

#AGUINOSOLOHAYPAPAS

Chinequera

TENERIFE
LA PALMA
LA GOMERA
EL HIERRO



ag
en
da
DEL OCIO
TENERIFE

¡OCIO Y CULTURA
EN UN CLICK!

8 DE MARZO:
DÍA INTERNACIONAL
DE LA MUJER

REVISTA GRATUITA ENCARTADA EN EL DIARIO DE AVISOS PRECIO DE VENTA EN QUIOSCOS: 2€

*¿Quieres descubrir
con nosotros los secretos
de Tenerife?*



**Una publicación periódica
que muestra una mirada alternativa
al turismo de sol y playa**

Secrets of Tenerife, es una publicación bilingüe en español e inglés, distribuida gratuitamente en establecimientos hoteleros y de restauración

Editada por Grupo Chinegua

Chinegua

Pídenos información
info@chinegua.es
+34 699.102.018

Edición - Grupo Chinegua

Gestión y administración
La Ranilla Espacios - Iaranilla.org

Redacción
Lola Reyes

Diseño de portada y maquetación
Sofía Sayegh Rodríguez - sofiaysayegh.com

Ilustración y nuevas tecnologías:
Felipe M. Lorenzo Díaz - echeide.com

Colaboradores para esta edición

Excmo. Ayuntamiento de La Orotava, Excmo. Ayuntamiento de Los Realejos, Excmo. Ayuntamiento de Candelaria, Excmo. Ayuntamiento de Tegueste, Daniel Blanda, Daniel Bernal Suárez, Ithaisa Pérez Yáñez (DanSign), Delirium Teatro, Gustavo Campos, Ana Seco Durán, Ángela Ciampagna, M^º José Cano, Patricia Daza, José Maza, Manuel J. Hernández González (Lhorsa), Pablo Hernández Abreu (Lhorsa), Miguel Febles Ramírez (BiDueño), Enrique De Luis Bravo (BiDueño), Diana Escobar Luis, Damián Marrero Real, Yenny Rivero, Javier Arroyo López, Javier Santaolalla, Elora Espacio Educativo, José Gregorio González, Gestoría Clavijo, Canoserv.

Depósito Legal - TF 198-2018

Copyright © 2020 Revista Chinegua

Todos los derechos de esta publicación están reservados. Queda expresamente prohibida la reproducción total o parcial de cualquier parte de la misma, en cualquier soporte. **Revista Chinegua** no se responsabiliza por los textos y fotos enviadas por los clientes o colaboradores, quienes autorizan legalmente a la publicación de los materiales traspasando así mismo el derecho judicial a **Revista Chinegua**. Las informaciones pertenecientes a los espacios publicitarios son responsabilidad del anunciante y en ningún caso de **Revista Chinegua**.

Atención al cliente y ventas
info@revistachinegua.com
629.553.069 / 608.916.718

Chinegua



Editorial

En 2020 se cumplen ya 45 años desde que la ONU declarara el 8 de Marzo como Día Internacional de la Mujer. Pero aún hoy queda mucho por hacer.

Chinegua #7 dedica la portada de esta editorial, diseñada por Sofía Sayegh, para felicitar a todas las mujeres trabajadoras del mundo a través de la figura de una persona controvertida y que hoy en día sirve de inspiración para muchas mujeres, Frida Khalo.

Para unos, una mujer sometida que intenta suicidarse varias veces y que en su pintura refleja la dolorosa relación con su marido Diego Rivera. Para otros, una artista singular, trabajadora incansable, revolucionaria y defensora de los derechos de las mujeres, que vivió su vida y su sexualidad sin importarle lo que la gente pensara de ella. Símbolo del feminismo por su arte y por haber llegado tan lejos en un mundo de hombres.

Ante una y otra corriente nos quedamos con una de sus famosas frases: «Me pinto a mí misma, porque soy a quien mejor conozco».

FELIZ DÍA INTERNACIONAL DE LA MUJER TRABAJADORA y tolerancia cero al machismo y a la violencia de género.

Grupo Chinegua

Coronapapa



Ilustración: Felipe M. Lorenzo Díaz

04
LITERATURA

Borges
Josefina de La Torre



08
ACCESIBILIDAD

DanSign



10
TEATRO

Delirium Teatro



16
MODA

Lupe Castro



18
CÓMO SE HACE...

Cómo nace un perfume



26
FESTIVALES

VII Festival de Lana
de Canarias



28
FIESTAS

Tegueste, fiel a su cita
con san Marcos



30
CULTURA DEL VINO

Conversaciones
con una barrica



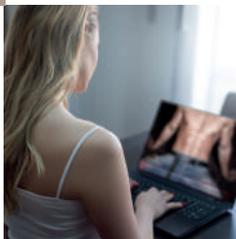
39
EDUCACIÓN

Lo natural en el tacto



42
SALUD

Palabras que sanan



55
CANARIAS OCULTA

De misterios, asombros y
algo de humor



55
EMPRESA

El registro horario para
las empresas



60
AGENDA

Agenda cultural
en un click,
¡descarga la app!

SÍGUENOS EN FACEBOOK: REVISTACHINEGUA



12
MÚSICA

Gustavo Campos



15
TRADICIONES

Norte y folclore



20
MANUALIDADES

Foamirán



21
ARTESANÍA

Candelaria me inspira



20
HISTORIA

Las añepas del Mencey en el Taoro



33
DEPORTE

Antonio Pérez (Anto)



34
CUERPO Y MENTE

Somos Slow
Terapias Alternativas



44
SEXOLOGÍA

Sexting



45
CIENCIA

La erupción del Tambora
Con Javier Santaolalla
saber mola un montón



50
TECNOLOGÍA

Tu negocio online

BORGES,

la memoria,
el pensamiento
y las redes sociales

Daniel Blanda Lattmann
Psicólogo - Escritor

► **La literatura siempre supo adelantarse a la ciencia.** Grandes maestros de las letras describieron en sus relatos y de manera sorprendente, aspectos inéditos de la conducta humana. Uno de ellos fue Jorge Luis Borges, quien pudo advertir, con gran lucidez, que una memoria excesiva interfiere en el pensar. En efecto, Borges se dio cuenta de que, para pensar, es necesario abstraer, es decir, olvidar los detalles. A la misma conclusión llegó también la ciencia, pero por otros caminos.

En "Funes el memorioso" Borges plantea el enigma de la memoria de un modo abrumador. Publicado en 1944, relata la historia de Ireneo Funes, un gaucho del Uruguay que había quedado tullido luego de un accidente a caballo, al tiempo que adquiere una capacidad mnémica extraordinaria. Con soberbia, Funes consideraba benéfico el golpe que lo había lesionado, porque le permitía recordar todo con nitidez fotográfica.

Sin embargo, en este relato, la memoria es oprobiosa. Para Funes, esa memoria absolutamente abarcadora, representa la ausencia de conceptos, la imposibilidad de reflexionar, de analizar lo que sucede. Borges nos dice que una memoria infinita trae problemas. Si recordamos todo, no podemos razonar. Funes, escribe su autor, era "virtualmente incapaz de ideas generales, platónicas (...) Su propio rostro en el espejo, sus propias manos, lo sorprendían cada vez que las veía (...) Pensar es ignorar (u olvidar) diferencias, generalizar, abstraer. En el prolífico mundo de Ireneo Funes no había nada más que detalles (...) Dos o tres veces había reconstruido un día entero; nunca se había equivocado o titubeado pero cada reconstrucción había demandado un día entero".

Curiosamente, en la misma época en que Borges redactaba "Funes el memorioso", Alexander Luria, neuropsicólogo y médico ruso trató un paciente, Solomon Shereshe-

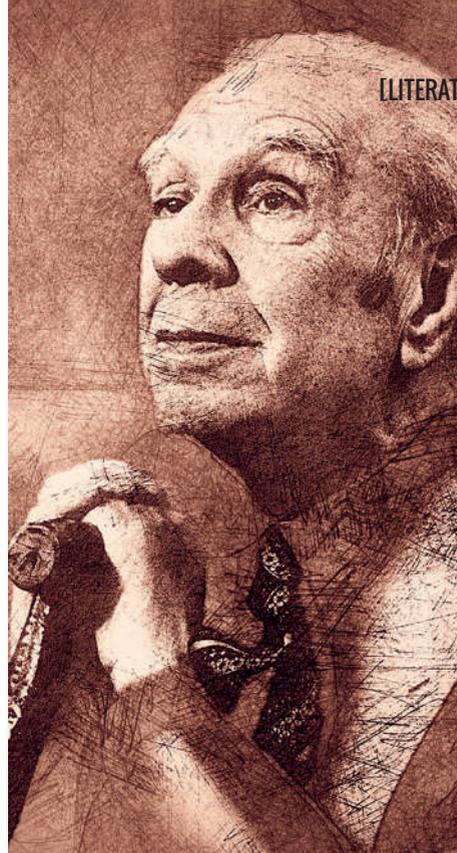


vskii, que poseía una extraordinaria capacidad para recordar. Luria trabajó con él en el Instituto de Psicología de Moscú, y le realizó innumerables pruebas. Le mostraba largas listas de números, palabras, ecuaciones. Solomon siempre los repetía sin errores. Un día le mostró una tabla con números consecutivos. Él la memorizó, y la repitió sin error, pero no se dio cuenta de que eran números consecutivos. Así, el científico ruso concluyó que la enorme memoria de su paciente limitaba su capacidad de pensar. He ahí donde podemos trazar un paralelo con Borges, donde la ciencia y la literatura se entrecruzan.

Los albores del siglo XXI nos encontramos con un disruptivo, intenso y rápido desarrollo en el campo de la informática. Vivimos en un mundo atiborrado de información. Noticias de toda índole nos llueven de manera incesante, impidiendo, por lo general, la posibilidad de sustraernos a las mismas. Los medios digitales proporcionan en el día a día tal cantidad de contenidos que generan una sensación de saturación, causando confusión, estrés e irónicamente, desinformación. Inmersos en internet, sitios webs, blogs, redes sociales, redes temáticas, dominios wiki, periódicos on line, políticas de cookies..., estamos expuestos a una cantidad tan impresionante de datos que procesamos con demasiada dificultad.

Funes encarna en la literatura borgiana la abundancia extrema del recuerdo y su imposibilidad de abarcarlo todo en forma reflexiva. Pero también puede pensarse como expresión de un mundo de comunicaciones atosigantes. El sujeto moderno, como espectador, como público, está bombardeado sin prisa ni pausa por un torrente informático, que, a menudo, obstaculiza toda posibilidad de pensamiento reflexivo. La mujer y el hombre de hoy son holgazanes mimados en los jardines de un saber indiscriminado, como lo es Funes, que contempla el fluir de una memoria que, en su abrumadora perfección, lo condena a la anestesia y a la ignorancia.

En la actualidad, el ser humano se ha convertido en un inmovible y mudo asistente del desplazamiento de la voluntad de saber al torbellino del universo informático. Si Funes es afectado por el torrente perceptual de lo



efímero y privado del olvido, su sopor también personifica la contradicción primordial del individuo moderno, que sostiene la ilusión de haber mejorado sus condiciones para conocer la realidad. “Funes tiene más recuerdos que los que tuvieron todos los hombres desde que el mundo es mundo”, pero al mismo tiempo es quien más lejos se encuentra de la posibilidad de extraer conclusiones válidas de la experiencia. La inmovilidad del pensamiento es el precio que deberá pagar por una memoria que se arroga a sí misma el carácter de “infalible”.

¿Estaremos perdiendo el razonamiento crítico? ¿Seremos capaces de neutralizar tanta la recepción indiscriminada de información para seleccionar lo que verdaderamente nos importa en función de nuestra escala de valores? En este mundo hiper-conectado ¿podremos mantener tanto la capacidad como el placer de la charla y el encuentro personal?

¿O nos dejaremos arrastrar por las corrientes turbulentas de datos que lentamente nos alejan de la reflexión y de la posibilidad de compartir?

Nosotros decidimos. 

JOSEFINA DE LA TORRE

UNA ARTISTA POLIÉDRICA

Daniel Bernal Suárez

Escritor y crítico literario

► **La historia de la literatura está llena de olvidos.** A menudo solo retenemos grandes nombres que se nos presentan como árboles prominentes de lo que fue en otro tiempo un bosque entero. Así acontece con uno de los períodos más brillantes de la literatura canaria, la etapa de la modernidad y las vanguardias de las primeras décadas del siglo XX. Al lado de la obra de notables poetas como Pedro García Cabrera, Agustín Espinosa o Emeterio Gutiérrez Albelo, otros jóvenes escritores de aquella hora configuraron un rico tapiz, una verdadera constelación de palabras luminosas. El Gobierno de Canarias ha querido este año rescatar a una de esas figuras, la poeta Josefina de la Torre.

Josefina de la Torre nació en Las Palmas de Gran Canaria en 1907. Perteneciente a una familia con una notable tradición de artistas dedicados a las más variadas expresiones culturales, desarrolló un precoz gusto por la poesía y la música. Sus primeros poemas, en efecto, los escribe cuando cuenta apenas siete años. Su tío, Néstor de la Torre, reconocido barítono, ejerció como su primer maestro de canto. Junto a su hermano, Claudio de la Torre, se relacionó con los grandes poetas de la generación del 27. De hecho, Josefina de la Torre es una de las dos únicas poetas que incorporó Gerardo Diego a su célebre antología *Poesía Española (Contemporáneos)* de 1934 que daría carta de naturaleza a toda una generación de la que formaron parte también Federico García Lorca, Rafael Alberti, Vicente Aleixandre, Luis Cernuda o Pedro Salinas. Este

último, precisamente, prologó el primer libro de poemas de nuestra autora: *Versos y estampas*, publicado en 1927.

Josefina de la Torre fue esencialmente poeta. Su obra se compone de cuatro poemarios: el antedicho *Versos y estampas* (1927), *Poemas de la isla* (1930), *Marzo incompleto* (1968) y *Medida del tiempo* (1989). El poeta y crítico Lázaro Santana señaló que la obra entera de Josefina de la Torre podía verse como un solo poema, resaltando con ello la coherencia sostenida a lo largo de sus cuatro poemarios. En sus dos primeras entregas la poesía de Josefina de la Torre quedó marcada por un conjunto de signos: la recreación de la infancia y el paisaje insular, con especial atención al mar. Los poemas reflejan una jovialidad infantil, un fervor que rememora el descubrimiento del mundo. En los dos últimos poemarios aparecen ya ciertas



notas nostálgicas, una expresión intimista que refleja el dolor por las pérdidas y la pena por el no cumplimiento de la maternidad deseada.

Aparte de su faceta como poeta, cabe destacar que debemos a Josefina de la Torre dos narraciones publicadas en 1954, la novela *Memorias de una estrella* y el relato *En el umbral*. A finales de la década de 1930, Josefina empezó a publicar una serie de novelas de amor e intriga firmadas con el seudónimo de Laura de Cominges dentro de la colección «La novela ideal», que fue un proyecto conjunto con su hermano Claudio y la esposa de éste, Mercedes Ballesteros, concebido para buscar sustento económico en plena posguerra.

Las inquietudes artísticas de Josefina de la Torre hallaron eco en numerosas actividades: el canto, la interpretación teatral y cinematográfica. Su relación con el cine empezó como actriz de doblaje y de allí pasó a representar diversos papeles en películas como *Misterio en la marisma*, *El camino del amor* y *Una herencia en París*. Finalmente abandonó la actuación en el cine y se centró en el teatro. Llegó inclu-

so a montar su propia compañía. Con el paso de los años incursionó en producciones para la televisión. En el ámbito de la música hay que destacar que, tras proseguir sus estudios de canto en la academia Dahmen Chao de Madrid, dio numerosos recitales. Además de sus dotes para el canto, Josefina de la Torre tocaba con solvencia el piano, el violín y la guitarra.

Al final de su vida recibió varios reconocimientos a su trayectoria. Falleció en Madrid en 2002.

El investigador José Manuel Martín Fumero se preguntaba hace unos años cómo era posible que tratándose de una autora que colaboró con las revistas más importantes del período, que fue incluida en la antología de Gerardo Diego que ayudó a definir la generación del 27 y que frecuentó a destacadísimas personalidades de aquel grupo, no hubiera sido estudiada con mayor profundidad. Así, pues, el homenaje que se le brinda ahora con el Día de las Letras Canarias constituye un paso más en el rescate de una voz fundamental en la literatura de las islas. 



Sello Electrónico

¡El primer dispositivo de impresión móvil ya está disponible en Canarias!



Utiliza la APP o el PC para configurar y cambiar el diseño del sello, con posibilidad de marcación numérica automática o fechadora.

Cambia tus diseños con una simple pulsación



Realiza tus impresiones sobre diversos materiales: Cartón, tela, papel, etc.



Búscalo en: C/Reyes Catolicos, 7, 38410 Los Realejos,

Tlf: 922 35 36 51

www.sellografiacedres.com





Dan Sign

Redacción Chingua

Danzamos entre música y silencio para el que escucha con los ojos del corazón

► **Ella es Itahisa Pérez Yanes** (no obstante le gusta usar el apellido artístico de su familia: Dubois), creadora de DanSign, fusión de Danza y Lengua de Signos; Maestra de Educación Física y Experta Universitaria en Expresión Corporal, trabaja actualmente como Intérprete de Lengua de Signos Española —ILSE— y guía intérprete para Personas con Sordoceguera —GUILSE—, aunque lleva desarrollando y compaginando sus propuestas artísticas y culturales desde el año 2010, por gran parte del territorio nacional.

Hace años en el Espacio de La Ranilla pudimos disfrutar de un cuentacuentos interpretado en Lengua de Signos por las manos de Itahisa y la voz de Vivianca Abrante. Hoy nos concede una entrevista después de su paso por el programa televisivo GOT TALENT.

¿Qué es DanSign?

DanSign es una estrategia metodológica creada para fusionar Danza y Lengua de Signos de manera accesible, ofreciendo oportunidades únicas y experiencias enriquecedoras para todos los públicos.

¿Cuáles son las principales actividades que ofreces?

Actividades adaptadas en Lengua de Signos como: talleres de danza creativa, teatro, cuentacuentos, monólogos cómicos, yoga accesible y actuaciones performativas.

La actividad estrella es el Taller DanSign, en el que Personas Sordas y Oyentes comparten un taller de baile accesible —e inclusivo para todas las edades— en el que se transmiten pasos de una coreografía, de un estilo de baile

concreto, con directrices pautadas de forma visual e invitando a experimentar el uso inicial de la Lengua de Signos a través del movimiento.

Háblanos de tu paso por el programa televisivo GOT TALENT.

Cuando me llamaron para invitarme a participar en dicho programa, mi principal objetivo fue mostrar que la danza, el baile y el movimiento pueden servir de herramientas para la inclusión y la accesibilidad.

Dediqué mi actuación a todas las personas que creen que una vida sin barreras es posible y así recordar que la Lengua de Signos es una Lengua que suma y que une.

A pesar de que la actuación no fue emitida en televisión, sí fue publicada y difundida como actuación inédita en redes sociales; generando así una gran oportunidad para visibilizar la realidad de muchas Personas Sordas y Sordociegas, y sensibilizar a toda la sociedad de que los pequeños actos que nos pueden hacer felices, están al alcance de nuestras manos.

[ACCESIBILIDAD]



¿Cuáles son tus próximos proyectos?

Deseo de todo corazón poder compartir esta metodología con los diferentes agentes educativos para introducirla en los procesos de enseñanza-aprendizaje como herramienta didáctica accesible e inclusiva.

También confío en poder manifestar y organizar más talleres DanSign para todos los públicos, así como la continuidad de esta creación, como próxima compañía de Danza y Lengua de Signos abierta al gozo y a la innovación. 



VIWES.TV
#VideoWebStories

VIWES es la nueva forma de entender la web, donde tú eres el protagonista de tu comunicación y cuentas tu propia historia...

¡¡Descúbrelos!!



Viwes Video Web Agency - hola@viwes.tv - viwes.tv

DELIRIUM TEATRO

35 años de trayectoria «emociona pensarlo»

► La compañía canaria "Delirium teatro" vive durante este año 2020 uno de los momentos más dulces de su trayectoria. 35 años afrontando producciones de gran envergadura, abordando estilos teatrales como el drama, la comedia, el teatro contemporáneo, gestual o de calle, todo con el mayor de los rigores profesionales.

En su palmarés destacan veintisiete espectáculos, entre ellos Un culo anda suelto, Quijote, la Konkista de Canarias, La Punta del Iceberg o Bernarda Alba.

Pero durante este tránsito de 35 años por los escenarios, su punto de inflexión ha sido su último espectáculo «Proyecto Fausto» por el que han recibido premios y distinciones a nivel nacional e internacional y que trata sobre el caso del pesquero desaparecido entre la Isla de El Hierro y La Palma hace hoy 52 años y cuya autoría corresponde al dramaturgo Antonio Tabares.

Treinta y cinco años de trabajo puede ser una trayectoria larga o tal vez corta, porque Delirium Teatro —dirigida por el también actor Severiano García Noda— sigue montando producciones escénicas desde Canarias para el mundo junto a Soraya González del Rosario, actriz, responsable de la producción y gestión del grupo.

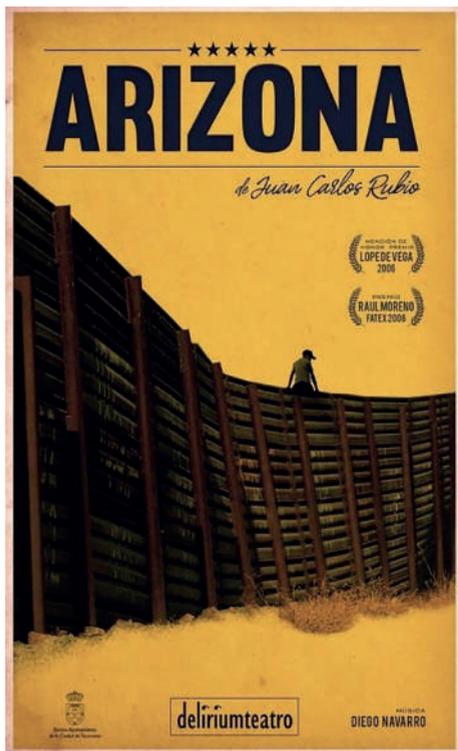
La compañía fue fundada en 1985 y hoy en día se posiciona como uno de los grupos teatrales más sólidos del panorama canario y para todos sus componentes, el teatro es su forma de vida.

Otro de sus proyectos, que ya ha pasado el primer filtro para los Premios Max 2020 de las Artes Escénicas de Canarias, es ARIZONA, de Juan Carlos Rubio, nominado también Premios Réplica en 2019 de las Artes Escénicas Canarias.



Arizona, una representación basada en hechos reales, contextualizada en abril de 2005, donde un grupo de ciudadanos estadounidenses armados concibieron el Proyecto MINUTE MAN para impedir las travesías de indocumentados por la frontera de Estados Unidos y México.

Arizona es un magnífico texto que reflexiona sobre las fronteras, la migración, la violencia de género, la estupidez humana y los



La compañía fue fundada en 1985 y hoy en día se posiciona como uno de los grupos teatrales más sólidos del panorama canario y para todos sus componentes, el teatro es su forma de vida.

límites de su manipulación, además de ser un tragicómico retrato del alma de dos seres humanos perdidos en el desierto de la vida.

Arizona no está tan lejos. Arizona está aquí, en Europa, en Melilla, en Canarias, en cada muro que se levanta para impedir que un ser humano acceda a una vida mejor.

Próximamente podremos ver también otra de sus producciones en el auditorio municipal de Tacoronte (17 y 18 de Abril 2020): Fábula del topo, el murciélago y la musaraña del autor canario Miguel Ángel Martínez. Una obra que cuenta las vicisitudes que vivió Pedro Perdomo Pérez, en la Casa del Pueblo de Las Palmas de Gran Canaria en los primeros momentos del golpe militar de 1936. Tras 33 años escondido, resucita para el mundo en los albores de la transición.

Delirium Teatro es sin duda un buen argumento para sentirse orgullosos de la escena teatral canaria. ¡Nuestra más sincera enhorabuena! 🍷

Datos de Contacto

Sitio web: www.deliriumteatro.com

Facebook: /DeliriumTeatro

Correo electrónico: info@deliriumteatro.com

Teléfono: +34 629 514 266 / +34 922 572 232



**cantautor
canario**
con gran
proyección
artística.

GUSTAVO CAMPOS

Lola Reyes | Chinegua

▶ Le conocí en una de las ediciones de MAPAS (Mercado de Artes Performativas del Atlántico Sur). No pasa desapercibido, es un hombre con un físico peculiar, le delata -aparte de su enorme y cuidada barba blanca- su naturalidad, su carácter alegre y jovial.

Gustavo Campos es un artista que aprovecha sus composiciones musicales para expresar su compromiso social, su forma de concebir el mundo y sobretodo, las relaciones entre las personas. IN THE NAME OF THE EARTH —de su álbum Eternity— o TU VOZ, una de sus emotivas canciones dedicadas a su hijo te invitan a una merecida reflexión.

Tu look forma parte de tu sello personal, al igual que temas como la injusticia, el abuso de poder, la sostenibilidad, etc. forman parte del contenido de tus canciones. ¿Qué piensas de la canción de autor frente al consumo de música actual?. Me refiero a una música de consumo fácil y de letras poco comprometidas. ¿Lo tiene difícil?

No es fácil contestar esta pregunta sin herir alguna sensibilidad. Incluso respetando al máximo todas y cada una de las obras, cada autor, puede hacer sentir que su obra o sentimiento sea comprometido o no. La canción de autor actual se ha transformado, en mi humilde opinión, en un Pop acústico, en donde el verso es muy explícito, y no hay margen para la interpretación. Son tendencias, pero tendencias que la industria musical busca y

gusta. “Si no me haces pensar, me gusta más”. Seguramente esta música de consumo fácil es tal y como vivimos, tal y como somos. Por el contrario, y a pesar de que no se encuentra en primera línea de escucha, hay autores muy comprometidos, tanto con su música como con su mensaje, pero incluso viviendo en la era de tener toda la información en la mano, en un sólo click, es difícil que nos lleguen, hay que buscar, hay que leer.

¿Se valoraba más antes al cantautor y a sus letras que hoy en día?

Siempre hay un público para todo. El que mencionaba no creo que le quite valor a las letras, pero sí busca un mensaje específico, menos comprometido. Por el contrario, hay un público, menor, más comprometido con el mensaje y todo lo que representa con su música y con el autor en sí. Quizá antes había más público como este. También es cierto que antiguamente la situación social era otra y el compromiso con el cambio era mayor, con lo que esa búsqueda de libertad hacía escuchar autores con mensajes comprometidos.

¿Qué te gustaría cambiar del sistema?

Wow, tan grande y basto es el sistema que creo que he de empezar por mí. He de cambiar yo, cómo consumo, qué consumo, procurar tener un pensamiento constructivo y solidario. Vivir desde que me levanto con un pensamiento sostenible. Para poder cambiar algo que no te gusta en el sistema primero he de hacer el cambio convencido.

Tu primera obra como cantautor.

Tenía 18 años, hacía unos años que se había muerto mi hermano y compuse una canción que hablaba de la muerte. Seguidamente compuse otra que hilaba este concepto hablando de la muerte de esta sociedad. 26 años después seguimos en el mismo punto, quizá un poco peor por el hecho de no haber tomado medidas sociales y medioambientales al respecto.

¿Qué maestros —poetas y músicos— son los que más te han influido a la hora de componer tus canciones?

Para empezar no soy tan buen lector como quisiera, pero sí que escucho mucha, mucha, música. Benedetti, Lorca, Machado, Kavafis,

entre otros. Y músicos, madre mía, hay tantos: Serrat, Sting, Silvio, Bon Iver, Lokua Kanza, Anna María Jopek, Pat Metheny, Noa, Aziza Mustafa Zadeh, Bobby McFerrin, Pancho Céspedes, Bob Marley, Pink Floyd, Damien Rice, Stevie Wonder, Ella Fitzgerald, Ben Harper, Eperanza Spalding, Fink,... y un largo etc de músicos, de música, de mensaje, de compromiso.

A la hora de elegir, qué prefieres, ¿componer o interpretar?

Creo que soy bipolar al respecto. Cuando estoy componiendo entro en la canción hasta tal punto que soy la punta del lápiz, una cuerda, una idea sonora, la palabra, la melodía... Casi que puedo decir que es uno de los mayores placeres que vivo y he vivido. Al mismo tiempo, cuando voy a cantar, tocar, wow... esos nervios, esa sensación, el público, las ganas, de empezar y de no acabar, es indescriptible esa sensación.

Háblanos de ese nuevo trabajo que está a punto de ver la luz, de ese viaje sonoro lleno de ilusiones ópticas y emocionales.

BACK TO WRITE (volver a escribir), volver a escribir sobre las mismas cosas una y otra vez, sobre esos muros que no somos capaces de ver, vencer. Volver a escribir para que no nos ceguemos, para que veamos que la vida está ahí, está cada día que nos despertamos. Con este single comienzo la preparación de mi segundo Lp: OPEN MIND, en donde doy un giro sonoro y quizá compositivo, utilizando nuevos conceptos, algo más tecnológico, más vocal, pero sin olvidar la belleza de lo acústico.

Confiesa, si no fueras músico qué otra profesión hubieras elegido en tu vida.

La pregunta más difícil... la estoy pensando demasiado. Quizá, «mejor músico». 



Visita su web

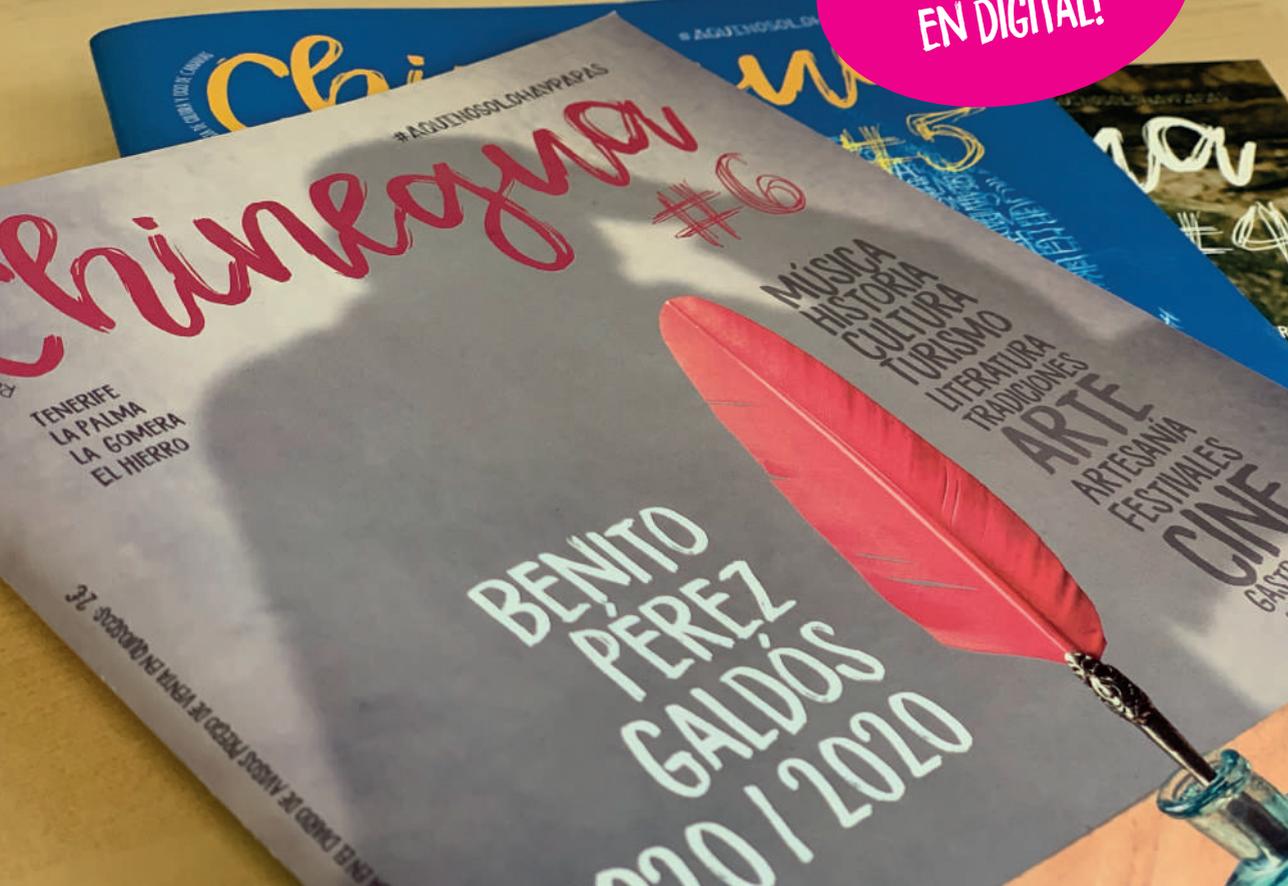


Escucha su música

#AQUÍ NOSOLO HAY PAPAS

Chinegna

¡DISPONIBLES YA
EN DIGITAL!



BUSCA LAS EDICIONES ANTERIORES DE CHINEGUA EN
WWW.REVISTACHINEGUA.COM Y DISFRUTA DE TODO
SU CONTENIDO EN FORMATO DIGITAL



NORTE Y FOLCLORE

José Feliciano López Hernández

► **El folclore está muy vivo en cada uno de los pueblos del norte de Tenerife, esto hace que cada vez sea más respetado —ya no solo en las islas de nuestro archipiélago, sino también fuera de él—.**

Son muchos los grupos y colectivos que trabajan y se afanan por mantener y rescatar bailes, cantos y todo lo que esté relacionado con nuestra cultura más tradicional; destacan grandes colectivos como Añate de La Victoria de Acentejo, Guarache de Tacoronte, Oroval e Higa de La Orotava, Acórán de Los Realejos, Ben-Gara de Garachico y así, tantos colectivos que llevaría mucho enumerarlos.

A ello se une el interés desde las escuelas por conocer nuestras tradiciones y el nacimiento de grupos infantiles que hacen cantera para preservar y mantener un nuevo folclore acentuando nuevos estilos que con el paso de los años han ido cambiando. Tamarayadre de Santa Úrsula, Guaratene de La Laguna o la Escuela de Folclore de Icod de los Vinos son claros ejemplos.

El mejor recorrido con festivales de renombre también tiene ubicación en el norte de Tenerife. El ya tradicional Festi-

val Aniversario de Añate, los festivales de Guarache en Tacoronte dirigidos por el amigo Suso López, el Festival Pueblo a Pueblo de La Orotava, 7 Islas de Los Realejos, el Festival de Isla en Isla del Grupo Chimaque o el Festival Nacional de Folclore Isla de Tenerife de la Asociación Cultural Acoidán -estos dos últimos organizados en Santa Úrsula-, hacen que en pocos kilómetros podamos disfrutar de la mejor música y baile llegados de otras islas y también de territorio peninsular.

El respeto por nuestros bailes, cantos, costumbres, el interés por nuestro buen vestir y la difusión de todo ello, también cala muy hondo en infinidad de asociaciones y colectivos que trabajan durante todo el año por un fin común, y manteniendo en auge —según la época del año en que se realice—, bailes de piñata en carnavales, como los de Teno Alto, fiesta de las Cruces en mayo, hogueras de San Juan en junio, cacharros, castañas y carros por San Andrés en el mes de noviembre son fieles reflejos de un norte ligado a las costumbres y a nuestro folclore.

Norte y folclore son por tanto, dos términos que desde hace varias décadas van unidos en el norte de Tenerife. ☑



Conjunto del diseñador Pedro Palmas

LUPE CASTRO

nuestra *"Fashion Lover"* más internacional

Ana Seco Durán

► ¿Cómo te definirías?

Como empresaria, ejerzo de consultora para diseñadores emergentes a nivel internacional, dirijo mi propia tienda on-line y participo en múltiples eventos; Todo es sobre moda.

Cuéntanos un poco sobre tu carrera profesional.

Comencé como tour operadora para universidades de diseño de moda en Reino Unido, pero antes estuve viviendo en Florencia y estudié Arte con la artista Nera Simi. Expandí mis habilidades como agente de ventas para una agencia de moda en Londres que tenía negocios con clientes como Jean Paul Gaultier. Más tarde creé mi propia agencia y comencé a promocionar marcas emergentes de España y de Inglaterra.

Desde entonces ya estaba interesada en las marcas ecológicas y sostenibles, cuando aún la tendencia no era conocida. Me siento orgullosa de haber sido una defensora de la sostenibilidad.

Siempre me han fascinado los eventos. He organizado fiestas de lanzamiento, eventos de intercambio, pasarelas...

También tengo mi propia web y escribo para varios periódicos y revistas.

¿Cuál es tu relación actual con la moda local canaria? ¿Y a nivel global?

Estoy muy vinculada con el escenario de la moda de Canarias, y me gusta promover internacionalmente algunos de nuestros talentos. Tenemos una selección espectacular de diseñadores emergentes a los que siempre estoy encantada de ver y de que me muestren sus nuevas creaciones.

A nivel global la moda viene en distintas formas y sabores. Las tendencias llenan las pasarelas de las grandes ciudades de la moda y siempre estoy muy ilusionada de poder estar allí, sobre todo en Londres y en París para ver las nuevas colecciones.



¿Qué cambios fundamentales has detectado en el panorama de la moda en los últimos tiempos?

Con internet, la moda ha cambiado muchísimo. ¿Es el fin de la era de las tiendas físicas? Sin duda hoy en día, las boutiques particulares han de ser muy creativas y encontrar nuevas formas de venta, así como lograr un toque único que las diferencie. Aun así, la gente sigue queriendo tener la experiencia de ir de compras.

Actualmente la diferencia la marca la sostenibilidad, que es lo que está en la portada del libro de la moda.

¿Qué posibilidades crees que tiene el sector canario dentro de este panorama?

Tenemos un escenario de moda que aún los turistas no conocen y el potencial es enorme.

¿Qué actividades tienes preparadas para 2020?

Hemos iniciado el año con un evento, junto a Kim De Coster, de intercambio de moda como una forma sostenible de ver la moda. También tengo previstas muchas semanas de la moda y muchos eventos. ☑

[CÓMO SE HACE...]

CÓMO NACE UN PERFUME

Angela Ciampagna

Nariz de Label Fine Perfume Toiletries & Waxes Tenerife
labelperfumes.com - angelaciampagna.com

► **La composición de un perfume siempre ha** sido una necesidad y, al mismo tiempo, un deseo humano. La misma palabra perfume deriva del latín per, es decir "a través de", y fumum, "humo", por lo tanto, "a través del humo". De hecho, para los antiguos, la quema de resinas, hojas y mezclas fragantes era el medio de acercarse a los dioses a través del humo que se elevaba hacia el cielo. El perfume sigue siendo hoy un medio de afirmación, un escape de la realidad, un disfraz, un objeto de moda, arte, investigación, escalada social. En resumen, el conocimiento milenario, las técnicas modernas de producción, los avances en el campo de la química y de la ingeniería, los modelos culturales y las materias primas de cada rincón de la tierra están contenidos en cada gota de perfume.

El perfumista, en la jerga llamado "nariz", es la persona que ha desarrollado un talento innato o ha profundizado la pasión por los olores y que, además de saber reconocer unos 3000 olores diferentes, incluidas las materias primas naturales y los aromas sintéticos, también es un excelente técnico, un artista sofisticada-

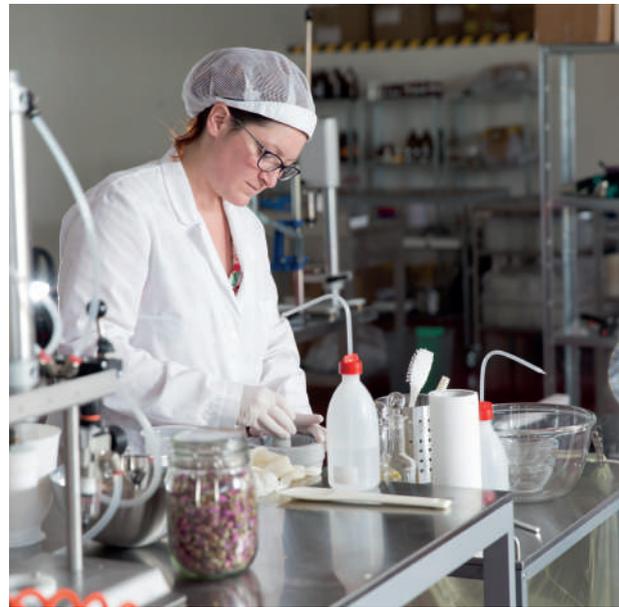
Los secretos
de un oficio
antiguo y al mismo
tiempo moderno:
el perfumista.



do y obviamente un investigador sin frenos. La profesión del perfumista es un oficio que se ha construido a lo largo de los años, enriqueciendo la paleta de esencias presente en su biblioteca virtual, el cerebro, a diario. Esta biblioteca de olores es muy útil, pero no serviría de nada sin la capacidad de crear asociaciones de olores para construir una fragancia nueva y sin precedentes, que no existiera antes, capaz de contar una historia y "seguir la nota" como dicen en la jerga.

Cuando el perfumista crea un perfume, parte de una idea y en ese momento ya tiene en mente a dónde quiere ir, ya huele su perfume, que generalmente consta de más de 60 notas diferentes, debe "sólo" seguir la nota, un proceso, cualquier cosa menos fácil. También lleva meses obtener el "concreto" de esa idea fragante.

Hoy en día, muchas máquinas han reemplazado la nariz del perfumista, capturando y transformando el olor de cualquier cosa en



un gráfico, pero hasta la fecha todavía no hay medios tan sofisticados como la nariz de un perfumista bien entrenado, capaz de crear fragancias que lo hagan soñar. Para ser claros, ninguna nariz electrónica puede hacer lo que puede crear la nariz de un creador de carne y hueso, con su riqueza de experiencias, con su propia personalidad y con el deseo de expresar su vena artística a través de fragancias. Entonces, la próxima vez que vaporices tu perfume en tu piel, ¿qué tal si intentas contar cuántas facetas aromáticas diferentes contiene? ☑

FOAMIRÁN

María José Cano
Art Grial

► La palabra **FOAMIRÁN** es una contracción de “foam de Irán” que es donde se origina este material.

Se trata de una espuma o foam artesanal, súper delgada que está específicamente diseñada para hacer flores espectaculares que puedes utilizar para hacer todo tipo de proyectos de scrapbooking, decoración del hogar y fiestas, collares, diademas, cintos para tus vestidos, ramos de novia, tocados....

El foamirán se corta fácilmente con tijeras, troqueles o los puedes encontrar en tiendas de manualidades ya precortados con diferentes formas de flores. Tanto los pétalos como las hojas se pueden pintar con variedad de productos como tintas, pasteles, acrílicos....



A continuación te explicaré cómo puedes hacer flores de foamirán:

MATERIAL NECESARIO:

Flores precortadas de foamirán, colores acrílicos, pinceles de estarcido, pistilos, alambres, cinta floral, moldes de silicona para formar estrías en pétalos y hojas. Una plancha.

- 1- Comenzamos coloreando con la pintura elegida los pétalos de las flores por los dos lados y a pincel seco. Para ello recomendamos utilizar un pincel de estarcido.
- 2- Calentamos la plancha a temperatura media, acercamos los pétalos y le damos calor unos segundos, moldeando los bordes con los dedos según el tipo de flor que queramos. Repetir el proceso con todas las piezas. Una vez moldeadas con la plancha, procedemos al montaje.
- 3- En primer lugar, preparamos los pistilos, piedras o gemas ensartadas en alambre para el centro de la flor. A continuación, pegamos los pétalos con unas gotas de silicona caliente.
- 4- Según la flor o montaje que queramos realizar, será necesario pegar un alambre forrado de cinta floral en la parte inferior de la flor.
- 5- Cuando tengamos listas varias flores podremos montar ya un bouquet y emplearlo para decorar collares, diademas, sombreros, bolsos, cintos, o incluso para decorar tu casa y diversos eventos.

Te animo a hacer este tipo de artesanía que te dará muchísimas satisfacciones.

ART GRIAL
Carretera General del norte, 42-B
El Sauzal



Arte, identidad canaria y comercio local en

‘CANDELARIA ME INSPIRA’



► **El espacio cultural del Ayuntamiento viejo** reunió el sábado 1 de febrero, a 16 artesanos que mostraron al público existente sus creaciones inspiradas en Candelaria desde un jabón, pasando por una roseta, un mueble, joyas, un sombrero, un calado, vasijas y pañuelos entre otros.

La alcaldesa de Candelaria, María Concepción Brito, y la consejera Insular de Desarrollo Económico, Carmen Luz Basso fueron las encargadas de inaugurar la primera edición de esta muestra que tuvo muy buena acogida tanto por los artesanos como el público.

Para la alcaldesa “Candelaria me inspira es una oportunidad para fortalecer la relación del municipio con el arte, y crear sinergias con el turismo y el comercio, así como una forma de potenciar la identidad canaria, mediante creaciones variopintas que irán de la mano de la marca turística del municipio, que ya se ha probado definitivamente e iremos trabajando con ella, como elemento distintivo de nuestra idiosincrasia. Además, este proyecto tiene voluntad de continuidad, por lo que esperamos que pueda crecer y aportar a la comunidad”.

A través del proyecto, se divulga el patrimonio cultural actual a nivel regional, directamente relacionado con Candelaria, con lo

que se continúa fomentando la identidad del municipio, el sentido de pertenencia y con ello los valores y el trabajo desde los colectivos y entidades locales, como en ese caso el de los profesionales de la artesanía, en proteger y preservar la esencia de lo que Candelaria significa para ellos.

ARTESANOS

En total, se concentran en este proyecto 16 artesanos, **David Sánchez** como experto Lutier, la artesana **Magdala Machado**, **Juan Carlos Vera** del Taller de ‘Artesanía Rebumbio’, **María José de Armas** del taller artesanal ‘Denim’, el artesano joyero **Juan Gil**, **Pilar González** de ‘Cerámicas Jícara’, la artesana caladora **María Dolores Lutzardo**, **María Esperanza Núñez** de ‘Esmaltes La Machanga’, **Sandra Herrera** con su proyecto ‘No Plastic Only Leather’, la artesana joyera-vidriera **Agostina Santini**, la experta en jabonería **Nancy C. Gorrín** de ‘The Soap House’, el maestro rosetero **Antonio Rodríguez**, Sigfrido Estilo, se suma con sus muebles de diseño, la decoradora **Nathalie Leturcq** de ‘Natural Dyes’, la diseñadora **Marisa Velázquez** de ‘By Loleiro’ y **Cristina Artaps**. ☑

VII Festival de lana de Canarias

Tras el éxito cosechado en las seis ediciones anteriores, del **30 de abril al 2 de mayo 2020** se celebrará la **séptima edición del Festival de Lana de Canarias** en La Villa de La Orotava.

► **Se trata de un festival que fusiona lo urbano con lo rural y lo tradicional con lo contemporáneo sin renunciar a los avances de la tecnología en pro de un mundo más sostenible.** Un acercamiento del campo a la ciudad con todas las garantías de transmitir al ciudadano todo aquello que conforma su identidad, su legado y sus tradiciones.

A través de todas sus ediciones anteriores, el Festival de Lana de Canarias ha conseguido “enredar” a un gran tejido de productores y ganaderos con diferentes disciplinas artísticas, y el resultado no ha sido otro que contribuir a la visibilidad de todos esos conocimientos populares en riesgo de desaparición además de acercar a personas afines a la sostenibilidad del planeta, al cuidado y respeto por los animales, a la ganadería sostenible, al rescate de las tradiciones como seña de identidad, a la emprendeduría y al uso de esta fibra natural como alterna-

tiva al plástico, a personas que aspiran a un trabajo artesanal inclusivo, etc.

La edición de este año viene cargada de conferencias, mesas redondas, talleres para todos los públicos, actividades didácticas dirigidas a los colegios, exposiciones, concurso de cortos, cuentacuentos, vídeos...



Acompaña también al festival, y durante la Feria de Artesanía del sábado 2 de mayo, un esquilado en vivo de las ovejas con el fin de poner en valor el trabajo de los ganaderos, la vida de los pastores y, sobretodo, el cuidado y el respeto por los animales junto a la



práctica de una ganadería sostenible.

Con la finalidad de facilitar la asistencia al Festival de Lana de Canarias, la organización ha puesto a disposición de los usuarios dos servicios de guaguas gratis, uno que sale de Puerto de la Cruz hacia La Orotava y otro, desde Santa Cruz hasta la Villa. ☑

Pueden consultar los horarios en la web del festival o directamente en este código QR.



www.laranilla.org

tienda.laranilla.org

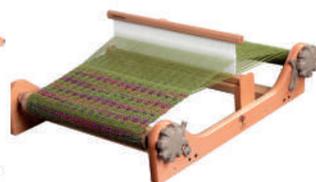
La Ranilla Espacios. Mequinez 59 y 66. 38400 Puerto de la Cruz

Fibras naturales y vegetales **Tejeduría - Hilados - Cardados - Fieltro**

whatsapp: 629.553.069



La Ranilla Espacios



ashford
WHEELS & LOOMS



La Ranilla Espacios

Distribuidores oficiales en Canarias



UN EVENTO PARA LOS AMANTES DE LA FILOSOFÍA DIY

- **Puerto de la Cruz será el escenario elegido** para celebrar el Canarias Diy Art Festival, un evento internacional, único en Canarias, dirigido a todos los amantes de la cultura Do it yourself (DIY) o «hazlo tu mismo».

Durante la jornada del viernes día 5 de junio, en el Castillo San Felipe, se celebrarán tres mesas redondas cuyos objetivos girarán en torno a los diferentes enfoques sobre creatividad y salud para tratar de impulsar propuestas encaminadas a generar una vida más plena y saludable en personas con problemas de salud.

La primera mesa, desde el punto de vista sociológico, tratará sobre el disfrute de las artes como un derecho de las personas. La Declaración Universal de los Derechos Humanos así lo establece. La segunda abordará el tema de las manualidades y la creatividad en general como terapia para las personas con Alzheimer y la tercera mesa, sobre cómo afrontar el cáncer de mama con arte y buena vibra.

Ya durante el sábado 6 y el domingo 7 de junio, el Pabellón Manolo Santaella de Puerto de la Cruz acogerá una gran Feria





acompañada de más de 100 talleres para los amantes de la cultura DIY o hazlo tu mismo. Expositores procedentes de Madrid, Barcelona, Valencia, Logroño, Albacete, etc. además de otras Islas Canarias llenarán el espacio de este recinto para el deleite de los amantes del DIY.

Podrás adquirir o conocer en primera línea las últimas tendencias en scrapping, patchwork, herramientas, telas, botones, stencils, bordados, telares, acuarelas, acrílicos, washi tapes, agujas, hilos. Además de disfrutar aprendiendo muchísimas técnicas de la mano de reconocidos monitores. Sin olvidarnos de los stands con productos elaborados a mano por reconocidos artesanos.

Será un placer poder visitar las zonas de exposiciones o tomarte un café y un picolabis disfrutando de la feria o visitando los espacios destinados a colectivos como la asociación de belenistas, modelistas, tejedores, caladores, etc.

Bajo el paraguas del discurso de que la creatividad nos empodera para una vida más plena, se destinará un importante número de talleres gratuitos para colectivos en riesgo de exclusión, desempleados, violencia de género y mayores de 65 años.

Este evento pionero y participativo, con gran responsabilidad social y producido por el Grupo Chinegua en colaboración con el Cabildo Insular de Tenerife y el Ayuntamiento de Puerto de la Cruz, pretende sentar precedentes para futuras ediciones y convertir a la Isla de Tenerife como referente turístico de salud y creatividad.

Las entradas, que serán voluntarias, serán destinadas íntegramente a la Asociación Española contra el cáncer. 



Visita la web para más información

www.dycanarias.com

Tegueste,

fiel a su cita con **San Marcos**



El municipio de Tegueste celebra este año la 52ª edición de una de las romerías más famosas de Canarias, enmarcada en las Fiestas en honor a San Marcos

El programa de las Fiestas combinará la tradición y la cultura urbana

- **La Villa de Tegueste es un enclave de obligada** visita para todos aquellos amantes de la tradición y la gastronomía, más aún cuando hablamos de la celebración de las Fiestas en Honor a San Marcos Evangelista. Durante el mes de abril, el municipio se viste de colores y actividades para celebrar la fiesta grande, en la que participan vecinos y visitantes de todas las edades.

Este 2020, el Ayuntamiento de la Villa de Tegueste apuesta, además de por mantener el carácter tradicional de la esperada festividad, combinar esa tradición con un aire fresco y joven que inundará de música y arte las calles del centro del municipio.

La alcaldesa de Tegueste, Ana Rosa Mena, explica que el equipo de gobierno ha trabajado por incluir actos de interés para los más jóvenes y realzar y mantener los eventos más tradicionales que refuerzan la identidad del municipio.

«Confiamos en que la juventud se vea reflejada en muchas de las actividades que se han preparado desde la concejalía de fiestas y que los teguesteros y teguesteras se sientan orgullosos de los actos tradicionales que acogerá esta Villa», apunta Mena.

Por su parte, la concejala de fiestas, Eladia López, asegura que ha sido «muy ilusionante» elaborar el amplio programa de las fiestas



que se desarrollará entre el 3 de abril y el 5 de mayo. «Hemos contado con la colaboración de muchísimos colectivos del municipio para realizar la agenda de actos y actividades», admite la edil.

Actos destacados

Así, el 4 de abril aterrizará en Tegueste el Festival de Cultura Urbana, en el que se darán cita los 16 mejores raperos en el ámbito regional, que protagonizarán una espectacular 'Batalla de Gallos'.

El viernes 17 de abril, la Plaza San Marcos se convertirá en el escenario del Concierto Joven. La rumba pegadiza del joven músico y compositor canario 'El Vega', será la encargada de cerrar el Festival de Música Urbana con un concierto de entrada libre.

La música seguirá siendo protagonista, el día 18, a través del concierto Entre viñedos, un evento que maridarà las notas musicales con los mejores vinos del municipio. Ese mismo día, teguesteros y visitantes podrán disfrutar del espectáculo y la belleza que se reúnen en la Gala de Elección de la Romera Mayor en la que distintas candidatas mostrarán sus trajes típicos.

Como novedad, este año las Fiestas de San Marcos acogerán un baile de magos infantil. Los más pequeños del municipio podrán disfrutar, el 19 de abril, de un evento diseñado especialmente para ellos, a través del que aprenderán la importancia de perpetuar las tradiciones, siempre en un ambiente divertido y familiar.

El 25 de abril, la Villa celebrará el día de su patrón, San Marcos Evangelista, con la tradicional bendición del ganado en la Plaza de la Iglesia. La misa, la procesión y la ofrenda popular a San Marcos cerrarán la víspera de la 52ª edición de la Romería.

El último domingo del mes de abril, este año el día 26, Tegueste se viste de gala para recibir a miles y miles de romeros que, ataviados con el traje típico, recorren las calles del municipio junto a las carretas perfectamente adornadas y preparadas para el gran día acompañadas como del propio ganado, todo al son del folclore y la gastronomía canaria.



«Confiamos en que la juventud se vea reflejada en muchas de las actividades que se han preparado desde la Concejalía de Fiestas y que los más conservadores se sientan orgullosos de los actos típicos que acogerá esta Villa»

Al día siguiente la fiesta no termina, ya que la Villa acoge el Día del Carretero. Los vecinos que han participado en la realización y decoración de las carretas durante meses exponen sus trabajos en un ambiente festivo en el que todos pueden disfrutar de verdaderas obras de arte sobre ruedas. La Exposición de Carretas en la Plaza de San Marcos se desarrollará durante dos días, 28 y 29 de abril.

La fiesta y el folclore no han terminado, otro de los eventos más destacados es el Baile de Magos, a través del que el 30 de abril todos los participantes, vestidos con sus trajes típicos, compartirán mesa, comida y vino en una velada amenizada siempre por la música canaria.

Cultura, gastronomía, arte y tradición se verán condensadas en unas fiestas que destacarán la singularidad de Tegueste, un municipio que invita a ser visitado y disfrutado por locales y extranjeros. 

LAS AÑEPAS DEL MENCEY EN EL TAORO

una mirada al pasado de La Orotava

En 1845 el Ayuntamiento de la Villa de La Orotava recibió una curiosa donación. De manos de un intermediario, los naturalistas europeos Sabin Berthelot y Barker Webb, que algunos años antes habían recorrido las Islas en busca de especímenes para su Historia Natural de las Islas Canarias, entregaron en las dependencias municipales dos singulares objetos arqueológicos de madera, que, según ellos, eran bastones de mando de los antiguos jefes guanches. Estas piezas, conocidas bajo el término genérico de añepas, iban acompañadas de una carta de donación en la que los naturalistas explicaban que aquellos objetos habían pertenecido a los antiguos soberanos del menceyato de Taoro, por lo que entendían que debían conservarse en la institución municipal.



Barker Webb

Berthelot afirma que fueron extraídas de la Cueva de Los Príncipes, ubicada en Los Realejos:“(…) han sido sacados de una



Detalle de una de las piezas

cueva, en la actualidad casi inaccesible, y que nos fue designada como la habitación del antiguo Mencey de Taoro (La Cueva del Príncipe). Se halla situada en el Valle de La Orotava, en las cercanías del pueblo del Realejo, contra las escarpadas orillas de un gran barranco de la montaña de Tygayga. Esta cueva (...) era muy espaciosa y ofrecía a la entrada doce o quince asientos groseramente tallados en un solo trozo de piedra”.

En la actualidad, las añepas ocupan un lugar destacado en la visita al edificio histórico del Ayuntamiento, en el que se siguen conservando con celo como testimonio del pasado indígena de este pueblo, de sus antiguos habitantes y de aquellos generosos naturalistas decimonónicos, que un día, maravillados por las bondades naturales de este Valle y sus gentes, decidieron hacer un regalo que terminaría por salvaguardar parte del patrimonio cultural de esta Villa.

LA EXPOSICIÓN

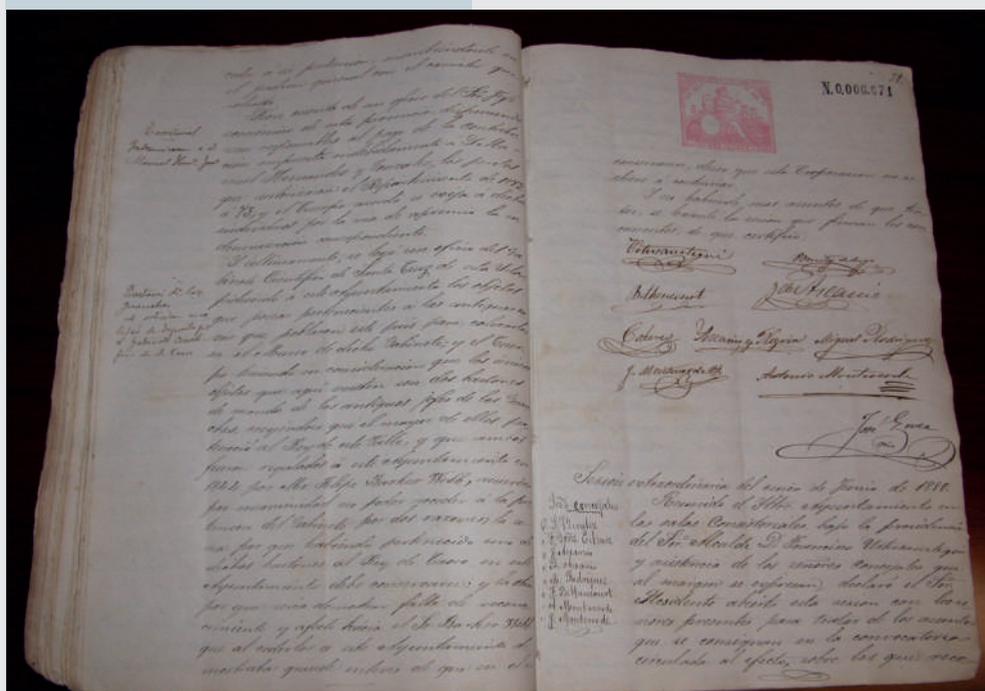
Con el objetivo de divulgar el valor patrimonial de estas curiosas piezas arqueológicas, el Ayuntamiento de la Villa de La Orotava ha organizado una exposición temporal en las dependencias municipales, que se inaugurará el 26 de marzo y estará instalada hasta el 2 de junio. En ella se podrán contemplar las añepas en su nueva instalación, con la que se ha pretendido dotar a los materiales de las mejores condiciones de seguridad y conservación. Asimismo, las piezas estarán acompañadas de paneles explicativos sobre su devenir histórico: tipologías, hallazgo, donación, etc., así como de la representación gráfica de cómo debieron ser empleadas en contexto indígena.

En paralelo a la inauguración de esta exposición, se organizará un ciclo de charlas, con las que se pretende seguir profundizando en la difusión del patrimonio arqueológico municipal, concienciando al mismo tiempo sobre la importancia de garantizar su conservación. 



Dibujos de las añepas aparecidos en el libro *Antigüedades Canarias*

En la actualidad, las añepas ocupan un lugar destacado en la visita al edificio histórico del Ayuntamiento



Acta plenaria del Ayto. de La Orotava, en la que se rechaza la solicitud de donación de las añepas hecha por el Gabinete Científico de Santa Cruz de Tenerife en 1780.

EL TEATRO CINE

Manuel J. Hernández Glez.
www.lhors.com

Realejos



► **El cine a Los Realejos llegaría tiempo** después de su proyección en otros puntos de la isla de Tenerife como Santa Cruz o Puerto de la Cruz. Desde la década de los años veinte del siglo pasado conocemos como la proyección de películas (todas ellas de cine mudo) se realizaba en uno de los claustros del que fuera edificio conventual de monjas agustinas de San Andrés y Santa Mónica en el núcleo de San Agustín. Así queda recogido en noticias de prensa y en algunas fotografías donde podemos ver la caseta de proyección en uno de los extremos del patio. No será una década después cuando se comience a plantear la idea de construir un edificio para proyecciones y teatro.

El edificio del Teatro Cine Realejos se construye por iniciativa privada del empresario local Manuel Espinosa Chaves, quien presentó memoria

el 19 de septiembre de 1930 argumentando su intención edificatoria y características arquitectónicas esenciales. En ella expone que se erigirá en el solar contiguo a las casas consistoriales, sitio que ocupara la huerta y el cementerio conventual según hemos podido determinar por la disposición del antiguo edificio. Esta primera memoria fue redactada por el arquitecto Pelayo López y Martín-Romero. Junto a ella encontramos otra firmada por el mismo arquitecto un año después titulada: «Memoria correspondiente al proyecto de cinematógrafo que desea construir don Manuel Espinosa Chaves en la parte del solar anexo al edificio del Ayuntamiento del Realejo Bajo y los que se refieren los adjuntos planos». Un documento carente de planos, que imposibilita conocer la traza y aspecto primitivo del edificio. En este reformado quedan descritas con exactitud las partes del inmueble, sus materiales y usos.

Este proyecto de reforma fue aprobado por unanimidad del pleno municipal en la sesión plenaria del 27 de enero de 1932, atendiendo al beneficio que implica a la nueva infraestructura. El 28 de diciembre de ese año se toma en consideración el oficio del Gobernador Civil de la provincia trasladando el acuerdo de la Junta Con-



sultiva e Inspectora de Teatros, sobre el proyecto con modificaciones de la memoria presentada entre las que se encontraba las dimensiones de escaleras, urinarios, acceso al anfiteatro y la ubicación de bocas de incendios, entre otros.

Aunque las obras debieron realizarse durante estos dos años, entre 1930 y 1932, entendemos que estuvieron concluidas en noviembre de 1932, pues el 25 de ese mes fue inaugurado, según aparece en el rotativo *La Prensa*, el «cine sonoro en el teatro de estos Realejos», con la proyección de la película «Los que danzan» quedando el público “sumamente complacido de las condiciones acústicas del local”.

A partir de entonces se han realizado consecutivas reformas, entre ellas la afección del incendio de 1952 que destruyó el edificio contiguo y que fuera el convento de monjas agustinas. A comienzos de la década siguiente, se constituye una comisión municipal para la conservación del edificio y, posteriormente, en las sesiones plenarios y de comisiones permanentes,



aparecen referencias a obras, reformas y mejoras, sobre todo alusivas a las cubiertas, cuestión que se prolongará durante décadas según aparece en la documentación conservada en el Archivo Municipal de Los Realejos.

El Teatro Cine Realejos se encuentra incluido dentro del Bien de Interés Cultural con categoría de Monumento de la Iglesia del Carmen y Plaza de San Agustín y bienes muebles vinculados, aprobado por Decreto 90/2008 de 6 de mayo. 

CONVERSACIONES *con una barrica*

Miguel Febles Ramírez y Enrique De Luis Bravo

BiDueño

Estos días pasados salimos de vinos. No preguntes por dónde porque tenemos el recuerdo algo borroso. Lo que sí te podemos contar es que tuvimos la suerte de coincidir con una barrica muy habladora. Fli-pante ¿verdad? Aprovechamos para tener una conversación con ella y la verdad, es que cuenta cosas interesantes de sus orígenes y su vida dentro de la bodega.

Después de presentarnos y estar un rato intercambiando frases superficiales tipo ¿Qué hace una barrica como tú en una bodega como esta? O ¿vinificas o envinagras?. Después de algunos tiras y aflojas y un par de copas de vino de Tenerife, nos pusimos algo más filosóficos: Si te busco en Google me dirán que eres un recipiente de madera utilizado para la crianza de vino, pero ¿de qué madera estás hecha?.

Mira mi niño (nótese el tono canario de la barrica), normalmente estamos hechas de maderas nobles que puedan aportar valores organolépticos al vino que vamos a contener. Perdón por «el palabro», con organoléptico quiero decir las cualidades físicas que se pueden percibir con los sentidos, sobre todo el gusto, la vista y, fundamentalmente, el olfato ¿sabes?. Casi siempre nos fabrican de roble francés o de roble americano, aunque también tenemos familiares de roble húngaro, de acacia..., pero no suele ser lo más habitual. Incluso, tenemos antepasados de madera de castaño. Como curiosidad te diré que en la isla de La Palma se utilizan algunas primas mías de madera resinosa que se extrae de los pinos canarios, esa que llaman tea y que es muy resistente. Si no las fabrican completas, si algunas duelas, ya sabes las tablas que conforman la barrica.

Oye, cuando te fabrican te queman el interior ¿no?, ¿y eso no te duele?.

El quemado, o mejor dicho el tostado (aquí se puso un poco enteradita), que se realiza cuando me fabrican es una parte crucial de mi ser. De ese tostado depende el futuro de los vi-

nos que depositan en mi interior. Por ejemplo (seguro que si hubiera tenido gafas nos habría mirado por encima de ellas, pero no lo recordamos), si el tostado es ligero, el vino que pasa por mí tendrá un perfil aromático de carácter frutal y, por el contrario, si el tostado es fuerte o extra fuerte, el perfil de aromas predominante será el que nos recuerde, pues, a aromas a especias, vainilla, coco, chocolate negro, café... (Reconozco que en este momento nos empezó a apetecer otra copa de vino).

Les contaré que hay varios niveles de tostado y que cada uno de ellos varía el tiempo y la temperatura en que nos someten directamente al fuego, y solo nos tuestan las duelas, nunca los cabeceros (el fondo y la tapa). Pero, contestando a tu pregunta: colaborar en crear unos vinos con tantos matices bien merece el sacrificio de ser tostadas en su interior.

¡Ya le vale!, comentamos durante el trayecto a la barra para pedir un listán negro con seis meses en barrica. Volvimos a su lado, la curiosidad nos pudo, y mientras esperábamos por nuestras copas le preguntamos si todas tienen el mismo tamaño.

Se puso cómoda en el sillón, cruzó las duelas y puso con cara de interesante.

Lo más corriente y habitual es que tengamos una capacidad de 225 litros, y en ese caso nos llaman «barrica bordelesa», ya que somos originales de Burdeos «La France». Pero también podemos crecer mucho más, otras primas nuestras alcanzan cerca de los 3.000 litros, las llaman «fudres». También existen de 300 litros de 330, las de 500 las llaman «botas» y se emplean generalmente para vinos de Jerez. Las de capacidades inferiores a las de 225 se suelen llamar barricas o barriles, son las benjaminas de la familia. Una vieja antepasada nuestra, que la llamaban «Pipa» y tenía una capacidad de 480 litros, viajó por todo el mundo, si, si por todo el mundo. Transportó millones de litros del Malvasía dulce de Canarias, el conocido como «Canary Wine». En el museo de la Casa del Vino La Baranda puedes ver una.

En este momento hace una pausa dramática y vuelve a poner la cara de profesora de antes y nos empieza a hablar en un tono más bajo, casi como si nos contara un secreto.

Lo que debes saber es que en cada una de nosotras existe una relación entre la superficie de madera y el volumen de vino que nos cabe dentro. A medida que somos más grandes hay más litros de vino por superficie de madera, de ahí que la influencia y el carácter sobre el vino sea más sutil. Si la relación entre nuestra superficie y el volumen de vino es menor, aportamos una mayor intensidad de aromas.

Esta conversación nos estaba enganchando: Nos dijeron que tienes una vida larga, ¿es cierto?.

(Sonríe) ¡Que va!, no creas, mi vida es muy corta por lo general mi vida útil acaba a los siete años. Cuando alcanzo esa edad ya poco tengo que aportar a los vinos y me destinan a otras tareas. En unos casos decoración en tascas y bares en otros me voy a pequeñas bodegas menos exigentes. Aunque tengo algunas amigas privilegiadas que se van a hacer las américas. Después de estar un tiempo madurando vinos se destinan a envejecer whisky en E.E.U.U. ¡A esas si les queda una larga vida! Es una pena, pero solo soy útil mientras pueda aportar aromas y sabores al vino que ponen dentro de mí, como te dije antes unos siete años.

Por aquí, algunas se destinan para hacer vinagres de calidad. Ese que llaman vinagre macho ¿Les suena?

Sonreímos nosotras también y pensamos que esta pícara nos conocía. De cualquier forma y dado que no nos apetecía hablar de nosotras y nuestro vinagre, cambiamos de tercio: ¿Oye barrica y tú qué prefieres vino blanco o tinto?

A decir verdad, prefiero empezar casi siempre por el blanco y luego me suelo pasar el tinto. En la mayoría de los casos para el primer uso, lo que llaman los chicos y chicas del vino «el estreno», suelo fermentar un mosto de uvas blancas. Luego en los siguientes años de vida lo habitual es que me dedique a redondear vinos tintos. Hasta que me pasan al vinagre.

Y vuelve a los mismo. Otro día hablamos del vinagre, le dijimos y volvimos a cambiar de tema: ¿Cuál es la diferencia si te fabrican con roble francés o con roble americano?

Cuando me fabrican con roble francés suelen dedicarme a crianzas de vinos largas y le suelo aportar al vino ciertos aromas a vainilla. Por el contrario, si me fabrican con roble americano las crianzas suelen ser más cortas y el aporte aromático más importante ofrece recuerdos a coco. Todo esto no es tan simple como te estoy contando es bastante más complejo, piensa que un roble para obtener buenas barricas debe de tener una edad de 150 años, El crecimiento de ese árbol estará influido, por el clima y el suelo. También tiene que ver la parte del tronco de donde sacan la madera de mis duelas: no es lo mismo el corazón de la base del árbol que duelas de la parte exterior de la punta. No podemos olvidar como me cortan, pero eso te lo cuento otro día (aquí volvió el tono maternal).

En este momento, y con la tercera copa de vino recién servida, pensamos que podríamos parar y seguir contándoles en el próximo número. ☑

¡Salud y buen vino de barrica!





Realejos Cultural
#ÉraseLosRealejos
@ÉraseLosRealejos



Érase

La Ciudad del Cuento y la Palabra
Los Realejos / del 17 al 19 de abril de 2020



ANTONIO PÉREZ (Anto)

José Maza

«Para mí la montaña es algo más que un deporte, una afición o un hobby. Es una forma de vida, unos valores, una pasión. Si no lo viera así, sería muy difícil poder soportar las durísimas condiciones a las que a veces estamos sometidos en altura. Allí arriba, el trabajo en equipo, la colaboración y el apoyo mutuo son fundamentales. Sin todo esto, la montaña pierde buena parte de su valor.»

Antonio Pérez (Anto) natural de La Orotava, y a punto de cumplir los 50 años se plantea para este 2020 un extraordinario reto, ascender uno de los 14 ochomiles del planeta, convirtiéndose, en caso de lograrlo, en el primer orotavense y cuarto canario en conseguirlo.

Comenzar tu relación con la montaña teniendo al Teide como anfitrión no tiene precio, pero cuéntanos, ¿cuáles fueron tus siguientes pasos?

Desde que tengo memoria, me veo caminando por el monte y subiendo al Teide infinidad de veces.

Después de patearme las 8 islas Canarias decidí dar el salto a los Alpes, donde caminar sobre las lenguas vivas de los glaciares fue una experiencia única; empecé a subir mis primeros cuatromiles, entre ellos el Mont Blanc (4810 m). Continué con la cordillera andina. Allí ascendí algunos cincomiles como el volcán Láscar (5592 m) en Chile y algunos

seismiles como el Llullaillaco (6739), siempre buscando otras culturas y por supuesto nuevas montañas.

¿Y cuándo decidiste dar el gran salto a los grandes colosos?

Tras muchos años de montaña y muchos viajes, la llamada del Himalaya era cada vez más fuerte y mi primer destino tras dejar África fue Nepal. Una vez descubierta esta cordillera es muy difícil quitársela de la cabeza.

El siguiente paso serían los sietemiles. En 2018 logré el pico Lenin en Kirguistán (7134). Allí el mal tiempo hizo que casi tuviéramos que desistir, pero casi «in extremis», conseguimos la cumbre.

La última montaña que subí fue hace seis meses, el Muztagh Ata (China).

Tan cerca ya —y tan lejos a la vez— de un ochomil. En ello estoy ahora, buscando patrocinadores que me apoyen en esta aventura.

La montaña es algo más que ascender picos, es arriesgar la propia vida contra las fuerzas de la naturaleza. Se necesita pasión para lograrlo. ¿Qué es lo que realmente te atrapa para esos grandes retos?

Me es difícil contestar a esa pregunta. Quizá haya algo de atracción al riesgo o quizá me guste poner el cuerpo al límite para saber hasta dónde puede llegar. Lo que sí está claro es que cada una de mis montañas va asociada a un viaje, a una historia, a una vivencia y a un aprendizaje. ☑



SOMOS *Slow*

«EL ARTE DE HACER
SLOW RESPIRANDO»

Diana Escobar Luís

Desarrollo Personal - Rebirthing - Respiración Consciente

► **¿Qué pensarías si te digo que el cambio interior es sinónimo de cambio exterior y que una de las puertas de bienestar más importantes es recuperar nuestra respiración natural, esa de cuando eras bebé donde tu panza bailaba al son de la vida?**

Damos por sentado que sabemos respirar por el simple hecho de que nuestro cuerpo lo hace automáticamente, pero lo cierto es que, sin apenas darnos cuenta con el paso de los años, vamos rebajando la intensidad y el potencial de nuestra respiración libre al ser un eficaz antídoto para anestesiar nuestro mundo emocional cuando nos sentimos desbordados por los acontecimientos que nos molestan y nos hacen sufrir. Es como si se activara un piloto automático de supervivencia desde nuestra infancia ante la llegada de los miedos, desengaños, enfados, retrotrayendo sutilmente lo más puro de nuestra esencia, la manera de tomar y soltar el aire libre, haciendo de escudo protector para no volver a sentir dolor en la siguiente ocasión. Pero el coste no sale gratis porque con el paso del tiempo «la huella de esa emoción inhalada y exhalada con el freno de mano puesto» queda cristalizada, fijada en

forma de tensión corporal cargándonos más y más y lo que es peor, bloqueando la posibilidad de sentirnos y de abrirnos a la vida con MAYÚSCULAS.

Sabemos que respirar es un arte, nos reporta increíbles beneficios en nuestra salud física, nutriendo nuestras células de oxígeno y desintoxicándonos eliminando los materiales de desecho de nuestro cuerpo, al ser el 70% del aparato excretor. Es un arte porque además del bienestar orgánico, nos ayuda a controlar nuestro mundo emocional, eso que tenemos dentro que no se ve, pero que se refleja exteriormente en nuestra mirada, en nuestra postura, en nuestra sonrisa, en nuestra interacción con los demás, en lo que escapa a nuestro control las 24 horas del día, recuerda ¡las emociones negativas y la respiración se repelen!

En el mercado, el menú de técnicas respiratorias es inmenso, con enfoques y finalidades distintas, pasando de ser un acto físico saludable (oxigenar y purificar) a una mirada más holística pudiendo convertirse —si queremos— en la recarga de nuestra fábrica de energía interna. La sabiduría de oriente nos recuerda que podemos conectarnos con ese tráfico de energía del universo a través de la respiración, regalándonos la fusión y

conexión con la fuerza o energía vital que los chinos llaman Chi, los japoneses Ki o el hinduismo Prana; el único «pero» es que a veces se nos hace cuesta arriba este tipo de prácticas al quedar reservadas a momentos y espacios concretos donde para entrar en introspección necesitamos entornos de silencio, luz, tiempo, etc.

Hacer Slow es una invitación a respirar consciente y naturalmente en cualquier situación, en casa mientras friegas los platos, mientras trabajas, en la cafetería con tus amigos o cuando recibes una mala noticia. La respiración es gratis, ¡no lo olvides!, quizás por eso no interese mucho que manejemos sus artes. El arte de hacer Slow respirando supone la apuesta decidida por conquistar esa respiración más instintiva de total apertura y entrega con la vida, un acto revolucionario al entender que la respiración es nuestra única compañera desde que nacemos hasta nuestro último suspiro de vida, convirtiéndose en la mejor metáfora de lo que es Vivir en Plenitud pues respiramos como vivimos y vivimos como respiramos. ¿Te animas a hacer Slow respirando?. Te dejo algunas ideas que podrías llevar a la práctica:

Respira como lo hace tu mascota cuando toma sol plácidamente; un sencillo truco para empezar a sentir esa Respiración Slow es ralentizar la manera de tomar y soltar el aire en lo cotidiano, enseguida comprobarás que tus niveles de estrés y ansiedad se van equilibrando, consiguiendo mayor sosiego, claridad mental, mayor anclaje y conexión con tu cuerpo y mayor vivencia del presente ¡esa fue de las primeras cosas que ejercité en mi aventura de estar cada día más en armonía con los tiempos naturales de las cosas. Esta sencilla práctica te llevará irremediabilmente a experimentar que al igual que respiramos según pensamos y sentimos, todo cambia cuando decidimos aminorar la velocidad de respirar.

Respira con los ojos abiertos del observador curioso; fíjate cómo respiras normalmente desde que te levantas por la mañana hasta cuando bajas tus ojos invadido por el sueño. Anota durante varios días en una libreta si el aire entra por la nariz, por la boca, si lo sueltas por el mismo orificio o no, qué partes del

cuerpo se mueven, en qué zonas cuesta más la entrada o salida del aire. Será un buen mapa para escuchar esas señales de bienestar que tu cuerpo te esta enviando constantemente.

Respira la danza mágica del diafragma; tras «el darte cuenta observando» toca practicar una respiración más profunda, conviértete en tu propio entrenador y recuerda esta frase mantra a diario «Voy a respirar como lo hacen los bebés» de forma que el aire pase más allá de la garganta, que mueva el pecho, que hasta incluso, llegue al estómago sintiendo cómo se hincha tu pecho y barriga ¡Ojo siempre sin forzar y paso a paso, los bebés no retienen, no controlan ni fuerzan, fluyen con la vida!. Hazlo frecuentemente a lo largo de la jornada en diferentes contextos y situaciones, mientras interactúas con otros y también cuando estés solo en tus rutinas, sentirás que vas saliendo de automatismos ganando mayor libertad, conviértete en el capitán de tu barco con independencia de las circunstancias que lo «menea».

Respira Vida Inhalando lo positivo Exhalando lo negativo; Toca subir un escalón en esto de respirar, experimentar más allá de su lentitud y profundidad. Visualiza que lo que entra por tu nariz no es oxígeno, sino el potencial de vida que deseas que llegue a ti en este momento, al soltar el aire por la nariz vuelve a imaginar justo lo opuesto o su polaridad; por ejemplo si inhalas valentía exhalas miedo, paz por preocupación, confianza por dudas... Esta experiencia es un masaje para el alma y un encuentro mágico con tu esencia.

Hacer Slow respirando es respirar en cuerpo y alma, cuando el movimiento fresco de aire que entra a tu cuerpo te hace sentir el entusiasmo y la alegría de que la vida es un regalo, cuando al exhalar sientes que se desbloquean los circuitos radiantes de tu interior regenerándote, cuando abandonas el control al entender que la vida es continuo cambio; Y lo más importante cuando eres tú el que hace que todo eso suceda. ☑

¡Respírate!



SOMOS SLOW

SALUD Y TERAPIAS

alternativas

Cuando el cuerpo y la mente **se complementan**

Sofía Sayegh R.

► **En estos tiempos de cambios y «caos» mundial,** somos cada vez más las personas que nos refugiarnos en actividades alternativas, en una búsqueda constante de medios para mejorar nuestra salud. Está demostrado que un tratamiento médico convencional acompañado de una terapia de salud alternativa aumenta las posibilidades de mejorar nuestro estado físico y mental.

Los seres humanos, unos más que otros, sentimos intuitivamente la necesidad de equilibrar o canalizar nuestra energía de alguna forma, y recurrimos a actividades que nos hagan conectar con el aquí y el ahora, experimentar que somos, existimos y formamos parte de un todo, cada uno a su estilo.

Existen diferentes terapias complementarias y/o alternativas. Los organismos especializados en la salud a nivel mundial las han clasificado en cinco categorías, ¿las conoces?

Medicina integrativa: o medicina integrada es una práctica que combina los tratamientos de medicina convencional con medicina complementaria y alternativa, sobre la cual exis-

ten datos científicos de inocuidad y eficacia. En este grupo entran la Homeopatía, la Naturopatía, el Ayurveda y la Medicina Tradicional China, que incluye la acupuntura.

Terapias biológicas: Caracterizadas por el empleo de alimentos y vitaminas para elaborar suplementos dietéticos y, sustancias extraídas de las hierbas, para producir productos de herboristería. Algunas de estas terapias aún no han sido aprobadas desde el punto de vista científico.

Métodos de manipulación corporal: Se centran en la manipulación o en el movimiento de una o más partes del cuerpo, por ejemplo la quiropráctica, la osteopatía, la quiropraxia, reflexología, shiatsu, la aromaterapia y los masajes.

Terapias de la mente y el cuerpo: Enfocadas en las interacciones entre el cerebro, la mente, el cuerpo y el comportamiento, con el propósito de usar la mente para influir en las funciones físicas y promover la salud. Muchas



prácticas de medicina complementaria y alternativa abarcan este concepto de diferentes formas. Entre ellas destaca el yoga, la meditación, la oración, la curación mental y terapias creativas relacionadas con el arte, la música o la danza.

Terapias sobre la base de la energía: Se basan en el empleo de campos de energía para influir en el estado de salud. Entre los más destacados está el Tai chi, Reiki, Qi gong (chikung), terapia floral o toque terapéutico. Estas



«un tratamiento médico convencional acompañado de una terapia de salud alternativa **aumenta las posibilidades de mejorar nuestro estado físico y mental**»

técnicas tratan de afectar a los campos vibracionales que rodean y penetran en el cuerpo humano. Otras, como las terapias bioelectromagnéticas (terapia biomagnética o con campos magnéticos), utilizan de manera no convencional campos electromagnéticos o de corriente alterna o directa con el mismo fin, y la sonoterapia, que utiliza la vibración de los sonidos para aliviar dolores físicos además de ayudar a entrar en una profunda relajación.

Como puedes ver actualmente existen numerosas disciplinas que ofrecen infinidad de terapias que pueden ayudarte a recuperar tu salud, o simplemente hacerte sentir mejor... ¿Y por qué no probar algo que te puede ayudar a restablecer tu bienestar?

En Canarias cada vez son más los centros y profesionales dedicados a este tipo de disciplinas, y cada vez hay más personas que vienen a las islas atraídos por su encantador entorno, ideal para conectar con la naturaleza y disfrutar de actividades relacionadas con el bienestar. ☑

Desde Canaryflow podemos orientarte a descubrir los centros y profesionales especializados en este tipo de terapias en Canarias a través de nuestra web y/o por nuestras redes sociales. ¡Síguenos!

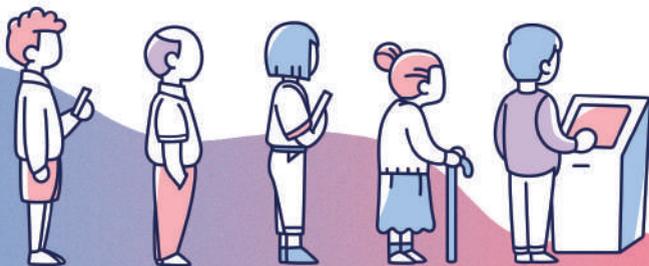


CANARY
FLOW

www.canaryflow.com



gestiturn



¡El sistema de gestión de colas y turnos en la nube!

Un sistema fácil y flexible que te permitirá reducir los tiempos de espera de tus clientes y mejorar la eficiencia de atención.



Gestión de turnos

Sistema de gestión de espera con posibilidad de fila única.



Cita previa

Permite a tus clientes pedir cita desde tu web.



Canal multimedia

Ofrece contenidos corporativos desde tu propio canal de TV.

Adaptable a cualquier ámbito o empresa



Restaurantes y hoteles, tiendas, inmobiliarias, salas de espera, etc.



Más información:
gestiturn.com

Correo:
info@gestiturn.com

LO NATURAL

en el tacto

Concepción González, secretaria de la Asociación para el Impulso a las Iniciativas Pedagógicas Libres y directora pedagógica de Círculo Waldorf Valle de Güímar (Tenerife), en las jornadas que moderó durante el pasado VI Festival de Lana de Canarias, manifestó que *«Los niños y niñas que aprenden a manejar la lana, que juegan con elementos hechos con lana, que crean objetos artísticos y prácticos con lana, en definitiva, que trabajan el sentido del tacto a través de la lana, devienen jóvenes y adultos que pueden relacionarse con calidez, esto es, con empatía en sus interacciones con los demás».*

La reflexión no cayó en saco roto. Uno de los ponentes le confesó a la mañana siguiente que ese pensamiento le produjo hondo efecto y agradeció poder llevarse a casa dicha idea para meditar sobre ella.

El empleo de la lana y otros materiales naturales (seda, madera, cera de abeja...) es eje vertebrador y transversal en todas las actividades del Círculo Waldorf del Valle de Güímar, tanto culturales como socioeducativas.

En palabras de su directora: «En nuestro centro de Arafo, en el jardín de infancia matinal y las actividades artístico-manuales vespertinas de Primaria/Secundaria los materiales naturales son parte integrante del entorno y del quehacer diario, en aulas, patio, actividad artística, taller, juego, teatrillos, fiestas de estación, cuentos, corros.

Los adultos se benefician asimismo de esta transversalidad emocreativa, si se nos permite esta alusión a la innovadora asignatura canaria. En la 3ª edición de la *Muestra de Euritmia Solidaria de Canarias*, que promovemos desde 2016, celebrada en el Auditorio de la Villa de Arafo, el vestuario de los artistas ilustraba a todas luces la importancia concedida a la lana y la seda. En la Universidad de la Laguna, fruto del



Acuerdo-Marco de Colaboración entre nuestra entidad y la ULL, el alumnado universitario aprendió las buenas prácticas aplicables al aula relacionadas con la utilización de la lana y otros materiales nobles (*Curso de Extensión Universitaria y Jornadas de la Facultad de Educación*, ULL, 2019). Y el profesorado y personas interesadas en general también pueden hacer lo propio a través de nuestros cursos de Didáctica con materiales naturales, homologados por la Consejería de Educación (www.centrowaldorfcanarias.es)»

De lo natural a lo social, de lo infantil a lo adulto, del aprendizaje a la enseñanza, de lo pequeño a lo grande, de lo artesanal a lo artístico. Entramado, hilado y tejido fino... ¡A cardar toca! ☑

Tiempo de calidad *con hijos*

Élora Espacio Educativo



¿ Quién no echa un vistazo al pasado y al recordar su infancia no desea volver a vivir esa etapa de la vida? La infancia es la época de la despreocupación, de la diversión, de la ingenuidad.

Sin embargo, como padres y madres: ¿Aprovechamos el tiempo que tenemos con nuestros/as hijos/as? ¿El tiempo que dedicamos es de calidad? ¿Cuáles son las necesidades que debemos satisfacer? ¿Estamos atendiendo la demanda que nos solicitan nuestros/as niños/as?

Realmente resulta contradictorio que, en muchos casos, echemos de menos nuestros años de niñez y que como progenitores, siendo notable la preocupación por dedicarles tiempo y establecer buenas relaciones con nuestros hijos e hijas, no solo no logremos el objetivo sino que además oigamos a los «pequeños/as» pedirnos que compartamos más tiempo con ellos.

Nuestra sociedad del siglo XXI es la sociedad de la competencia, de la productividad y el consumo; el concepto de familia ha evolucionado y la gran parte del año nos sumergimos en la vorágine laboral, en la rutina diaria y el estrés de organizar horarios, actividades, etc. Inconscientemente priorizamos en cubrir las necesidades básicas: hipoteca o alquiler, comida, ropa, letras de otras compras, combustible, internet, agua, luz. Un sinfín de preocupaciones que nos mantienen física y mentalmente ocupados. Y en este contexto, con toda nuestra buena voluntad, queremos que a nuestros hijos e hijas no les falte de nada: colegio, juguetes, consola, móvil. Tendemos a cubrir con elementos materiales las necesidades de los niños/as.

Además, solemos pensar que dedicamos tiempo a los pequeños de la casa cuando los llevamos al «super» con nosotros, nos acompañan a ver a amigos y familiares o hacemos las tareas escolares con ellos, que está bien, pero. ¿es suficiente?



«debemos encontrar momentos para escuchar a nuestros hijos, para conocer sus gustos, sus miedos e inquietudes, participar de su imaginación y ser cómplices de su fantasía y creatividad...»

Igualmente, creemos que son felices cuando los dejamos horas y horas delante de la televisión, la consola o la tablet.

Y en todo este puzzle, también hay que añadir nuestras propias actividades de esparcimiento o hobbies, las redes sociales, el «gym», el «running», un rato con los amigos. Con lo que acabamos consiguiendo un frágil equilibrio que se sostiene por épocas, siempre y cuando la infancia de nuestros hijos e hijas transcurra dentro de unos márgenes de tranquilidad, sin sobresaltos ni dificultades de ningún tipo.

En este mundo idílico que nos creamos nosotros mismos, habría que añadir incluso que, en muchos casos, y a sabiendas de lo competitivo que es este mundo, presionamos a los niños y niñas para que saquen buenas notas porque esa es «su única» responsabilidad, a lo que normalmente respondemos con un «premio» material.

En ese frágil equilibrio situamos nuestro espacio de confort y nos auto-convencemos de que todo va bien y de que aprovechamos de manera correcta nuestro tiempo con los hijos/as. Y aquí es donde debemos reflexionar y recordar las preguntas con las que comienza este artículo: ¿aprovechamos el tiempo que tenemos con nuestros/as hijos/as? ¿el tiempo que dedicamos es de calidad? ¿cuáles son las necesidades que debemos satisfacer? ¿estamos atendiendo la demanda que nos solicitan nuestros/as niños/as?

Para responder a estas preguntas te propongo que realices otras actividades con tu hijo o hija:

- Jugar a lo que ellos propongan.
- Escuchar sus gustos (música, artistas, cine, temas de interés).
- Dejar que expresen sus sentimientos, sin hacer juicios, solo escuchar y tratar de ponerlos en su lugar.
- Hacer actividades al aire libre, en contacto con la naturaleza.
- Ir a sitios propuestos por ellos (hacerlos partícipes de los planes familiares).

Cuando las llesves a cabo, irás encontrando las respuestas que buscas y descubrirás que siempre hay otra manera de hacer las cosas, la fórmula mágica radica en el equilibrio, en la empatía y el cariño.

El tiempo es implacable, pasa muy rápido y cuando nos demos cuenta quizá hayamos perdido la oportunidad de hacerlo realmente bien. Sea cual sea nuestra situación personal y laboral, además de que nuestros hijos/as nos acompañen a unos sitios u otros y les ayudemos con sus tareas escolares, debemos encontrar momentos para escucharlos, para conocer sus gustos, sus miedos e inquietudes, participar de su imaginación y ser cómplices de su fantasía y creatividad. De esta forma conoceremos a unas personas maravillosas, participaremos de lo que llegarán a ser y ¿por qué no? volveremos a ser niños/as de nuevo. ☺



Pedagogía
Logopedia
Psicología
Psicomotricidad
Terapia Ocupacional

PALABRAS QUE SANAN

Damián Marrero Real

Cuando estaba en la Unidad de Cuidados Intensivos del Hospital 12 de Octubre de Madrid, a los pocos días de mi trasplante bipulmonar, comenzó a trabajar conmigo una joven y sonriente fisioterapeuta. Entraba siempre de un ánimo excelente y tenía la costumbre de decirme «mi chico», mientras comenzaba su trabajo diario de rehabilitación pasiva. Seguramente, esa expresión la utilizaba con todo el mundo. Pero a mí, un paciente mucho mayor que ella, asustado, desorientado, lleno de cables y tubos por todo el cuerpo, me daba la impresión, o necesitaba creerlo, de que la empleaba conmigo solo. Me levantaba el ánimo y me parecía encontrar, en aquel mundo desconocido e intimidante, una expresión de empatía y acogida. Contribuía a sanar mi espíritu.

Ya decía el viejo Aristóteles que el lenguaje constituía la característica esencial del ser humano y reflejaba los estados del alma. Con el lenguaje, entendido en su más amplia acepción, verbal y no verbal, «hacemos» cosas. Reflejamos y creamos el mundo, tendemos puentes o levantamos barreras con el otro. Podemos dañar o podemos dar esperanza. La palabra adecuada, en el momento adecuado, de la forma adecuada puede ser la llave que abra puertas hasta ese momento cerradas. Y, por el contrario, la palabra, el gesto, frío, desprovisto de emoción, ajeno a la condición humana, puede erigirse como una barrera infranqueable.

Para Sartre, por otra parte, nuestras elecciones en la vida involucran a la humanidad entera. Por tanto, ¿de qué parte hemos elegido estar?, ¿hemos elegido la vía de la maldad, de la falsedad o de la violencia? ¿O hemos elegido la vía de la dignidad, de la justicia y del amor? De las muchas formas en que esto se sustancia, el lenguaje es la principal. Por tanto, este refleja y construye, al mismo tiempo, esa condición humana. No se trata, por supuesto, de qué registro de lenguaje, de expresión, utilicemos. No es cuestión de convertirse en un experto lingüista o un maestro consumado en una palabrería técnico-profesional. Bastaría con que esas palabras, que utilizamos como vehículo de conexión con el otro, sean portadoras de amor y de empatía (lo cual, no deja de ser, esencialmente, lo mismo).

Pienso que ha quedado sobradamente demostrado el poder sanador de las palabras cuando son utilizadas de esta manera. Una palmada en la espalda, un «lo vamos a intentar», una sonrisa frente a la adversidad son, muchas veces, una fuente de alivio y una vía para la pacificación de una mente que siempre amenaza con desbocarse. A veces ese «imperativo» de decir siempre la verdad podría verse matizado por un «principio de humanidad»: evitar un sufrimiento innecesario.

La palabra buena, la palabra que sana, requiere de tiempo y presencia. Cuando aquella fisioterapeuta estaba los veinte minutos o me-

dia hora de rigor al día, hacía su trabajo sin prisas (flexionarme las piernas, levantarme los brazos, ayudarme a expulsar las flemas propias del proceso de secado de los pulmones trasplantados) y lo acompañaba de pequeñas conversaciones llenas de esperanza y buenos deseos. Podía haberse limitado a cumplir con su trabajo rehabilitador de manera estricta, pero, seguramente, por su propia personalidad o por el contacto continuado con pacientes en ese estado de debilidad, había entendido que con la pura mecánica no bastaba. Que no se trataba de un mero trámite o de la aplicación rigurosa de un protocolo. En aquellos primeros días en la UCI, además, como consecuencia del enorme cóctel de fármacos que recibía, estuve con continuos brotes de delirium. Recuerdo cómo aquella fisioterapeuta trataba, con las palabras adecuadas, de hacerme aterrizar en medio de tormentosas alucinaciones. Y recuerdo también cómo me acariciaba la frente y atusaba mi escaso pelo

«Bastaría con que esas palabras, que utilizamos como vehículo de conexión con el otro, sean portadoras de amor y de empatía»

empapado de sudor. Conseguía, incluso, siendo una habitación de aislamiento, trascender esa condición tan impactante en la que una persona, de repente, se ve privada del contacto físico con los demás, donde los rostros quedan ocultos por las mascarillas y cualquier visita resulta atenuada por todo tipo de barreras. Quedaba claro cómo hay palabras que obran maravillas y cómo pueden ir más allá de lo que creemos de entrada posible. Palabras que sanan, en definitiva. 



Calidad
PROFESIONAL

Calidez
HUMANA

Entorno
INMEJORABLE

EL SAUZAL

Carretera General del Norte, 102
El Sauzal - Tenerife
Tif: +34 922 19 09 90

Correo electrónico: wittedent-dental@gmx.es



PARKING PROPIO

a 15 min. de Santa Cruz
a 15 min. de Puerto de la Cruz

Sexting:

Yenny Rivero

sexóloga y bloguera.
www.con-sex.com

SEXO Y REDES SOCIALES

Sexting (contracción de sex y texting):

es un anglicismo que hace referencia al envío de contenidos eróticos por medio de teléfonos móviles. También se usa en español sexteo.

- ▶ Ustedes pueden pensar que el «sexting» es consecuencia de los avances tecnológicos que facilitan nuevas formas de interacción social. Pero a lo largo de la historia, siempre se han intercambiado mensajes con contenido erótico (por ejemplo, la correspondencia mantenida de Jaimes Joyce con su mujer).

No hay nada más embriagador que llegar al «climax» a través de las palabras. Es seducción a distancia. En «estos intercambios» descubres la otra parte, su inteligencia, su humor, su capacidad de respeto, su fluir...

Por todo ello, creo que hay «causas» de sexting, de jugar con las palabras. Y ahí va las que yo considero:

1 Darle un poco de chispa a tu relación.

Nada como mirar el móvil y encontrarte con un mensaje de tu pareja, o esa persona por la que empiezas a mostrar interés. ¡Esas frases que te van cautivando!

2 Otra cuestión sería las distancias.

El sexting puede ser la alternativa perfecta al encuentro sexual. ¡Juega con tu imaginación!

Puede ser un excelente afrodisíaco. El sexo está en la mente. Las fantasías son una herramienta excelente para dar rienda suelta al placer. ¡Deja que las palabras actúen sobre el deseo!

3 Sin embargo, hacer sexting conlleva unos riesgos y debemos ser conscientes de ello.

Intentaré dejar bien claro las razones por las cuales debemos ser precavidos en su uso:

1º El peligro del sexting es que ese material puede ser difundido de manera muy fácil y amplia, de forma que

el remitente inicial pierde totalmente el control sobre la difusión de dichos contenidos. Hay varias formas en que ese texto puede salir del dispositivo: un robo, un error, una broma, un extravío... o la voluntad de su propietario/a.

2º. Recibir o tomar un texto/ imagen de una persona **no te da derecho a distribuirla.**

Incluso si te dieron permiso para tomar la imagen, no significa que la puedas enviar a terceros. Nunca debe salir de la intimidad, de otra forma estás rompiendo un código ético, de confianza y moral.

No lo olvides.

3º. Cuando el sexting deriva en humillación, la víctima sufre enormemente, y hay que denunciarlo. La ley te ampara y es un daño muy grave a tu persona.

Recuerda: quizás las palabras te llevan a la persona adecuada, pero no corras riesgos. Todo tiene sus tiempos, incluso el deseo. ☑

Mil ochocientos y helados a muerte:

LA ERUPCIÓN DEL TAMBORA

«Tuve un sueño,
que no era del todo un sueño.
El brillante sol se había extinguido,
y las estrellas vagaban apagándose
por el espacio eterno, sin rayos,
sin rumbo, y la helada tierra
oscilaba ciega y se oscurecía
en el aire sin luna;
la mañana llegó, y se fue y llegó,
y no traje el día...»

(Lord Byron, *Oscuridad*)

Javier Arroyo López

Miembro de la Asociación Canaria de Meteorología (ACANMET)

En abril de 1815, el Tambora, situado en el archipiélago de Indonesia, produjo la erupción volcánica más importante del último milenio, volando por los aires los últimos 1300 metros del volcán. La explosión se escuchó a más de 2500 km de distancia, lanzando a la atmósfera 160km³ de materiales, millones de toneladas de cenizas y otras 60 de SO₂, con una columna eruptiva de 43 km de altura. Se calcula que, entre la erupción, la nube de cenizas generada en 600 km a la redonda y el posterior tsunami pudieron morir cerca de 80.000 personas, pero la historia de terror no había hecho más que comenzar.

En las grandes erupciones se inyectan en la estratosfera derivados de azufre (SO₂ y H₂S), que alteran el clima a nivel global durante un corto periodo de tiempo, de uno a tres años, siempre y cuando la erupción sea explosiva y próxima al ecuador. Estos deri-

vados de azufre forman aerosoles de sulfato que afectan a la radiación solar entrante y a la circulación atmosférica.

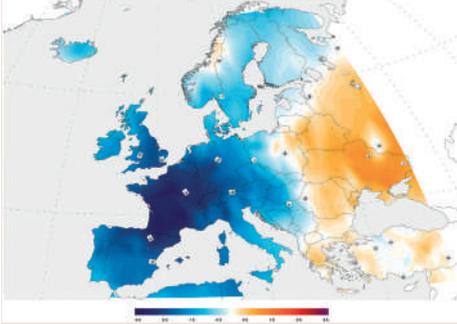
¿Cómo actúan?

Una parte de la radiación solar incidente es reflejada en el espacio, aumentando el albedo terrestre y disminuyendo la que recibe la tierra, con un efecto de enfriamiento próximo a 1 o 2 grados a nivel global que puede durar varios años. En la imagen vemos las anomalías causadas por la erupción del Tambora en Europa en verano de 1816, llegando hasta los 3 grados negativos con respecto al periodo 1971-2000. Azules anomalías negativas; rojos positivas. Fuente. NOAA.

Por otra parte, la mayor inercia térmica de los océanos —el agua es peor conductor del calor— hace que ese enfriamiento sea mayor en tierra, lo que provoca un debilitamiento de los vientos monzónicos en verano, tanto en Asia como en África. Además, este debilitamiento del monzón africano se acaba reflejando también en un debilitamiento del anticiclón de las Azores, favoreciendo así el transcurso del tren de borrascas más al sur, afectando de pleno a Francia y Centroeuropa.

La combinación de temperaturas más bajas y mayores precipitaciones en el verano de 1816, con nevadas incluso en el mes de junio, e inundaciones, grandes tormentas y granizadas que se prolongaron hasta finales de septiembre, llevó a la destrucción de cosechas, en lo que se conoce como el año sin verano. Si lo trasladamos a una Europa desolada por las guerras napoleónicas, los efectos colaterales de la erupción

1816 Summer Temperature Anomaly



del Tambora fueron la puntilla que vino a desatar hambrunas y necesidad por casi todo el continente, situación que persistió durante tres años. Tanta hambruna desembocó en grandes movimientos migratorios, en especial de irlandeses, que perdieron las cosechas de patatas, casi 20.000, así como otros tantos o más alemanes y suizos, que vagaban por los campos en 1817, el año de los mendigos, comiendo huesos de animales muertos, raíces y hierbas camino de Holanda para embarcar a América. Sin embargo, muchos no lo lograron e incluso algunos fueron devueltos en caliente desde el otro del Atlántico, ya que esas mismas circunstancias meteorológicas se repetían en la costa este americana, afectando igualmente a las cosechas, por lo que no había suficientes alimentos para todos. Allí donde la situación fue tan solo un poco más benévola, Francia e Inglaterra, se dieron grandes revueltas, desembocando todo ello en las primeras medidas sociales de los gobiernos para paliar la situación de los más necesitados.

En Asia no corrieron mejor suerte y, aunque no existe consenso al respecto, pudo provocar el surgimiento y expansión de una de las mayores epidemias de cólera de la historia en la India, llegando hasta Moscú, mientras que en China parte de la población se dedicó al cultivo de opio como único medio de supervivencia, desembocando años más tarde en las guerras del opio.

Las cifras varían de unas fuentes a otras, pero en total, entre causas directas e indirectas, se estima que el Tambora pudo dejar varios centenares de miles de víctimas.

Un volcán con mucho arte

Sin embargo, y a pesar de tanta desolación, la erupción del Tambora también tiene una cara amable, siendo motivo de grandes manifestaciones artísticas y literarias, e incluso de ingeniería. En efecto, en ese año sin verano Lord Byron se asentó en Villa Diodati en el lago Lemán de Ginebra, junto con su médico personal Polidori, huyendo del escándalo en Inglaterra por su condición bisexual. Allí llegaron también Claire Clairmont, enamorada de Lord Byron, con el que acabaría teniendo un hijo, acompañada de su hermanastra Mary Godwin y el entonces su amante y más tarde marido Percy Shelley, quienes fueron admitidos únicamente por el interés personal de Lord Byron por éste último, también poeta. Las condiciones atmosféricas fueron terribles esos días, con grandes tormentas, lo cual llevó a conversaciones acerca del galvanismo, o resucitación de animales y personas mediante la aplicación de corrientes eléctricas, o también a narrar historias de terror, mientras el láudano corría a raudales. Y de ahí pasaron a la acción, se retaron para ver quién escribía la mejor historia de terror. Lord Byron nos dejó el poema *Oscuridad*, cuyos versos iniciales han podido leer al principio, pero la sorpresa vino de Mary Godwin, Shelley de casada, quien, entre las pesadillas del láudano, las tormentas y el galvanismo, acabó alumbrando una de las criaturas más bellas y terroríficas de la historia de la literatura: «Frankenstein». El amigo y médico personal de Byron, Polido-



La erupción del Vesuvio. 1817 William Turner



Draisiana

ri, no anduvo a la zaga y nos dejó «El Vampiro», fuente de inspiración del «Drácula» de Bram Stoker. Por tanto, Frankenstein y Drácula bien podrían tildarse de hijos del Tambora.

Pero las erupciones volcánicas, sus cenizas en concreto, también pintan los cielos de un colorido especial y fantasmagórico, y William Turner, el pintor de la luz, los reflejó de manera magistral, dejándonos auténticas maravillas como «La erupción del Vesubio», entre otras muchas.

Por otra parte, el frío reinante durante tres años acabó por estropear el órgano de la iglesia de San Nicolás de la localidad austriaca de Oberndorf, cerca de Salzburgo y su párroco se vio en la necesidad de buscar alternativas para la misa del gallo de 1818, surgiendo así un villancico mundialmente conocido: «Noche de Paz».

De nuevo los problemas derivados del Tambora, y en concreto la falta de forraje para alimentar a los caballos, o la falta de los mismos, para paliar la hambruna de la población, unido a lo intransitables de los caminos por las lluvias, llevó a Karl Freiherr von Drais (1785-1849) a inventar la Draisiana, el primer vehículo de tracción humana, precursor de la bicicleta.

¿Podría repetirse una erupción tan potente hoy en día?

Por supuesto que sí, el cuándo ya es otra cosa. Candidatos los hay, pero para terminar comentaremos aquellos que pueden provocar erupciones todavía más catastró-

ficas, los supervolcanes, más de diez veces más potentes que el Tambora y entre los que destaca el archiconocido Yellowstone. Para imaginar sus efectos basta recordar la erupción del Toba, hace 70.000 años, que estuvo a punto de extinguir a la humanidad, prolongando durante más de una década sus efectos sobre el clima, mucho más severos que los del Tambora, y dejando tan solo 10.000 parejas reproductoras en todo el mundo. Podemos decir que todos somos hijos del Toba. ☑

FUENTES Y BIBLIOGRAFÍA

Bicentenary of the Great Tambora Eruption: Implications for Stratosphere-Troposphere Processes. SPARC newsletter n° 45 - July 2015
 The Volcano That Changed the Course of History. Wood, Gillen D'Arcy. The conversation. 2014
 Weather, Famine, Disease, Migration and Monsters: 1816-1819. Chuck Hudson. 2015
 1816, el año sin verano. Benito Fuentes. Blog de la Agencia Estatal de Meteorología. Junio 2016. <https://aemetblog.es/>
 La pequeña edad de hielo. Cómo el clima afectó a la historia de Europa 1300-1850. Brian Fagan. Gedisa. Barcelona 2009
 Noche de Paz post-volcánica. Jose Miguel Viñas. 2018 <https://www.tiempo.com>
 Las erupciones volcánicas. Climatología. Página web ACANMET www.acanmet.org

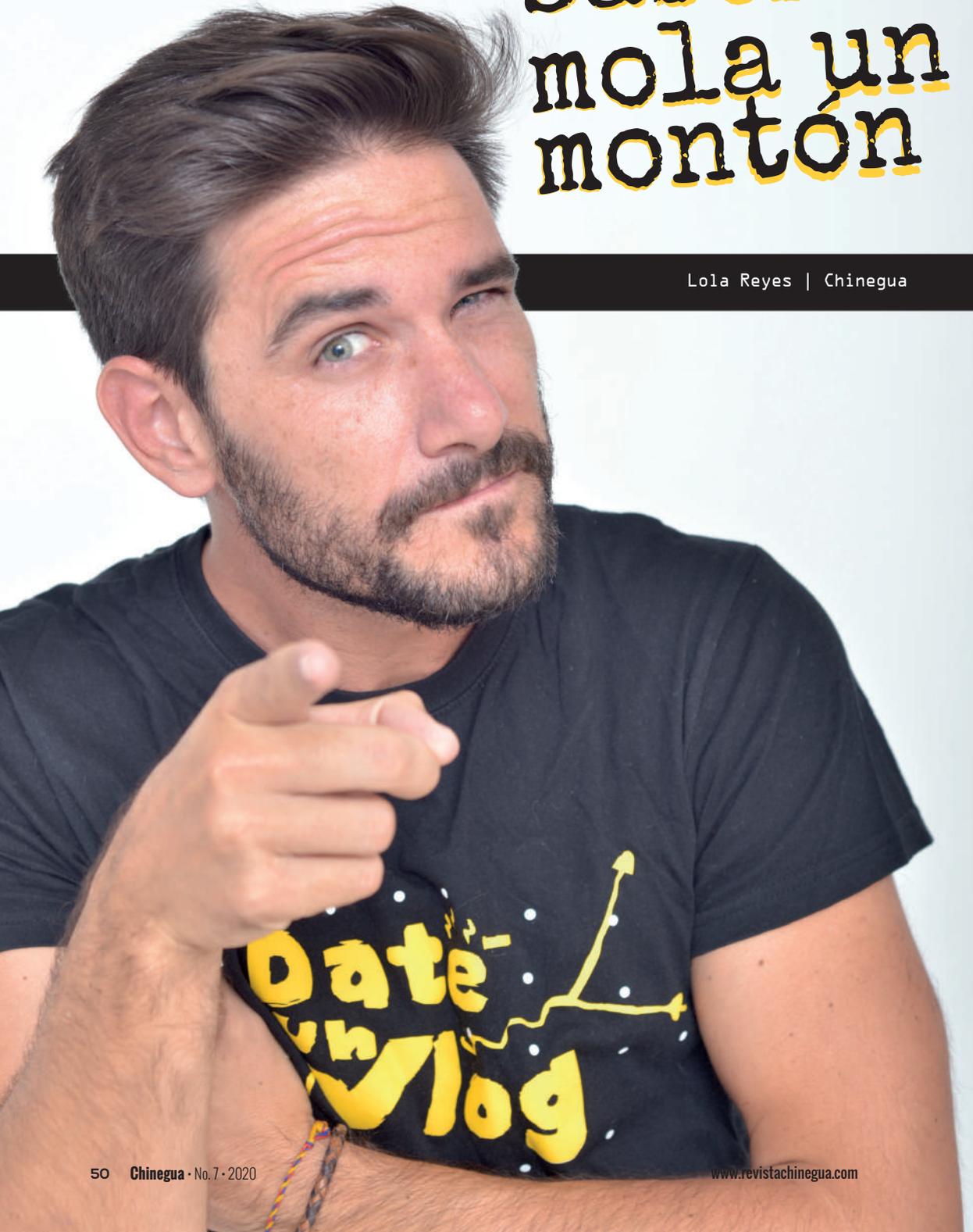


[CIENCIA]

con Javier Santaolalla

Saber mola un montón

Lola Reyes | Chinegua



Comencé a seguirle en uno de sus canales de youtube y a partir de entonces, el interés que siento por la ciencia y por aprender física es enorme.

La forma en que conduce sus vídeos, la gracia que le pone y lo inteligente que es hace —como dice uno de sus alumnos— que aprendas más física que ir durante un mes a clase.

Sientes que durante tu adolescencia te has convertido en víctima de una enseñanza con poca vocación científica. Generalmente, durante nuestra estancia en el colegio nos han enseñado una física acabada, con términos demasiado técnicos y complejos, tan abstractos, que se nos escapaban del mundo real. El resultado, un aprendizaje pasivo que lo único que ha conseguido es habernos hecho perder el tiempo. ¿Por qué no nos han explicado la física con elementos mucho más cercanos en vez de abordarla con problemas extremadamente abstractos?.

El lenguaje de Santaolalla es cercano, divertido, nos acerca a la ciencia sin miedo a no entenderla. Entiende que es necesario comunicar la física a un nivel diferente.

Antes de seguir hablando de este burgalés de nacimiento y canario de adopción, invitarles a que conozcan su trilogía de canales en youtube: 'Date un voltio', 'Date un Vlog' y 'Date un Mi' con más de un millón de seguidores.

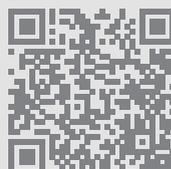
En cualquiera de estos canales lo que persigue es normalizar la ciencia y que los jóvenes (y no tan jóvenes) se acerquen a ella como un entretenimiento, sin miedos.

Comenzó con 'Date un voltio' abordando curiosidades científicas, a modo de revista de ciencia. Más tarde lo complementó con 'Date un Vlog' destinado

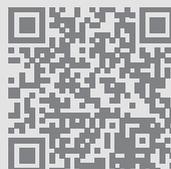
a aquellas personas que ya poseen ciertos conocimientos de física. Por último 'Date un mi' para un público que busca una mínima cultura científica sin más.

Es un joven ingeniero de telecomunicaciones, de carne y hueso, doctor en física de partículas, miembro fundador de Big Van, científicos sobre ruedas, autor de 6 libros..., pero también es artista, hace deportes, le encantan sus amigos y su familia. Le podemos ver en monólogos científicos o en Televisión Española colaborando con el programa Órbita Laika, moderando mesas redondas de ciencia... 

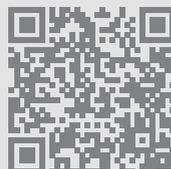
► En estos códigos QR puedes encontrar sus tres canales de youtube.



Date un voltio



Date un vlog



Date un mi



TU NEGOCIO ONLINE

Felipe M. Lorenzo Díaz

echeide.com

Este es el primer artículo de una serie destinados a dar a conocer la red como canal de negocios y ventas, en ellos intentaremos definir términos y conceptos para ayudar a aquellas personas que ven en internet un posible canal para complementar su actividad principal.

Existen muchas alternativas para vender online. A continuación enumeramos los sistemas más habituales para ayudarte a conocerlos, y que tengas así criterios a la hora de elegir el sistema que mejor se adapte a tu negocio.

Marketplaces

Los Marketplaces son los grandes centros comerciales de internet, donde muchos vendedores ofrecen sus productos y compiten entre sí en el mismo lugar. Los clientes/usuarios acuden en masa en busca de la ganga o de un producto muy específico. Son las grandes tiendas como EBay, Amazon o Aliexpress.

Este tipo de webs nos permite crear un perfil de tienda para ofrecer nuestros productos, pero hemos de tener en cuenta que aunque son portales con muchísimas visitas, existe mucha competencia, donde si queremos destacar entre los demás, tenemos que competir en precio y en valoraciones de usuarios, dos

de las características más importantes para posicionarnos en los primeros resultados de búsquedas. Debemos tener en cuenta que en estos marketplaces, tendremos que pagar un canon mensual de uso, además de un porcentaje de nuestras ventas, con lo que en muchas ocasiones el margen de beneficios será bastante ajustado. Además el crecimiento es bastante lento, ya que debemos conseguir bastantes valoraciones positivas para obtener puestos competitivos.

Tiendas Online

Otra posibilidad es contar con una tienda propia, una web donde ofreceremos nuestros productos de forma exclusiva, evitando la competencia de los marketplaces, pero con el trabajo adicional de tener que buscar estrategias para atraer visitas a nuestro dominio. Podemos tener la tienda más bonita y apetecible, pero si no conseguimos que nuestros clientes miren nuestro escaparate (atraer tráfico) estamos perdidos, con lo que si optas por esta solución, ten presente que vas a tener que necesitar un plan de posicionamiento en buscadores (SEO) y/o una campaña publicitaria en buscadores y redes sociales para dar a conocer tus productos.



«Podemos tener la tienda más bonita y apetecible, pero si no conseguimos que nuestros clientes miren nuestro escaparate estamos perdidos...»

En esta categoría de sitios podemos diferenciar entre: tiendas desarrolladas a medida o soluciones de suscripción basadas en plantillas.

Las tiendas desarrolladas a medida son el escenario ideal, ya que todo estará pensado y adaptado a nuestras necesidades, pero por contra, la inversión inicial para desarrollar y mantener un sitio propio es más costoso, podemos partir de sistemas base como PRESTASHOP, donde se trabaja sobre una base existente, que nos permite un ahorro considerable en desarrollo, pero siempre debemos contar con técnicos especialistas o una empresa especializada en este tipo de soluciones que desarrolle y mantenga nuestro proyecto.

La otra alternativa son los planes de suscripción de servicios de tiendas, como WIX, COMMANDIA o Shopify, opciones interesante e inmediatas para comenzar con nuestras tiendas de forma inmediata, teniendo una tienda propia de forma asequible, pero por contra debemos tener en cuenta las limitaciones a la hora de adaptar la solución a nuestras necesidades, las limitaciones de diseño y configuración que suelen tener, además de las limitaciones de este tipo sistemas que no podremos ampliar.

Portales de segunda mano

Otra opción interesante, son los portales de venta de segunda mano, como VIBBO o segundamano.es, que aunque estén más enfocados a un uso para particulares, también pueden ser usados a nivel de empresa. Este tipo de portales nos permiten publicar de forma gratuita nuestros primeros anuncios, pero su sistema de negocio se basa en micropagos, teniendo que pagar por cada anuncio publicado o por posicionamientos en primera línea.

Por último las redes sociales, están ampliando funcionalidades, y muchas, como es el caso de Facebook están incorporando la posibilidad de sistemas de reservas y apartados para la venta online.

¿Qué sistema necesito?

A la hora de establecer internet como canal de ventas podemos optar por combinar varios sistemas a la vez, con lo que tendremos una oferta más diversificada. La imagen que queremos proyectar y nuestra filosofía de negocio determinará el canal más apropiado donde posicionarnos. ☑

Perfiles	Market places	Tiendas online	Portales de segunda mano y redes sociales
Ofrezco servicios y trabajos especializados (pintura, electricidad, fontanería...)			X
Soy un artesano/artista sin marca definida		X	X
Soy un artesano/artista con una marca definida		X	
Tengo un comercio y quiero ampliar mis canales de venta		X	X
Soy un fabricante de productos especializados	X	X	

¿PROBLEMAS PARA ENCONTRAR CLIENTES?

e-CHEIDE TEAM

¡¡AL RESCATE!!



¡¡PONEMOS NUESTROS SUPERPODERES A TU SERVICIO!!



¡¡MISS PANTONE
AL RESCATE!!

Diseño gráfico e
imagen corporativa



¡¡MISTER NET
AL RESCATE!!

Desarrollo web
y marketing online



¡¡CODENMASTER
AL RESCATE!!

Aplicaciones en
entorno web



www.echeide.com

DE MISTERIOS ASOMBROS Y ALGO DE HUMOR

Parte II

José Gregorio González

Dando continuidad a la crónica que iniciamos en el número anterior de Chinegua —y que puedes leerla haciendo click en el QR— rescatamos nuevas historias inéditas en las que el misterio se sitúa, de forma muy especial, en la frontera de lo increíble. Algunas son pintorescas, rozando lo cómico, pero siempre aleccionadoras.

El día que encontramos la aguja

Nuestro anecdotario se nutre de inusuales instantes. Hace unos siete años junto a mi querido amigo Luis Javier Velasco, desafiamos con arrojo a la probabilidad. Regresábamos en coche al muelle de Agaete cuando le comenté, algo distraído, que había un viejo caso de encuentro con humanoides de los años sesenta, ocurrido en Santa María de Guía, en el que me gustaría indagar en el futuro. «Isabel» era la vaga referencia de la que disponíamos. Velasco me espetó un «ya que vamos de camino» Y fue así como entramos en Guía, aparcamos donde pudimos, tocamos alegremente en el portal del edificio más cercano y preguntamos a una desconocida por otra desconocida total, «ya qué estamos». El desenlace de la escena fue tan desconcertante como el caso que pretendíamos investigar, aquella amable mujer era ¡la cuñada de la persona a la que buscábamos! De los 14.000 guinenses y las más de seis mil

viviendas del pueblo, dimos en la diana a la primera. La historia del humanoide rojo que flotaba dentro de una bola de luz ya la contaremos en otro momento.

Doña Lula somos los de la tele

Con el experto en cultura guanche y tradicional oral Fernando Hernández, hacia el año 2011, pateábamos los altos güimarreros de El Escobonal en busca de testigos de un episodio mítico ocurrido a mediados de siglo, Los Miedos de Frías. Lo íbamos a grabar para televisión, para nuestro espacio «Canarias Mágica». Teníamos la referencia de Doña Lula, quien estaba avisada y nos esperaba en su domicilio pasado el mediodía. Aquel día el calor y la sequedad eran infernales.

Dimos con la casa y allí estaba Lula, sentada en la sala con la puerta abierta cogiendo fresquito y departiendo con la vecina. «Hola, somos de la tele», le dijimos. Ella, con un toque apacible y sin demasiado interés nos replicó, «Ah, sí, pues ahí la tienen, no sé qué le pasa», mientras señalaba al televisor de la sala. Ni periodista, ni curiosos, para ella éramos los técnicos de la tele. Por cierto, el caso de los miedos de Frías fue una pesadilla para dos familias y mantuvo en vilo al pueblo, con objetos que se movían por los aires, piedras doradas que llovían del cielo o la comida saliendo despedida de los platos.

EL REGISTRO HORARIO PARA LAS EMPRESAS



Consejos del gestor

- Seguramente, muchos de nosotros estemos conforme, con la necesidad de disponer de una norma que regule el horario de la jornada laboral, puesta en marcha desde mayo del 2019.

Esto ha generado mucha incertidumbre, inseguridad y dificultad para su puesta en marcha.

Consiste en controlar el tiempo efectivo de trabajo realizado por los trabajadores en la empresa, esto conlleva a corregir la situación de precariedad, bajos salarios que afectan a muchos de los trabajadores que sufren abusos en su jornada laboral.

Es necesario que el empresario quiera saber las horas que trabajan sus trabajadores y al mismo tiempo todo trabajador

quiere estar seguro de que su horario se ajusta a su acuerdo con la empresa y las horas extras se deben declarar y pagar.

Es cierto que el modelo de registro horario escogido en nuestra legislación, no es el más adecuado, es imposible aglutinar todos los sectores de actividad con el mismo sistema de registro horario, cuando existen multitud de actividades laborales realizadas fuera de un centro de trabajo y la norma no recoge ni desarrolla concretamente esa actividad.

Quizá una declaración de responsable, hubiera bastado, evitando las complicaciones que este modelo genera a las empresas, trabajadores y a la propia Administración.

ES NECESARIO QUE EL EMPRESARIO QUIERA SABER LAS HORAS QUE TRABAJAN SUS TRABAJADORES Y AL MISMO TIEMPO TODO TRABAJADOR QUIERE ESTAR SEGURO DE QUE SU HORARIO SE AJUSTA A SU ACUERDO CON LA EMPRESA Y LAS HORAS EXTRAS SE DEBEN DECLARAR Y PAGAR.

En la puesta en marcha de este nuevo sistema, las empresas han necesitado un periodo de adaptación, pasando por elegir el tipo de formato, negociaciones con el comité de empresas (para el caso de los que están obligados) y periodo de aprendizaje y adaptación.

Es por ello que la Inspección de Trabajo debe de actuar con la suficiente sensatez para ayudar y al mismo tiempo para sancionar en el caso de conductas indebidas.

«La introducción del registro de jornada debe contribuir a corregir la situación de precariedad, bajos salarios y pobreza que afecta a muchos de los trabajadores que sufren los abusos en su jornada laboral». 



CLAVIJO
RODRÍGUEZ
gestoría administrativa

- Asesoría Contable y Fiscal
- Asesoría Laboral
- Asesoría Jurídica
- Gestoría Administrativa
- Patentes y Marcas
- Tramitación de Subvenciones
- Auditoría (Clavijo Auditores)
- Servicios Financieros
- Asesoramiento Marketing
- Asesoría Informática

CONTACTO

Carretera General O' donnell,
Nº 4 - SC/ de Tenerife, 38004

Carretera General del Norte,
Nº 34 - Tacoronte, 38350
gestclavijo@gestores.net

Calle O' daly
Nº 10 S/C de La Palma, 38700

Tlf: 922.563.518

www.asesoriaclavijo.com



FRENOS

principal **sistema de seguridad** de cualquier **vehículo**

► Todos los sistemas de seguridad que incorpora nuestro coche son importantes, pero si hay uno que es realmente decisivo para evitar el accidente es el sistema de frenos.

Un conocimiento básico del funcionamiento de este sistema nos va a ayudar a interpretar posibles señales de avería y además a concienciarnos de la importancia de su mantenimiento.

Para comenzar, debemos entender que el mecanismo de frenado se compone de rozamientos. Lo que a la larga produce desgaste. Sin embargo, es posible alargar la durabilidad de este sistema, mediante las siguientes recomendaciones.

1 NO RETRASAR LA FRENADA

Con esto nos referimos a que anticipes las frenadas. Tanto frente a curvas como semáforos, entre otros. Mientras más se tarde en realizar esta acción, más intensa o fuerte será lo que se traduce en mayor roce o fricción.

2 OJO CON LAS BAJADAS EXTENSAS

En caso de situaciones de bajadas muy prolongadas y pronunciadas, aconsejamos accionar los frenos muy

suavemente desde el comienzo de la misma con el objetivo de no alcanzar gran velocidad; y no tener que frenar con tanta potencia.

3 ENFRIAR SISTEMA DE FRENOS

Están diseñados para soportar altas temperaturas, pero si se les somete a calor de forma prolongada, éstos comienzan a fallar. Por lo que, después de mucho uso se recomienda conducir a una velocidad muy constante, para utilizar los frenos lo menos posible. De esta forma ayudaremos a su refrigeración.

4 RENOVAR LÍQUIDO DE FRENO

Lo óptimo es cambiar este componente cada dos años, con cierta cantidad de kilómetros recorridos, porque con el uso, el líquido pierde sus propiedades.

Independientemente de que las pastillas de frenos estén funcionales, debemos cambiar el líquido de freno (de forma separada); con la renovación, podrán soportar mejor el calor y con ello la vida útil aumentará.



Si notas ruidos y vibraciones, distancia de frenado más largas, pedal de freno muy duro y/o esponjoso: ES MOMENTO DE ACUDIR A CANOSERV.



CanOserv

FRENTE AL AYUNTAMIENTO

LA MATANZA

Avda. Tinguaro 21-A 38370 La Matanza de Acentejo

CONTÁCTANOS

922 58 14 81
616 05 17 64



DESCARGA NUESTRA AGENDA CULTURAL

ENE

FEB

MARABR

MAY

JUN

JUL

AGO

SEP

OCT

NOV

DIC

ag en da DEL OCIO TENERIFE

Agenda del Ocio de Tenerife es una web app móvil imprescindible para informarte de la actividad cultural y de ocio de Tenerife, donde puedes acceder al listado de eventos organizados de forma cronológica, permitiendo filtrar por categorías, edad o municipio.

Además de los eventos, la aplicación muestra los lugares de interés ordenados según la proximidad al usuario.

El servicio incluye la función «Favoritos», que permite guardar los eventos seleccionados, una buena idea para que cada usuario pueda hacer una agenda a su medida.

Además de los eventos culturales que organizan las entidades municipales, los impulsores del proyecto apuestan por potenciar las actividades realizadas por colectivos y entidades no gubernamentales para poder aglutinar la mayor oferta posible.

A partir de ahora ya no tienes excusas para planificar y aprovechar al máximo tu tiempo libre.

La aplicación es gratuita y está disponible para iOS y Android. 



Descarga la APP:



¡Ocio y cultura en un Click!

app.agendadelocio.com

PSSST...!



TENEMOS UN ESPACIO RESERVADO PARA TÍ

Página completa
17 x 24 cms

1/2 página
horizontal
17 x 12 cms

1 Módulo
7 x 7 cms

1/4 de página horizontal
6 x 17 cms

Distribución bimensual con Diario de Avisos en: Tenerife, La Gomera, La Palma, El Hierro.

ANÚNCIATE YA EN *Chinegua*

Contáctanos: 629 553 069 info@revistachinegua.com



Zapatos con Arte / Zapatos Veganos

DOGGO[®]

Personalize Your Life



www.laranilla.org



S/C de Tenerife
Bethencourt Alfonso 17
@dogotenerife
Tfno: 922894397

Pto. de la Cruz
Mequinez 66
@laranillaespacios
whatsapp: 629553069