

Edición **BARCELONA**
Fundado 1998

Año XXI N° 263
Abril 2020

imagen

LATINA

#MiFavorito
Romeo Santos

#Música
Natalia Jimenez



RESISTIRE 2020
¡¡¡VAMOS BARCELONA!!!

¡Que se escuche bien fuerte!
¡Quédate En Casa!



ESTOPA APLAZA SU CONCIERTO EN GRANADA

Debido a la situación creada por el Coronavirus, el concierto de **Estopa** que iba a celebrarse el próximo 25 de abril en el Palacio de Deportes de Granada cambia de fecha. Aún se está valorando la nueva fecha para el concierto, pero mientras dure el estado de alarma se seguirán las recomendaciones del Gobierno, Ministerio de Sanidad y Consejería de Salud de la Junta de Andalucía.



Mientras tanto, todas las entradas ya adquiridas seguirán siendo válidas para la nueva fecha. Una vez se anuncie la nueva fecha, se informará a los compradores de la política cambios y devoluciones o la compra de nuevas entradas. Estopa espera poder estar pronto con todos sus fans en Granada compartiendo la **"Gira Fuego"**.



MALUMA LANZA EL VIDEO DE "QUE CHIMBA"

Su fundación "El Arte de los Sueños" está muy comprometida con la población de Antioquia en Colombia en medio de la pandemia COVID-19. Junto a su fundación comienza el reto **#QUECHIMBAQUEDARSEENCASA**.

El ídolo global de la música latina, **Maluma** acaba de lanzar el video de su canción "Que Chimba" con una premier especial incluyendo un "chat" con el artista en su página de YouTube así como en su Instagram Live. **"Que Chimba"** es una guaracha colombiana electrónica, producida por Víctor Cárdenas, que inspira a bailar y, de hecho, surge en las pistas de baile de Colombia. Hace unos meses la canción se filtró a través de los DJs, en las discotecas del país del artista, y de inmediato se convirtió en un éxito entre la gente joven, lo cual hizo que Maluma decidiera sacar la canción respondiendo a la demanda popular. Gran parte de su gira por Europa se pospuso a causa de la pandemia global del Covid-19 y Maluma ha regresado a su casa en Medellín donde su fundación El Arte de los Sueños está comprometida con la población de Antioquia, Colombia.



BARCELONA · AÑO XXI · Nº 263 · ABRIL 2020

Dirección: jramirez@imagen-latina.com
Dep. Arte: arte@imagen-latina.com
Redacción: info@imagen-latina.com
Publicidad y RR.PP.: 607.650.518
Colaboración: miguel@tuociomad.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.: 607.650.518
PRINTED IN SPAIN

**#QUEDATEENCASA #SERADIFICIL
#MUCHAPACIENCIA #BAILA
#LEE #ESCUCHAMUSICA**

#YOMEQUEDOENCASA

Ante todo, esperamos que estés bien y agradecemos tu solidaridad con #yomequedoencasa, así como la labor de todos aquellos que salen para cuidarnos y protegernos.

La situación que estamos viviendo es muy complicada y es momento de apoyarnos poniendo nuestro granito de arena para vencer a este virus y que pronto podamos volver a la normalidad.

En Imagen Latina fomentamos la confianza, el coraje, y la fortaleza. Nos hacemos responsables de tener esos rasgos en tiempos de incertidumbre, y nuestro compromiso con tu desarrollo profesional sigue siendo tan fuerte como siempre.

Mantenemos nuestro entusiasmo por ayudarte. Estamos desarrollando nuevas soluciones con recursos online pensando en ti, para aportar valor en estos días en los que nuestras vidas y nuestros hábitos han cambiado.

#HASTAPRONTO.

**#ANIMO #PRONTOVOLVEREMOS
#CONMASFUERZA
#ESTOACABAYSEREMOSMEJORES
#RESISTIREMOS**





MACACO COLABORA CON FARRUKO EN NUEVO REMIX "LO QUIERO TODO"

El pasado mes se presentó la nueva versión de LO QUIERO TODO de Macaco junto al cantante puertorriqueño Farruko, así llega el remix de uno de las canciones más notables de su último álbum, Civilizado como los animales. Macaco afila las aristas de un tema cadencioso y refrescante para convertirlo en puro nervio junto a la estrella ganadora del Latin GRAMMY® y referencia de la música latina actual, Farruko.

Macaco y Farruko protagonizan un colorido vídeo de ambiente surfero y tropical con el baile y el imaginario de las fiestas sound system como protagonista. Le dan así una vuelta de tuerca a un tema que trata sobre la aceptación del amor narrado a golpe de poesía callejera, y que coge un aire completamente nuevo con la combinación de bases urban y dancehall que aportan cada uno de los dos artistas. Lo más reciente de Macaco cuenta con una extensísima lista de colaboraciones con artistas internacionales, que participan en un disco que contiene joyas como este LO QUIERO TODO que ahora revisa junto al referente de las nuevas músicas urbanas latinas que es Farruko.

THE VACCINES PUBLICA LA DEMO DE "I NEVER GO OUT ON FRIDAYS"

The Vaccines, publicó la demo de una canción que no había sido lanzada previamente. Lleva por título "**I Never Go Out On Fridays**" y decidieron publicarla debido a que el contexto actual por el que atraviesa el mundo le ha brindado un nuevo significado al tema.

La banda liderada por Justin Young compartió la pista mediante su canal de YouTube. Viene acompañada de un visual hecho a manera de videoconferencia con los cinco integrantes de la banda desde sus casas. La letra de "I Never Go Out On Fridays" queda como anillo al dedo a estos tiempos de aislamiento social por la pandemia de Coronavirus. A pesar de que aún no haya planes oficiales de que The Vaccines publique nueva música, este demo resulta una grata sorpresa que nos ayudará a levantar el ánimo mientras permanecemos en nuestros hogares esperando que la situación mejore.



Descubre una cultura milenaria, a través del arte culinario

imagen

Kenko

restaurantes

#QuédateEnCasa

 www.restaurantekenkobcn.com 

imagen

LATINA

Kenko
restaurantes

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

 Kenko Restaurante Peruano 
Kenkorestauranteperuano

Kenko II
restaurantes

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

 Kenko II Restaurante Peruano 
Kenkorestauranteperuano

 *Kenko*
restaurante brasería

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

 Kenko Restaurante Brasería 
Kenkobrasería

CNCO LANZA "HONEY BOO" JUNTO A NATTI NATASHA

El galardonado, multiplatino quinteto CNCO lanza hoy su single "Honey Boo" junto a una de las artistas más importantes del panorama latino internacional, Natti Natasha. Ambos artistas colaboran en este tema fresco, adictivo y juvenil que adelantaron en un pre-challenge con Tik Tok que ya se ha convertido en viral gracias al divertido baile que los integrantes del grupo crearon para que sus fans recreasen en la red social, aún sin conocer la canción. Han presentado el single y proponen a sus #cncowners españoles grabar el primer Fan Video Versión **#QuedateEnCasa**



ROCK IN RIO LISBOA 2020 ANUNCIA NUEVAS FECHAS EN 2021

El festival tendrá lugar durante dos fines de semana el próximo verano, del 19 al 20 de junio y del 26 al 27 de junio de 2021.

El festival bianual de Lisboa tenía lugar durante dos fines de semana en junio de este verano, sin embargo, debido a la situación que rodea al Virus Corona en Europa, los organizadores han tomado la decisión de retrasar el evento hasta el verano de 2021 por la seguridad de todos los asistentes.

Soñar y hacer que las cosas sucedan, son dos de los motores de Rock in Rio y dos herramientas para superar cualquier desafío. También ahora, en este momento inesperado, que afecta a la mayoría de los portugueses y prácticamente a todo el mundo, no podemos dejar de hacerlo. Por lo tanto, y conscientes de esta realidad, hemos estudiado en los últimos días varios escenarios que nos permiten continuar brindando alegría a las personas, creando momentos inolvidables.

La fiesta está en nuestro ADN y es este intercambio de emociones, esta energía revitalizante lo que queremos seguir ofreciendo. Y en 2022 volveremos para la décima edición, sin dejar lugar para la nostalgia y reanudando la fiesta "en los años pares".



RESTAURANTE

MIOCHICA

GASTRONOMÍA PERUANA

Calabria

#QuédateEnCasa



www.restaurantemiochica.com



imagen
LATINA

CARRER DE CALABRIA, 103

INF. 933 822 006 - 933 257 110



Miochica Calabria
restaurantemiochicabarcelona





LEIVA PRESENTA NUEVA CANCIÓN Y VIDEOCLIP: MI PEQUEÑO CHERNÓBIL

Mi pequeño Chernóbil. Controlar el sueño hecho realidad y que no se dé la vuelta. Soñar con gobernar el mundo encadenando estrofas y estribillos pero sin que te coma el mundo, el escenario, el público o el personaje. En su nueva canción, Leiva encara su particular y pequeño Chernóbil: las autopistas que soñaba recorrer; los peajes que le va tocando pagar; las millas, siempre inciertas e infinitas, que quedan por delante.

En Mi pequeño Chernóbil Leiva ha mirado por el retrovisor sin perder la vista del volante, la canción la compuso el septiembre pasado en Buenos Aires y se la trajo justo, justo para estrenarla en la grabación de su directo Madrid Nuclear. Fue la canción inédita, regalo sorpresa, que pudieron disfrutar los quince mil asistentes del Wizink Center en una noche gloriosa donde repasó toda su historia, y le hizo con este tema un guiño al más inmediato futuro. Mientras la grabación de Madrid Nuclear, va tomando forma y armándose como álbum en directo, Mi pequeño Chernóbil ha pasado por el estudio y se ha convertido en el primer lanzamiento original desde la publicación del disco Nuclear.

EL AUTOR Y COMPOSITOR CAMILO ESTRENA EL SINGLE "FAVORITO"

El quinto sencillo de su anticipado primer álbum de estudio disponible en Abril. "Favorito" es el segundo capítulo de nuestra historia de amor. El artista multi-diamante **Camilo** cierra esta semana con el lanzamiento de su más reciente sencillo y videoclip "Favorito", el cual ya está disponible en YouTube y plataformas digitales.



Hace sólo dos semanas, Camilo y su esposa, la actriz y cantautora venezolana Evaluna, cautivaron a más de 30 millones de personas alrededor del mundo con su primera colaboración juntos en el video "Por Primera Vez", llegando a ocupar el #1 en tendencias de YouTube en 17 países simultáneamente. Ahora con "Favorito", La Tribu (nombre de su legión de fans) podrá seguir siendo parte de uno de los momentos más especiales de sus vidas ya que el video, dirigido por Evaluna y Christian Saumeth, fue filmado durante su luna de miel en la Polinesia Francesa. Como toda su música, Camilo le canta al amor de su vida y este Pop Reggaetón compuesto por él, Edgar Barrera, Jon Leone y Rafa Arcaute, no es la excepción. El videoclip de "Favorito" ya es tendencia de videos en España.

RESTAURANTE

MOCHICA

GASTRONOMÍA PERUANA

Urgell

#QuédateEnCasa



www.restaurantemochica.com



imagen

COMTE D'URGELL, 99

INF. 933 257 110 - 678 209 709



Restaurante Mochica
restaurantemochicabarcelona



QUEEN + ADAM LAMBERT REPROGRAMA LAS FECHAS DE LA GIRA EUROPEA "RHAPSODY"



Lamentablemente, Queen + Adam Lambert, anuncian que su próxima gira Rhapsody de 27 fechas en Reino Unido y Europa se reprograma a 2021 debido al brote global de coronavirus actual. La gira de 2020 tenía que empezar en Italia el 24 de mayo, con un itinerario que incluía 10 conciertos en el O2 de Londres, así como un par de espectáculos en Manchester y otro par en Birmingham, antes de concluir con las fechas en Europa con dos espectáculos en Madrid el 7 y 8 de julio.

La decisión ha sido tomada teniendo en cuenta la seguridad de nuestro público, la banda, el equipo técnico y el personal del recinto. Con cerca de 400.000 entradas vendidas, no ha sido una decisión tomada a la ligera. La buena noticia para los fans es que la banda ha trabajado rápidamente para reprogramar las fechas y ahora pueden confirmar que los conciertos están programados para las mismas fechas o similares en 2021. Todas las entradas serán válidas para las nuevas fechas anunciadas.



MON LAFERTE, ACTUARÁ EN UNIVERSAL MUSIC FESTIVAL

Mon Laferte es un ciclón artístico que compone, baila, canta y mezcla varios ritmos folklóricos latinoamericanos con estilos como la cumbia, el bolero o la balada con el rock, pop, rap o el reguetón.

El pasado sábado 28 de marzo, **Mon Laferte** participó junto a más de medio centenar de artistas y futbolistas en 'LaLiga Santander Fest', un festival benéfico de calado internacional organizado por LaLiga en colaboración con Banco Santander,

Universal Music y el resto de sus patrocinadores, jugadores, clubes, artistas y GTS. Participaron artistas y futbolistas entre otros grandes deportistas. El objetivo de este macroconcierto fue doble, por un lado, recaudar fondos para la adquisición de material sanitario para combatir la pandemia del COVID-19 y por el otro, apoyar a los aficionados que se ven obligados a permanecer en sus hogares en estas semanas de cuarentena. El próximo 26 de julio en el Teatro Real dentro del marco incomparable de Universal Music Festival podremos disfrutar de su repertorio en un concierto en directo que hará vibrar a todos los asistentes.



#QuédateEnCasa

 www.inkarestaurante.es 

imagen

LATINA

INKA I:
CARRER D'ESCÒCIA, 62
INF. 656 615 488

INKA II:
CARRER INDEPENDENCIA, 262
INF. 656 615 488

 Restaurante INKA Barcelona
Inka Restaurant 

 Restaurante Inka II
Inka Restaurant 



“GIGATON”, EL ESPERADO NUEVO ÁLBUM DE **PEARL JAM**

Tras adelantar los singles “Dance of the Clairvoyants” y “Superblood Wolfmoon,” también compartieron “Quick Escape” el miércoles pasado, como último anticipo antes del álbum, ya está aquí “Gigaton”.

Entre las muchas reacciones positivas sobre el álbum, Associated Press decía “Pearl Jam han vuelto con un soberbio nuevo álbum”; Rolling Stone, que le dio al disco 4/5, escribió “La banda ha mezclado el deprimente desasosiego y la angustia de “Jeremy” y de “Alive” con la ternura e incluso con ráfagas de esperanza”; UPROXX decía “Pearl Jam es un valor seguro en un momento donde hay una falta de fiabilidad notable”; y Spin lo bautizó como “su mejor álbum desde finales de los ‘90”.

“Gigaton” representa a Pearl Jam en el punto más alto de su evolución y progresión. Producido por Josh Evans y Pearl Jam, “Gigaton” es el primer álbum de estudio de la banda desde que publicara el 15 de octubre de 2013 su último álbum ganador de un Premio GRAMMY®, “Lightning Bolt”.

BORJA RUBIO VUELVE A SU FÓRMULA MÁGICA: EL FLAMENCOTON

Borja Rubio sigue sumando éxitos a su catálogo, siempre rodeándose de los artistas más activos del panorama para adentrarse en su ya consolidado flamenco urbano. Para su nuevo single “Todavía” cuenta con la colaboración de Galvan Real.

El joven cantante acumula 100 millones de reproducciones en las diferentes plataformas. “Todavía” es un tema de reggaeton con raíces andaluzas y toques de trap, donde destaca su potente estribillo y quejíos combinados con rapeos.





#QuédateEnCasa



El Rocoto Restaurant



CALLE OLZINELLES, 13 / INF. 93 328 37 75



El Rocoto Restaurant





ROMEO SANTOS

CELEBRA EL ÉXITO DE SU ÚLTIMO DISCO
"UTOPIA" CERTIFICADO 4 X PLATINO
EN ESTADOS UNIDOS.

En esta producción el reconocido mundialmente como **Rey De La Bachata** une el pasado con el futuro honrando la bachata tradicional. Esta propuesta ambiciosa y original que presenta canciones nuevas con arreglos musicales autóctonos en colaboración con grandes artistas de este género sumamente dominicano logró alcanzar el éxito no solo en sus ventas sino en las listas de la revista Billboard.

Además este álbum acumula 51 semanas en el Top100 de álbumes más escuchados en streaming desde España tras debutar en el puesto #6 de dicha lista. Su sencillo "Inmortal" el cual reúne, tras 10 años, al fenómeno del grupo Aventura logró colocarse 18 semanas en el puesto #1 de la lista Tropical de Billboard y, el sencillo es el que más tiempo logró permanecer en esta lista. También alcanzó #1 en la lista Latin Airplay y está certificado 8x multi-platino. "Inmortal" también es disco de oro en España, uno de los mercados donde más éxito ha logrado el último álbum de Romeo Santos.



#QuédateEnCasa



www.restaurantehuanchacobeach.es



imagen
LATINA

CALLE BEJAR, 54 / INF. 93 421 0592 - 603 308 275



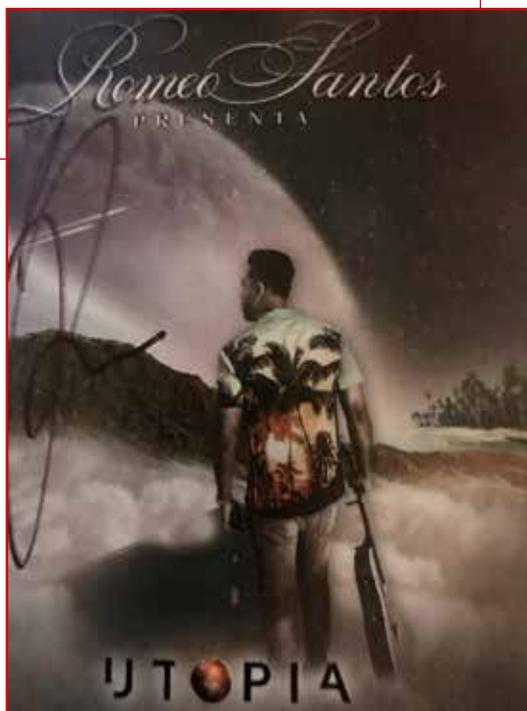
Huanchaco BEACH Restaurante
HUANCHACO BEACH-RESTAURANT
huanchacobeachbcn



EL ÁLBUM UTOPIA DE ROMEO SANTOS ACABA DE SER CERTIFICADO 4X PLATINO (RIAA) POR SUS VENTAS.

UTOPIA fue el Álbum Favorito Tropical de los Latin American Music Awards 2019, permaneció por 12 semanas #1 en la lista Tropical Albums de Billboard, # 1 en la lista Top Latin Albums.

También obtuvo el debut más grande en una semana de ventas para un álbum tropical en el 2019 y el debut más grande en "streaming" en una semana de un álbum tropical en el 2019. UTOPIA es el 4to álbum de Romeo Santos como solista, cuenta con 12 temas inéditos de su autoría, siendo cada uno de ellos colaboraciones con bachateros tradicionales que creció escuchando. Romeo Santos enaltece sus raíces en esta obra de amor al folclore dominicano. Con su voz inconfundible y conmovedora, Santos pone su sello a la bachata tradicional logrando en estas 12 colaboraciones una obra de arte. UTOPIA fue producido por Romeo Santos entre su natal New York y distintas ciudades de la República Dominicana.





PUNTA SAL BCN

**¡ADICTOS!
AL CEVICHE**

#QuédateEnCasa



Restaurant Punta Sal BCN



CALLE IBERIA, 29 / INF. 695 013 461



Restaurante Punta Sal BCN
restaurantepuntasalbcn





NATALIA JIMÉNEZ

SORPRENDE CON SU NUEVA Y PODEROSA
BALADA **"EL LADO IZQUIERDO DE LA CAMA"**

Tras meses de éxito en la música tradicional mexicana, Natalia Jiménez retoma su lado pop y romántico, con una balada tan intensa como la propia intérprete española. "El Lado Izquierdo de la Cama", un tema compuesto por la ganadora del GRAMMY Claudia Brant y el cantautor español Pablo López, disponible en todas las plataformas digitales. "Estoy muy emocionada de poder interpretar una canción de dos grandes artistas a los cuales admiro mucho: Claudia Brant y Pablo López. Claudia es una gran amiga mía, hemos trabajado en muchas otras canciones juntas como Creo En Mí, Quédate con Ella y Nunca es Tarde. Estoy ansiosa porque la escuchen, es una canción muy bonita y se ajusta mucho a lo que me gusta", aseguró la cantante.

Natalia aprovecha todo su impresionante poderío vocal e interpretativo en este sencillo, que plasma todo el dolor de aquellos detalles perdidos tras una ruptura amorosa.



MISKY

PERUVIAN RESTOBAR

#QuédateEnCasa



Misky Peruvian Restobar



CARRER DE COMTE URGELL, 111 / INF. 93 027 7582



Misky Peruvian Restobar
miskyrestobar



Desde el pasado mes de agosto Natalia ha ocupado los primeros lugares de popularidad en países como México, Estados Unidos y España con su álbum *México de mi Corazón*, un tributo a la música tradicional de su segunda patria. Este increíble y ovacionado álbum cuenta con una espectacular selección de 15 temas que forman parte de la memoria colectiva de los mexicanos. Catorce de esos van con mariachi y uno en banda, grabados en formato en vivo. Un disco que cuenta además, con una lista de colaboraciones de lujo como Carlos Rivera (*El Destino*), Pedro Fernández (*Ya lo Sé Que Tú te Vas*), Paquita la del Barrio (*Juro que Nunca Volveré*), Lila Downs (*La Cigarra*), El Bebeto (*Te lo Pido Por Favor*) y Banda MS (*El Color de Tus Ojos*). También forman parte de este disco los temas: *Costumbres*, *No Lastimes Más*, *Amanecí en tus Brazos*, *La Gata Bajo la Lluvia*, *Algo Más*, *Sombras Nada Más*, *Te Sigo Amando*, *Me Muero y Amor Eterno*.

El éxito de *México de mi Corazón* ha sido arrollador. Sin embargo, Natalia no puede separar el lado pop-romántico que la dio a conocer. Menos aún entre su fanática original en su España natal, donde regresó por la puerta grande este 2020, como parte del jurado del icónico programa de nuevos talentos *Operación Triunfo*, donde se ha destacado por su carisma indiscutible, la precisión y profesionalismo de sus evaluaciones con los participantes y una personalidad arrolladora que impacta y siempre sorprende por su honestidad y simpatía.

En los próximos meses Natalia continuará con su gira de conciertos y a partir del 2 de mayo comenzará a grabar *México de Mi Corazón 2*, un regalo más que esperado para sus seguidores.





#QuédateEnCasa



Bar Restaurabte TUMI

CALLE ANTIGUA TRAVESSERA, 41 - 43

INF. 93 192 7249 - 603 631 449



Bar Restaurabte TUMI
barrestaurante.tumi

SHAKIRA

ESTRENA EL VIDEOCLIP DE SU NUEVO SINGLE "ME GUSTA" JUNTO A ANUEL AA.

Shakira nos presenta un cortometraje vibrante y surreal dirigido por Drew Kirsch ("Lover" de Taylor Swift). Este vídeo que ya acumula 10 millones de visualizaciones en YouTube y es tendencia global continúa su tradición de realizar visuales impactantes. A menos de dos meses de su lanzamiento, "Me Gusta" es ya uno de los éxitos más contundentes del año.

"Me Gusta" es ya un nuevo hit en el exitoso y extenso repertorio de la superestrella colombiana. El éxito de su nuevo single llega tras su espectacular actuación en la Superbowl 2020, tras su ovacionada actuación en la Copa Davis en Madrid, o tras el estreno de su largometraje Shakira in Concert: El Dorado World Tour que se exhibió en cines alrededor del mundo en una noche inolvidable.

Shakira se encuentra grabando más música inédita que será desvelada este año, y para su gira que se emprenderá en el 2021. El galardonado artista urbano Anuel recientemente editó su sencillo y video "KEII," el cuál ha obtenido más de 90 millones de streams en un mes. También se encuentra en el estudio, dónde está realizando su disco debut para Sony Music Latin.



SANGUCHERÍA PERUANA



#QuédateEnCasa



Liliana Cervantes



CALLE LLOBREGAT, 3

INF. 692 407 535 - 608 130 904



Liliana Cervantes
Francistito14



Acerca de Shakira:

En el transcurso de su carrera, la cantante y compositora colombiana Shakira ha vendido más de 80 millones de discos a nivel mundial y ganado numerosos premios incluyendo tres GRAMMYS®, 11 Latin GRAMMYS® y varios World Music Awards, American Music Awards y Premios Billboard, por nombrar solo algunos. Es la única artista sudamericana en colocar una canción en el #1 en los Estados Unidos, y cuatro de sus sencillos se han posicionado entre los 20 éxitos de mayores ventas de la década pasada. En octubre de 2011, Shakira fue nombrada miembro de la Comisión Consejera del Presidente Obama sobre Excelencia Educativa para los Hispanos.

Con más que 8 billones de streams, El Dorado es uno de los álbumes más escuchados en formato digital de todos los tiempos. En noviembre 2018, concluyó su gira de conciertos El Dorado World Tour, la cual llegó a los audífonos de sus fans en todo el mundo con el lanzamiento en el 2019 de su álbum en directo Shakira In Concert: El Dorado World Tour.

Actualmente, se encuentra grabando música inédita. El 2 de febrero del 2020, Shakira actuó en el PEPSI SUPER BOWL LIV HALFTIME SHOW transmitido por FOX desde el Hard Rock Stadium en Miami. Shakira nos deleitó con un medley de sus éxitos incluyendo "She Wolf," "Whenever Wherever," "Hips Don't Lie" y "Waka Waka."

Acerca de Anuel:

La trayectoria del rapero y cantante rompe-récords Anuel ha estado en ascenso desde su debut en 2011. Después de la buena aceptación de su tema "Demonia" junto a Ñengo Flow, Anuel ha dedicado todos sus esfuerzos en innovar el género Latin Trap y convertirse en el pionero más importante del género. En 2018 lanzó su muy anticipado álbum Real Hasta La Muerte, con el cual obtuvo el #1 en Apple Music y consiguió ser el cuarto álbum más descargado en el mundo el día de su estreno. El álbum fue nombrado como el álbum latino más escuchado a través de Apple Music en su semana de estreno y obtuvo Disco de Platino.

Billboard también calificó a Real Hasta La Muerte como uno de los 50 mejores álbumes latinos de la década. Anuel comenzó el 2020 colaborando con la artista global multi-platino, cantautora Shakira en el éxito "Me Gusta". Conocido por sus colaboraciones con artistas de la talla de Meek Mill, Fabolous, Ozuna, J Balvin, Daddy Yankee, 6ix9ine y Karol G, Anuel recientemente participó en el candente sencillo de Jhay Cortez "Medusa" junto con J Balvin. Anuel recibió 11 nominaciones a los Premios Billboard 2020 en categorías como Artista Del Año, Redes Sociales; Hot Latin Songs Canción del Año; Hot Latin Songs Artista Del Año, Masculino; Canción del Año, Airplay; Canción del Año, Digital; Canción del Año, Streaming; y Canción Latin Rhythm del Año.



ASU PUNTO

PERUVIAN FOOD

#QuédateEnCasa



ASU PUNTO
Restaurante Peruano



CALLE TOLEDO, 10

INF. 631 766 551 - 631 579 820



ASU PUNTO Restaurante Peruano
Asu Punto Restaurante





GINEBRAS LANZAN 'CHICO PUM' EL VIRUS DEL AMOR LES INVADE PARA ANUNCIAR SU PRIMER DISCO 'YA DORMIRÉ CUANDO ME MUERA'

Tras el éxito arrollador de su primer EP, **Ginebras** desvelan así el lanzamiento del álbum que editarán el 25 de septiembre de la mano de Vanana Records. Con una estética "High School Music", Ginebras presentan el videoclip del primer adelanto de su álbum donde no falta el amor y el humor, marca ya indiscutible de la banda madrileña. Ginebras quieren ser vuestras Chicas Pum. Permitidles serlo, ellas nunca os abandonarán.

Ginebras están de vuelta con '**Chico Pum**', primer single con el que además anuncian el lanzamiento de su primer disco: 'Ya dormiré cuando me muera'. Nos pidieron que les diésemos 10:36 minutos en el EP que les vio nacer como banda, y la abrumadora respuesta hizo que entraran rápidamente al estudio a grabar su nuevo trabajo que editarán el 25 de septiembre a través del sello Vanana Records.

TÚ MERCADO PERUANO



#QuédateEnCasa



Supermercado Latino Flores
Supermercado Ecolatino



SUPERMERCADO LATINO FLORES

CALLE GALILEU, 48

INF. 93 127 3296 - 650 741 566



Supermercado Latino Flores



SUPERMERCADO ECOLATINO

C/ RAMBLA CATALANA, 35

INF. 93 127 3296 - 650 741 566



Supermercado Ecolatino



'Chico Pum' nos devuelve todo el desparpajo y el buen rollo que desprenden Ginebras en cada una de sus canciones. Algo más necesario que nunca en estos tiempos de confinamiento que vivimos en los que el amor y el humor son imprescindibles. En este tema nos hablan de ese chico o esa chica que te fascina solo con verle y a quien rápidamente le pedirías que te haga madre (o padre) de lo mucho que te gusta. Un auténtico 'crush'. La canción llega además con un delirante videoclip donde las cuatro Ginebras se enamoran durante un partido de basket americano de ese Chico Pum, aquí convertido en la mascota del equipo, un león que pronto descubrirán que no era el chico que esperaban. Con una estética de lo más 'High School Musical', el tema acaba en el Prom, el baile de graduación, con las chicas tocando sobre en el escenario y destapando toda la verdad a guitarrazos.

Ginebras son Magüi (guitarra rítmica y voz principal), Sandra (guitarra solista y coros), Raquel (bajo) y Juls (batería). Cuatro chicas con ganas de comerse el escenario que han creado un universo pop propio donde la risa y las ganas de pasarlo bien son el centro. A finales de 2019 editaron 'Dame 10:36 minutos', su primer EP. Cuatro temas cargados de energía que rápidamente les situaron como una de las bandas imprescindibles de la escena. 'La típica canción', 'Todas mis ex tienen novio', 'Fan emergente' y su personalísima versión del 'Con altura' son ya clásicos del pop patrio que llevan meses sonando sin parar en radios y plataformas digitales de todo el país. De hecho, esta última alcanzó durante varios días el puesto 3 en la playlist 'Los 50 más virales de España' en Spotify que hizo que se convirtiera en un hit viral. Además, su explosivo directo les ha llevado a copar los carteles festivaleros que saben que Ginebras es sinónimo de fiesta asegurada.

'Chico Pum' de Ginebras ya está disponible en todas las plataformas digitales. La canción ha sido producida, mezclada y masterizada en Fluxus Estudio por Pau Paredes y está editada por Vanana Records. Su videoclip, obra de la productora Tabaco y dirigido por Alberto de Santos, ya se puede ver en YouTube. Y la diverportada, como ellas mismas la llaman, donde leemos la frase "quiero ser mamá" es obra de Yime.





CHIFA PERUANO

#QuédateEnCasa



Chifa Peruano El Retablo
de Kelly Barcelona



RETABLO DE KELLY 1
CALLE GALILEU, 85
INF. 93 128 0039
645 603 060

RETABLO DE KELLY 2
CALLE GRAN DE SANT
ANDREU, 34
INF. 645 603 060



Chifa Peruano El Retablo de Kelly Barcelona
chifaperuano



Chifa Peruano El Retablo de Kelly 2
chifaperuano



ESTRENOS NETFLIX ES ABRIL 2020

ÚLTIMOS Y PRÓXIMOS ESTRENOS NETFLIX ESPAÑA: PELÍCULAS Y DOCUMENTALES
A continuación les traemos un listado de las películas de Netflix y otras películas además de documentales que estrena Netflix en abril de 2020. Aquí podemos ver las últimas novedades en cuanto a películas de Netflix España, tanto películas para niños como para adultos.

01 ABRIL 2020

- Big Fish
- Cazafantasmas (2016)
- Cazafantasmas 2
- David Batra: Elefanten i rummet
- El castillo ambulante
- El recuerdo de Marnie
- El viento se levanta
- Eyes Wide Shut
- La colina de las amapolas
- Mad Max
- Mad Max 2
- Maria Antonieta
- Noche de juegos
- Pompoko
- Ponyo en el acantilado1
- Proyecto Rampage
- Ready Player One
- Susurros del corazón
- The Iliza Shlesinger Sketch Show
- The To-Do List
- The Warriors



#QuédateEnCasa



www.restauranteuchu.com



TRAVESSERA DE LES CORTS, 221

INF. 93 023 7895



Restaurante Uchu
uchu.barcelona



NETFLIX

ESPAÑA

03 ABRIL 2020

- 15:17 Tren a París
- Big Fish
- Coffee & Kareem
- Colombiana
- Cosas que hacer antes de los 18
- El castillo ambulante
- El francotirador
- El truco final (El prestigio)
- El viento se levanta
- En la línea de fuego
- En qué piensan los hombres
- Juegos salvajes
- Julian Schnabel: A Private Portrait
- La casa de papel: El fenómeno
- La máscara
- Las ruinas
- One Direction: This Is Us
- Ponyo en el acantilado
- Proyecto Rampage
- Ready Player One
- The Warriors (Los amos de la noche)
- Un equipo legendario
- Underworld:
La rebelión de los licántropos
- Vicky el vikingo
- Violet Evergarden Gaiden:
Eien to Jidou Shuki Ningyou

03 ABRIL 2020

- Bratz: La película
- Cazafantasmas
- La fiesta de las salchichas
- Looney Tunes: De nuevo en acción
- Mil palabras
- No es otra estúpida película americana
- Noche de juegos
- Salidos de cuentas

10 ABRIL 2020

- Mi primer gran combate

16 ABRIL 2020

- Mauricio Meirelles: Levando o Caos

17 ABRIL 2020

- Fiebre del ladrillo
- La tierra y la sangre
- Sergio

20 ABRIL 2020

- Los hermanos Willoughby

24 ABRIL 2020

- Tyler Rake



AJI PANCA

SPANISH PERUVIAN FOOD

COCINA ARTESANAL

#QuédateEnCasa



AJÍ PANCA



RAMBLA BADAL, 34

INF. 93 170 5781 - 653 758 907



AJÍ PANCA
pancabarcelona





ÚLTIMOS Y PRÓXIMOS ESTRENOS HBO ESPAÑA:
SERIES, PROGRAMAS Y DOCUMENTALES

A continuación les traemos un listado de series de HBO, series (no originales de HBO) y nuevas temporadas de otras plataformas, documentales y programas que están formados por episodios. Todos estas series las estrena HBO España en abril de 2020. Aquí encontrarás las últimas novedades y estrenos en cuanto a series de HBO.

01 ABRIL 2020

- **Agua seca** Temporada 1 [6 Episodios]
- **Baron Noir** Temporada 3 [8 Episodios]
- **El ministerio del tiempo** Temporada 1 [8 Episodios]
- **El ministerio del tiempo** Temporada 2 [13 Episodios]
- **El ministerio del tiempo** Temporada 3 [13 Episodios]
- **Henry Danger** Temporada 4 [19 Episodios]
- **The Bureau of Magical Things** Temporada 1 [20 Episodios]





AJÍ PANCA 2
SPANISH PERUVIAN FOOD

La Cevichería

#QuédateEnCasa



AJÍ PANCA



imagen
LATINA

CALLE VENTURA PLAJA, 17
INF. 653 758 907



AJÍ PANCA
pancabarcelona





02 ABRIL 2020

- **Dave** Temporada 1 [6 Episodios]
- **Devs** Temporada 1 [6 Episodios]



03 ABRIL 2020

- **Better Things** Temporada 4 [6 Episodios]
- **Siren** Temporada 3 [2 Episodios]
- **Somos osos** Temporada 4 [42 Episodios]



04 ABRIL 2020

- **Contraataque** Temporada 7 [8 Episodios]
- **Embrujadas** Temporada 2 [16 Episodios]
- **Future Man** Temporada 3 [8 Episodios]
- **High Maintenance** Temporada 4 [9 Episodios]



#QuédateEnCasa



Chifa Mr. WOK



CALLE CÓRCEGA, 613
INF. 935 398 408 - 622 940 118



Chifa Mr. WOK
chifamrwokbcn





#RESISTIRÉ 2020

EL HIMNO GRABADO POR MÁS DE 30 ARTISTAS PARA VENCER JUNTOS AL CORONAVIRUS.

Ya era un himno y ahora con más razón! 'Resistiré 2020' es el título de la canción que los artistas más importantes de España han grabado desde sus casas con el objetivo de inyectar una dosis de esperanza y optimismo a la sociedad española frente al coronavirus.

Participan en el himno: Alex Ubago, Andrés Suárez, Álvaro Soler, Blas Cantó, Carlos Baute, Conchita, David Bisbal, David Otero, David Summers, Despistaos, Diana Navarro, Dvicio, Efecto Mariposa, Efecto Pasillo, Ele, Georgina, India, Jose Mercé, Josemi Carmona, Manuel Carrasco, Melendi, Mikel Erentxun, Nil Moliner, Pastora Soler, Pedro Guerra, Pitingo, Rosana, Rozalén, Rulo, Sofía Ellar y Vanesa Martín.

Promovido por Cadena 100, todos estos músicos y artistas se unen bajo la producción de Pablo Cebrián para conseguir este Resistiré, con el que todos los fondos serán a beneficio de Cáritas.

RESTAURANTE



El Mejillon
Peruano

#QuédateEnCasa



El Mejillón Peruano



CARRER DE BLAI, 11

INF. 93 631 3798 - 631 279 024



El Mejillón Peruano





EL DÚO DINÁMICO es sin duda el dúo más importante de nuestra música desde sus comienzos en los años 60, con una carrera de grandes éxitos son un referente y una leyenda de nuestra música pop con un Grammy de Honor a su Excelencia Musical. Manuel de la Calva y Ramón Arcusa, el Dúo Dinámico, son los pioneros de nuestro pop-rock, así como del fenómeno fan en la década de los 60. **RESISTIRÉ**, publicado en los años 80, ha sido la canción que se ha convertido sin quererlo, en el himno oficial de la resistencia al coronavirus.

LETRA DE RESISTIRÉ

Quando pierda todas las partidas
Quando duerma con la soledad
Quando se me cierren las salidas
Y la noche no me deje en paz
Quando sienta miedo del silencio
Quando cueste mantenerme en pie
Quando se rebelen los recuerdos
Y me pongan contra la pared
Resistiré, erguido frente a todo
Me volveré de hierro para endurecer la piel
Y aunque los vientos de la vida soplen fuerte
Soy como el junco que se dobla
Pero siempre sigue en pie
Resistiré, para seguir viviendo
Soportaré los golpes y jamás me rendiré
Y aunque los sueños se me rompan en pedazos
Resistiré, resistiré
Quando el mundo pierda toda magia
Quando mi enemigo sea yo
Quando me apuñale la nostalgia
Y no reconozca ni mi voz
Quando me amenace la locura
Quando en mi moneda salga cruz
Quando el diablo pase la factura
O si alguna vez me faltas tú
Resistiré, erguido frente a todo
Me volveré de hierro para endurecer la piel
Y aunque los vientos de la vida soplen fuerte
Soy como el junco que se dobla
Pero siempre sigue en pie
Resistiré, para seguir viviendo
Soportaré los golpes y jamás me rendiré
Y aunque los sueños se me rompan en pedazos
Resistiré, resistiré.

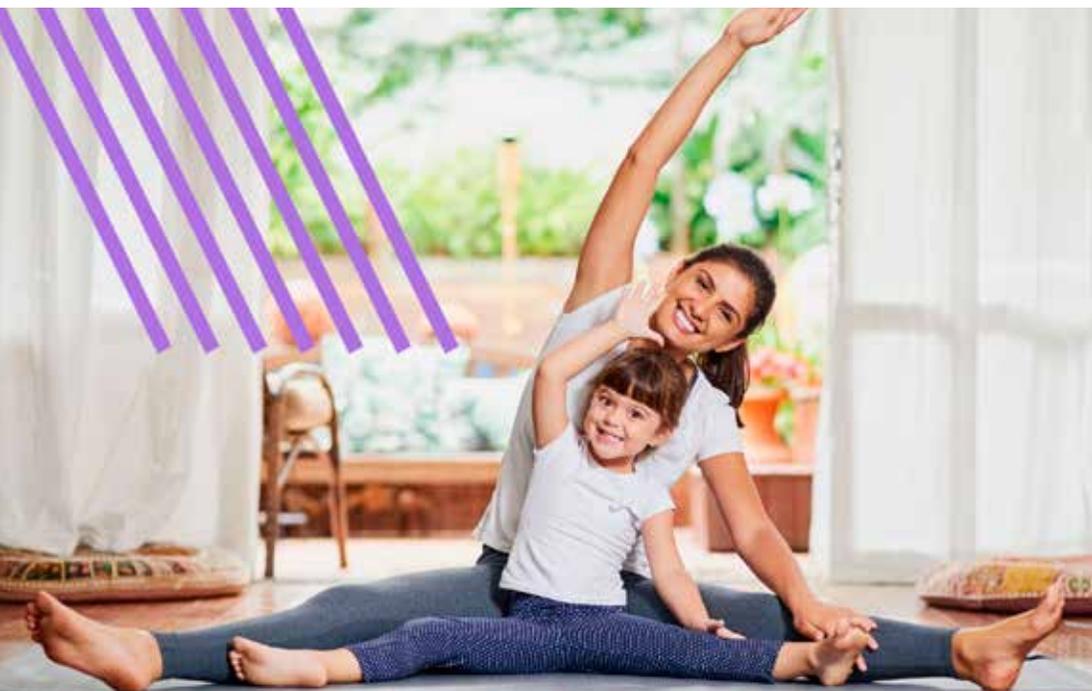


PANADERÍA COLOMBIANA



#QuédateEnCasa

C/. Rosellón, 396 - INF. 93 000 5621
e-mail: colombia.bcn.pan@gmail.com



GIMNASIA PARA NIÑOS

Estar encerrado en casa no significa que sea imposible hacer ejercicio físico. Hoy en día, gracias a las nuevas tecnologías y a todas las comodidades con las que cuenta un hogar, puede resultar sencillo practicar deporte sin salir a la calle. Los niños, acostumbrados a gastar toda su energía en el colegio o las actividades extraescolares, es importante que mantengan una rutina de deportes y ejercicios aunque no salgan de casa.

ZUMBA.- El zumba se puede practicar en casa y requiere un gran esfuerzo físico. Además, es apto tanto para niños como para adultos, por lo que se convierte en una buena alternativa para padres e hijos. Consiste en una combinación de diferentes movimientos de baile con rutinas de ejercicio aeróbico. Gracias a ello mejoras en flexibilidad, liberas tensiones y quemas calorías. El canal de Youtube de Zumba with Dovydas resulta recomendable para principiantes, ya que muestra movimientos fáciles de aprender y una música que enganchará a los niños.

YOGA.- El yoga no sólo está dirigido a personas de edad avanzada, en realidad es un ejercicio que se adapta a todas las edades y que cuenta con grandes beneficios para la salud. Además, se puede practicar en casa sin necesidad de grandes recursos. Este tipo de ejercicio sirve para activar el metabolismo, fortalecer los músculos y aliviar el dolor muscular, algo que puede aparecer con frecuencia durante la cuarentena debido al sedentarismo.



#QuédateEnCasa



Blank Ram Sek
3D3 Restaurante Peruano PE



imagen
LATINA

CALLE ENTEÇA, 162

INF. 631 901 061



Blank Ram Sek
3D3 Restaurante Peruano PE
3d3restaurante



SENTADILLAS.- Otro ejercicio que puedes hacer en casa, ya que no necesitas materiales ni tampoco un gran espacio. Sólo requiere esfuerzo y ganas de practicar deporte. Las sentadillas son útiles para mantener las piernas fuertes, algo necesario ahora que no puedes salir a caminar o a correr. También es beneficioso para los abdominales y el equilibrio. Tanto niños como adultos pueden hacer este tipo de ejercicio.

GIMNASIA PARA NIÑOS.- La gimnasia no sólo es beneficiosa para mantener el cuerpo activo, sino que ayuda a despejar la mente. Además, pueden realizarla tanto niños como adultos en cualquier espacio de casa, sin necesidad de acudir a ningún otro lugar. Gracias a la gimnasia puedes corregir la postura corporal, desarrollar el sentido del ritmo y fortalecer los músculos. También es un entretenimiento útil para hacer más ameno el confinamiento.

PRACTICAR EQUILIBRIO.- El entrenamiento de equilibrio es muy recomendable tanto para niños como para personas de edad avanzada, ya que ayuda a evitar caídas y a mantener las caderas en forma. Se puede practicar en casa y no requiere de muchos materiales. Los ejercicios de equilibrio también pueden funcionar como calentamiento para practicar posteriormente otro deporte, y son útiles para recuperarse después de hacer un ejercicio activo.

CIRCUITO DE OBSTACULOS.- Los niños no sólo tienen que ejercitar el cuerpo, sino que además necesitan distraerse lo máximo posible. Organizar juegos y carreras de obstáculos en casa es una buena alternativa para que se mantengan activos y no caigan en el aburrimiento diario de la cuarentena. Plantéalo como un reto o una competición y se encontrarán motivados.

CARRERAS EN EL PASILLO.-

Puede que durante el resto del año no te haga especial ilusión que los niños corran y salten por el pasillo. Pero ahora, mientras dura la pandemia de coronavirus, es el método más fácil para que liberen toda la energía acumulada. Intenta habilitar un espacio concreto para esta actividad, que no tengan que dar vueltas en círculos ni encuentren obstáculos en el recorrido. Este ejercicio sirve para que los niños fortalezcan los huesos y se estimulen sus habilidades motoras, además reduce el riesgo de obesidad y de padecer problemas cardiovasculares. Sin embargo, no es recomendable que lo practiquen si tienen menos de 5 años, y hasta los 8 años debe tomarse como un juego más que como práctica deportiva.



Algunas de estos ejercicios cuentan con tutoriales y vídeos de Youtube para hacer el proceso más sencillo.

Supermarket

IRXIOCARITO

...la tienda...

#QuédateEnCasa



Irxiocarito Bcn Esp
Irxiocarito



imagen
LATINA

CALLE PROVENZA, 105 - ESQ. URGELL

INF. 93 451 3358



Irxiocarito Bcn Esp
Irxiocarito
irxiocaritobcn



LECTURA PARA NIÑOS

Empezamos este recopilatorio de cuentos con algunos relatos que nos ayudan a educar en valores a los niños. Todos ellos son excelentes herramientas para transmitir a nuestros hijos algunas lecciones que le ayudarán a comprender mejor este momento de crisis, pero que también le servirán de enseñanza para su día a día o su futuro.

1. El pajarito perezoso

¿Qué significa ser perezoso? El protagonista de este cuento lo descubrirá al darse cuenta de que, por ser un poco vago, no le ha dado tiempo a prepararse para la migración y toda su bandada se ha ido sin él.

2. Itzelina y los rayos de sol

Itzelina quería atrapar todos los rayos de sol para ella, pero el resto de los animales y plantas también los necesitaban. ¿Reflexionará la niña y se dará cuenta de que es necesario compartir y pensar en los demás? Comparte este relato con tus hijos y descubridlo juntos

3. Laura cambia de ciudad

Debido al trabajo de sus padres, Laura tuvo que cambiar de colegio. Tenía miedo de que sus nuevos compañeros no quisiera ser sus amigos. Pero, por suerte, ellos supieron ponerse en su lugar y le ayudaron mucho en su adaptación. Este cuento habla a los niños sobre el respeto, la amistad y la empatía.

4. Pedrito, el caracol, y la babosa

El caracol quería hacer amigos, pero todas las babosas se reían de él porque llevaba su casa en la espalda. Sin embargo, una de ellas supo ver que tener caparazón tenía muchas ventajas, por ejemplo, en los días de lluvia. Pedrito, en un acto de generosidad, le ayudó a encontrar su propio caparazón.



Los cuentos que a continuación te proponemos hablan sobre distintas conductas de los niños sobre las que tienen que reflexionar. Puedes utilizar las siguientes historias para que tus hijos comprendan por qué tienen que cambiar algunos de sus comportamientos.

5. El erizo Pinchón

Que los niños tengan rabietas es normal (incluso positivo, ya que aprendan a expresar emociones como la ira o la frustración). Sin embargo, debemos ayudarles a comprender cómo se sienten y cómo pueden gestionar ese momento de enfado. Es lo que aprende Pinchón, el protagonista de este cuento, cuando se despierta un día con sus púas muy duras y para arriba y muy pocas ganas de jugar.

6. Damián, el niño de las lágrimas

Damián se pasaba todo el día llorando y llorando... Tantísimo lloraba, que su camiseta siempre estaba mojada. ¿Acabarían saliéndole escamas como a los peces por tener siempre la ropa mojada? Comparte con tus hijos esta historia.

7. La pesadilla de Carola

Carola no paraba de hablar mal a sus padres y de decirles que quería tener otra mamá y otro papá. Cuando Carola amenazó con irse de casa, ellos aceptaron e incluso le ayudaron a hacer la maleta. Pronto Carola se dio cuenta de su gran error... ¡y menos mal que solo fue una pesadilla!

POLLOS A LA BRASA



#QuédateEnCasa



Pikeos 111
Pikeos Pikeos



imagen
LATINA

CALLE DE VELIA, 77

INF. 937 823 987 - 603 927 065



Pikeos Pikeos
Pikeos 111



8. Una lección para Clotilde

A Clotilde le encantaba contar historias, sin embargo, un día tuvo que dejar de hacerlo porque no podía ni abrir la boca. ¡Todas las uñas que se había ido mordiendo se le habían quedado atrapadas en los mofletes! ¿Cómo solucionará la niña protagonista de este cuento el problema?

9. El oso Pomposo

El lobo se reía del oso Pomposo por la camisa y los pantalones tan raros que se había puesto. Sin embargo, ese era el tipo de ropa que al oso le gustaba más, ¡se veía tan guapo! ¿Tendría que cambiar su forma de vestir solo porque el lobo se riera? Los animales del bosque le ayudarán a darse cuenta de que era maravilloso tal y como era. Los cuentos infantiles también son una herramienta muy útil para la educación emocional de los pequeños de la casa. Gracias a los personajes de los relatos, los niños ven ejemplificadas las distintas emociones y aprenden a ponerles nombres y a gestionarlas.

10. La ciudad sin colores

Un día, cuando Violeta se despertó vio que toda su habitación se había quedado sin colores. Y cuando se asomó por la ventana, ¡toda la ciudad estaba en blanco y negro! Según le contó su vecina, este cambio se debía a que la gente estaba más triste que nunca... ¿Una sonrisa conseguiría devolverle el color a la ciudad? ¡Descubridlo con este cuento!

11. La tristeza de Alfredo

Alfredo no tenía ganas de jugar con sus amigos, ni de reír, ni de correr... ¿Qué era aquello que el niño estaba sintiendo? Su amiga Raquel le ayudó a darse cuenta de que todo aquello se llamaba 'tristeza' y que, a veces, era normal sentirse triste. Con este relato puedes hablar sobre esta emoción básica a tus hijos.

A continuación te proponemos algunos cuentos para los niños según su edad.

12. El pollito Llito (para bebés)

Este relato tan tierno es una historia que puedes compartir con tu bebé. Cuenta la historia de un pollito que no encuentra a su familia. Por suerte, sus amigos los animales le ayudarán. ¡pío, pío!

13. La desobediente tortuga Ruby (para niños de 3 a 5 años)

Un día, la mamá de Ruby le pidió que cuidara de sus hermanas pequeñas mientras ella iba a hacer algunos recados. Sin embargo, la tortuga no cumplió con su responsabilidad y... ¡Descubre el final de esta historia!

14. Carlitos se va a vivir al mundo virtual (para niños de 6 a 8 años)

Carlitos se pasaba todo el día jugando con la videoconsola, viendo vídeos en el móvil, probando la tableta... Tanto tiempo pasaba mirando una pantalla, que llegó un día en el que no conseguía distinguir qué era el mundo real y qué era mundo virtual. ¡Este cuento hará reflexionar a tus hijos!





#QuédateEnCasa



www.alvaradobarbershop.com



imagen
LATINA

RAMBLA BADAL, 36

INF. 93 646 6130 - 664 439 529



Alvaradobarbershop
alvaradobarbershop





Decálogo sobre cómo actuar en caso de tener síntomas de COVID-19:

Saber cómo actuar nos puede ayudar a **controlar mejor** las situaciones que puedan surgir estos días y a **prestar ayuda** a las personas de nuestro entorno. En caso de tener síntomas (fiebre o tos o dificultad respiratoria), sigue estos pasos:

- 1** **AUTO-AISLARSE** En una **habitación de uso individual** con ventana, manteniendo la puerta cerrada, y, si es posible, baño individual. Si no es posible: mantén la distancia de seguridad de 2 metros con el resto de convivientes y extrema la higiene. 
- 2** **MANTENTE COMUNICADO** **Ten disponible un teléfono** para informar de las necesidades que vayan surgiendo y puedas mantener la comunicación con tus seres queridos. 
- 3** **¿SENSACIÓN DE GRAVEDAD?** Si tienes sensación de falta de aire o sensación de **gravedad** por cualquier otro síntoma **llama al 112**. 
- 4** **TELÉFONO DE TU COMUNIDAD AUTÓNOMA** Si no, **llama al teléfono habilitado en la comunidad autónoma** o contacta por teléfono con el centro de salud. 
- 5** **AUTOCUIDADOS** Usa **paracetamol** para controlar la fiebre; ponte **paños húmedos** en la frente o date una ducha templada para ayudar a controlar la fiebre; **bebe líquidos**; **descansa**, pero moviéndote por la habitación de vez en cuando. 
- 6** **AISLAMIENTO DOMICILIARIO** Ahora que ya has hecho lo más inmediato, estudia y aplica las **recomendaciones para el aislamiento domiciliario** e informa a tus convivientes de que tienen que hacer cuarentena. 
- 7** **LAVADO DE MANOS** Asegúrate de que en casa todos conocen cómo hacer un **correcto lavado de manos**. 
- 8** **SI EMPEORAS** **Si empeoras** y tienes dificultad respiratoria o no se controla la fiebre, **llama al 112**. 
- 9** **14 DÍAS** Se recomienda mantener el **aislamiento 14 días** desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto. 
- 10** **ALTA** El **seguimiento y el alta** será supervisado por su médico de Atención Primaria o según indicaciones de cada Comunidad Autónoma. 

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscls.gob.es
@sanidadgob

15 marzo 2020





#QuédateEnCasa



Brasa Criolla



imagen
LATINA

CALLE LLOBREGAT, 91

INF. 93 116 1591 - 603 612 989



Brasa Criolla
rosteriabrasacriolla



Recomendaciones para el aislamiento domiciliario en casos leves de COVID-19

Estas son las recomendaciones que se deben seguir si se está en aislamiento domiciliario por ser un caso leve de COVID-19.

Lea atentamente estas recomendaciones y pregunte (telefónicamente) cualquier duda.

Sus familiares y convivientes deben recibir también la información.

Lugar de aislamiento (debe disponer de teléfono en la habitación)



Quédese en su casa, evite salir de la habitación, manteniéndola ventilada y con la puerta cerrada.



Evite distancias menores de 2 metros de los convivientes.



Evite visitas a su domicilio. Si necesita ayuda con las compras, se las pueden dejar en la puerta.



Utilice su propio baño; si lo comparte, debe desinfectarse antes de que lo usen otros.



Tenga en la habitación productos de higiene de manos.



Tenga un cubo de basura de pedal en la habitación.

Los productos de desecho deben tirarse en la bolsa de plástico colocada dentro del cubo de basura. Anúdela bien antes de tirarla.

La persona responsable de los cuidados será considerada contacto estrecho y deberá realizar cuarentena domiciliaria durante 14 días.

Persona cuidadora



La persona cuidadora no debe tener factores de riesgo de complicaciones, y debe realizar autovigilancia de los síntomas.



Guantes para cualquier contacto con secreciones.



Lave las manos si entra en contacto, aunque haya usado guantes.

Prevenir el contagio



Tápese al toser y estornudar con un pañuelo de papel.



Tire el pañuelo en la papelera.



Lávase las manos con agua y jabón.



No comparta utensilios personales como toallas, vasos, platos, cubiertos y cepillo de dientes.



Póngase la mascarilla si sale a espacios comunes o entra alguien en la habitación, mantenga la distancia y lávese las manos al salir.



Comuníquese por un teléfono para evitar salir de la habitación.

Limpieza



Use lavavajillas o fríegue con agua caliente.



No sacudir la ropa, métela en bolsa hermética. Lávese siempre las manos después de tocar la ropa.



Lave la ropa a 60-90° y séquela bien.



Limpie a diario las superficies que se tocan a menudo, baño e inodoro con bayetas desechables y lejía (1 parte de lejía al 5% por 50 partes de agua). Lávese las manos al terminar.



BOLSA 1 en la habitación, que se cierra y se introduce en la **BOLSA 2** (fuera de la habitación) donde se introducen los guantes y mascarilla del cuidador y va a la **BOLSA 3** que va al contenedor de resto (ninguno de separación por reciclaje).

Si nota empeoramiento comuníquelo a su profesional de referencia o al 112.

Si algún conviviente o cuidador presenta síntomas no acuda a un centro sanitario y llame al teléfono habilitado por su Comunidad Autónoma.

24 marzo 2020



1. Basada en la infografía de recomendaciones para el posible caso de investigación y caso confirmado leve en aislamiento domiciliario. Consejería de Sanidad de Asturias.
2. Medidas de aislamiento de caso en investigación, probable o confirmado de COVID-19. Ministerio de Sanidad.
3. Contact with self-isolation for patients undergoing testing. Public Health England.



W

WALDENESSENCE

CENTRO DE ESTÉTICA - PELUQUERIA - SOLARIUM

#QuédateEnCasa



www.waldenessence.com



imagen
LATINA

CTRA. REIAL, 106 - BAJOS L.30 / CTRA. REIAL, 106 - BAJOS L.14

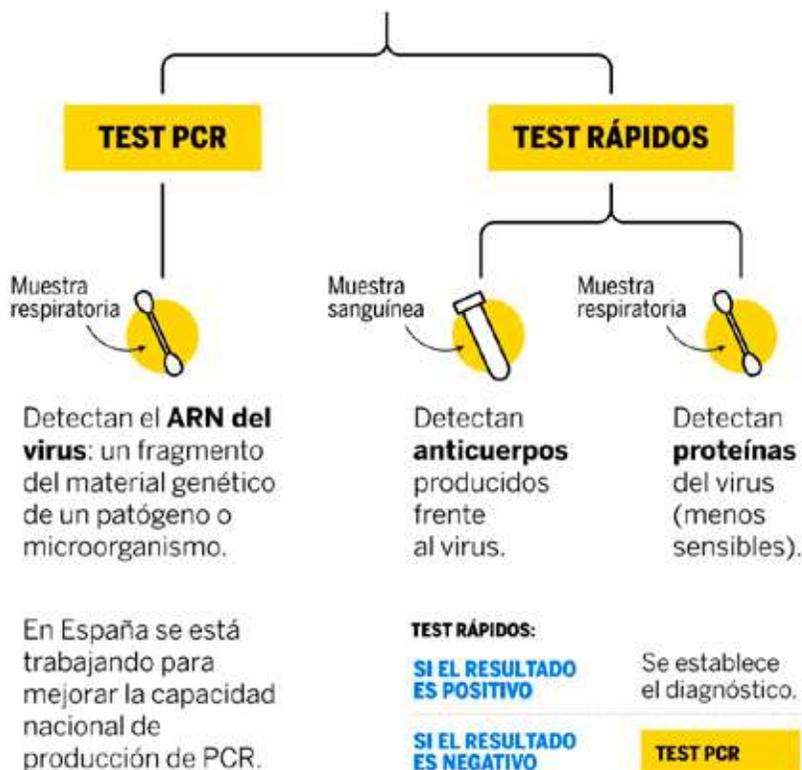
INF. 93 639 7288 - 93 431 8416



Walden Essence
waldenessence



¿CÓMO SE DIAGNOSTICA EL COVID-19 A PACIENTES CON SÍNTOMAS?



PRINCIPALES DIFERENCIAS	GRADO DE SENSIBILIDAD	TIEMPO DE DIAGNÓSTICO	DIFICULTAD DE MANEJO
TEST PCR	Muy alto, es el más fiable	Varias horas	Compleja
TEST RÁPIDOS	64%-80%	10-15 minutos	Sencilla



#QuédateEnCasa



Delicias DEL MAR
Delicias Del Mar



imagen

CARRER DE JOAQUIM VALLS, 71

INF. 938 289 958 - 651 046 067



Delicias DEL MAR
Delicias Del Mar





Afrontar el duelo en tiempo de coronavirus

Un familiar acaba de morir por el coronavirus... Lo que nos cuentan muchas familias...

Tengo que dejar que salga ese dolor, tengo que soltarlo, contármelo a mí mismo/a, compartirlo con mi gente, llorarlo, escribirlo, gritarlo... Y los días que hagan falta...

Repaso los momentos de nuestra relación, las veces que siempre nos hemos apoyado en momentos de dificultad... todo lo compartido. No quiero ser injusto/a conmigo mismo/a, centrando toda una vida en este último momento.

A veces tengo rabia, mucha impotencia, las cosas tendrían que haber sido de otra manera...

Aunque sé que no fue decisión mía, que seguí lo indicado para evitar el contagio y proteger a los demás, a veces me siento culpable...

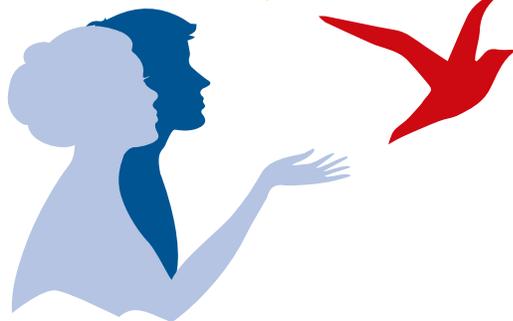
Siento mucho dolor, ha sido todo tan inesperado, tan frustrante...

¡No he podido acompañarle como quisiera!

Ni siquiera pude velarle ni hacer el entierro

Sé que ahora es imposible y que lo que he hecho es lo más responsable, por protección mía y del resto, pero me duele mucho no haber honrado su memoria con una despedida.

Quando todo esto pase podré hacer la despedida que a mi ser querido le hubiera gustado. Ahora puedo hacerla en mi intimidad, para él/ella. Mi rito de despedida desde el corazón. Renunciar a estos ritos de despedida ha sido muy duro pero también es un gran acto de generosidad, un gran gesto de amor que deseo dedicar a mi ser querido, honrándole de esta manera.



ABOGADA PERUANA

**ABOGADA
LATINA**

#QuédateEnCasa

MARIDAN
ABOGADOS

✉ info@maridanabogados.com

#QuédateEnCasa

INF. 630 963 752



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



HABITACIONES PARA PAREJAS

www.habitaciones.jimdo.com

#QuédateEnCasa



Albita Bcn



INF. 93 441 3603 - 675 350 179

Me ayuda pensar que él/ella ya se ha liberado de esa situación, ya no la siente ni la padece, revivirla es hacerla presente cuando ya no lo es.



Sé que los sanitarios están haciendo todo lo que pueden, pero me produce mucha tristeza pensar en lo que pudo haber sufrido hasta que falleció.

Mi familia, mis vecinos y mis amigos se organizan entre ellos para llamarme todas las tardes, a veces por videollamada del whatsapp... Me dejo cuidar. Cuando ellos no lo hacen puedo tomar yo la iniciativa y llamarles, es sano pedir lo que se necesita.



La "distancia social" ayuda a evitar el contagio. Pero no me deja sentir el abrazo y el calor de mi gente, no podemos vernos, no sé bien a quién recurrir...

¡Mi ser querido no se merecía este final!

Sigo confinado y eso acrecienta mi soledad..!



No sé si voy a poder sola/o con esto

¡Es que no quiero olvidarle!

A veces pienso que este momento me desborda, que es demasiado para mí.

A quien se ama tanto no se le quiere olvidar. Y ya aprenderé, aunque me duela, a vivir sin él/ella... Pero no sé si ahora es demasiado pronto.



Ahora lo veo muy complicado, pero lo tengo que conseguir, él/ella no permitiría que me abandonase. En otros momentos difíciles he salido adelante, sé que tengo recursos para hacerlo.



Montaré una reunión virtual con mi familia, para recordarle, para hablar de él/ella, para preparar el funeral que nos hubiera gustado tener, para...

A veces es importante pedir ayuda y dejarse cuidar, por familiares, por amigos, por profesionales...

31 marzo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:
www.msccbs.gob.es
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)



HERMANDAD DEL SEÑOR DE LOS MILAGROS DE BARCELONA



Semana Santa

10 al 13 de abril del 2020

DÍOS MIO

Gracias por tener mi vida y la de mi familia en tus manos... Gracias por permitirnos iniciar una nueva jornada. Tu Evangelio nos habla de un padre preocupado por la salud de su hijo.

Tú sabes mi Señor, que hoy también muchos padres están preocupados. Nos está tocando atravesar por momentos muy difíciles, y es por eso, que hoy también nosotros salimos a tu encuentro, a pedirte oigas nuestras plegarias, nuestras súplicas, que te brindamos con mucha Fe, con todo nuestro amor y Devoción... Acudimos a Tí, agradecidos por tu presencia... de esa presencia que sana, que trae paz y Bendición.

Te alabamos Señor, te adoramos, te glorificamos y te Bendecimos eternamente.



Av. Sant Ramón Nonat 1, 08028 – Barcelona

secretariomilagrosbcn@gmail.com

<https://www.facebook.com/Hermandad-del-Señor-de-los-Milagros-de-Barcelona-481353041961177/>



EL ZUMO NO ES FRUTA

Un zumo de fruta no es el equivalente de una pieza de fruta fresca: no nos aporta lo mismo y no provoca la misma reacción en nuestro organismo al consumirlo. Hablamos de la fibra, el azúcar y la masticación para entender por qué una pieza de fruta es más sana que un zumo.

Al exprimir la fruta estamos desechando gran parte de esta: dejamos en el exprimidor o la licuadora la pulpa de la pieza de fruta, donde se encuentran gran parte de sus nutrientes y, sobre todo, la fibra. Al ingerir la fruta en forma de zumo, sin la fibra que nos aporta, podemos dar lugar a una hiperglucemia en nuestro organismo; es decir, el nivel de azúcar en nuestra sangre sufre una fuerte subida, algo que no ocurriría si ingiriésemos la fruta completa con la pulpa y la fibra.

En el caso de las frutas, el hecho de tener que masticarlas ya produce una mayor saciedad que bebernos un zumo. Durante la masticación,

que marca el inicio del proceso de digestión, se comienzan a enviar señales al cerebro para indicar que esa comida se debe terminar.

Además, la cantidad de fruta que se necesita para hacer un zumo es notablemente mayor de la que vamos a ingerir si optamos por frutas enteras. Esto nos lleva inevitablemente a un aumento de las calorías y del azúcar ingerido en el caso de optar por los zumos.

La fruta, siempre mejor entera y de temporada, o bien consumida en forma de smoothie (pasándola entera por la batidora) que en forma de zumo.

Para más información o consultas:

stefitfitnessdiet@gmail.com

Asesora nutricional con planes de entrenamientos personalizados

Sígueme en mi blog personal:

 [fittefy_diet](#)



Pastelería
Creativa y Artesanal

#QuédateEnCasa



Tartas Peruanas Barcelona
Gloria Marínez
tartasperuanas



C/. PUJOS, 47

INF. 93 116 4383 - 634 039 980

SALÓN DE EVENTOS **FESTUM**

#QuédateEnCasa

www.festumbcn.com LATINA



Festumbcn
festumbcn



INF. **640 708 303** CALLE BEJAR 58



BENEFICIOS DE LA MIEL

- **La miel de mil flores** al proceder de varias floraciones simultáneas no tiene unas características fijas presentando colores y sabores diferentes, aunque generalmente es oscura y su sabor es intenso. La miel es recomendable como sustituto del azúcar y entre sus principales beneficios están su acción antiinflamatoria y cicatrizante, regeneradora del torrente sanguíneo, acentúa las funciones digestivas y aumenta la energía aportando fuerza física.

- **La miel de romero** tiene como características fundamentales un bonito color ámbar transparente y que es muy sabrosa. Sus beneficios más destacados son que actúa como estimulante contra el agotamiento físico e intelectual, pero también aporta beneficios especiales para las enfermedades del hígado actuando como estimulante en casos de insuficiencia hepática y ayudando en la expulsión de la bilis. Esta miel es una de las mejores contra el asma y la irritación de garganta producida por el consumo de tabaco, siendo apreciada por las mujeres en periodos de menstruación.

- **La miel de tomillo** destaca por su tono rojizo y agradable sabor. Es especialmente beneficiosa para las afecciones del aparato respiratorio principalmente de origen inflamatorio, regula la tensión arterial y es muy recomendable como tónico ante la astenia y el agotamiento. La miel de tomillo es muy demandada por aportar grandes beneficios al aparato digestivo que se unen a los beneficios que ya aporta esta planta por sí sola en casos de bronquitis, resfriados y fatiga.

- **La miel de azahar** posee un color ámbar claro y un suave sabor, pero su característica principal es su excelente aroma. Esta miel se utiliza fundamentalmente para niños y ancianos, no solo por su suavidad sino también por sus beneficios sedantes que ayudan a conciliar el sueño, por lo que también es muy recomendable en casos de insomnio. La miel de azahar, es muy apreciada por sus propiedades como calmante por aquellas personas que padecen insomnio, ansiedad y estrés.

ASESORÍA EN EXTRANJERÍA

#QuédateEnCasa

edgardolandauro@yahoo.es

CALLE ROSELLÓ, 224 - 1º A

INF. 93 487 8951 - 609 368 380

AGRUPACIÓN CONTIGO PERÚ

ORQUESTA INTERNACIONAL

#QuédateEnCasa

INF. 93 019 9628 - 658 581 426 - 692 568 745



Chef: Miguel Ángel Díaz

LOMO DE CERDO RELLENO AL GRATEN

INGREDIENTES:

- 4 Chuletas de lomo
- 1 k de patatas
- 2 Yemas de huevo
- 1 Cuchara de mantequilla
- 75 ml de leche
- 3 Lonchas de queso
- 1 Lata de maíz
- Aceite
- Sal
- Pimienta
- Orégano
- Nuez moscada
- 1 Diente de ajo

PREPARACIÓN:

Salpimentamos y freímos las chuletas, reservamos, luego preparamos un puré con las patatas, la leche, la mantequilla, la yemas de huevo y la sal, reservamos, luego salteamos el maíz con un poco de ajo y reservamos.

Ponemos una cucharada sopera de puré encima de la chuleta, le colocamos las lonchas de queso cubriendo el puré. Gratinamos las chuletas en el horno hasta que dore el queso.

Servimos con el maíz salteado y unas patatas o pimientos fritos (al gusto). Que aproveche



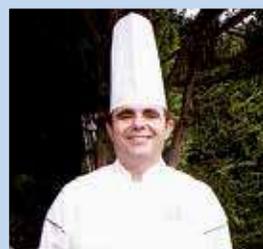
#QuédateEnCasa

tamaleseltumi@hotmail.com



INF. 647 055 763

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



Chef: Miguel Ángel Díaz

Pollo con Yogurt

PREPARACIÓN:

Poner aceite en una cazuela y freír en ella la cebolla, cortada a tiras y el ajo picado, añadir el comino. Rehogar en la cazuela anterior el pollo entero y a fuego lento.. Cubrir con el caldo y el tomate y espolvorear con el pimentón.

Dejar cocer suavemente hasta que el pollo este tierno. Retirar el pollo de la cazuela y mantenerlo al calor. Pasar la salsa por el chino y añadirle los yogures y la nata, salpimentar y dejar que de un pequeño hervor.

Servir el pollo cubierto con la salsa preparada y espolvoreada con el perejil picado. Acompañar con tiras de calabacín salteadas.

INGREDIENTES:

- 1 Pollo entero
- 2 yogures
- Cebollas
- Aceite
- Pimentón
- Comino
- Ajos
- Nata liquida
- Salsa de tomate
- Caldo de ave
- Calabacín
- Perejil
- Sal y pimienta.

TAUNUS

VIAJES



TU VIAJE FELIZ

#QuédateEnCasa



www.viajestaunus.com
Viajes Taunus



imagen



C/. BALMES, 131
08008 BÀRCELONA
www.viajestaunus.com

TU **CONEXIÓN** CON
AMÉRICA LATINA

INF. 93 218 7022 - 93 415 7900 - 93 218 6816
93 218 6947 **WHATSAPP: 637 214 661**

América



Más Sabor Nacional

Haz tu pedido:

Madrid

Toledo

Barcelona

Murcia

Valencia

91 694 99 18

925 537 612

93 336 99 07

655 934 974

686 332 484

www.americaimportsl.com