

# GB

men's travel & lifestyle magazine

N.170  
NOVIEMBRE 2018  
www.revistagb.com

**VIAJES**

**NÁPOLES**

**CUIDADOS**

**TOMAR SAUNA HÚMEDA O HAMMAM**

**REPORTAJE**

**BEARS, CHUBBY'S & ADMIRERS**

**PORTADA**

# LOS CELOS QUE NOS CORROEN

DISCO SHOW PARTY DRINKS FRIENDS FUN

believe  
club

BALMES 56, BARCELONA

23H A 6H ENTRADA LIBRE DOMINGO A JUEVES



*Abierto*  
**365**  
*días al año*



ENJOY  
**SEX**  
& HAVE  
**FUN**


Fotógrafo: Mano Martínez // Modelos: @kensummersxxx / @andystaroficial


**boyberry** CRUISING • FUN • CABINS  
GLORYHOLE • SEXSHOP

CALÀBRIA 96 Barcelona L1Rocafort

DILLUNS A DIVENDRES de 12 a 23h i DISSABTES I FESTIUS de 15 a 00h

[www.boyberry.com](http://www.boyberry.com)

 boyberry

 boyberrybcn

 boyberryworld

**REPORTAJES**

04. *Los celos que nos corroen por dentro*

06. *Bears, Chubby's & Admirers*

**CUIDADOS**

08. *Tomar sauna húmeda o hammam*

10. *¿Por qué se hincha el abdomen?*

**VIAJES**

12. *Nápoles*

**GASTRONOMÍA**

16. *El boniato*

**GADGETS**

18. *Tecnología pensada para ti*

**MODA**

20. *La prenda más otoñal, el cárdigan*

**MUNDO DIGITAL**

22. *Videojuegos y Apps*

**MÚSICA**

24. *Yoko Ono, The Black Eyed Peas*

**CINE**

26. *Venon, Redbad, El fotógrafo de Mauthausen*

**GUÍA DEL AMBIENTE**

28. *Barcelona. Sitges. Girona*

04



06



08



10



12



Descarga directa de la revista



**PUBLICIDAD**  
Dpto. Comercial  
revista@revistagb.com  
Tel. 616 048 216

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

NOTAS DE PRENSA Y COMUNICADOS

revista@revistagb.com

Síguenos día a día desde nuestra cuenta  
de Twitter @revistagb o desde el portal:



¡Descubre nuestra nueva línea  
editorial con nuevos contenidos!

REVISTAGB.COM



# LOS CELOS QUE NOS CORROEN POR DENTRO

ES CASI SEGURO QUE PRÁCTICAMENTE NO EXISTIRÍAN LAS RUPTURAS ENTRE PAREJAS SI LOS CELOS NO EXISTIERAN, PERO POR DESGRACIA, LOS CELOS SON INTRÍNSECOS EN NUESTRO SER.

CONTROLARLOS E INTENTAR MANTENER UNA ACTITUD OBJETIVA Y POSITIVA (A VECES DIFÍCIL) NOS AYUDARÁ A EVITAR FUTUROS PROBLEMAS EN NUESTRA PAREJA.



Los celos, en contra de lo que podría parecer y de lo que sugieren algunas letras de canciones, argumentos literarios o guiones de películas, no siempre son consecuencia de un gran amor, ni indican cuánto se quiere, se necesita o se desea a la otra persona. Llamamos celos a esa manera de control obsesivo que se pone en marcha ante el miedo a perder una "posesión". De nuevo nos encontramos con que los pensamientos pueden desencadenar emociones negativas y su control racional lograría desarticular esa emoción particularmente obsesiva.

Los celos suelen darse en personas dependientes con una frágil autoestima que se sienten terriblemente vacías ante la posibilidad de perder al ser amado. Su vida nunca ha sido cultivada interiormente necesitando constantemente del apoyo de unos u otros para poder proseguir en su andadura. Los celos son su manera de controlar aquello que temen perder previendo en todo momento que la simple posibilidad de "abandono" no llegue a darse. Pero al contrario de lo que esperan, su constante control y desconfianza producen otro efecto. La persona víctima de los celos del otro, se siente cada vez más agobiada y necesita huir de tal aprieto.

Los celos siempre acaban produciendo el efecto contrario del deseado: el receptor de los celos no aguanta más una fidelidad nunca creíble por más justificaciones que lleve acabo y el celoso se siente atormentado por su fijación de ideas y desesperado cuando por fin la consecuencia previsible es la ruptura de la relación tan protigida.

La desconfianza en los propios valores personales crea indefensión y dependencia en los otros. Aman con locura absorbiendo cada milímetro de su amado sin dejar que se abra un minúsculo hueco entre ambas vidas. Presionan hasta agotar permitiendo la fijación de ideas absurdas en su mente de forma obsesiva que desequilibran a cualquiera. No viven ni dejan vivir porque en su temor se olvidan de permitirse gozar. Nunca llegan a estar satisfechos porque la duda siempre está visible en sus retorcidas mentes.

Los celos nunca son positivos porque la persona tiene que creer en sí misma y valorarse sin necesidad de depender exclusivamente de otros para existir. Una relación de pareja en la que exista suficiente espacio para poder disponer de una parcela privada para cada miembro y una común para ambos logrará un mejor entendimiento y equilibrio facilitando el desarrollo de ambos.

## CÓMO CONTROLAR LOS CELOS

**1. Evita pensamientos destructivos** que hacen que el problema de los celos se agrave e intenta sustituirlos por otros de seguridad y confianza que ayuden a frenarlos. Esfuérzate en ser objetivo y aprende a diferenciar lo que son hechos reales de lo que puede estar manipulando tu imaginación. Esto no es otra cosa que tomar verdadera conciencia del problema e intentar hacer algo al respecto.

**2. Procura ser más tolerante** y dejarle su espacio a tu pareja: evita ese impulso irrefrenable que te lleva a estar en todo momento controlando y preguntándole sobre lo que hace y con quien. De esta forma lo único que vas a conseguir es que se sienta cada vez más agobiado y atosigado. Posiblemente sea un tema puntual de necesidad de un poco de privacidad y tiempo "propio" nada más.

**3. Comenta lo que te ocurre a algún amigo de confianza** y pídele consejo. No olvides que ocultar el sufrimiento y negarlo hace que se potencie cada vez más. Los consejos y puntos de vista de otras personas ayudan a analizar lo que nos ocurre de forma objetiva y a encontrar soluciones que tal vez no se nos habían ocurrido. Aquí se puede aplicar el dicho de "cuatro ojos ven más que dos" aunque posiblemente puedes llevarte alguna sorpresa.

**4. Reflexiona sobre lo que te ocurre e intenta aclarar tus ideas.** Esto te ayudará a exponer tus sentimientos con sinceridad, a descubrir tus miedos, necesidades, etc. Y una vez detectado el problema procura poner todos los medios a tu alcance para solucionarlos.

**5. Evita utilizar amenazas,** habla claramente de lo que te ocurre, no te ciegues con la rabia e intenta buscar soluciones al problema. Y recuerda, las soluciones son siempre cosa de dos, sino funciona, déjelo correr, lo que hagas tu solo será siempre inútil.

**6. Evita culpabilizar a alguien de lo que te ocurre.** Procura ser responsable de lo que sientes y no olvides que tus actos dependen de ti, y eres la única persona que puede cambiar tu conducta ante lo que estas sintiendo. Sufrir celos de forma moderada es una respuesta emocional normal, pero, sentirlos de manera exagerada y descontrolada lo convierten en algo patológico. Esto es señal de que a nivel psicológico hay algo que no va bien.



## BEARS, CHUBBY'S & ADMIRERS

**No a todo el mundo le gusta el estereotipo gay fashion**

Somos conocedores de cuáles son las características del estereotipo de belleza masculina de hoy en día (discutible y cada vez más cuestionada). Ser gordito, peludo, barbudo, pelado o con canas, un tío sin amaneramientos, sin que importe la edad o el temor a expresar las emociones tal y como son, sin tapujos... todo aquel que no se identifica con el estereotipo simplemente no crea beneficio alguno. Por este motivo, los que no son ni piensan así crearon sus propios espacios. De este modo nacieron los osos. Si se quiere poner en aprietos a un experto en algo, sólo hay que preguntarle la definición del objeto de su especialidad. A un biólogo sobre qué es la vida, o a un empresario sobre qué es una empresa, o a un "osólogo" sobre qué es un oso. Todos tendrán la misma actitud. Empezarán a titubear y esbozarán definiciones aprendidas en algún momento, pero de las que no tienen plena seguridad. Es más, son quienes más seguros están de la certeza de la incertidumbre... Según Bob Donahue y Jeff Stoner, famosos por haber creado todo un esquema de

clasificación osuna, la característica más obvia en un oso es su barba. Luego le siguen el vello corporal, el peso, el "factor de abrazo", etc... En el libro "The New Joy of Gay Sex", el oso típico tiene un aspecto de "hombre rural o del bosque". Generalmente usa barba completa o espesos bigotes. Son hombres muy caseros, que disfrutan realizando trabajos para el hogar y que son unos "manitas" (que nadie busque connotaciones sexuales, que por el momento no las tiene). Son simplemente hombres comunes, y gays. En cuanto a la ropa usan una versión country del estilo de los 70, con énfasis en las camisas de algodón a cuadros o camisetas, con anchos cinturones, enfundando en un pantalón vaquero sus robustas y fuertes piernas calzadas con botas de montaña (realmente, otro estereotipo). Son definitivamente peludos, y muchas veces canosos. Sus cuerpos son fuertes. Los osos son voluminosos, y no sólo están orgullosos de ello, sino que además están ansiosos por mostrarlo. Bíceps, pecho y abdomen grandes... En cuanto a sus traseros, no puede

decirse que fueron modelados en una disco... Se ríen a carcajadas, generalmente están de buen humor, y son excelentes amigos. Prefieren las caricias, los mimos, el cariño que no simplemente sexo, y no olvidar también, que en gran proporción son aficionados al movimiento leather (motivo para otro artículo).

Todo esto es a grandes rasgos, ¿la diferenciación entonces de osos y gorditos cual es? Pues la compatibilidad unidireccional, es decir, un oso es gordito, pero un gordito no tiene por que ser oso. Los gorditos (chubbies) no tienen porque ser peludos, ni vestir a lo "leñador", simplemente están sobrados de peso. Pero se identifican en los mismos gustos y actitudes (alegres, mimosos, etc.) Dentro de la mezcla de estereotipos, podemos encontrar autodenominados osos con cuatro pelitos en el pecho y delgados, a lo sumo ligeramente frondosos (algo discutible, desde el punto de vista estricto de oso). Los "nuevos" osos adaptados al prototipo de gayshas standard, son los muscle-bear, algo parecido a los cachas de toda la vida, con más años y que aún mantienen la obsesiva afición al músculo y además ya no se depilan como en sus tiempos mozos (¡como minino, son realmente osos, y demás con masa muscular!).

El despiece de breas puede alargarse más, hay variantes y cada vez más difícil definirlos. Lo más claro es el tema de los gorditos, aquí no hay ni variantes ni matizaciones necesarias. Los kilos "cantan". Así pues, es falir distinguirlos. Además, por ser más simpáticos y sinceros que el resto de las falsas gayshas estereotipadas que solo viven por su apariencia y el que pensarán de mí. El gordito, hace ya unos cuantos días que le resbala el tema del que dirán y pensarán de mí, por eso, siempre te va a decir las cosas a la cara, directas, sin tapujos. El "hay cari, que bien te veo... estas divino" lo dejan aparcado para las pobretonas "divinas". P.D.: En cuanto al sexo, los osos y los gorditos suelen tenerlo en mucha más cantidad y calidad que las "guapas y divinas". Sus relaciones son más intensas y suelen durar más. En este tema, aplíquese el dicho "dime de lo que alardeas y te diré de lo que careces". Los supuestos guapos y tíos buenos muchas veces no se comen un rosco mientras los osos y gorditos ya están de fiesta en la cama.

#### WEBS CONTACTOS DE OSOS Y GORDITOS

bearwww.com, u4bear.com o biggercity.com

#### ENCUENTRO DE OSOS EN ESPAÑA

barcelona.org, bearsitgesclub.org, madbear.org o guadalkibear.com



THE EVER CLASSIC JEANS & BEARS & LEATHER BAR  
**NEW CHAPS**

**PROGRAMACIÓN NOVIEMBRE**  
Lunes/Monday, open 21:00h  
Martes/tuesday, open 21:00  
Miercoles/Wednesday, open 21:00h  
X Naked Party - Dress Code  
Jueves/Thursday, open 19:00h  
& happy merienda daddys/admiradores  
Viernes/Friday, open 21:00h  
& Naked Party - Dress Code  
Sabado/ Saturday, 3 y 17  
Daddy's naked party 18:00  
till 22:00 daddys&admirers  
Todos los sabados de 22:00 a cierre  
X Naket Party  
Domingo/Sunday, open 19:00h  
Happy Merienda

DRESS CODE: NAKED - UNDERWEAR - DESNUDO - CALZONCILLOS  
f Chaps www.newchaps.com  
DIAGONAL 365 (ENTRE PAU CLARIS Y ROGER DE LLÚRIA) - BCN - WWW.NEWCHAPS.COM



**METRO DISCO**

**BAJO TIERRA...  
ESTARÁS EN LA GLORIA**

**SEPÚLVEDA 185 - BARCELONA  
ABIERTO TODOS LOS DÍAS**

www.metrodiscobcn.com facebook metro disco bcn





## GUÍA PRÁCTICA PARA TOMAR UNA SAUNA HUMEDA O HAMMAM

Tomar un baño turco, también conocido con el nombre de hammam o sauna húmeda, es una excelente forma de mejorar el bienestar físico y mental. Se trata de un baño de calor húmedo, generado por vapor de agua. La temperatura es inferior a la sauna seca, oscilando entre 25-50 grados según la altura, y la humedad relativa del 99%, con lo que el ambiente está saturado de vapor de agua e impide el proceso de sudación, por tanto en el baño turco se suda menos que en la sauna finlandesa. En este tipo de sauna el calor se genera al calentar agua y evaporarse a lo largo de toda la sala, creando una especie de neblina, que al posarse sobre

la superficie corporal formará gotas asemejándose al sudor, haciendo la función de dispersar el calor y refrigerar el cuerpo. A diferencia de la sauna seca o finlandesa, el baño turco es mucho más relajante y, por consiguiente, beneficioso para el sistema nervioso. Proporciona una gran sensación de bienestar general en todo el cuerpo, siendo también estupendo para liberar tensiones, reducir el estrés, la ansiedad y favorecer un mejor descanso en la noche. Otro de los grandes beneficios del baño turco es el que está relacionado con el cuidado de la piel. El vapor ofrece una gran oxigenación en los tejidos de la dermis, revitalizándolos y



limpiándolos en profundidad. Los poros se dilatan y se eliminan todas las toxinas e impurezas de la piel. El vapor y el calor generado en un baño turco mejoran la aceleración de las funciones metabólicas del organismo, mejorando la circulación de la sangre y estimulando los sistemas nerviosos, respiratorios y hormonales.

### NO ES RECOMENDABLE PARA TODOS

La sauna puede resultar ser peligrosa para quienes padecen determinadas enfermedades del corazón, ya que sudar abundantemente provoca se concentren también los fluidos corporales, por lo que la sangre se torna más densa y esto puede provocar un ataque cardíaco. Por ello, los especialistas recomiendan tanto en caso de hipertensión en personas con cardiopatías que se consulta con el médico si es conveniente o no tomar una sesión de sauna. Asimismo, hay estudios médicos que advierten de que asistir con asiduidad a las sesiones de sauna puede ser perjudicial para la vida sexual. Esta conclusión se fundamenta en que el calor de una sauna puede reducir drásticamente la cantidad y calidad del semen masculino. El baño turco puede alternarse con baños de agua fría e incluso se puede disfrutar de sesiones de masajes, lo que lo convertirá en una experiencia de lo más placentera y relajante.

### CÓMO TOMAR UNA SAUNA

Después de realizar ejercicio físico o un esfuerzo, pero es aconsejable un tiempo de reposo o descanso entre 15 y 30 minutos antes, para que el cuerpo pueda adaptarse sin problemas al calor. Si ha transcurrido mucho tiempo desde la última ingesta, deberás comer un poco de pan o un dulce para que la sangre contenga glucosa. Por higiene, una duchita a fondo con agua templada antes de entrar y secarse, dado que la piel seca suda más. Al salir hay que deberás bien, de lo contrario se tiende a retener el sudor en la piel, irritándola y provocando, en última instancia, un eczema. Si eres de las personas con tendencia a tener los pies fríos introdúcelos en agua caliente durante 4-5 minutos antes (o después) de una sauna. Acelera la irrigación sanguínea y saca el calor hacia el exterior.

### DENTRO DE LA SAUNA

No te coloques en el nivel inferior (sólo se consigue sobrecargar el corazón) sino en el banco intermedio o superior. Tumbate o siéntate con los pies sobre el asiento para que todo el cuerpo permanezca a la misma temperatura. Asegúrate de que la temperatura de la sauna es adecuada (entre 80 y 90 grados centígrados) para que la piel alcance los 39-40 grados, mientras se mantiene el interior del cuerpo entre 38 y 38 grados y medio.

Lo normal es que a los 8-12 minutos tu cuerpo sienta ya ganas de refrigerarse. Y en ese momento hay que salir, sin tomar en consideración si se ha transpirado lo suficiente o no. Si estas muy acostumbrado puedes permanecer hasta 15 minutos, pero se recomienda descansar después de ese periodo. Antes de abandonar la cabina, siéntate con los pies colgando en el banco para que la circulación se adapte de nuevo a la posición vertical. Al incorporarte de forma súbita, la sangre puede acumularse y producir una especie de vértigo o desvanecimiento. Así que levántate despacio.

### DESPUÉS DE LA SAUNA

Al salir, es importante permanecer unos minutos (pocos, para no llegar a temblar cogiendo demasiado frío) fuera de la sauna (si se puede, al aire libre) para enfriar las vías respiratorias. Los pulmones necesitarán aire exterior. Seguidamente, toma una ducha con agua fría (si la presión sanguínea es alta, mejor que sea templada). Dirige el chorro de agua desde las extremidades hacia el centro del cuerpo, en la dirección del corazón, para devolverle el ritmo. Si todavía te queda tiempo -y ganas- un baño de inmersión en agua fría hará reaccionar a los vasos sanguíneos y aumentará la presión arterial.

Tomar un baño de sauna significa "calentarse" y "enfriarse", de forma alterna, por lo menos dos veces. Quien acabe de iniciarse en estas cuestiones no debería repetir más que una vez el ciclo calor-frío, mientras que los más experimentados ya pueden hacer una segunda, y hasta una tercera entrada en la sauna. El enfriamiento adecuado después de la última "visita" es un proceso fundamental para no sudar después de vestirse, seguir pringoso y ahorrarse un buen resfriado. Descansa tumbado unos 30 minutos también evitará un enfriamiento fuerte.

### LO QUE NO HAY QUE HACER

Entrar en la sauna con apetito, si tienes el estómago lleno (deja que pasar como mínimo una hora desde la comida) o en estado de agotamiento. ¡Cuidado! puedes sufrir un colapso. Durante la sesión no bebas líquidos, ya que no se produciría la desintoxicación corporal. Cuando salgas, puedes beber zumos de fruta diluidos en agua o simplemente agua mineral. No realices ejercicios de gimnasia dentro de la cabina, ni le tengas extensas charlas con tus vecinos porque se "cargan" la respiración y la circulación. No se frotes el sudor. Sólo conseguirás provocarte picores. No alargues nunca la sesión más de 15 minutos, ni realices más de tres "visitas". No te duches después de la sauna con agua caliente. Ni te envuelvas en toallas o albornoces para seguir sudando porque interfieren en el buen ritmo que se consigue con la sauna.



## ¿POR QUÉ SE HINCHA EL ABDOMEN?

Hay muchos factores que pueden conducir a un vientre hinchado. Si bien puede tratarse de un problema estructural, es decir, de acumulación de grasa, por ejemplo, hoy nos dedicaremos a aquellas causas que podemos solucionar fácilmente. Lo primero que debemos saber es por qué se hincha el abdomen, pues de esta forma atacaremos la raíz del problema. Si bien hay muchos factores que pueden originar una hinchazón abdominal, entre los más frecuentes se encuentra la presencia de gases o flatulencia que distiende y abulta nuestro vientre. También puede desencadenar hinchazón en el abdomen un problema digestivo, por ejemplo, una gastritis aguda severa o una gastroenteritis, así como también, el estreñimiento o la evacuación incorrecta del intestino.

### CONSEJOS PARA DESHINCHAR EL ABDOMEN

Si con la llegada de la primavera y el verano quieres lucir un abdomen menos abultado detrás de una prenda ajustada, te recomendamos poner en práctica los siguientes consejos: Bebe abundante cantidad de agua: una cantidad considerable de agua cada día no sólo ayudará a prevenir o revertir la retención de líquidos, sino también, a solucionar el estreñimiento o alejarte de éste para evitar el vientre

abultado. Come despacio y mastica bien cada bocado: este hábito contribuye a mejorar la digestión y por ello, reduce el riesgo de sufrir hinchazón abdominal, además, te permite moderar la cantidad que consumes para evitar una comida copiosa. Evita las bebidas con gas: por su composición, éstas bebidas pueden favorecer la presencia de aire en nuestro interior y promover el desarrollo de flatulencias. Evita mascar chicle: cuando consumimos chicle introducimos aire en nuestro aparato digestivo, lo cual puede contribuir a la aparición de gases en nuestro abdomen.

Moderar la ingesta de alimentos muy salados o muy dulces: estos alimentos favorecen la retención de líquidos y, además, suelen ser más difíciles de digerir. Evita los productos de pastelería: estos alimentos no sólo concentran azúcares, sino que, además, son más difíciles de digerir porque contienen una compleja red de gluten y levadura. Además, su metabolismo puede dar origen a gases. Fibra sí, pero con moderación: si queremos evitar los gases y revertir el estreñimiento, lo mejor es consumir fibra sin abusar. Practica ejercicio con regularidad: el ejercicio mejora el funcionamiento digestivo y reduce el estreñimiento. Ya sabes, si quieres evitar el vientre abultado para verte y sentirte mejor, puedes poner en práctica estos sencillos consejos para deshinchar tu abdomen con facilidad.





# Vivint amb VIH/SIDA

## XV Jornada de promoció de la salut i qualitat de vida per a persones amb VIH/SIDA

15 de novembre  
de 2018

### CaixaForum

Centre Social i Cultural  
de l'Obra Social "la Caixa"

Av. Francesc Ferrer i Guàrdia, 6-8  
08038 Barcelona



### Inscripció gratuïta

Places limitades  
És imprescindible confirmació  
d'assistència al telèfon:

**93 318 20 56**

[www.jornadesvih.org](http://www.jornadesvih.org)

 [www.facebook.com/jornadesvih](https://www.facebook.com/jornadesvih)

Organitza:

Projecte dels NOMS  
**hispano**sida

Hi col·labora:

  
Obra Social "la Caixa"

## PROGRAMA

15:30 **Acreditacions**

16:00 **Benvinguda i inauguració**

16:30 **Notícies del cor: VIH i problemes cardiovasculars**

Dr. Esteban Martínez (*Hospital Clinic, Barcelona*)

17:15 **De virus, bacteris i altres microorganismes:  
Com ens afecten les ITS**

Dr. Pep Coll (*BCN Checkpoint / IrsiCaixa*)

18:00 **Pausa**

18:15 **Trasplantament amb cèl·lules mare:  
Tan a prop i alhora tan lluny de la curació del VIH**

Dr. Javier Martínez-Picado (*IrsiCaixa*)

19:00 **(Trans)missió impossible:  
Indetectable = Intransmissible**

Taula rodona amb parelles serodiferents

Moderació: Ferran Pujol i Michael Meulbroek

(*Projecte dels NOMS-Hispanosida*)

20:15 **Cloenda**



Piazza del Plebiscito, punto de inicio ideal para recorrer todo el centro de la ciudad de Nápoles

## ESCAPADA A NÁPOLES

**En esta propuesta a Nápoles descubriremos mucho más que la clásica ciudad que ya nos encanta a todos por si sola, sino su cara más desconocida y apasionante desde un punto de vista histórico y ameno a la vez, bajo tierra, bajo agua y bajo las cenizas.**

Era un día como otro en Miseno, base de la flota romana en la actual Campania, al sur de Italia. El prefecto Gaio Plinio Segundo trabajaba en sus cosas cuando su hermana le interrumpió para advertirle de una extraña nube en el cielo. Con su natural curiosidad científica, Plinio salió intrigado. Efectivamente, una inusual nube espesa parecía emerger de una de las montañas de la costa. Se disponía a investigar el fenómeno cuando recibió un mensaje de su amiga Rectina desde la pequeña ciudad de Herculano implorando que fuera a socorrerla, ya que algo muy extraño estaba ocurriendo con la montaña y estaba asustada. Así pues, el comandante zarpó con cinco naves para evacuar a la población costera. Nunca llegaría a su destino. **Herculano**

quedaría sepultada bajo 25 metros de material piroclástico. Y no sería la única. A pocos kilómetros, un puerto comercial llamado **Pompeya** quedaba enterrado bajo las cenizas. Era el año 79 de nuestra era y la montaña de la que emanaba la extraña nube era el monte Vesubio, cuya erupción arrasó con todo lo que había en su falda.

Esa catástrofe ha pasado a la historia básicamente porque nos ha dejado un legado incomparable en los alrededores de la ciudad de **Nápoles**. Las ruinas de Pompeya, por supuesto, son legendarias. Pero también la pequeña Herculano, preservada casi intacta bajo tierra, es una verdadera joya. Hoy yace dentro de un enorme agujero



Tradicionales ducel en la Pastelería del Gran Café Gambrinus



Nápoles subterránea

Plaza del Gesù Novo en pleno centro histórico



Museo Arqueológico Nacional

excavado para devolverla a la luz. Estamos acostumbrados a ver yacimientos romanos en los que quedan cuatro piedras y dos columnas y en los que nos vemos obligados a usar nuestra imaginación. Pero Herculano es un regalo que nos brinda la oportunidad única de pasear por sus calles, entrar en sus casas y sus patios e incluso ver algunos de los muebles originales. Bajo los robustos pórticos de la parte inferior de la muralla, donde se situaba la antigua playa, ahora a 400 metros de distancia, yacen los esqueletos de mujeres y niños -que habían ido a buscar refugio mientras esperaban un rescate que jamás llegó-, tal y como los encontraron los arqueólogos en los años 80.

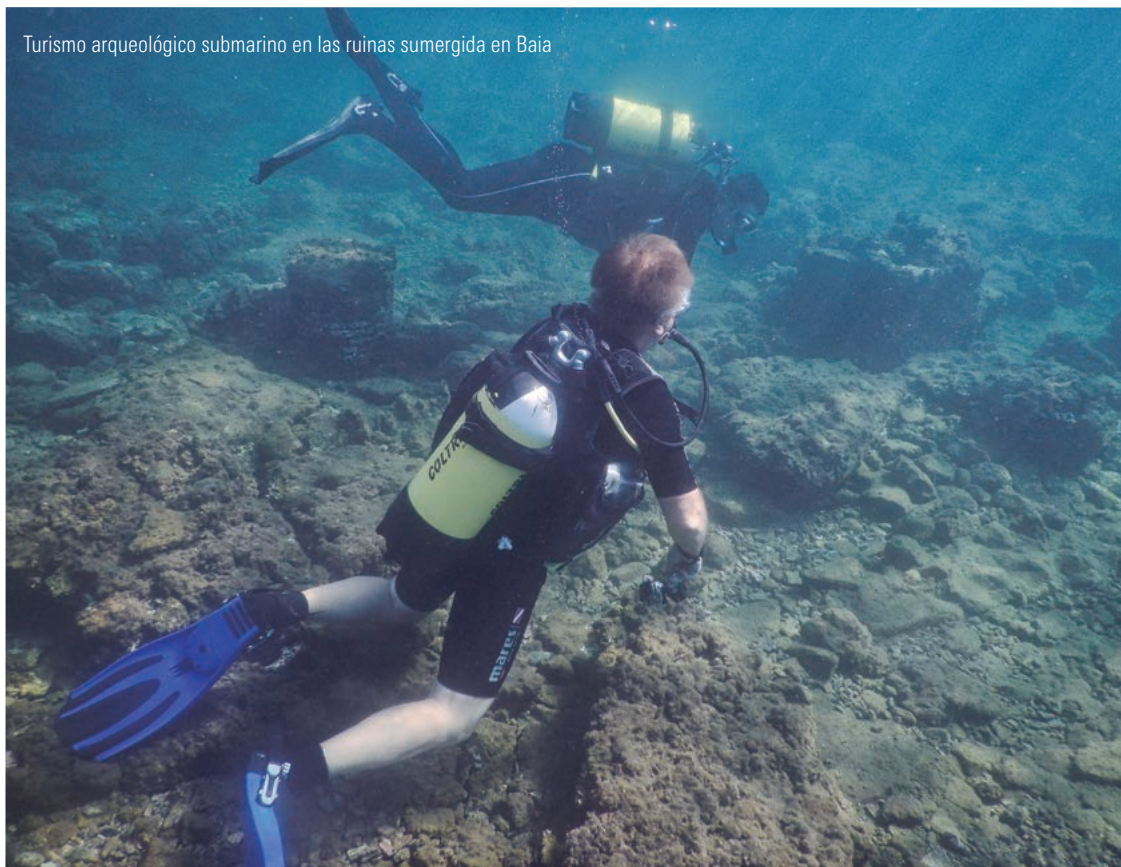
**Pompeya**, en cambio, quedó sepultada bajo las cenizas que llovieron toda la noche. Cenizas ardientes que petrificaron puertas, ventanas y personas y hundieron numerosas edificaciones, que también resultarían dañadas por incendios. Uno de los edificios más visitados y que más llama la atención, no solo por su excelente estado de conservación, es el lupanar, el prostíbulo más importante de la ciudad. De dos plantas, su principal atractivo son las pinturas eróticas que lo adornan. También destaca la Villa de los Misterios, en

las afueras, por sus pinturas - en las que predomina el característico rojo Pompeya, el color omnipresente en todos los yacimientos de la zona. También llama la atención el Thermopolium de Asellina, una casa de comidas preparadas. La ciudad de Pompeya era un ajetreado puerto comercial cosmopolita con mucha vida.

**Oplontis** es otro magnífico regalo, excavado en medio de la ciudad de Torre Annunziata. Aquí podemos visitar la villa de Popea, la amante de Nerón, un maravilloso ejemplo de cómo vivía la aristocracia romana. Esta extensa villa junto al mar – sustituido hoy por una pared de 6 metros- nos maravilla con un conjunto de estancias, cocinas, patios, baños con agua corriente, termas, salones, galerías, mosaicos cubriendo los suelos y maravillosos frescos en las paredes. Y una piscina de 61 metros de largo por 17 de ancho.

Para otra experiencia arqueológica única nos podemos acercar a **Pozzuoli**, la antigua Puteoli romana, para visitar las **ruinas sumergidas en Baia**. En el Centro de Submarinismo Campi Flegrei nos proporcionaran el equipo necesario, tanto si queremos hacer inmersión con bombonas o solo esnórquel

Turismo arqueológico submarino en las ruinas sumergida en Baia



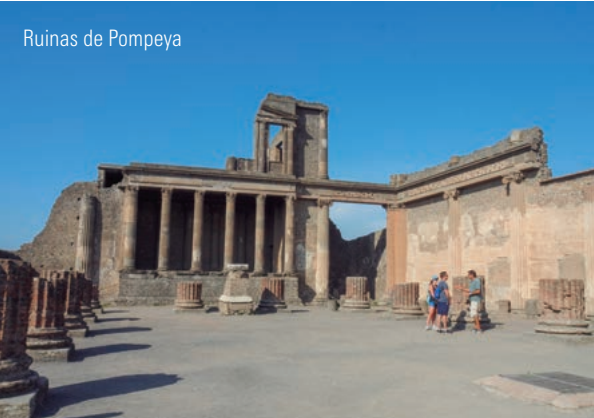
con tubo y gafas, para descubrir todo un mundo bajo las aguas en esta zona protegida. Aquí, las villas de los aristócratas quedaron sumergidas debido a un fenómeno volcánico llamado bradisismo, muy común en esta zona de los Campos Flegreos. Consiste en un descenso o ascenso del nivel del suelo debido a los movimientos magmáticos. Los Campos Flegreos también son conocidos por sus fumarolas y por la Solfatara, un cráter cercano a **Pozzuoli**. Cerca de aquí está el **Lago d'Averno**, de origen volcánico, por el cual Eneas descendió a los infiernos según nos cuenta Virgilio en la Eneida. A orillas del lago, entre históricos viñedos, encontramos los restos de unas termas romanas. Destaca también en Pozzuoli el anfiteatro Flavio, del s.I, cuyos sótanos se han conservado gracias también a una erupción volcánica, esta vez del Solfatara. Con capacidad para 50.000 espectadores, fue el tercero más grande de Italia, solo superado por el Coliseo de Roma y el anfiteatro de la cercana Capua. En este escenario **San Genaro, patrón de Nápoles**, y San Procolo, patrón de Pozzuoli, fueron lanzados a las bestias – la tradición cuenta que sobrevivieron y acabaron decapitados en la Solfatara. También impresionantes son los templos de la antigua Poseidonia griega, una ciudad fundada

alrededor del s. VI aC y que los romanos rebautizarían como **Paestum**, nombre con el que se la conoce actualmente. Los no eruditos asociamos Italia con el Imperio Romano y olvidamos que anteriormente todo el sur de la península fue parte de la Magna Grecia. Este yacimiento se encuentra en la ciudad de **Capaccio**, dentro del Parque Nacional del Cilento. Los tres grandes templos estaban dedicados a Hera, Apolo y Atenea. El Museo Arqueológico anexo guarda la colección de los hallazgos realizados en él, entre los que destaca la Tumba del Nadador, decorada con frescos con figuras humanas, algo único para la época. Además, Capaccio está situada en la zona de producción de la **auténtica mozzarella de búfala de Campania**, la única con Denominación de Origen. No probaréis otra igual. Con la carne de la búfala también se producen embutidos.

**En la misma Nápoles podemos visitar la Villa de Pausilypon**, a la que se accede por un **impresionante túnel de 700 metros** del s.I. Asentada sobre la colina de Posilipo, esta villa que gozaba de unas excelentes vistas sobre el golfo, estaba dotada, entre otros, de un teatro privado para 2000 personas y un odeón para recitales. Era propiedad de Publio



Ruinas de Pompeya



Ercolano



Villa de Pausilypon frente al mar



la autentica pizza margarita



Vedio Polio, amigo del emperador Augusto. Publio era famoso por su amor por el lujo y su crueldad con los esclavos. Se sabe que estando el emperador de visita en la villa, quiso castigar a un esclavo por haber roto una copa. Augusto, que no estaba nada de acuerdo con ello, no sólo le obligó a perdonar al esclavo sino que se dedicó a romper toda la vajilla del patricio como escarmiento.

Finalmente, para terminar nuestro recorrido histórico y arqueológico nos queda bajar a **Napoli Sotterranea**, un entramado de estrechos túneles y cavidades formados por las viejas canteras de las cuales los griegos extraían la piedra y que los romanos utilizaron como cisterna. También sirvieron de refugio de los bombardeos durante la Segunda Guerra Mundial. Y no os olvidéis del **Museo Arqueológico de Nápoles**, donde encontrareis una impresionante colección de estatuas y los mosaicos y pinturas originales encontrados en los yacimientos de la zona.

Y para descansar de tanta arqueología nada como un paseo por la alegre y bulliciosa Nápoles, terminando con una **auténtica pizza –patrimonio de la humanidad-** en Le Sorelle

Bandiera. Y de postre, **un bava** y un **chupito de limoncello**. Imprescindible. Hasta aquí os hemos contado sobre el Nápoles y sus alrededores menos conocidos y que os van a maravillar. Del Nápoles clásico, su barrio español, sus callejuelas y toda su oferta de ocio inacabable la encontrareis en cualquier guía turística. Nápoles, es sin duda una de esas escapadas a Italia que no defraudarán a nadie y aún más con todos estos consejos de la ciudad desconocida que aquí os hemos contado.

**Más información:**

[www.italia.it](http://www.italia.it) y [www.comune.napoli.it](http://www.comune.napoli.it)  
[www.ryanair.com](http://www.ryanair.com)

**OFERTA**

**NÁPOLES EN NOVIEMBRE  
DESDE 300€/PERSONA**

Vuelos de ida y vuelta desde Barcelona (tasas aéreas incluidas). Con 3 noches en hotel 4\* (4 días) en régimen de alojamiento y desayuno. Traslados y excursión a Pompeya. Consultar otras categorías, fechas de salida y otras opciones disponibles del viaje.

Más información en [www.ViatgesTravelling.com](http://www.ViatgesTravelling.com)



## EL BONIATO EN LA COCINA DE INVIERNO

Originario de América, el boniato llegó a Europa con Cristóbal Colón. Este tubérculo de sabor dulzón **contiene un 2% de proteína rica en metionina** (depurativa para el hígado), algo poco habitual en el mundo vegetal y que lo convierte en un alimento muy adecuado para vegetarianos. Por su color anaranjado ya podemos deducir que es rico en betacaroteno, y por lo tanto, en **vitamina A, buena para la vista, la piel y el cabello** y que además inhibe el desarrollo de células cancerígenas. También es una fuente de ácido fólico, que tanto se recomienda a las embarazadas, que ayuda a la producción de glóbulos en sangre y a la formación de anticuerpos. Finalmente no olvidemos la **vitamina E, la antioxidante**.

Tradicionalmente en Cataluña se ha consumido al horno acompañando a las castañas y los panellets de la víspera de Todos los Santos, una opción que a mucha gente le resulta empalagosa. Pero en realidad el boniato se puede cocinar de un sinfín de maneras. De hecho **puede sustituir a la patata en cualquier plato** que se os ocurra, como un **estofado**, una tortilla o una crema. Incluso se pueden **hacer chips**. O tan simple como coger el boniato asado de siempre, cortarlo por la mitad y añadirle cebolla caramelizada y puerros rallados por encima.

Otra idea sería **freírlo con salsa brava**, alioli o pesto. Sí, el sabor dulce lo convierte en el candidato perfecto para contraponerlo a salsas fuertes, como una salsa brava o un pesto. Simplemente cortarlo a dados – tras pelarlo- y freírlo dos veces: La primera, para cocinarlo y la segunda con el aceite muy caliente para proporcionar ese toque crujiente por fuera. Servir con la salsa que más os guste, que no sea dulce. El típico estofado de lentejas puede llevar boniato. Por ejemplo, lo salteamos en una cazuela a dados y lo incorporamos a un sofrito de cebolla, ajo, guindilla y jengibre junto con las lentejas cocidas, un poco de caldo de verduras y, a quien le guste, curry. Lo acompañamos con arroz.

Podemos hacer un puré de otoño para un plato de carne guisada con la misma cantidad de boniato que de castaña, ajo, cebolla, canela, anís y vino tinto. También se pueden acompañar las carnes con un flan elaborado con boniato hervido, nata y huevos.

¿Y de postre? **¿Qué tal un helado de boniato con leche de coco y chocolate?** Mezclamos puré de boniato con leche de coco y chocolate fundido, una cucharadita de vainilla, endulzamos al gusto con un poco de miel o sirope de agave y al congelador. Que no se os olvide batirlo cada media hora durante las primeras horas para evitar que se cristalice.





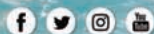
# THE BEST GAY SAUNA IN TOWN

La Piscina Gay más Grande de Europa



THE BEST SAUNA IN TOWN  
**SAUNA BARCELONA**  
TUSET,1 - BCN - T.93 200 7716

**OPEN  
24 HRS  
7 DAYS**



Prohibida entrada a menores de 18 años. Reservas de última hora y admisión. Afuera...  
...cajal limitado. Las ofertas no son acumulables y son válidas hasta fin de promoción.



# THE GAYXAMPLE SAUNA

La Sauna del Barrio

SAUNAS PASES, THE BEST GAY SAUNAS  
**SAUNA CASANOVA**  
CASANOVA 57 - BCN - T.93 323 78 60

**OPEN  
24 HRS  
7 DAYS**



WWW.SAUNASPASES.COM



# THE BEAR SAUNA

5 MINUTES FAR FROM Plaça CATALUNYA

La Sauna Más Bear a 5 Minutos de Plaça Catalunya

**OPEN  
24 HRS  
7 DAYS**

WWW.SAUNASPASES.COM

LA SAUNA MÁS BEAR DE BARCELONA  
**SAUNA CONDAL**  
ESPOLSASACS 1 - BCN - T.93 317 68 17

TERRAZA  
DE  
FUMADORES  
SMOKING AREA

# IF YOU ARE LOOKING FOR A GOOD TIME... COME AND ENJOY US!

Donde tus Sueños se Hacen Realidad

**OPEN  
24 HRS  
7 DAYS**



WWW.SAUNASPASES.COM

OVER 50 BOYS CRUISING AROUND ALL DAYS  
MORE THAN 900 M<sup>2</sup> AND 12 PRIVATE ROOMS  
**SAUNA THERMAS**  
DIPUTACIÓ 46 - BCN - T.93 325 93 46



## La cámara de 360 grados Garmin VIRB 360

con grabación en 4K Ultra HD y resistente al agua podrás grabar todas tus aventuras. permite capturar vídeo esférico en alta resolución **4k Ultra HD** y 30 fps, tanto de forma vertical como horizontal, uniendo todas las secuencias en 4k desde la propia cámara. Incluye **tres modos de estabilización esférica** en 4K tendrás secuencias de vídeo perfectamente fluidas y sin imágenes inestables, conectable fácilmente a tu dispositivo mediante **NFC**, podrás controlar el Smartphone como un mando a distancia



# LOS GADGETS

## QUE NECESITAS

### Drone DJI Mavic 2 Pro



Realiza los mejores vídeos desde perspectivas totalmente nuevas con el drone DJI Mavic 2 Pro en color negro. Su sensor CMOS de 1" con 20 MP te permite grabar en resolución 4K, con una **óptica Hasselblad** y un **sensor CMOS de 1" con 20 MP y f/2.8 - f/11** para hacer fotografías estáticas y es compatible con HDR. Con una velocidad máxima de 72 kilómetros por hora, obtendrás experiencias impresionantes grabando desde los cielos. Con el programa **ActiveTrack 2.0**, el drone podrá marcar a varios sujetos de manera simultánea y te permitirá escoger a quién quieres seguir. **Autonomía de hasta 30 minutos y 18 Km.**

### Robot de cocina MYCOOK TOUCH de Taurus

Si quieres preparar deliciosas recetas de modo rápido y sencillo y no dispones de mucho tiempo, hazte con el nuevo robot de cocina MYCOOK TOUCH de Taurus. Este revolucionario electrodoméstico, es el auténtico "Todo en 1", pues no se limita a batir, picar y montar como la mayoría, sino que además cocina. Y cocina increíblemente bien, todo tipo de platos y recetas, de manera muy sencilla. Gracias a la tecnología de cocción por inducción, los alimentos se cocinan de forma perfecta, en mucho menos tiempo, y manteniendo todo su sabor, con lo que no solo conseguirás alimentar bien a toda tu familia, tu incluido/a, sino que incluso lo harás con la seguridad de consumir la menor cantidad de energía posible.





**GADGETS**



**Monitor Philips 278E8QJAB de 27"**

Monitor de 27" resolución Full HD 1920x1080 ,con su panel curvo, te enamorará a primera vista para que experimentes tus videojuegos de la forma más espectacular. ¡No te lo pierdas! Con su sensacional panel curvo tendrás una sensación de inmersión mucho mayor en tus videojuegos y además es ideal para evitar todo tipo de reflejos.



**MÓVIL XIAOMI Mi6**

La gran empresa china vuelve a sorprender con las tecnologías del Mi 6. Incorpora un procesador Snapdragon 835 con una RAM de 6GB que permiten ganar velocidad en la ejecución de todos los programas. Gracias a la cámara dual gran angular/teleobjetivo de 12 Mpx. Podrás ser como un fotógrafo profesional gracias a la estabilización OIS de 4 ejes. Dispone de una batería de batería de 3350 mAh, todo una gozada de móvil.

# La Estrella

Restaurante Cafetería

Gran Variedad en Carta Carnes y Mariscos Gallegos

MENÚ MEDIODÍA: 11€ de lunes a viernes  
NOCHE: 14,90€ lunes a viernes  
SÁBADO Y DOMINGO, MEDIO DÍA Y NOCHE: 14,90€



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



**BERLINDARK**  
BARCELONA

hard & fetish bar

- \*TUESDAY ..... Underwear party
  - \*WEDNESDAY..... hetero-gay SM session Club Bastards
  - \*THURSDAY..... Naked party
  - \*FRIDAY..... (No strict dress code) Darkness
  - \*SATURDAY..... (No strict dress code) Fun & Sex
  - \*SUNDAY..... 1st. Sunday on the month SUNsexDAY
- Others Sunday: Fuck my hole

### SPECIAL EVENTS EVERY MONTH

- the DARK FIST (FF meeting)
- ATHLETES (sportgear and sneakers)
- KINGS of PISS (piss session)
- FALLEN ANGELS (BDSM session)



www.berlindark.com - facebook: @berlindarkhardmen - Twitter: @BerlinDark\_BCN

Passatge Prunera, 18 Barcelona. Metro L-3 "Poble Sec"



# CAZADORAS

## CONTRA EL FRÍO OTOÑAL



LA BAJADA DE TEMPERATURAS DEL OTOÑO SE EMPIEZA A NOTAR, Y ES EL MOMENTO DE ESTRENAR CAZADORA NUEVA QUE HAGA ESTOS CAMBIOS DE TEMPERATURA ALGO MÁS SOPORTABLE. A LOS VIEJOS CLÁSICOS SE LE UNEN NUEVAS TENDENCIAS EN CAZADORAS COMO LOS CORTAVIENTOS QUE HACEN QUE EL FRÍO SEA HASTA BIENVENIDO. LO MEJOR CONTRA EL FRÍO LO ENCONTRARÁS CON UN CUELLO DE BORREGUITO, Y EN COLOR NEGRO PARA QUE COMBINE CON TODO. PUEDES LLEVARLA CON VAQUEROS. SI CREES QUE LA GABARDINA ES DEMASIADO CLÁSICA ES QUE NO HAS VISTO TODO EL PARTIDO QUE LE PUEDES SACAR Y CÓMO COMBINARLA PARA QUE SEA UNA PRENDA MUCHO MÁS JUVENIL. TAMBIÉN PUEDES OPTAR POR LOS PLUMÍFEROS, QUE HAN LLEGADO PARA QUEDARSE Y AHORA SE RENUEVAN CON ESTILO RETRO.

IMPRESINDIBLES



Zapato Runner Four de **Camper**

Chaqueta forro polar de **Uniqlo**



Fragancia The Origin 1920 de **Tous**



**THE MOON NIGHT CLUB**

WE ARE THE NIGHT OWNERS

DESCUBRE LA OFERTA DE OCIO MÁS TROPICAL DE BARCELONA

CARRER MUNTANER 6, BARCELONA

#TENDENCIASBARCELONA

**TON VANGARD**

BARCELONA  
www.tonvanguard.com

HAIR | BEARD | MAKEUP | STYLING

C/ Diputación, 191 +34 934 537 972 +34 625 979 753 info@tonvanguard.com





**VIDEOJUEGOS / BATTLEFIELD V.** Ideo juego de acción bélica desarrollado por DICE y editado por EA ambientado en la Segunda Guerra Mundial, entre cuyas novedades dentro de la exitosa franquicia FPS dispone de un modo campaña compuesto por varias historias con diferentes protagonistas y ubicaciones, así como una vertiente multijugador donde se recupera el modo Conquista y se estrena una modalidad cooperativa. **PLATAFORMAS: PC / PS4 / XBOX ONE**



**VIDEOJUEGOS / FALLOUT 76.** Profundiza en la historia del Refugio 76, del que ya se había escuchado hablar, pero nunca habíamos tenido oportunidad de ver. ¿Dónde se encuentra? El nuevo capítulo de la saga Fallout, bautizado como Fallout 76, nos da la oportunidad de profundizar en este universo de ficción desde un prisma algo distinto al habitual, y ambientado en esta ocasión en Virginia. Un enorme mapa, con una superficie cuatro veces más grande que la del mismísimo Fallout 4. **PLATAFORMAS: PC / PS4 / XBOX ONE**

## LAS MEJORES APPS PARA ANDROID DE ESTE OTOÑO



### ANDROID. PIXLR

Dalerienda suelta tu creatividad con el editor fotográfico gratuito de Pixlr! Captura cualquier momento y conviértalo en algo increíble con más de 2 millones de combinaciones de efectos y filtros gratuitos.



### ANDROID. KASPERSKY ANTIVIRUS.

Es una de las aplicaciones que no debe faltar en nuestro terminal. Muy importante si queremos que nuestro terminal sea totalmente seguro y vaya de forma fluida. Una app de total confianza ya que Kaspersky es líder del sector.



### ANDROID. GOOGLE WALLET.

El más reciente cambio de esta app es ser ahora una app de pago de persona a persona, lo que te permite enviar dinero de forma fácil y sin dinero en efectivo o tarjetas de crédito de por medio. Y en esa función, es donde realmente sobresale.



**no+vello**  
fotodepilación con tarifa plana  
centro Eixample Barcelona

Lo último en tecnología

**LÁSER  
DIODO IPL SHR**

PROMOCIÓN EXCLUSIVA 20% DTO. AHORA

**24€/Sesión**

La solución definitiva en depilación, eficaz, seguro y rápido  
¡Aprovecha porque ahora si puedes tomar el sol todo lo que quieras!

PRECIO HABITUAL 30€ / SESIÓN - Consell de Cent 218 - Tel. 93 4543206 / 691 207174

**TOTALMENTE RENOVADO**

**NITM**

**NOSTROMO**

**GAY SEX SHOP**

Nuevo dark room y sala de cine  
Ameses, dildos, estimulantes sexuales,... y muchas novedades  
No te pierdas la zona cruising... Ven y descúbrela!

**Diputació, 208 - Barcelona**

**IMAGINE DRAGONS**

*Origins* es el nuevo álbum de Imagine Dragons. Con avances como *Natural* y *Zero*.

**THALIA**

*Valiente* es una colección de 13 nuevas canciones con colaboraciones de artistas como Carlos Rivera, Ana Mena o Natasha.

**KOKOSHKA**

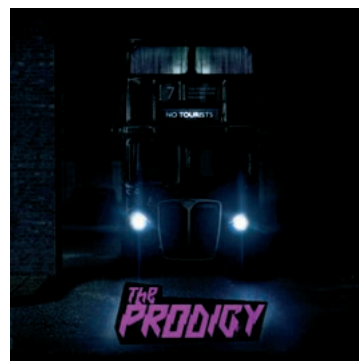
*El mal* es el segundo álbum de Kokoshka. La portada es del pintor Guillermo Sarmiento. Como single, *Bom bom* y *Seguiremos en pie*.

**ZAHARA**

*Astronauta* es el quinto álbum de estudio de Zahara. on *Hoy la bestia cena en casa* como primer single. Da continuidad *Multiverso*.

**OLLY MURS**

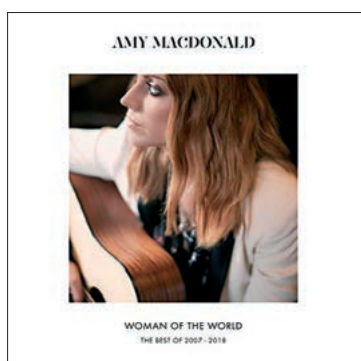
*You know I know* es un doble álbum de Olly Murs, con Un CD extra con sus éxitos, al estilo del *History* de Michael Jackson.

**THE PRODIGY**

*No tourists* es un álbum de 10 pistas de The Prodigy. Con *Need some1* como primer single. Da continuidad *Light up the sky*.

**EROS RAMAZZOTTI**

*Vita ce n'è* es nuevo álbum de Eros Ramazzotti cantado en italiano y en español. Con *Hay vida* como primer single.

**AMY MACDONALD**

*Woman of the world* es un disco recopilatorio de Amy Macdonald. Como single presentación, *Woman of the world*.

**SECOND**

*Anillos y raíces* es el octavo álbum de Second. Con *Mira a la gente* como primer single. Portada realizada por Susana López.



# ROSALÍA

## El mal querer

El mal querer es el segundo álbum de Rosalía. Compuesto por ella, y coproducido junto a El Guincho.

Así presenta su nuevo trabajo la cantante: "El mal querer' es mi forma de entender lo flamenco, aquí y ahora. [...] En este proyecto he volcado dos años de mi vida, construyéndolo sin prisa. Me ha permitido crecer como músico, compositora y productora, y me siento muy agradecida por ello. Mi ilusión es compartir mi música con la gente. Estas son canciones hechas para todo el mundo".



# MUSE

## Simulation theory

Simulation theory es el título del octavo álbum de Muse.

Una colección de 11 canciones en la edición estándar, producidas por la propia banda, junto a Rich Costey, Mike Elizondo, Shellback y Timbaland. Con el añadido de 5 pistas en la edición deluxe, y 10 (hasta 21) en la súper deluxe.

Avanzado por temas como Dig down, Thought contagion, Something human, The dark side, y Pressure.







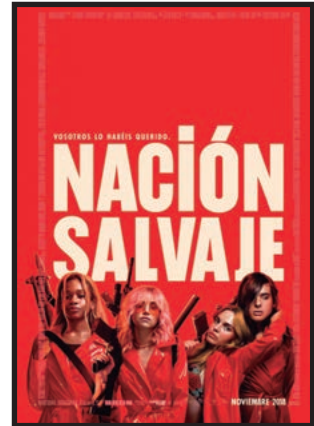
## NACIÓN SALVAJE

**Dirección:** Sam Levinson

**Intérpretes:** Bella Thorne, Bill Skarsgård, Suki Waterhouse, Susan Misner

**Género:** ACCIÓN **País:** EE.UU

**Duración:** 110min **Estreno:** 23/11/2018



La vida de cuatro adolescentes da un giro cuando se convierten en el foco de atención de los medios de comunicación cuando un hacker anónimo filtra información personal de ellos. Este hacker anónimo se dedica a aterrorizar a todo el pueblo mostrando los detalles más íntimos y privados de sus residentes, provocando la histeria colectiva de los paisanos y desatando una ola de violencia y actos vandálicos debido a los cotilleos que surgen al tratar información tan delicada y personal como la que está filtrando el hacker anónimo.



## SUPER LOPEZ

**Dirección:** Javier Ruiz Caldera

**Intérpretes:** Dani Rovira, Alexandra Jiménez, Julián López, Pedro Casablanc

**Género:** AVENTURA **País:** ESPAÑA

**Duración:** 108min **Estreno:** 23/11/2018



Superlópez nació en el planeta Chitón y, después de colarse en un cohete, consiguió llegar hasta la Tierra siendo todavía un bebé. Adoptado por el matrimonio López, crece como un humano más, al tiempo que se esfuerza por controlar sus superpoderes y combatir el mal. Ya adulto, comienza a trabajar como contable en una oficina en Barcelona. Sometido a la presión de su jefe y a los antojos de su dominante novia Luisa Lanas (Alexandra Jiménez), se evade de la rutina diaria ejerciendo de superhéroe bajo el nombre de Superlópez.



## MALOS TIEMPOS EN EL ROYALE

**Dirección:** Drew Goddard

**Intérpretes:** Chris Hemsworth, Jeff Bridges, Cynthia Erivo, Dakota Johnson

**Género:** THRILLER **País:** EE.UU

**Duración:** 141 min. **Estreno:** 13/11/2018



Un líder de una secta (Chris Hemsworth), un sacerdote (Jeff Bridges), un vendedor de aspiradoras (Jon Hamm), una criminal (Dakota Johnson) y su hermana menor (Cailee Spaeny), y una cantante (Cynthia Erivo) se hospedan en El Royale, un hotel entre dos estados, que ya no es lo que era. Estos siete desconocidos tomarán identidades que no son las suyas. Pero cuando la situación parecía que no podía ir a peor, todo se desmoronará cuando descubran el macabro secreto que esconde el alojamiento.



## ANIMALES FANTÁSTICOS

### Los Crímenes de Grindelwald

**Dirección:** David Yates

**Intérpretes:** Eddie Redmayne, Jude Law, Katherine Waterston, Johnny Depp

**Género:** AVENTURA **País:** U.K

**Duración:** - **Estreno:** 16/11/2018



Continúa la historia del magizoólogo Newt Scamander (Eddie Redmayne) con nuevos misterios que resolver en el mundo mágico de los años 20. Las aventuras se trasladan de Nueva York hasta París y Reino Unido. En el continente europeo, el joven mago, junto con sus compañeros Jacob Kowalski (Dan Fogler) y las hermanas Tina (Katherine Waterston) y Queenie Goldstein (Alison Sudol), deberán hacer frente a nuevas amenazas mientras tratan de evitar que Gellert Grindelwald (Johnny Depp) se haga con el poder.







>> GUÍA DE BARCELONA

>> BARES



**30. Priscilla. Muntaner 73**  
**Átame.** Consell de Cent 257  
**Boys Bar.** Diputació 174  
**Berengenal.** Diputació 215  
**Botànic Bar Cafè.** Muntaner 64  
**Chevalier.** Diputació 157  
**Cangrejo del Eixample.** Villarorel 86



**The Moon.** Muntaner 6  
**La Chapelle.** Muntaner 65  
**Moeem.** Muntaner 11  
**Museum Cafè.** Sepúlveda 17



**24. Gin Gin.** Aribau 40  
**Versailles.** Pte. Valerí Serra 3

>> FETISH & BEARS

**01. Bacon Bear Bar.** Casanova 64



**31. Berlin Dark.** Pte. Pruneda 18



**10. New Chaps.** Av. Diagonal 365  
**Black Hole.** Sepúlveda 81  
**La Base BCN.** Casanova 201  
**Open Mind.** Aragó 130

>> SEX SHOPS



**08. Boyberry.** Calàbria 96



**38. Nostromo.** Diputació 208

**Sestienda.** Rauric 11  
**Erotixx.** Avinguda de Roma 153  
**Only is Love.** Casanova 43  
**Zeus.** Riera Alta 20

>> SAUNAS



**15. Sauna Barcelona.** Tuset 1  
**16. Sauna Casanova.** Casanova 57  
**17. Sauna Condal.** Espolsa-sacs 1  
**18. Sauna Thermas.** Diputació 46



**Sauna Galilea.** Calàbria 59

>> RESTAURANTS

**El Bierzo a Tope.** Diputació 159



**02. La Estrella.** Aragó 185  
**Accés.** Aribau 55  
**BCN Café.** Diputació 180.  
 casa Jaime. Consell de Cent 222  
**dDivine.** Balmes 24  
**Hawker 45.** Casp 45  
**El Berro.** Diputació 180  
**Litte Italy.** Carrer Rec 30  
**Manga Rosa.** Consell de Cent 220  
**Pandora.** Gran Via 555  
**Telefèric.** Plaça Letamendi 27  
**Foz.** Diputació 174

>> MODA / COMPLEMENTOS

**C4 Óptics.** Aribau 17  
**ES4U. Moda.** Casanova 56  
**Holala Ibiza. Moda.** Plaça Castella 2  
**63bis.** Consell de Cent 241-T-da 1  
**Next Level. Moda.** Diputació 189  
**Ritual. Moda.** Muntaner 58  
**Spike. Moda.** Carrer Hospital 46  
**Zona Eleven. Moda.** Muntaner 68  
**Zask. Moda.** Sepúlveda 60

>>ESTÈTICA

**Clinica Dra. Sonia Rovira**  
 Av. Príncipe de Asturias 63-65



**20. No+Vello Eixample.**  
 Consell de Cent 218  
**Pearl smile.** Casanova 84

>> PELUQUERIAS



**23. Tón Vanguard.** Diputació 191  
**Esclusif.** Diputació 159  
**Will Style.** Diputació 127

>> TIENDAS

**32 Barcelona Estanc.**  
 Diputació 209  
**Intro Fusion.**  
 Diputació 163  
**La Boutique del Descans.**  
 Muntaner 140

>> SALUD

**28. BCN Checkpoint**  
 Compte Borrell 164  
**Farmacia Aribau.** Aribau 18  
**Farmacia Feriche.** Aribau 20  
**StopSida.** Consell de Cent 246

>> LIBRERIAS

**Antinous.** Casanova 72  
**Complices.** Cervantes 2

>> ALOJAMIENTOS



barcelona city  
**CENTRE**  
HOSTAL

balmes 60  
www.barcelonacitycentre.com

**Barcelona City Centre.** Balmes 60  
**Hotel Axel.** Aribau 33  
**Pensión La Nau.** Rda. Sant Pere 53  
**Two Hotel Barcelona.** Calabria 90

>> DISCOS



believe  
bar club

WWW.BELIEVEBAR.COM  
BALMES-56-BARCELONA

11. **Believe bar club.** Balmes 56



METRO  
disco

bajo tierra...  
estarás en la gloria

SEPÚLVEDA, 185 - BARCELONA  
www.metrodiscobcn.com

34. **Metro Disco.** Sepúlveda 185

>> SERVICIOS / VARIOS



Viatges  
Travelling

Consell de Cent 224 - Barcelona - T. 93 453 92 07  
gayfriendly@viatgestravelling.com  
www.viatgestravelling.com

35. **Viajes Travelling.** Consell de Cent 224  
**Ricardo de la Rosa.** Abogado.  
Benet i Mateu 57 bajos

>> LESBIAN BARS

**La Rosa (L).** Brusi 39  
**La Sue (L).** Villaroel 60  
**New Bahía Bar (L).** Senca 12  
**Tu Sabes (L).** Marc Aureli 38-40

>> INFORMACIÓN GLTB

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

>> ASOCIACIONES GLTB

**ACEGAL - Associació Catalana d'Empreses per a Gais i Lesbianes**  
Diputació 163. Twww.acegal.org  
**ACATHI.** www.acathi.org  
**ACGIL.** www.acgil.org  
**ACORD.** www.acordlgtb.org  
**AFIRMA'T.** www.afirma-t.org  
**ALISE.** www.alise.cat  
**AMPGIL.** www.ampgil.org  
**Barcedona.** www.barcedona.org  
**Casal lambda.** www.lambda.cat  
**Chrysalis.** www.chrysalis.org.es  
**Famílies LGTBI.** www.familieslg.org  
**Fundació Enllaç.** fundacioenllac.cat  
**FAGC.** Verdi 88 baixos  
**Gaispositius.** www.gaispositius.org  
**GAYLESPOL.** www.gaylespol.es  
**GENEREM!.** www.generem.org  
**GAG.** www.amicsgais.org  
**Panteres Grogues.** panteresgrogues.cat  
**Stop Sida.** www.stopsida.org  
**Violeta LGBT.** www.lgtbvioleta.es

>> GUÍA DE SITGES

>> BARS  
Union Bar. St. Bonaventura, 10  
40 de Fiebre. Carrer de Sant Gaudenci, 7  
Backstage. Carrer d'Espalter, 7  
Bar 7. Carrer Nou, 7  
Bear's Bar. Bonaire, 17  
Barcode. Carrer de Sant Bonaventura, 10  
Bourbon's. St. Bonaventura, 13  
Bukkake Cruise Bar. Joan Tarrida 17  
Bunker. Bonaire, 12  
Breas' Bar. Carrer Bonaire, 17  
Beso Bar. Carrer Primer de Maig, 6  
Casablanca. Pau Barrabeig, 5  
Comodin. Tacó, 4  
Dark. Bonaire, 14  
Zona X. Carreta, 9  
El Horno. Joan Tarrida, 6  
El Piano. St. Bonaventura, 1  
Incognito. Europa 16  
La Villa. Joan Tarrida 8  
Man. St. Bonaventura, 19  
Oreka's. Bonaire 13  
Privilege. Bonaire, 24  
Prinz. Nou 4  
Queenz. Bonaire 17  
Carrusel. Joan Tarrida 14  
Seven. Nou, 7  
XXL. Joan Tarrida, 7

>> DISCOS / CLUBS

Organic. Bonaire, 12

>> RESTAURANTS

Beach House. Passeig de la Ribera, 33  
L'Angle d'Adriana. Plaça de la Indústria, 5  
Le Patio. Carrer Bonaire, 26  
Ma Maison. Bonaire, 28  
Queenz. Carrer Bonaire, 17  
SoCa. Carrer Sant Gaudenci, 9  
Yummy. Carrer de Joan Tarrida, 2

>> TIENDAS / SHOPS

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

>> GUÍA PROVINCIA GIRONA

GIRONA

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

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 Km.1

FIGUERES



TERMS SAUNA  
SAUNA

ABIERTO DE  
15.00H A 22.00H

REQUESENS 18  
17600 FIGUERES  
TEL. 972 511 705

>>SAUNAS

**Sparta.** Requesens 18

LLORET DE MAR

>>BARES  
**Bar David.** Migdia, 53  
**Incógnito.** Migdia, 44  
**La Bubu.** Areny, 33

VULPELLAC

>>DISCOS  
**Scenik.** c/Arbossos10, Nau13.

## Redes Sociales

Comparte y sigue con nosotros toda nuestra actividad en las redes sociales. Comenta o sugierenos temas para nuestros próximos artículos en la revista.

¡Queremos interactuar contigo!

Síguenos en:

revistagb



@revistagb



@revistagb







## GRAN VIAJE FOTOGRÁFICO AVENTURA Y NATURALEZA

**SUMATRA (INDONESIA)**

**LEUSER NATIONAL PARK**

BAÑO CON ELEFANTES, CASCADAS, RÍOS,  
TREKKING DE 2 DÍAS HABITAT ORANGUTANES

precio desde\*

**1550€**

Precios por persona  
Vuelo no incluido.  
Consultar oferta de vuelos  
para salidas desde Barcelona

VIAJE DE 9 DÍAS SALIDA PROGRAMADA

2 de febrero 2019

GRUPO MÍNIMO DE 12 PERSONAS

## GRAN VIAJE FOTOGRÁFICO PALACIOS Y SELVA EN LA INDIA

**DELHI, JAIPUR, TAJ MAHAL**

**Y PARQUE BANDHAVGARH**

SANTUARIO DEL TIGRE DE BENGALA DONDE  
SE INSPIRÓ "EL LIBRO DE LA SELVA"

precio desde\*

**1990€**

Precios por persona  
Vuelo no incluido.  
Consultar oferta de vuelos  
para salidas desde Barcelona

VIAJE DE 12 DÍAS SALIDA PROGRAMADAS

30 de noviembre 2018 y 1 de marzo 2019

GRUPO MÍNIMO DE 15 PERSONAS

\*CONSULTA EL PROGRAMA COMPLETO DE TODOS  
LOS VIAJES FOTOGRÁFICOS EN LA WEB, ASÍ COMO  
DE NUESTROS VIAJES CULTURALES Y ÉTNICOS



**SHIRKHAN  
TRAVEL**

[WWW.SHIRKHANTRAVEL.COM](http://WWW.SHIRKHANTRAVEL.COM)

ORGANIZADO POR

REVISTA

**QTRAVEL**

EDICIÓN DIGITAL

[WWW.QTRAVEL.ES](http://WWW.QTRAVEL.ES)



IF YOU ARE LOOKING  
FOR A GOOD TIME...  
COME & ENJOY US!



UNIQUE  
IN EUROPE



OPEN  
24HRS  
7DAYS

MAKE YOUR DREAMS CUM TRUE!

**SAUNA THERMAS**

DIPUTACIÓ 46, BARCELONA - [WWW.PASES.ES/ES/SAUNA\\_THERMAS](http://WWW.PASES.ES/ES/SAUNA_THERMAS)

ALL PROMOTIONS ARE NOT CUMULATIVE. OFFERS VALID UNTIL THE END OF THE PROMOTION / OFERTAS NO ACUMULABLES Y VÁLIDAS HASTA EL FIN DE PROMOCIÓN.  
PROHIBIDA LA ENTRADA A LOS MENORES DE 18 AÑOS. / RESERVA EL DERECHO DE ADMISIÓN. / AFORO DEL LOCAL LIMITADO.  
LOS DOMINGOS Y FESTIVOS NO SON VÁLIDAS LAS PROMOCIONES NI LOS DESCUENTOS.