

# mujer

IN TIME

HOME  
& DECOR

DISEÑO NÓRDICO  
SCANDIFORNIAN

BEST  
SELLER  
FOUNDATION  
BLUSH

LOCOS POR LAS  
ANTIGÜEDADES

DE GRANDES COLECCIONISTAS

A AVENTUREROS URBANOS

Claudia  
Alvarez

Playtex®



Bra 52233  
Panty 52301

Síguenos en nuestras Redes Sociales  
facebook Instagram



# AXEL ARIGATO

AXELARIGATO.MX



#NOTEPIERDASDENADA



**MUJERINTIME**



**¿QUIERES COLABORAR?**

contacto@dcmmedia.com.mx

**WWW.MUJERINTIME.COM**





En el vibrante París de los años treinta, Salvador Dalí, el icónico artista surrealista, se encontró en medio de un estimulante círculo de creativos dedicados a explorar el arte más allá de sus formas tradicionales. Entre ellos, destacó su colaboración con Jean-Michel Frank, un renombrado diseñador de muebles de la época, con quien compartió una fructífera amistad y varias ideas innovadoras. En 2009, para conmemorar el vigésimo aniversario del fallecimiento de Dalí, se lanzó una edición especial limitada de muebles inspirados en su obra "Femme à tête de roses" de 1935, transformando esta visión surrealista en una colección de muebles tridimensional que captura la esencia y detalle de la pintura original de Dalí.



# LEDA

## by Salvador Dalí

# MI CASA

# MI ESPEJO

Bienvenidos a una edición más de **Home & Decor**, honestamente, una de mis favoritas. Para mí, cada viaje que emprendo es una nueva oportunidad para absorber, experimentar y traer un pedazo de cada cultura a mi espacio más personal: el hogar. A través de los años, he tenido la fortuna de visitar lugares que me han maravillado no solo por su belleza natural o su riqueza histórica, sino también por sus únicos y fascinantes estilos de diseño y arquitectura.

Es un error pensar que únicamente grandes presupuestos son necesarios para lograr espacios estéticamente atractivos y personalizados, pero la realidad es otra. Tu hogar es parte de tu marca personal, así que no importa si vives en una casa pequeña o grande, tu hogar es tu espejo y un reflejo de ti.

En mi caso, cada objeto en mi casa cuenta una historia y es parte de mi personalidad, cada espacio, contribuye a que mi hogar sea verdaderamente mío, un espejo de mi mundo interior y de mis experiencias.

Espero que esta edición especial te inspire a mirar tu hogar con nuevos ojos, verlo no solo como un lugar donde vivir, sino como un lienzo en blanco listo para contar tu propia historia.

Con cariño y un espíritu de decoradora,

**CYNTHIA DIAZ**  
**CEO DCMEDIA**



# kipling

Antara, Delta, Lilas, Lindavista,  
Town Square Metepec, Oasis  
Coyoacán, Parisur, Santa Fe, Satélite,  
Tezontle, Antea Querétaro, Galerías  
Querétaro, Angelópolis Puebla, Andares  
Guadalajara, Las Americas  
Cancún, Andamar Veracruz,  
Galerías Valle Oriente Monterrey,  
Calzada 401 Monterrey,  
Galerías Monterrey, The Park San Luis Potosí.

[kiplingmexico.com](http://kiplingmexico.com)



@kiplingmexicooficial

# Gökotta

## EL SECRETO SUECO PARA UN AMANECER RENOVADOR

En el corazón de Suecia, existe una práctica matutina que trasciende el simple acto de despertarse temprano. Gökotta, que literalmente se traduce como "levantarse temprano para escuchar el canto de los pájaros", es una tradición que nos invita a reconectar con la naturaleza y con nosotros mismos de una manera profundamente pacífica y revitalizante. Este método no solo celebra la belleza del amanecer, sino que también ofrece beneficios tangibles para la salud mental y física.

### LA ESENCIA DE GÖKOTTA

Gökotta no requiere de herramientas complejas ni de preparativos elaborados; todo lo que necesitas es despertarte con el alba y dar un paso hacia el exterior. Ya sea en tu jardín, en un parque cercano o en el campo, el objetivo es sintonizarte con los sonidos de la naturaleza, especialmente el canto de los pájaros, y permitir que la primera luz del día llene tu ser.

### BENEFICIOS DEL MÉTODO GÖKOTTA

**MEJORA EL ÁNIMO: LA EXPOSICIÓN A LA LUZ NATURAL POR LA MAÑANA, PUEDE AUMENTAR LA PRODUCCIÓN DE SEROTONINA, MEJORANDO NUESTRO ESTADO DE ÁNIMO Y ENERGÍA.**

**CONEXIÓN CON LA NATURALEZA: GÖKOTTA NOS OFRECE UNA OPORTUNIDAD ÚNICA PARA OBSERVAR Y APRECIAR LA NATURALEZA, FOMENTANDO UN SENTIDO DE PAZ Y PERTENENCIA.**

**MINDFULNESS Y REDUCCIÓN DEL ESTRÉS: LA PRÁCTICA PROMUEVE LA ATENCIÓN PLENA, AYUDÁNDONOS A VIVIR EL MOMENTO PRESENTE Y REDUCIR LOS NIVELES DE ESTRÉS.**

**MEJORA DEL SUEÑO: LEVANTARSE TEMPRANO Y EXPONERSE A LA LUZ DEL SOL AYUDA A REGULAR NUESTRO RELOJ BIOLÓGICO, LO QUE PUEDE CONDUCIR A UN SUEÑO MÁS REPARADOR.**

### CÓMO PRACTICAR GÖKOTTA

**ELIGE UN LUGAR TRANQUILO:** Encuentra un espacio al aire libre donde puedas sentirte cómodo y tranquilo, libre de distracciones urbanas.

**DESPIERTA TEMPRANO:** Ajusta tu alarma para levantarte al amanecer. La idea es saludar al nuevo día con los primeros rayos del sol.

**ESCUCHA Y OBSERVA:** Dedicar un momento para escuchar los

sonidos de la naturaleza, especialmente el canto de los pájaros. Observa tu entorno y la forma en que la luz cambia a medida que el sol asciende.

**REFLEXIONA O MEDITA:** Si lo deseas, utiliza este tiempo para reflexionar sobre tus intenciones para el día o practica una breve meditación.

Gökotta no es solo una práctica; es una invitación a comenzar cada día con una nota de belleza y tranquilidad. Al adoptar este método, no solo enriquecemos nuestra conexión con el mundo natural, sino que también abrimos la puerta a una multitud de beneficios para nuestra salud y bienestar. En un mundo cada vez más acelerado, Gökotta nos recuerda el poder curativo de la naturaleza y la importancia de tomarnos un momento para simplemente ser.



# Belleza Auténtica y Sostenible



Fórmulas amigables con tu piel y el planeta  
Hecha con ingredientes naturales y locales  
Libres de crueldad animal

# LA REGLA DE LOS 2 MINUTOS

## EL SECRETO PARA TURBOALIMENTAR TU PRODUCTIVIDAD

En un mundo donde la lista de tareas parece interminable y el reloj es siempre un enemigo, surge una estrategia revolucionaria que promete poner en orden nuestro caos cotidiano: la regla de los dos minutos. Originaria del gurú de la productividad David Allen, esta regla es una joya escondida en su libro *El arte de hacerlo realidad*, parte de su metodología "Getting Things Done".

La premisa es tan sencilla como suena: si tienes una tarea que puede completarse en dos minutos o menos, hazla de inmediato. Para todo lo demás, que requiere más tiempo, deberías anotarlo y planificar su ejecución. Esta regla no solo es atractiva por su simplicidad, sino también por la profunda comprensión de la psicología humana que revela.

### ¿POR QUÉ FUNCIONA?

La belleza de la regla de los dos minutos radica en su capacidad para transformar nuestra percepción sobre la gestión del tiempo y la productividad. Tareas menudas, que frecuentemente postergamos, se acumulan y se convierten en fuentes significativas de estrés. No son tanto la tarea en sí, sino el constante recordatorio mental de que deben hacerse lo que nos agobia.

Completar estas tareas libera espacio mental precioso y energía, que de otra manera se gastaría en recordar y posponer. Es como limpiar tu escritorio de trabajo; una superficie ordenada invita a la claridad mental y al enfoque.

### UN DOBLE FILO

Sin embargo, David Allen advierte sobre un posible inconveniente de esta regla: el riesgo de sobrecargarse con tareas menores, perdiendo de vista los objetivos más significativos. La clave, según Allen, es una buena gestión de prioridades. No se trata de hacer todo en dos minutos, sino de saber discernir qué tareas merecen esos dos minutos y cuáles requieren una inversión mayor.



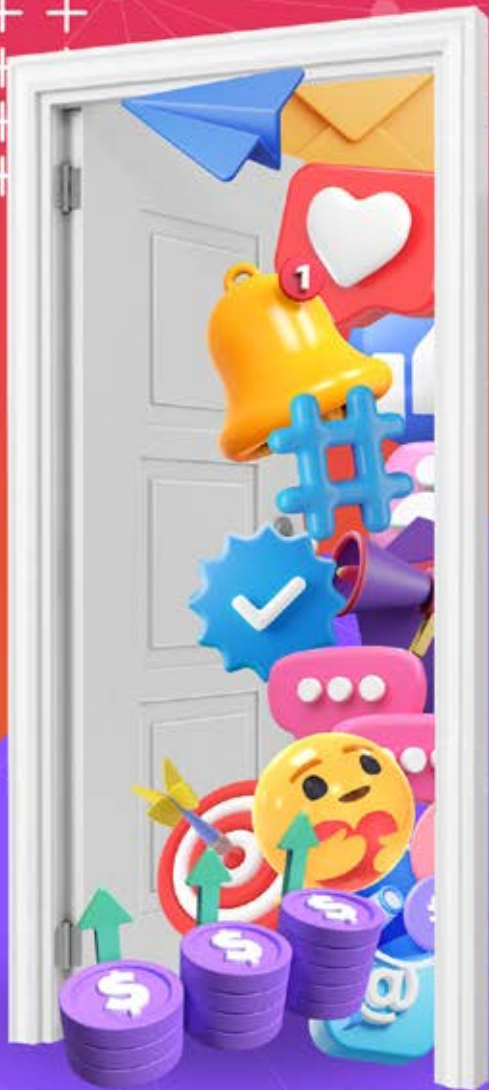
Esta distinción no es trivial y requiere una medida considerable de concentración y enfoque. La regla nos invita no solo a hacer más, sino a hacer lo que verdaderamente importa.

### EL IMPACTO EN LA PROCRASTINACIÓN

Para quienes tienden a procrastinar, esta regla puede ser una herramienta poderosa. Permite una sensación de control y logro por completar tareas pendientes, combatiendo la parálisis que a menudo acompaña al exceso de pendientes. Implementada correctamente, la regla de los dos minutos puede ser un cambio de juego, proporcionando una sensación tangible de avance y eficiencia.

La regla de los dos minutos de David Allen nos ofrece una estrategia elegante y eficaz para mejorar nuestra productividad diaria. Al enfocarnos en completar tareas pequeñas de manera inmediata, no solo avanzamos en nuestra lista de pendientes, sino que también liberamos espacio mental para los proyectos que realmente importan. En la búsqueda constante de eficiencia, esta regla es un recordatorio valioso de que, a veces, los cambios más simples pueden tener los impactos más profundos.

# AUMENTA TUS VENTAS A TRAVÉS DE TUS REDES SOCIALES



CON PUBLICIDAD



~~SIN PUBLICIDAD~~

# PRIVACIDAD EN EL HOGAR

## ENSEÑAR A LOS HIJOS SOBRE ESPACIOS PROPIOS Y LÍMITES

La crianza de los hijos viene con un sinnúmero de retos y decisiones diarias, siendo una de las más complejas cómo manejar la privacidad dentro del hogar. Proporcionar a nuestros hijos su propio espacio significa mucho más que simplemente cerrar una puerta; es una cuestión de confianza, respeto y aprendizaje mutuo. Pero, ¿cómo saber cuándo es adecuado establecer límites y cuándo permitirles tener su privacidad?

**LA IMPORTANCIA DE LA PRIVACIDAD** Tener un espacio propio es crucial para el desarrollo de la identidad y la autoestima de los niños y adolescentes. Les permite explorar quiénes son, qué les gusta y cómo se ven a sí mismos en el mundo. Un estudio sugiere que los jóvenes que sienten que tienen privacidad en casa tienden a tener una mejor relación con sus padres y muestran mayores niveles de independencia y confianza. Asignarles su propio espacio es un signo de confianza y un paso importante hacia su autonomía.

**ESTABLECIENDO LÍMITES: UNA CUESTIÓN DE EQUILIBRIO** Con la privacidad viene la responsabilidad, tanto para los hijos como para los padres. Establecer reglas claras y comunicarse abiertamente sobre las expectativas es esencial. Los padres deben explicar por qué la privacidad es importante, pero también por qué ciertos límites son necesarios para su seguridad y bienestar. Por ejemplo, el uso de dispositivos electrónicos y redes sociales requiere supervisión y guía, no para invadir su privacidad, sino para enseñarles sobre los riesgos y responsabilidades que conlleva.

**CUÁNDO Y CÓMO "INVADIR" LA PRIVACIDAD** Aunque la palabra "invadir" suena fuerte, hay momentos en los que los padres deben intervenir por el

bienestar de sus hijos. Si se sospecha de comportamientos peligrosos como el abuso de sustancias o problemas de salud mental, es crucial actuar. Sin embargo, la intervención debe hacerse con sensibilidad, buscando primero el diálogo y explicando claramente las razones de la preocupación. La clave está en el respeto mutuo y en encontrar soluciones juntos.

Manejar la privacidad en el hogar es un acto de equilibrio delicado, pero esencial para el desarrollo saludable de la independencia y la autoestima en los niños y adolescentes. Al establecer límites claros, fomentar la comunicación abierta y demostrar confianza en sus capacidades, los padres pueden guiar a sus hijos hacia una mayor autonomía mientras aseguran su bienestar.



**El 85% de los adolescentes afirma que la privacidad les ayuda a sentirse más independientes y seguros de sí mismos.**



CAPADOCIA  
JOYERÍA TURCA

*Joyería*

Calidad de plata





# JAPÓN

**UN VIAJE A TRAVÉS DE  
SU ARQUITECTURA  
MILENARIA Y VANGUARDISTA**

Imagina un país donde cada edificio, cada estructura, te cuenta una historia de innovación, tradición y belleza. Japón, con su paisaje arquitectónico que abarca desde templos de madera que han desafiado el tiempo hasta rascacielos que rozan las nubes, ofrece una experiencia única para aquellos que buscan inspiración en cada esquina. Este es un viaje diseñado no solo para admirar, sino para experimentar cómo la arquitectura puede definir la cultura y la identidad de un país.

### UN LEGADO DE MADERA Y PAPEL

La arquitectura tradicional japonesa es un testimonio de la armonía entre la humanidad y la naturaleza. Los templos y santuarios, como el famoso Templo Kinkaku-ji en Kioto, cubierto en hojas de oro, o el gran Torii de Itsukushima, que parece flotar sobre las aguas, son ejemplos de cómo materiales naturales como la madera y el papel pueden crear espacios de profunda espiritualidad y belleza. Estas estructuras no solo son lugares de adoración, sino también cápsulas del tiempo que nos conectan con el pasado de Japón.

### HACIA EL CIELO: LA REVOLUCIÓN URBANA

Contrastando con sus raíces históricas, Japón es también un líder en arquitectura moderna y futurista. Ciudades como Tokio y Osaka son el escenario de una constante evolución urbana, donde rascacielos como el Tokyo Skytree y el Umeda Sky Building desafían nuestra percepción del espacio y la funcionalidad. Estos gigantes de acero y cristal no solo reflejan el avance tecnológico del país, sino su visión hacia el futuro.

### LA FUSIÓN DE LO ANTIGUO Y LO NUEVO

Lo que hace única a la arquitectura japonesa es su capacidad de fusionar lo antiguo con lo nuevo. Se pueden ver en proyectos como el Museo de Arte Contemporáneo del siglo XXI de Kanazawa, que combina tecnología moderna con elementos de diseño tradicional japonés, creando espacios que son a la vez innovadores y acogedores. Esta mezcla de estilos habla del respeto de Japón por su herencia, mientras se mantiene firmemente mirando hacia el futuro.

### VIVIENDO LA ARQUITECTURA

Más allá de ser meros espectadores, Japón invita a sus visitantes a vivir su arquitectura. Desde hospedarse en ryokans tradicionales hasta explorar las futuristas cápsulas hoteleras de Tokio. Caminar por las calles de Japón es navegar por una exposición viviente de cómo el espacio puede ser imaginado, utilizado y reinventado.



**EL TOKYO SKYTREE NO SOLO ES LA TORRE MÁS ALTA DE JAPÓN, SINO QUE TAMBIÉN ESTÁ DISEÑADO PARA RESISTIR TERREMOTOS, DEMOSTRANDO LA INGENIERÍA AVANZADA DEL PAÍS.**



Visitar Japón es embarcarse en un viaje arquitectónico sin precedentes, donde cada edificio, cada puente, cada templo, tiene una historia que contar. Desde sus raíces más tradicionales hasta sus expresiones más modernas, la arquitectura japonesa es una invitación a explorar, a soñar y, sobre todo, a descubrir cómo la belleza y la innovación pueden coexistir en perfecta armonía. Prepárate para ser inspirado, sorprendido y, sin duda, enamorado de Japón.

# Foodie



## BUNDT CAKE

### LA JOYA DE LA CORONA

El bizcocho perfecto, con un toque de lima y mantequilla exactos. Hagan de cuenta que alguien bajo del cielo a escribir esta receta, así de rica esta, con una consistencia firme, tienes que seguir paso a paso lo que acá te decimos, para que disfrutes este gran sabor.

#### ¿QUÉ NECESITAS?

- 250g de mantequilla
- 250 g de azúcar
- 250 g de harina
- 2 cucharadas polvo para hornear
- 100 g de yogur natural
- 6 huevos
- 1 naranja
- 1 limón
- 40 ml de jugo de limón
- 200 g de azúcar glas

#### ¿CÓMO SE HACEN?

Exprimir el limón y la naranja. Colocar la harina, azúcar, polvo para hornear, yogur natural y los huevos en un bol, batimos para tener una masa homogénea. Agregamos el jugo, la mantequilla (calientita) y acabamos de mezclar. Engrasamos el molde con mantequilla y lo espolvoreamos con harina, rellenamos con la masa y lo llevamos al horno precalentado a 175°. Lo cocemos durante 55 minutos. Dejamos reposar 10 minutos y desmoldamos. Para el glaseado, mezclamos el zumo con azúcar glas hasta que tengamos una masa densa y lo vertemos sobre el bizcocho.





**NO TE IMAGINES UN  
BUEN DESAYUNO.**

# **DISFRÚTALO EN BRUNO**

**SCUCINA**

BLVD. BERNARDO QUINTANA 5260-C  
COL. RESIDENCIAL VIVEROS, QUERÉTARO, QRO.  
RESERVA VÍA WHATSAPP AL: (442) 70 80 100



**@BRUNOCUCINA**

# LAS ALERGIAS DOMÉSTICAS

## ¡INTRUSOS ALÉRGICOS EN CASA Y CÓMO DESHACERTE DE ELLOS!

Primero, identifiquemos a los culpables. Los ácaros del polvo encabezan la lista, amando tu cama tanto como tú, pero por razones muy diferentes. Luego, tenemos las mascotas, cuyo pelo y caspa pueden ser adorables pero también alergénicos. Los mohos, esos artistas del camuflaje, florecen en rincones húmedos, y el polen, aunque viene de fuera, siempre encuentra la manera de colarse a nuestras casas.

Una estadística interesante para mastigar: hasta el **20%** de la población mundial lucha contra las alergias en casa. Conocer exactamente a qué eres alérgico es el primer paso para ganar esta batalla.

### ESTRATEGIAS DE COMBATE

**Limpieza profunda vs. Ácaros del polvo** Para los ácaros del polvo, la limpieza es tu mejor amiga. Lava la

ropa de cama semanalmente en agua caliente y considera invertir en fundas antiácaros para tu colchón y almohadas. Los aspiradores con filtros HEPA son como el equipo SWAT para estos intrusos microscópicos.

**Pet-Lovers, ¡no desespere!** Para aquellos con mascotas, cepillarlas regularmente fuera de casa reduce la cantidad de pelo y caspa en el aire. Además, establecer zonas libres de mascotas, especialmente en las habitaciones, puede ayudar a mantener a raya las alergias sin tener que renunciar a los abrazos peludos.

**Moldes, los invasores silenciosos** En cuanto al moho, mantener tu casa bien ventilada y seca es crucial. Usa deshumidificadores en áreas propensas a la humedad y no ignores esas pequeñas filtraciones o áreas de condensación.

**El Polen, un visitante no deseado** Finalmente, para el polen, mantener las ventanas cerradas durante las temporadas de alta polinización puede parecer una medida simple, pero es efectiva. Los purificadores de aire pueden ser grandes aliados en esta lucha, filtrando no solo el polen, sino también otros alérgenos.

### LA PREVENCIÓN ES LA CLAVE

No hay que subestimar el poder de un buen régimen de limpieza y algunas modificaciones en el hogar. Con las estrategias adecuadas, puedes convertir tu casa en un bastión contra las alergias. Y recuerda, consultar a un alergólogo puede proporcionarte un plan de acción personalizado para asegurar que tu hogar sea un refugio seguro, no solo para ti sino también para tu nariz. ¡A la batalla!



Las alergias en casa pueden convertirse en nuestros enemigos invisibles, esos compañeros de cuarto no deseados que nos hacen estornudar, toser y sentirnos menos fabulosos. Pero, ¿qué pasa si te digo que puedes recuperar el control de tu espacio y decir adiós a esos molestos intrusos? Aquí te contamos cómo.

Para generar más  
**empleos,**  
México necesita  
**empresas.**



**PEPE  
Y TOÑO**

*Voz de las Empresas*



Consejo de la Comunicación

# BOYSOBER

## REDEFINIENDO LA CONEXIÓN Y EL CONSENTIMIENTO



En el torbellino de debates modernos sobre las relaciones y la sexualidad, emerge un concepto intrigante: boysober. Esta noción no solo invita a una reflexión sobre cómo interactuamos en nuestros vínculos íntimos, sino que también propone una revisión de los patrones establecidos, enfocándose en el respeto, la consciencia y la autenticidad.

### UN VISTAZO A LA CULTURA BOYSOBER

Boysober se centra en la idea de abstenerse de relaciones sexuales o románticas por un período determinado, con el objetivo de autoevaluación y crecimiento personal. Este enfoque busca que las personas se reconecten consigo mismas, comprendiendo mejor sus deseos y límites antes de entablar conexiones con otros. La premisa subyacente es que, al hacer una pausa y reflexionar sobre nuestras motivaciones y necesidades, podemos construir relaciones más saludables y significativas.

### CONSENTIMIENTO Y CONEXIÓN GENUINA UNA DE LAS PIEDRAS ANGULARES DE BOYSOBER ES LA PROMOCIÓN DE

un diálogo abierto y honesto sobre el consentimiento y las expectativas en las relaciones. Esta práctica alienta a las personas a ser más conscientes de sus decisiones, favoreciendo encuentros que se basen en el respeto mutuo y la comprensión. Al poner en práctica estos principios, se espera que tanto individuos como parejas experimenten una mayor satisfacción y un vínculo más auténtico.

### LA IMPORTANCIA DE LA AUTOEXPLORACIÓN

La autoexploración es esencial en el viaje boysober. A través de este proceso, las personas pueden descubrir qué es lo que verdaderamente valoran y buscan en una pareja y en una relación. Esta introspección puede llevar a una mayor autoestima y a la capacidad de establecer límites saludables, elementos cruciales para cualquier relación sana.

### UN CAMBIO DE PERSPECTIVA

"Un sorprendente 65% de las personas reporta tener relaciones más significativas después de un período boysober." Este dato resalta la potencial transformación que este enfoque puede ofrecer. Al tomarnos el tiempo para entender mejor nuestras propias necesidades y deseos, podemos acercarnos a las relaciones de una manera más consciente y considerada, lo que a su vez, puede llevar a conexiones más profundas y satisfactorias.

Boysober no es simplemente una tendencia pasajera; es una invitación a repensar la forma en que nos relacionamos con nosotros mismos y con los demás. Al fomentar el autoconocimiento, el consentimiento y la comunicación auténtica, podemos abrir el camino hacia relaciones más saludables y enriquecedoras. Este concepto nos desafía a ser más conscientes de nuestras elecciones y a buscar conexiones que resonan con nuestra verdad interior, marcando así un paso adelante hacia relaciones más plenas y significativas.

# FOTOSUN UV 100<sup>®</sup>

## PROTECTOR SOLAR



**Daclaf**<sup>®</sup>  
Pharma Goods

Visítanos en [www.fotosunuv.com](http://www.fotosunuv.com)  
Aviso No. 223300202D0344 | SALUD ES BELLEZA



Protección muy alta FPS 50+



Resistente al agua



Para piel sensible y mixta



Humectante

El pádel, ese deporte que combina lo mejor del tenis, squash y las risas entre amigos, no solo es un pasatiempo increíble sino también una máquina de tonificar músculos. ¿Te has preguntado alguna vez por qué los jugadores de pádel lucen esas siluetas tan trabajadas? Vamos a desglosar los secretos de cómo este deporte puede esculpir tu cuerpo, golpe a golpe.

### MÚSCULOS EN JUEGO

Cuando juegas pádel, cada movimiento es una coreografía que pone a trabajar distintas áreas de tu cuerpo. Desde las carreras cortas hasta esos golpes maestros, tu cuerpo está constantemente en movimiento, tonificando músculos que tal vez ni sabías que existían.

**Piernas y glúteos:** La base de la acción. Estos son, sin duda, los grandes beneficiados. Los constantes arranques, paradas y cambios de dirección fortalecen los cuádriceps, isquiotibiales y glúteos. Es como hacer un entrenamiento HIIT sin darte cuenta.

**Brazos y hombros:** Potencia en cada golpe. Cada volea, saque o remate es una oportunidad para trabajar bíceps, tríceps y deltoides. La naturaleza variada de los golpes en pádel significa que estás constantemente usando tus brazos de maneras que desafían y fortalecen.

**Core:** El poder detrás del golpe. No subestimes el trabajo de tu core durante una partida. Mantener el equilibrio, realizar giros rápidos y potenciar los golpes depende de un core fuerte. El pádel pone a prueba tu estabilidad y resistencia, esculpiendo abdominales y músculos de la espalda baja con cada movimiento.

**Mejora de la Flexibilidad y Coordinación**  
Además de la tonificación muscular, el pádel mejora significativamente tu flexibilidad y coordinación. Los movimientos multidireccionales, combinados con la necesidad de adaptarse rápidamente a los golpes del oponente, aumentan la agilidad y la capacidad de coordinación mano-ojo.

**Jugar pádel puede hacerte quemar entre 400 y 500 calorías por hora.**

Más allá de los beneficios físicos, el pádel es una fuente inagotable de diversión y un excelente ejercicio cardiovascular. Se juega en parejas, lo que lo convierte en una actividad social que fortalece vínculos mientras te mantienes activo.

El pádel es mucho más que un deporte; es un estilo de vida que ofrece bienestar físico, diversión y una comunidad. Ya sea que estés buscando tonificar tu cuerpo, mejorar tu salud cardiovascular o simplemente pasar un buen rato, el pádel ofrece todo esto y más. Así que, ¿qué esperas? ¡Es hora de agarrar tu pala y darle a la pelota!

# PADEL





Labial en crema  
efecto aterciopelado  
antioxidante con  
vitamina E  
COSMORABEAUTY

**EMILY IN PARIS**

Vespaire





# Claudia Álvarez

Claudia Álvarez nos ha conquistado una y otra vez con su versatilidad en pantalla, demostrando que es posible tocar el corazón del público con historias que reflejan la complejidad de la vida misma. En esta ocasión, nos adentramos en su más reciente proyecto, "El Buen Divorcio".

---

Fotógrafo: Carlos Chávez  
Make up : Victor Guadarrama  
Hair: Gabriela Montes de Oca

**Clau, "El Buen Divorcio" es un proyecto que aborda una temática cada vez más común como lo es el divorcio, ¿Qué te atrajo de este proyecto y cuál crees que es el mensaje más fuerte que transmite?**

Primero, es el primer proyecto que Billy escribe. La historia se me hace fascinante, estamos acostumbrados a ver historias donde el divorcio es algo negativo, que la gente tiene que estar peleada, discutiendo, pasandola pésimo para separarse, pero realmente aquí vemos que muchas veces un buen divorcio es lo mejor que puedes hacer y se puede dar cuando las dos personas están en sintonía, han crecido emocionalmente, espiritualmente y buscan un bien común, es una bendición.

Creo que estamos satanizados a ver el divorcio como una muy mala experiencia, en lugar de verlo como algo que está claro que pasa, las vidas a veces toman diferentes caminos. Aquí vamos a ver muchísimas situaciones, me gustan mucho los temas que aborda porque son muchos temas tabúes que antes no se hablaba de el por qué la gente se divorcia. Son temas basados en hechos reales, eso la hace muy interesante como la explotación de menores en trabajos, el alcoholismo, la sexualidad en pareja.

Se habla también, por ejemplo, de un hombre que le gusta vestirse de mujer, pero eso no significa que sea gay. Muchos temas controversiales y profundos, de una manera increíble.

Cada capítulo está lleno de mensajes, no sabes la gente cuanto me ha escrito diciéndome: "estoy aprendiendo muchísimo, no lo había visto de esta forma", es súper enriquecedor para mí.

**Interpretar a Mónica, una abogada, debe ser interesante, ¿Cómo te preparaste para este papel y qué aspectos de ella encuentras más resonantes con tu propia vida?**

Me prepare en todos los aspectos. Tuvimos muchos meses de trabajo de guión y de mesa con el director, Poncho Pineda y con Billy, que es el escritor. Trabajamos mucho el eneagrama, los eneatipos, todo se trabajó con psicología, depende como seas, en positivo y negativo. Trabajé mucho en el aspecto físico, como mi personaje es súper disciplinada, súper metódica, súper estricta con ella y con los demás, con su cuerpo, me metí fuerte al gimnasio y a una dieta súper balanceada para crear más músculo. Tuvimos la ventaja de tener mucho tiempo para hacer trabajo de mesa, de preguntar a abogados, de empaparnos de la terminología en leyes, fue increíble tener ese espacio, así, cuando llegamos el primer día al set, ya todos traíamos nuestro personaje muy bien hecho.

Amo trabajar, pero también me gusta tener equilibrio en mi vida, creo que todo es un balance, y al principio el personaje de Mónica no lo tiene, pero cuando ella lo descubre, realmente es una buena persona, ella trata de hacer lo mejor para su familia, en el camino, comete muchos errores, yo también, en lo personal cometo errores pero trato de hacer lo mejor que puedo con lo que tengo, para mi familia, para mí y para la gente que me rodea.

**Trabajar tan cerca de tu esposo, quien es el showrunner del proyecto, debe tener sus propios desafíos. ¿Cómo logran mantener un equilibrio entre su relación profesional y personal?**

Fue muy fácil, él es un hombre que respeta mucho mi trabajo y yo respeto muchísimo su trabajo. Yo admiro lo que él hace, él por su lado, admira lo que yo hago, somos un gran equipo. Mucha gente preguntaba que si era difícil venirnos del set a la casa y pasar los fines de semana, para mí, cero fue difícil. De hecho es la persona a la que más confianza le tengo, a la que más admiro en la vida, es la persona que más me ama, entonces te puedo decir que me sentí sumamente cobijada, sumamente cuidada y querida, sobre todo con toda la apertura para crear.

El confió mucho en mí, la confianza que tenemos nos permitió crear algo juntos, algo como pareja. Somos muy buen equipo, tanto en lo personal como en lo profesional.

**Creo que estamos satanizados a ver el divorcio como una muy mala experiencia, en lugar de verlo como algo que está claro que pasa, las vidas a veces toman diferentes caminos.**

Terminé el proyecto y dije: ¡Que increíble trabajar con Billy, con la gente de Lemon y Vix! Fue un sueño, sin discusiones, al contrario, haciendo magia, creando, divirtiéndonos con amor, con ganas de que este sueño que tenemos todos de trabajar en lo que más nos apasiona se cumpla y logre llegar a mucha gente, unimos nuestras pasiones y fue maravilloso.

**En "El Buen Divorcio", abordan temas de madurez, familia y crecimiento personal. ¿Cómo crees que estas temáticas influyen en la percepción del público sobre el divorcio y la familia en la actualidad?**

Estas temáticas ayudan mucho a que el público vea el divorcio y las cuestiones familiares desde otra perspectiva. En donde porque alguien haya cometido un error, esa persona sea ese error. Cuando una persona tiene visiones distintas en la vida, no quiere decir que es una mala persona, simplemente ha cambiado, ha madurado o no y te ayuda a ver las cosas de una forma más humana. Cuando ves todos estos problemas de pareja desde afuera, tienes una perspectiva mucho más amplia.





Creo que la gente puede ver este tipo de casos como el divorcio, de una forma diferente, en donde no tiene que ser complicado. Si realmente ya no quieren estar, hay formas increíbles donde desde el amor puedes decir adiós.

### ¿Qué es eso que haces que te hace sentir bella?

Trabajar en mí, trabajar mi seguridad, trabajar quien soy, y cuales son mis cosas positivas, mucho más que estar trabajando solo en lo negativo y en lo que tengo que cambiar, o sea sí, pero me enfoco mucho más en potencializar mis virtudes. La seguridad que uno tiene en la vida, con plantarte sabiendo quien eres te da todo el poder y toda la belleza del mundo. También siendo empáticos, cuando tú eres empática con la gente, cuando te logras poner en sus zapatos y en la situación que están viviendo, sin juzgar es muy bonito, conozco mucha gente así y he aprendido de ellos que eso es lo que yo quiero en mi vida, ser empática y trabajar mucho en mi seguridad.

### Eres reconocida por tu capacidad de éxito en pantalla, ¿cuál consideras que es la clave para conectar con el público a través de los años?

Creo que tiene que ver con trabajar con la verdad, con ser honesta con lo que te está pasando en escena, con entender a tu personaje, con no juzgarlo, sino humanizarlo. También tiene mucho que ver que un guión esté bien escrito, que tengas una buena dirección, y yo como actriz, hablar con la verdad. Lo más bonito es empatizar con tu personaje, justificar el porqué hace lo que hace y entenderlo, quererlo y apapacharlo, llevarlo hasta sus últimas consecuencias, sabiendo que si tú, estuvieras viviendo lo que ese personaje está viviendo, a lo mejor estarías igual y te pasarían las mismas cosas. La verdad y la honestidad son virtudes que hacen que el público conecte con tu personaje.

### En tu carrera, has tenido la oportunidad de explorar una amplia gama de personajes. ¿Qué es lo que aún te gustaría explorar o cuál sería tu papel soñado?

Hacer un personaje de alguna mujer que tenga una capacidad diferente, que tenga que realmente estudiar física, psicológicamente todas las etapas de cierta enfermedad, eso me encantaría. Que sea una historia conmovedora, de superación, de fuerza, de éxito.

Que haya pasado por momentos sumamente difíciles en la vida, eso me encantaría, pero que sea inspiradora.

### Como alguien que maneja múltiples roles —actriz, empresaria, esposa y madre—, ¿cómo haces para gestionar tu tiempo y energía eficazmente?

Tiene mucho que ver que hoy en día, la sociedad te pide ciertos requisitos, tienes que ser la mejor mamá, la mejor amiga, la mejor esposa, la mejor todo, y vivimos en frustración y con muchas culpas, lo que a mí me ha ayudado mucho es quitarme culpas, entender que si estoy en un proyecto es una bendición, que tengo trabajo, que le estoy enseñando y dando un buen ejemplo a mis hijos, que soy una mujer que lucha por

sus sueños. Cuando termino mi proyecto, estoy enfocada a ser mamá. Amo profundamente estar en la escuela, hacer planes, playdates, hacer cosas para que mis niños aprendan, se llenen de amor. También con mi pareja, tener mucha comunicación para tener nuestras citas, una vez a la semana, o al cine, cenar o al teatro el y yo solitos. A veces nos damos escapadas de viajes. Se puede entender que hay tiempo para todo, no quieras hacer todo en un mismo día porque te vuelves loca. Cuando hay trabajo, agradecer, cuando hay familia agradecer y estar al 100. Darte tus espacios, respirarlo y entender que es lo que te hace feliz y sobretodo, quitarse culpas.

### ¿Cómo haces para conectarte contigo misma?

A veces no me conecto conmigo misma a diario la verdad. Trato, cuando estoy trabajando, pero es estar con más de 100 personas al rededor tuyo, en las escenas, estudiando, aprendiendo, conectándote con tus compañeros. Soy mucho de irme a mi camper a la hora de la comida, estar solita, tener mi momento de recarga, de tranquilidad y de paz. En mi casa, cuando estoy de mamá también tengo mis momentitos de soledad que me encantan. Siempre estoy tratando de buscar conectar con personas, pero necesito tiempo para mí sola, he aprendido a estar conmigo misma, antes me costaba mucho trabajo, siempre estaba rodeada de gente, pero ahorita disfruto mucho esos ratitos de soledad.

### Si esta entrevista sobre ti, se la estuviéramos haciendo a tu mejor amiga, ¿cómo crees que te describiría?

Diría que soy una persona muy honesta, muy alegre, muy positiva, tengo mi carácter, pero diría puras cosas hermosas de mí. Porque yo, las amigas que tengo las admiro profundamente y se que ellas a mí, no sé, yo creo que sí dirían cosas muy hermosas porque yo lo único que hago es darles amor, amor, amor.

### Finalmente, en un mundo donde la imagen pública de una actriz es constantemente escrutada, ¿cómo mantienes tu autenticidad y qué mensaje te gustaría enviar a aquellas mujeres que te ven como un modelo a seguir?

Yo mantengo mi autenticidad sabiendo quien soy, sabiendo la gente que me rodea, juntándome con gente que me aporta, que es honesta conmigo, que me quiere, que le duelo, hablan con la verdad conmigo. Sabiendo que mi trabajo, es mi trabajo pero no es mi mundo, yo tengo un mundo afuera de mi trabajo que no tiene nada que ver con cosas de mi trabajo. Creo que el saber quién eres, con quien cuentas, soy muy unida a mi familia, eso también me da tierra, me da fuerza, me da energía

# Q&A

**Lugar favorito en el mundo:** donde esté mi familia.

**Persona que más te inspira:** mi esposo.

**En tu bolsa nunca falta:** mis lentes,  
cartera y celular.

**Tenis o tacones:** de lunes a viernes tenis  
fines de semana tacones.

**Talento oculto:** tocar la batería.

**Comida favorita:** todos los postres.

**Película favorita:** La Vida es Bella.

**Libro favorito:** El Asiento del Alma.

**Serie favorita:** Un Buen Divorcio por Vix.

**Tres palabras para definirte:** positiva,  
honesto y amorosa.

**Lo mejor de ser mujer:** explotar mi feminidad.

**Tu principal propósito 2024 es:** crecer en Cleo  
Studio, hacer más series, teatro, con elencos  
increíbles que me reten.

**Si solo pudieras quedar con un producto de  
Skin Care:** con protector solar.

**¿Qué le dirías a Clau de 15 años?:** sigue tus  
sueños, vas por buen camino, vas a logra  
lo que tu quieras.

**¿Si pudieras cambiar algo en tu mundo que  
sería?:** te prometo que no cambiaría nada.

**El amor es:** lo que mueve el mundo.

**Tu familia es:** lo mejor de mi vida, mi equipo para  
triunfar y cumplir mis metas, para compartir,  
son lo mejor.



# NEW YORK

# Spring24

Una armoniosa fusión de arte y elegancia, la nueva colección de Zara New York Spring 24, con piezas terrosas convierte tu espacio en una galería similar a las de Chelsea, donde el arte ocurre las 24 horas.

NEW COLLECTION

















# COLECCIONANDO COMODIDAD

## LA NUEVA TENDENCIA DE MEZCLAR SILLAS DE ESTILO

Una tendencia fascinante ha tomado por asalto el mundo del diseño interior: mezclar diferentes estilos de sillas no solo para crear espacios únicos, sino también para convertir estas piezas en verdaderos objetos de colección. Esta moda, lejos de ser un simple capricho, refleja un cambio en la forma en que valoramos la individualidad y la historia detrás de cada pieza.

La idea de combinar sillas de diferentes estilos, épocas, y materiales en un mismo espacio es, en esencia, una celebración de la diversidad y la creatividad. Este enfoque no convencional permite a los entusiastas del diseño crear atmósferas ricas en texturas y narrativas, donde cada silla cuenta su propia historia. Desde la elegancia atemporal de una silla mid-century hasta la rusticidad de una pieza artesanal, esta tendencia invita a experimentar y a jugar con el diseño de manera audaz y personalizada.





**Colaboradores  
y Empresarios  
hacen productos y  
servicios importantes  
para ti y tu familia.**



**PEPE  
TOÑO**

*Voz de las Empresas*



Consejo de la Comunicación

# EL ARTE DEL VIDRIO SOPLADO

DE TOQUES ÚNICOS PARA EL HOGAR A TESOROS FAMILIARES

El vidrio soplado, una de las formas más puras y dinámicas del arte, es una tradición que ha capturado la imaginación de artistas y coleccionistas a lo largo de los siglos. Esta técnica milenaria, que transforma la arena en obras maestras translúcidas, ofrece no solo un toque de elegancia y sofisticación a cualquier espacio, sino también la promesa de convertirse en preciados legados familiares. Al incorporar piezas de vidrio soplado en tu hogar, no solo estás decorando tu entorno, sino también invirtiendo en historias y artefactos que podrían ser venerados y pasados de generación en generación, tal como lo haría una abuelita con su colección más preciada.



VANESSA  
MITRANI

HAUS



CASA  
MARTINA



ICHENDORF  
MILANO

CUCINA AND  
CONCEPTS



HAY

HAY



LOUIS  
VUITTON

ISA  
INTRNACIONAL



Boosts shine while fighting frizz and flyaways.



Hydrate hair with antioxidant-rich argan oil and nutrients.



Delivers fast-absorbing hydration.



# MENOS ES MÁS

## UN VIAJE AL CORAZÓN DEL DISEÑO NÓRDICO

El mobiliario escandinavo no es solo una tendencia pasajera en el mundo del diseño de interiores; es una filosofía de vida que predica la simplicidad, la funcionalidad y la belleza. Con sus líneas limpias, colores claros y énfasis en la luz natural, este estilo busca crear espacios que sean no solo estéticamente agradables, sino también profundamente habitables. En este viaje al corazón del diseño nórdico, descubrimos cómo el mantra "menos es más" se traduce en hogares que son tanto refugios de paz como obras de arte habitables.

KAVE  
HOMEKAVE  
HOME

DOMUS



GAIA



PIRWI



TAMARINDO



LIVERPOOL



POLSPOTTEN



**Bora Barrier™ Repair Cream**  
**Crème réparatrice**

REBUILD + RESTORE



6-Butterlipid Complex  
Zinc + Copper Gluconate

50 ml / 1.69 fl oz

# BEST-SELLER

## FOUNDATION

Esta selección no solo destaca por su popularidad, sino también por su capacidad para ofrecer cobertura, durabilidad y un acabado impecable que satisface las necesidades de todo tipo de piel. Desde fórmulas ligeras y transpirables hasta opciones de alta cobertura que resisten cualquier jornada, estas bases son el secreto detrás de muchos looks envidiables. Elegidas por su rendimiento excepcional, estas campeonas de ventas prometen revolucionar tu rutina de belleza y elevar tu confianza al máximo nivel.



**1/NARS Light Reflecting Advanced Skincare Foundation** Una base híbrida de maquillaje, cuidado de la piel y avanzada con un acabado natural que difumina y suaviza rápidamente mientras mejora visiblemente la claridad de la piel con el tiempo. **2/ILIA Super Serum Skin Tint SPF 40 Skincare Foundation** Suero con color de una cobertura ligera y húmeda, SPF mineral y niveles potentes de ingredientes para el cuidado de la piel. **3/Armani Beauty Luminous Silk Perfect Glow Flawless Oil-Free Foundation** Base líquida sin aceite que brinda una cobertura media edificable y un acabado de piel luminosa y resplandeciente para una apariencia de maquillaje natural. **4/ HAUS LABS BY LADY GAGA Triclone Skin Tech Medium Coverage Foundation with Fermented Arnica** Una base limpia, ligera y de cobertura media con árnica fermentada que ayuda a reducir el enrojecimiento y protege del estrés ambiental. **5/ Fenty Beauty by Rihanna Pro Filt'r Soft Matte Longwear Liquid Foundation** Una base mate suave y de larga duración con tecnología que se adapta al clima para combatir el calor, el sudor y el brillo.

# 生け花



(IKEBANA)

## DÉJATE CONSENTIR POR NUESTRO HIBACHI CHEF

**CENTRO COMERCIAL ANTEA**  
Zona Restaurantes VIP  
Querétaro, Qro.

**Reserva Vía Whatsapp:**  
**(442) 70 80 100**



**IkebanaTeppan**

# BEST-SELLER

## BLUSH

Nuestra selección de los blushes más vendidos es un reflejo de aquellos que han capturado los corazones y rostros de personas alrededor del mundo. Estos favoritos se destacan no solo por su alta demanda, sino por su capacidad para adaptarse a diversos tonos de piel, ofreciendo desde los más sutiles destellos de color hasta intensas explosiones de vida. Formulados con ingredientes de la más alta calidad, prometen una aplicación suave, una integración perfecta y una durabilidad que te acompaña a lo largo del día. Descubre por qué estos blushes son los más buscados y deja que transformen tu ritual de belleza con solo unos toques de color.



**1/PATRICK TA Major Headlines Double-Take Crème & Powder Blush Duo** Un dúo viral compacto de fórmulas de rubor en polvo y crema para lograr un color atrevido de larga duración que se funde con la piel para un brillo hermoso y radiante. **2/ Saie Dew Blush Blendable Liquid Blush** La fórmula en crema líquida de Dew Blush se funde perfectamente en las mejillas, dejando la cantidad justa de pigmento para un rubor perfecto en todo momento. **3/Tower 28 Beauty BeachPlease Lip + Cheek Cream Blush** Un bálsamo con color multitarea para labios y mejillas ultrabrillantes, sin la sensación de apelmazamiento y las líneas marcadas. **4/Benefit Cosmetics Benetint Liquid Lip Blush & Cheek Tint** Una colección de tintes para labios y mejillas favoritos de los fanáticos que vienen en una variedad de tonos, todos de larga duración, que no se secan y son resistentes a la transferencia. **5/Rare Beauty by Selena Gomez Soft Pinch Liquid Blush** Un rubor líquido ligero y duradero que se difumina y desarrolla maravillosamente para un rubor suave y saludable.





Japanese legend

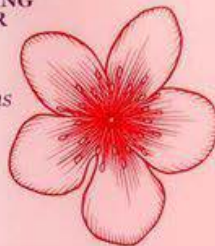
**cherry  
& blossom  
rose**

**VOLUMIZING  
HAIR CARE**

**CONDITIONER**  
APRÈS-SHAMPOOING  
ACONDICIONADOR

*for fine hair  
pour les cheveux fins  
para cabello fino*

VEGAN INGREDIENTS  
COLOR-SAFE SYSTEM



**LUXISS**  
original • pure •

# LOCOS POR LAS ANTIGÜEDADES

DE GRANDES COLECCIONISTAS

A AVENTUREROS URBANOS



**La fiebre por las antigüedades es más que una simple moda pasajera; es un movimiento cultural que celebra la historia, la artesanía y la sostenibilidad. Desde los grandes coleccionistas hasta los cazadores de tesoros en mercados de pulgas, esta pasión por lo antiguo nos invita a reconsiderar nuestra relación con los objetos que nos rodean, impulsándonos a elegir calidad sobre cantidad y historia sobre producción en masa.**

## LA MAGIA DE COLECCIONAR

Coleccionar antigüedades es un arte que requiere paciencia, conocimiento y un ojo para detectar lo excepcional. Los grandes coleccionistas son guardianes de la historia, cada pieza en su colección cuenta una historia, una era, un momento congelado en el tiempo. Esta práctica, lejos de ser una mera acumulación de objetos viejos, es un homenaje a la excelencia artesanal y un acto de preservación cultural. En un mundo donde lo nuevo ya no significa necesariamente lo mejor, estos coleccionistas nos recuerdan el valor intrínseco y la belleza de lo que ha perdurado a través de los años.

## MERCADOS DE PULGAS: CAZANDO TESOROS OCULTOS

Mientras tanto, en las calles y mercados de pulgas, como La Lagunilla en México, la caza de antigüedades se convierte en una aventura accesible para todos. Estos lugares son verdaderos tesoros urbanos donde, con un poco de suerte y mucha curiosidad, puedes encontrar desde muebles con alma hasta joyas de época que cuentan sus propias historias. La Lagunilla, con su atmósfera vibrante y sus puestos rebosantes de historia, es un claro ejemplo de cómo el pasado y el presente se entrelazan en la búsqueda de objetos únicos que añaden carácter y calidez a nuestros espacios.

## UN GIRO HACIA LO SOSTENIBLE: DEJANDO ATRÁS EL FAST FURNITURE

El entusiasmo renovado por las antigüedades es también un paso hacia prácticas más sostenibles. Al elegir una pieza antigua, estamos rechazando la cultura del "fast furniture" —ese ciclo

interminable de comprar, desechar y reemplazar que tanto daño hace a nuestro planeta. Un dato curioso es que el promedio de vida de un mueble de producción masiva es de apenas 5 años, mientras que las piezas antiguas han demostrado su durabilidad durante décadas, e incluso siglos. Esta tendencia no solo es una declaración de estilo, sino también un compromiso con la reducción de nuestro impacto ambiental.

## LA POPULARIDAD DE LO ANTIGUO EN LA ERA MODERNA

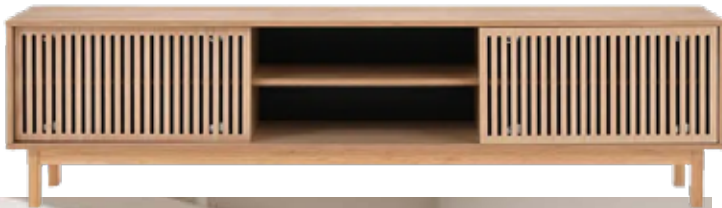
La tendencia hacia lo antiguo refleja un deseo colectivo de autenticidad y conexión en un mundo cada vez más digital y efímero. La nostalgia por lo tangible, por objetos con historias y personalidad, ha hecho que más personas busquen en las antigüedades una forma de expresión personal y una alternativa consciente al consumo desmedido. En este renacer de lo antiguo, encontramos una mezcla fascinante de pasado y presente, una celebración de la artesanía y un recordatorio de que, a veces, mirar hacia atrás es la mejor manera de avanzar.



# Scandifornian

**LA FUSIÓN PERFECTA PARA UN HOGAR LLENO DE LUZ Y CALIDEZ**

Imagina un espacio donde la tranquilidad del diseño escandinavo se encuentra con la calidez y el optimismo del estilo californiano. El resultado es Scandifornian, un estilo de decoración emergente que captura lo mejor de ambos mundos, ofreciendo hogares llenos de luz, calidez y una sensación de bienestar inigualable. Este enfoque no solo pone énfasis en los colores y texturas suaves para crear ambientes acogedores, sino que también promueve la funcionalidad y el minimalismo con un toque de la despreocupación característica de California. Sumérgete en el mundo del estilo Scandifornian y transforma tu hogar en un refugio de paz y estilo.



## LA ESENCIA DE SCANDIFORNIAN

Scandifornian nace de la fusión entre la estética escandinava, conocida por su amor a la simplicidad, la funcionalidad y la luz natural, y el estilo de vida californiano, que evoca libertad, optimismo y conexión con la naturaleza. Esta combinación crea espacios que son a la vez minimalistas y cálidos, donde cada elemento tiene un propósito y contribuye a una atmósfera de relajación y felicidad.

## COLORES Y TEXTURAS CLAVE

La paleta de colores Scandifornian se inclina hacia tonos neutros y suaves, como los blancos cremosos, grises pálidos y tonalidades terrosas, complementados con toques de azules suaves y verdes inspirados en el mar y la vegetación. Estos colores trabajan en armonía para maximizar la luminosidad y crear una sensación de amplitud y calma. En cuanto a las texturas, este estilo favorece los materiales naturales y orgánicos como la madera clara, el lino, el algodón y la cerámica, añadiendo capas de comodidad y calidez que invitan al descanso y al disfrute.

## FUSIONANDO FUNCIONALIDAD CON ESTILO DE VIDA

El estilo Scandifornian no solo se preocupa por la estética, sino también por cómo los espacios pueden mejorar nuestra calidad de vida. Muebles con líneas limpias y diseños funcionales se mezclan con detalles bohemios y artesanales, como macramé, arte textil y plantas abundantes, para reflejar un estilo de vida relajado y conectado con el entorno. La idea es crear un hogar que no solo sea hermoso a la vista, sino que también sea un santuario para la relajación, el bienestar y la felicidad.



# ASEGURAMOS LA VISIBILIDAD DE TU MARCA

ASEGURAMOS  
LA EFECTIVIDAD  
DE TU PUBLICIDAD

CONTÁCTANOS CONTÁCTANOS CONTÁCTANOS CONTÁCTANOS

ROADSTARS

# LA TENDENCIA IMPRESINDIBLE DE LA TEMPORADA



En el mundo fashionista, donde lo "in" de hoy es el "out" de mañana, hay ítems que logran quedarse más allá de una temporada, convirtiéndose en must-haves de cualquier closet. El botín Chelsea es uno de esos clásicos que nunca pasan de moda. Siendo Zara una de las principales marcas en traernos lo último del runway a precios mucho más accesibles, dando su propio twist a este ícono del calzado.

Su nueva versión promete ser fiel al estilo original pero con un toque fresco y actual que nos tiene obsesionadas. El botín Chelsea de Zara es todo sobre elegancia y simplicidad, lo que lo hace

super versátil. Hecho con los mejores materiales, este botín no solo promete durabilidad, sino que también es comodísimo e ideal para esos días non-stop. Los elásticos a los lados no son solo un detalle fiel al estilo Chelsea, sino te dan el ajuste perfecto. Viene en varios acabados, desde el cuero más sleek hasta ante y hasta algunos con prints o texturas para los más osados. Pequeños detalles como las tiras traseras y las puntas finas le dan ese toque chic que eleva cualquier outfit.

Lo más destacado del botín Chelsea de Zara es lo fácil que es de combinar con cualquier look, desde el más casual hasta

el más elegante. Para un outfit de día relajado, van genial con unos skinny jeans y tu tee favorita, y si le sumas una biker jacket, le das un cambio increíble.

Para la oficina o eventos más formales, se lucen con pantalones de vestir y una blusa, ofreciendo una alternativa trendy a los típicos tacones. También son perfectos para jugar con capas, así que pruébalos con vestidos midi o faldas para un contraste súper in que mezcla lo femenino con lo urbano. Sin importar la estación, el botín Chelsea de Zara se adapta y se reinventa, demostrando ser ese ítem que no puede faltar en el armario de cualquier fashion lover.



**La Bomber "Yale": Un Clásico Reinventado** La chaqueta bomber, con su historia arraigada tanto en la funcionalidad como en el estilo, es una de esas prendas atemporales. Zara, la marca que se ha ganado nuestro corazón por llevar las tendencias de las pasarelas directamente a nuestros armarios a precios accesibles, ha revitalizado este clásico. Su bomber "Yale" no solo rinde homenaje a la herencia de esta icónica chaqueta sino que también introduce elementos modernos, asegurando su lugar como must-have de la temporada.

La bomber "Yale" de Zara se destaca por su diseño sofisticado y su atención al detalle. Esta chaqueta combina la esencia tradicional de las bombers con toques contemporáneos, como tejidos innovadores y acabados únicos, que capturan la atención. Disponible en una variedad de colores y texturas, desde neutros hasta tonos más vibrantes y estampados llamativos, hay una "Yale" para cada personalidad y ocasión.

Con su combinación de diseño clásico y toques modernos, no solo es una prenda cómoda y estilosa, sino también un símbolo de cómo las prendas clásicas pueden reinventarse para mantenerse siempre en tendencia. Su capacidad para integrarse en una amplia gama de estilos y situaciones la convierte en una inversión inteligente para aquellos que buscan tanto funcionalidad como moda.

Pero lo que realmente distingue a la bomber "Yale" no es solo su calidad y diseño, sino cómo esta se ofrece a un precio que desafía a la competencia. Zara ha logrado hacer que piezas de tendencia sean accesibles sin comprometer su valor.

Esta prenda se presenta como una inversión inteligente para el consumidor moderno: versátil, atemporal y de calidad, a un precio que permite a todos disfrutar de la moda de alta calidad.

**Versatilidad y estilo en cada costura** Si hay una prenda que ha sabido reinventarse en el armario contemporáneo, es el pantalón cargo. Zara, con su pulso firme en las tendencias actuales de moda, ha transformado este clásico utilitario en un must-have para los entusiastas del estilo. Los nuevos pantalones cargo de Zara se alejan de sus raíces militares para presentarse como un básico de temporada.

Lo que hace a estos pantalones cargo una pieza tan deseada es su asombrosa versatilidad. Zara nos ofrece una prenda que se adapta con facilidad a cualquier contexto, desde el día a día hasta ocasiones más especiales. Su diseño, que incluye bolsillos estratégicamente situados y una silueta refinada, eleva cualquier conjunto. Combinarlos es un juego de creatividad: van perfecto tanto con una camiseta básica y sneakers para un look descomplicado, como con una blusa fluida y zapatos de tacón para una noche de cena con amigas. La clave está en jugar con los contrastes: mezcla lo casual con elementos más elegantes para crear un outfit equilibrado y a la moda.

La paleta de colores de los pantalones cargo abarca desde los clásicos tonos neutros, como el negro, el beige y el verde militar, hasta opciones más atrevidas y contemporáneas, como el azul marino, el gris y estampados sutiles. Esta diversidad permite que la prenda se integre fácilmente en cualquier armario, ofreciendo opciones tanto para los amantes de los estilos minimalistas como para aquellos que prefieren hacer declaraciones de moda más audaces.

El regreso triunfal de los pantalones cargo se alinea con la creciente moda funcional y comfortable. En este momento, donde la practicidad se fusiona con el estilo, esta prenda es la opción ideal. Con su capacidad para adaptarse a múltiples ocasiones y estilos, estos pantalones se presentan como una inversión inteligente para quienes buscan versatilidad y elegancia casual. En un mundo que valora cada vez más las piezas duraderas y atemporales, los cargo de Zara demuestran que es posible mantenerse a la vanguardia de la moda, combinando comodidad y tendencia de manera impecable.



**El accesorio clave de la temporada** Las gafas de sol siempre han sido más que un simple accesorio para proteger los ojos del sol; son una declaración de estilo, una pieza que puede definir un look completo. Las gafas de sol rectangulares de Zara se han consolidado como el must-have en el mundo de la moda, combinando perfectamente funcionalidad con un diseño vanguardista. Su estilo distintivo y su capacidad para complementar cualquier atuendo las convierten en el accesorio que no puede faltar en tu colección.

Con líneas limpias y una estética minimalista, ofrecen un toque de elegancia discreta y sofisticación. Este diseño, inspirado en las tendencias retro, ha sido actualizado con una sensibilidad moderna, resultando en un accesorio versátil y atemporal. Disponibles en una variedad de colores y acabados, desde clásicos negros y marrones hasta tonos más atrevidos y monturas transparentes, hay un par perfecto para cada personalidad y preferencia.

La popularidad de las gafas de sol rectangulares en esta temporada se debe a su capacidad para fusionar lo clásico con lo contemporáneo. En un momento donde la moda se inclina hacia accesorios con carácter y personalidad, estas gafas de sol satisfacen la demanda de piezas tanto prácticas como estilosas. Además, con la creciente conciencia sobre la importancia de la protección UV, ofrecen la combinación perfecta de moda y funcionalidad, protegiendo tus ojos con estilo.

Ya sea que busques un toque de sofisticación para diario o una declaración de moda audaz, estas gafas de sol son la elección perfecta. No dejes pasar la oportunidad de incorporar este accesorio clave en tu colección esta temporada.



# MICROLINO

**UN PEQUEÑO GIGANTE EN EL MUNDO DE LOS AUTOS ELÉCTRICOS**

El Microlino no es solo un automóvil; es una declaración de intenciones sobre ruedas. Inspirado en el icónico BMW Isetta de los años 50, este vehículo eléctrico compacto está diseñado para revolucionar la movilidad urbana, ofreciendo una solución práctica, sostenible y, sobre todo, divertida. Pero, ¿logra este pequeño gigante cumplir con sus promesas? Acompañame en este viaje donde exploraremos las características que hacen del Microlino una opción atractiva para los urbanitas conscientes del medio ambiente y de la necesidad de optimizar el espacio en nuestras congestionadas ciudades.



## DISEÑO Y CONFORT: UN GUIÑO AL PASADO CON TECNOLOGÍA DEL FUTURO

El Microlino captura la esencia del diseño retro con su carrocería compacta y su única puerta frontal, recordándonos al clásico Isetta. Sin embargo, al abrir esa puerta, nos recibe un interior sorprendentemente espacioso y moderno, capaz de acomodar a dos adultos cómodamente, junto con algo de equipaje. Su tablero minimalista, pero funcional, alberga una pantalla digital que proporciona toda la información necesaria al conductor, desde el estado de la batería hasta la navegación GPS, fusionando lo clásico y lo contemporáneo en perfecta armonía.

## RENDIMIENTO Y SOSTENIBILIDAD: PEQUEÑO PERO PODEROSO

A pesar de su tamaño diminuto, el Microlino es sorprendentemente ágil y capaz en el entorno urbano. Con una autonomía que va desde los 125 hasta los 200 kilómetros por carga, dependiendo de la versión, este pequeño eléctrico es perfecto para las necesidades diarias de movilidad en la ciudad. Su capacidad para cargar en cualquier enchufe doméstico convierte la recarga en un proceso sencillo y accesible. Además, con cero emisiones, el Microlino representa un paso adelante hacia un futuro más verde y sostenible.

## PRECIO Y ACCESIBILIDAD: LA MOVILIDAD ELÉCTRICA AL ALCANCE DE TODOS

Uno de los aspectos más llamativos del Microlino es su precio. Diseñado para ser una opción asequible para aquellos que buscan sumergirse en la movilidad eléctrica sin romper el banco, este vehículo demuestra que el futuro sostenible no está reservado solo para el segmento de lujo. Su costo competitivo, junto con los bajos gastos de mantenimiento y operación típicos de un vehículo eléctrico, lo convierten en una opción inteligente para el consumidor consciente del presupuesto.

## UN PEQUEÑO PASO PARA MICROLINO, UN GRAN SALTO PARA LA MOVILIDAD URBANA

En conclusión, el Microlino es más que un simple automóvil; es una visión del futuro de la movilidad urbana. Combina diseño, eficiencia y sostenibilidad de una manera que pocos vehículos han logrado, ofreciendo una solución práctica y ecológica para la ciudad. Aunque algunos podrían cuestionar su tamaño o autonomía para viajes largos, no hay duda de que este pequeño vehículo tiene un gran corazón y una misión aún mayor. Con el Microlino, el futuro de la movilidad urbana no solo parece brillante; también se ve increíblemente adorable.





La fascinación por el lujo y la extravagancia nunca pasa de moda, especialmente cuando se trata de reality shows que nos permiten espiar en los mundos llenos de brillo y opulencia de los ricos y famosos. Estas series se han convertido en nuestra ventana secreta a vidas que desbordan glamour, conflictos en alta sociedad, y por supuesto, una que otra fiesta que desearíamos no haber perdido.

# ¿QUÉ VER?

## "Bling Empire"

Imagina "Crazy Rich Asians", pero en la vida real. "Bling Empire" sigue la vida de multimillonarios asiáticos y asiático-americanos residentes en Los Ángeles, mostrándonos un vistazo a su extravagante estilo de vida, fiestas lujosas, y dramas personales que son tan brillantes como las joyas que adornan sus cuerpos. Entre amistades, romances, y rivalidades, este show es un carrusel emocional que te mantendrá enganchado mientras exploras las complejidades de sus vidas llenas de glamour.



## "Selling Sunset"

Este reality show te lleva al corazón de Los Ángeles, donde un grupo de agentes inmobiliarios de elite vende propiedades de lujo a la crema y nata de la sociedad. "Selling Sunset" no solo se trata de casas impresionantes y negocios multimillonarios; también es sobre los dramas personales y profesionales de sus protagonistas. Mientras que las impresionantes vistas de las propiedades te dejarán sin aliento, las peleas, amistades, y romances entre los agentes son lo que verdaderamente te mantendrá regresando por más.

## "Below Deck"

Zarpando hacia un mundo de lujo en alta mar, "Below Deck" ofrece una mirada única a la vida de la tripulación a bordo de yates de lujo. A diferencia de otros reality shows, aquí el enfoque está en aquellos que trabajan detrás de escena para asegurar que sus adinerados huéspedes tengan la experiencia de sus vidas. Entre las demandas extravagantes de los huéspedes y las relaciones entre los miembros de la tripulación, este show te llevará en un viaje lleno de drama, romance, y por supuesto, paisajes marítimos impresionantes.





## 3 JOYAS LITERARIAS

## PARA LOS AMANTES DEL DISEÑO DE INTERIORES

¿Estás buscando inspiración para transformar tu espacio o simplemente disfrutas sumergiéndote en el mundo del diseño de interiores? Hay algo mágico en los libros que nos abren las puertas a universos estéticos y nos invitan a soñar con espacios renovados.

**Homebody: A Guide to Creating Spaces You Never Want to Leave**  
por Joanna Gaines

Joanna Gaines, conocida por su programa de televisión "Fixer Upper", comparte su experiencia y pasión por el diseño de interiores en este libro imprescindible. A través de sus páginas, Gaines te invita a evaluar tu espacio y a descubrir el potencial de cada rincón de tu hogar. Este libro es una fuente de inspiración inagotable, perfecta para aquellos que buscan crear espacios auténticos y

**HOME BODY**  
A GUIDE TO CREATING SPACES YOU NEVER WANT TO LEAVE  
JOANNA GAINES



**Styled: Secrets for Arranging Rooms, from Bookshelves to Tabletops**  
por Emily Henderson

Emily Henderson ofrece una perspectiva fresca y accesible sobre cómo estilizar tu hogar. "Styled" contiene consejos prácticos, trucos y secretos para darle a cualquier espacio un aire renovado, mostrando cómo pequeños cambios pueden tener un gran impacto. Este libro es ideal para quienes disfrutan reinventar sus espacios regularmente, ofreciendo infinitas ideas para mantener tu hogar siempre vibrante y en tendencia.

EMILY HENDERSON  
**STYLED**  
SECRETS FOR ARRANGING ROOMS, FROM BOOKSHELVES TO TABLETOPS



**The Kinfolk Home: Interiors for Slow Living**  
por Nathan Williams

The Kinfolk Home no es solo un libro sobre diseño de interiores; es una invitación a adoptar la filosofía del "slow living". Nathan Williams recopila espacios de todo el mundo que destacan por su simplicidad, calidez y conexión con la naturaleza. Este libro te enseñará a apreciar la belleza de lo minimalista y lo funcional, transformando tu hogar en un refugio de paz y tranquilidad.

THE KINFOLK HOME



**ROCKET**  
★ VALLAS MÓVILES DIGITALES ★

# ENFOCAMOS TU MENSAJE EN CONSTANTE MOVIMIENTO



**CONTÁCTANOS**



(442) 4750430

I BELIEVE IN LOVE,  
BUT I DON'T SIT  
AROUND WAITING  
FOR IT.  
I BUY  
HOUSES

-RENEE ZELLWEGER





Clinical Formulations  
with Integrity  
Formulations Cliniques  
ayant de l'intégrité.

UV Protection  
Technology

The  
**Ordinary.**

**Caffeine Solution 5% + EGCG**  
Reduces Appearance of Eye Contour  
pigmentation and of Puffiness  
**Solution de Caféine 5% + EGCG**  
Réduit l'Apparence de Pigmentation  
et de Gonflement du Contour des Yeux

A woman with dark curly hair tied up, wearing a white short-sleeved dress and blue suede Birkenstock shoes, is sitting on a light-colored floor. She is resting her chin on her hand and looking towards the camera. The background is a plain, light-colored wall.

**BIRKENSTOCK®**

**#SoyBirkenstock**

**BIRKENSTOCK.MX**