



¿QUÉ CUESTA COMPARTIR PISO?

UNIVERSIDAD

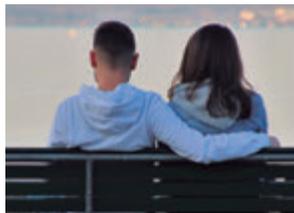
>4



"No te dejes **presionar** para elegir tu **carrera**"

SOCIEDAD

>6-7



El machismo en los **jóvenes españoles** continúa

MÚSICA

>14



Éxito del **Festival Sierra Nevada** por **Todo lo Alto**



Vuelta al cole: fraude en la escolarización

Estamos en plena 'Operación Vuelta al Cole' y muchos ya estamos pensando en los libros, cuadernos y ropa que debemos preparar para nuestros hijos. Pero, también la Policía Nacional hace su trabajo y ha finalizado la campaña de investigación para la detección de fraude en las escolarizaciones en centros educativos de Granada, correspondiente al año 2019-2020, con un total de 73 casos denunciados de posibles empadronamientos fraudulentos en domicilios de Granada para la obtención de una plaza en centros educativos públicos o privados concertados de la capital granadina.

5'



GRUPOGESTIONA

Presidente Borja Nocito Muñoz
Serrano, 98 - 3ª Planta 28006 Madrid Depósito Legal M-33696-2014 • ISSN 1669-2415

Director • Arturo San Román Director de Arte • Lucas M. Rodríguez
Departamento Comercial • 958 977 875 • granada@grupogestionaria.es
Director de Distribución • L. Rodríguez
Maquetación • M. Ángeles Carrero
Responsable Contenidos Granada • Jesús Carreras
redaccion.granada@grupogestionaria.es

Producción: Pioneers Boulevard, S.L.
Delegación Valencia: Julio Madrigal. Carrer dels Gremis, 1. 46014.
Delegación Zaragoza: Alfonso de Campos. C/ Mariano Barbasán, 11. 50006.
Delegación Barcelona: Javier López. C/ Córcega, 302. 08008.
Delegación Sevilla: Aura Ponce. C/ Arquitectura, 5. Torre 8. Planta 9 - 9ª-14. 41015

© QUÉ PAPEL VELÁZQUEZ, S.L. Madrid 2018. Todos los derechos reservados. Esta publicación no puede ser reproducida, distribuida, comunicada públicamente o utilizada, ni en todo ni en parte, registrada en, o transmitida por, un sistema de recuperación de información, en ninguna forma, ni por ningún medio, sea mecánico, fotoquímico, electrónico, magnético, electroóptico, por fotocopia o cualquier otro, ni modificada, alterada o almacenada sin la previa autorización por escrito de la sociedad editora. Queda expresamente prohibida la reproducción de los contenidos de QUÉ PAPEL VELÁZQUEZ, S.L., a través de recopilaciones de artículos periodísticos, conforme al Artículo 31.1 de la Ley 23/2006, texto refundido de la Ley de Propiedad Intelectual.



Nueva dirección en El Legado Andalusí

El Legado Andalusí ya tiene nueva presidenta. Concha de Santa Ana ha explicado las líneas de actuación de esta Fundación adscrita a la Consejería de Cultura y Patrimonio de la Junta de Andalucía, "una Fundación cultural que proyecta Andalucía al exterior a través de las relaciones con el Mundo Árabe, países de la ribera del Mediterráneo e Iberoamérica", en palabras de la Directora. También ha dicho que "tenemos el compromiso de la Junta de Andalucía para darle un nuevo impulso a la FPA El legado andalusí y somos conscientes del respaldo del Gobierno para afrontar esta nueva etapa". "las Rutas de El legado abarcan cerca de 250 municipios que ya estamos trabajando para potenciar y que, además, son los Itinerarios Culturales los que nos dan una dimensión internacional y están encaminados a reforzar la identidad europea y andaluza a través de la cultura y el patrimonio", ha asegurado la nueva directora de El Legado Andalusí.



Impulso al Consejo de Comercio Local

El Ayuntamiento de Granada ha abierto hasta el 22 de septiembre el plazo para la presentación de solicitudes de entidades interesadas en formar parte del Consejo de Comercio Local, un órgano consultivo de nueva creación impulsado por el gobierno local para "recuperar el comercio y generar nuevos modelos de desarrollo que permitan su adaptación a las nuevas tecnologías y a las demandas ciudadanas". El concejal de Comercio y Emprendimiento, Manuel Olivares, ha indicado que, con el proyecto que hoy arranca el equipo municipal persigue "trabajar de la mano de las federaciones y confederaciones más representativas del sector con el objetivo de establecer sinergias".

IFEF
ABOGADOS

Ignacio de la Higuera López-Frías

Especialistas en
Derecho Mercantil

Avenida de la Constitución, 32
958982588

PRIMERO
TU EMPRESA Y TÚ.
DESPUÉS LO DEMÁS...

PROFESIONALIDAD · CELERIDAD · DEDICACIÓN



A pesar del aumento en el precio de una habitación compartida en Granada, el precio en nuestra ciudad está muy por debajo de las grandes ciudades de España, como Madrid, Barcelona.

Alquilar una habitación en Granada

El coste de alquilar una habitación en un piso compartido en España se ha encarecido un 2,9% en el último año hasta situarse en 340 euros al mes de media, según el estudio publicado por idealista. La oferta de habitaciones, en cambio, se ha disparado un 26,9% en el mismo tiempo. En Granada, el precio medio de una habitación en un piso compartido se sitúa en 231 euros, frente a los 220 euros de hace un año, lo que supone un aumento del 5,1% en los últimos 12 meses. La edad media de las personas que comparten piso en la ciudad de la Alhambra es de 27 años.

El precio medio de una habitación en Granada es de 231 euros, un 5,1% más que hace doce meses

En la ciudad de Barcelona, donde las rentas de la vivienda completa han aumentado un 3% interanual, el alquiler de habitaciones se ha encarecido un 2,9%, mientras que en Madrid el incremento ha sido del 3,1%, mientras que las viviendas completas se han encarecido un 3,6% interanual. El mayor incremento de precio se ha registrado en Pamplona (15,8%),

seguido por Almería (13,3%), Alicante (12%) y Logroño (10,3%). El precio se ha reducido en seis capitales, siendo Cádiz donde más han caído (-6,1%) mientras que en Ciudad Real se han reducido un 4,7% y un 2,5% en Burgos.

La edad media de las personas que comparten piso en Granada es de 27 años

Barcelona es la ciudad con las habitaciones más caras del país, ya que se solicitan 442 euros mensuales por alquilarlas. Le siguen San Sebastián (425 euros mensuales), Palma (417 euros) y Madrid (415 euros). Ciudad Real es, en cambio, la ciudad más económica de entre las analizadas por idealista (156 euros mensuales), seguida por Cáceres (164 euros), Badajoz (169) y Jaén (185 euros). Respecto al perfil de quien comparte piso, las personas que comparten piso en España tienen un perfil similar al que tenían el año pasado, aunque la edad media ha caído hasta los 30 años: viven en el centro de las grandes ciudades, no fuman ni permiten que se fume en la vivienda y no tienen ni admiten

mascota. En la mayoría de los pisos compartidos conviven hombres y mujeres (71%), mientras que el 24,9% sólo tiene habitantes femeninas y el 4,1% solo compañeros masculinos. La edad media de los habitantes de un piso compartido varía en función de la zona geográfica. En las ciudades donde los precios de los alquileres han crecido más en los últimos años es más fácil que la media supere los 30 años, como en el caso de Palma, Vitoria (34 años en ambos casos), Las Palmas de Gran Canaria (33 años), Santa Cruz de Tenerife (33 años), San Sebastián, Cádiz, Alicante, Santander o Lleida (32 años en los 5 casos). En Barcelona la edad media de quienes comparten piso es de 31 años, mientras que en Madrid baja hasta los 29.

En las ciudades con mayores crecimientos de precios es más fácil que la media supere los 30 años

Por el contrario, en otros mercados con mercados de alquiler más relajados, la edad media de quienes alquilan habitaciones es más baja. Jaén, Córdoba y Salamanca tienen

la edad más baja (26), seguidas por Ciudad Real, Segovia, Granada y Valencia (27 años en los cuatro casos). Por último, y respecto a las zonas calientes para la oferta, más de la mitad de toda la oferta de pisos compartidos se reparte entre las ciudades de Madrid y Barcelona, ya que acumulan el 34,1% y el 19,2% de todas las habitaciones que se anuncian en España. Les siguen Valencia, con el 9,2% de los anuncios, Sevilla (5,6%) y Granada (3,5%).

La ciudad de Granada acumula el 3,5% de la oferta de pisos compartidos puestos en alquiler en la plataforma de Idealista

En definitiva, y a pesar de los vaivenes provocados en la oferta por los pisos turísticos y la especulación en el precio de los pisos en un gran número de ciudades españolas, compartir piso en Granada sigue siendo relativamente económico, lo que a buen seguro es un buen aliciente para los miles de estudiantes de otras ciudades que cada año se mudan durante el curso académico a nuestra ciudad y a nuestra Universidad de Granada.

Elena Santiago Ramírez es una alumna brillante y en pocos días va a comenzar con gran ilusión sus estudios universitarios. Esta estudiante del IES Francisco Ayala ha elegido comenzar este curso que da comienzo la carrera de Traducción e Interpretación en la especialidad de Inglés, una de las que tiene notas de corte más elevadas en la UGR.



Elena Santiago

No te dejes presionar por nadie para elegir tu carrera universitaria

Elena obtuvo en la Selectividad una nota de acceso a la Universidad de un 9,4 en la fase general y un 13,4 en la fase específica, lo que le ha permitido escoger unos estudios que le apasionan. En esta entrevista realizada a las puertas de la Facultad de Traducción e Interpretación de la Universidad de Granada. Elena nos cuenta cómo ha sido el proceso para elegir una carrera universitaria y nos da algún consejo para evitar la presión de alcanzar la nota de corte.

¿Cómo ha sido el proceso de elegir la carrera universitaria de Traducción e Interpretación en Inglés?

Me han gustado los idiomas desde pequeña. En 3º de ESO empecé a estudiar alemán en la Escuela de Idiomas y alcancé el nivel B1 junto con el de francés. Durante mi Bachillerato he estudiado inglés, francés y alemán y siempre me han llamado mucho la atención los idiomas. Pero la carrera de Traducción e Interpretación en Inglés, que era la que yo quería, siempre ha tenido una nota muy alta, y mi yo de 15 años me decía "no vas a llegar, búscate algo más realista", así que con la influencia de los profesores me planteé la carrera de Historia. En 1º de Bachillerato estaba mentalizada que iba a estudiar Historia, por eso no iba tan presionada. Y saqué muy buenas notas, un 9,7. Entonces, cuando me vi en esa situación, sabiendo mi gusto por viajar, conocer sitios y gente nueva, y cuando vi que alcanzaba la nota, tomé la decisión. De todas formas, quiero estudiar Historia después de Traducción. Siempre tienes que moverte por la pasión. Mis padres me han enseñado que cualquier cosa que te plantees tienes que hacerla con actitud.

¿Qué te ha convencido de la carrera de Traducción e Interpretación para escogerla?

Me gusta mucho viajar y en la ESO he participado en muchos intercambios culturales que me daban la oportunidad de comunicarme con otra gente y, sobre todo, considero que tengo mucha ambición por buscar mi sitio. Yo quiero ayudar, ser útil para algo. El mundo necesita comunicación y comunicarte con otras personas te abre la mente.

¿Has pensado en las opciones laborales cuanto termines los estudios? ¿Dónde te ves trabajando en el futuro?

No he llegado a pensarlo, pero tal vez algo relacionado con la traducción de narrativa. Lo que sí tengo claro es que en Italia voy a vivir o trabajar. Siempre me he visto allí desde pequeña. De todas formas,

la vida da muchas vueltas y luego puedo acabar en un sitio totalmente diferente, pero esa es la idea.

¿Qué les dirías a los chicos que están en tu situación de elegir una carrera universitaria y aún no hayan decidido que estudiar?

Por mi propia experiencia, les recomiendo que no se agobien. Es bastante complicado pero intenta barajar varias opciones y preguntarte a ti mismo: "¿qué es lo que te gusta hacer?, ¿qué te apasiona?". Además, no todas las opciones se reducen a estudiar una carrera universitaria. Hay un enorme mundo de Formación Profesional y otras muchas alternativas. Según lo que hayas elegido en Bachillerato, busca aquello que te guste y te apasione. Y, sobre todo, nunca te dejes presionar por nadie a la hora de elegir la carrera universitaria que has decidido estudiar.

¿Cómo has manejado la presión de la nota de corte para tu carrera?

Lo mío fue presión de repente. Había estado todo el año tranquila pensando en estudiar Historia, pero la última semana de mayo me di cuenta que tenía un 12,5 de nota de corte y ahí comenzó mi presión. Y se pasa muy mal. Además, por mucho que hayas estudiado y te hayas dejado la piel, está el factor suerte en la Selectividad. La presión hay que llevarla tranquila y recomiendo salir mucho a la calle y hacer mucho deporte, que me ha servido un montón. Desde que comencé Bachillerato he hecho mucho deporte y mis notas han mejorado. Y, sobre todo, estar tranquilo, que es muy complicado pero muy necesario. Y si no llegas a tu nota de corte, es mejor seguir estudiando hasta lograr la nota de corte que necesitas antes que dar un rodeo comenzando otra carrera que no te gusta.

Confirman la excelencia del aceite de oliva virgen extra

Qué!
Universidad

J.C. Chamorro

Científicos de la Universidad de Granada (UGR) han determinado que la ingesta prolongada de aceite de oliva virgen y, en menor medida, la de aceite de pescado, aumenta la esperanza de vida media en ratas alimentadas durante toda su vida con cualquiera de estos tipos de grasa de la dieta frente al aceite de girasol. El estudio, liderado por investigadores del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos José Mataix Verdú, ubicado en el Centro de Investigación Biomédica de la Universidad de Granada, en colaboración con especialistas en Anatomía Patológica del Hospital Universitario San Cecilio de Granada y del Complejo Hospitalario de Jaén, así como con el grupo del profesor Maurizio Battino, de la Università Politecnica delle Marche en Ancona, Italia, y Visiting Scholar en la Universidad de Granada, ha sido publicado en la prestigiosa revista *The Journals of Gerontology, Series A: Biological Sciences*, la revista dedicada al estudio del envejecimiento más veterana de Estados Unidos, fundada en 1946. En este estudio, según explica el profesor José L. Quiles, catedrático de Fisiología de la Universidad de Granada y responsable de la investigación, los autores alimentaron durante toda su vida a ratas con diferentes fuentes grasas (aceite de oliva virgen, aceite de girasol o aceite de pescado), tratando de averiguar los efectos sobre la salud y la longevidad de dietas con contenido mayoritario en ácidos grasos de tipo w9 (omega 9), como los que aporta de forma mayoritaria el aceite de oliva virgen, frente a los ácidos grasos w6 (omega 6), presentes de forma principal en el aceite de girasol, y los ácidos grasos w3 (omega 3), mayoritariamente localizados en el aceite de pescado. Con este estudio se cierra un ciclo experimental que se inició hace 25 años bajo la dirección del profesor José Mataix, del cual hace



unos meses se han cumplido 10 años de su fallecimiento. En palabras del profesor Quiles, “pensamos que más allá de los homenajes, no hay mayor reconocimiento a la figura del profesor Mataix que perpetuar su memoria continuando su labor científica en una línea de investigación como la del aceite de oliva a la que tantos años, esfuerzo y cariño dedicó”. En todos estos años, a través de

diversas investigaciones, este grupo del Instituto José Mataix de la Universidad de Granada ha constatado algo que se sabe desde hace siglos: que el aceite de oliva virgen es bueno para la salud. Sin embargo, lo que aportan los estudios de este grupo de investigación es el conocimiento de los mecanismos a través de los cuales este aceite ejerce sus efectos beneficiosos.

Exposición 'GRANAglifos. Una visión estereoscópica de Granada'



El departamento de Óptica de la Universidad de Granada ha organizado la exposición 'GRANAglifos. Una visión estereoscópica de Granada', que podrá visitarse hasta el 30 de septiembre en el edificio Péndulo de Foucault del Parque de las Ciencias. Los comisarios de la exposición son José Juan Castro Torres, profesor del departamento de Óptica de la UGR, y Enrique Hita Villaverde, profesor emérito del mismo departamento. 'GRANAglifo' es un juego de palabras resultado de fusionar Granada y anaglifo, una imagen que puede percibirse en relieve tridimensional con el uso de unas gafas con filtros rojo y azul, similares a las que se usaba en los comienzos del cine en 3D. La exposición se divide en dos secciones. La primera sección muestra los resultados obtenidos en el Proyecto de Innovación Docente para el que se han realizado los anaglifos de la ciudad de Granada. La segunda, por su parte, expone una colección de anaglifos de la ciudad

realizados por el propio José Juan Castro. Para visualizar los anaglifos de la exposición será necesaria la utilización de las gafas estereoscópicas con los filtros rojo y azul, que el visitante podrá fabricar en la propia exposición y llevárselas para su uso personal. También será posible descargar de forma gratuita el libro 'Innovación docente interdisciplinar en la universidad: estudio de la Arquitectura, el Derecho y la Historia del Arte del patrimonio histórico-artístico de la ciudad de Granada a través de la fotografía estereoscópica', que recoge todo el material del proyecto al que hace referencia la exposición. La exposición ha contado con la colaboración del Comité Español del Día Internacional de la Luz, un día declarado por la UNESCO en 2017 para incrementar el conocimiento que la sociedad tiene del papel crucial que la ciencia de la luz y las tecnologías de la luz representan en el mundo actual.

Más de la mitad de los jóvenes españoles son machistas

La Fundación de Ayuda contra la Drogadicción ha publicado su barómetro de "Juventud y Género" de 2019. Este barómetro permite hacer un comparativo sobre lo que pensaba la juventud en 2017 sobre los temas de género y, aunque ha aumentado la población joven de 15 a 29 años que se considera feminista hasta el 49%, frente al 34,6% de 2017, la realidad es que el resto de los parámetros del Observatorio nos dice que el machismo sigue al alza, como lo demuestran los datos del control que ejercen ellos sobre ellas.

Arturo San Román
@arturosanromanf



La juventud española se encuentra polarizada en sus posturas frente a la equidad de géneros. Un 56% se posiciona en un polo más resistente a reconocer la desigualdad y un 44% se muestra militante frente a estereotipos y creencias machistas. En global, las mujeres son más "conscientes y equitativas" y los hombres más "tradicionales y sexistas" o "negacionistas y conservadores". El Barómetro se aplica cada dos años a un panel online de 1.224 chicos y chicas entre 15 y 29 años. Se trata de la segunda edición del mismo, que da continuidad al de 2017, ofreciendo datos en perspectiva comparada.

Estos son los datos más relevantes del Observatorio:

- El porcentaje de jóvenes que asumen como normal "mirar el móvil de la pareja si piensas que te está engañando" ha aumentado del 14,5% al 16,5% entre los chicos
- Afirmar que para evitar conflictos es mejor ponerse la ropa que a tu pareja le agrada ha aumentado del 10 al 15% entre los chicos.
- Respecto a los celos, afirmar que "es normal que existan ya que son una prueba de amor" lo refiere el 25% de chicos en 2019, mientras que en el 2017 lo refería el 24% de ellos. El acuerdo con todas estas afirmaciones ha descendido entre las chicas.

Discriminación por género

- La mitad de las chicas ha padecido discriminación por

género frente a menos del 20% de los chicos. Las mayores tasas de discriminación las sufren las chicas, quienes señalan la calle (52,4%), el ámbito laboral (43,2%) y los bares, locales de ocio y otros tipos de servicios (33%) como principales ámbitos donde han percibido actitudes discriminatorias.

Respecto a los celos, afirmar que "es normal que existan ya que son una prueba de amor" lo refiere el 25% de chicos

- Los ámbitos donde mayoritariamente han percibido discriminación los chicos son, además de la calle (el 29,1% lo reconoce como ámbito discriminatorio), en el trato con la policía (declarado por el 23,9%) y en el acceso a servicios públicos (educación, sanidad, ayudas sociales, trato por parte de la Administración Pública, acceso a instalaciones públicas, etc.), reconocido por el 23,6%. En cuanto a las situaciones inaceptables de discriminación por género, la investigación muestra que ha habido poca evolución en los últimos dos años excepto en dos cuestiones.

Mientras que en 2017 el porcentaje de hombres que consideraba inaceptables "los piropos por la calle" era mayor que el de mujeres (era inadmisibles para el 24,80% de ellas y para el 30,2% en 2017), estos porcentajes se han revertido para el año 2019, donde encontramos que piropear es inadmisibles para el 36,8% de las jóvenes de 15 a 29 años y para el 28% de ellos. Un caso similar ocurre con la cuestión "que los cambiadores de pañales estén en el baño de las mujeres". En 2019 es una situación no tolerable para el 22,5% de ellas y para el 17,1% de ellos. Por contrapartida, la importancia otorgada al ítem "estando en grupo, que se tenga más en cuenta la opinión de los hombres" ha descendido significativamente en el caso de las mujeres (32,5% en 2017 vs. 20% en 2019) y ha aumentado en los hombres (14,1% vs. 20,4%).

Ámbito profesional, terreno de desacuerdos sobre la igualdad

Con diferencias significativas, las chicas identifican en mayor medida que los chicos las situaciones de desigualdad en todos los ámbitos consultados, especialmente en los que conciernen a la vida profesional/laboral. Los ámbitos en los que más diferencias se encuentran entre las respuestas de ellas y las de ellos es en los del acceso a puestos de responsabilidad y en la posibilidad de conciliar vida familiar y profesional, con más de 20 puntos porcentuales de diferencia entre géneros en ambos ítems.

Ámbitos en que la situación de las chicas es peor o mucho peor con respecto a la de los chicos

■ Uno de cada dos jóvenes (el 49,6%, exactamente) considera que la situación de las mujeres es peor o mucho peor que la de los hombres cuando se trata de los salarios, percepción que es mucho más alta en las chicas (62%) que en los chicos (41%).

■ También existen diferencias significativas cuando se indica que ellas tienen menos oportunidades para encontrar un empleo o para ganar dinero, con diferencias de alrededor del 17% entre las chicas y los chicos jóvenes encuestados. En cuanto a las profesiones, los y las jóvenes señalan de forma mayoritaria que las orientaciones laborales no deben estar focalizadas por género, como ya ocurría en el Barómetro Juventud y Género 2017. Sin embargo, siguen persistiendo ciertos estereotipos con respecto a profesiones muy concretas. Se aprecia que el ámbito asistencial-sanitario se sigue percibiendo como más adecuado para ellas. El 32,4% de los chicos y el 31,5% de las chicas lo ven como más apropiado para las mujeres.

Por otro lado, en el otro extremo, el ámbito de las ingenierías se percibe como más apropiado para hombres, siendo el 33,8% de los chicos quienes lo afirman y el 30,3% de las chicas.

Relaciones de pareja y familiares

El género también influye de forma determinante en cómo conciben y viven las relaciones ellas y ellos.

■ Tener pareja o novio/a es importante (mucho/bastante) para el 48,9% de los chicos y para el 42,6% de las chicas. En 2017 estos porcentajes eran más altos en el caso de las chicas (48,8%) y también de los chicos (51,3%).

■ Vivir en pareja y tener hijos es parte del imaginario de futuro de la mayoría de jóvenes, tanto de chicas como de chicos. De hecho, el 70% de mujeres y el 66% de hombres imaginan un futuro con hijos.

■ En cuanto a las actitudes en torno a la vida familiar y la conciliación, la investigación muestra que son algo mayores los porcentajes de jóvenes que creen que el trabajo de las madres fuera del hogar puede resentir la vida familiar, en mayor medida que si lo hace el padre. Una postura que es más apoyada por los chicos (45%) que por las chicas (41,9%).

■ Un importante 32,6% de chicos y 22,5% de chicas, opina que la mayoría de las mujeres prefiere crear un hogar y tener hijos en vez de mantener un trabajo profesional externo al hogar.

■ La distribución de tareas del hogar refleja las percepciones diferenciales en cuanto a los roles de género: predomina la opinión de que las tareas del hogar se

realizan de forma igualitaria por hombres y por mujeres, aunque un 43% de chicas y un 30% de chicos sostienen que estas tareas recaen fundamentalmente en las mujeres dentro del hogar familiar.

Presión social, también reflejo de estereotipos

■ Las mujeres declaran sentir más presión que los hombres en todos los ámbitos, excepto en “tener éxito para ligar” y “éxito en las redes sociales”.

■ La mayor presión se percibe en el éxito laboral y académico (56% de las chicas lo declaran frente al 46% de los chicos). Le sigue “no defraudar a otras personas”. Entre estas menciones, encontramos también mayoritariamente a mujeres (53%) que a hombres (41%). Estos resultados sobre las diferentes percepciones de la presión social que sienten ellas y ellos encuentran relación con los distintos estereotipos que manejan sobre la feminidad y la masculinidad.

■ Los y las jóvenes tienen una imagen de la feminidad ajustada a ciertos elementos muy asociados con la imagen tradicional de las mujeres (esfuerzo, trabajo, responsabilidad, prudencia), y a la expresión emocional (ternura, sensibilidad, comprensión).

■ La imagen de lo masculino, por su parte, se sigue construyendo más desde el sentido de la proactividad y la acción (dinámicos, activos, emprendedores, independientes), con importantes elementos de dependencia emocional, superficialidad y posesividad. A este respecto, persisten imágenes tradicionales sobre la feminidad y la masculinidad: a ellas se las considera más “trabajadoras y estudiosas”, “inteligentes” y “responsables y prudentes” y a ellos más “dinámicos y activos” y “trabajadores y estudiosos”.

En general, el estudio señala que las mujeres jóvenes se muestran más flexibles y transgreden más los roles tradicionales de género que los hombres.

Estos resultados apuntan la existencia de una tendencia en el colectivo de jóvenes respecto a las cuestiones de género: existe una disociación clara en la percepción de la equidad entre mujeres y hombres. Esta disposición hacia los extremos contrasta con los principales indicadores sobre juventud en España, según los cuales las chicas estarían en peores estados de salud, soportarían situaciones de mayor precariedad laboral, tendrían más desempleo, además de soportar mayor presión económica y social por emanciparse antes y por aplazar cada vez más la maternidad.



BALANCE DEL VERANO



El Parque de las Ciencias recibe visitantes de más de 50 países

El Parque de las Ciencias vuelve a consolidarse como uno de los lugares de referencia para los turistas que visitan Granada durante el periodo estival. En lo que va de verano, ha recibido 152.202 visitas entre Museo, Planetario y BioDomo, superando así las expectativas fijadas en el lanzamiento de su campaña de verano, en la que se previó llegar a las 150.000 visitas.

El recinto ha superado las 150.000 visitas previstas para el periodo veraniego

Durante los meses estivales, los visitantes procedentes de fuera de Granada y su provincia han ocupado el 78% de las visitas, de las cuales el 18% se corresponde con visitantes extranjeros. Francia, Reino Unido, Italia, Estados Unidos y Alemania han sido los cinco principales países de procedencia de estos visitantes. Asimismo, es importante destacar el

apoyo de la campaña de verano a la promoción del museo en estas fechas.

El Parque de las Ciencias ha vuelto a ser galardonado con el Certificado de Excelencia 2019 de Trip Advisor

Este año se ha desarrollado una estrategia integral de inserciones en radio, prensa digital, prensa escrita y espacios urbanos a nivel regional y provincial, añadiendo algunas acciones de marketing callejero y contando, como ya es habitual, con el apoyo de agentes del turismo y taxistas para reforzar la información sobre el museo en distintos puntos turísticos de Andalucía.

Además, el Parque de las Ciencias ha vuelto a ser galardonado con el Certificado de Excelencia 2019 de Tripadvisor, un reconocimiento por recibir durante cinco años consecutivos, calificaciones muy altas por

parte de los viajeros que han visitado el Museo, habiendo alcanzado una puntuación de 4,5 sobre 5. En el global de lo que va de año se han alcanzado 544.000 visitas entre Museo, Planetario y BioDomo, posicionándose a día de hoy como el segundo mejor año de la historia del museo. No obstante, el año aún no ha terminado y estos datos refuerzan las previsiones que auguran un buen cierre de año.

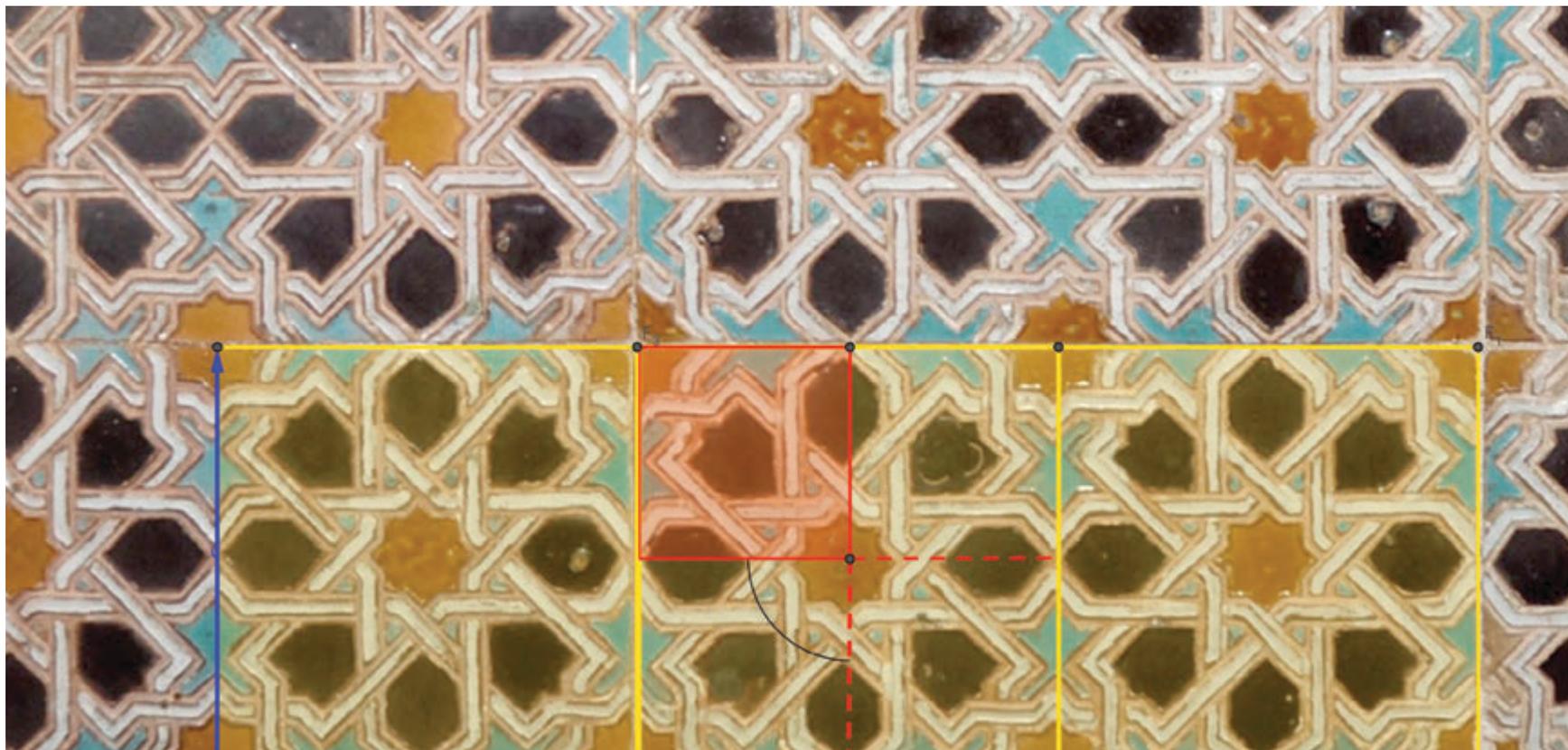
'Play. Ciencia y música' nos muestra más de 200 instrumentos

Entre los elementos que han contribuido a estos buenos datos de visitantes destaca la exposición temporal 'Play. Ciencia y música', que invita a los visitantes a dejarse contagiar por la interacción entre el arte musical y la investigación científica, gracias a más de 200 instrumentos expuestos, experiencias inmersivas, talleres y laboratorios sonoros. Un entorno ideal para la

visita en familia que refleja una de las ideas principales del museo, la filosofía "prohibido no tocar". Acompañando a esta exposición se ha llevado a cabo un programa de actividades paralelo pertenecientes al 'Guitar FabLab', un nuevo espacio de encuentro entre profesionales y público, con actividades "maker" como el taller como 'Construye tu cajón flamenco'. Por otra parte, la celebración del tercer aniversario del BioDomo, la ventana a la vida del Parque de las Ciencias, y la incorporación de nuevas especies en el mes de julio, como los ejemplares de tamarinos labiados o la cría de perezoso, nacida en el propio espacio, también han contribuido en el alcance de estas cifras tan positivas durante el verano para el Parque de las Ciencias.

La celebración del tercer aniversario del BioDomo ha contribuido a estos datos

QUÉ! PATRIMONIO



Geometría en los mosaicos

La riqueza de los mosaicos andalusíes es tal, que en ellos se encuentran ejemplos de todos los modelos cristalográficos posibles en geometría (aunque los maestros artesanos no fueran conscientes de ello a la hora de trabajar). Así comienza un interesante artículo publicado en el Blog de la iniciativa 'Paseos Matemáticos', un proyecto impulsado por la Fundación Descubre y que nos propone pasear de manera virtual y/o presencial, por el centro monumental de Granada y disfrutar de una visión diferente de su patrimonio, integrando, con la ayuda de herramientas tecnológicas, ciencia, arte e historia. En este recorrido se utilizan tecnologías como el programa GeoGebra para dibujar capas matemáticas sobre imágenes de los edificios, realidad aumentada para una precisa superposición del objeto matemático sobre el monumento, o impresión 3D para la modelización de algunas piezas espaciales. Por su interés informativo, reproducimos a continuación el artículo titulado 'Geometría en los mosaicos':

"Los artesanos de La Madraza conocían bien el secreto de la formación de bellas composiciones a partir de rotaciones y traslaciones. Vamos a analizar desde el punto de vista geométrico y con Geogebra el mosaico que decora las jambas del arco de entrada. Este mosaico (imagen superior) de lazo de ocho, de inspiración mudé-

jar, pertenece a una restauración del siglo XIX. En la primera figura se aprecia cómo se replican las figuras, tanto por rotación (para formar la figura completa), como por traslación (para llenar el plano).

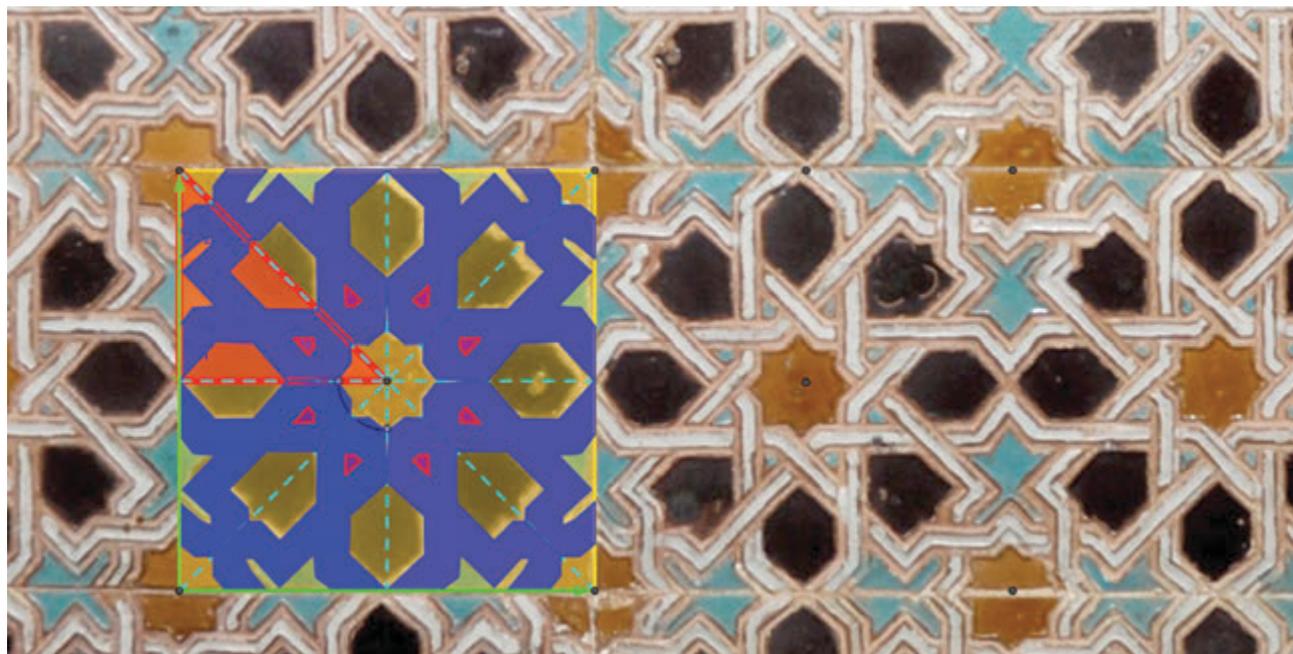
"Vamos a analizar desde el punto de vista geométrico y con Geogebra el mosaico que decora las jambas del arco de entrada"

La loseta básica (en amarillo), se va replicando según los vectores de

traslación (en azul), que generan el mosaico. El motivo mínimo, a partir del cual se genera todo, sería el marcado en rojo, y ocupa una cuarta parte de la loseta. Se forma con cuatro giros de 90 grados, por lo que pertenece al grupo geométrico p4.

En la imagen inferior se ve en detalle uno de los mosaicos. El entrelazado rompe la monotonía, pero también la simetría. Si no tenemos en cuenta el entrelazado, se puede observar que el diseño básico que aparece en rojo puede replicarse mediante ejes de simetría verticales, horizontales y oblicuos en 45 grados, como corresponde al grupo p4m".

Paseos Matemáticos por Granada es un proyecto basado en el libro del mismo nombre 'Paseos Matemáticos por Granada' publicado por la Universidad de Granada en 2017, y coordinado por el Profesor Álvaro Martínez Sevilla. Este proyecto coordinado por la Fundación Descubre, está cofinanciado por la Fundación Española para la Ciencia y la Tecnología (FECYT) del Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades, y la Consejería de Economía, Conocimiento, Empresas y Universidad de la Junta de Andalucía, que tiene como objetivo acercar la ciencia a la ciudadanía desde un enfoque innovador.



Miedo a volar

Casi un 30% de la población, tiene miedo a volar. Son personas que lo pasan francamente mal, ansiedad, taquicardias, sudoración excesiva, y un sinfín de síntomas más, que son la reacción física del cuerpo ante el miedo a subirse en un avión, a pesar de que todos sabemos que es el método más seguro de viajar.

Estadísticamente, el avión sigue siendo mucho más seguro que otros medios de transporte, incluyendo el automóvil.

La probabilidad de morir en un accidente aéreo es de 1 entre 1,3 millones. Las probabilidades de morir en un avión en Estados Unidos, la Unión Europea o China es mínima.

CONSEJOS PARA PERDER EL MIEDO

■ Cuanta más información mejor, la desinformación provoca que se exageren en exceso los riesgos de viajar en avión. Simplemente con echar un ojo a las estadísticas nos daremos cuenta que el avión es el transporte más seguro, con menos víctimas mortales y con menos accidentes.

■ Preparar la mente con la imaginación, imaginarnos cómo será el vuelo con todos los detalles posibles y afrontando la situación de manera segura.

■ Llegar con tiempo al aeropuerto, salir con prisas de casa junto al temor de perder el avión lo más seguro es que nos estrese bastante lo cual unido al temor del vuelo en sí puede hacernos pasar un muy mal rato.

■ Buscar distracciones nos ayuda a despejar la mente y a no estar tan centrados en el vuelo, escuchar música es una buena opción ya que genera emociones positivas y evita las negativas.

■ Decirse a sí mismo expresiones positivas nos distraerá en caso de no poder haberlo conseguido antes.

■ Sentarse lo más alejado de la ventanilla posible ya que alguien que padezca esta fobia, estará todo el rato pendiente de si se "cae" un ala o sale humo del motor.

■ Eliminar los pensamientos negativos, no pensar en los accidentes aéreos que desgraciadamente han ocurrido sino centrarse en los miles de vuelos que hay a diario y la tasa de accidente es bajísima. Es recomendable además pensar en los aspectos positivos de volar en avión, como por ejemplo la rapidez de los viajes.

■ Las temidas turbulencias, las turbulencias son algo frecuente en muchos vuelos y para cualquier comandante es como para nosotros puede ser conducir en un día de lluvia, que no es agradable pero estamos más que acostumbrados. Además piense que un vuelo comercial sólo atravesará turbulencias hasta de grados dos, mientras que los aviones están preparados para atravesar turbulencias hasta de grado 6 sin sufrir desperfectos.

■ Vestir de forma cómoda y evitar comidas copiosas y bebidas gaseosas nos permitirá movernos con más libertad y respirar mejor, yendo más cómodos durante el vuelo.



SUPER MARIO MAKER 2

La herramientas de Miyamoto en tus propias manos



Super Mario es un juego legendario y en esta afirmación estamos todos de acuerdo. Prácticamente en todos los países del primer mundo toda la población ha jugado aunque sea una partida a este icono reconocido a lo largo de todo el planeta. Hace ya unos años Nintendo sacó la idea de dejarnos a nosotros construir nuestros propios niveles de forma sencilla con Super Mario Maker y fue una revolución. La alternativa de esta edición de Wii U fue la de 3DS con algunos recortes. Pero la bomba

llegó cuando hace unos meses se anunciaba la segunda parte para Switch con mejoras y sobre todo algo que se echaba mucho de menos el Cooperativo. Y aquí justo para las vacaciones de verano ha llegado Super Mario Maker 2, una herramienta infinita limitada por nuestra imaginación.

Super Mario es uno de los juegos que ha cimentado el género de plataformas, que ahora ya es algo más Indie pero que hace unos años era, gracias al fontanero del bigote, uno de los juegos Triple AAA. Con

Super Mario Maker 2 nos metemos de lleno en la piel de sus desarrolladores para crear y crear niveles sin parar. Y si no tenemos tanta imaginación, podremos jugar hasta hartarnos con infinitas fases creadas por una comunidad que cada día crece más y que no para de aportar. Super Mario Maker 2 va más allá en esto del juego. Nintendo no deja nada al azar y es sinónimo de calidad, mimo y cuidado y este juego sin duda es uno de los imprescindibles para todo poseedor de Nintendo Switch. Un nuevo éxito de la Gran N.

F1 2019

Sin Alonso pero con Sáinz, Senna, Prost, la F2 y el resto de pilotos y circuitos de este Mundial



Se apaga el semáforo y comienza la carrera porque ya está aquí el nuevo juego oficial de la Fórmula 1 F1 2019. Esta vez llega unos meses antes, a mitad del campeonato y llega de la mano de Koch Media y del desarrollador habitual, Codemasters, el juego de conducción de la mejor categoría del mundo. Esta es una entrega especial porque ya no podremos coger a Fernando Alonso como piloto de F1, sin embargo se incluyen varias novedades como coches clásicos y míticos, parte del campeonato del Mundo de la F2 y por supuesto la lucha entre dos de los mejores pilotos de la historia, Ayrton Senna y Alain Prost. No solo F1 2019 es un juego para los súper amantes de la Fórmula 1, es un juego de conducción hecho para todo el mundo, accesible y que este año se supera siendo la mejor de las entregas hasta el momento. Sin duda el verano comienza fuerte con este lanzamiento. Y recordad que es una entrega especial ya que es la primera vez en años que en la plantilla de corredores no podamos elegir a Fernando Alonso. Gracias a Codemasters por seguir haciendo historia con F1 2019 y a Koch Media por su buen hacer trayéndonos este tipo de juegos tan divertidos.

Qué! Videojuegos

Nacho Pérez
@gameplaymini



CRASH TEAM RACING NITRO-FUELED

Un icono de las carreras vuelve a su máximo nivel

Que Crash Bandicoot es un icono de la década de los 2000 y que es mundialmente reconocido por todos aquellos nacidos a partir de los años 80-90 es algo irrefutable. Que Activision se está esmerando en traernos sus juegos, con los que crecimos, nos hicimos mayores y nos marcaron en nuestra niñez/adolescencia es de agradecer. Esta vez le toca a Crash Team Racing y Beenox, uno de los mejores estudios del Mundo, se han encargado de su desarrollo.

Jugar a CTR Nitro-Fueled es retrotraerse a aquel juego de 1999 pero con gráficos actuales. El trabajo de calidad realizado por Beenox ante la atenta mirada de Activision y de las legiones de fans que esperaban este Remake se ha notado. Muy buenas horas delante de la televisión pasaremos jugando a un juego que por méritos propios merece estar en el olimpo del género. Tanto los más veteranos como los más novatos lo van a disfrutar porque este Crash Team Racing es sin duda un imprescindible.



Qué! Motor

Wenceslao Pérez Gómez



Michelin y General Motors presentan un prototipo de neumáticos sin aire para turismos

Michelin y General Motors han presentado una nueva generación de neumáticos sin aire para turismos. Se trata del prototipo MICHELIN UPTIS (Unique Puncture proof Tire System). Y han anunciado un acuerdo de investigación, en virtud del cual ambas compañías pretenden validar el prototipo UPTIS, para su utilización en vehículos de turismo a partir de 2024. Las pruebas del neumático prototipo UPTIS, se están realizando en vehículos eléctricos, como el Chevrolet Bolt EV.



Nuevo Opel Corsa: eficiente, económico y deportivo

Tras la presentación de su versión eléctrica, Opel anuncia el inicio de la comercialización de la sexta generación del Corsa, tanto en su versión eléctrica 100% de batería, como con los clásicos motores de combustión. Este nuevo Corsa mide 4'06 metros de longitud y tiene cinco puertas, y su motorización consta de gasolina y diesel, con potencias que van desde 75 CV a 130 CV. El bajo consumo de combustible y rápida respuesta son características de todos sus propulsores, cuyo consumo de combustible NEDC es en circuito urbano 3'7/5'4 l/100km; extraurbano 2'9/4'1 l/100km; combinado 3'2 /4'6 l/100km, con emisiones de CO₂ de 85-105 g/km. La oferta de

cajas de cambio está coronada por la transmisión automática de ocho velocidades. La impresión general deportiva está subrayada por el diseño ligero y la baja posición del asiento del conductor. Todas estas cualidades ya se ofrecen en la versión básica. Igualmente convincentes son los sistemas de asistencia avanzados, los innovadores de entretenimiento y su excelente relación precio-prestaciones. El Corsa también ofrece una suave transmisión automática de ocho velocidades disponible por primera vez en este segmento. Por este precio, nunca ha habido un Opel Corsa más dinámico y



con tan alta tecnología.

El eléctrico Corsa-e de cinco plazas, tiene una autonomía de hasta 330 km, según WLTP2, y es perfecto para un uso diario sin restricciones gracias a su potencia máxima de 136 CV. La batería de 50 kWh admite una carga rápida del 80% de su capacidad en 30'.

La nueva gama de motores han reducido significativamente el consumo de combustible y las emisiones, al tiempo que conservan similares niveles de potencia. Además de las versiones 100% eléctricas de Corsa-e, los diesel y gasolina están disponi-

bles con tres nuevos niveles de equipamiento: Edition, desde 16.300 euros; Elegance y el deportivo GS Line. El Corsa eléctrico ya es posible pedirlo, desde 29.900 euros, impuestos incluidos y sin descuentos, en España. Todas las versiones de la sexta generación del Opel Corsa se fabrican en exclusiva en el Centro de Producción de Groupe PSA, en Figueruelas (Zaragoza). El Corsa-e es el primer coche 100% eléctrico fabricado en España.

Siempre Belleza

Rosy Martínez de Burgos / www.formulabelleza.com



Cambiar la máscara por la mascarilla

La máscara es para cubrir la cara y la mascarilla, sobre todo si es la de **Clarins**, es realmente un SOS para estar 'guay' en todos los sentidos. La experiencia y la profesionalidad del tratamiento en **Instituto Clarins** concentrada en un trío de fórmulas para una tez inmediatamente más luminosa, nítida, suave y bella. ¡Una pausa de 10 minutos! Mascarillas a base de extractos de plantas que responden a las exigencias de todas las pieles sin distinción de edad. Diez minutos para reequilibrar la piel y proporcionarle una sensación de bienestar instantáneo. Texturas multisensoriales, asociando placer y eficacia. Listas para usar. Concretamente la **Mascarilla bálsamo nutritiva**

proporciona nutrición, confort y flexibilidad. Nutre las pieles secas reforzando la barrera lipídica protectora de la epidermis. Su alto contenido en ácidos grasos del aceite y la manteca de mango extraídos de su nuez contribuyen a proteger la epidermis de la sequedad proporcionándole flexibilidad, suavidad y nutrición. **Consejo Clarins:** Para favorecer la penetración realizar presiones con las manos. **PVPR: 40 euros**

De uñas permanentes

Pero en el mejor sentido porque los 'nudes' de **Masglo Plus** son la otra tendencia que vestirá tus uñas esta temporada. Los 'nude' favorecen a todos los tonos de piel y resaltan el bronceado. Tienen el atractivo de lo sencillo y elegante y pueden ser más o menos tendencia, pero nunca pasan de moda. Los arena, beige, tierra, rosados, grisáceos... Son apropiados para el día a día, pero también para las noches de verano. Y puedes darles un toque de glamour con purpurina. Hay diez tonos en esta línea, respetuosa al máximo con tus manos y tus pies. El esmaltado semipermanente **Masglo Plus** se encuentra disponible en los mejores centros de uñas, estética y peluquerías de España: ¡Solicítaselo a tu manicurista! **PVPR: 28 euros**



Haces que me sonroje

Dicen quienes lo adoran, que lo salvarían por encima de todo si tuvieran que ir a una isla desierta. ¡El colorete! Y seguramente lo harían con mayor motivo si fuera el **Blush Me Colorete Mineral** de **Alice in Beautyland**. Su tono y forma de aplicación son la clave para recrear las facciones y transformar casi ¡por completo! el rostro. Contiene diamante, rubí, polvo de amatista, piedra luna, polvo de perlas, óxido de zinc, dióxido de titanio, silíceo, caolín y mica. Una manera sencilla de equilibrar el colorido es

emplear el mismo tono de colorete para todo el look: mejillas, párpados y labios. Para ello, sólo tendrás que añadirle un poco de bálsamo labial y aplicar la mezcla. También es una buena solución para obtener un maquillaje favorecedor en tiempo récord. Disponible en cinco tonos que son los best-sellers por ser los más parecidos al rubor natural. **PVP 23 euros**

SEGURO DE COCHE

**SEIS
MESES
GRATIS**

**APÚNTATE AL SEÍSMO.
902 123 188**

Una compañía
bankinter.



Descuento equivalente al 50% de la prima del seguro anual.
Promoción sujeta a normas de suscripción de la compañía. Consúltelas en www.lineadirecta.com

Éxito de público en el Festival Sierra Nevada por Todo lo Alto

Qué!
Música

Jesús Carreras

Sierra Nevada por Todo lo Alto cerró su décima edición como festival de referencia de pop rock familiar, con la asistencia de unas 3.000 personas durante las dos jornadas de la cita musical celebrada a mayor altitud de España, 2.100 metros de altitud. Con el patrocinio de Cervezas San Miguel y la organización de Cetursa Sierra Nevada, el festival, cuya propuesta se aleja de las multitudinarias citas musicales veraniegas, ha reafirmado su apuesta por grupos de pop rock adulto y divertido, con importante presencia de grupos de la prolija cantera musical de Granada y un amplio programa de actividades paralelas dirigidas a los niños. El Sierra Nevada por todo lo Alto concluyó con Morgan sobre el escenario de la plaza de Andalucía de Pradollano. La banda madrileña firmó una actuación con un sonido perfecto. Con la voz y la batuta de Nina, crean una atmósfera íntima que caldeó el ambiente de la noche fría de Sierra Nevada. El público se enganchó desde los primeros acordes con "Planet Hearth" hasta llegar a "Sargento" y "Volver. La noche del sábado había arrancado con el concierto de los alumnos adolescentes de la escuela de rock Gabba Hey que defendieron en el escenario versiones de artistas históricos como Aretha Franklin, The Beatles y Van Morrison. Los granadinos Número Primo, formado por músicos veteranos de la escena rock



de Granada, subieron la temperatura con su rock honesto para dar entrada a Texcoco. Los canarios llegaron y arrasaron, contundentes, directos y se convirtieron en la atracción de la noche con un rock en estado de éxtasis. La jornada del viernes 22 arrancó con el rock psicodélico de un grupo granadino de enorme proyección, Elemento Deserto, que presentaron entre las montañas de Sierra Nevada su nuevo disco. Tras ellos Apartamentos

Acapulco presumieron de ser uno de los referentes del indie local. Los 'ahijados' de Los Planetas hicieron guiños a su grupo referencia cantando una parte de "Pesadilla en el parque de atracciones" y terminaron con su hit "Camino Ronda". Por último, el punk más ochentero llegó con el frontman de ART BRUT que desafió las bajas temperaturas y sacó su lado más visceral con temas clásicos de su repertorio.



El ciclo 'Música en los barrios' comienza el 21 de septiembre

La Orquesta Ciudad de Granada (OCG) vuelve fiel a su cita para dar la bienvenida a la nueva temporada musical de la ciudad con el estreno del ciclo de conciertos gratuitos 'Música en los barrios', que arranca el próximo 21 de septiembre en el Crucero del Hospital Real con un concierto a las 20 hs que coincidirá con la inauguración del curso universitario de la UGR. El día 26 será el turno del distrito Beiro con el concierto se celebrará en el centro cívico Maestro Alonso y para el día 27 está previsto en el teatro José Tamayo de la Chana. Ambos, a las 21 horas. El colofón de este ciclo está previsto para el sábado 28

en el Parque de las Ciencias, en el distrito Zaidín, también a las nueve de la noche. Junto a estos cuatro conciertos en los barrios, la Orquesta ofrecerá otra propuesta gratuita para el público el próximo viernes 13 en el auditorio Manuel de Falla. En el afán de atender la demanda vecinal de acercar la música a los diferentes distritos de la ciudad, la concejala de Cultura Lucía Garrico ha apuntado que la Banda Municipal de Música, además de su programación habitual ofrecerá dos actuaciones en los barrios: la primera de ellas, el día 7 junto al Arco de Elvira, y el domingo 22, en Joaquina Eguaras en el distrito Norte.

El Festival Zaidín Rock, a la vuelta de la esquina

Consulta el cartel del Festival Zaidín Rock, un encuentro musical que no puede faltar en nuestra ciudad.



Edición especial para cocinillas



Para los cocinillas y todos aquellos que sienten la llamada de los fogones, aquí tienen una selección de lecturas recomendadas



Con ella aprendimos todos

1080 recetas de cocina

Autora: Simone Ortega

Edición especial con ilustraciones en color originales de Pablo Sobisch. Hace más de 40 años apareció en las librerías un libro de bolsillo que trataba la cocina de una forma absolutamente novedosa: 1080 RECETAS DE COCINA presentaba un conjunto de recetas desconocidas para la mayoría, y en ningún momento descuidaba la cocina tradicional española. Tanto por su estructura como por la cuidadosa selección de los ingredientes, las cantidades y la explicación de los pasos a seguir, y sobre todo por la fiabilidad de las operaciones culinarias -es de destacar que TODAS LAS RECETAS SALEN-, al poco tiempo el libro se acabó convirtiéndose en el clásico por excelencia de la cocina.

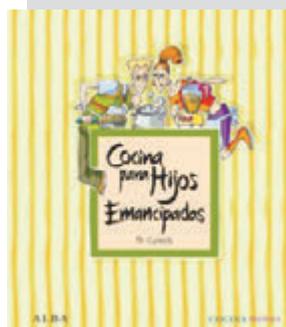


Para los que tienen buena mano

¿Hacemos pan?

Autores: Alma Obregón e Iban Yarza

Un libro único y divertido para hacer pan en casa de una forma rápida y fácil. En este libro, Alma Obregón e Iban Yarza se alían para crear un recetario de panes sorprendentes. Iban Yarza aporta el buen hacer del pan clásico, como se lleva haciendo toda la vida en las tahonas y Alma Obregón aporta a las recetas su universo particular de color, texturas e ingredientes originales. Un libro completísimo donde encontrarás las recetas para hacer todo tipo de pan.



Para no tener que hacer tupper

Cocina para hijos emancipados

Autora: Carmeta Moran

Si no tienes mucho tiempo ni muchas ganas de pasarte horas en la cocina; si estás harto de comer fuera de casa, pero no sabrías cómo prepararte un plato de macarrones; si no quieres o no puedes gastar mucho dinero... este libro es para ti. Encontrarás trucos, consejos, sugerencias, pero, sobre todo, recetas claras y sencillas que te permitirán solucionar tus comidas sin problemas, e incluso quedar como un gran cocinero ante tus conocidos.



Para los que prefieren verde

Mi primer libro de cocina vegana

Autor: Sue Quinn

El libro perfecto para iniciarse en el veganismo de forma sencilla y sin renunciar al placer de la buena comida. Este libro se dirige a todas las personas que tienen una inquietud por cambiar sus hábitos alimentarios y experimentar recetas a base de productos cien por cien vegetales. En él no solo encontrarán sabrosos platos para todos los momentos del día, sino también pautas y buenos consejos para practicar este nuevo tipo de dieta sin demasiado esfuerzo y sin renunciar al placer de la buena comida. Muffins de queso y espinacas, buñuelos de farro y calabacín, cuscús al azafrán, pastel de pistachos...estas son solo algunas de las deliciosas y sanas recetas que nos propone el libro.



HumanSales

**Somos consultores expertos
en selección de perfiles comerciales**

**REGISTRA TU CV EN NUESTRA WEB
humansales.es**