños sin recursos”. La noche estuvo plena de sorpresas. Un excelente menú ofrecido por el Hotel Palafox. Una lluvia de regalos que fueron sorteados entre los asistentes. Y una magistral actuación de Luis Cebrián que amenizó la noche con su repertorio, demostrando ser uno de los mejores artistas de Aragón. Reseñar la aportación de muchas personas a la Fila 0 que anónimamente colaboraron con la causa de la cena. Entre los asistentes representantes del Ayuntamiento de Zaragoza, del Gobierno de Aragón, del club Montañeros de Aragón, de diferentes empresas como Mémora, AXA, Grupo Piquer, Comunica-t, Montessori, Caja Rural de Teruel, el Real Zaragoza entre otras. Una gran velada en la que la gente disfrutó al máximo y en la que por encima de todo estuvo presente un pensamiento: Seguir ayudando a que mil niños cada año tengan una beca de material escolar.

desayunos Criollo "Sweet"
aperitivos... anchoas de Santoña, Boquerones de Santoña, taco de Atún del Cantábrico, Banderillas
tostadas (sobrasada de Mallorca con queso de Mahon, ...)
queso curado Manchego de Manzanares
Bocadillitos en pan de bollo
vinos de la tierra, Rueda, Rioja o Rivera del Duero
Ambar y cervezas de importación
Copas. La mejor música. Exposiciones

Café Ibiza ZGZ
con tiza ROTULACIÓN A MANO
Residencial Paraíso, Local 43. Café Ibiza. Zgz
Horario: de 8,30h a cierre. Sábados de 9h a 02,30h. Domingos cerrado

ENCANTADOS DE CELEBRARLO
CON VOSOTROS!

FELICIDADES

CON AMIGOS Y EN FAMILIA, CELEBRAR UN CUMPLEAÑOS SIEMPRE ES UNA GRAN FIESTA. UN AÑO MÁS PARA CONTAR ANÉCDOTAS, MÁS EXPERIENCIAS VIVIDAS, MÁS COMPAÑER@S QUE SE VAN SUMANDO A NUESTRAS AVENTURAS. DESDE AKÍ, ESPERAMOS ESTAR EN CADA UNA DE VUESTRAS FIESTAS!!

1. EMILIO BIEL EN SUCCO CAFÉ
2. TATIANA LOREN EN MI SECRETO
3. ALFREDO ABAD EN LA TERRAZA DE RESTAURANTE AURA

TODA UNA VIDA JUNTOS

BODAS DE ORO DE CÉSAR E IRENE

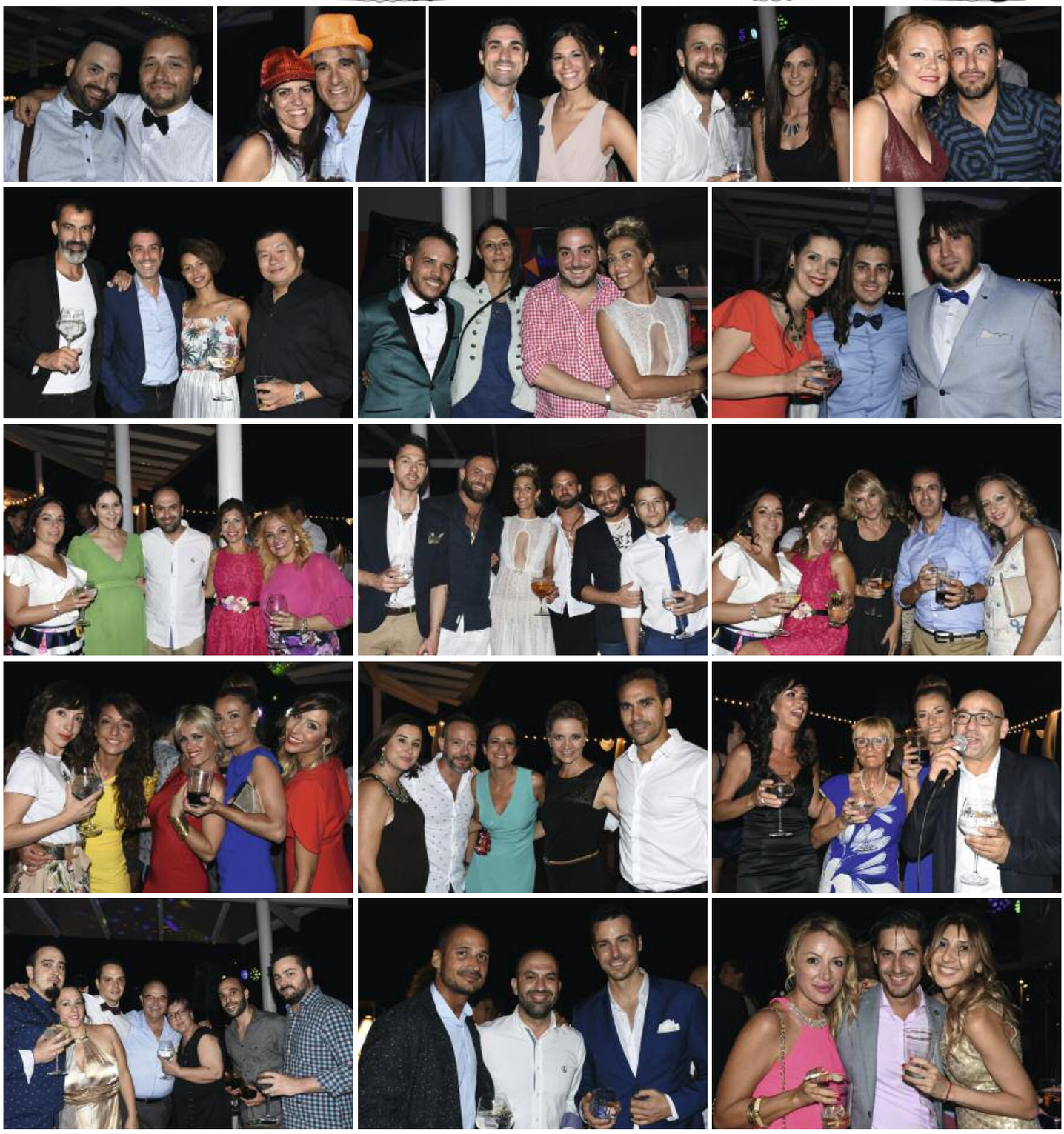
FELICIDADES

1. LOS "DANIELES" EN RIC 27 Y VITTORIA 25
2. JEAN PIERRE NORET EN BASHO CAFÉ
3. MERCEDES MENDOZA EN CAFÉ DUBLÍN

La Pata negra

Azoque, 37 (esq. San Jerónimo)
Fb: La Pata Negra

5º Aniversario



Enlace de Jimmy y Pilar en El Acuario

Fotos: Almozara Fotografía

Enlace de Nani y Gloria en El Jardín del Temple

Enlace de Lisseth y Jean Pierre

Parque del Agua. Paseo de la Noria, 3. Junto al Golf-Spa Ranillas @restaurantebambola. Reservas: 876 59 08 08. www.restaurantebambola.es

PREVENCIÓN Y ERRADICACIÓN DE LOS TRASTORNOS DE CONDUCTA ALIMENTARIA

Fundación ape

■ La Fundación tiene omo objetivo principal prevenir los trastornos de conducta alimenticia popios de nuestra sociedad contemporánea, con el fin de avanzar en su detección y en la educación y sensibilización para reducir su crecimiento exponencial en nuestros días. La Fundación nace sobre una sólida base social como consecuencia de la colaboración desinteresada de un numeroso colectio de voluntarios sensibilizados con la problemática de los trastornos alimenticios apostando por el desarrollo de estrategias que prevengan y palíen el sufrimiento de las personas afectadas.

El pasado 29 de septiembre se organizó una jornada informativa (Jornada TCA) en el Patio de la Infanta, que culminó con una cena benéfica en La Huerta del Figueral (Stadium Las Fuentes).

La Fundación A.P.E. agradece, de corazón, a todos los que les acompañaron en este día. Hace falta todavía mucho por hacer. Mucha divulgación, mucha formación, mucha atención al mundo de las redes sociales e internet, mucha profesionalización de expertos, mucha investigación, y sobre todo mucha mejora en la atención de estas niñas, que es el fin último que guiará siempre a la Fundación A.P.E. a lo largo de este camino. Este es el compromiso que la Fundación A.P.E. ha decidido asumir, y para el que alegra saber que cuentan con tantos y tantos amigos y gente solidaria y comprometida con las buenas causas. Gracias infinitas.

XXII

CONCURSO DE TAPAS

DE ZARAGOZA Y PROVINCIA

DEL 9 AL 19 DE NOVIEMBRE DE 2017

Gracias por su visita

Fundación ape

RUTA

CLÁSICOS

DEL TUBO

*TAPA ESPECIAL
Y BEBIDA

3€

BODEGAS ALMAU
CASA PASCUALILLO
TABERNA TRIANA

HAZ LA RUTA DE LOS CLÁSICOS Y PARTICIPA EN EL SORTEO DE ESTUPENDOS REGALOS

1 2 3 4

*CADA UNO DE LOS ESTABLECIMIENTOS DETERMINARÁ LA TAPA ESPECIAL
LA BEBIDA SERÁ CAÑA, VINO, AGUA O REFRESCO

Almau BODEGAS

Haciendo familia DESDE 1870 BODEGAS Almau

FUNDADA EN 1939 CASA PASCUALILLO RESTAURANTE - BAR

TABERNA Triana DESDE 1950

akí
gastronomía
_ RECOMENDACIONES _ NEWS _

Casa El Pescatero

Marisquería reabierta por el hijo de los antiguos fundadores (1970-1995).
Ofrece raciones de marisco y freiduría con una muy buena relación calidad precio.
Síguenos en Facebook y visítanos!

Andrés Piquer, 4. Tel. 727 767 315. Fb: Casa El Pescatero

CALA NOVA

TWIST & TONICS

Calanova está abierto para que disfrutes de una cocina Mediterránea, de calidad y honesta, con sabores muy nuestros y algún toque divertido.
Te ofrecemos menús del día desde 16€ para tus comidas y reuniones de trabajo, así como para tus cenas más románticas.
También contamos con la terraza más bonita de Zaragoza donde podrás probar nuestros cocktails y copas.

Cesáreo Alierta 16. Reservas: 976 87 80 60 @CalanovaBar

Los Sitios
MONUMENTAL
TABERNA
Los Sitios
MONUMENTAL
• TABERNA 1808 •
Plaza de los Sitios 17. Reservas: 876 53 50 25. Monumental taberna 1808

6 de octubre...

La Pesquería

DE MONUMENTAL

taberna marinera. arroces. pescados. mariscos

Zurita, 18. Reservas: 976 244 956

Pilar Alquézar

JORNADAS

GASTROMANÍA

GASTROMANÍA 17, UNA NUEVA FORMA DE HABLAR DE GASTRONOMÍA.

■ Bajo el nombre de **Gastromanía**, se celebraron, durante los días 13 y 14 de junio en el *hotel Hiberus,* unas jornadas de gastronomía innovadoras. Un punto de encuentro donde jóvenes gastrónomos, gastrobloggers y foodies expusieron las nuevas tendencias de comunicación culinaria. Nuevos soportes, nuevos caminos para llegar al lector, nuevas corrientes. Es una iniciativa que parte del convenio entre Turismo de Aragón y la Academia Aragonesa de Gastronomía que, lejos de quedarse anclada, consigue así fomentar el diálogo "de tú a tú" entre los más prestigiosos expertos del sector y una nueva generación que viene pisando fuerte. Para la Academia el mundo digital está aportando un dinamismo, un diálogo que debe ser tenido en cuenta. Asistimos a ponencias de periodistas de prestigio y relevancia en el mundo gastronómico, mesas redondas, paneles de experiencias de éxito, encuentro de **gastrobloggers** y la celebración de un **Gastro Film Fest** y premios a gastrobloggers.

ROGELIOS

Menú Día del Pilar 45,00 € iva incluido.

Para compartir: delicias de Teruel con su pan de hogaza y su tomate. Risotto de setas de temporada con su peineta de parmesano. Gambas al ajillo sin pelar con sus guindillas

A continuación: ½ ración de rodaballo con salsa de setas. ½ Ración de cabrito de leche al horno con sus patatas panadera

Para terminar: Dome de tres chocolates. Café express. Agua y vino Somontano: Glárima blanco y tinto

Gran Cena con Baile Víspera Del Pilar (11 de octubre) por 38,00 € iva incluido.

Rogelios todo lo que puedas imaginar

RESTAURANTE. BANQUETES. ZONA CHILL OUT. CAFETERÍA. TERRAZA. HINCHABLE INFANTIL

El restaurante Rogelios está situado en el corazón de Zaragoza, junto al estadio de fútbol y la nueva plaza de la Romareda. Sus más de 60 años de experiencia unida a su continua renovación y a una variada y exquisita cocina, hacen de él uno de los establecimientos hosteleros de referencia de la capital aragonesa.

Sus salones para eventos te ofrecen celebraciones íntimas o grandes banquetes. Elige entre una gran variedad de menús con platos selectos y exclusivos, decoraciones especiales, un exquisito servicio, un gran equipo de profesionales, orquesta, barra libre… La Nueva Plaza de Romareda cuenta con un parking con capacidad para 1.200 plazas.

Amplia gama de menús elaborados siempre con productos de primera calidad. Menú diario, degustación, de empresa, menú fin de semana, infantil... y una amplia selección de paellas y arroces, para degustar o para llevar.

Desayunos, aperitivos, ensaladas, platos combinados, bocadillos, … además de almuerzos y picnic para llevar al campo del Real Zaragoza (Descuentos para socios).

Las noches de fin de semana, disfruta de sus cenas con baile. Y, para el momento Gin... Descubre su zona chill out: cenador, copas premium, cócteles elaborados en el momento por su experto coctelero y la mejor música.

Eduardo Ibarra, 10 (Frente al campo de fútbol) Reservas: 976 35 89 50. correo@rogelios.es

GASTROMANÍA

Plaza de los Sitios, 9. Reservas: 976 046 949 Restaurante La Bella LOLA

Su reservado es el espacio perfecto para celebraciones especiales: cumpleaños, reuniones de trabajo, comuniones o bautizos.

El Restaurante La Bella Lola cuenta con 190 m2 divididos en 4 zonas principales, ideal para pasar una agradable velada con amigos, familiares y celebrar eventos especiales en el reservado. Un restaurante elegante, decorado con gusto y en diferentes estilos.

Menú Degustación
Especialidades La Bella Lola 25 €
jueves noche

Menú diario 18,90 €
de martes a viernes mediodía

Menú especial 28 €
cenas y fines de semana

* * * * *

Especialistas en arroces, steak tartar, platos típicos de la cocina tradicional con un toque moderno e innovador.

Jornadas gastronómicas en El Foro

■ Restaurante El Foro continúa con sus jornadas gastronómicas mensuales para compartir. El mes de septiembre le tocó el turno a la carne, con la máxima calidad que ofrecen los productos de La Finca. Cecina de buey y mollejas de ternera con salsa "Cumberland", fiambre de lengua de ternera o asado de tira de costillar asado en dos temperaturas fueron algunos de los platos que degustamos. Octubre es el mes Aragón Zen. El nuevo menú sorprende por su delicadeza, exquisitez y belleza en la presentación. Una increíble fusión de la gastronomía japonesa y la aragonesa de la mano de su chef Pedro Martín. No dejéis escapar la oportunidad de probarlo!

Cocina cardinal en Bodegón Azoque

■ Bodegón Azoque nos invita, durante el mes de octubre, a recorrer nuestro país de norte a sur, de este a oeste. A través de los puntos cardinales, probaremos platos típicos de cada zona: Bacalao bilbaíno con pisto manchego, arroz socarrat alicantino y velo de langostinos, cazón andaluz en adobo sobre salmorejo cordobés, cabrito extremeño horneado con pimientos de padrón, pluma Ibérica de Guijuelo y bolitas de Torta del Casar... Te animas a emprender viaje?
Foto superior: Jornadas de la vendimia.

Vendimiando garnacha en Care

■ En pleno trabajo de vendimia, Bodegas Care congregó a periodistas, blogueros e instagramers para vendimiar la primera garnacha del año. Una variedad muy popular en la zona de Cariñena de la que se espera una de las mejores cosechas y cuya vendimia se realiza tradicionalmente a mano. Tras un paseo por los viñedos y una visita a la bodega, los asistentes, protagonistas de una jornada de vendimia, pudieron disfrutar de un menú degustación en el Restaurante Care.

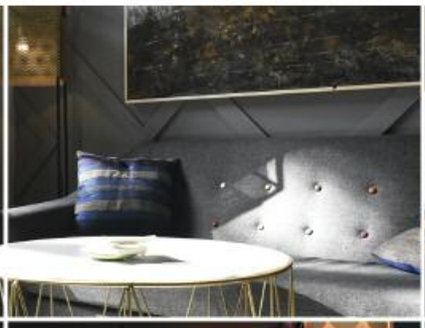
Así, Bodegas Care ha querido hacer partícipe a periodistas, blogueros e instagramers de todo el proceso productivo de sus vinos, para hacerlos protagonistas de uno de los momentos más importantes de toda bodega, la vendimia. Tras un paseo por los viñedos donde los asistentes cataron las diferentes uvas y vendimiaron la primera garnacha del año, realizaron una visita por la bodega para completar la visita por el ciclo de producción. La jornada contó con la colaboración de la empresa aragonesa Tranqoworld, especialista en la elaboración de ropa técnica para actividades outdoor, que facilitó el equipaje para la jornada en el campo.

TULÚ

Desayunos.
Aperitivos. Menú diario.
Carta. Amplia Bodega.
Cócteles y Combinados.

De lunes a jueves de 08h a 24h. Viernes de 08h a 02am. Sábados de 08h a 02am. Domingos de 10h a 24h

Fernando el Católico, 32. Teléfono: 976 02 89 41. TULUZGZ



Cata de vinos en Mesón El Torico

■ Mesón El Torico Mosén Domingo Agudo, 3) es uno de esos restaurantes perfectos para degustar nuestrs platos aragoneses más tradicionales, sobre todo en estas fechas. Buenas carnes, ambiente rústico, excelente materia prima, un servicio muy acertado y, como no podía ser de otra manera, grandes caldos. Hace unos días tuvimos el plavcer de acudir a una cata de Bodegas Care D. O. Cariñena. Probamos algunos de sus mejores blancos, rosado y tintos acompañados de una distendida charla sobre sus matices, aromas y sabores.

Basket Zaragoza visita Sommos

■ El conjunto aragonés se desplazó a la casa de su segundo patrocinador para darle la bienvenida a la familia del Basket Zaragoza y conocer los entresijos de la bodega y su forma de trabajo. Carlos Sáenz, gerente de la bodega, y Blanca Galindo fueron los encargados de dar la bienvenida al grupo y presentar los pormenores de la visita que comenzó con la proyección de un vídeo, con el contraste del trabajo tradicional en los viñedos de Murero y el despliegue tecnológico que se lleva a cabo en las instalaciones de Barbastro. Después pasaron a descubrir y conocer el proceso de trabajo, así como las características de cada uno de los ingredientes que toman parte de la producción del vino: los diferentes tipos de tierra, las variedades de uva, las temperaturas, los envasados, los tipos de barrica y los tiempos de reposo. El equipo rojillo ha ampliado su sapiencia enológica para desembarcar, como examen final, en la sala de catas, con brindis incluido.

Verdechulo, una nueva propuesta

■ Mario López (primer propietario de María Morena) y su socio José Antonio Corchón acaban de abrir, en el mismo establecimiento (Pl. José María Forqué), su nueva propuesta gastronómica, Verdechulo, con la clara intención de ser un referente en productos de calidad y buen servicio. Para la presentación a prensa degustamos sus sabrosos Minutejos (hay que probarlos), Patatas Bravas y mansas, Tostada de anguila ahumada con guacamole, Huevo a baja temperatura con boletus, foie y aceite de trufa negra, Vieira a la plancha con wakame, kimuchi y salsa verdechulo, Bacalao a baja temperatura con salsa napolitana y Chuletón de vaca gallega con 45 días mínimo de curación. Un menú delicioso a la vez que original!

Larios 12 Especial Pilar

■ Larios 12, la ginebra Premium de la marca, vuelve a rendir homenaje a la ciudad de Zaragoza y sus Fiestas del Pilar. Desde la Virgen del Pilar y su célebre mantón de flores; hasta otros símbolos representativos de Zaragoza como son la Catedralbasílica de Nuestra Señora del Pilar, el Puente de Piedra enclavado sobre el río Ebro y sus majestuosos leones de bronce, obra del escultor Francisco Rallo Lahoz.

Ric
27
VITTORIA
CERVECERÍA
25
COCKTELERÍA
RISTOBAR
Pedro María Ric, 27. Reservas: 976 21 87 14.
www.ric27.com Ric 27
Francisco Vitoria, 25. Reservas: 876 16 72 22.
www.vittoria25.com Vittoria 25

Foie
Ibérica
Carne Brava
BRAVA
CROQUETÓN
Bucy
Aragonesa
¿CONOCES YA
¡MI SECRETO?
MSECRETO

MSECRETO
RESTAURANTE | CAFETERÍA
MSECRETO
RESTAURANTE | CAFETERÍA
MSECRETO

FRESCA
NATURAL
ARAGÓN
AMBAR

BROOKLYN

BYE
LOSER

MISECRETO

RESTAURANTE | CAFETERÍA

BRASA

Corte de vaca con foie. entrecot de ternera. solomillo de ternera con foie.
chuletón de vaca. costillas de ternasco. solomillo de cerdo. brocheta aragonesa...

Disfruta cada momento del día y de la noche! Oferta de desayunos. vermú. menú diario. carta. cenas. copas.

Cinco de Marzo, 9. Tel: 976 07 89 80 @restaurantemisecreto

Jueves 19 de octubre, 20h

Aniversario solidario a favor de la lucha contra el cáncer, a beneficio de la Asociación de ayuda Matarrayos

Premios de Gastronomía 2017

■ La Academia Aragonesa de Gastronomía concede, un año más, sus ya tradicionales Premios Anuales de Gastronomía. Este año 2017 los premios son para: Mejor restaurante: Restaurante Colette de Zaragoza. Mejor bodega: Bodegas Ruberte de Magallón, D.O. Campo de Borja. or labor gastronómica, ámbito de difusión: Daniel Yranzo, cocinero de Aragón Televisión. Mejor labor gastronómica, ámbito de investigación: "Nuevo arte de la cocina española, de Juan Altamiras" de Vicky Hayward. Mejor almazara: Molino Alfonso de Belchite, Zaragoza. La Academia Aragonesa de Gastronomía concede sus premios desde el año 1999. Más información en **www.academiaaragonesadegastronomia.com**

exhibición coctelera en La Coctelería de Martín

■ Los amantes de la mixología están de enhorabuena. La Coctelería de Martín acaba de elaborar una carta con medio centenar de propuestas. De diseño, clásicos, reinventados... La experiencia y bagaje de estos profesionales queda plasmada en un completo y original listado inspirado, en buena parte, en todo lo que aconteció a la famosa Ley Seca americana de 1920. A la presentación asistieron el equipo de bartenders de La Cotelería de Martín -Roger Guevara, Gabi Royo y Borja Insa-, el propietario de la empresa distribuidora Más Que Gastronomía, Roberto Morales y el brand ambassador de la importadora Elivisa, Christian Puime.

bula tapas & CeboYeah!

Lacarra de Miguel, 23. Reservas: 976 22 59 57
www.bulatapas.com Bula Tapas

bula **TAKE AWAY**
976 95 86 95

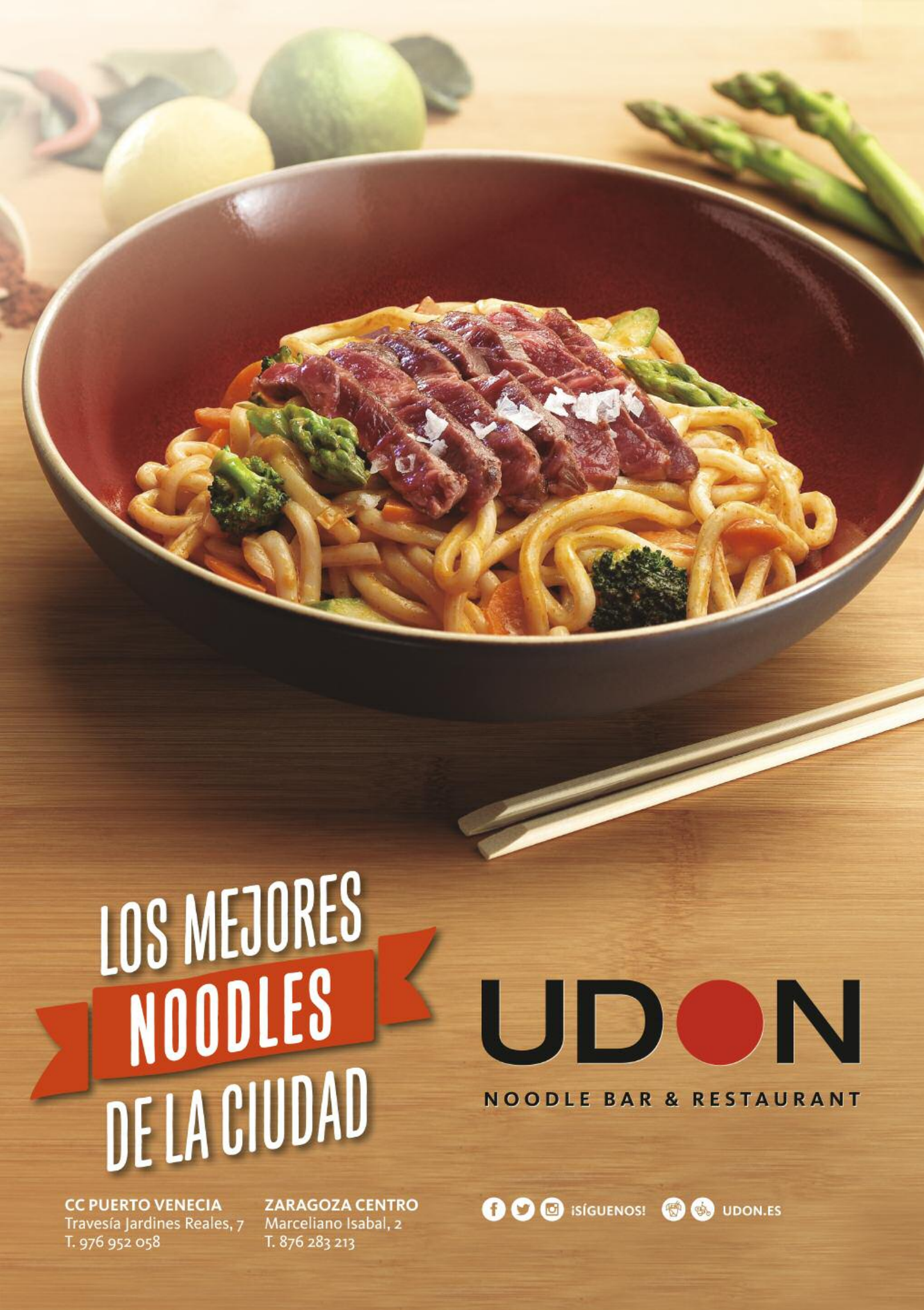
Puerta Cinegia Gastronómica

Pilar Alquézar

BIRRAGOZA

Más de 100 cervezas diferentes y muchas actividades

La celebración de la sexta edición de Birragoza, el festival de cerveza artesana de Zaragoza en el Centro de Historias ha sido un éxito. Se pudieron degustar 17 cervezas artesanas aragonesas. Desde Inglaterra se acercó Alex, cervecero Coulthart, de Dark Star, que impartió una master class sobre los casks, barriles tradicionales británicos. Otros diez elaboradores españoles completaban la oferta del festival, que ha sumado 111 cervezas diferentes, incluidas sin gluten y sin alcohol. Se ha mantenido el carácter artesano de la comida servida, tanto en el pan, como en las salchichas y hamburguesas, elaboradas por chacinería Las Masadas en tres variedades: bratwurst, picante y viena, que fueron servidas con la salsa Birragoza, creada el cocinero Pepe Toledo para el festival. Este año, como novedad, fueron servidas en dos gastronetas, food trucks, La Negra y La Ternasca, pertenecientes a la Asociación Food Truck Aragón.


LOS MEJORES
NOODLES
DE LA CIUDAD
UDON
NOODLE BAR & RESTAURANT
CC PUERTO VENECIA
Travesía Jardines Reales, 7
T. 976 952 058
ZARAGOZA CENTRO
Marceliano Isabal, 2
T. 876 283 213
¡SÍGUENOS!
UDON.ES

LA LISTA DE LA COMPRA
CALOR Y COLOR

Ya hemos comentado en multitud de ocasiones que los alimentos de temporada son más sanos, más baratos y más ecológicos. Apunta los siguientes alimentos en tu lista de la compra.

En esta época podemos disfrutar de las primeras frutas veraniegas ¡aprovecha y haz macedonias, batidos…! Como empieza el calor se reduce la oferta de verduras, pero pescados tan sabrosos como la **caballa**, la **sardina** o el **boquerón** están en su mejor momento para disfrutar de su calidad y sabor. Las **judías verdes**, las **espinacas**, los **puerros** o las **cerezas**, **fresas** o **melocotones** también se encuentran en su máximo esplendor.

■ La **espinaca** es una verdura de hoja verde que pertenece a la familia del amaranto y está relacionada con la remolacha. Científicamente la podrás conocer como la *Spinacia Oleracea.* Esta verdura se originó en Persia, pero ahora se produce principalmente en China y en Estados Unidos. Es un gran alimento ya que contiene cantidad de nutrientes y antioxidantes, lo cual la hace un producto muy saludable para nuestros ojos, reduce el estrés oxidativo, y ayuda a prevenir enfermedades como el cáncer y a bajar los niveles de presión arterial. Puedes comprarlas en lata o frescas, y tomarlas cocinadas o crudas, donde sus beneficios son mayores.

■ Las **fresas** además de ser una deliciosa fruta, también son un alimento cargado de numerosos beneficios. Son una fantástica fuente de vitaminas del grupo B: B6, la niacina, la riboflavina, el ácido pantoténico y el ácido fólico. También poseen una considerable cantidad de vitamina C. Son altamente antioxidantes, y poseen capacidades antiinflamatorias y potenciadoras de la salud en general. Además las fresas son bajas en calorías, contienen fibra, que ayuda a regular los procesos digestivos y a reducir la sensación de hambre. Contienen fenoles, un compuesto químico. La antocianina es un tipo de fenol muy abundante en estas frutas y que le proporciona su característico color. Es conocido también por sus poderosas cualidades como antioxidante natural que mantiene la salud de las células. También ayudan a luchar contra los procesos inflamatorios del organismo inhibiendo la producción de la enzima ciclooxigenasa, del mismo modo que lo hacen otro compuestos químicos.No hay que olvidar que tienen manganeso, magnesio, potasio y vitamina K, que ayudan a potenciar la salud de los huesos y nuestros ojos.

COMER UN PUÑADO DE CEREZAS DURANTE SU TEMPORADA ES UNA OPORTUNIDAD DE PROVEER AL ORGANISMO DE MÁS ÁCIDO FÓLICO, FIBRA, ANTIOXIDANTES Y MINERALES.

■ Comer un puñado de **cerezas** durante su temporada es una oportunidad de proveer al organismo de más ácido fólico (muy interesante en el embarazo e infancia), más fibra, fotoquímicos antioxidantes y minerales como el potasio y el magnesio. Por ello son un ingrediente perfecto para ensaladas, macedonias, zumos, gazpachos... Las cerezas, junto con el plátano, las uvas o los higos, han estado durante muchos años prohibidas en las dieta de las personas con diabetes. Hoy se sabe con certeza que todas las frutas tienen cabida en la dieta de un diabético, lo importantes es hacerlo en su justa medida. Las calorías en las frutas tienen su origen, en mayor medida, en el contenido en azúcares: un puñado de 10 cerezas (50 gramos) aportan tan solo 24 calorías y multitud de fitoquímicos antioxidantes, variedad de vitaminas y de minerales. Así que perfecto!! Además estas frutas destacan por su riqueza en antioxidantes, los cuales provocan una labor intensa en el cuidado de la piel y contrarrestan los efectos de envejecimiento prematuro de los rayos del sol sobre la dermis. No hay que olvidar que los tallos de cereza son un diurético natural, tomados en infusión o en polvo. Y que al contener melatonina y serotonina mejoran los ciclos de sueño.

JOAQUÍN COSTA, 3. RESERVAS: 976 21 10 17 SAN SIRO ZARAGOZA

CAFÉ ROYAL
eco-friendly

DESCUBRE LAS VARIEDADES FAIR & 100% ORGANIC DE CAFÉ ROYAL

Café Royal, marca Suiza líder del mercado de cápsulas de café compatibles con máquinas, piensa en todos los amantes del café, ¡también en los más eco-friendly!.

■ El fuerte aroma característico del **Café Royal Expresso** combinado con una acidez afrutada y fresca y con un toque de regaliz.

■ Disfruta del cuerpo ligero y de la acidez discreta del **Café Royal Lungo**. Una suave y afrutada nota de pomelo junto con un toque elegante de cereales que se despliegan en el paladar.

PESCADO DE CALIDAD

Una de las máximas imprescindibles de la hostelería es la calidad y seguridad en sus cocinas, además de su rentabilidad. Los pescados de crianza ofrecen esta ventaja, ya que tienen un precio con pocas variaciones y con una calidad uniforme todo el año.

■ En este sentido, la trazabilidad del pescado es total, teniendo absolutas garantías de cada pieza desde su nacimiento hasta que llega a la cocina, lo que facilita todo lo que tiene que ver con el seguimiento del **Análisis de Peligros** y **Puntos Críticos de Control (APPCC)** así como con las garantías que se puede ofrecer al consumidor final. Cada animal está identificado con un código de trazabilidad único que permite hacer el seguimiento completo. Los estrictos controles de calidad y seguridad alimentaria que se realizan en todo el ciclo de vida del pescado amparado bajo el sello de calidad **"Crianza de nuestros mares"**, el profesional puede tener la plena garantía de que estos productos están libres de anisakis. El pescado de "Crianza de Nuestros Mares" no tiene que pasar previamente por un proceso de congelación para ser consumido en crudo o semicrudo, con plenas garantías sanitarias y conservando sus características organolépticas. Como dato significativo cabe destacar que, tras varios estudios realizados, los peces de acuicultura española se declararon libres de anisakis, tras demostrarse su ausencia gracias a las buenas prácticas de los cultivos marinos, a su estado sanitario y a la alimentación. A ello se suman los programas sanitarios implantados, que supervisan la calidad del pez continuamente.

CRIANZA DE NM NUESTROS MARES

EL SELLO "CRIANZA DE NUESTROS MARES"

El sello **"Crianza de Nuestros Mares"** garantiza la calidad y seguridad, pero también el origen, lo cual es una gran ventaja para el profesional de la restauración: es un indicativo de frescura al ser pescados que van directamente de nuestros mares a los lineales de pescado en el menor tiempo posible (normalmente no llega a horas el espacio de tiempo entre pesca y venta final). Esto, evidentemente, incide en la calidad del producto que ofrecemos pero también en la durabilidad del producto para su manejo y conservación, lo que nuevamente incide en la rentabilidad del negocio. Este sello de calidad y origen ampara a las doradas, lubinas y corvinas que proceden de la acuicultura de nuestras costas y, para distinguirlas, poseen un distintivo fijado en las agallas con el sello identificativo así como con un código de trazabilidad de cada uno de los ejemplares.

La Lobera de Martín
Alta taberna

Coso 35 (Pl. España) Reservas: 976 201 744.
www.laloberademartin.org

Pilar Alquézar

EN LA CALLE

XI MUESTRA DE VINO Y CULTURA

La **Muestra de Vino y Cultura en la calle** regresó al mítico barrio de *El Gancho* en su undécima edición. La plaza San Pablo y las calles San Pablo y Broqueleros se llenaron durante dos intensos días de música y actuaciones en directo para todas la edades, magia y cuentacuentos para los más pequeños, tapas variadas y, como cada año, decenas de bodegas que nos presentan sus vinos en un formato muy cómodo. Compras tu copa, unos tiquets y… al vino vino!

Gastronomía de herencia,
sin remilgadas etiquetas y con pinceladas de nueva cocina.

NATIVO

TRADICIONAL DELI

EN UN HORARIO DE 11:00 AL CIERRE, LA OFERTA GASTRONÓMICA ABARCA TAPAS DE SIEMPRE CON RECETAS REVISADAS Y GRAN VARIEDAD DE BRASEADOS TANTO EN VEGETALES COMO EN PESCADOS, ARROCES Y CARNES SIEMPRE EN UN ENTORNO MUY CUIDADO, DONDE TODO ENCAJA, DESDE LA DECORACIÓN HASTA LA MÚSICA, SUTILMENTE SELECCIONADA.

El nuevo local de concepto "Tradicional Deli" inicia su andadura con una mirada puesta en la gastronomía de herencia, sin rebuscadas etiquetas, con mimo por el producto y pinceladas de nueva cocina. Como plato revelación, Picaña o Cachopo (doble filete de ternera asturiana empanada con jamón serrano y cabrales), Berenjenas a la Brasa donde el producto, desnudo en su esencia, ofrece la mejor versión de si mismo o el Pulpo Braseado con puré de boniato y pimentón de la vera. Para tapear o como entrantes, las Gambas "Gadget " (en honor aquel inspector despistado con el que una generación creció en los 80), en gabardina y una bechamel que sorprende al paladar o el Canelón de Graus, relleno de longaniza con sala boletus.

La decoración es un elemento importante, el comensal se encuentra con un entorno de tradición actualizada, donde el punto de origen, lo innato como propia definición del naming se plasma en los cuatro elementos: tierra, madre, inicio y cuna, presente a través de los rojizos y terracotas de ladrillos y tapicerías, en las fibras naturales, ratán, esparto. Agua; fuente de vida que hace germinar la vegetación. Vigente a través de tonos aguamarina en las zonas húmedas del local. Aire, frescura, aromas; elementos ligeros que dejan que la brisa, cargada de sabores, circule a través de contraventanas y celosías. Fuego como elemento protagonista en la cocina; brasas, maderas tiznadas, cerámica endurecida y ennegrecida por el efecto de las llamas, incluso la iluminación se tiñe de un tono cobrizo para acompañar y enmarcar la escena.

El grupo hostelero creado por Kike Júlvez y Carlos Vallejo, ambos recién cumplidos los 40 años, engloba con la incorporación de Nativo y Santiago Vallejo como socio inversor, tres restaurantes, 400 plazas, más de 50 empleados, una facturación que asciende en el 2016 a más de 2 millones de euros entre Marengo y La Bocca y con un crecimiento estimado de un 15% global para el 2017.

La Bocca
Mediterranean Deli
Madre Vedruna, 6

Marengo
International Deli
Francisco Vitoria, 5-7

Nativo
Tradicional Deli
Avda. Juan Carlos I, 41

PREMIOS CONCURSO TERNASCO DE ARAGON

FINALISTAS Y PREMIADOS

- **Categoría tapa:** Restaurante Dommo -ganador- (Huesca), Urola (Zaragoza), Restaurante Pura Cepa (Teruel).
- **Bocata:** Horno Estación -ganador- (Huesca), + Albarracín (Zaragoza), El Rinconcico Gastrobar, Mora de Rubielos
- **Plato:** El Origen -ganador- (Huesca), La Ternasca (Zaragoza), Hotel Los Leones, Rubielos de Mora

CON UNA PARTICIPACIÓN DE OCHENTA Y NUEVE RESTAURANTES ENTRE LAS TRES PROVINCIAS Y UNA GRAN ACEPTACIÓN POR PARTE DE LOS CIUDADANOS, SE CLAUSURÓ UN AÑO MÁS CON ÉXITO EL CONCURSO DE TERNASCO DE ARAGÓN. NUEVE CANDIDATOS –TRES POR PROVINCIA- PASARON A LAS FINALES EN LAS CATEGORÍAS DE TAPA, BOCATA Y PLATO.

■ El broche de oro del concurso fue la disputadísima final, que tuvo lugar en el incomparable marco de **La Alquería**, con catering de **Grupo La Bastilla** regado por *Grandes Vinos de Cariñena,* y con el humorista local **Diego Peña** como maestro de ceremonias. **Marisa Barberán,** *La Prensa* (Estrella Michelin); **María José Medas,** *Hospedería El Batán* (Estrella Michelin), de *Tramacastilla*; **José Ignacio Acirón**, *Grupo La Bastilla;* **Darío Bueno,** *Abba Mía* (Hotel Abba Huesca); **Ramces González,** *Cancook Restaurant;* **Javier Matinero,** *El Trasiego,* Barbastro; **Olga Gascón,** *Almendro´s,* de Calanda; **Fernando Gutiérrez,** profesor de la Escuela de Hostelería San Lorenzo, en Huesca, y **Javier Fontova**, profesor de la Escuela de Hostelería de Teruel fueron el jurado encargado de degustar los platos de los 9 participantes y dar su veredicto.

Entresabores

Albareda, 3. T. 976 236 606
FB: /Entresaboreszgz @Entresaboreszgz

MENÚ DEL DÍA: 9 €
(TAPA DE CORTESÍA + PLATO PRINCIPAL + BEBIDA + CAFÉ)
DESAYUNOS • ALMUERZOS TAPAS
COPAS • RACIONES PARA COMPARTIR

CHILCANO

pisco & burgers

piscos, hamburguesas, sanguchón, ceviches, piqueos peruanos, salchipapas, chicharrón...

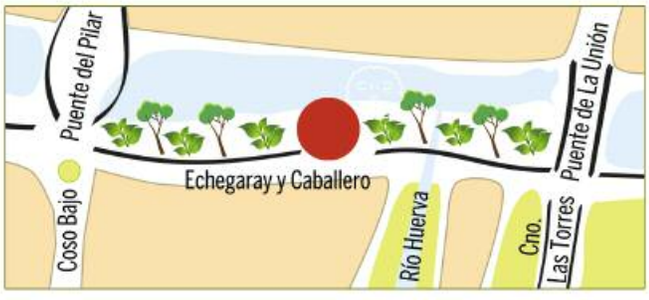
Cuatro de Agosto, 14. Teléfono: 976 24 34 91. www.chilcano.es Chilcano

#siguealallama

PREMIOS CONCURSO TERNASCO DE ARAGON

Especialistas en ternasco:

asados, arroces, croquetas, burritos, hamburguesas de ternasco y, cómo no, el bocaTA, madejas y churrasquitos...



LATERNASCA

Take away

Y, si no vienes a la Terraza Ternasca...
La Ternasca irá a tu casa! Te ponemos la mesa al completo. Tú solo preocúpate de llamar y hacer tu pedido. El resto es cosa nuestra!!!

Reserva tu espacio: 616 826 709 Fb: La Ternasca Terraza

II SAPHA 2017
SALÓN DE LOS PROFESIONALES DE HOSTELERÍA DE ARAGÓN

La segunda edición de SAPHA, el Salón de los profesionales de la Hostelería de Aragón, se llevó a cabo en dos jornadas en el Hotel Hiberus de Zaragoza.

■ Un espacio que pretende convertirse en referente nacional de los cócteles y combinados, y en el que nos encontramos a gran parte de la hostelería zaragozana, representada por miembros de las **Asociaciones de Cafés y Bares, Horeca, Sumilleres, Maitres, Cocineros y Barmans,** además de los futuros profesionales, representados por los alumnos de las escuelas de hostelería de nuestra comunidad. En el entorno del *Hotel Hiberus* de Zaragoza pudimos disfrutar de Salones de destilados, vinos de Aragón, productos agroalimentarios, proveedores y un salón dedicado al cigarro habano. Los asistentes asistieron, además, a master classes de Bartenders, cocineros, maîtres y sumilleres, además de exhibiciones y *showcooking* exclusivos.

■ PREMIO A LA PROFESIONALIDAD	**JIMMY VALIOS**
■ PREMIO A LA ELEGANCIA Y DESTREZA	**JOSE LUIS SAMITIER**
■ PREMIO MEJOR DECORACION	**ROGER GUEVARA**
■ DIPLOMA A LA MEJOR DEGUSTACION	**MIGUEL MARTIN**
■ GANADOR DEL 5º CAMPEONATO DE TIRADORES DE CERVEZA	**JOSE LUIS SAMITIER**
■ GANADOR DEL 5 CAMPEONATO DE ARAGON DE LONG DRINKS	**JOSE LUIS SAMITIER**
■ DIPLOMA MEJOR LONG DRINK DE INNOVACION	**LUIS MIGUEL ROMEO**
■ III CONCURSO MARTIN MILLER´S PARA ESCUELAS DE HOSTELERIA	**VICTOR BONET**
■ 1º CLASIFICADO JOVENES BARMAN CATEGORIA APERITIVO	**MIGUEL MARTIN**
■ 1º CLASIFICADO BARMAN APERITIVO	**JOSE LUIS SAMITIER**

PREMIADOS

■ **1º CLASIFICADO X campeonato de maîtres de Aragón (ESCULTURAS J.ANTONIO BARRIOS)** CARLOS ESCALADA. LA LOBERICA (ZARAGOZA)

■ **2º CLASIFICADO:** LUIS ROMEO. RTE A MESA PUESTA (ZARAGOZA)

■ **3º CLASIFICADO.** ROGER GUEVARA. LA LOBERA DE MARTIN (ZARAGOZA)

■ PREMIO AL I CONCURSO DE COCTELERIA CON VERMU JOSE LUIS SAMITIER (TURMEON)

■ PREMIO A LA DEGUSTACION DEL CONCURSO DE COCTELERIA CON VERMU LUIS MIGUEL ROMEO (TURMEON)

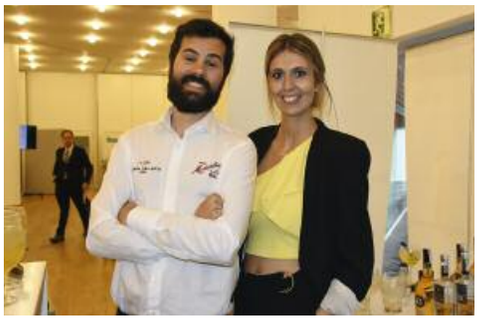
EL CICLÓN

Plaza Ntra. Sra. del Pilar, 10. Pasaje del Ciclón. Reservas: 876 64 32 50 @restauranteelciclon

De la mano de Luis de Miguel, Blanca Marín, y con Gabriel Leonard en los fogones, restaurante El Ciclón es un lugar único en un entorno privilegiado.

Menú del día, carta, menú semanal, copas, cocktails, helados y tartas artesanales y una terraza muy, muy fresquita!

II SAPHA 2017



EL FORO

JORNADAS COCINA *Aragón Zen*

OCTUBRE

CENTROS DE MESA

Tonjiru y Ramen
(Sopa de Miso con Carne de de Cerdo de Teruel)

.....

Sashimi de Atún, Trucha del Grado y Lubina con Tomate Rosa de Barbastro.

.....

Tataki de Atún Rojo, con Sesamo y Salsa Chilindrón.

.....

Ternera en Salsa de Ostras y Verduras de La Huerta de San Gregrorio con Arroz Japonés.

.....

Pez Mantequilla en Salsa Caldosa de Setas y Borrajas

.....

Kakuni de Collares de Ternasco de Aragón (IGP)

.....

Annin Dofu con Helado de Té Sencha

.....

Bodega

30€ (I.V.A incluido)

.....

Maridaje con 3 tipos de Sake
+ 5€

Descubre su nuevo concepto "Degusta-Carta"

- Menú degustación individual. Elige el menú completo o combina los platos que desees.

- Menú degustación basado en las Jornadas mensuales:
Jornadas de la Cerveza. del Arroz. Aragón Zen. Italia. India...

- "Platos intocables" , los imprescindibles de El Foro.

Eduardo Ibarra, 4 • Reservas: 976 56 96 11 • www.elforo98.com • El Foro

WHITE GYM, el nuevo centro deportivo en la zona de Casablanca, Zaragoza

+ DE 3.000M2 - PISTA DE PADEL - CROSS FITNESS - CLASES DIRIGIDAS

ARTES MARCIALES - CLASES AL AIRE LIBRE - ZONA INFANTIL

300 PLAZAS DE PARKING

Nadie te da más, WHITE GYM te sorprenderá.

Más Información en: info@whitegym.es • www.whitegym.es
Tel.: 976 557 371 • 648 608 396 • Camino Almotilla Nº 1 - 50012 Zaragoza
(Junto a Stadium CasaBlanca)

Síguenos en: