

Edición **BARCELONA**
Fundado 1998

Año XXI N° 250
Marzo 2019

imagen

LATINA

#MiFavorito
Marc Anthony

#Música
David Civera



CNCO
PRESENTAN "PRETEND"



Orgullosos de llevar la marca Perú



ÉXITO ROTUNDO DE **KETAMA** EN GRANADA

Tras 14 años de espera, la vuelta de **Ketama** a los escenarios es ya un hecho y un sueño cumplido para muchos. EL sábado 23 de febrero, en el Palacio de Exposiciones y Congresos de Granada, tuvo lugar el concierto inaugural del '**No estamos locos tour**', una gira nacional que pasará por los principales teatros de España esta primavera. Horas antes del inicio del concierto, el Teatro colgaba el cartel de 'localidades agotadas', y a las 21:00 h de la noche empezaba un show que fue desvelando grandes sorpresas y que regaló a un público entregado y en pie, momentos que pasarán a la historia.

La banda interpretó muchos de sus grandes éxitos como 'Vente pa Madrid', 'Problema', 'Vengo de Borrachera', 'Flor de Lis' y su último single 'Loko de amor'. Tras varios medleys y una oleada de ovaciones, parecía que la noche no podía mejorar cuando se sumó a la fiesta el Maestro de la guitarra Pepe Habichuela.



SHARLENE PRESENTA "SAN PEDRO"

La polifacética **Sharlene** presenta 'San Pedro' su nuevo sencillo junto a Zion y Lennox. Sharlene, la cantante y actriz dominicana es una de las artistas que tienes que seguir en este 2019, hora estrena su nuevo sencillo "**San Pedro**" con la colaboración de Zion y Lennox, uno de los dúos urbanos más relevantes de los últimos tiempos.

"San Pedro" continúa con la historia de éxito de "El Vecino" junto a Lalo Ebratt, tema que supera los 4 millones de vistas en Youtube. De ritmo contagioso y letras que no saldrán de tu cabeza "San Pedro" combina la melodiosa voz de la hermosa dominicana con la fuerza de Zion y Lennox. Con este tema, Sharlene continúa consolidándose como una de las artistas más versátiles del momento, habiendo colaborado en muy poco tiempo con artistas como Don Omar, Maluma, Fuego, entre otros grandes exponentes de la música.

BARCELONA · AÑO XXI · Nº 250 · MARZO 2019



Dirección: jramirez@imagen-latina.com
Dep. Arte: arte@imagen-latina.com
Redacción: info@imagen-latina.com
Publicidad y RR.PP.: 938.110.015 - 607.650.518
Colaboración: miguel@tuociomad.com
bladosaenznegocios@gmail.com

@IMAGEN LATINA Es una marca registrada en la oficina Española de Patentes y Marcas. Todos los derechos son reservados. No esta permitida la impresión de ninguna parte de esta revista, ni tampoco su reproducción, ni utilización sin permiso anticipado y por escrito de la revista. La revista no se solidariza necesariamente con las opiniones en ella vertidas.

imagen
LATINA

www.imagenlatina.com
info@imagen-latina.com

Tel.: 938.110.015 - 607.650.518
PRINTED IN SPAIN

Antara

VIAJES Y TURISMO

El Perú te quiere...!!



CUSCO



LAGO TITICACA



CAÑON DEL COLCA



CAMINOS DEL INCA



PARQUE DEL MANU



LÍNEAS DE NAZCA

**BIENVENIDOS A LA CULTURA INCA
VISITA TUS ATRACTIVOS TURÍSTICOS**

PROGRAMACIÓN IDEAL PARA FAMILIA

Transfer in / out * 4 Noches de hotel de elección
Excursión a la ciudad del Cusco, Valle Sagrado de los Incas
y al Inolvidable Machu Picchu

INCLUYE: Snack y agua mineral, Ingresos a los
diferentes complejos, Boletos de tren, Ingresos a
Machu Picchu, Desayunos y 2 Almuerzos

OFERTAS 2019

864\$

HOTEL 3* / Toll-Free
POR PERSONA
AHORA 14% DESCUENTO

www.antaraperu.com

 **900 494 816**

 +51 958195868  +51 993823868

  1-800-490-71-45  1-800-101-1019

reservas@antaraperu.com / ventas@antaraperu.com



PATY CANTÚ ANUNCIA UNA ESPERADA PRIMERA GIRA EN ESPAÑA

La aclamada artista de pop latino **Paty Cantú**, presentará en España su cuarto álbum "**#333**" en una gira con especial énfasis en las Islas Canarias. Madrid será la primera ciudad en acoger a la mexicana el **22 de mayo en Joy Eslava**, seguida de Barcelona, que la recibirá el **23 de mayo en Sidecar**. En Canarias, actuará el **24 de mayo en el Teatro Circo de Marte** de Santa Cruz de La Palma y el **25 de mayo en The Paper Club**, Las Palmas de Gran Canaria.

Con más de 240 millones de streams en Spotify y 350 millones de reproducciones en YouTube, y tras haber compuesto temas para artistas de renombre como Ana Torroja, Raphael o Bustamante, Paty Cantú llega a nuestro país para presentar el que ya es disco de oro en México y en Chile. **#333** es el álbum más polifacético de la artista, fusionando estilos como el R&B, hip hop, electrónica, trap, pop o cumbia, entre otros.

SKINNY HAPPY, PUBLICAN "POR NO VENIR"

Este nuevo EP de **Skinny Happy**, "**Por No Venir**", llega tras una carrera de 9 años prometiendo darle la vuelta al dúo y mostrando una nueva faceta sin dejar atrás la esencia y el ritmo de "Trápical Minds".

El EP lo conforman 3 canciones: "Panty", es una canción con un toque de sensualidad en la que participa el artista dominicano Xantos y cuenta con un videoclip en una mezcla de humor y sensualidad. "Deja así" llega para hacernos bailar al mejor ritmo Trápical. "Cumpleaños" llega acompañada de los integrantes de Trápical, Yera y Lalo. Todo aderezado con colores, frutas y mucha diversión, un concepto musical que llegó el pasado año desde Colombia cuyos tótems son los sonidos tropicales, ritmos, y estética rompedora. Tres artistas fáciles de dinamizar que colaboran todos en todos sus temas y todos sus videoclips, un concepto autosuficiente con Yera, Lalo Ebratt y Skinny Happy. Piezas que comparten un sonido, el 'Samaritan flavor' como ellos mismos lo han bautizado.





Kenko restaurantes

**Descubre una cultura milenaria,
a través del arte culinario.**

Kenko
restaurantes

Restaurante Kenko I
C/ Calabria, 280 · 93 410 81 35

Kenko II
restaurantes

Restaurante Kenko II
C/ Dos de Maig, 250 · 93 436 5556

 *Kenko*
restaurantes-brasería

Kenko Restaurante Brasería
C/ Pius Xlle, 1 · 93 436 5108 · Cornellá

 **Celebra con nosotros
el Día del Padre**



MARC ANTHONY

ESTRENA SU NUEVO SINGLE "TU VIDA EN LA MÍA"

Marc Anthony ha logrado una carrera marcando sus propias pautas y dándose la oportunidad de crear música a su propio tiempo. Cada una de esas pausas ha valido la pena para los fanáticos del ícono de la música Latina y ayer noche con el poderío en el escenario que le caracteriza, presentó en la apertura de Los Premios Lo Nuestro el estreno mundial de **"Tu vida en la mía"**. Es el primer single que se anticipa del nuevo álbum de Marc Anthony en casi seis años y ya está disponible en toda las plataformas digitales y servicios de streaming. El tema, de la autoría de Marc Anthony, Luis Fernando Castillo, Santiago Castillo y Érika Énder fue producido por Marc Anthony junto a Sergio George y grabado en Criteria Recording Studios y Art House Society en Miami, Florida.

Marc Anthony comenta: *"Esta canción como todos mis temas lleva viviendo conmigo hace ya mucho tiempo. "Tu Vida en la Mía" es el emblema del regreso a la música en vivo. Me emociona mucho traer de vuelta esa experiencia del álbum en vivo y de incluir este nuevo tema en el repertorio de mi gira de conciertos".*

El video de la canción, dirigido por Santiago Salviche y filmado en el espléndido Museo Philip & Patricia Frost Science en Miami, es una carta de amor a la salsa y el estilo de música que Marc a liderado a lo largo de su carrera. Rodeado por un arte suntuoso, una naturaleza exquisita y destacando los colores de muchos de los países donde se celebra su música, la canción se convierte en una obra de arte viva, una interpretación pura del modernismo desde el sonido hasta el recuadro. El nuevo álbum de Marc Anthony está previsto para su salida al mercado en mayo del 2019. Mientras tanto Marc Anthony continúa llevando su música alrededor del mundo con su gira de conciertos "Legacy".





TIERRA del
INCA®



Cerveza Artesanal
Elaborada con

QUINOA

Haz tu pedido:

Madrid
91 694 99 19

Toledo
925 537 612

Barcelona
93 336 99 07

Murcia
655 934 974

Valencia
686 332 484

www.americaimports1.com

DAVID CIVERA

PUBLICA "MUNDO DIVERSO"

Renovarse, reinventarse, evolucionar; son conceptos que sin duda **David Civera** tiene muy presentes en su vida. Ha decidido que era el momento de buscarse por dentro, de conectar con su verdad, y poner toda su experiencia en una balanza... lo tiene claro; Es el público el verdadero protagonista de su carrera, y la razón que le mueve a seguir adelante.

"**Mundo Diverso**" es el título de su nueva propuesta: El sonido respira origen, raíces, diversidad y libertad. Tiene un aire fresco, tribal y urbano. El texto resalta por su carga emocional y espiritual; refleja el carácter de un artista implicado con la sociedad, con su entorno, y con su tierra. Daniel Ambrojo vuelve a estar a cargo de la producción, sabe plasmar lo mejor del "David Compositor"... su esencia, su alma.

Es el inicio de un punto de inflexión en su carrera, y el adelanto de su próximo trabajo. Su lanzamiento en digital está previsto para el próximo mes de Marzo de 2019. Su energía es nueva, su ilusión es impactante, su mensaje es contundente... *"Está canción nace de la necesidad de sacar lo mejor de nosotros, de reflexionar sobre las cualidades humanas, y poner en práctica los valores y el respeto al prójimo, haciendo verdaderamente acto de presencia en nuestras vidas. Quiero ser yo mismo, con mis inquietudes, mi manera de expresarme, y mi personalidad... quiero darle al público lo mejor de mí, esa parte inalterable y visceral, de la que me siento orgulloso como Artista y como persona..."*





Jet PERÚ

ENVÍO DE DINERO AL PERÚ Y A EL MUNDO

**ENVÍO DE DINERO
A TODO EL MUNDO**



ENVÍA TU DINERO
CON SÓLO

UNA **LLAMADA**

915 346 464

937 689 477



JET PERÚ - ESPAÑA

COLOMBIA

DESDE

6€



DE COMISIÓN
DE ENVÍO

PERÚ DESDE

4,85€



DE COMISIÓN
DE ENVÍO
A TODO EL PERÚ

HONDURAS

DESDE

6€



DE COMISIÓN
DE ENVÍO

**REPUBLICA
DOMINICANA**

DESDE

6€



DE COMISIÓN
DE ENVÍO

PAQUETERÍA A TODO EL PERÚ

SALIDAS SEMANALES LIMA Y PROVINCIAS

Direcciones de Madrid:

C/ Marques de Urquijo, 10 Arguelles

☎ (+34) 915 411 368 ☎ (+34) 915 592 592

📞 (+34) 670 229 762

Av. De La Reina Victoria, 7 Cuatro Caminos

☎ (+34) 915 346 464 ☎ (+34) 915 592 732

☎ (+34) 913 689 410 📞 (+34) 670 827 864

Dirección de Barcelona:

C/ Lepanto, 271 Sagrada Familia

☎ (+34) 937 689 477 ☎ (+34) 934 880 648

☎ (+34) 934 880 637 📞 (+34) 692 039 932

☎ (+34) 933 750 045 📞 (+34) 669 376 722



JOHN MAYER

PUBLICA "I GUESS I JUST FEEL LIKE"

El artista ganador de Premios GRAMMY®, John Mayer, publica su nueva canción "**I Guess I Just Feel Like**". La canción está escrita y producida por el propio John. El cantante anunció recientemente su gira norteamericana 2019 que comenzará en Albany, Nueva York, el viernes 19 de julio en el Times Union Center y se extenderá hasta septiembre con dos presentaciones en el "Fabuloso" Forum de Inglewood, California. La gira mundial 2019 de Mayer se lanza en marzo en Nueva Zelanda y Australia y se extenderá hasta abril en Asia. Conocido por numerosos éxitos como "New Light", del año pasado, "Gravity", "Love on the Weekend", "Heartbreak Warfare", "Daughters", "Waiting on the World to Change", "Your Body Is a Wonderland", y muchos más, el artista ofrecerá estos conciertos bajo el título de Evening with John Mayer, con dos sets musicales que abarcan toda su carrera.

El cantautor **John Mayer** ha ganado siete premios GRAMMY® y ha obtenido el récord de siete Números 1 en la lista de los mejores álbumes de Billboard en EEUU y 25 entradas en la lista Hot Rock Songs, la mayor cantidad de entradas de un artista solista. En 2018, lanzó "New Light", que fue Disco de Oro, mientras trabajaba en su octavo álbum en solitario, el aclamado en 2017 por la crítica, *The Search for Everything*. Por tercer año consecutivo, en 2018 Mayer llevó a cabo una gira con Dead & Company, llegando a tocar para más de 500.000 personas en su tercera —y más grande— gira. Además, lanzó 'Current Mood', su prestigioso programa de Instagram en directo los domingos, que algunos han llamado "la mejor manera de comenzar la semana con una buena nota, tal vez incluso la única". ¡Disfruta de "I Guess I Just Feel Like", lo nuevo de John Mayer!



f PAITITI BCN f RESTA PAITITI
RESTAURANTEPAITITIBCN



MENÚ
PAITITI



GASTRONOMÍA PERUANA

CON TOQUES MODERNOS

Y GASTRONOMÍA LÍQUIDA

CON UN MATIZ INNOVADOR

*Celebra con nosotros
el Día del Padre*



RESTAURANTE

PAITITI
GASTROPASIÓN PERÚ

C/ MARTÍNEZ DE LA ROSA, 110 LATINA

DIAGONAL L5 Y L3

INF. RESERVAS: 93 416 19 23

SE HACEN RESERVAS
PARA EL MES DE LOS CARNAVALES
Y DÍA DEL AMOR Y LA AMISTAD

LA LICENCIATURA DE LA MARCA PERÚ BAJO
EL CARGO DEL CHEF CHRISTIAN SOTOMAYOR



MAURO "KARAM"

NOS HABLA DE SU PRODUCCION "FENOMENO"



Mauro Perdomo "Karam", es un joven músico venezolano con mucho talento y una voz prodigiosa, que recorre las tarimas más movidas de Barcelona derrochando swing y carisma a montones, y haciendo delirar a sus fans al ritmo de reggaetón salsa o trap en cada una de sus canciones.

Este joven cantautor de 26 años, está abriéndose paso con fuerza en el escenario musical español, interpretando sus propios temas o adaptando temas de otros artistas a su particular estilo de voz, y jugando con los ritmos latinos que más están sonando en la actualidad. Se confiesa influenciado por músicos tradicionales venezolanos, sobre todo los del género de la "gaita Zuliana".

Karam ha pisado los escenarios desde los 16 años de edad en su natal Venezuela, allí junto a un amigo de la infancia conformo un dúo llamado "Duo2", con el cual realizó presentaciones nacionales y aprendió a actuar ante el público, posteriormente formó parte de otro dúo conocido como "Mauro y J" gracias al cual, logro conocer escenarios internacionales en giras por Panamá y Colombia, madurando como artista y recibiendo la aprobación del público latinoamericano; es importante destacar también su participación en la gala del prestigioso evento

del Miss Venezuela en su edición de 2016, en donde Mauro no solo interpreto, sino que compuso el tema de la gala de ese año.

Karam ha participado en importantes festivales de reggaetón en Barcelona, en Benidorm y otras ciudades españolas, alternando con importantes figuras del género como José Tangana y Ozuna entre muchos otros y tiene pautadas varias presentaciones en el País vasco para seguir con la promoción de su disco y su tema principal "Follamigos" que está sonando en emisoras de radio y en locales nocturnos como el tema de moda.

Actualmente **Mauro "karam"** está trabajando en el rodaje de su primer videoclip oficial en España, con el tema "Gozáynáma" bajo el amparo de su productora "Mano Negra Music" y con la representación artística de Fania Majano, y en compañía de importantes figuras de la música e influencers reconocidos en la redes sociales quienes le están allanado el camino hacia la cima a este polifacético y talentosísimo cantautor...

COLABORACIÓN:

Carlos Alvarado Bitter

Instagram:

@alvaradobittertv / @carlosbitteraudiovisual

Para contrataciones:

@Faniamajano / @karamfenomeno



Restaurant
Aji Seco
con Sabor a Perú

**ESPECIALIDAD EN GASTRONOMÍA PERUANA
PESCADOS Y MARISCOS, POLLOS A LA BRASA**

Ven y pregunta por el "Ceviche Aji Seco"
(acompañado de calamar y gambas en chicharrón)

15 Años
Deleitando con la mejor
gastronomía tradicional
del Perú



**FINES DE SEMANA
DE PICARONES**

**MENÚ
DIARIO**

INCLUYE
BEBIDA Y POSTRE

OFERTA MARTES
POLLO XXL + PATATAS
+ CREMAS

13€

PARA COMER Y LLEVAR

**OFERTA JUEVES
DEL CORAZON**

ANTICUCHOS + PATATAS

1€

PARA COMER
Y LLEVAR

**MIÉRCOLES
MOSTRO**

1/4 POLLO + CHAUFÁ

7,90 € PARA COMER Y LLEVAR

OFERTA VIERNES

2 POLLOS + PATATAS
+ CREMAS + ENSALADA
+ BEBIDA

25€ / 30€

PARA LLEVAR EN LOCAL

C/ Subur, 18 Bajos

La Florida

08905 L'HOSPITALET

93 437 73 93

f SÍGUENOS EN FACEBOOK Y TENDRÁS REGALOS

COLABORACIÓN:

Blado Saenz
onehits.net
665 651 211



LUISANNA

DESDE FRANCIA CON "UH LA LA"

Luisanna, cantautora dominicana de música urbana radicada en Francia, se promueve en el tema "Uh la, la", una frase muy usada en el país donde reside, por lo que decidió tomarla y hacer una canción con esa pegajosa expresión.

"Esta canción me ha dado muy buen resultado en toda Francia, debido a ese estribillo tan comercial y usado entre los franceses y el mes que viene estaré en mi país, República Dominicana, dando a conocer mi material discográfico que espero sea del agrado del público allí también", expresó.

El videoclip de la canción, está disponible en YouTube y sus plataformas digitales tanto con letras en francés y español junto al artista Frances ATS.

Aunque se identifica con la música urbana, el disco tiene bachata urbana, merengue, R&B, balada pop y otros ritmos musicales. La artista domina la guitarra y estudió Administración Hotelera.

Huanchaco Beach

ESPECIALIDAD Mix Huanchaco

Ceviche de Pescado, Cangrejo,
Choritos a la Chalina,
Chicharrón de Pescado



COCINA CRIOLLA
PESCADOS Y MARISCOS
POSTRES Y BEBIDAS
CÓCTELES

MENÚ DIARIO

HORARIOS
LUNES A VIERNES: 8:30 A 22 H.
MARTES DE 8:30 A 17:30 H.
SABADOS Y DOMINGOS
DE 11:30 A 2 H.

FELIZ
Día del
Padre



C/ Bejar, 54



L3

Tarragona

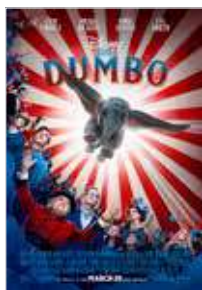
L5

Sants Estación

CERCA DEL CONSULADO PERUANO

INF. RESERVAS:

93 421 0593
603 308 275



Título original: Dumbo

País: EE.UU.

Año: 2019

Estreno: 29/03/2019

Duración: 130 minutos

Género: Animación, Familiar

Director: Tim Burton

Distribuidora:

Walt Disney Studios

Calificación: ATP

DUMBO

La nueva recreación de la película Dumbo dirigida por Tim Burton cuenta con Colin Farrel como Holt Farrier quien con ayuda de sus hijos Milly (Nico Parker) y Joe (Finley Hobbins) se dedican a cuidar a un elefante recién nacido cuyas orejas gigantes le hacen ser el hazmerreír en un Circo que no pasa por su mejor momento.

La familia circense de Holt incluye además a la señorita Atlantis (Sharon Rooney), Rongo (DeObia Oparei), Pramesh Singh (Roshan Seth) y su sobrino (Ragevan Vasan), La grandiosa Catherine (Zenaida Alcalde) y el magnífico Iván (Miguel Muñoz). Max Medici (Danny DeVito) dueño del circo, se decepciona al saber sobre las enormes orejas del pequeño paquidermo hasta que descubre que es capaz de volar, llevando al circo de regreso a la prosperidad.

MISKY

PERUVIAN RESTOBAR

El Placer de la Cocina Peruana

TAPAS PERUANAS

DESAYUNOS PERUANOS

PLATOS A LA CARTA

MENÚ DIARIO

CELEBRA CON NOSOTROS
EL DÍA DEL PADRE

Carrer de Comte Urgell 111



Urgell



Telf. 93 128 16 56

Misky Peruvian restobar 
www.restaurantemisky.com



CAPITANA MARVEL

La historia cuenta cómo Carol Danvers se convierte en una de las heroínas más poderosas del universo cuando la Tierra se ve atrapada en medio de una guerra galáctica entre dos razas alienígenas. Ambientada en la década de 1990, "Capitana Marvel" es una aventura completamente nueva de un período nunca visto en la historia del Universo Cinematográfico Marvel.

Estreno el viernes 8 de Marzo de 2019

MIRAI, MI HERMANA PEQUEÑA

Mirai cuenta la historia de Kun, un niño mimado y consentido de 4 años al que sus padres dejan de prestar atención cuando nace su hermana Mirai. Kun empieza a sufrir situaciones en casa que nunca había vivido, pero entonces, la versión adolescente de su hermana viaja en el tiempo desde el futuro para vivir junto a Kun una aventura extraordinaria más allá de lo imaginable.

Estreno el viernes 15 de Marzo de 2019



YOMEDDINE

Beshay nunca ha salido de la colonia de leproso en la que le abandonaron siendo un niño. Tras la muerte de su mujer decide coger sus escasas pertenencias e ir en busca de sus raíces junto a Obama, un joven huérfano que se une a él en el camino. Beshay cruza Egipto en busca de una familia y unos orígenes plantándole cara al mundo y superando todas las dificultades pero también disfrutando de los buenos momentos que le depara el viaje.

Estreno el viernes 15 de Marzo de 2019



GLOBALEXS

Courier Center

Servicio
en todo el Perú!

f GLOBALEXS

ACORTAMOS DISTANCIAS, UNIMOS PERSONAS



Envío y retiro urgente de documentos

Entrega a domicilio en 4-5 días.

Envío económico de documentos

Entrega a domicilio en 8 días.

Salidas quincenales.

Paquetería aérea hacia Perú.

Entrega en oficina en 10 días

Salidas quincenales.

*Prohibido ropa usada y líquidos.

Envío de móviles hacia Perú.

Entrega en oficina en 10 días

Salidas quincenales.

*Nuevos o usados.



Paquetería Marítima

Salidas bi-mensuales

Entrega en oficina en 2-3 meses



¡ENVÍA UN REGALO PARA PAPÁ!

C/. Llança, 43 - Bajos Local 101  **L5 Sants**  **L3 Tarragona**

HORARIO: LUNES A VIERNES DE 10 - 19:30 H. / SÁBADOS DE 12 - 18 H.



93 362 33 27 -



696 819 658

A 15 MT. DEL CONSULADO GENERAL DEL PERÚ

RESTAURANTE
POLLOS A LA BRASA



C/. Castillejos, 397



L4 Alfonso X

SALIDA CALLE LEPANTO



Hospital Sant Pau

SALIDA CALLE CARTAGENA

———— INFORMACIÓN Y RESERVAS: ————

93 250 9686

HORARIO DE LUNES A DOMINGOS DE 19:00 HRS. A 23:30 HRS.



ESPECIALIDAD EN

Pollos a la Brasa

POLLO + PATATAS + ENSALADA + CREMAS

PROMOCIÓN CORRALITO

1/4 POLLO + CHAUFÁ DE POLLO

COMBO CORRALITO

1 POLO + PATATAS + ENSALADA + BEBIDA

Cocina Criolla



*Celebra con nosotros
el Día del Padre*



CNCO

PRESENTAN SU NUEVO SINGLE "PRETEND"

La Boy Band latinoamericana, **CNCO**, presenta su nuevo single "**Pretend**", un tema mitad en español, mitad en inglés con el la boyband aspira a conquistar el mercado norte americano y europeo.

El nuevo track incluye referencias a un tema de los años 80 de DeBarge, "**Rhythm of the Night**", que lo transforma en un himno imposible de despegarse de la cabeza.

El lanzamiento llega en mitad de su World Tour que pasará por España el próximo mes de Marzo, el **14 en Madrid (Wizink Center)** y el **15 en Barcelona (Palau Sant Jordi)**, donde los #CNCOwners podrán disfrutar del espectáculo de CNCO y de sus nuevo temas.



Alvarado Barber shop



EN "ALVARADOS BARBER SHOP" NOS ESMERAMOS POR BRINDARTE UN SERVICIO Y ATENCIÓN EXCLUSIVA, PORQUE SABEMOS QUE ERES UN HOMBRE ELEGANTE Y DECIDIDO

QUE SABE LO QUE QUIERE Y SE ESFUERZA EN CONSEGUIRLO, POR ESO HACEMOS QUE LUCIR UN CORTE CON ESTILO NO SEA UN PROBLEMA PARA TI

VEN A VISITARNOS Y SIÉNTETE COMO EN CASA.

RAMBLA BADAL, 36, BARCELONA Tel.: 936466130 / 664439529

f @ALVARADOBARBERSHOP



CHIIFA PERUANA

*** EL PALACIO DEL CHIIFA PERUANO EN BARCELONA ***

10 AÑOS DIFUNDIENDO LA COCINA CHINA PERUANA

*** POR PRIMERA VEZ EN BARCELONA ***

AMPLIA CARTA DE PLATOS ESPECIALES Y VARIADOS - EN EL CENTRO
SE HACEN RESERVAS PARA EVENTOS PARA GRUPOS, FAMILIAS,

Celebra con nosotros el Día

**Feliz Día
del Padre**

ESPECIALIDAD EN COCINA CHINA PERUANA / MENÚ DIARIO



¡NUEVOS PLATOS A LA CARTA!



ANO

ONA ***

A EN ESPAÑA

DE BARCELONA
EMPRESAS

del Padre



O Y VARIADO



新禧恭賀新禧恭賀新禧恭賀新禧恭賀新禧恭賀新禧恭賀新禧恭賀新禧恭賀



C/ Galileu, 85



L5

L1

L3

Plaça de Sants

Plaça del Centre

INF. RESERVAS:  

93 128 0039

645 603 060

LUNES A VIERNES DE 13 A 17:30 H Y 19:30 A 24 H

SABADOS Y DOMINGOS ININTERRUMPIDO

SOLICITA TU BONO
DESCUENTO PARKING



AHORA
CILINDRO
CHINO

HAZ TÚ RESERVA
¡INFÓRMATE!



禧恭賀

四斤

#EspecialEnPortada

El pasado 2018 fue un gran año para el grupo, tuvieron **Triple N°1** en las Listas Airplay de Billboard, Latin Pop Songs, Latin Rhythm con su single **"Se Vuelve Loca"**, además fueron los grandes triunfadores de los Latin American Music Awards 2018 con 3 Premios: Artista Favorito - Pop, Dúo o Grupo Favorito, y Álbum Favorito, Pop. Compuesto por cinco jóvenes latinos de diferentes nacionalidades: Christopher (Ecuador), Erick Brian (Cuba), Joel (México), Richard (República Dominicana) y Zabdiel (Puerto Rico), el grupo surgió del concurso musical de Univision.

CNCO lanzó su álbum debut Primera Cita en 2016, que rápidamente se convirtió en un éxito mundial y fue certificado como Diamante, Platino y Oro en los Estados Unidos, América Latina y Europa. A lo largo de su corta pero increíble carrera, el grupo ha ganado numerosos premios. En abril de 2018, el grupo lanzó su segundo álbum, titulado CNCO, que debutó en el puesto número 1 en las listas de ventas latinas en los Estados Unidos y Puerto Rico, convirtiéndose en el mayor álbum de debut latino del 2018. A un mes de su lanzamiento, el álbum ya fue certificado como Platino en los Estados Unidos y Chile, Doble Platino en Argentina y Oro en México y América Central.

Durante 2017, **CNCO** agotó entrada en 40 conciertos en 15 países, lo que demuestra su poder de venta de entradas. Gracias al apoyo de sus más de 6.5 millones de seguidores, conocidos como CNCOwners, este grupo ha dominado las ceremonias de premios más prestigiosas de la industria de la música y ha actuado en directo en los locales/pabellones más importantes de los Estados Unidos, América Latina y Europa este año.



Supermarket **IRXIOCARITO** la tienda...

irxiocarito 

irxiocaritobcn 

PRODUCTOS LATINOS

www.irxiocarito.com



**PRODUCTOS
A PEDIDO**



PRODUCTOS LATINOS Y NACIONALES
DIRECTO DE TU TIERRA A BARCELONA
MENSAJERÍA AÉREA

**PAQUETERÍA
AÉREA**
SALIDAS

TODOS LOS 10 DE CADA MES

C/. Provenza, 105 - Esq. Urgell

 **L5** Hospital Clinic

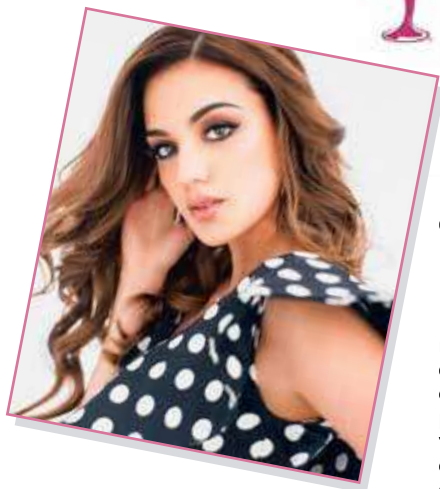
 **93 451 33 58**



MISS PERÚ

España

2019



Conozcamos más a **María Grazia Crosato Neumann** "Miss Perú España 2019". Top 6 del "Miss Perú" rumbo al "Miss Polo International"

Empecé a hacer ballet a los 5 años cuando mi madre, también bailarina, me llevó a primera clase y rápidamente supe que quería dedicarme a eso. Ahora, vivo en España hace tres años, bailo profesionalmente en el ballet de Cámara de Madrid y estudio pedagogía de danza clásica. El ballet no es fácil, requiere de esfuerzo, sacrificio y disciplina, cualidades que me han hecho crecer como persona y convertirme en quien soy hoy en día.

Organización Miss Perú España

Dirección: **Pia Leyva**

Coordinación General:
Susan Rodríguez

Coordinación de Producción:
Jairo Rodríguez

Coordinación Barcelona:
Yaqueline Quispe



BRASA CRIOLLA

POLLO ENTERO + PATATAS
PARA LLEVAR

9,00€

MENÚ N° 1

11,00€



POLLO A L'AST

Patatas fritas o al horno
+ alioli + picante
+ olivas + bebida ó vino

MENÚ N° 4

16,00€



CONEJO A L'AST

Patatas fritas o al horno
+ alioli + picante
+ olivas + bebida ó vino

MENÚ N° 2

17,00€



COSTILLAS ASADAS

Patatas fritas o al horno
+ alioli + picante
+ olivas + bebida ó vino

MENÚ N° 5

15,00€



GRAN COMBO

Combinación a elegir
1/2 Pollo + 1/2 Panceta
1/2 Pollo + 1/2 Costilla
1/2 Panceta + 1/2 Costilla 17€

MENÚ N° 3

16,00€



PANCETA ASADA

Patatas fritas o al horno
+ alioli + picante
+ olivas + bebida ó vino

MENÚ N° 6

70,00€



ESPECIALIDADES

Pierna de Cerdo (13 kg)
+ Patatas al horno
+ Botella de vino

- Salchipapa - Chicharrón - Hornado - Encebollado - Chaulafán - Arroz y menestra - Arroz con Pollo al horno - Pollo Broaster
- Arroz con Camarón - Arroz con Guatita - Choclo con queso - Maduro con queso - Caldo de Salchicha - Tallarín con Pollo



93 116 15 91



603 612 989

SERVICIO A DOMICILIO

C/ Llobregat, 91 L5 Colblanc

L'HOSPITALET DE LLOBREGAT



1992 - 2019



LA HERMANDAD DEL SEÑOR DE LOS MILAGROS DE BARCELONA

Deséa agradecer a los que participaron en la celebración del segundo rezo del Santo Rosario en honor a nuestra Santísima Madre Virgen de la Nube, seguidamente por la Santa Misa en honor a nuestro Santo Patron Señor de los Milagros.

LLÉVAR A DIOS EN EL CORAZÓN...

*Te bendecimos y te damos gracias, Señor
Porque cuando tus amigos más temían perder
Para siempre el fuego de tu presencia, tú les
Prometes que permanecerías a su lado.
Será en delante de una forma distinta de estar,
más íntima y más intensa, como nunca
sospecharon:
¡Harás comunión con quienes te escuchan,
morarás en el corazón de quienes te aman!
Tú eres el amor y la fuente de todo amor, has
que escuchemos y guardemos tu palabra y el
mandato nuevo que aquella noche nos distes:
así nos mantendremos en tu amistad, y tú
-presente en nuestro corazón-
nos colmarás del gozo de tu paz.
No de una paz cualquiera, sino de la tuya:
de esa Paz que nace del amor que nos das,
y de la confianza de saber que en medio de la
vida albergamos en nuestro corazón al Dios
Trinidad, y nos sentimos confiados en sus manos.
AMEN*



Les recordamos apreciados hermanos, que cada tercer domingo de cada mes, tenemos el rezo del Santo Rosario a las 11:15 am, seguido de la Santa Misa a las 12:00 del mediodía, en la Parroquia Sant Ramon Nonat - Collblanc.



Peruvian food



**MENU
DIARIO**

DESAYUNOS

*Celebra con nosotros
El Día del Padre*




LA DIFERENCIA QUE TE GUSTA...

C/ Entença, 162 - 08029 - Barcelona

M Entença / Hospital Clinic **L5**

Horario: Lunes a domingo de 8 am a 12 de la noche

Inf. Reservas:

 **93 131 91 95**

 **622 940 118**



"CON UN PIE A CADA LADO" EXPLICA MARITZA ALVA

Precisamente este libro, que ya ha tenido hasta dos ediciones en el Perú a cargo de la editorial Mesa Redonda, ya se puede adquirir en toda España gracias a la edición que en este país ha realizado la editorial Albores y que ha lanzado recientemente al mercado.

Un libro que se ha presentado el pasado 20 de febrero en el Consulado del Perú en Barcelona. Acto en el que han participado tanto la autora como **Jordi Ibáñez**, director de la carrera de Montaña "La Colomenca" y colaborador de la ONG Tangarana.

Lo más importante de esta publicación, más allá de dar a conocer **la historia de vida de Mari Alva** y los orígenes de la institución que ha fundado en la Amazonía del Perú, es que el dinero recaudado por la venta de cada libro se destina al área de ayuda social de la organización, en especial a apoyar la financiación de los estudios superiores de los jóvenes de Moyobamba en riesgo de exclusión social -a los que se llama apadrinados- y que ahora, gracias a este dinero y el que aportan los socios-padrinos de la organización, pueden ver hacia adelante un futuro menos incierto.

En "**Con un pie en cada lado**" relato mis vivencias de la fundación de esta Organización no gubernamental (ONG) desde un punto de vista muy personal, de contrastes culturales. Describen un Pasado en el Perú, con una vida vinculada a Barcelona y Zúrich.

Trasmitir en estas páginas mi pasión por correr, y en el camino reflexiono sobre diferentes aspectos básicos de Nuestra cotidianidad. Incluyo remembranzas y anécdotas.



W

imagen

MASAJES
MAQUILLAJE DÍA, NOCHE Y NOVIAS
TRATAMIENTOS FACIALES Y CORPORALES
PESTAÑAS, PERMANENTE Y TINTE

YESOTERAPIA
MANICURA Y PEDICURA
APARATOLOGIA
TRATAMIENTOS ACNÉ
DEPILACIÓN



WALDEN ESSENCE

Ctra. Reial, 106 Local 30, Sant Just Desvern
93 639 72 88 - 682 191 024 waldenessence@gmail.com





¿VENEZUELA DONDE ESTAS? ¡LA MAYOR DIASPORA DEL SIGLO XXI!

Son las nueve de la mañana en Barcelona España y **Patricia García**, quien emigro hace 11 años a esta ciudad ya está en su trabajo, con mucha paciencia y esmero, arregla y da de comer a una simpática anciana de 80 años, a quien llama cariñosamente Pepi; le habla y le cuenta chistes para alegrarle el día mientras le da sus alimentos y le obliga a tomar sus medicinas, y por su parte, la señora Pepi agradece efusivamente la compañía de esta joven madre venezolana que dedica tanto tiempo a cuidarle y hacerle compañía todos los días de la semana.

Patricia, nos cuenta que dejó su carrera en administración de bancas y finanzas cuando partió, además de su casa y sus afectos allá en la tierra en la que nació y creció, y de la cual salió, para buscar un nuevo destino en el cual criar a su hija y establecer un nuevo hogar.

Como Patricia, son ya miles o quizás millones, los venezolanos que por las duras circunstancias que afectan a su país, han tenido que emprender un largo camino fuera de sus fronteras, buscando alivio a sus calamidades, y aprendiendo sobre el camino, las más duras lecciones que la vida enseña a quienes abandonan

su patria y se adentran en un mundo muchas veces desconocido a la vez que difícil de conquistar.

Son innumerables las historias de osados aventureros, que sin mirar atrás han echado a andar literalmente, atravesando paramos, y ciudades, pueblos y fronteras, llenas de peligro e inclemencias, dependiendo del todo, de la caridad de las buenas personas que se cruzan en sus caminos, y apostando toda su vida a la suerte y a la convicción de que como venezolanos y sudamericanos, serán capaces de enfrentar y superar cualquier obstáculo.

La historia de Venezuela esta intrínsecamente ligada a la historia de Suramérica entera, ya que cada nación suramericana, nació hermanada por la idea libertaria de nuestro prócer Simón Bolívar, quien soñó toda su vida con la unificación de todo un continente, para conformar una sola nación llamada "La Gran Colombia". Sin embargo y a pesar de todos sus esfuerzos, ese sueño no llegó a materializarse, y la división territorial de América Latina conllevó al nacimiento de muchos países soberanos e independientes.

Hoy en día esa Venezuela errante, va abriéndose un espacio en cada rincón del continente, llegando con su caminar y empeño desde la costa de la Goajira en Colombia, hasta los pueblos más recónditos de la Patagonia en Argentina, pasando por el altiplano boliviano, o por las ciudades más conglomeradas de Ecuador, allí en cualquier rincón de este extenso territorio, podemos encontrar el acento venezolano ofreciendo una arepa, o lavando platos y cocinando en algún restaurant, o quizás atendiendo una farmacia o panadería, con esa actitud propia y característica del venezolano, con su su típica expresión de "chamo" para dirigirse cariñosamente a algún coterráneo o amigo del camino.

Venezuela ha sido quizás, uno de los países que más inmigración ha acogido en la historia contemporánea de Sudamérica, teniendo importantes poblaciones de los distintos países que conforman el continente, destacándose más la presencia de ecuatorianos, colombianos, peruanos, chilenos, argentinos y dominicanos, así como bolivianos y de otras nacionalidades, sin embargo, y salvo en casos muy puntuales, el venezolanos nunca se había caracterizado por emigrar y establecerse fuera de sus fronteras, y por lo tanto, no estaba preparado ni física ni psicológicamente, para enfrentarse a una crisis tan grave como la que azota en estos momentos a su país.

Hoy en día, podemos encontrarnos venezolanos viviendo en toda la América, pero además, hay venezolanos establecidos en muchos países de Europa y Asia, así como África y hasta en la lejana Australia, y sin mucho esfuerzo podemos probar la gastronomía venezolana en cualquiera de estos lugares a donde el venezolano ha llevado la arepa, la cachapa y el pabellón, así como las alpargatas y la bandera tricolor.



Es innegable que el emigrar es un trance muy duro para cualquier ser humano, el dejar tus amigos, tu familia, tu hogar, tus querencias y costumbres, y hacerte querer en un país nuevo, con una cultura distinta, con otros olores y sabores, con otro acento e incluso otro idioma, es difícil y la mayoría de las veces doloroso, pero la clave está en mantener viva tu esencia y tu idiosincrasia y hacerlas compatibles con esos nuevos espacios, y en la medida de lo posible enriquecer tu cultura y tus valores con nuevos conocimientos y sentimientos y hacer que valga la pena el haber emprendido el viaje.

Como Patricia, hay muchos venezolanos buscando un lugar donde cobijarse mientras pasa el temporal, como ella miles o cientos de miles tienen la esperanza de volver algún día a casa, y como ella, cada uno lleva dentro del pecho su corazón de arepa, su sonrisa de dulce de leche y su mirada de mar caribe, como Patricia, cada venezolano que dejo su casa, lleva en el alma la añoranza de un pronto regreso a su querida tierra, y como ella cada uno de esos venezolanos, cuando le preguntan dónde queda Venezuela, responden con los ojos llenos de lágrimas, y un nudo en la garganta Venezuela, Venezuela está aquí, mientras se ponen la mano en el corazón!...

Desde Imagen Latina queremos mostrar nuestra solidaridad para con nuestros hermanos venezolanos, así como para con todos aquellos valientes de donde quiera que sean, que han tenido la valentía de plantarle cara al destino y han aprendido a vivir cargando con su patria en una maleta.

COLABORACIÓN:

Carlos Alvarado Bitter

Instagram: @alvaradobittertv

Hotmail: cabajeep70@hotmail.com





Ajuntament de L'Hospitalet

FORO DE LAS CULTURAS
POPULARES Y TRADICIONALES
DE L'HOSPITALET
**6º EVENTO
SOLIDARIO Y
CULTURAL**

El pasado 2 de febrero se realizó en el **Centro Comercial La Farga** con un rotundo éxito el **6to evento Solidario y Cultural** organizado por el Foro de las Culturas Populares y Tradicionales de L'Hospitalet en el cual están representadas todas las culturas del territorio español así como las culturas de los residentes que han llegado de otros países y que hoy generan y difunden cultura popular en L'Hospitalet.

Este evento se realizó desde las 10h hasta las 21h y consistió en una recogida de alimentos para colaborar con la Cruz Roja de L'Hospitalet y una muestra cultural con danzas y música de una diversidad cultural muy enriquecedora.

El Presidente del Foro de las Culturas Populares y Tradicionales de L'Hospitalet **Manuel Gallego** declaró que continuarán con el trabajo que vienen realizando ya que la participación de la población es muy positiva y este año 2019 ha sido todo un éxito de participación y casi 300 kilos más de alimentos en la recogida respecto al 2018, lo cual indica la enorme colaboración de los vecinos y vecinas de L'Hospitalet - También se contó con la presencia Institucional de Los Tenientes Alcaldes **José Castro** y **Jesús Husillos** del Ayuntamiento de L'Hospitalet y **Ernesto Carrión** de la Regiduría de Bienestar Social.



Un Sentimiento, Tu Identidad

Noticias

Entretenimiento

Eventos

Deportes

Mi Perú

Turismo

Cultura

Fútbol

Cultura

info@serperuano.com

#HoroscopoDelMes



ACUARIO

20 Enero al 20 Febrero

Atento que las relaciones ocultas no merecen la pena y tu mejor que nadie lo sabes.



PISCIS

21 Febrero al 20 Marzo

Si esperas a que pase algo, lo único que pasará es el tiempo. Reacciona y díselo ya de una vez.



ARIES

21 Marzo al 19 Abril

Estas despertando pasión en una persona pero antes, debes olvidar el pasado.



TAURO

20 Abril al 20 Mayo

Sigue tu instinto, tendrás que tomar decisiones firmes en todos los aspectos y tu vida.



GÉMINIS

21 Mayo al 20 Junio

Encontrarás la persona adecuada en el momento concreto. Lo bueno se hace esperar.



CÁNCER

21 Junio al 22 Julio

Mucha gente hipócrita te rodea actualmente, detéctalos y apártalos de tu vida.



LEO

23 Julio al 22 Agosto

Tu carácter impulsivo te llevará a tomar decisiones que no serán positivas.



VIRGO

23 Agosto al 22 Septiembre

Tienes la suerte de cara, deberías invertir en eso que hace tanto tiempo da vueltas por tu cabeza.



LIBRA

23 Septiembre al 22 Octubre

Tú vales mucho y solo depende de ti el que llegues a conseguir tus propósitos.



ESCORPIO

23 Octubre al 21 Noviembre

Así como diste estas recibiendo. Problemas legales se acercan y no saldrás bien parado/a.



SAGITARIO

22 Noviembre al 21 Diciembre

No exijas tanto a los demás. Exígete a ti mismo y empieza a cambiar tu aptitud.



CAPRICORNIO

22 Diciembre al 19 Enero

Tu desorden te está afectando a nivel emocional y debes cambiar lo antes posible.



Gabinete Jose de Luna

(Tarifas: 15 min 5 € y 30 min 10 €)

Tel: 93 222 72 48 / SERVICIO 24 HORAS

TAROT - VIDENCIA - RITUALES - HECHIZOS

Tarot del Amor

Tarot hechizos y Conjuros para el Amor

DEJAME GUIARTE Y AYUDARTE ANTE
TODO AQUELLO QUE TE PREOCUPA...



PODEROSO HECHIZO
PARA ATRAER
CLIENTES A TU
NEGOCIO



RITUAL PARA
ROMPER
TRABAJOS
DE BRUJERIA



93 2227248

TARIFAS : 15 MINUTOS 5€ - 30 MINUTOS 10€

Tarot Nº 1
en España



PAGO SEGURO
GARANTIZADO

24h

CONSULTA SERIA , HONESTA Y PRECISA - COMPRUEBALO
ATIENDO PERSONALMENTE - SIN GABINETES

servicio exclusivo para mayores de 18 años.

CLUB LIBERTAD DE TRUJILLO



12

de Octubre

13

de Octubre

X Concurso selectivo Mundial de
Marinera Club Libertad de Trujillo
Filial Barcelona - Cataluña

LA NEGRITA TOMASA

f NEGRITA TOMASA LA DULCE

COCINA PERUANA TRADICIONAL

C/ CONCEPCIÓN ARENAL, 108

M-L Fabra/Puig L La Sagrera/Congrés

INF. RESERVA: 93 157 13 50

HORARIO: Lun, Mar, Mié de 12:30 a 17h
Jue, Vie, Sab, Dom. de 12:30 a 17h y 19:30 a 24h.

Celebra con nosotros
el Día del Padre



Platos
a la Carta
desde 5€

Cócteles
Peruanos



DOMINGOS DE
PATASCA



TODOS LOS SÁBADOS
CALDO DE GALLINA



VIERNES COMBINADO
(tallarín, huancaina, ceviche)



HABITACIONES PARA PAREJAS

HABITACIONES PARA PAREJAS TE OFRECE/
UN LUGAR ÍNTIMO, ROMÁNTICO PARA TÍ Y TU PAREJA
HABITACIONES CON BAÑO PRIVADO, TV DE PLASMA
AIRE ACONDICIONADO, PARKING GRATUITO

ATENCIÓN DE DOM. A JUE. DE 09:00 H. A 02:00 H.
VIE. Y SÁB. ABIERTO LAS 24 H.

PRECIO DE HABITACIÓN 34€ (4 HORAS)

www.habitacionesjimdo.com

f Habita Bcn

M Paralel

INF. RESERVAS AL:

93 442 3157 - 675 350 179



5 TRUCOS

PARA PODER VENCER LA ANSIEDAD NATURAL

"No es fácil quitar malas costumbres de un día para otro, pero tampoco imposible. Hay gente más vulnerable al estrés o el exceso de preocupaciones que acaba generando ansiedad por la comida, la ansiedad por la comida, o por cualquier otra cosa, está ligada a la falta de autoestima. Por eso tenemos que aprender a valorar nuestras virtudes, querernos y aceptarnos como somos. De esta manera conseguiremos sentirnos llenos, satisfechos. Cuando nos sintamos felices, tenemos un mayor control sobre lo que comemos, ya que no dependemos de algo externo para sentirnos satisfechos."

1.- Aumenta consumo de líquidos.

Cualquier tipo de líquido nos ayudará a sentirnos saciados. Por ejemplo, tomar infusiones calientes y asegurar un buen aporte de agua diario (2 litros) ayudan a sentirnos saciados y a eliminar toxinas. Tomar 1 o 2 vasos de agua antes de las comidas también ayuda a llegar con menos hambre a la mesa o también podemos tomar sopas vegetales de primer plato.

2.- Evita alimentos excitantes.

Evita bebidas excitantes como el café o el té, y también el chocolate en exceso o el azúcar refinado. Este tipo de alimentos aumentan nuestros niveles de adrenalina, que colabora a que perdamos la sensación de ansiedad.

Para más información o consultas:

steffitnessdiet@gmail.com

Asesora nutricional con planes de entrenamientos personalizados

Sígueme en mi blog personal:



fittefy_diet



3.- La fibra. Hará que te sientas más saciado y por lo tanto, con menos hambre y ansiedad. En general, los alimentos cocinados son más saciantes que los crudos (pero no por ello hay que prescindir de ensaladas y frutas, claro). También es muy bueno tomar legumbres de 3 a 4 veces a la semana.

4.- La importancia del triptófano.

Las proteínas animales (carnes, pescado o huevos), lácteos, plátanos, piñas y frutos secos contienen triptófano, que tiene efecto tranquilizante. El triptófano es un aminoácido que, después de unos complejos ciclos metabólicos en el organismo, se transforma en serotonina. Por lo tanto puede ayudar a regular los niveles de serotonina, neurotransmisor que participa en el control del apetito y está relacionado con el estado de ánimo.

5.- Cinco comidas al día como mínimo.

Hacer dieta no significa no comer o pasar hambre, sino comer adecuadamente, respetar los horarios y no dejar pasar mucho tiempo entre comidas. Si estamos mucho tiempo sin comer, tendremos más sensación de descontrol. Lo ideal es comer cinco veces al día. Hay que saber, además, distinguir entre la sensación de hambre y la ansiedad. Si notamos que tenemos un momento de ansiedad, hay que pararse y pensar en lo que estamos a punto de hacer.

GESTORÍA BERNUY

Jurídica - Fiscal - Laboral - Extranjería

- ALTAS Y BAJAS TRABAJADORES
- ABOGADO PENALISTA
- CONSTITUCIÓN DE PERSONAS JURÍDICAS
- ADMINISTRACIÓN DE FINCAS
- EXTRANJERÍA - RENOVACIÓN
- REAGRUPACIÓN - NACIONALIDAD



ASESORÍA JURÍDICA – FISCAL – LABORAL – EXTRANJERÍA

TE BUSCAMOS TU PISO O CASA O NEGOCIO O LOCAL PARA ALQUILER O COMPRA

M L5 Hospital Clínic

info@gestoriabernuy.com
www.gestoriabernuy.com

INFORMACIÓN SIN COMPROMISO:

Tel: 93 002 2718 - 610 197 649

C/ Mallorca, 84 - Entresuelo 4
08029 Barcelona

PAQUETERÍA Y BILLETES AÉREOS

- ASESORAMIENTO PERSONALIZADO
- MUDANZAS NACIONALES e INTERNACIONALES
- ALQUILER DE CONTAINERS
- RETORNO VOLUNTARIO
- VENTA DE BILLETES AÉREOS

 **OZONO**
EXPORT & IMPORT

Calle Mas, 67

L5 Colíblanc **L1** Torrasa

 **93 166 78 74**

 **616 554 763**

PROHIBIDO MEDICINAS, COMIDA, LÍQUIDOS Y CREMAS

RECOGEMOS
A DOMICILIO



MUEBLES y
ELECTRODOMÉSTICOS
LAVADORA
TV
COCINA



MAQUINARIA



Abel Salazar Rojas

abel_1509@hotmail.com



PLAN - CPB RUMBO AL BICENTENARIO

El Centro Peruano en Barcelona, fundado en Julio de 1963, prepara su plan rumbo a las celebraciones del Bicentenario del Perú. La actual JD aprovechará el **"Plan Bicentenario"** como instrumento dinamizador para recuperar el protagonismo cultural, académico y social que caracterizó al CPB como referente en la ciudad de Barcelona y resto del estado español.

Este año toca renovar la JD y vamos a presentar nuestro "Plan Bicentenario" para nuestra reelección con cambios en nuestro equipo directivo. Para poder llevar adelante nuestro plan es imprescindible que nuestros asociados cumplan con el acuerdo de la Asamblea General Extraordinaria (restauración de las cuotas) de fecha 18 de Marzo de 2017.

Esperamos que nuestros asociados, que aún no hayan cumplido con este deber fundamental de todo asociado, puedan ponerse al corriente de sus cuotas y nos ayuden a compartir y hacer posible las finalidades de nuestro Plan Bicentenario y participen activamente en el proceso de renovación de la JD que se iniciará con la Asamblea General programada para la última semana de Marzo del presente.

Dr. Tito Acedo
Presidente del CPB
Telf. **606393904**



ASESORÍA EN EXTRANJERÍA

**PRECIOS MUY ECONÓMICOS
10% DE DESCUENTO**

Teléfono de
información al
público

**93 487 89 51
609 36 83 80**

C/. Roselló, 224 - 1ª "A" Diagonal
(08008 BARCELONA)

ATENCIÓN PREVIA CITA

E-mail: edgardolandauro@yahoo.es

- Gestiones y Trámites
- Permiso de Trabajo y Residencia
- Reagrupación Familiar
- Arraigo Social - Laboral
- Revocación de Expulsión
- Recursos Contenciosos
- Nacionalidad Española
- Judicial - Penal - Civil y Laboral
- Cancelación de Antecedentes Penales y Policiales
- Tarjeta Familiar Comunitario: Pareja de Hecho
- Tarjeta de Residencia por tener hijo Español

AGRUPACIÓN CONTIGO PERÚ ÓRQUESTA INTERNACIONAL

CONTRATACIÓN PARA
FIESTAS PRIVADAS
O PARA EMPRESAS ETC

BODAS, COMUNIONES,
BAUTIZOS, CUMPLEAÑOS,
ANIVERSARIO, CONCIERTOS.

LOS MEJORES RITMOS DEL MOMENTO
MÚSICA VARIADA, CRIOLLO, SALSA,
MERENGUE, TROPICAL.

**ANIMACIÓN
PARA TODO TIPO
DE EVENTOS**

INFORMACIÓN

93 019 9628 - 658 581 426 - 692 568 745

EL TUMI

TAMALES CASEROS





TAMALES
100% MAIZ MOTE
CON HOJA DE PLATANO

HAGA SUS RESERVAS
PARA EL DÍA DEL PADRE





Móvil: 647 05 57 63

tamaleseltumi@hotmail.com
http://tamaleseltumi.wix.com/tamales

BOCADITOS Gourmet

- * Sandwich Triple (huevo, pollo, tomate)
- Sandwich de Pollo y Apio
- Mini Pizza Americana
- Causitas Limerías
- Chorros a la Chulaca
- Empanaditas (carne, verduras, Aji de Gallina)
- Humitas saladas
- Tartaletas de Aji de Gallina
- Tequeños
- Enrolladitos de Hot Dog
- Tamalitos (carne, pollo, verduras, vegetales)
- Croquetas
- Brochetas de Pollo Broaster
- Yuquitas fritas (carne, huevo, queso)
- Papas rellenas
- Huacampo

- Alfajores
- Piononcos
- Arroz con Leche con Mazamorra
- Mini Pie de Limón
- Mousse de Lucuma
- Tarta Helada
- Niditos de Fresa
- Marshmallows Pop
- Arroz Zambito
- Kekato Inglés
- Humitas dulces
- Trufas de Chocolate

 60€ PACK 1 75 boc.	 75€ PACK 2 100 boc.
 100€ PACK 3 150 boc.	 140€ PACK 4 250 boc.
 160€ PACK 5 300 boc.	

COMPLETA TU PACK CON CHUPITOS A 1€
Pisco Sour Chicha Morada Chicha Jora

BOCADITOS A COMBINAR. ESCOGE PRODUCTO Y CANTIDAD, Y CREA TU PACK

Móvil: 647 05 57 63 tamaleseltumi@hotmail.com    http://tamaleseltumi.wix.com/tamales

anunciate •

MADRID

606 77 95 96

BARCELONA

607 65 05 18

MÁS DE 20 AÑOS
DIFUNDIENDO
LA CULTURA LATINA
EN ESPAÑA

www.imagenlatina.com
info@imagen-latina.com



imagen

LATINA

VISITA NUESTRA NUEVA WEB:

www.imagenlatina.com

América



www.americaimports.com

BARCELONA: 93 336 99 07

Atención al Cliente: 902 555 156