

GB

men's lifestyle magazine

N.97

OCTUBRE 2012

www.revistagb.com

VIAJES

NÍMES

SALUD

BRUXISMO:

**DESCUBRE SI TU MANDÍBULA
DESCANSA LO SUFICIENTE**

REPORTAJE

Emotional Rehab

¿Quieres ser feliz? ¡Atrévete!

TIPS&TRICKS CÁRGATE DE ENERGÍA **CINE** RESIDENT EVIL: VENGANZA **MÚSICA** MUSE / KISS / STREISAND / BRANDY
ENTREVISTA ÓSCAR PEREZ **DVD** MEN IN BLACK 3 / LA FRÍA LUZ DEL DÍA **JUEGOS** 007 LEGENDS / DEAD OR ALIVE 5 / DISHONORED



ALDACRISDENTAL

TU CENTRO DE ESTÉTICA DENTAL

GRAN OFERTA

FERULA
DE
DESCARGA

Sólo 99€

**Ven con tu pareja y
llévate un 2x1**

REVISIÓN
+
HIGIENE COMPLETA

Sólo 40€

**Ven con tu pareja y
llévate un 2x1**

(blanqueamientos simultaneos)

REVISIÓN
+
HIGIENE COMPLETA

+
BLANQUEAMIENTO
DENTAL
EN SÓLO 1 HORA

Sólo 299€

ODONTOLOGÍA GENERAL - PERIODONCIA - ORTODONCIA - IMPLANTES - PRÓTESIS

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



06



14

04 TIPS & TRICKS

Cuidados para ti

06 TIPS & TRICKS. SALUD

Bruxismo: Descubre si tu mandíbula descan lo suficiente.

8 REPORTAJE

Emotional Rehab, ¿Quieres ser feliz? ¡Atrévete!

14 TRAVEL

Nîmes (Francia)

18 LIBROS

Estrevista: Óscar Pérez

20 VIDEOJUEGOS

Videojuegos para PC y Consolas

22 MÚSICA

Las últimas novedades musicales

24 CINE

La cartelera que nos llegará

28 BLUE-RAY Y DVD

Las últimas novedades en DVD

30 DVD ADULTOS

Lo más caliente para adultos

32 GUÍA GAY

Barcelona. Sitges. Girona

34 AMBIENTE

Lo más destacado del ambiente. Recomendamos: La Cubana



04

08



34



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

CALZADO PARA ESTE OTOÑO

Os presentamos dos modelos de zapatillas fusión que seguro que darán que hablar. En primer lugar las Chuck Taylor All Star from Converse, confeccionadas con una suave piel de nubuck, son lo más parecido a un guante de seda en tus pies. Otro modelo digno para este otoño son las NIKE Air Max Ltd 2 Plus en color marrón, ofrecen una discreta fusión entre zapatilla de deporte y zapato de sport. Ideal para la gente que gusta de calzar comodo con un toque de urbanidad bien entendida.



VUELTA AL COLE... RENUEVA TU BOLSA DIARIA



ADIDAS

Para aquellos que busquéis un look deportivo, no podéis dejar de tomar en consideración ésta bandolera en su color de temporada:Azul

VESPA

La bandolera más retro y con más estilo del momento. Dejaremos claro que otras épocas fueron mejor que esta.

CONVERSE

Esta bandolera te permitirá ir a juego con la mayoría de tu vestuario, aportando un look desenfadado pero correcto en toda circunstancia.

FRAGANCIAS FRESCAS Y DURADERAS



Allure Homme de Chanel

Un aroma que combina frescura con unas notas amaderadas y otras especiadas aportando un toque sensual y muy personal.



Bleu de Chanel

Un perfume cargado de un intenso espíritu masculino que ha sido creado para el hombre que lucha por su libertad.



Ck in2U Him de Calvin Klein

Una fragancia de Calvin Klein muy dinámica y vital. Una apuesta perfecta para los incondicionales de los aromas frescos.

¿DECAÍDO, CANSADO? CÁRGATE DE ENERGÍA

Leotron Energy & Beauty es un complemento polivitamínico único en el mercado por su composición, ya que combina las **vitaminas** y los **minerales** con una **sustancia antiaging**. Contiene Resveratrol, Fosfoserina, 9 Vitaminas y 6 Minerales. Sin azúcares añadidos.

Leotron Energy & Beauty, además de aportar energía y vitalidad, estimula la síntesis de las fibras colágenas por su contenido en vitamina C. Además, por contener **resveratrol** (cada comprimido contiene 5mg) tiene una **potente acción antioxidante y previene el fotoenvejecimiento**. Un complemento ideal para disminuir el cansancio y la fatiga.

BENEFICIOS DIRECTOS

Leotron Energy & Beauty está indicado especialmente para un público joven, que cuida de su aspecto y que practica regularmente algún tipo de deporte o ejercicio físico. Con **Leotron Energy & Beauty** obtendrás de forma inmediata:

- ▶ POTENCIA LA ENERGÍA Y LA VITALIDAD
- ▶ REFUERZA EL FUNCIONAMIENTO DEL SISTEMA INMUNOLÓGICO
- ▶ ACTÚA CONTRA LOS RADICALES LIBRES DEL ENVEJECIMIENTO CELULAR
- ▶ ACCIÓN ANTIOXIDANTE
- ▶ ESTIMULA LA SÍNTESIS DE COLÁGENO





Bruxismo y disfunción craneomandibular
**DESCUBRE SI TU MANDÍBULA
DESCANSA LO SUFICIENTE**

Los desórdenes craneomandibulares son enfermedades que afectan a la articulación que conecta la mandíbula con el cráneo, a los músculos de la masticación y a las estructuras de la boca (dientes, encía...). El síntoma más frecuente es el dolor, pero también la limitación en la apertura y los movimientos de la boca y los ruidos: crepitaciones, chasquidos... Y, además, puede originar molestias y dolor en otras zonas del cuerpo, como el oído, la mandíbula, la cabeza, la espalda o el cuello.

A veces, estos problemas coinciden también con otras alteraciones craneofaciales, reumatológicas o psicológicas, que hacen necesaria la intervención de otros profesionales.

¿POR QUÉ SUCEDE?

Las causas no están claras y no se puede hablar de un único factor en su aparición. Pueden deberse a un excesivo movimiento de la mandíbula, a traumatismos, a hábitos como comerse las uñas o sujetar objetos con los dientes, al bruxismo, a posiciones anormales de la mandíbula... El estrés no ha sido directamente relacionado con su aparición, pero sí puede tener mucho que ver con que se mantengan y empeoren sus síntomas. También algunas alteraciones anatómicas favorecen su aparición.

¿CÓMO SE REALIZA EL DIAGNÓSTICO?

Generalmente con **una visita a tu dentista será suficiente para detectarte el problema** de Disfunción Craneomandibular o Bruxismo. Con una simple exploración ya estarás listo.

¿EN QUÉ CONSISTE EL TRATAMIENTO?

En numerosas ocasiones, se trata de procesos que curan solos o que varían con las circunstancias del paciente. A pesar de que una gran parte de la población presenta signos y síntomas de una Disfunción Craneomandibular, sólo un pequeño porcentaje precisa tratamiento. La mayoría presenta chasquidos que permanecerán estables o disminuirán simplemente siguiendo unos consejos y cuidados. El tratamiento es más complicado cuanto más crónico es el trastorno, por lo que es aconsejable acudir a un especialista al notar los primeros síntomas. Los criterios de tratamiento son parecidos a los de otros problemas traumatológicos o reumatológicos: disminuir la sobrecarga en las articulaciones y en los músculos para restaurar la función perdida y recuperar las actividades diarias. Cada cuadro concreto necesita un tratamiento específico, que puede variar pero la mayoría mejora sustancialmente con una férula de descarga.

¿QUÉ ES UNA FERULA DE DESCARGA?

Las **férulas de descarga** bien ajustadas **son el medio de prevención y curación más eficaz** de estos problemas. Son aparatos rígidos y están hechas a la medida de los dientes del paciente, **se debe colocar al acostarse** para que las piezas dentales no friccionen entre sí, lo que **evita el desgaste y sirve para relajar los músculos y las articulaciones de la mandíbula**. Son parecidos a los protectores bucales que utilizan los boxeadores o deportistas de élite, pero mucho más ajustados a tu dentadura.

¿CÓMO PUEDES SABER SI LO SUFRES?

¿Tienes dificultad o dolor al abrir la boca, por ejemplo al bostezar?

¿Tu mandíbula se bloquea?

¿Tienes dificultad y/o dolor al masticar, hablar o usar la mandíbula?

¿Notas ruidos o chasquidos, al abrir o cerrar la boca o al masticar?

¿Sientes rigidez, tirantez o cansancio en los maxilares? ¿Te duelen los oídos, las sienes o las mejillas?

¿Has sufrido un traumatismo en la cabeza, el cuello o la mandíbula? ¿Has observado cambios en tu mordida o dientes

sensibles? ¿Eres nervioso, estás estresado?

Cuantas más veces contestes sí, más probable es que padezcas una Disfunción Craneomandibular.

PARA CUIDARTE

Evita malos hábitos: morderte las uñas, tomar chicle, masticar sólo por un lado, colocar mal la lengua al tragar o respirar por la boca. No abras excesivamente la boca cuando comas, por ejemplo, bocadillos gruesos, frutas... Mantén la mandíbula relajada, con los dientes un poco separados. Descansa bien. Duerme de lado, con almohada para que la cabeza y la columna estén paralelas al colchón. Huye de la automedicación y el abuso de estimulantes (café, refrescos, taurinas, etc...). **Visita al dentista dos veces al año y mantén una higiene adecuada.** Con estos sencillos consejos podrás mejorar en tus molestias.

BRUXISMO: ¿POR QUÉ APRIETAS LOS DIENTES?

El hábito de apretar o rechinar los dientes es una de las causas más habituales de desórdenes craneomandibulares. **El bruxismo provoca el desgaste de las piezas hasta el punto de limar por completo la superficie dental.** Además, el paciente puede sufrir cefaleas, problemas en la articulación de la mandíbula, sensibilidad acusada en los dientes, dolores de oídos...

Diurno o nocturno. El primero se relaciona con el estrés y se manifiesta como un problema de apretar los dientes más que de rechinarlos. El nocturno es una disfunción del sueño: durante algunas fases del descanso se aprietan o rechinan los dientes de forma incontrolada y con violencia, hasta llegar a fracturar las piezas. Se pueden dar los dos tipos en el mismo paciente.

Las causas. El diurno puede estar relacionado con el estrés, pero en el nocturno se desconoce la causa. La experiencia apunta a un factor genético relacionado con la conducta como posible inductor del problema.

A quien afecta. La verdad es que nadie está a salvo de padecer un problema de Disfunción Craneomandibular o Bruxismo. Lo importante es saberlo detectar a tiempo para que no se tenga ninguna complicación. Para ello no olvides visitar a tu dentista una vez al año como mínimo.



Emotional Rehab

(para gays)

MI PRÁCTICA PROFESIONAL Y MI PROPIA VIDA PERSONAL ME HAN IDO ENSEÑANDO QUE UNA DE LAS CLAVES MÁS IMPORTANTES PARA EL BIENESTAR PSICOLÓGICO ES, SIN LA MENOR DE LAS DUDAS, UNA ADECUADA GESTIÓN EMOCIONAL. HASTA TAL PUNTO ES IMPOSIBLE QUE NUESTRA VIDA SEA TOTALMENTE SOSEGADA, QUE QUIENES QUIEREN UNA VIDA ASÍ... SE VAN A UN CONVENTO. HOY TRATAREMOS DE QUE NO NECESITES RECLUIRTE PARA ENCONTRAR PAZ EMOCIONAL Y QUE TU REHABILITACIÓN EMOCIONAL ESTÉ UN POCO MÁS A TU ALCANCE. ¿QUIERES SER FELIZ? ¡ATRÉVETE!

por **Gabriel J. Martín**, psicólogo. Especialista en psicología del hombre gay.

La vida cotidiana tiene altibajos emocionales a lo largo no sólo de los días sino también a lo largo de las horas. Despiertas excitado, la ducha te relaja, caminas sintiéndote ecuánime, te sientes triste porque te dan una mala noticia, luego te recompones y te sientes sosegado. A la tarde igual alguien te hace una putada y te enfadas muchísimo pero, al salir el trabajo, se lo cuentas a un amigo mientras tomáis una cerveza y te pones contento. Una cadena de emociones diferentes en dependencia de los sucesos y de los contextos en los que te encuentres.

Una de las formas de apaciguar estas montañas rusas emocionales es vigilando los contextos en los que uno se desenvuelve. De hecho, una gran parte de la mala literatura de autoayuda (también la hay buena, no soy tan crítico) se basa en que selecciones bien tu contexto: ¿cómo te sentirás bien? ¡Rodeándote de gente positiva!... ¡Y el autor se queda tan ancho! Naturalmente que es genial estar rodeado de gente positiva, constructiva, equilibrada, sensata... pero no podemos, en absoluto, garantizarnos que así sea siempre. De hecho, las únicas personas con las que puedes elegir relacionarte son los amigos. Ni los vecinos, ni los familiares, ni los compañeros de clase, ni los compañeros de trabajo podrás elegirlos. Así que pensar que para ser feliz hay que rodearse de gente "positiva" es, como mínimo, una ingenuidad.

Otra de las maneras habituales para lograr lo anterior es la de la supresión de las emociones (o su "control"). Sin embargo creo que esta perspectiva es muy poco recomendable porque las emociones tienen una doble función importantísima: la de mensajeras y la de motivadoras. Las emociones (del latín e-motio) es aquello que nos pone en movimiento, lo que nos motiva a iniciar un camino, una acción, un trabajo para lograr un objetivo. Sin emociones seríamos unos maravillosos meditadores y

contempladores (es la típica del budismo hinayana y de muchas corrientes esotéricas y de New Age) pero estaríamos muy poco vivos, muy poco en contacto con lo que el ser humano es realmente. Sin emociones no solamente nos perderíamos todo el universo afectivo, sentimental y emotivo del ser humano, sino que tampoco nos moveríamos por nada. Cuando sentimos ansiedad, nos ponemos las pilas, nos activamos, "nos buscamos la vida". Si tu relación de pareja ha sufrido un revés, vas a sentirte fatal hasta que lo hayas resuelto. Tendrás ganas de llorar, perderás el apetito, entrarás en un estado de disforia que sólo se solucionará cuando hayas resuelto el problema con tu novio. Ésa es la función de las emociones: obligarte a que soluciones aquello que te genera malestar o motivarte a esforzarte por aquello que te produce bienestar. En ambos casos nos envían mensajes en forma de "estado emocional" que nos hacen darnos cuenta de que hay algo en nuestras vidas que debemos trabajarnos.

Yo, personalmente, creo que una de las mejores maneras de gestionar tus emociones es la del aprendizaje de la convivencia emocional: aceptar las propias emociones y no huir de ellas por más que nos generen malestar. Es la opción que más difícil resulta, la que más disciplina requiere pero la más útil. No podemos huir de las emociones, no debemos huir de las emociones así que iintegrémoslas en nuestras vidas! Escuchas canciones de amor y hablan de ausencias dolorosas, de esperas insufribles, de noches desiertas y de vidas que pierden el sentido cuando desaparece el ser amado. ¿Son ñoñerías? No, son lo que nos suceden a todos cuando nos enamoramos y eso (enamorarnos) a no ser que roces la patología o seas un "pelín autista y vayas siempre a tu puta bola" es lo que nos sucede a todos nosotros. Bueno, a todos no: a los que nos atrevemos a enamorarnos por más que nuestra vida pueda llegar a convertirse en un tsunami emocional. Si quieres



disfrutar de lo más hermoso del ser humano debes asumir - también- su vulnerabilidad.

Y, de eso, vamos a hablar en este artículo. De cómo navegar las emociones para poder vivir el lado más hermoso de las experiencia humana.

EMOTIONAL REHAB

Una de las cosas que más trabajo en consulta es la rehabilitación emocional, de ahí el título del artículo. **Por "rehabilitación emocional" debemos entender "el proceso a través del cual, una persona que ha sufrido daños en la funcionalidad de su sistema emocional, los subsana hasta poder tener una vida emocional satisfactoria".** Que sea un proceso significa (a) que es una sucesión de tareas que deben realizarse para conseguir un objetivo y (b) que estas tareas siguen un orden determinado de manera lógica. Es una especie de "no puedes cuajar una tortilla si, previamente, no has batido los huevos" pero en emociones. Al final, este proceso se ha convertido en un Programa de Rehabilitación Emocional para Gais del que podemos hablar en mayor profundidad cuando tú quieras.

El sentido de un programa de este tipo se fundamenta en lo dañado que termina nuestro sistema emocional por el hecho de ser gays en un contexto que no estaba preparado para nosotros. Es cierto que ser gay (en absoluto!) supone ningún tipo de predisposición para padecer trastornos emocionales pero también es cierto que padecer acoso, estar discriminado, haber sufrido insultos (o incluso agresiones), haberte visto negado (o rechazado) por tus padres y familiares más cercanos, hace que tu sistema emocional sufra un deterioro importante. Y muchos de nosotros,

por el hecho de ser gays, hemos sufrido una o varias de estas situaciones. Así que podemos concluir que, secundariamente al hecho de ser gay (como "daño colateral"), muchos de nosotros sufrimos deterioro emocional.

He de decir que este deterioro puede presentarse de múltiples maneras que van desde el neuroticismo más exacerbado (una incapacidad de controlar las emociones al estilo de una buena "drama queen") hasta el miedo a relacionarse como evitación de la posibilidad de ser herido, pasando por la timidez, los problemas de ansiedad, los ataques de pánicos, las fobias, etc.

UN PROGRAMA DE REHABILITACIÓN EMOCIONAL PARA GAIS

Si vienes a mi consulta y te pongo en el PRE (Programa de Rehabilitación Emocional), te haré pasar por un proceso a través del cual trabajaremos el control emocional, la asertividad, la autoestima, la anhedonia, las relaciones y tu filosofía de vida. Veamos cada uno de esos puntos para que comprendas la importancia de cada uno de ellos en tu vida emocional.

1. Control Emocional.

La importancia de un buen control emocional la hemos comentado anteriormente ("Estoy atacao", Gay Barcelona, nº 91, abril 2012) y tiene mucho que ver con la idoneidad de aquello que hacemos para reducir nuestras emociones más negativas y potenciar las más positivas. A menudo, por huir de nuestras emociones negativas (miedo, ira, ansiedad) hacemos cosas de las que posteriormente nos arrepentimos o dejamos de hacer cosas que os podrían hacer felices. Un caso muy claro es el enamoramiento. Si te enamoras vas a tener los nervios de punta cada día, una palabra suya en un sentido que no esperas puede



desencadenarte una reacción de pánico, si discutes con él te vas a sentir tan mal que -probablemente- llores mucho. Os pelearéis y os reconciliaréis porque es normal discutir y hacer las paces, vas a vivir una cantidad de subidones y bajones emocionales que, o estas muy preparado para gestionar (y soportar) esto, o vuestra relación no superará nunca las inquietudes, irregularidades y dificultades normales de las primeras semanas (o meses). O estas preparados para aguantar el tipo emocional o no profundizarás en tus relaciones. De la misma manera, si ante cualquier problema cotidiano se te disparan los niveles de estrés hasta extremos insoportables, no podrás hacer frente a la mayoría de las dificultades de la vida cotidiana, ni los problemas habituales del trabajo. Ni nada de nada. Así, en consulta, trabajamos (a) la expresión constructiva de emociones y sentimientos a través de ejercicios de expresión emocional, (b) el equilibrio emocional para mantener los niveles de ansiedad/tristeza en límites soportables y (c) la hiperactivación fóbica. Durante todo el proceso, procuramos desarrollar una de las características de las personas emocionalmente inteligentes (sería el punto "d") a través del desarrollo de un léxico emocional: saber reconocer (poner nombre) a nuestras emociones, nos ayuda a gestionarlas y mantener nuestro equilibrio emocional en niveles óptimos. En resumen: si las secuelas de nuestra biografía nos provocan reacciones emocionales que no somos capaces de apaciguar (ni soportar), no podremos afrontar situaciones de la vida cotidiana hasta el punto de que, nuestra necesidad de evitarlas, nos impedirá cosas como vincularnos emocionalmente con otras personas o aguantar el estrés de una profesión llena de retos.

2. Asertividad.

La asertividad es un estilo comunicativo que se sitúa en el punto medio entre dos extremos: la pasividad y la agresividad. Una

comunicación pasiva es una comunicación donde permitimos ser avasallados, ofendidos o agredidos sin ser capaces de defendernos de ello. Es el ejemplo típico de aquellos que "no saben decir no". Por el contrario, el estilo agresivo se caracteriza por ser impositivo, avasallador y por coaccionar a los demás para que se comporten conforme a nuestro parecer. Entre estos dos extremos se sitúa el estilo relacional asertivo, que se fundamenta en hacer respetar nuestras opiniones y posicionamientos sin imponérselos a los demás ni agredirlos. Un hombre que sabe defender sus posturas sin imponerlas es un hombre asertivo. Hay un libro que aconsejo a menudo y es "La Asertividad: expresión de una sana autoestima" de Olga Castanyer (Ed. Desclee de Brouwer), con él podrás ayudarte a tener una mejor autoestima a través de una mejor asertividad. De hecho, la autoestima y la asertividad están tan relacionadas que aquella es el núcleo del tercer paso del programa.

3. La autoestima.

La autoestima es el afecto que sientes hacia ti mismo y se fundamenta, básicamente, en tu autoconcepto. Si tienes un buen autoconcepto, si piensas bien de ti mismo, te querrás. Si tu autoconcepto está distorsionado, por ejemplo, por la homofobia interiorizada, es probable que tengas una baja autoestima. También hay un libro muy bueno sobre autoestima y, aunque su título suene excesivamente a "libro de autoayuda", el contenido es realmente bueno: "Enamórate de ti" de Walter Riso, (Ed. Planeta). Si lo recuerdas, hemos dedicado algún espacio a la homofobia interiorizada (Gay Barcelona nº 90, marzo 2012) y explicábamos que se trata de la interiorización de los prejuicios homofóbicos de nuestro entorno sin que seamos conscientes de ello, pero afectando a cómo pensamos de nosotros mismos. La homofobia interiorizada nos hace sentir avergonzados de, por ejemplo, que nos vean de la mano con otro hombre por la calle, y ataca



directamente a nuestra autoestima. Este punto es tan importante y nos afecta tanto que le dedico talleres monográficos para ofrecer herramientas a mis pacientes con las que poder trabajarlos.

4. Anhedonia.

La anhedonia, como trastorno, es la incapacidad de disfrutar de los placeres de la vida. Históricamente, el hedonismo ha sido algo muy criticado por la cultura cristiana en la que hemos crecido. Claro que también lo ha sido la homosexualidad y, si están radicalmente equivocados en su concepto de la homosexualidad, ¿por qué no iban a estarlo en su concepto del hedonismo? El ser humano tiene la capacidad de disfrutar de los placeres que el entorno le ofrece: placeres sensoriales (comida, bebida, música, ropa, etc.), placeres estéticos (la belleza en todas sus manifestaciones, el arte, los paisajes), placeres emocionales (sentirse querido, reír, ilusionarse) y placeres sociales (conseguir logros, destacar en algo, tener buenos amigos, salir en grupo). Disfrutar de estos placeres es algo absolutamente imprescindible para un buen funcionamiento emocional. Autorreforzarnos, darnos gustirrinines de vez en cuando, sentir que nos quieren, reír, abrigarse bajo una manta en el sofá viendo una peli, son placeres que no solamente nos hacen la vida más cómoda sino que fortalecen nuestro sistema emocional. Son su combustible, la reserva de energías para poder mantenernos optimistas y animosos cuando vengan momentos malos. Si todo lo que te ocurre son problemas y nunca te das un gusto ¿en qué clase de mierda se ha convertido tu vida? Equilibrar estos aspectos depende de ti así que no hagas caso a los colgados esos que aseguran que debemos mortificarnos en este valle de lágrimas y déjales con sus cilicios mientras tú sales a tomar unas cañitas con la gente que te quiere (que te lo has ganado y tu sistema emocional te lo agradecerá). Ten tu punto hedonista y disfruta de las maravillas de la Creación. Para eso se hicieron.

5. Relaciones constructivas.

A menudo, me llegan hombres a la consulta que me manifiestan problemas sentimentales y una biografía de fracaso amoroso. Cuando les planteo el programa de trabajo hago mucho hincapié en los puntos anteriores: control emocional, asertividad y autoestima/autoconcepto. Algunos piensan que les voy a instruir en técnicas de flirteo (bueno, lo hago, pero no es tan importante como lo demás) así que les tengo que explicar que sus problemas no están en no saber iniciar una conversación o cómo funciona el juego de las miradas, sino en la seguridad y autoconfianza con la que se relacionan con el otro hombre. Si te fijas, todos los puntos anteriores seguían un hilo que conducía a tener relaciones sociales y sentimentales constructivas: gestionar bien tus emociones para no salir corriendo ante el primer problemilla, comunicarte (con los demás) de una manera asertiva, tener un buen concepto de ti mismo para saber que tienes mucho bueno que dar, disfrutar de los placeres de la vida (que suelen ser acompañados), todo conduce a que seas capaz de construir relaciones con personas adecuadas, capaces de nutrirte y que no te roben ni tiempo ni energías. El hombre es un ser social y, por tanto (como los delfines) donde mejor se encuentra es en su manada, relacionándose con los demás. Estamos programados genéticamente para ello así que lo mejor es aprender a detectar aquellas disfunciones que una biografía de rechazo nos acarrea y, una vez sobrepuestos de ellas, ser capaces de mantener relaciones sensatas y reforzantes. Lo bueno de este punto es que, por más doloroso que resulte afrontar nuestras disfunciones (p.ej: dependencias afectivas o miedo al compromiso) una vez que lo hacemos, el resultado es tan gratificante (un vínculo profundo con otro hombre, un buen círculo de amigos) que tenemos toda la motivación del mundo para afrontar nuestras disfunciones.



6. Filosofía de vida.

Pues sí, una filosofía de vida es importantísima para un adecuado control emocional porque tienen que ver directamente con nuestro sistema de valores y, por tanto, con aquello que consideramos bueno y valioso. Además, todos necesitamos un sistema de creencias que nos permita encuadrar los eventos de nuestra vida y darles su valor. ¿Por qué nos pasa X? Por que lo quiere Dios, por que es nuestro karma, por que la Sabiduría Universal nos muestra una lección a través de ello, por pura casualidad, por que pertenecemos a un sistema relacional basado en razones económicas que lo hacen suceder así... vas a encontrar tantos tipos de explicación como tipos de filosofías de vida: religión, esoterismo, economicista, mecanicista, etc. A menudo nos perdemos buscando la “filosofía correcta” cuando resulta que todas tienen parte de razón y parte de error (cosa que indica que ninguna es la correcta porque todas son insuficientes). Lo importante es que encuentres la tuya, la que te haga sentir cómodo. Una filosofía de vida no es una verdad absoluta que nos hace entender la realidad completa (por más que insistan en lo contrario los líderes filosóficos y religiosos) sino el cristal a través del cual tú quieres ver y entender tu mundo, tu pequeño trozo de mundo y que nunca se parecerá en nada al pequeño trozo de mundo de un niño keniano o el de una operaria de una fábrica china. La filosofía de vida tiene más que ver con aquello en lo que la vida te ha convertido que con aquello que quieren enseñarte. ¿Cómo te ha construido tu vida? ¿Son importantes para ti los valores familiares? ¿Destinarás tiempo y esfuerzos a crear una familia? ¿O, para ti, es más importante la proyección profesional? ¿O ayudar a luchar contra la pobreza en tu barrio? Lo que para ti es importante no tiene por qué ser importante para otros ¡y viceversa! Lo único importante es que dé sentido a tu vida, que

te haga sentir que estás haciendo lo correcto y que te proporcione satisfacción personal y sentimientos de orgullo. Porque, lo que de verdad importa, es que te sientas orgulloso del hombre en el que –a pesar de todo lo que pudiera haberte sucedido– te has convertido finalmente. No tienes que lanzarte a predicar el amor universal por el mundo con una túnica y unas sandalias para sentirte orgulloso. Puedes tener una familia a la que cuidas con todo tu amor o unos amigos para los que siempre estás. O una profesión en la que pongas lo mejor de ti mismo para que otros muchos sean algo más felices. Lo único que importa es que, en tu modo de ver el mundo, cada noche al acostarte, te sientas orgulloso de quien eres. Que en cada problema, te sientas orgulloso de cómo lo has afrontado. Y en cada miedo, te sientas orgulloso de haber intentado sobreponerte. Lo único importante es que sepas que, según tu sistema de valores, eres alguien bueno y valioso que, indiscutiblemente, merece ser amado.

¿QUIERES SER FELIZ? ¡ATRÉVETE!

Si tuviera que resumir el Programa de Rehabilitación Emocional para Gais lo haría con la expresión: “¿Quieres ser feliz? ¡Atrévete!” Las cosas que más felices nos pueden hacer son aquellas que más miedo nos provocan porque son las que más fuertemente nos atrapan. Hay una escena en “Amor ciego” donde Gwyneth Patrol (después de una noche de amor) dice: “...da un poco de miedo, pero en el buen sentido: es bonito tener tanto que perder”. Por aquí va la cosa. Que no se te olvide nunca: si quieres disfrutar de lo mejor del ser humano, tendrás que afrontar su vulnerabilidad. Quiérete mucho, maricón. Hasta prontito.

sex store CITY OF LOVE



disfruta un
huevo

Tenga Eggs desde 5€



tu nuevo mejor
amigo

Dildos desde 9,95€



¿cuál es tu
código?

Jockstraps desde 12,50€



terapia de
relajación

Selección de lubricantes
y relajantes anales



lubrica tu
pasión

Lubricante Body Ars
desde 5,95€



un sueño hecho
dvd

Dvds desde 4€



hazte con las últimas
NOVEDADES

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

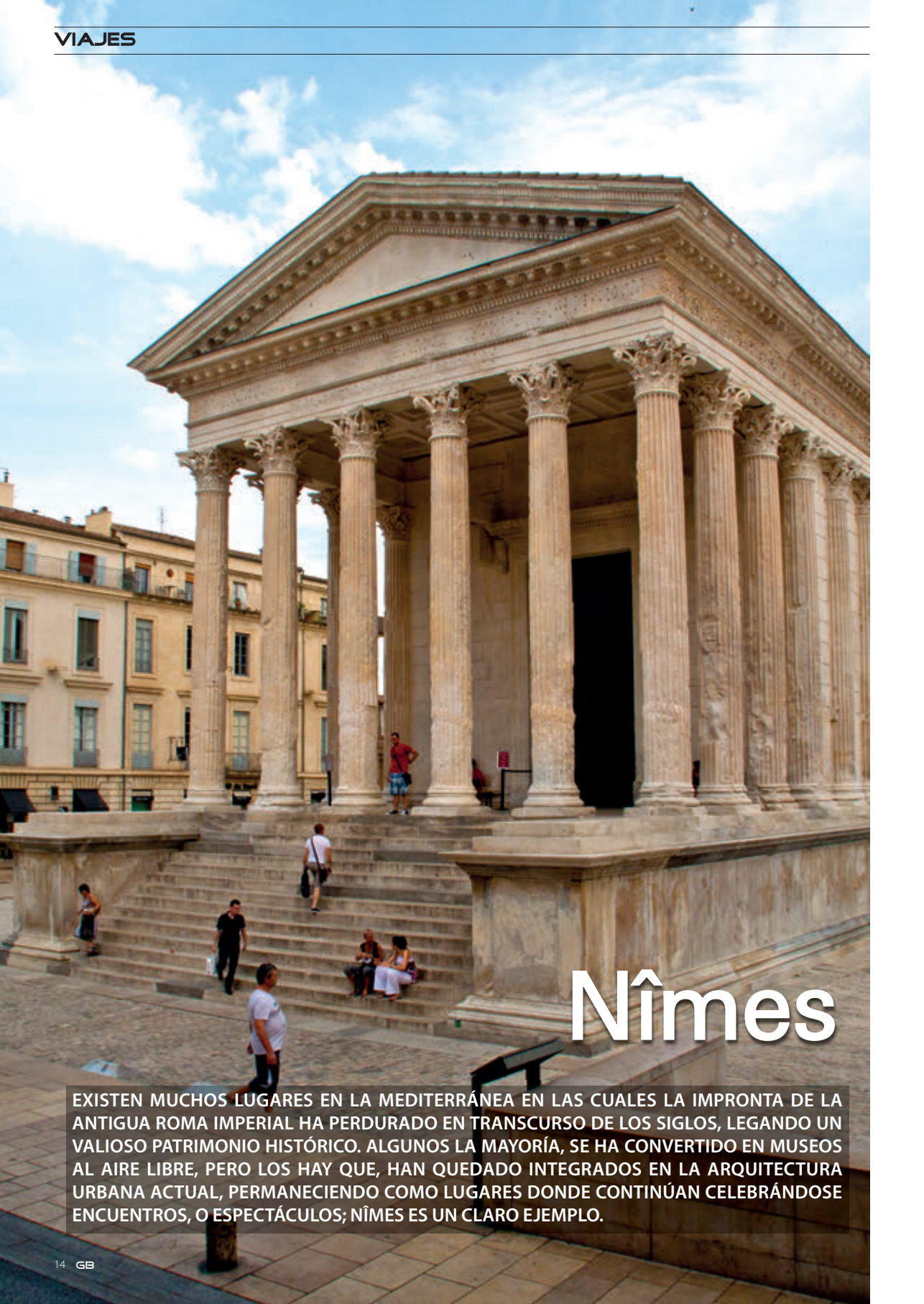
leather - rubber - bears - fetish - lencería

Lunes a viernes: 11.00 h. a 22.00 h.
Sábados: 10.30 h. a 22.00 h.
Domingos y festivos: 12.30 h. a 21.30 h.

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

ABIERTO TODOS LOS DÍAS
OPEN EVERY DAY





Nîmes

EXISTEN MUCHOS LUGARES EN LA MEDITERRÁNEA EN LAS CUALES LA IMPRONTA DE LA ANTIGUA ROMA IMPERIAL HA PERDURADO EN TRANSURSO DE LOS SIGLOS, LEGANDO UN VALIOSO PATRIMONIO HISTÓRICO. ALGUNOS LA MAYORÍA, SE HA CONVERTIDO EN MUSEOS AL AIRE LIBRE, PERO LOS HAY QUE, HAN QUEDADO INTEGRADOS EN LA ARQUITECTURA URBANA ACTUAL, PERMANECIENDO COMO LUGARES DONDE CONTINÚAN CELEBRÁNDOSE ENCUENTROS, O ESPECTÁCULOS; NÎMES ES UN CLARO EJEMPLO.



Existen muchos lugares en el mediterráneo en los que la impronta de la antigua Roma Imperial ha perdurado en el transcurso de los siglos. Un legado valioso y un gran patrimonio histórico. Algunos, la mayoría, se han convertido en museos al aire libre. Pero no hay que han quedado integrados en la arquitectura urbana actual, permaneciendo como lugares donde continúan celebrándose encuentros o espectáculos. Nîmes es un claro ejemplo.

Acariciada permanentemente por los rayos del sol del Mediterráneo, Nîmes, nos invita a compartir la energía que se percibe al deambular por sus calles y plazas del casco viejo. No fue casual que se eligiera este lugar para ser una colonia romana. Su estratégica ubicación formaba parte de la ruta que, proveniente de la península Itálica, continuaba hacia Hispania y que era conocida como Vía Domitia. Una de las circunstancias que determinó su origen, fue la copiosa cantidad de agua que brotaba de la fuente que dedicaron al dios Nemausus. Dio origen al nombre de la colonia y favoreció el desarrollo del enclave hasta que, en el siglo II, se convirtió en ciudad durante la época del emperador Antonio Pio.

La singularidad de su fundación se origina prácticamente en los albores del nacimiento del Imperio Romano. En gratitud a las legiones victoriosas por la conquista de Egipto, tras la derrota de las legiones de Marco Antonio y el ejército de la Reina Cleopatra, Cesar Augusto otorgó a los legionarios licenciados la ciudadanía romana y la colonia de Nemausus como recompensa por sus servicios. Por ello el escudo de la ciudad se representa con un cocodrilo encadenado a una palmera de la que pende una corona de laurel con la inscripción "Col-Nem".

ARENA DE NÎMES

Destacan de aquella época dos espléndidas construcciones que han llegado a nuestros días casi en perfecto estado de conservación. La Arena de Nîmes o Circo Romano, es sin duda el más representativo legado hasta nuestros días como uno de los mejores conservados y más grandes de lo que fuera la Galia Romana con capacidad para 20.000 espectadores. Durante la temporada de las corridas de toros, los más ilustres maestros del arte del toreo pasan por esta arena. La afición por la tauromaquia está muy arraigada en la ciudad y la región de la Camargue donde existen ganaderías de toros que pastan en semilibertad. Muestra de ello es el ambiente que se respira en los alrededores de la plaza de Nîmes. Restaurantes, hoteles y bares lucen por doquier motivos taurinos, fotografías de las que fueron y son leyendas del toreo, capotes, muletas decoran las paredes de los más lujosos establecimientos.

La recreación de los espectáculos propios de la antigua Roma, tienen en este Circo un claro exponente. Las visitas guiadas por el recinto nos muestran como y por qué se construyeron tan colosales edificaciones. Se nos agolpan los recuerdos vívidos cinematográficamente de la lucha de gladiadores, cuya realidad dista mucho de lo que el cine nos ha mostrado. Ubicado en la planta baja, se encuentra un centro de interpretación en el que encontraremos elementos donados por maestros del toreo, trajes de luces, capotes, zapatillas, muletas, banderillas y estoques que lucen expuestos en vitrinas. La sala está ambientada con una pantalla de proyecciones en la que se visualizan momentos estelares de los diestros que por aquí han pasado, así como de los



eventos populares que se celebran en la comarca con el toro como protagonista.

DESCUBRIENDO NIMES

Un paseo por el casco viejo es sin duda la mejor forma de conocer la ciudad. Saliendo de las Arenas, por la Rue de las Arenas, en dirección norte, se encuentra la Place du Marche. Sus cafés y terrazas están siempre repletas y animadas con turistas que degustan una café o simplemente una cerveza. Los niños corretean alrededor de la fuente con la escultura de un cocodrilo, el esplendido tiempo alegra la vida en el centro de la ciudad. A pocos metros se ubica el ayuntamiento, en su patio central las mariposas decoran un pequeño huerto con la variedades cultivadas en la zona a modo de museo. En la escalera que da acceso a las dependencias superiores, el emblema de la ciudad, el cocodrilo, esta vez disecado decora el techo y las paredes desde 1815.

Las calles adyacentes al ayuntamiento albergan pequeños comercios, anticuarios, pastelerías, perfumería, locales comerciales, restaurantes y bares, de planta muy actualizada y moderna, que curiosamente se emplazan en edificios realmente muy antiguos, algunos de la edad media. Del período renacentista, hasta la opulencia de los siglos XVII y XVIII, encontramos numerosos palacetes perfectamente conservados que actualmente son de uso privado como apartamentos o casas y que el ayuntamiento prima por su conservación. Seguimos deambulando por las calles de la ciudad y el imperturbable legado de Roma se alza ante nuestra vista, nos

encontramos ante la Maison Carrée. Su construcción destaca sobre otras construcciones de su época. Desde aquí se dominaba el foro de la ciudad antigua y su plaza que era el centro de la vida pública que fue construida en el siglo primero de nuestra era y dedicada a los sobrinos del Emperador Augusto, Caius y Lucius César. Conservado casi intacto en su totalidad, es de diseño elegante y armónico en el que sobresale la belleza de sus capiteles corintios que rematando sus columnas. En su interior se proyecta a diario una película inédita en 3D en la que revive la Historia de Nîmes hasta la actualidad.

MUSEO DE BELLAS ARTES

Una cita indispensable en la visita de la ciudad, es el Museo de Bellas Artes que está situado muy cerca del Circo Romano. En su planta baja, se encuentra uno de los mosaicos más grandes y mejor conservados de la época romana, es la "boda de Admeto" que ocupa la parte central del Atrio.

Este museo alberga un gran número de obras francesas, flamencas, holandesas e italianas que abarcan un período desde el siglo XVI hasta el XIX. Destacan sus exposiciones itinerantes provenientes de colecciones particulares como la de Anne Gruner Schlumberger, dedicada al cubismo. Obras maestras de Henri Laurens, Max Ernsts, Fernad Léger, Pablo Picasso, Victor Bauner entre otros, otorgan a este museo ser el segundo en importancia del Languedoc. El Museo de Bellas Artes es un legado de Robert Gower que hizo a la ciudad en 1869, posteriormente ha sido remodelado y rehabilitado para así poder albergar tan esplendidas exposiciones.



MÁS INFORMACIÓN

CÓMO LLEGAR

En tren, desde Barcelona a Figueres-Vilafant en tren lanzadera y luego en tren TGV hasta Nîmes en alta novedad.

En avión, existen 2 aeropuertos que están próximos a la ciudad, son Nîmes, Montpellier

Por carretera, Barcelona, Nîmes por la autopista, AP7 dirección Francia la Jonquera, continuando por la A9 hasta la salida 25 Nîmes Ouest hasta la A54 siguiendo los indicadores hasta la ciudad.

DÓNDE DORMIR

En el Hotel Le Cheval Blanc, ubicado en el número 1 de la plaza de las Arenas, delante mismo del Circo Romano y Plaza de Toros, solo por su ubicación merece la pena, ambientado con motivos taurinos capotes y muletas decoran sus paredes.

DÓNDE COMER

Nîmes, dispone de una excelente oferta de restauración, sin ir más lejos el propio **Hotel Le Cheval Blanc**, dispone de un restaurante en el cual podremos degustar las especialidades de la región como son la Brandade de Nîmes, exquisito plato elaborado con bacalao y aceite de oliva. Otro de los platos por excelencia es la Cassoulete, que pasa por ser uno de los platos más exquisitos del Languedoc, las judías blancas de "Lingot" mezcladas con un confit de pato, chorizo, perdiz o cordero, todo ello guisado a fuego lento en una típica cazuela de barro, a buen seguro deleitará los paladares más exigentes.

QUÉ VISITAR

El Circo Romano

www.culturespaces.com

La Maison Carrée

Place de La Maison Carrée

Museo de Bellas Artes

Rue Cité Foulc

El Museo de Arte Contemporáneo

Carrée d'Art 16, Place de La Maison Carrée

Museo Arqueológico

13 bis bd Admiral Coubert

Museo de las Culturas Taurinas

6 rue Alexandre Ducros

El Museo Viejo de Nîmes

Place aux Herbes

MÁS INFORMACIÓN

Delegación para España del Sud de France Languedoc-Roussillon

c/ Fontanella 21-23, 4º 3ª - 08010 Barcelona

Tel. 93 304 04 54

www.sunfrance.com

GUÍA GAY

BARES

Bar Le Rezo

2, rue Notre Dame.

Le Dip Lounge

41 bis, Rue Emile Jamais.

DISCO / CLUB

Lulu Club

10, rue de la Curaterie.

SEXCLUB

Metalik

15 rue Colbert

RESTAURANT

Bel Ami Café

8, rue de la Maison Carrée.

SAUNA

Fahrenheit 212

1606, avenue Maréchal Juin.

Nîmes Sauna Club

7, rue Fernand Pelloutier.

MODA

La Garçonne

28, rue de la Madeleine.

Stéphane Stéphane Mode

10, rue du Chapitre. Nîmes

ALOJAMIENTO

Chambre d'hotels Nuit à Nîmes

7, rue de la Madeleine

Maison d'hotels de l'Anglade

3, rue du Porche



ENTREVISTA: Óscar Pérez, gurú de la literatura GLBT en España

Óscar Pérez dirige y es uno de los fundadores de Odisea Editorial desde sus inicios. Hemos hablado con él para que nos cuente cómo ve el panorama literario gay en estos momentos y nos adelante algunas de las apuestas de futuro de la editorial.

Llevas ya catorce años publicando libros de temática gay. ¿Cómo crees que ha evolucionado la literatura gay en estos años?

La verdad es que hemos pasado desde los años noventa en los que no quería distribuirnos nadie a que a finales de los dos mil seamos una editorial de moda con escritores como Jean Genet, André Gide, y muchos escritores nuevos como Óscar Hernández con *El viaje de Marcos*, que ha

sido nuestro mayor éxito, o Carmen Nestares con *Venus* en Buenos Aires, nuestro libro de mujeres que todavía sigue vendiéndose muy bien.

¿Cómo ves la editorial ahora con la crisis?

La gente sigue leyendo pero lógicamente demandan mejor precio de los libros. Por eso desde hace dos años sacamos todos nuestros libros en bolsillo desde 9,95 euros. También la colección Dúo, con los que la gente se puede leer dos libros por el precio de uno.

¿Cómo valoras la trayectoria del Premio Odisea a lo largo de estos catorce años?

Como todo en la vida, ha ido evolucionando. Al principio sólo publicábamos libros de autores españoles, pero últimamente nos llegan muchos libros de Sudamérica y de gente que vive en Europa, de diversas nacionalidades. La verdad es que la gente siempre espera el premio para enviarnos sus novelas ya que les hace mucha ilusión. Cada vez recibimos más ejemplares.

¿Y los lectores crees que piden lo mismo que pedían al principio de comenzar esta aventura?

No. La gente al principio quería verse reflejada en los libros. Quería leer novelas en las cuales saliesen homosexuales ya que no había ningún tipo de visibilidad. Luego se pusieron de moda las historias de amor, que trataban de dos chicos o dos chicas que se querían. Por eso *El viaje de Marcos* ó *Llévame a casa* gustaron mucho a la gente. La gente luego se cansó del happy end y evolucionaron como la sociedad, o eso creo, a historias más modernas y complicadas. No tengo que dejar de reconocer que lo que siempre ha gustado y no ha cambiado y se

siguen vendiendo muy bien son las novelas que incluyen sexo. Desde el éxito de *El juguete erótico* en el primer año de la editorial hasta la última, *Como te lo cuento*.

¿Crees que la literatura gay y lésbica sigue siendo necesaria?

No es cuestión de necesidad, es cuestión de visibilidad. Yo quiero hacer una pregunta para que la gente reflexione: ¿Alguno de vosotros os acordáis ahora mismo de algún best seller cuyo protagonista haya sido homosexual? Seguro que el 99% responde que no. Ya no hay gente como Terenci Moix, Leopoldo Alas o Mendicutti, esa generación que cuando salía un libro suyo todo el mundo iba a comprarlo. No hay autoras lesbianas a nivel nacional. Es lo mismo que decía antes, vamos para atrás en lugar de hacia delante. Poco a poco se ha silenciado todo. No sé hasta qué punto es buena la normalidad cuando el noventa por ciento tapa siempre al diez por ciento.

¿Cómo ves el futuro de este sector editorial?

Nunca he sido pesimista, pero en lo que se refiere al papel la gente joven ya no lo quiere. Cada vez tienen menos tiempo y usan más lo tecnológico. Leen un libro al año por decir que han leído algo. Los jóvenes hoy en día, con los iPhone iPad, Blackberry, etc, llegarán a leerse todos los libros por e-book. Por eso Odisea Editorial desde el 2011 está en todas las plataformas de ventas de e-books, Amazon, Fnac, Casa del libro, iTunes, etc...

La verdad es que está siendo un éxito y se puede distribuir en todo el mundo sin ningún problema. Para todos lo que quieran en www.odiseaeditorial.com pueden ver los más de 70 libros que tenemos en este formato.

INOLVIDABLE VERANO
Gabriel Ibáñez

MI AMOR DE VERANO
Eduardo García, Felipe Giner, Jordi San Ildefonso, Isabel Montes, Kay Nández, Esther Peñas y Javier Sedano.

EL VERANO DE TU VIDA ACABA DE EMPEZAR

TAMBIÉN EN EBOOK

www.odiseaeditorial.com

fnac Casa del libro iTunes amazon.es www.todoebook.com

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 PRIMAVERA - VERANO **XXL**
¡TE SORPRENDERÁ!



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

Nuevos tratamientos en **no+vello**

reductor anticelulítico

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

reafirmante corporal

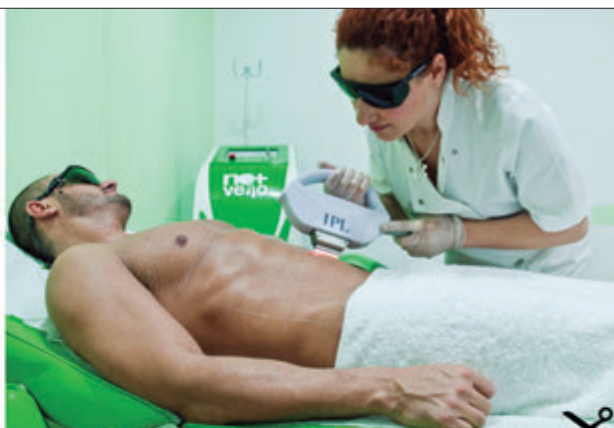
Recupera la firmeza de tu piel dejándola mucho más tersa y saludable.

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 - 19.00

Consejo de ciento 218
(esquina casanova)
Teléfono 934543206 y 891207174
mailto:ejemplo@nomasvello.com

TRATAMIENTO PRECIO/SESIÓN

BLANQUEAMIENTO DENTAL	30€*
REAFIRMANTE CORPORAL	15€*
ACTIVO FACIAL	15€*
REDUCCIÓN VOLUMEN	15€*

* Ver condiciones en www.nomasvello.es

DISHONORED

Plataforma: PS3, XBOX360, PC
Género: Aventura
Lanzamiento: Octubre 2012
Precio Oficial: 56,95 €

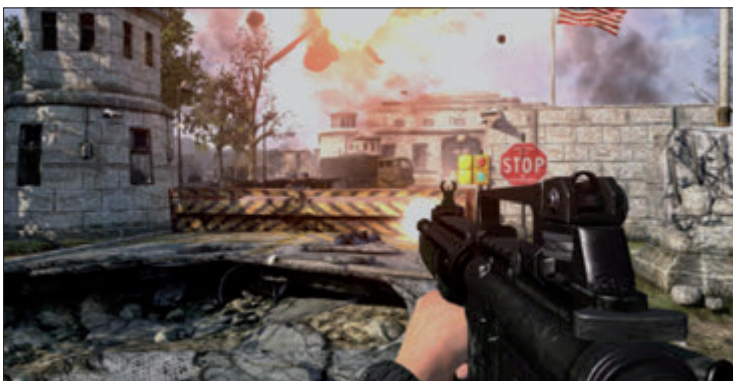
La historia de Dishonored se desarrolla en Dunwall, una ciudad industrial ballenera en la que el más oscuro misticismo coexiste con el uso de extrañas tecnologías. Tras ser acusado falsamente del asesinato de la querida emperatriz, pasas de ser su guardaespaldas de confianza a convertirte en un temible asesino, conocido únicamente por la perturbadora máscara que has convertido en tu tarjeta de visita. La ciudad vive un periodo de incertidumbre y se encuentra asediada por la peste y por un régimen opresor armado con tecnologías neoindustriales. En este trasfondo, fuerzas oscuras conspiran para ofrecerte poderes que ningún otro ser humano jamás podría imaginar, pero... ¿cuál es el precio? La verdad tras tu traición es tan turbia como las aguas que rodean la ciudad y la vida que antes conocieras se ha desvanecido para siempre.



007 LEGENDS

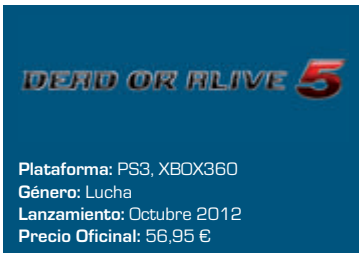
Plataforma: PS3, XBOX360
Género: Shooter
Lanzamiento: Octubre 2012
Precio Oficial: 69,95 €

El videojuego 007 Legends cuenta con una historia original, creada en base al argumento de seis de las películas clásicas, incluyendo detalles del título que se presentará este año – SKYFALL – todo ello pensado para ofrecer la experiencia Bond más completa hasta la fecha. Al igual que en los largometrajes, el videojuego 007 Legends equipa a los jugadores con los gadgets más sofisticados del mundo del espionaje, un completo arsenal de armas, incluyendo la clásica Walther PPK, elegantes vehículos y exóticas localizaciones. Los jugadores tendrán que utilizar su ingenio, clase y estilo para derrotar a los villanos del universo Bond, realizando acrobacias increíbles y, por supuesto, hacer que las mujeres más hermosas del mundo se rindan a sus encantos.





Han pasado diez años desde los incidentes acaecidos en Raccoon City y el Presidente de los Estados Unidos ha decidido revelar la verdad que subyace tras lo sucedido, con la creencia de que pondrá coto al renacer de la actividad bioterrorista. Al lado del Presidente se encuentra su amigo personal y superviviente de Raccoon City, Leon S. Kennedy, pero cuando el lugar sufre un ataque bioterrorista, Leon se verá forzado a enfrentarse a un irreconocible mandatario en la que será la decisión más complicada de toda su vida. Al mismo tiempo, el miembro de la organización B.S.S.A. Chris Redfield llega a China, también bajo la amenaza de un ataque bioterrorista. Como ningún país está a salvo de estos ataques y los consiguientes estallidos, la población mundial se ha unido bajo el temor común de que ya no hay esperanza.

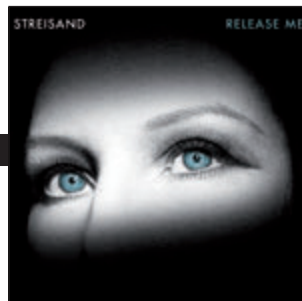


Dead Or Alive 5 conjuga el estilo de lucha distintivo de la popular serie DOA con impresionantes nuevos gráficos, nuevas características online y nuevas técnicas de artes marciales, para crear una nueva y potente dirección en la franquicia. En Dead Or Alive 5 los jugadores tomarán una vez más el rol de su plantel de luchadores en un intenso juego de peleas lleno de acción, ambientado en llamativas localizaciones de todo el mundo. El popular combate "mano a mano" de DOA regresa en este juego, y es apoyado por fases en 3D completamente nuevas que actualizan el estilo característico de la serie, dándole un aspecto fresco. Con un estilo sensual, aunque realista, los personajes están presentados con detalles que los dotan de naturalidad. Desde los músculos, lisos y suaves, a emotivas expresiones faciales, cada personaje cobra vida.



Barbra Streisand / RELEASE ME

Durante cinco décadas, Barbra Streisand ha conservado como un tesoro privado la gran mayoría de las cintas master de sus grabaciones. 11 canciones que nunca se publicaron, desde 1963 hasta 2012, aparecen en el álbum Release Me. "Lo que me pone más contenta es que todavía quiero a estas canciones", dice Barbra Streisand. "Me gustaban entonces y me gustan ahora. Escuchándolas estos días, pienso: No lo hacía tan mal". A excepción de dos canciones de las que no se localizaron las cintas master originales, todas las demás se han transferido de aquellas copias de primera generación, preservando la sonoridad de aquellas sesiones originales.



Muse / THE 2ND LAW

The 2nd law es el sexto álbum de estudio de Muse. Grabado en Londres, cuenta con la colaboración del arreglista David Campbell. Survival, una de las canciones del disco, ha sido elegida por la organización de los Juegos Olímpicos de Londres 2012 como la canción oficial del acontecimiento deportivo. No obstante, el primer corte será Madness y comenzará a rodar el 20 de agosto. El nuevo álbum es uno de los lanzamientos de rock mas esperados del año. Este es el sexto disco de estudio del grupo de Matt Bellamy y es un grandísimo disco con múltiples influencias filtradas bajo el personal sonido de Muse. Un sonido que les ha llevado a convertirse en el grupo de rock mas grande del siglo XXI.



The Wallflowers / GLAD ALL OVER

Glad all over es el álbum de regreso de The Wallflowers. Grabado en el estudio Easy Eye Sound de Dan Auerbach (The Black Keys), en Nashville. Con Jakob Dylan a la cabeza, y con dos de los miembros de la formación original: Greg Richling (bajo) y Rami Jaffee (teclas). Se unen el guitarrista Stuart Mathis y al batería Jack Irons (Red Hot Chili Peppers, Pearl Jam). Con la producción de Jay Joyce (Emmylou Harris, Cage the Elephant). Mezclas por Rich Costey (Bruce Springsteen, The Shins). Como primer single Reboot the mission, con la colaboración de Mick Jones (The Clash, Big Audio Dynamite) en voz y guitarra.



Deadmau5 / > ALBUM TITLE GOES HERE <

> album title goes here < es un disco de Deadmau5. Como single Professional Griefers con la participación de Gerard Way. Arranca con ritmos contundentes y sablazos de guitarra muy distorsionados, aumenta tensión con discordantes golpes de sintetizador hacia el estribillo. Todos los temas son producciones originales de deadmau5. Incluyen colaboraciones con el coproductor de "Animal Rights" Wolfgang Gartner; los vocalistas Imogen Heap y Chris James; y el legendario conjunto de hip-hop Cypress Hill (Failbait). "Closer" está inspirado en Close Encounters of the Third Kind (Encuentros en la Tercera Fase), el rompe-pistas "There might be coffee" y la pieza electrónica "Sleepless".



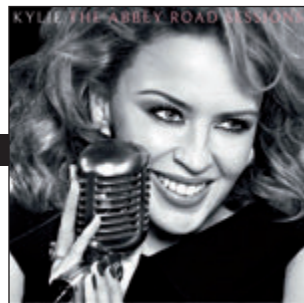
Kiss / Monster

'Monster' será el primer disco de estudio de KISS desde 'Sonic Boom' (2009), y ha sido producido por Paul Stanley y Greg Collins en los estudios Conway y Nook, ambos ubicados en California. "No hay orquestas sinfónicas, coros de niños, teclados, ni productores o compositores externos en este disco", comentó el bajista Gene Simmons. "Lo mejor que pudimos hacer fue mirar hacia dentro. Tommy y Eric revitalizaron a la banda con una fuerte ética de trabajo y el talento suficiente para apoyarla. Este es realmente un esfuerzo de la banda. Kiss se convirtió en una bestia enorme. Vamos donde ninguna otra banda ha ido antes", añadió.



Kylie Minogue / THE ABBEY ROAD SESSIONS

The Abbey Road Sessions es un disco de Kylie Minogue grabado en los famosos estudios londinenses, con su banda y con orquesta al completo. El álbum incluye 16 de sus grandes temas, todos drásticamente revisados y re-trabajados, que abarcan los 25 años de carrera de Kylie. Nick Cave volvió a grabar la voz en su famoso dúo, Where The Wild Roses Grow, específicamente para la nueva versión de este álbum. En los 16 temas del álbum una cosa se hace evidente: despojadas de su super producción pop, la resonancia emocional de muchas de las canciones de Kylie nunca ha estado más clara, ni nunca ha sonado su voz tan bien. El álbum incluye el tema inédito Flower.



Cee Lo Green / CEE LO'S MAGIC MOMENT

El próximo álbum de Cee Lo Green se llamará Magic Moment y estará lleno de villancicos y canciones ultrafestive para estas Navidades. Se pondrá a la venta el próximo 30 de octubre y, por lo que hemos podido averiguar, tendrá como featurings al rapero B.O.B y el legendario Rod Stewart. El álbum estará compuesto por temas clásicos navideños como Silent Night o This Christmas pero seguro que incluirá algún tema nuevo pensado para esas fechas tan especiales. Un disco navideño con temas clásicos y colaboraciones de lujo.



Taylor Swift / RED

Red es el cuarto álbum de Taylor Swift. Además del título de una de las canciones. Inspirada por las muchas emociones que ha sentido en sus relaciones en los dos últimos años. Una colección de 16 canciones. "Escribí tantas canciones para el disco que fue duro elegir las que lo formarían". Se hizo un corte a partir de 30 temas. Como primer single We are never ever getting back together. Lo compone junto a Max Martin y Shellback. A diferencia de su anterior disco, la cantante ha contado con la colaboración de varios de sus compositores favoritos. Así se incluye un dueto con Ed Sheeran, en un tema compuesto por ambos. También participan: Dan Wilson, Butch Walker, Lori McKenna.



Tori Amos / GOLD DUST

Gold dust es un álbum con el que Tori Amos celebra que han pasado 20 años desde su disco debut, "Little Earthquakes". Lo mejor de su carrera con la colaboración de la Metropole Orchestra. Produce Amos, con los arreglos de John Philip Shenale. "Es la celebración de diferentes momentos que han sucedido: todas las bendiciones, todas las conversaciones que han tenido lugar y que inspiraron estas canciones. Esta es una colección de nuevas grabaciones en estudio de dónde están ahora y en qué se han convertido".

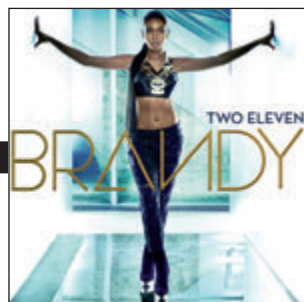


Brandy / TWO ELEVEN

Brandy declara haber dedicado al R & B su próximo álbum "Two Eleven", según la entrevista realizada por el magazine Rap-Up.

El sexto LP de estudio de la cantante saldrá a la venta 16 de octubre a través de RCA/Chameleon Records. El proyecto precedido por los singles "Put It Down" y "Wildest Dreams", cuenta con las aportaciones de Sean Garrett, Frank Ocean, Amor Rico, Jonsin Jim, Bangladesh, Tha Bizness, entre otros.

En palabras de la propia artista: "Es un álbum de R&B, un álbum de rhythm and blues. No hay trucos, música real R&B".



VENGANZA: CONEXIÓN ESTAMBUL

Dirección: Olivier Megaton

País: Francia **Año:** 2012

Género: Acción

Estreno: 05-10-12

Intérpretes: Liam Neeson, Maggie Grace, Famke Janssen, Rade Serbedzija, Leland Orser, Luke Grimes

Duración: 91 min.

Liam Neeson vuelve como Bryan Mills, el agente de la CIA retirado cuyas habilidades imparables salvaron a su hija Kim de unos secuestradores albaneses. Cuando el padre de uno de los secuestradores jura venganza, y coge tanto a Bryan como a su esposa como rehenes durante sus vacaciones en Istanbul, Bryan recluta a su hija Kim para ayudarles a escapar, utilizando el mismo nivel avanzado de habilidades tácticas especiales para poner a salvo a su familia

y reduciendo a los secuestradores uno a uno.



LOOPER

Dirección: Rian Johnson

País: USA **Año:** 2012

Género: Acción

Estreno: 19-10-12

Intérpretes: Bruce Willis, Joseph Gordon-Levitt, Emily Blunt, Paul Dano, Piper Perabo, Jeff Daniels

Duración: 118 min.

En 2072 los asesinatos están terminantemente prohibidos y los objetivos son enviados a través de una máquina del tiempo al pasado, al año 2042, donde existe una red de sicarios, conocidos como Loopers, que se encargan de acabar con ellos y deshacerse rápidamente de los cuerpos. Uno de los mejores Loopers es Joe (Joseph Gordon-Levitt) para quien esta profesión sólo supone un trabajo muy bien pagado. Hasta que recibe un nuevo

objetivo desde el futuro: él mismo (Bruce Willis).



RESIDENT EVIL: VENGANZA

Dirección: Paul W.S. Anderson

País: Canadá **Año:** 2012

Género: Ciencia ficción - Acción

Estreno: 05-10-12

Intérpretes: Milla Jovovich, Sienna Guillory, Michelle

Rodríguez, Aryana Engineer, Bingbing Li, Boris Kodjoe

Duración: 95 min.

El virus letal de Umbrella continúa devastando la Tierra, transformando la población mundial en legiones de no muertos. La única y última esperanza de la raza humana, Alice (Milla Jovovich), despierta en el corazón de uno de los lugares más clandestinos de Umbrella, y descubre más sobre su misterioso pasado mientras investiga por el complejo.

Sin un lugar seguro, Alice continúa cazando a aquellos responsables del

brote del T-Virus; una persecución que la lleva desde Tokio hasta Nueva York, Washington DC y Moscú, culminando en una revelación que la forzará a repensar todo lo que ella imaginaba que era verdad. Ayudada por nuevos aliados y amigos de toda la vida, Alice deberá luchar para sobrevivir lo suficiente para escapar de un mundo hostil al borde del olvido. La cuenta atrás ha comenzado.



COSMOPOLIS

Dirección: David Cronenberg

País: Canadá **Año:** 2012

Género: Drama

Estreno: 11-10-12

Intérpretes: Robert Pattinson, Sarah Gadon, Paul Giamatti, Kevin Durand, Abdul Ayoola, Juliette Binoche

Duración: 108 min.

Ciudad de Nueva York, en un futuro no muy lejano: Eric Packer, de 28 años de edad, joven brillante de las finanzas que sueña con vivir en una civilización por delante de éste, ve una oscura sombra proyectada sobre el firmamento de la galaxia de Wall Street, en la que él es el rey indiscutible. Mientras es conducido a través del centro de Manhattan para hacerse un corte de pelo en la vieja barbería de su padre, sus ojos ansiosos están pegados a la tasa de cambio del yuan: va más allá de todo lo que

esperaba, destruyendo sus expectativas al respecto. Eric Packer está perdiendo su imperio con cada tic-tac del reloj. Mientras, una erupción de actividad salvaje surge en las calles de la ciudad. Petrificados como las amenazas del mundo real atenta contra su nube de condenas virtuales, su paranoia se intensifica durante el curso de su odisea de 24 horas a través de la ciudad. Packer empieza a juntar las pistas que le conducirán hacia un secreto mucho más terrible: su asesinato inminente.



EL LADRÓN DE PALABRAS

Dirección: Brian Klugman
País: USA **Año:** 2012
Género: Drama
Estreno: 31-10-12
Intérpretes: Olivia Wilde, Bradley Cooper, Zoe Saldana, Jeremy Irons, Dennis Quaid, John Hannah
Duración: 96 min.

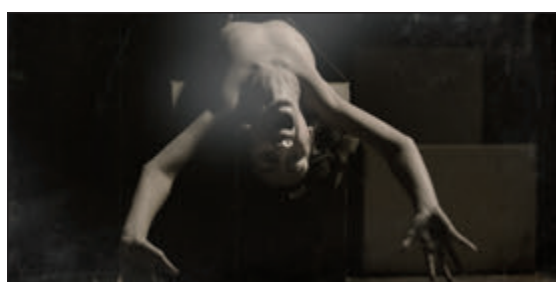
La publicación del primer libro de Rory Jansen (Bradley Cooper) es uno de esos acontecimientos arrolladores que sólo se dan una vez cada generación, que aviva la imaginación del público y la industria literaria por igual. Los lectores se lo recomiendan con entusiasmo a sus amigos, los críticos lo ensalzan; está por todas partes: los clubes de lectura, los aviones, los campus de las universidades...



SINISTER

Dirección: Scott Derrickson
País: USA **Año:** 2012
Género: Terror
Estreno: 31-10-12
Intérpretes: Vincent D'Onofrio, Ethan Hawke, Michael Hall D'Addario, James Ransone, Clare Foley
Duración: 110 min.

Ellison (Ethan Hawke) es un novelista de éxito que por casualidad se encuentra fragmentos de película de cine en su propia casa. Tras analizarla, cree que con ella podría desvelar cómo y por qué murió una familia años atrás en su propia casa. Irá descubriendo pistas horribles de lo que pudo haber causado la tragedia, poniendo al mismo tiempo a toda su familia en peligro...



ARGO

Dirección: Ben Affleck
País: USA **Año:** 2012
Género: Intriga
Estreno: 26-10-12
Intérpretes: Ben Affleck, John Goodman, Bryan Cranston, Alan Arkin, Michael Parks
Duración: 120 min.

"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. Para llevar a cabo la hazaña de liberar a los diplomáticos, la CIA recurrió a un experto en el arte del disfraz y prepararon un escenario en el que se incluían seis miembros de un equipo de cazatalentos de Hollywood cuyo fin era realizar una película titulada "Argo". Bajo los disfraces, fueron capaces de huir del país.



JAMES BOND 23: SKYFALL

Dirección: Sam Mendes
País: USA **Año:** 2012
Género: Acción
Estreno: 31-10-12
Intérpretes: Daniel Craig, Ralph Fiennes, Javier Bardem, Albert Finney, Helen McCrory, Judi Dench
Duración: 123 min.

En "Skyfall", la lealtad de James Bond hacia M será puesta a prueba cuando el pasado de M vuelve para atormentarla. Su vida se verá en peligro, de modo que el agente 007 deberá localizar y eliminar la amenaza, sin importar el precio personal que tendrá que pagar.



**ANIVERSARIUM
CASTRUM
FESTUM**

FIESTA DE ANIVERSARIO 4 DE OCTUBRE. INVITACIONES PROXIMAMENTE EN [facebook](#)

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

**METRO
DISCO**

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

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

www.metrodiscobcn.com [facebook metro disco bcn](#)

THE BRAND NEW STYLISH CREATION BY

TÓN VANGARD

tonvanguard.com hairspatontvanguard.com facebook.com/tonvanguard
Diputació, 191 [corner Montaner] 08011 Barcelona 93 453 79 72



BLANCANIEVES Y LA LEYENDA DEL CAZADOR

En un giro del clásico cuento de hadas, el cazador (Hemsworth) a quien se le ordena asesinar a Blancanieves (Stewart) en el bosque incumple su misión para convertirse en el protector y mentor de la joven dama, en un periplo para derrotar a la Reina Malvada (Theron).

Dirección: Rupert Sanders **Género:** Aventuras **Interpretes:** Kristen Stewart, C. Hemsworth, C. Theron **Duración:** 127min.



MEN IN BLACK 3

Cuando el MIB recibe la información de que el Agente K podría morir a manos de un alienígena, lo que cambiaría la historia para siempre, el Agente J es enviado al pasado, concretamente a los años 60 para evitarlo. Y de paso salvar al mundo.

Dirección: Barry Sonnenfeld **Género:** Ciencia Ficción **Interpretes:** Will Smith, Josh Brolin, Tommy Lee Jones **Duración:** 103 min.



LA FRÍA LUZ DEL DÍA

Will Shaw es un joven norteamericano cuya familia es secuestrada cuando se encuentran en plenas vacaciones por España. Shaw dispone de horas para encontrarlos, poner al descubierto una conspiración y además encontrar la conexión existente entre la desaparición de su familia y los secretos de su padre.

Dirección: Mabrouk El Mechri **Género:** Acción **Interpretes:** Henry Cavill, Bruce Willis, Sigourney Weaver **Duración:** 93 min.



LA SOMBRA DE LA TRAICIÓN

El misterioso asesinato de un senador de Estados Unidos que lleva el sello distintivo de un asesino soviético, de nombre clave "Cassius", obliga a un agente jubilado de la CIA, Paul Shepherdson (Richard Gere), a formar equipo con un joven agente del FBI, Ben Geary, para resolver el caso.

Dirección: Michael Brandt **Género:** Drama **Interpretes:** Richard Gere, Topher Grace, Martin Sheen **Duración:** 98 min.



EL HOMBRE SIN PASADO

Tae-shik es un prestamista que vive sólo en un edificio donde su única amiga es Somi, la hija de 10 años de su vecina que trabaja como bailarina exótica. Un día ésta comete el error de robar un paquete de droga a unos mafiosos y esconderlo en casa de Tae-shik. Al descubrirlo, los mafiosos secuestran a la niña...

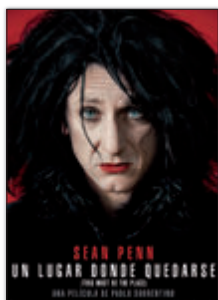
Dirección: Jeong-beom Lee **Género:** Thriller **Interpretes:** Bin Won, Thanayong Wongtrakul, Sae-ron Kim **Duración:** 119 min.



LA MALDICIÓN DE ROOKFORD

Una escéptica investigadora de fenómenos paranormales ve tambalearse sus convicciones cuando llega a un internado masculino para demostrar la ausencia de espíritus en él. Una historia de fantasmas de corte clásico siguiendo la tradición de M. R. James.

Dirección: Nick Murphy **Género:** Terror **Interpretes:** Rebecca Hall, Dominic West, Imelda Staunton **Duración:** 107 min.



UN LUGAR DONDE QUEDARSE

Cheyenne es un judío cincuentón, antigua estrella del rock y lleva una vida aburrida en Dublín. La muerte de su padre lo lleva de vuelta a Nueva York, donde, a través de algunos diarios, reconstruye la vida de su padre en los últimos treinta años, en los que se dedicó a buscar obsesivamente a un criminal nazi.

Dirección: Paolo Sorrentino **Género:** Thriller **Interpretes:** Sean Penn, Frances McDormand, Harry Stanton **Duración:** 118 min.



CURE

Una serie de espeluznantes asesinatos están asolando Tokio. La única conexión entre ellos es la sangrienta X cortada en el cuello de las víctimas. El detective Kenichi Takabe y el psiquiatra Makoto Sakuma serán los encargados de descubrir qué misterio se esconde tras éstos terribles crímenes.

Dirección: Kiyoshi Kurosawa **Género:** Terror **Interpretes:** Kôji Yakusho, Tsuyoshi Ujiki, Anna Nakagawa **Duración:** 111 min.



INTOCABLE

Tras un accidente, Philippe, un rico aristócrata, contrata a Driss como asistente y cuidador, un joven que ha salido recientemente de prisión... En otras palabras, la persona menos indicada para el trabajo. Juntos, van a mezclar a Vivaldi y 'Earth, Wind & Fire,' la dicción, los trajes y los pantalones de chándal...

Dirección: Olivier Nakache **Género:** Comedia **Interpretes:** François Cluzet, Audrey Fleuret, Omar Sy **Duración:** 112 min.



LA PESCA DEL SALMÓN EN YEMEN

Una historia de heroísmo inesperado, de amor tardío y de un intento de hacer posible, lo imposible. Basada en la aclamada novela de Paul Torday sobre un científico que busca hacer realidad el sueño de un jeque, importando el deporte de la pesca con mosca a Yemen.

Dirección: Lasse Hallström **Género:** Drama **Interpretes:** Emily Blunt, Catherine Steadman, Ewan McGregor **Duración:** 107 min.

Chicos Contacto Chicos®

803 423 395

Más de 1300 chicos conectados cada día



www.chicoscontactochicos.es



*1Baños Precio max (IVA Incl): Red fija: 1,21€/min Red Mov: 1,57€/min
CALL HOUSE, SL Apdo Correos 18220 28080 Madrid



SAUNA

GALILEA

4 PLANTAS DE PLACER

www.sauna-galilea.es

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

DE LUNES A VIERNES: ANTES DE LA 16:00H 10€

LUNES Y MIÉRCOLES 12€

MARTES Y JUEVES 10€

MENORES DE 26 AÑOS 9€

FIN DE SEMANA

VIERNES, SÁBADO Y DOMINGO TARDE:

15€ + CERVEZA

MASAJES TODOS LOS DÍAS A PARTIR DE LAS 16H.

1h. 40€

1/2h. 20€

HORARIO

de lunes y jueves

de 12h00 a 00h00

Viernes, Sábados y

Domingos, 24 horas

MARTES Y JUEVES
DÍA DEL CLIENTE 10€

PRESENTANDO
ESTE CUPÓN
8€

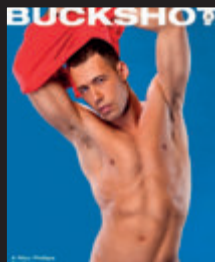
CALABRIA, 59 - BARCELONA
TEL. 93 426 79 05



WORK LOADS

Dark Alley

El día en la oficina puede ser de lo más estresante, aunque a veces, las reuniones empiezan con una aburrida presentación y terminan con una orgía reventando al pobre becario encima de la mesa. Hay que reconocer que el traje siempre tiene su punto y que las corbatas son de lo más útiles cuando tienes que cabalgar...



SCORED

Buckshot

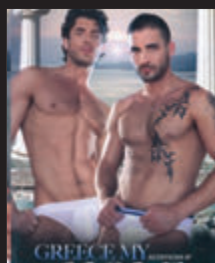
Es curioso cómo es posible hacer una película actual pero que al verla podrías jurar que es de los años 80. Aunque bien es verdad, que cualquier duda sobre el año de producción se despeja cuando ves a Tommy Deluca y los estragos que ha hecho el paso del tiempo en su cara.



PARK & RIDE

Treasure island media

Porque tú no mereces menos, los chicos de la isla del tesoro te traen otra de sus joyitas para dejarte seco. Una perfecta combinación que reúne las situaciones más morbosas y cerdas (piscina, bosque, limusina, sótano) y sus actores favoritos que harían cualquier cosa por una polla y ser rellenados como buñuelos.



GREECE MY HOLE

Lucas entertainment

Una de esas películas esenciales que parecen no tener fin y en la que no hay escena aburrida y, desde luego, las manos están demasiado ocupadas como para pensar en avanzar rápido. Más de tres horas de acción multitudinaria y 63 actores revueltos y dándolo todo en una selección de las mejores orgías de la casa.



CRUISIN' FUCK FOREST

Jalif Studio

Acompaña a esta pandilla de tios morbosos en sus actividades al aire libre favoritas. No te pierdas las nuevas adquisiciones en la familia como; Punkcher y Othelo junto con los clásicos de la casa como Manu PerroNash y Turbo León.



DO YOU TAKE IT?

Bel Ami

La pregunta no podía ser más directa y Andre Boleyn no duda ni un segundo en demostrarte que disfruta lo mismo dando que recibiendo amor. Tampoco es de extrañar puesto que no se le puede decir que no a Harris Hilton... Ni a Adam Archuleta...



EXTREME TWINKS 2

Extreme twink

Está cada vez más claro que estos niños cada vez se conforman con menos y para tenerlos contentos hay que emplearse a fondo... muy a fondo. Una vez que se han abierto, ya no hay manera de saciarlos; puños, dildos gigantes, pies, bates. Todo ello de la manera más bestia y morbosas. *[ficción]*



ABUSING BASTARD

Boynapped

Estás de enhorabuena porque Ashton Bradley está de nuevo manos a la obra para dar rienda suelta a su maldad y torturar a todos los pobres e indefensos niños que caen en su sótano. El dolor extremo es su desayuno preferido y nada acompaña mejor que unos gritos desgarradores... *[ficción]*

LIBROS

a different life librería

video oficial orgullo 2012 **En exclusiva 5,95 €**

calendario oficial Madonna 2013 **9,95 €**

DVD IMPORTACIÓN

25 € Todo lo que quieras a un click de distancia **www.lifegay.com**

Pelayo, 30 - Madrid Tel.: 91 532 96 52

THE EVER CLASSIC JEANS

& BEARS & LEATHER BAR



SÁBADO 6 DE OCTUBRE
SATURDAY 6 OCTOBER
BLACKOUT PARTY
APAGÓN



PRESENTS:

VIERNES 19 DE OCTUBRE
FRIDAY 19 OCTOBER

DADDY'S BALL PARTY
80'S DANCING



MIÉRCOLES 31 DE OCTUBRE
WEDNESDAY 31 OCTOBER

HALLOWEEN
NIGHT PARTY

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



ARRÍMATE

Y VEN A VISITARNOS



SPA SAUNA NOVA BRUC

Público maduro, daddies, seniors, gorditos, osos, ambiente tranquilo.

Nuevas instalaciones, jacuzzi grande, piscina de hidromasaje (circuito de spa), sauna vapor, sauna seca, dark room, video, bar. Magnífica piscina de hidromasaje, con un circuito con chorros individuales para distintas partes del cuerpo, cervicales, lumbares, glúteos, piernas, pies.

Dispone de cabinas individuales para descanso.

Servicio de masajista deportivo.

www.saunabruc.com

Horario: 11 h. a 22 h.

Precio: 11'80 €

C/ Pau Claris, 87 Local

Tel. 93 487 48 14

Metro de Paseo de Gracia

Urquinaona, Pl. Cataluña.

Autobuses 39, 45





23

POP VANG

TON VANGARD

DIPUTACIÓ, 191 (CARRER) - BARCELONA - 934 637 972
 tonvanguard.com - tonvanguard.com - facebook.com/tonvanguard

34

METRO
disco

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

SEPULVEDA, 185 - BARCELONA
 www.metrodiscobcn.com

10

EL MAS CLASICO... EN LA BELLA FLORIDA DEL

NEW CHAPS

DIAGONAL 365 - BARCELONA
 WWW.NEWCHAPS.COM

42

NOVA BRUC SAUNA

Horario: 19h a 22h
 Precio: 10,80€

Maduros, gorditos, osos. Piscina de hidromasaje
 Mature, chubby, bear men, whirlpool

PAU CLARIS 87 - BCN - TEL. 93 487 48 14
 www.saunabruc.com

13

Restaurante El Bierzo a Tope

Diputaci6n, 159 - 08011 Barcelona
 Tel. 93 453 70 45

11

SPARTA SAUNA

ABIERTO DE
 15.00H A 22.00H

REQUESENS 18
 17800 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

>> GUÍA GAY DE BARCELONA

>> BARES

- 03. **Bim Bam Bum.** Casanova 71
- 05. **Black Bull.** Muntaner 64
- 04. **El Cangrejo del Eixample.** Villarorel 86
- 41. **Museum Café & Club.** Sepúlveda 178
- 33. **Museum Retro.** Urgell 106
- Atame.** Consell de Cent 257
- Bar Cine Arenas.** Tarragona 7
- Boys Bar.** Muntaner 6
- Chevalier.** Diputació 157
- Centrik.** Aribau 30
- Dacksy.** Consell de Cent 247
- Dietrich.** Consell de Cent 255
- Infinitt@.** Villarroel 84
- La Chapelle.** Muntaner 65
- La Bambolina (L).** Diputació 206
- La Rosa (L).** Brusi 39
- Lust.** Casanova 75
- Moeem.** Muntaner 11
- MAT.** Consell de Cent 245
- Tu Sabes (L).** Marc Aureli 38-40
- Addicted.** Casanova 75

>> 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
- Nostromo.** Diputació 208
- Sestienda.** Rauric 11
- Only is Love.** Casanova 43

>> SAUNAS

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

>> RESTAURANTS

- 11. **Castro.** Casanova 85
- 13. **El Bierzo a Tope.** Diputació 159
- 02. **La Estella.** Aragó 185
- 09. **Marquette.** Diputació 172
- Casanova 46.** Casanova 46
- dDivine.** Balmes 24
- El Berro.** Diputació 180
- La Malinche.** Muntaner 51
- Marta House.** Aribau 47
- Mindthegap.** Consell de Cent 273
- 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
- American.** Consell de Cent 253
- DGM.** Consell de Cent 241
- 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
- Exclusif.** Diputació 159

>> SALUD

- 28. **BCN Checkpoint VIH/SIDA-ETS**
Comte Borrell 164 baixos. 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. **Antinuos.** 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 baixos

>> INFORMACIÓN FLTB

- 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.**
Verdaguer i Callis 10
- Coordinadora Gai Lesbiana.**
Violant d'Hongria 156. Tel. 932980029
- Casal lambda.**
Verdaguer 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 Barrebeig, 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

>> GUÍA GAY PROVINCIA GIRONA

GIRONA

- >>DISCOS
- 33**Club.** 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
- Incógnito.** Migdia, 44
- La Bubu.** Areny, 33

>>DISCOS

- Arena Costa Brava.** Camprodon i Arrieta 35

VULPELLAC

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

- 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

Chicos Contacto Chicos®

803 432 097

Más de 1300 chicos conectados cada día

www.chicoscontactochicos.es

+18años Precio max (IVA incl): Red fija: 1,21 €/min Red Mov: 1,57 €/min. CALL HOUSE. SL, Apdo Correos 18220.28080 Madrid



Y llegó Septiembre, suena a título de película romántica, pero no, la realidad es que empieza el nuevo curso y aún con los efectos de la resaca veraniega.

Empezamos con R.E.Heinning, artista "Pop Art." que expone parte de su obra en el Hotel Axel, sus creaciones fotográficas, basadas en conceptos urbanos, religiosos católicos o sexuales, son armonizadas por espectaculares retoques de luz y color.

Si de "fiestuki" se trata, el incombustible Óscar Gaspar, "alma mater&nocturna Avis" nos lleva el nuevo local de moda, el Centrik, en el que encontramos gente guapa y divertida con ganas de pasarlo bien, como la diva de la noche Satanassa, siempre atenta y amable con todo el mundo, artista hasta la médula, como debe ser, un besazo "Sata".

TE RECOMENDAMOS...

LA CUBANA PRORROGA HASTA NAVIDADES "CAMPAÑADAS DE BODA"

La Cubana y el Grupo Balañá informan que después del gran éxito de público obtenido con el espectáculo "Campanadas de Boda", han decidido prorrogar las representaciones en el Teatro Tivoli de Barcelona.

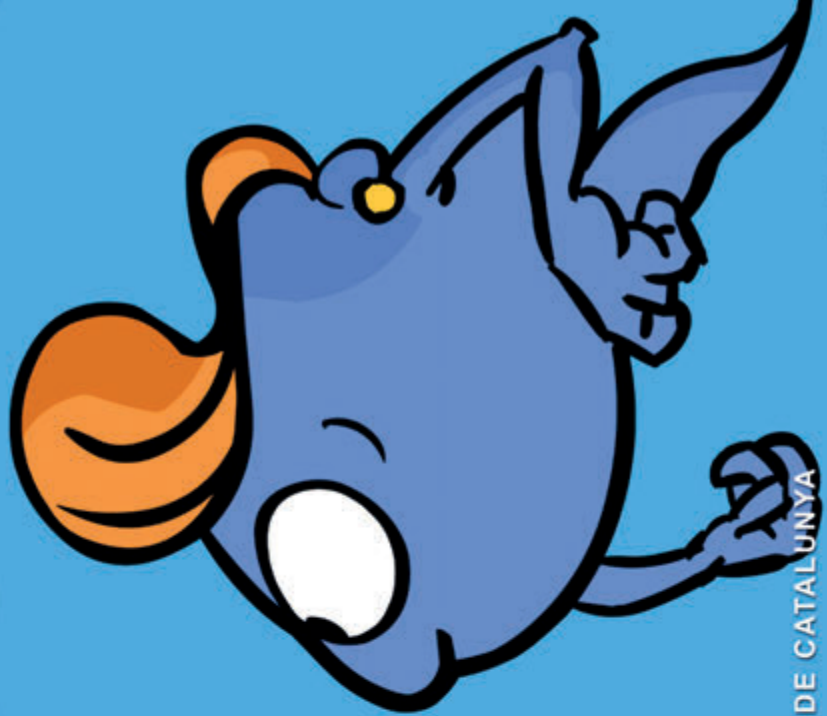
"CAMPAÑADES DE BODA" es la parodia de la gran parodia que hacemos al casarnos. Un gran espectáculo teatral que montamos para poder ser los protagonistas.

Un gran espectáculo de 2 horas sin pausa que es representado en catalán y español.

Más información: www.campanadasdeboda.com



FICGLB



© phillo 2011

XII FESTIVAL INTERNACIONAL DE CINEMA LGTIB DE CATALUNYA
THE BARCELONA INTERNATIONAL GAY & LESBIAN FILM FESTIVAL

18 - 28 Octubre 2012



FilmoTeca
de Catalunya

AXEL HOTELS



Departament de Cultura
Institut Català de les Empreses Culturals

Departament de Cultura
Institut Català de les Empreses Culturals

Departament de Cultura
Institut Català de les Empreses Culturals

Casa Amèrica Catalunya



GB

MARQUETTE
CUCINA ITALIANA



ESCAC



Catalans
films&tv



Associació
Catalana de Crítics i
escriptors
cinematogràfics

Barcelona
Turisme

www.barcelonafilmfestival.org

CÁRGATE DE ENERGÍA

Y PODRÁS DISFRUTAR DE
UN AÑO GRATIS DE GIMNASIO

Entra en www.vitaminasleotron.es

Contribuye
a mantener
tu energía
y vitalidad,
y a la
formación de
colágeno⁽¹⁾



Te ayuda
a disminuir
el cansancio
y la fatiga⁽²⁾

Contiene
Resveratrol



(1) por su contenido en vitamina C.
(2) por su contenido en Mg.

En caso de duda, consulte a su farmacéutico.

Promoción válida del 1 de mayo hasta el 15 de noviembre de 2012, ambos inclusive. Sorteos ante Notario: 8 de junio, 6 de julio, 15 de octubre y 30 de noviembre.
Cada sorteo incluye 3 premios de 600€ cada uno. Bases depositadas ante Notario y disponibles en www.vitaminasleotron.es


ANGELINI