

GB

men's lifestyle magazine

N.102

MARZO 2013

www.revistagb.com

VIAJES

PETRA

REPORTAJE

HASTA AQUÍ HEMOS LLEGADO (TÚ Y YO)

DVD ARGENTINA / 7 DÍAS EN LA HABANA ENTREVISTA HECHERES BELTRÁN JUEGOS THE WALKING DEAD: SURVIVAL INSTINCT
CINE THE HOST / LOS AMANTES PASAJEROS / OZ, UN MUNDO DE FANTASÍA MÚSICA DEPECHE MODE / DAVID BOWIE / SUEDE



Miembro del Comité
1r de Desembre y
Cesida

CUIDARNOS ES CUIDARTE

Diseño: perfritsche.com

STOPSIDA
www.stopsida.org

Move
yourself!

Curso de formación de voluntariado

¡MOBILÍZATE! MOBILITZA'T!

Te ofrecemos un curso gratuito de formación para incorporarte a una de las siguientes comisiones de voluntarios:

- **Educadores de calle:** atención de consultas sobre salud sexual en locales gays y zonas de cruising
- **Cibereducadores:** atención de consultas sobre salud sexual a través de Internet
- **Locales:** distribución de materiales y campañas en empresas LGTB
- **Talleres:** facilitar talleres informativos para la prevención
- **Protegersex:** si eres trabajador/a sexual, hombre o mujer transexual, actuar por la prevención en tu ámbito de trabajo

Inscripciones
hasta el 29 de Marzo.

Inicio del curso el 9 de Abril.

Infórmate llamando al 93 452 24 35,

escribiendo a administracio@stopsida.org

o en la web www.stopsida.org ¡Contamos contigo!

Con el apoyo de: 

04 TIPS & TRICKS

Sólo para ti y tus amigos

06 REPORTAJE

hasta aquí hemos llegado (tú y yo)

10 TRAVEL

Descubriendo Petra

16 LIBROS

Entrevista a Hecheres Beltrán

18 VIDEOJUEGOS

Videjuegos para PC y Consolas

20 MÚSICA

Las últimas novedades musicales

22 CINE

La cartelera que nos llegará

24 MÁS ESTRENOS

La cartelera no menos interesante

25 BLUE-RAY Y DVD

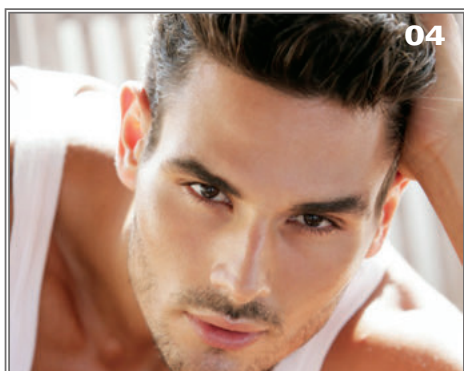
Las últimas novedades en DVD

26 DVD ADULTOS

Lo más caliente para adultos

28 GUÍA GAY

Barcelona. Sitges. Girona



EDITA
CONTROL C MEDIA NETWORK, SL
Tel. 937415323 - Fax 931816702
revista@revistagb.com

Depósito Legal B-3309/2004

ISSN 1887-3626

PUBLICIDAD
Ángel Bigorra
angel@revistagb.com
Tel. 616048216

PROHIBIDA LA REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL DE LOS
ARTÍCULOS Y /O FOTOGRAFÍAS DE ESTA PUBLICACIÓN
SIN AUTORIZACIÓN EXPLÍCITA Y POR ESCRITO DEL EDITOR

NOTAS DE PRENSA
Notas de prensa y comunicados a:
revista@revistagb.com

Portal con toda la información LGTB:

gayBarcelona.net
EL PORTAL GAY DE REFERENCIA

Descarga directa de la revista

1 Million de Paco Rabanne, ahora ¡más intensa!

Si hay un perfume intenso y reconocible a leguas ese es sin duda 1 Million de Paco Rabanne, un perfume de innegable éxito que desde el 2008 lleva siendo un auténtico best seller de la perfumería masculina. Ahora nos encontramos con un aroma aún más intenso y extravagante - **1 Million Intensive** - se mantienen las notas de la rosa y la canela (tan características de la primera versión) y se incorporan el neroli y la manteca de lirio que le darán un toque más masculino si cabe. Un perfume apto sólo para otoño y principios de primavera, ¡con el calor puede convertirse en todo un peligro!



Carolina Herrera para hombres deportistas, ¡la fragancia de la temporada!

¿Eres un gran apasionado del deporte? En ese caso no te puedes perder la línea masculina de Carolina Herrera. Un aroma especialmente pensado para ti. **Au de toilette Sport Carolina Herrera Men** es una apuesta perfecta para los amantes del deporte que no quieren renunciar a la elegancia y al buen gusto. Una fragancia fresca y ligera que combina notas olfativas procedentes de la salvia, la bergamota, el sándalo, el vetiver, y la pimienta y el elenbro de Sechuan. El resultado de esta genial combinación es un perfume marino, refinado y sensual, pero al mismo tiempo también muy refrescante. Muy recomendable para los chicos más naturales que buscan un aroma moderno, atemporal y elegante.

Pedro Almodóvar, nueva imagen de las Galeries Lafayette de París

Pedro Almodóvar será la nueva imagen de las famosas y glomuosas **Galerías Lafayette de París**, en su división masculina **L'Homme**. Una campaña que va a poner a nuestro director de cine más ilustre en el punto de mira de medio mundo. La imagen para el anuncio fue tomada por el fotógrafo Jean-Paul Goude. Según Galeries Lafayette, "la personalidad fuera de lo común, el espíritu vanguardista y la sensibilidad al estilo del director" van en la línea de la filosofía de la empresa.

Elegantísimo, con esmoquin, abrigo de cuello de piel y zapatos de charol, el director posa sonriente frente a una silla que lleva su nombre, con el guión de su nueva película entre las manos. ¡Te queremos Pedro!



Adidas y Nike apuestan por los colores que serán tendencia para esta próxima temporada: Azul y Blanco, ¡El Mediterráneo al poder!

Las apuestas seguras son el mejor refugio para tiempos de crisis como los que vivimos. Esto lo saben las grandes marcas, por eso tanto Nike como Adidas apuestan por diseños vintage, con esa pizca de rediseño que aportan las nuevas tecnologías y lo culmina usando los colores refugio, el blanco de siempre y el azul, 100x100 Mediterráneo. ¿Puede fallar toda esta fórmula? Imposible.





LA CAFEÍNA TE AYUDA EN TU EJERCICIO FÍSICO

Uno de los mejores suplementos deportivos puede ser encontrado en la cocina de tu casa cada mañana. La cafeína puede ayudarte a levantar más peso y además reducir tu percepción sobre la intensidad y el dolor del ejercicio, de acuerdo a una nueva investigación publicada en el *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*. Y si lo complementas con leche con cacao, que también está en tu cocina, podrías tener en tu propia casa una combinación explosiva para tus músculos.

A los hombres participantes en el estudio se les dio una bebida a la que se le había añadido una cantidad de cafeína equivalente a dos tazas de café para un hombre de 75 kg. Una hora después, los sujetos fueron capaces de completar tres veces más repeticiones de press de banca a un 60% de su capacidad máxima de levantamiento en comparación a cuando hicieron los press después de tomar una bebida placebo. Los mismos sujetos informaron sentir el levantamiento más fácil y tener menos dolor inmediatamente después de terminar la rutina.

Probablemente, esto se deba a que la cafeína bloquea las señales de dolor y fatiga que los músculos envían a tu cerebro después de realizar el duro trabajo de las pesas, dice el autor del estudio Michael Duncan, de la *Coventry University* en el Reino Unido.

Si quieres hacer la prueba, primero debes dejar de lado cualquier alimento con cafeína hasta 12 horas antes de realizar tu rutina (por ejemplo, si te entrenas por la mañana, nada de café, té, chocolate o bebidas con gas después de las 6 de la tarde). De esa manera, la cafeína desaparecerá de tu torrente sanguíneo y conseguirás un impacto máximo con la nueva dosis. Luego, consume cerca de 5.1 mg de cafeína por cada kilogramo de peso corporal (una taza de café tiene alrededor de 100 a 150 mg) una hora antes de realizar tu ejercicio.

Si no te gusta el café, puedes tomar tabletas como Vivarin, que contienen cerca de 200 mg de cafeína por tableta. Preferiblemente, evita las bebidas energizantes.

ALIMENTOS PARA FORTALECER TU PELO

Para tener un pelo fuerte y sano tan importantes son los cuidados externos, como los alimentos que tomamos a diario. Incorporar los adecuados en nuestra dieta es la mejor forma de evitar la caída (excepto que sea por factores genéticos y hormonales), estimular el crecimiento y dar brillo y buen aspecto a nuestro cabello.

De lo que comemos depende que la raíz de nuestro cabello esté bien alimentada, sin olvidar que también es fundamental una correcta hidratación, así que para empezar ya tenemos un motivo más para **beber litro y medio de agua al día**, que además de **mantenernos en forma** hace que tanto la piel como el pelo se vean mucho mejor.

VITAMINAS DEL GRUPO B, LAS IMPRESCINDIBLES

Si queremos tener un cabello sano no pueden faltar en nuestro cuerpo las vitaminas del Grupo B, entre las que se encuentra la famosa Biotina (seguro que os suena de la polémica sobre el uso del champú para caballos) que desde fuera poco puede hacer, pero por dentro sí que contribuye a fortalecer el cabello.

Estas vitaminas las podéis encontrar en la levadura de cerveza (un par de cucharadas en copos al día van fenomenal), la soja, los cereales integrales, el germen de trigo, las semillas (especialmente de girasol), las patatas, el brócoli o las nueces. Con ellas activamos la creación de queratina, y también están presentes en el tomate (en más cantidad en zumos, ketchup o salsas), en los aguacates o las legumbres.

Tampoco pueden faltar los alimentos ricos en ácido fólico (vitamina B9) que están presentes en la quinoa, los espárragos, la remolacha, las espinacas, la escarola o las naranjas que también aportan Vitamina C, fundamental para la formación de colágeno, que da elasticidad al pelo evitando que se rompa.



Hasta aquí hemos llegado (tú y yo)

DESDE LOS PRIMEROS TIEMPOS, LOS ARISTÓCRATAS CONCERTABAN SUS MATRIMONIOS PORQUE SUS FORTUNAS DEBÍAN ESTAR A SALVO DE ALGO TAN VOLUBLE COMO EL AMOR. NO ES QUE EL AMOR NO EXISTA (DECIR ESO DE QUE “SE LO HAN INVENTADO LOS GRANDES ALMACENES” ES UNA FALTA DE RESPETO A LA ESENCIA HUMANA), ES QUE SIEMPRE HEMOS SABIDO QUE EL AMOR –SI LO DEJAMOS A SU AIRE- ES ALGO QUE PUEDE NACER Y MORIR VARIAS VECES EN UNA SOLA VIDA... AUNQUE NO LO QUERAMOS ACEPTAR. Y, DE ESO, HABLAREMOS HOY: DE CUANDO EL AMOR SE EXTINGUE.

por **Gabriel J. Martín**, psicólogo. Especialista en psicología del hombre gay - www.gabrieljmartin.com / elblogdegabrieljmartin.blogspot.com.es

EL CICLO NATURAL DEL AMOR

¿El amor es para siempre? No. Sí. Eso depende de entre quiénes. En principio, las investigaciones nos dicen que el amor tiene un ciclo con una duración más o menos definida. Se han realizado estudios interculturales y, en todas las culturas estudiadas, los resultados vienen a ser similares: el amor comienza, se prolonga durante unos años, se comienza a desgastar... y se acaba. O no. Todos hemos oído eso de que “el amor dura 7 años” y, aunque esta aseveración parte de unos estudios estadísticos, no puede ser considerada más que un resumen poco elaborado. Esta cifra proviene de la cifra media de años que duran los matrimonios en las sociedades (occidentales y no occidentales) en las que el divorcio existe y nos da una indicación de los plazos sobre la duración de los sentimientos románticos básicos. Algunos autores (como Helen Fisher) defienden que éste es el tiempo que se tarda en engendrar y criar un bebé humano hasta que ya es lo suficientemente maduro como para que la madre no necesite más ayuda en la crianza y el padre pueda desaparecer. Así, en unos siete años, nos enamoramos con pasión, nos deseamos, nos relacionamos sexualmente y, en el caso de los heterosexuales, engendran a un bebé. Cuando la criatura ya puede destetarse y comer por sí sola, la pareja ya no necesita seguir unida.

Entonces... ¿no hay amor para siempre? Claro que lo hay, pero no viene de serie. En el enamoramiento vienen la pasión, el deseo, la necesidad de estar junto al otro, el tormentazo hormonal que nos hace volvernos locos de deseo y que nos hace creer que nuestra relación es única y perfecta... y punto. No hay

más. Si no nos lo curramos, no hay más. El amor para siempre es fruto, única y exclusivamente, de un trabajo maduro que dos personas realizan coordinadamente para mantener viva la pasión que sienten el uno por el otro, así como la gratificación que les supone compartir sus vidas. El amor para siempre es un esfuerzo. Probablemente uno de los más agradecidos que puedas realizar (pocas cosas hay mejores que despertar junto al hombre que amas día tras día), pero un esfuerzo al fin y al cabo. Y si tú eres un pelín de tocarse los huevos... mejor vete buscando abogado para que te lleve tu futuro divorcio.

LOS ELEMENTOS DEL AMOR

Una vez en Yale, hubo un psicólogo lo suficientemente aburrido (perdón, quise decir “motivado”) como para plantearse en serio hacer una macroinvestigación sobre el amor. Cuando el psicoanálisis fue desmontado y defenestrado por la psicología científica, en uno de esos movimientos pendulares de la historia de la ciencia, el mundo de la investigación se pasó al extremo de considerar “*objeto de estudio de la psicología, exclusivamente, aquellas conductas observables y, por tanto, cuantificables*”. Así que los estados afectivos (incluyendo, naturalmente, el amor), fueron excluidos del campo de la psicología. Sin embargo, a partir de la revolución de la psicología cognitiva y gracias a la aparición y depuración de técnicas, instrumentos de medida y diseños experimentales, comenzó a investigarse sobre el mundo emocional como parte innegable de la experiencia humana. Pero no desde la introspección de diván ni desde la elucubración, sino desde el diseño



experimental, la correlación estadística y la medición fisiológica. Total (hay que ver lo que me enrolla a veces, ¿verdad?), que a un buen señor se le ocurrió investigar a fondo sobre el amor. Ese señor fue Robert Sternberg e inició su investigación a comienzos de los años ochenta (debo decir que también fue presidente de la APA y es uno de los psicólogos más relevantes de la psicología contemporánea). Aunque tienes más información sobre su trabajo en mi artículo "Oh, el amor" (Revista Gay Barcelona nº 82, julio-2011, pp. 16-19), te recordaré que Sternberg encontró que las relaciones que verdaderamente funcionan son aquellas que incluyen tres elementos: pasión, intimidad y compromiso.

- **Pasión** no se refiere solamente al deseo sexual sino también a la necesidad de la presencia del otro. Esta presencia puede ser "psicológica" y, por eso, cuando estamos enamorados, siempre tenemos a nuestra pareja en mente.

- **Intimidad** tienen que ver con la transparencia de la relación, con el conocerse bien el uno al otro. Tiene que ver con ser uno mismo acompañado del otro.

- **Compromiso** no se refiere a una obligación que te impones. Compromiso tiene que ver con un proyecto de vida que se siente compartido, con algo que ambos viven como "bueno" y por el

que deciden apostar. Tiene que ver con un nuevo sistema de valores donde aquello que tenga que ver con tu novio, o marido, ocupa un lugar prioritario (aunque no excluyente) en tu vida. Precisamente sobre el compromiso pivota el éxito de una relación y su capacidad para sobrevivir al decaimiento natural de la pasión.

¿CÓMO HACER QUE FUNCIONE TU PAREJA (Y NO CARGÁRSELA EN DOS TARDES)?

El doctor John Gottman es uno de los expertos mundiales sobre el mundo de las relaciones de pareja. Su libro "Siete reglas de oro para vivir en pareja" aparte de tener un título un poco estúpido que te hace pensar que el contenido será poco más que palabrería de autoayuda (a veces los editores, por aquello de vender, se pasan), es un manual muy completo acerca de los factores que predicen el éxito de una relación sentimental. El problema con estos factores, es que no acostumbran a ocurrir de manera fortuita y, si los dos miembros de la pareja no están entrenados en estas habilidades, se hace difícil que la relación termine fructificando. Alguno de estos factores son casi de Perogrullo pero otros no tanto y conviene recordarlos. Te los



resumo a la vez que te aconsejo que leas el libro porque, aunque escrito a partir de experiencias de parejas heterosexuales, su contenido es perfectamente aplicable a nuestras relaciones sentimentales. Así, en las relaciones que funcionan a largo plazo:

1. La pareja se conoce perfectamente (alto grado de intimidad). Conocen las preferencias, aversiones, aficiones, etc. del otro. Cada uno de ellos posee una gran cantidad de información relevante sobre su novio.
2. La pareja se esfuerza por mostrar su afecto y cultivar la admiración mutua. Es muy difícil superar las dificultades propias de la convivencia con alguien a quien no admiras realmente y sin hacer demostraciones de afecto que dejen claro el deseo de que el amor esté por encima de las dificultades.
3. La pareja potencia la empatía y el acercamiento. Hacen cosas juntos (incluso las más triviales son importantes en este sentido) y siempre se muestran próximos y, sobre todo, disponibles para el otro.
4. La pareja se influye mutuamente. Sin perder las personalidades propias (de lo contrario, ¿qué ibas a admirar del otro?) pero permitiéndose ser permeables a las ideas y modos de actuar respectivos. La pareja termina siendo algo más que

la suma de sus individualidades. La cercanía y el influjo crea una forma conjunta de ver el mundo y comportarse.

5. La pareja sabe distinguir cuáles son los problemas resolubles e irresolubles. Se aplican en solucionar constructivamente los primeros y son capaces de pasar por alto los segundos sin recriminarse (puedes negociar la decoración del salón pero, en los encuentros familiares, te tocará aguantar a tu cuñado, ¡es lo que hay!) La pareja “entrena” en la resolución de conflictos. Aprende los modos en los que no debe (y en los que sí) abordar una discusión con su pareja.
6. La pareja se esfuerza por no estancarse: por un lado tiene proyectos compartidos en los que ambos se implica y esfuerzan. Por el otro lado, intentan salir de la rutina y alivianar los conflictos perennes.
7. La pareja tiene un cierto sentido de trascendencia, de que su relación es importante y prioritaria en sus vidas, de que están unidos por algún propósito y que su biografía juntos guarda un hilo conductor que los lleva a una mayor felicidad (ancianos, jubilados, recorriendo el mundo o cultivando hortensias en el balcón de casa). Comparten un proyecto de vida.

Ya sé que no es sencillo cumplir con todas estas “reglas”. Pero no lo es porque no nos ha entrenado para ello. No se nos educa para convivir sino para ser más fuertes y exitosos que los demás. Si, para nosotros, es un valor la vida en pareja quizá es bueno que demos con alguien que lo sienta así también y con

quien hablar mucho del esfuerzo consciente que se debe realizar para ser mejor marido (o novio) de lo que nos han enseñado a ser. En un mundo donde los gays, todavía, no tenemos demasiados referentes acerca de cómo debe ser la convivencia en pareja, somos una generación a la que le toca aprender (y enseñar) mucho.

Con todo lo anterior, el éxito de vuestra relación dependerá de que os impliquéis ambos en hacer que funcione porque, de lo contrario, el paso del tiempo traerá la pérdida de la intensidad emocional propia de aquel enamoramiento primigenio y, si ya no queda pasión y no habéis construido un romance juntos, entonces ya no os quedará nada por lo que manteneros unidos.

QUEDARME SIN TI...

Solamente he presenciado una ruptura amistosa en mi vida y fue la de dos amigos que llevaban años sin amarse. Nadie pensó que se separarían ya que nunca discutían. Lo cierto es que nunca discutían porque no tenían nada que decirse y ya no se importaban. Su separación fue amistosa porque su relación llevaba meses, quizá años, muerta. Cada vez que un paciente me dice *"quiero terminar con él como amigos"* le contesto que eso es imposible a no ser que ya se hayan convertido en amigos. Mientras quede amor (o resentimiento) por cualquiera de las dos partes, eso de ser amigos es un deseo bastante utópico. De hecho, a la hora de elaborar el duelo por la separación, lo mejor es que no estéis demasiado cerca.

Un duelo por ruptura es un "duelo por fracaso". Yo distingo dos tipos de duelo: éste y el "duelo por tragedia". La diferencia está en algunos de los procesos que se llevan a cabo y, principalmente, en el origen de aquello que nos ha desencadenado el duelo. En el duelo por tragedia no podíamos hacer nada por evitar lo que nos duele (no se puede evitar un terremoto que derruye nuestra casa ni se puede evitar que muera alguien). En el duelo por fracaso, parte de la responsabilidad del suceso doloroso recae sobre nosotros. Bien porque hayamos sido los responsables de los problemas, bien porque no hayamos sabido ser asertivos y evitar que se aprovechen de nuestra credulidad bien, incluso, por no haber sabido mantener la comunicación y el deseo. La cuestión es que ha habido algo que no hemos sabido (o querido) hacer y que eso ha terminado con nuestra relación: hemos fracasado. A partir de ahí, se inicia nuestro proceso de duelo.

Helena Àngel, psicóloga (y compañera en el IESP), explicaba hace poco en la radio que, en el proceso de ruptura, suelen sucederse seis etapas: shock, tristeza, búsqueda de las causas, resignación, reconstrucción y resolución. Estas etapas pueden observarse con cierta claridad y, en conjunto, conforman un proceso necesario para poder tomar conciencia de que una parte de tu vida ha terminado para siempre y que debes obligarte a diluir los lazos con esa persona si es que quieres poder seguir adelante... lo cual no es fácil. En general, la situación emocional es muy turbulenta y lo mismo lloras por haberlo perdido, que lo colgarías de los huevos por todo lo que te ha hecho (aunque lo uno o lo otro será más probable en

dependencia de si eres el abandonado o el que abandona).

Si tú eres el abandonado, es muy probable que pases mucho tiempo llorando su ausencia. El amor tiene mucho que ver con una droga y ser abandonado desencadena un síndrome de abstinencia que necesita ser afrontado. Hay quienes se inflan de bombones. Hay quienes, en lugar de sustituirlo con chocolate, van directamente en busca del sexo para no pensar en lo que les está sucediendo. Hay quienes lloran su pena solos ante el mar o haciendo uno de esos viajes "iniciáticos" con los que luego se escriben novelas (o posts de un blog, ejem). Hay quienes tiran de amigos y familiares para que les ayuden a soportar el dolor. Hazlo como te dé la gana: pero no reprimas tu sufrimiento. Actualmente vivimos en una cultura que cercena nuestras emociones negativas cuando, éstas, tienen una función muy importante. De hecho, la expresión pública del dolor es un mecanismo efficacísimo para reducir los niveles de ansiedad y para que el dolor se aminore. El apoyo social es otra de las mejores formas de reducir el sufrimiento. Emplea tus propios recursos para expresa el dolor: llora, escribe, canta fados... y rodéate de amigos que te escuchen expresarlo y que te den ánimos (*que tú vales mucho, que ése no te merecía...*). Claro que no es necesario ¡ni aconsejable! anclarse en el dolor o la tristeza, pero sí es bueno permitir su expresión para sentir el alivio de canalizarla. A partir de un tiempo prudencial, es bueno entender por qué ha sucedido lo que ha sucedido y, en caso de que observes algo de responsabilidad en ti, a veces sienta bien "hacérselo mirar". En consulta he encontrado muchos casos de hombres que, tras una sucesión de fracasos sentimentales, quieren saber qué están haciendo incorrectamente, qué es lo que siempre les acaba llevando a relacionarse con hombres tóxicos o de una manera dependiente. Eso te ayudará mucho a culminar el proceso de duelo puesto que te motivará a cerrar esa etapa. De cualquier modo, tanto si tuviste responsabilidad como si no, permítete la tristeza y canalízala. Poco a poco irás recuperando las ganas de salir y retomar tu vida. Sólo te daré un consejo: tente paciencia (que te la mereces).

¡SE ACABÓ!

Si, por el contrario, tú eres el que dejas, ¿cómo decirlo? ¡Qué marrón te ha caído! Hay algo que los gays no llevamos demasiado bien: ser el malo de la película. Sospecho que porque todos intentamos ser "maricones *pero* buenas personas" y nuestra homofobia interiorizada nos juega una mala pasada. No te das cuenta, pero una parte de ti está pensando que "ser el malo" te hace ser "peor" porque ya había algo en ti que era malo (¡maricón!) cuando lo cierto es que (a) ni, naturalmente, es malo que seas homosexual y (b) mientras expresas tus necesidades de manera respetuosa, nada hay de malo en ello. Incluso si esa necesidad se refiere a romper una relación que ya no puedes mantener. Al fin y al cabo, si estás con alguien es para hacerle inmensamente feliz así que, si no puedes, mejor déjale la libertad para que encuentre a otro hombre que sí lo haga.

Esto de los esquemas mentales es un problema para muchos gays (dale un repasito a "Te romperé los esquemas", Gay



Barcelona 101, febrero 2013, pp. 6-11) porque sentimos como si determinadas acciones no hicieran sino confirmar una mala concepción de nosotros mismos (por eso lo de "maricón *pero* buena persona") y, si hay un esquema que los gays tenemos grabado en la frente como un estigma, es el de "culpable". Culpable de ser gay, de no poder cambiar, de tener un sexo promiscuo, de no ser capaz de mantener una relación estable. Culpable, culpable.. culpable. Siempre la misma historia. Claro que hay gente mala: ¡ser maricón no te hace ni bueno ni listo!, pero no todo el que se siente culpable es tan culpable como se siente. La responsabilidad suele ser compartida en el 90% de los casos así que, en lugar de machacarte, simplemente repítete a ti mismo: "*yo di el paso, pero la situación ya solamente nos hubiese traído sufrimiento*". Incluso si la relación aparentemente era buena, tú no estabas bien y no eras feliz. Eso es suficiente para no continuar con algo que vives como un sinsentido. No puedes estar con alguien por pena. Tampoco por miedo a no encontrar a otro hombre. En ambos casos estamos hablando de un problema con tu autoestima que merecería ser tratado.

PORQUE... ¿PARA QUÉ SEGUIR?

Una relación sentimental es una suma de momentos gratificantes. Cuando se pierde la gratificación por estar junto a la persona que amas es un buen momento para replantearte si vuestra relación no necesitará que os la trabajéis un poco para

que vuelva a ser un motivo de alegrías. Si estáis en el punto en que la relación causa más disgustos que gustos y se convierte en fuente de frustraciones para cualquiera de ambos, las opciones que os quedan son la terapia de pareja o la separación.

En este último caso, llegados al final lo mejor es poner tierra de por medio. Recuerda aquello que decía sobre que solamente he visto una ruptura amistosa en mi vida. Es difícil acabar bien cuando alguno sigue amando o cuando alguno ha sufrido tanto que se ve obligado a poner fin a la relación. Si queréis ser "adultos y civilizados", en lugar de forzar el ahogamiento de vuestra rabia (una rabia normal ya que se está sufriendo y eso siempre nos frustra y enfada), mejor permitíos canalizarla de forma constructiva. El problema es que resulta realmente difícil canalizar constructivamente una rabia con, precisamente "el culpable" de la misma cortándose las uñas de los pies en el cuarto de baño de tu casa (joder, y anda que si deja los calzoncillos sucios en el suelo...). Para comportaros como adultos, lo mejor es que no tentéis a la suerte. La postura más madura siempre es la más realista. Y lo más realista, en estos momentos, es asumir que ninguno de vosotros vais a tener el "*chocho pa farolillos*" así que actuad en consecuencia y daos un tiempo donde no os veáis. Además, si uno de los dos sigue enamorado, seguir viendo al hombre al ama le va a dificultar tremendamente el poder salir de ese estado de shock ya que no va a poder tomar consciencia de que, verdaderamente, lo vuestro se ha acabado. Piensa que es muy cruel vivir al lado de



un hombre que amas, un hombre cuyo contacto necesitas más que cualquier otra droga y cuyos abrazos y besos te niega sistemáticamente “*por el bien de los dos*”. Eso por no hablar de si te enteras de que se ha enamorado de otro ¡qué hecatombe! Así que sed adultos y poned tierra de por medio, es lo mejor. No se puede terminar como amigos si queda amor. Sólo se puede esperar a que el tiempo cierre las heridas y, cuando os reencontréis (pasados los meses), convertiréis lo vuestro en amistad. En una buena amistad. Pero no ahora.

Vivid en casas diferentes, romped el contacto por completo (Whatsapp, Twitter, Facebook, Line ¡todo!) y, en caso de necesitar arreglar papeles o repartir objetos y muebles, mejor con mediadores. Una buena estrategia es pactar un “*cese temporal de la convivencia*” donde viváis separados. Arreglado de forma que durante, al menos, dos semanas o un mes, podáis dejar de veros y, cuando pasado ese tiempo los ánimos estén más calmados, arreglad papeleos, repartos, etc. Es realmente difícil tomar decisiones con los ánimos encendidos. Ni siquiera nuestro cerebro puede razonar objetivamente cuando estamos cabreados. Si queréis un buen final con un buen acuerdo, dejad pasar un tiempo suficiente para que se os pase el, por otra parte lógico, enfado. Los hombre somos así: la tristeza nos provoca enfado porque no nos gusta sentirnos tristes. Tenemos que asumir lo que somos... al fin y al cabo tampoco es tan malo que uno pase una racha malhumorado ¿no crees? Pues eso, que te tengas paciencia y que respetes tus tiempos.

Uno aprender sobre el amor viviéndolo. A menudo no es fácil establecer un vínculo profundo cuando tu biografía ha estado muy carente de vínculos profundos con personas por las que te hubieses sentido incondicionalmente aceptado. Es difícil aprender a hablar el lenguaje del amor cuando nadie te ha enseñado ese lenguaje. Es más difícil aún dialogar en esa lengua si a los demás gays tampoco nos han enseñado a hablarla. A veces, nuestras relaciones, parecen un galimatías de personas hablando idiomas distintos. Pero somos flexibles y podemos aprender. Y podemos hacerlo muy rápido. Siempre existe la posibilidad de encontrar a alguien que quiera aprender a demostrarte su amor por ti con aquellas manifestaciones que mejor entiende tu corazón. Y tuyas hacia él. Siempre hay que intentarlo... y puede suceder. Pero si no ha sido en esta ocasión: tranquilo. No te quedes estancado. Finaliza una relación que no os hace felices y daos la oportunidad de serlo con otros hombres. Te será más fácil si tú te quieres a ti mismo y no aceptas sucedáneos en tu vida. Siempre te lo digo ¿verdad? Claro que sí: quíete mucho, maricón.

Para saber más:

Fisher, H. (2007). Anatomía del amor y del divorcio. Anagrama.
Fisher, H. (2004). ¿Por qué amamos? Taurus.
Gottman, J. & Silver, N. (2001). Siete reglas de oro para vivir en pareja. Random House Mondadori.
Sternberg, R. (1988). The triangle of love. Basic Books.



Patrimonio de la Humanidad y una de las Siete Nuevas Maravillas del Mundo

Descubriendo Petra

EL REINO HACHEMITA DE JORDANIA ES UNA TIERRA DE CONTRASTES Y DE GRAN BELLEZA. JORDANIA, QUE EN SU DÍA CAUTIVÓ A ANTIGUOS AVENTUREROS, CONTINÚA HOY EN DÍA FASCINANDO A LOS ACTUALES VIAJEROS QUE, AÚN SIENDO MÁS EXIGENTES, CAEN RENDIDOS ANTE LA FASCINACIÓN Y EL ENCANTO DE ESTE HERMOSO PAÍS DEL ORIENTE MEDIO. EN ESTA OCASIÓN RECORREREMOS EL SUR DEL PAÍS DESCUBRIENDO LA FASCINANTE PETRA.

Texto y fotografías de **Daniel Prada y David Bigorra**

Se encuentra situada a medio camino entre el Mar Rojo y el Mar Muerto, a 240 kilómetros al sur de la capital de Ammán. Esta extinguida capital nabatea estuvo habitada desde los tiempos prehistóricos. Se calcula que fue en el siglo III a.C.

cuando las tribus nabateas se asentaron en el lugar. En la Antigüedad fue una importante encrucijada para las caravanas comerciales que transitaban entre Arabia, Egipto, Siria y Fenicia.



En parte esculpida en la roca y en parte construida en medio de un circo de montañas surcadas por pasos y angostos desfiladeros, Petra, también conocida como la “ciudad rosa del desierto”, es considerada como uno de los sitios arqueológicos más importantes del mundo. En él se entremezclan las influencias de las tradiciones del antiguo Oriente y las de la arquitectura helenística así como influencias romanas.

Ante todo Petra ha sido siempre un lugar de paso y parada para las caravanas del desierto que llegaban de Irak y Arabia con cargamentos de productos de lujo con destino a los mercados del Mediterráneo. Debido a esto, el sitio se convirtió en un lugar de enterramiento de las tribus nómadas que controlaban las rutas comerciales.

La expansión de la civilización greco-romana aumentó la demanda de bienes de lujo, enriqueció a un pueblo árabe nabateo eminentemente comerciante, lo que hizo posible erigir una ciudad con gran arquitectura monumental y espectaculares construcciones, así como un alto nivel cultural y de conocimiento para la época. Solamente hay que imaginar como debería ser el complejo sistema de canalizaciones que servía, no sólo para

abastecer de agua a sus habitantes, sino también para el mantenimiento de los estanques y jardines de la ciudad.

DESCUBRIENDO PETRA

El inicio del recorrido empieza en el Centro de Visitantes de Petra. De aquí, parte el camino de 800 metros llamado Puerta del Siq (Bab as-Siq). En pocos metros aparecerán las primeras tumbas nabateas. A destacar una con cuatro obeliscos piramidales que representan a las cuatro personas enterradas allí.

EL SIQ

La entrada a la antigua ciudad de Petra se realiza a través del Siq, un estrecho desfiladero de 1.200 metros de longitud rodeado por acantilados que se elevan hasta los 80 metros de altura y que, en algunos puntos, alcanza sólo un ancho de poco más de 3 metros. El simple hecho de caminar a través del Siq es una experiencia inolvidable. Saber que en unos minutos llegarás por fin a ver la majestuosa fachada del Tesoro (Al-Khazneh) hace aún más excitante el camino. Los colores y las formaciones de las rocas son deslumbrantes. Cada rincón y



cada curva es digna de ser observada detenidamente. Este recorrido por el Siq se puede realizar a pie o en distintos medios que los beduinos ofrecen a los turistas, como son los burros, caballos o carretas. Aún siendo cómodos y recomendables, ya que el camino es bastante tortuoso, nunca se disfrutará tanto como realizando nuestra entrada al Tesoro a pie, y deleitándonos metro a metro con el angosto y tortuoso paraje que nos ofrece el desfiladero.

EL TESORO

Cuando llegas al final del Siq, vislumbrarás por primera vez la fachada rosada del Tesoro (Al-Khazneh), la imagen que todos esperamos encontrar en la maravillosa Petra. Esta fachada, esculpida en la propia roca de la montaña de 43 metros de altura y 30 metros de ancho, es una tumba nabatea y en su interior no se encuentra nada más que un sala cuadrada totalmente diáfana de unos 12 metros cuadrados. Actualmente la visita a su interior está limitada.

La fachada del Tesoro se encuentra formada por seis grandes columnas que soportan un frontón. En sus laterales se encuentran dos relieves escultóricos que se sospecha que podrían tratarse de Cástor y Pólux, hijos de Zeus. En un segundo

nivel de la fachada se encuentran tres glorietas, siendo la central la que destaca con una gran urna y bajo ella, una estatua en relieve de Isis, la Diosa egipcia de la fertilidad. Sobre la glorieta derecha se encuentra una gran águila que simboliza una deidad masculina nabatea.

El nombre Kazneh significa "tesoro" y viene de la creencia beduina acerca de que un faraón egipcio (otras versiones hablan de un rey nabateo) que era persiguiendo por su enemigo, escondió su tesoro en la urna que corno la fachada. Ante la imposibilidad de llegar a ese punto, durante años, la fachada fue disparada insistentemente con la esperanza de que en alguno de aquellos disparos hicieran caer joyas y monedas de oro de la urna.

LA ANTIGUA CIUDAD

Siguiendo el tortuoso camino, en pocos metros aguarda la entrada a lo que era realmente la ciudad de Petra. A partir de este momento son innumerables los puntos de interés que se encuentran, sin citar lo que está pendiente aún de excavar por los arqueólogos.

Todas las construcciones excavadas en las rocas que se encuentran a partir del Tesoro y en dirección a la ciudad, son en



su mayoría tumbas y templos, siendo conocido este tramo como la Vía de las Fachadas.

El primer punto de parada obligatoria es el Teatro. Fue construido por los nabateos con una capacidad inicial para 4.000 espectadores. Posteriormente, fue ampliado por los romanos excavando en la roca, llegando a tener un total de 45 gradas y se estima que unos 7.000 asientos.

Siguiendo el arenoso camino, destacan las Tumbas Reales en la montaña Al-Khubtha. Se imponen ante el espacio abierto de las ruinas de la ciudad de Petra. Estos sepulcros de reyes nabateos ofrecen una idea aproximada de la grandeza y el esplendor vivido en la ciudad de Petra en su época de más apogeo.

La Vía Columnada se levanta siguiendo la calzada original que construyeron los romanos en el año 106 d.C. Parte de ella aún perdura. Las columnas a ambos lados daban cobijo a los puestos de mercaderes. Actualmente sólo se conservan parcialmente las columnas de uno de los lados. En su inicio, se encontraba una gran fuente pública.

Al final de la vía se encuentra la Puerta del Témenos, de la que se conservan parcialmente sus grandes pilares. Esta puerta daba entrada al patio sagrado del templo principal de Qasr al-Bint. El

más importante de Petra. En esa misma zona se encontraban los baños nabateos, el Palacio Real y algunos templos.

El último gran lugar que es imprescindible visitar es el llamado Monasterio (Al-Der), a las afueras de la antigua ciudad de Petra. Su acceso es el más difícil y reservado para el viajero incansable. Se puede realizar a pie, si aún te quedan fuerzas, o en burro. Un camino tortuoso de más de 800 escaleras y pendientes irregulares, dan acceso al punto más alto de Petra, el Monte Aarón. Poco más de una hora son necesarias para realizar el complicado ascenso si decides realizarlo a pie; en burro son unos 40 minutos pero tendrás que negociar el precio antes si no quieres llevarte una sorpresa. El Monasterio es el edificio más grande y antiguo de Petra, construido en el siglo II a.C. Destacan de él su gran puerta y, sobre ella, su inmensa urna de 10 metros de diámetro. En su interior hay una única sala con un gran nicho en la pared del fondo y un altar en el centro al que se accede por medio de unos irregulares escalones laterales. Pero merece la pena.

Más información:

D. Bigorra & D. Prada (2013) *"Descubriendo el Sur de Jordania"*, en iBookstore de Apple

ENTREVISTA: Hecheres Beltrán

ODISEA DIGITAL, la nueva colección de Odisea Editorial, pone el futuro en tus manos. Para celebrar esta nueva colección contamos con una firma de lujo: Hecheres Beltrán, ganador del VII Premio Odisea de Literatura. Tras cinco años de largo silencio el autor canario regresa con una sorprendente novela totalmente distinta a lo que nos tiene acostumbrados. Para que no tengas miedo es una bella fábula, repleta de aventuras y hazañas, que lucha contra la intolerancia y la cobardía de las personas.

Han sido cinco años de silencio tras la publicación de tu último trabajo, Billete de ira y vuelta, ¿cómo ha sido el regreso a la escritura o no has dejado de escribir durante todo este tiempo?

Mi último trabajo en solitario fue "La rebelión de Eva", en 2009, editado por Lamed, una historia sobre la guerra de sexos llevada al extremo; y en 2012, a través de la editorial Continta me tienes, participé en la obra "Aquellos maravillosos años", un libro que refleja casos de corrupción de los últimos diez años de la historia de España. Ahora, en 2013, publico de nuevo con Odisea otra novela así que, como ves, no he parado de escribir.

¿Cómo surgió la idea de "Para que no tengas miedo"?

Surgió al ver la película de Disney "Tiana y el sapo". Es la primera vez que una de las famosas princesas Disney es negra, y dentro de un ambiente tan conservador como el del estudio, me pareció un paso bastante grande. Se me ocurrió escribir una historia que tuviera el sabor de esos cuentos con los que todos hemos crecido y cuyo protagonista fuera homosexual.

¿A quién va dirigido Para que no tengas miedo?

A todo aquel que busque algo diferente dentro de la denominada "literatura gay". A los que no han dejado de ser niños, disfrutan con los dibujos animados y las historias de fantasía. A los que quieren pasar un rato agradable.

¿Qué te parece que tu nueva novela se edite primero en formato digital?

Me parece una forma fantástica de llegar a más gente, no sólo el precio es más asequible sino también el formato es más cómodo para la lectura y el almacenamiento. Además, se ahorra papel, muy importante para evitar la deforestación. Lo único malo es que ¡no se puede firmar!

¿Crees que los ebooks son el formato del futuro? ¿Acabaran matando al papel?

Creo que el papel no morirá nunca por dos razones fundamentales: es el único soporte de información que no necesita de un aparato para acceder a su contenido y es el único que tiene, en casi todos los ámbitos, validez legal. Otra cosa son las novelas en papel, que sí creo que acabarán desapareciendo o se editarán muy pocas. Llegará un momento en el que su uso electrónico se extenderá tanto que no valdrá la pena editar libros en papel.

¿Qué otros proyectos tienes en mente para el futuro?

Siempre tengo proyectos nuevos, ideas que me rondan la cabeza esperando que les de salida pero nunca hablo de ello. Soy un poco supersticioso en ese sentido, me gusta hablar de lo que ya se ha materializado y no de los proyectos que aún están en pañales. Pero sí, espero que haya historias de Hecheres Beltrán para rato.



LA REVOLUCIÓN DE LOS EBOOKS



www.odiseaeditorial.com

Chicos Contacto Chicos®

803 432 097

Más de 1300 chicos
conectados cada día



PAGA DE FORMA
SICURA Y RÁPIDA
902 472 473
VISA

www.chicoscontactochicos.es

+18años.Precio max.(IVA incl): Red fija: 1,21 €/min.Red Mov:1,57 €/min.
CALL HOUSE, SL Apdo.Correos18220.28080 Madrid



THE BRAND NEW STYLISH CREATION BY

TÓN VANGARD

tonvangard.com hairspatontvangard.com facebook.com/tonvangard
Diputació, 191 [corner Muntaner] 08011 Barcelona 93 453 79 72

VIH
ITS

SÍGUENOS EN:
[facebook.com/bcncheckpoint](https://www.facebook.com/bcncheckpoint)

EL VIH y otras ITS están incrementando.
Además, se han reportado diversos brotes de
hepatitis C y linfogranuloma venéreo (LGV),
especialmente entre hombres VIH positivos

¡Házte controles con regularidad!



bcn checkpoint
VIH-SIDA-ITS-SEXUALIDAD-HOMBRES-SALUD

Infórmate y pide cita al:
933 182 056
www.bcncheckpoint.com

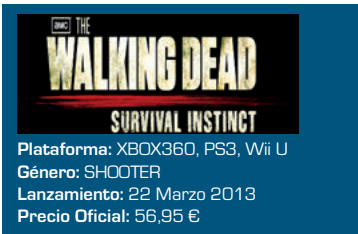
Comte Borrell, 144-144 (Metro-Urgell) 08015 Barcelona

METRO
DISCO

BAJO TIERRA...
ESTARÁS EN LA GLORIA

SEPÚLVEDA 185 - BARCELONA
ABIERTO TODOS LOS DÍAS

www.metrodiscobcn.com facebook metro disco bcn



The Walking Dead: Survival Instinct es un videojuego de acción en primera persona basado en la exitosa serie de televisión The Walking Dead, ganadora de un Premio Emmy. El videojuego recrea la experiencia trepidante y la sensación de acorralamiento de la serie. En el papel del misterioso superviviente Daryl Dixon - ballesta en mano-, el jugador deberá atravesar el estado de Georgia acompañado de su hermano Merle, en busca de las tierras supuestamente seguras de Atlanta. Únete a los hermanos Dixon en esta aventura post-apocalíptica donde ningún lugar es seguro. Las decisiones tienen consecuencias. Toma las elecciones adecuadas para permanecer vivo. Gestiona tus recursos. Consigue provisiones y munición para sobrevivir. La clave: la supervivencia. Los caminantes pueden escucharte y olerte. Obra con cautela para no atraer a las hordas.



Antes de convertirse en un Dios... Kratos fue un hombre. Prepárate para explorar los orígenes de Kratos mientras intenta romper su pacto de sangre con el dios griego Ares en esta precuela épica. Seis meses después del engaño que lo llevó a matar a su mujer y su hijo, el joven Kratos es condenado a una vida de locura con las Furias, encerrado en una prisión titánica para los condenados en vida. Armado con las cuchillas de doble cadena, Kratos deberá enfrentarse a las criaturas más oscuras de la mitología mientras resuelve complicados rompecabezas en una búsqueda despiadada por la salvación. Disfruta de la nueva precuela de esta saga de éxito, que presenta una extensa campaña para un jugador, un renovado sistema de combate y nueva acción multijugador.



DADDIES - CHASERS - GRIZZLIES - CUBS
MUSCLEBEARS - ADMIRADORES
Y AMIGOS EN TU BEAR BAR
EN EL CENTRO DEL GAYXAMPLE



Bacon Bear Bar
Casanova 64, Barcelona. (España)

La Estrella

RESTAURANT CAFETERIA

*Gran Variedad
en Carta*

*Carnes y Mariscos
Gallegos*

MENÚ MEDIODIA: 9'5€ (lunes a viernes)

MENÚ NOCHE: 10'6€ (lunes a jueves)

VIERNES NOCHE, SÁBADO Y DOMINGO: 12'6€



Aragón 185 - BCN (esquina Muntaner)
Reserva de mesas: 93 323 01 49

*"... porque tú sabes que es mejor recibir una atención especializada,
estaré encantado de que cuentes conmigo".*

Terapia individual – Talleres grupales – Seminarios

Homofobia interiorizada, Ciclo vital y sus crisis
Pareja, Gestión emocional

Gabriel J. Martín
Psicología del hombre gay. Col. 18.259

Petición de consulta: 932 155 883. Más información: info@gabrieljmartin.com



Suede / BLOODSPORTS

"Bloodsports" es el sexto álbum de *Suede*, el primero desde 2002. Nos sorprenden con su primer single oficial, "It starts and ends with you". Brett Anderson, el frontman y cantante del grupo comenta acerca del disco: "Hay guitarras, hay baterías, hay bajo, hay más guitarras y hay algo de gorgorito desafinado pero lo más importante es que hay canciones. Algunas de las mejores que hemos hecho últimamente".

"Después de un año de sudar y sangrar, el disco finalmente está acabado, así que queríamos lanzar algo de música tan pronto como pudiéramos", explica Brett Anderson. "'Barriers' no es el primer single, pero estamos bastante orgullosos de él para sacarlo y pensamos que es vibrante, está lleno de romanticismo y de alguna manera resume la sensación del álbum bastante bien. El álbum se llama 'Bloodsports'. Trata de la lujuria, trata de la persecución, trata del juego sin fin del amor carnal. Posiblemente sea el más duro que hayamos hecho nunca, pero sin duda es el más satisfactorio. Sus diez furiosas canciones recuperan, para mí, lo que siempre ha sido Suede: drama, melodía y ruido". Ha contado también con la colaboración en las labores de producción de Ed Buller de Psychedelic Furs.



Justin Timberlake / THE 20/20 EXPERIENCE

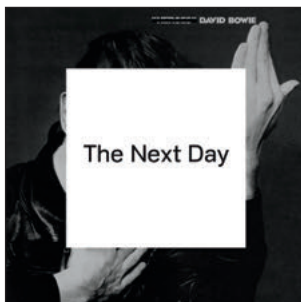
"Suit & Tie" con Jay Z, es el primer single del disco de Justin Timberlake para 2013. Compuesta por Justin Timberlake, Timbaland, Shawn Carter, y James Flautleroy y producida por Timbaland, Justin Timberlake y Jerome "J-ROC" Harmon. La canción es el primer avance del nuevo y esperado álbum de Timberlake, *The 20/20 Experience*, que se publica en RCA Records.

Este será el esperado regreso, después de caer en el olvido musical y de sus incursiones en la gran pantalla. Veremos qué tal.



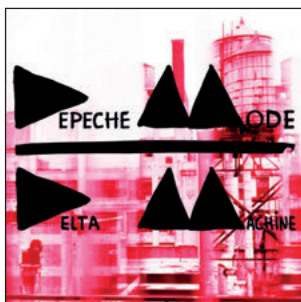
David Bowie / WHERE ARE WE NOW?

"Where are we now?" es el single con el que se presenta "The next day", el álbum de regreso de *David Bowie*, el primero en 10 años. Producido por un colaborador habitual como Tony Visconti, "Where are we now?" fue compuesta por Bowie, y grabada en Nueva York. El material de este álbum es muy duro y maravilloso, y si la gente busca al Bowie clásico lo encontrará en este álbum, y si busca al Bowie innovador, nuevas direcciones, también va a encontrar eso en este álbum.



Depeche Mode / DELTA MACHINE

"Delta Machine" es el 13 álbum de estudio de Depeche Mode. "Estoy muy contento con el resultado de este álbum" comenta Martin Gore. "La música tiene una energía similar a la de *Violator* y *Songs of Faith and Devotion* y creo que las nuevas canciones están entre las mejores que hemos hecho". Gahan dice: "El álbum es muy orgánico y directo. No es un álbum de blues pero tiene mucha alma. Durante la grabación tratamos de incorporar más elementos de la puesta en escena y de los conciertos, involucrándolos en el disco".



Restaurante El Bierzo a Tope



UN PEQUEÑO RINCÓN DE LEÓN EN BARCELONA

Menú de Mediodía de 9,50€ y de Fin de Semana de 13,75€ - Especialidades en: Cordero al horno, carnes y productos del Bierzo

**VEN A PROBAR LA NUEVA CARTA DE INVIERNO 2013 XXL
¡TE SORPRENDERÁ!**



Diputación, 159 - 08011 Barcelona - Tel. 93 453 70 45

Nuevos tratamientos en **no+vello**

fotodepilación con tarifa plana

reductor anticelulítico

Elimina la grasa localizada y combate la celulitis. Reduce de 1 a 3 cm.

reafirmante corporal

Recupera la firmeza de tu piel dejándola mucho más tersa y saludable.



activo facial

Tratamiento facial que mejora y potencia las necesidades de tu piel de forma personalizada.

blanqueamiento dental

Recupera el blanco original de tus dientes. ¡Aclarando hasta 8 tonos!



“PRUEBA GRATUITA”

**20% DE DESCUENTO
EN FOTODEPILACIÓN**

**CON LA PRESENTACIÓN
DE ESTE CUPÓN
PROMOCIÓN EXCLUSIVA
DE NO+VELLO
CONSEJO DE CIENTO 218**

DESCÚBRELOS EN:

Horario de lunes a viernes de 10.00 - 21.00
Sábados de 10.00 - 15.00

Consejo de ciento 218
(esquina casanova)

Teléfono 934543206 y 691207174
mailto:eixample@nomasvello.com

TRATAMIENTO	PRECIO/SESIÓN
BLANQUEAMIENTO DENTAL	30€*
REAIRMANTE CORPORAL	15€*
ACTIVO FACIAL	15€*
REDUCCIÓN VOLÚMEN	15€*

* Ver condiciones en www.nomasvello.es

OZ, UN MUNDO DE FANTASÍA

Dirección: Sam Raimi

País: USA **Año:** 2013

Género: Fantasía **Estreno:** 8-03-13

Intérpretes: James Franco, Mila Kunis, Rachel Weisz, Michelle Williams

Duración: 130 min.

Oscar Diggs, un mago de circo de poca monta, es arrojado desde la polvorienta Kansas al reluciente País de Oz. Está convencido de que le ha tocado el premio gordo y que la fama y la fortuna están a su alcance. Pero las cosas cambian cuando conoce a tres brujas: Theodora, Evanora y Glinda, que no están nada convencidas de que Oscar sea el gran mago que todo el mundo estaba esperando. A su pesar, Oscar

debe enfrentarse a los enormes problemas que tiene el País de Oz y a sus habitantes, y tendrá que descubrir quiénes están de su lado y quiénes son sus enemigos antes de que sea demasiado tarde. Utilizando sus juegos de magia con ingenio, fantasía y algo de brujería, Oscar no sólo se transformará en el grande y poderoso Mago de Oz sino también en un hombre mejor.



THE HOST (LA HUÉSPED)

Dirección: Andrew Niccol **País:** USA

Año: 2013 **Género:** Ciencia Ficción

Estreno: 08-02-13

Intérpretes: Saoirse Ronan, Diane Kruger, William Hurt, Jake Abel, Max Irons

Duración: 95 min.

Nuestro mundo ha sido invadido por un enemigo desconocido. Los seres humanos se han convertido en huéspedes de los invasores, que se han apoderado de sus mentes manteniendo el cuerpo intacto. Casi toda la humanidad ha sucumbido a esta invasión. Cuando Melanie, uno de los pocos humanos «salvajes» que quedan, se ve capturada, está convencida de que ha llegado su fin. Wanderer, el «alma» invasora asignada al cuerpo de Melanie, ya está avisada de las dificultades que implica vivir dentro de un ser humano: las emociones irrefrenables, el torrente de sensaciones, los recuerdos demasiado vívidos... Pero hay algo con lo que Wanderer no contaba: la antigua inquilina de su cuerpo se niega a cederle el control de su mente. Cuando unas fuerzas externas obligan a Wanderer y a Melanie a aliarse, ambas emprenden una peligrosa búsqueda del hombre al que aman.



1 x 9,95€
3 x 25€



REBAJAS

XIV PREMIO ODISEA



DVD



O.Z serie completa



Dante's Cove pack 1ª, 2ª y 3ª temporada



The Lair pack 1ª, 2ª y 3ª temporada



Ralf König



1 x 6€
3 x 15€



~~39,95€~~
19,95€



~~39,95€~~
19,95€



~~29,95€~~
12,95€



~~29,95€~~
15,95€

~~89,95€~~
49,95€

~~49,95€~~
24,95€

~~39,95€~~
29,95€

~~39,95€~~
29,95€



16€
2 cajas
5€



15€
6 uds
9€



Todo lo que quieras a un click de distancia

www.lifegay.com

Pelayo, 30 - Madrid

Tel. 91 532 96 52



LAS FLORES DE LA GUERRA

Dirección: Zhang Yímou
País: China **Año:** 2013
Género: Drama
Estreno: 8-03-13
Intérpretes: Christian Bale, Ni Ni, Xinyi Zhang, Tianyuan Huang, Xiting Han
Duración: 146 min.

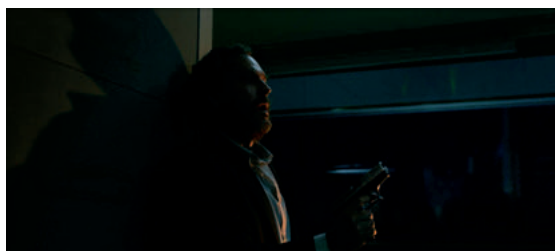
En 1937, la ciudad de Nanking es el principal frente de la Guerra entre China y Japón. John Miller llega a una iglesia católica para preparar el entierro de un sacerdote. A su llegada, el joven norteamericano, que trata de aprovecharse de las necesidades de la guerra, se ve convertido en el único adulto entre un grupo de alumnas que viven escondidas en el convento. Poco después, buscarán refugio en la misma iglesia varias prostitutas de un burdel cercano.



LOS ÚLTIMOS DÍAS

Dirección: David y Àlex Pastor
País: España **Año:** 2013
Género: Aventuras
Estreno: 27-03-13
Intérpretes: Quim Gutiérrez, José Coronado, Leticia Dolera, Marta Etura, Ivan Massagué
Duración: 115 min.

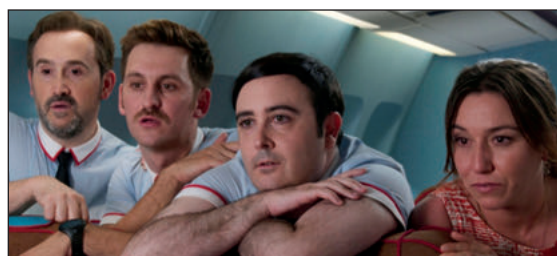
De forma inexplicable, toda la población del planeta queda atrapada en edificios y espacios cerrados, incapaz de salir al exterior. Se inicia una batalla por la supervivencia de consecuencias imprevisibles para el futuro de la humanidad. En una Barcelona apocalíptica, Marc (Quim Gutiérrez) emprende una odisea en busca de Julia (Marta Etura), su novia desaparecida.



LOS AMANTES PASAJEROS

Dirección: Pedro Almodóvar
País: España **Año:** 2013
Género: Comedia
Estreno: 8-03-13
Intérpretes: Penélope Cruz, Antonio Banderas, Paz Vega, Blanca Suárez, Carlos Areces
Duración: 100 min.

Un grupo de personajes variopintos viven una situación de riesgo dentro de un avión que se dirige a Méjico. La indefensión ante el peligro provoca una catarsis generalizada que acaba convirtiéndose en el mejor modo de escapar a la idea de la muerte. Esta catarsis, desarrollada en tono de comedia desaforada y moral, llena el tiempo de confesiones que les ayudan a olvidar la angustia y a enfrentarse al mayor de los peligros: el que cada uno lleva dentro de sí mismo.



ANNA KARENINA

Dirección: Joe Wright
País: UK **Año:** 2013
Género: Drama
Estreno: 15-03-13
Intérpretes: Keira Knightley, Kelly Macdonald, Aaron Johnson, Jude Law, Matthew Macfadyen
Duración: 129 min.

ANNA KARENINA es la nueva y atrevida visión cinematográfica de la épica historia de amor dirigida por Joe Wright, adaptada por el oscarizado Tom Stoppard ('Shakespeare in love') a partir de la gran novela de León Tolstói. La actriz Keira Knightley, nominada por la Academia de Hollywood, y los productores Tim Bevan, Eric Fellner y Paul Webster, también nominados por la Academia, vuelven a colaborar por tercera vez con el director después de las taquilleras 'Orgullo y prejuicio' y 'Expiación: Más allá de la pasión'.





ARGO

“Argo” se centra en el año 1979 en Oriente Medio, durante la ocupación de la embajada de los Estados Unidos por parte de los iraníes. Tras la toma de la embajada, la CIA montó una operación de rescate junto con el gobierno canadiense para extraer a seis diplomáticos de EE.UU.

Dirección: Ben Affleck **Género:** Intriga **Interpretes:** Ben Affleck, John Goodman, Bryan Cranston, Alan Arkin **Duración:** 129 min.



LOOPER

En 2072 los asesinatos están prohibidos y los objetivos son enviados a través de una máquina del tiempo al pasado, al año 2042, donde existen los Loopers, que se encargan de acabar con ellos. Uno de los mejores es Joe, hasta que recibe un nuevo objetivo del futuro: él mismo.

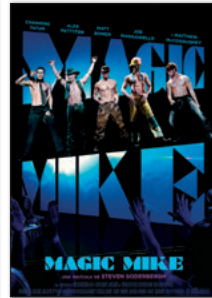
Dirección: Rian Johnson **Género:** Acción **Interpretes:** Bruce Willis, Joseph Gordon-Levitt, Emily Blunt **Duración:** 118 min.



VACACIONES EN EL INFIERNO

Driver es capturado por la policía mexicana e internado en una cárcel extraña y peligrosa. Un lugar donde la corrupción y la violencia están a la orden del día. Sin embargo, pronto se encontrará con un chaval de 10 años que conoce las reglas con las que poder sobrevivir allí dentro.

Dirección: Adrian Grunberg **Género:** Acción **Interpretes:** Mel Gibson, Peter Stormare, Dean Norris **Duración:** 96 min.



MAGIC MIKE

Magic Mike lleva años dominando el escenario del Club Xquisite con su original estilo y sus imponentes movimientos. Un día Mike se fija en un joven llamado The Kid al que decide apadrinar y enseñar todos los secretos de las fiestas y el dinero fácil. Todo va bien hasta que aparece Brooke.

Dirección: Steven Soderbergh **Género:** Comedia **Interpretes:** Channing Tatum, Matthew McConaughey **Duración:** 110 min.



SINISTER

Ellison es un novelista de éxito que por casualidad se encuentra fragmentos de película de cine en su casa. Tras analizarla, cree que con ella podría desvelar cómo y porqué murió una familia años atrás en su propia casa. Irá descubriendo pistas horribles, poniendo a toda su familia en peligro...

Dirección: Scott Derrickson **Género:** Terror **Interpretes:** Vincent D'Onofrio, Ethan Hawke, Michael D'Adario **Duración:** 110 min.



COSMOPOLIS

New York está en shock, la era del capitalismo se acerca a su fin. Eric Packer, un chico de oro de las finanzas se mete en una limusina blanca. A medida que pasa el día, el caos se instala, y el observa sin poder hacer nada como su imperio se colapsa. Está seguro de que alguien va a asesinarle.

Dirección: David Cronenberg **Género:** Drama **Interpretes:** Robert Pattinson, Sarah Gadon, Paul Giamatti **Duración:** 109 min.



SHANGHAI

Cuando el agente secreto Paul Soames llega a Shanghai para investigar el asesinato de su mejor amigo, rápidamente se ve inmerso en una trama de conspiración y mentiras. Acechado por la inteligencia japonesa, la investigación se centra rápidamente en un carismático gánster local.

Dirección: Mikael Häfström **Género:** Thriller **Interpretes:** John Cusack, Jeffrey Morgan, Chow Yun Fat **Duración:** 105 min.



ELSEWHERE (DESAPARECIDA)

Sarah es una estudiante brillante y Jillian, por el contrario, es una chica rebelde que siempre está metida en problemas. Deseosa por escapar del pequeño pueblo donde crecieron, Jullian se pasa el tiempo conociendo hombres online. De repente, y sin avisar, ésta desaparece.

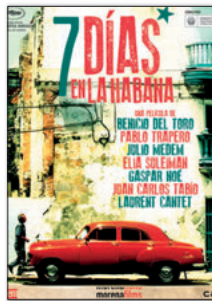
Dirección: Nathan Hope **Género:** Thriller **Interpretes:** Anna Kendrick, Paul Wesley, Tania Raymonde **Duración:** 94 min.



EL FRAUDE

Robert Miller es un magnate que en la víspera de su 60 cumpleaños parece el perfecto retrato del éxito americano. Pero tras los muros de su mansión, Miller está con el agua al cuello, desesperado por vender su imperio a un banco antes de que quede expuesto un fraude que ha cometido.

Dirección: Nicholas Jarecki **Género:** Thriller **Interpretes:** Richard Gere, Tim Roth, Susan Sarandon **Duración:** 107 min.



7 DÍAS EN LA HABANA

Un retrato contemporáneo de una ciudad ecléctica y vital, compuesto por siete capítulos dirigidos por Laurent Cantet, Benicio Del Toro, Julio Medem, Elia Suleiman, Juan Carlos Tabío, Pablo Trapero y Gaspar Noé. Cada director, a través de su sensibilidad ha sabido capturar la energía de La Habana.

Dirección: Varios **Género:** Drama **Interpretes:** Josh Hutcherson, Daniel Brühl, Jorge Perugorria **Duración:** 129 min.



ABDUCTION

Jet Set

Nos vamos a la mazmorra con las cadenas, los culmpios, las cuerdas, los collares de perro y los arneses. Todo está listo para que estos pobres inocentes niños prueben los placeres de la sumisión y de ser usados como meros agujeros.



LOVER'S LANE

Kristen bjorn

Sabemos que eres un romántico por mucho que te vuelvas loco por una buena polla con venas como macarrones. Por eso no puedes dejar de escapar este nuevo título con una sucesión de polvacos.



MADRID SEXY

Falcon

No lo pueden remediar. Se hacen los dignos pero al final todos terminan viniéndose a rodar a España. No sólo porque van a tener sol, sino porque los tíos están muy buenos. Como muestra tienes a los chicos de Falcon que se han venido a Madrid.



PISS TAKERS

Dirty Fuckers

Si eres un aficionado de los deportes acuáticos tienes que hacerte con este título. Dos dvds cargaditos de las mejores escenas protagonizadas por esta chavalería que, tras ser reventados por todos los orificios por donde una polla puede meterse...



SEDUCTION

Ayor

Hacemos una escapadita romántica a la cabaña de la montaña. Que si yo te quiero más, que no, que te quiero yo más, besitos de gnomo y demás almíbares pasamos a otras actividades más interesantes.



THE DREAMBOY HOTEL: ON LEAVE

Eurocreme

Ya conoces este hotel. Hace tiempo que este grupo de chavales decidieron montar este particular hotel en el que sólo hay jovencuelos con ganas liarla parda en cuanto tienen oportunidad.



USED URINAL BOYS

Boynapped

La disciplina inglesa tiene una fama ganada a pulso y no tienes más que echar un vistazo a este título para comprobarlo con tus propios ojos, y oídos, sí, porque o bajas el volumen, o ...



TOUGH & TENDER

Lukas Ridgston

Si te preguntan qué más les podrías pedir a estos niños de Bel Ami seguramente sería que te enseñasen su lado más bruto. Siempre les ves con esas caras angelicales pero en realidad si se lo proponen pueden dar miedo.

sex store

CITY OF LOVE

leather - rubber - bears - fetish



disfruta un huevo

Tenga Eggs desde 5€



¿cuál es tu código?

Jockstraps desde 12,50€



terapia de relajación

Selección de lubricantes y relajantes anales



un sueño hecho dvd

Dvds desde 4€



hazte con las últimas NOVEDADES

FlipHole, We Vibe, Fun Factory, Nexus, Lelo...

ABIERTO TODOS LOS DÍAS - OPEN EVERY DAY

Hortaleza, junto al nº 18 - Tel: 91 181 27 23

SAUNA

GALILEA

4 PLANTAS DE PLACER

www.sauna-galilea.es

DARKROOM - CABINAS CON TV - CINE
INTERNET - JACUZZI - SAUNA FINLANDESA
BAÑO TURCO - BAR

LUNES Y MIÉRCOLES 12€

MARTES Y JUEVES (DÍA DEL CLIENTE) 10€

**VIERNES, SÁBADOS, DOMINGOS Y
VÍSPERAS DE FESTIVOS (TODO EL DÍA)
15€ + CERVEZA**

DE 18 A 25 AÑOS 5€

DE 25 A 30 AÑOS 8€

BONO DE 11 ENTRADAS 110€

HORARIO
de lunes y jueves
de 12h00 a 00h00
Viernes, Sábados y
Domingos, 24 horas

**MASAJES TODOS LOS DÍAS
A PARTIR DE LAS 16H.**

1H. 40€

1/2H. 20€

**PRESENTANDO
ESTE CUPÓN
8€**

**CALABRIA, 59 - BARCELONA
TEL. 93 426 79 05**

Chicos Contacto Chicos®

803 423 395

Más de 1300 chicos conectados cada día



www.chicoscontactochicos.es



+18años. Precio max (IVA incl): Red fija: 1,18€/min Red Mov: 1,53€/min.
CALL HOUSE, SL Apdo. Correos 18220, 28080 Madrid



23

POP VANG

TON VANGARD

DIPUTACIÓ, 191 (santini) - BARCELONA - 934 637 972
 tonvanguard.com • fanpage@tonvanguard.com • facebook.com/tonvanguard

34

METRO disco

**bajo tierra...
estaras en la gloria**

SEPÚLVEDA, 185 - BARCELONA
 www.metrodiscobcn.com

02

La Estrella
RESTAURANT CAFETERIA

*Gran Variedad
en Carta*

*Carnes y Mariscos
Gallegos*

Aragón 185 - BCN (esquina Muntaner)
 Reserva de mesas: 93 323 01 49

SAUNA

GALILEA

4 PLANTAS DE PLACER

CALABRIA 59 - BCN

13

Restaurante El Bierzo a Tope

Diputació, 159 - 08011 Barcelona
 Tel. 93 453 70 45

11

SAUNA

ABIERTO DE
15.00H A 22.00H

REQUESENS 18
 17600 FIGUERES
 TEL. 972 511 705

11

CASTRO

**CATERING
EXQUISITARIUM**

BY CASTRO RESTAURANT

38

**ZEUS
SEX SHOP**

Riera Alta, 20 BARCELONA
 info@sexshopzeus.com
 www.sexshopzeus.com

THE EVER CLASSIC JEANS

& BEARS & LEATHER BAR



**Consulta programación
en nuestra web
o en facebook**

www.newchaps.com

facebook

New Chaps

**9 de Marzo
80's 90's Sessions
Dj. JCDi**



Abierto cada día de 21 a 03. Viernes y sábado hasta 03:30 - Open every day from 21 till 03. Friday & Saturday till 03:30
DIAGONAL 365 (ENTRE PAU CLARIS I ROGER DE LLÚRIA)BCN - TEL. 93 215 53 65

LA EXPERIENCIA CASTRO MEDITERRANEAMENTE

Abierto todos los días de 13h a 16h y de 20h a media noche
Domingos sólo cenas

SÍGUENOS EN **facebook**



Nueva Carta de Primavera

**VEN A DEGUSTAR NUESTRA EXTENSA CARTA DE TAPAS: TAPA DEL DÍA, TAPAS FRITAS, TAPAS CALIENTES O POSTRES DE TAPAO
TAMBIÉN PUEDES PROBAR NUESTROS COMBINADOS: CÓCTEL Y TAPA DEL DÍA**



CASANOVA, 85 - RESERVAS 93 323 67 84 - WWW.CASTRO-BARCELONA.ES

>> GUÍA GAY DE BARCELONA

>> BARES

03. Bim Bam Bum. Casanova 71
05. Black Bull. Muntaner 64
04. El Cangrejo del Eixample. Villarroel 86
41. Museum Café & Club. Sepúlveda 178
Boys Bar. Urgell 106
Átame. Consell de Cent 257
Bar Cine Arenas. Tarragona 7
Six. Muntaner 6
Chevalier. Diputació 157
Dacksy. Consell de Cent 247
Dietrich. Consell de Cent 255
Infini@. Villarroel 84
La Chapelle. Muntaner 65
La Bambolina (L). Diputació 206
La Rosa (L). Brusi 39
Moeem. Muntaner 11
MAT. Consell de Cent 245
Tu Sabes (L). Marc Aureli 38-40

>> LEATHER & BEARS

01. Bacon Bear Bar. Casanova 64
10. New Chaps. Av. Diagonal 365
Berlin Dark. Passatge Pruneda 18
La Base. Casanova 201

>> SEX SHOPS

38. Zeus. Riera Alta 20
Erotixx. Avinguda de Roma 153
Nostrono. Diputació 208
Sestienda. Rauric 11
Only is Love. Casanova 43

>> SAUNAS

Sauna Galilea. Calabria 59
Sauna Nova Bruc. Pau Claris 87 local
Sauna Buenos Aires. Urgell 114

>> RESTAURANTS

11. Castro. Casanova 85
13. El Bierzo a Tope. Diputació 159
02. La Estella. Aragó 185
33. Neo. Casanova 46
Marquette. Diputació 172
dDivine. Balmes 24
El Berro. Diputació 180
Negro Amaro. Casanova 70
Ne Quid Nimis. Casanova 30
Safir. Muntaner 55

>> TIENDAS / MODA / COMPLEMENTOS

21. ES4U. Casanova 56
Next Level. Diputació 189
Ovlas. Aribau 31
63bis. Casanova 63 bis
NIT. Consell de Cent 233
Spike. Hospital 46

>> REGALOS / GIFTS

Intro Fusion. Decoración. Diputació 163

>> ESTÉTICA / RELAX

Esencial Relax. Consell de Cent 204, E.2ª
20. No+Vello Eixample. Consell de Cent 218

>> PELUQUERIAS

23. Tón Vanguard. Diputació 191
Esclusif. Diputació 159

>> SALUD

28. BCN Checkpoint VIH/SIDA-ETS
 Comte Borrell 164 bajos. Tel. 933182056
44. StopSida. Diputació 183-185
 Tel. 902 10 69 27. Horio de 10-14h y 16-20h.
Aldacris Dental. Clínica Dental.
 Riera Blanca 7, 1ª 2ª. Tel. 93 333 70 22
Sandows. Nutrición y estética. Muntaner 33

>> LIBRERIAS

29. Antinous. Josep Anselm Clave 6
Complices. Cervantes 2

>> ALOJAMIENTOS

Hotel Axel. Aribau 33
Barcelona City Centre. Balmes 60
Hotel California. Rauric 14
Barcelona City Ramblas. Ramblas 133
Barcelona City Urquinaona. Bailén, 13
Barcelona City North. Saragossa 95-97
Barcelona City Hotel Universal. Aragó 281, 2-1
Pensión La Nau. Rda. Sant Pere 53

>> DISCOS

34. Metro Disco. Sepúlveda 185
Cabaret Berlin. Bailen 22

>> SERVICIOS / VARIOS

L'Arc de L'Eixample. Veterinario.
 Muntaner 64
Ricardo de la Rosa. Abogado.
 Benet i Mateu 57 bajos

>> INFORMACIÓN FLT B

48. Programa GLT de la Generalitat
 Paral.lel 52 - Edifici Santa Madrona 4ª plt.
 Tel. 93 552 90 96
Pla Municipal GLT. Av. Diagonal 233, 4ª plt.
 Tel. 93 413 27 47

>> ASOCIACIONES GLTB

AMPGIL.
 Verdaguier i Callis 10
Coordinadora Gai Lesbiana.
 Violant d'Hongria 156. Tel. 932980029
Casal lambda.
 Verdaguier i Callis 10. Tel. 933195550
Col.lectiu Gai de Barcelona.
 Pg. Valari Serra 23. Tel. 609922789
FAGC. Verdi 88 baixos
Gaispositius.
 Violant d'Hongria 156. Tel. 932980642.
Grup d'Amics Gais.
 Gran de Sant Andreu 111. Tel. 620550768
Panteres Grogues.
 Diputació 163

>> GUÍA GAY DE SITGES

>> BARS

Azul. St. Bonaventura, 10
Bear's Bar. Bonaire, 17
Bourbon's. St. Bonaventura, 13
B. Side. Sant Gaudenci, 7
Bukkake Cruise Bar. Joan Tarrida 17
Casablanca. Pau Barrabeig, 5
Comodin. Tacó, 4
Dark. Bonaire, 14
El Candil. Carreta, 9
El Horno. Joan Tarrida, 6
El Piano. St. Bonaventura, 1
Incognito. Europa 16
La Villa. Joan Tarrida 8
Le Male a Bar. Centro Comercial Oasis. L28
La Locacola. Bonaire, 35
Mediterráneo. St. Bonaventura, 6
Man. St. Bonaventura, 19
Marypili. Joan Tarrida, 14

Orek's. Bonaire 13
Parrots Terrace. Pl. Indústria, 3
Privilege. Bonaire, 24
Perfil. Espalter 7
Prinz. Nou 4
Queenz. Bonaire 17
Rubi's. Joan Tarrida 14
Seven. Nou, 7
XXL. Joan Tarrida, 7

>> DISCOS / CLUBS

Trailer. Angel Vidal, 36
Organic. Bonaire, 15

>> RESTAURANTS

Beach House. St. Pau 34
Como el Agua. St. Pere 12
EF & GI. Major 33
El Celler Vell. Bonaventura 21
El Racó de la Carreta. Carrer de la Carreta 7
Ma Maison. Bonaire, 28
Miami. St. Pau, 11
Parrots Restaurant. Joan Tarrida 18
Trull. Pge. M. Fèlix Clara, 3

>> TIENDAS / SHOPS

Boy Zone Fashion. Buenaventura 18
Franc. Parellades, 64
Franc. Espalter 33
Jazz Boutique. Bonaire, 20
Men's Wear Sitges. St. Pere 5
Les Garçons. Sant Gaudenci, 12
Testimoni. Sant Josep, 6
Zona. Parellades 84

>> SAUNAS

Sauna Sitges. Espalter 11
Parrots Sauna. Joan Tarrida 16

>> GUÍA GAY PROVINCIA GIRONA

GIRONA

>> DISCOS

33Club. Ctra. Antiga d'Amer
(al lado de la fábrica Nestlé)
Peach. Ctra. Barcelona 177

FIGUERES

>> SAUNAS
Sparta. Requesens 18

EMPURIABRAVA

>> BARES

Different Pub. Moxó - Los Arcos, 50.

FONT-CLARA

>> ALOJAMIENTO

Exus Natur. Ponent, 8. Fontclara (Palau Sator)

STA. CRISTINA D'ARO

>> DISCOS

Mas Marcó. Ctra. Roca de Malvet

LLORET DE MAR

>> BARES

Bar David. Migdia, 53
Incóginto. Migdia, 44
La Bubu. Areny, 33

>> DISCOS

Arena Costa Brava. Camprodon i Arrieta 35

VULPELLAC

>> DISCOS

Scenik. c/Arbossos10, Nau13.



ET MEREIXES EL MILLOR
TU MERECE LO MEJOR
YOU DESERVE BETTER
SEN DAHA IYISINI HAKEDIYORSUN

**OS INVITAMOS A LA
PRÓXIMA INAUGURACIÓN
16 DE MARZO
a partir de las 22h. > 1h.**

**WE INVITE YOU TO JOIN OUR
OFFICIAL OPENING PARTY
ON 16th OF MARCH
between 22:00 till 01:00**

**Carrer Casanova 46, 08011 - Phone: 93 451 2720
www.neobarcelona.co**





ALDACRISDENTAL

TU CENTRO DE ESTÉTICA DENTAL



¡OFERTA!

**FERULA
DE
DESCARGA**

Sólo 119€

¡OFERTA!

**REVISIÓN
+
HIGIENE COMPLETA**

Sólo 19€

**ODONTOLOGÍA GENERAL - PERIODONCIA - ORTODONCIA - IMPLANTES - PRÓTESIS
RADIOGRAFIAS INTRAORALES GRATUITAS EN TUS VISITAS - REVISIONES GENERALES,
DE ORTODONCIA Y DE IMPLANTES GRATUITAS - PRESUPUESTOS SIN COMPROMISO**

Todas las especialidades son realizadas por profesionales con titulación de Master

MÚTUAS:

Atlàntida
assegurances mèdiques • 1927

Adeslas
SegurCaixa

Sanitas

“MM”
Aresa salud

RIERA BLANCA 7, 1º 2ª -  L5 COLLBLANC - BARCELONA - TEL. 93 333 7022