

mujer

IN TIME

MUJER ALFA

**Zaha
Hadid**

EN PORTADA

*karla
farfán*

OH MY...

ESPECIAL

DISEÑO + DECORACIÓN + ARQUITECTURA



Vanille Rouge
Precio: \$6,350

El Palacio de Hierro

Kipling

FASHION MEETS
FUNCTION

Antara, Delta, Lilas, Lindavista,
Town Square Metepec, Oasis
Coyoacán, Perisur, Santa Fe, Satélite,
Tezontle, Antea Querétaro, Galerías
Querétaro, Angelópolis Puebla, Andares
Guadalajara, Las Américas
Cancún, Andamar Veracruz,
Galerías Valle Oriente Monterrey,
Calzada 401 Monterrey,
Galerías Monterrey.

#NOTEPIERDASDENADA



@mujerintime

EN PORTADA:



*¿Quieres escribir
como colaborador?*

redes@dcmedia.com.mx

WWW.MUJERINTIME.COM

contacto@dcmedia.com.mx



THE AMETHYST



STUD

CARTIER

Una tachuela de amatista formando una cresta morada con colores punk intensos y radicales creando fuertes contrastes. Piedras talladas a mano cuyo volumen es modulado por Cartier para hacerse cada vez más grande sobre un fondo de diamantes en un juego de proporciones.

Atención a los detalles



Hay muchas cosas que admiro en esta vida, una de ellas es la atención a los detalles, esos elementos tan chiquitos que no todos pueden ver, pero, cuando la gente presta atención a ellos y actúan, pueden convertir una visita normal en una experiencia inolvidable. Y es aquí donde quiero hablar de los detalles en tu casa, en tu oficina, o cualquier espacio que sea tuyo.

Muchas veces damos por sentado nuestro hogar, que no basta con tenerlo limpio, o que muchas veces creemos que decorarlo con elementos que nos representen es demasiado caro, aquí es donde debemos prestar atención a los detalles pequeños que pueden hacer la diferencia entre tener un simple espacio, a uno que de verdad te reconforte. Una de las cosas que más amo de viajar, es ver la arquitectura y decoración tan cuidada de los hoteles y restaurantes, no voy a mentir, regreso muy inspirada, eso es lo que pretendemos con esta edición, que te inspires, que juegues, que intentes, que encuentres en tus espacios ese factor wow que todos queremos.

Cynthia Diaz

CEO DC MEDIA
@cynthia_laregiatv

MARKETING DIGITAL

Llega a las personas
que *más te interesan*



Contáctanos

✉ contacto@dcmmedia.com.mx

☎ +52 442 191 59 22

MUDANZA SIN ESTRÉS



Hay muchas cosas que hacer, desde empaquetar tus pertenencias hasta organizar el transporte y asegurarte de que todo llegue a tu nuevo hogar en una sola pieza. A continuación, te presento algunos consejos para lidiar con el estrés de mudarte de casa.

1. Empieza a planear con anticipación: Uno de los mayores desafíos al mudarse es el tiempo. Si dejas todo para el último momento, es más probable que te sientas abrumado y estresado. En cambio, empieza a planear con anticipación. Haz una lista de las tareas que necesitas realizar y establece una fecha límite para cada una de ellas. De esta manera, te aseguras de estar organizado y de tener suficiente tiempo para hacer todo lo necesario.

2. Haz una limpieza antes de empaquetar: El proceso de mudarse es una gran oportunidad para deshacerse de cosas que ya no necesitas. Tómate el tiempo para hacer una limpieza antes de empezar a empaquetar. Esto te permitirá reducir la cantidad de cosas que debes empaquetar y, por lo tanto, reducir el estrés asociado con la mudanza.

3. Consigue ayuda: Mudarse no es algo que debas hacer solo. Pídele a amigos y familiares que te ayuden con la mudanza. Además, considera contratar a una empresa de mudanzas para que se encargue del transporte y el embalaje de tus pertenencias. Al tener ayuda, no solo te sentirás menos estresado, sino que también podrás hacer el proceso de mudanza más rápido y eficiente.

4. Crea un espacio para relajarte: Cuando te mudas, es fácil sentirse abrumado por todas las cajas y el desorden. Por lo tanto, es importante crear un espacio en tu nueva casa donde puedas relajarte y sentirte cómodo. Puede ser una habitación en la que puedas descansar después de un largo día o simplemente un rincón acogedor donde puedas leer un libro o tomar una taza de té.

5. Sé amable contigo mismo: Mudarse puede ser un proceso estresante y agotador. Es importante que te tomes el tiempo para cuidarte a ti mismo durante este tiempo. Tómate descansos cuando los necesites, haz ejercicio y come bien. Recuerda que es normal sentirse abrumado durante este tiempo y que está bien tomarte un tiempo para relajarte y recargar tus energías.



VALUE-BASED SELLING

Lo que necesitas para tu estrategia de ventas

Value-based selling es la estrategia donde la marca hace ver al consumidor que el precio que ha pagado por el servicio o producto es mucho menor que el beneficio que cubre, es decir, que pagas mucho menos por grandes beneficios, pero aunque esto lo pudimos resumir en 2 renglones, la estrategia es mucho más compleja, acá te explicamos.

Parte de la venta es hacer que el consumidor vea cómo cambiará y en la mayoría de los casos, facilitará su vida si decide comprar el producto o adquirir el servicio. Una de las estrategias de comunicación, es hacer que se visualice disfrutando de él (así, como los comerciales de Coca Cola donde las personas disfrutan cada trago). Gracias al value-based selling los beneficios se potencializan, haciendo que el precio no importe a la hora de la compra.

¿Qué tenemos que tomar en cuenta?

Como toda estrategia, hay un trabajo previo de investigación, por lo que hay que entender las necesidades del cliente, como facilitar una solución.

Es muy importante fijarse en quienes ya lo están haciendo, es decir tus competidores, pues esto te ayudará a obtener información sobre tus clientes potenciales. Igual de importante es escuchar al cliente, con información que sí le importe, además de que tener un producto o servicio que escucha a sus usuarios, siempre genera empatía y confianza.

No te centres en la venta, concéntrate en enseñar y dar información relevante, si tú estás enamorado de tu producto, es inevitable no contagiar a tu cliente. El cliente debe sentirse acompañado durante el proceso, debe sentir que la persona que quiere venderle el producto, no quiere hacerlo realmente, sino que quiere ayudarlo a mejorar y facilitar su vida.

A pesar de los esfuerzos que requiere aplicar esta estrategia, las empresas que la han utilizado han visto un aumento en las ventas y beneficios, así como relaciones más estrechas y de confianza con los clientes, lo que lleva a una mayor tasa de fidelización. Además, se consigue una comprensión más profunda del funcionamiento de la empresa y del producto o servicio que se ofrece, lo que permite diseñar una mejor estrategia de ventas.



**Las EMPRESAS al
comprar y vender
entre sí GENERAN
ECONOMÍA para
miles de familias.**

vozelasempresas.org

Voz de las Empresas



Consejo de la Comunicación

Enseña a decir **NO** a tus hijos



La educación de los niños es un tema crucial para su desarrollo saludable y su seguridad. En este sentido, es importante enseñarles a los niños desde temprana edad sobre los límites personales y el respeto a la autonomía corporal. En este artículo hablaremos sobre la importancia de enseñarle a los pequeños a no dar besos en la boca y no abrazar a quien no quieren.

En primer lugar, es importante enseñarle a los niños desde temprana edad a respetar los límites corporales de los demás y los suyos propios. Al hacerlo, se les está dando las herramientas necesarias para protegerse de situaciones de abuso o acoso. Además, esto también les permite desarrollar una mayor confianza en sí mismos y una mayor autoestima.

En segundo lugar, es importante enseñarles a los niños a respetar los límites corporales de los demás. Esto incluye enseñarles que no deben tocar el cuerpo de otra persona sin su consentimiento, y que tampoco deben permitir que otros toquen su cuerpo sin su consentimiento. Es fundamental enseñarles que tienen el derecho de decir "no" cuando alguien les pide un beso o un abrazo, y que deben respetar la respuesta de los demás cuando ellos dicen "no".

En tercer lugar, es importante enseñarles a los niños a expresar sus sentimientos y emociones de manera clara y directa. Esto les permite comunicar sus necesidades y deseos de manera efectiva, lo que les ayudará a establecer límites adecuados y a mantener relaciones saludables en el futuro. Por ejemplo, si un niño no quiere dar un beso en la boca, es importante que se sienta seguro para expresar su deseo de una manera clara y respetuosa.

Por último, es importante tener en cuenta que enseñarles a los niños a respetar los límites corporales de los demás y los suyos propios no significa que no puedan expresar afecto de otras maneras. Es importante enseñarles a expresar el afecto a través de abrazos y besos en otras partes del cuerpo, como las mejillas o las manos. De esta manera, se les enseña a respetar los límites corporales de los demás y a expresar afecto de una manera respetuosa.



#SoyBirkenstock

Spring / Summer 2023

BIRKENSTOCK®

birkenstock.mx

Explora la belleza natural del Parque Nacional de Yellowstone

El Parque Nacional de Yellowstone es uno de los parques más icónicos de Estados Unidos y del mundo. Situado en el estado de Wyoming, este parque es conocido por sus impresionantes paisajes naturales, su vida silvestre diversa y su rica historia.

Lo que hace que Yellowstone sea tan especial es su geología única y sus fenómenos geotérmicos. En el parque se encuentran géiseres, fuentes termales, pozos de lodo y otros fenómenos geológicos que no se pueden encontrar en ningún otro lugar del mundo. El famoso géiser Old Faithful es uno de los principales atractivos de Yellowstone, y atrae a visitantes de todo el mundo que vienen a presenciar su espectáculo natural.

Además de sus fenómenos geotérmicos, Yellowstone es también el hogar de una gran variedad de animales salvajes. El parque es el hogar de bisontes, alces, osos, lobos y coyotes, entre muchos otros animales. Los visitantes pueden explorar la vida silvestre del parque en una variedad de actividades, como safaris de vida silvestre, caminatas y observación de aves.

El Parque Nacional de Yellowstone también ofrece una amplia variedad de actividades para los turistas. Los visitantes pueden disfrutar de senderismo, camping, pesca, rafting y paseos en bote, entre otras actividades. Además, el parque cuenta con una serie de centros de visitantes y museos que brindan información sobre la historia y la ecología del parque.

El Parque Nacional de Yellowstone es un destino turístico obligado para cualquier persona que ame la naturaleza y quiera experimentar la belleza única de los paisajes naturales de América. Con sus impresionantes fenómenos geotérmicos, vida silvestre diversa y actividades emocionantes, Yellowstone es un lugar que nunca olvidarás. Así que si estás planeando un viaje a Wyoming, asegúrate de incluir una visita a este parque en tu itinerario. ¡No te arrepentirás!



COACH

NEW YORK

wild rose

The NEW FRAGRANCE for HER

Foodie



DELICIAS DE LECHE CONDENSADA

FÁCIL, BARATO Y MUY DULCE

Nos vas a odiar cuando sepas que esta delicia es lo menos fit que vas a encontrar, pero sin duda es delicioso. La clave para disfrutarlo es comer poquito, para que no te súper empalagues y no te de culpa. Es muy fácil de hacer además de que sus ingredientes son muy baratos.

¿QUÉ NECESITAS?

450 g de leche condensada
1 taza de agua
Canela
Pan blanco
Azúcar y canela en polvo
2 cáscaras de naranja
1 huevo
Aceite de oliva

¿CÓMO SE HACEN?

Mezcla la leche condensada con el agua y calienta junto con la naranja y la canela, ya que se mezcle bien, apaga el fuego y deja que enfíe. Coloca las rebanadas de pan sobre tu plato, entre más duras, mejor, ahora cubre con la mezcla que hiciste, dejando que se remoje durante 40 minutos. Ahora, bate los huevos, y pasa por las piezas de pan, después fríelas con aceite de oliva, cuando veas que ya están doraditas, cambia de lado y retira. Al secar, agrega azúcar y canela en polvo y disfruta.

LA BOCHA
ASADOR ARGENTINO

**¡KIT COMPLETO PARA
DISFRUTAR!**



RESERVA VÍA WHATSAPP: (442) 70-80-100
AV. INDEPENDENCIA 2351 ISLA 4 COL. TROJES DE ALONSO
CENTRO COMERCIAL GALERÍAS, AGUASCALIENTES, AGS.

   @LABOCHAAGS

DOLOR EN LOS MÚSCULOS PÉLVICOS



¿Hay que alarmarnos?

Los músculos del piso pélvico se refieren a la musculatura similar a una hamaca que sostiene los órganos pélvicos y, por lo tanto, son una parte esencial de la ejecución de funciones corporales como deshacerse de las heces y la orina, y tener relaciones sexuales. Como cualquier parte del cuerpo, pueden debilitarse a lo largo del proceso normal de envejecimiento, lo que genera problemas como incontinencia o dolor e incomodidad general.

Tener músculos pélvicos demasiado débiles o demasiado tensos puede causar preocupación; la idea es encontrar un equilibrio. Las preocupaciones sobre el suelo pélvico pueden ser la causa de problemas adicionales, pero también pueden ser un síntoma de afecciones como la endometriosis, la enfermedad pélvica inflamatoria y los calambres del ciclo menstrual. Si no se tratan, los desequi-

librios del suelo pélvico pueden causar:

DISFUNCIÓN SEXUAL
DOLOR PÉLVICO
PROBLEMAS DE VEJIGA
PROBLEMAS INTESTINALES

Si tu piso pélvico está demasiado tenso, puedes probar técnicas de relajación como la respiración diafragmática y los estiramientos de la cintura pélvica. Si tu esfuerzo con los ejercicios del suelo pélvico en casa no te funciona o si solo buscas orientación profesional, la fisioterapia es una buena opción. Los ejercicios de Kegel son los ejercicios para el suelo pélvico más conocidos y son una excelente manera de fortalecer esos músculos.



DISFORIA POSTCOITAL

Denominada blues post-sexo, es el nombre de los sentimientos de tristeza o agitación que pueden surgir después del sexo consensuado, independientemente de que tan placentero fue. Estos sentimientos varían de persona a persona, existen algunas causas potenciales a considerar, que incluyen atención posterior insuficiente, expectativas no cumplidas y trauma.

El cuidado posterior es una forma de interiorizar con tu pareja después del coito, que va desde acurrucarse, decir cosas bonitas, disfrutar una buena comida, etc. Practicar rituales posteriores al sexo como este ayuda a la transición de la intensidad emocional y física de un encuentro sexual a la realidad.

Háblate bonito y no te frustres preguntándote si tienes la culpa, no hiciste nada malo, estos pensamientos desagradables solo aumentarán la ansiedad y empeora la angustia emocional. Realiza las siguientes preguntas:

¿Te arrepientes de algo?, ¿qué tan frecuente es este sentimiento?, ¿en qué momento del coito empezaste a sentir esta angustia?.

Escribir en un diario sobre estos sentimientos, puede ayudar a llegar a la raíz del problema.



Tristeza
después
del sexo

Playtex®

ENAMÓRATE DE TU CUERPO®

Bra 3385

Síguenos en nuestras Redes Sociales
facebook Instagram





DEJA DE ESCUCHAR: ¡ESTÁN MAL HECHAS!

Uno de los errores más comunes al entrenar, son sin duda el hacer mal las sentadillas, en este artículo te decimos cómo sacarle provecho a este entrenamiento, que, cuando lo haces correctamente, obtienes grandes beneficios de los cuales te prometemos, no te vas a quejar.

Seguramente si has hecho ejercicio, alguna vez has probado con sentadillas. Aunque puedas pensar que hacer mal una sentadilla, no pasa de que no logres tener ese glúteo perfecto, va más allá de eso, pues realizar mal este ejercicio, puede lesionarte.

La forma correcta de hacerla, depende de cada persona, desde la movilidad de su cadera y tobillo así como de su

estructura ósea. Sin embargo lo que todos deben tener en cuenta es que siempre debemos tener una correcta separación de los pies, esta debe ser ligeramente mayor que la anchura de nuestros hombros.

Como si te fueras a sentar en una silla, lleva tus pompas hacia el suelo manteniendo el torso recto, siempre manteniendo la distancia entre las rodillas. Al levantarte es muy importante que no juntes las rodillas que es un error habitual. Es recomendable que al menos se haga una flexión en donde las rodillas estén en 90°. Otra forma de darte cuenta que estás haciéndolo de una forma equivocada, es cuando levantas los talones, pues el peso está hacia adelante.



Karla Karfan

Karla Karfan es una actriz mexicana conocida por su talento y versatilidad en la interpretación de personajes en cine y televisión. Una carrera en constante crecimiento, Karla ha participado en diversas producciones que le han permitido demostrar su habilidad actoral y ha recibido el reconocimiento del público y la crítica.





Cuéntanos un poco sobre tu personaje en "Papás por Encargo" para Disney+

Podría decirles que hoy en día "PXE" es el proyecto que ha marcado un antes y un después en mi carrera. Mi personaje, Paulina, llegó a enseñarme muchas cosas tanto en mi vida laboral como personal. Este proyecto es uno de esos en los que se forma una familia, donde nos hemos visto crecer (en especial a Farah que la conocimos cuando tenía 13 años) hemos viajado juntos y eso hace una convivencia mucho más íntima y divertida. Paulina llegó a retarme y poder interpretarla sin juzgarla porque al final creo que tengo cosas parecidas a ella cuando Karla tenía otra edad y no iba a terapia jaja. Creo mucho en que el universo sabe lo que hace y que nada es coincidencia, siento que los personajes nos escogen para hacernos espejo en nuestra vida personal.

Ya sumas 2 proyectos con Disney+, ¿nos puedes platicar un poco sobre "Fabricantes de Ovnis"?

Si, estoy muuy feliz de que se me haya dado otra oportunidad en una serie TOTALMENTE diferente a lo que es "PXE", mi personaje se llama Cassandra y es mucho más parecida a mí en cuanto a personalidad. Es mucho más aventada, aguerrida y que lucha por lo que ella cree que es correcto y quiere. Y bueno evidentemente no puedo no mencionar que me siento la más afortunada de compartir escena con grandes actores, como lo es Odiseo Bichir, Susana Alexander, Otto Sirgo y mi compañero también en Backdoor Jerónimo Best... entre muchos otros. Muero porque vean esta GRAN serie que los va a sorprender con la trama.

Hablando de eso, ¿crees en la vida extraterrestre?, ¿qué fue lo que te gustó de este proyecto?

Claro que creo que hay vida fuera de este planeta, no creo que seamos tan especiales jaja. Y para serles honesta me da mucha curiosidad la vida fuera de este planeta o hasta fuera de esta galaxia y sinceramente no me da miedo, ups. Algo que me hizo querer estar en el proyecto fue por lo poco que leí del personaje al hacer el casting y por el director de fotografía Chuy Chávez que ya habíamos trabajado juntos en Backdoor.

De todos los personajes que has interpretado, ¿cuál ha sido el que definitivamente podría ser tu amiga y que otro dices este definitivo no?

¡Que buena pregunta! Mi mejor amiga definitivamente sería Cassandra de "Fabricantes de Ovnis". Y la que definitivamente no me llevaría tanto con ella, creo que sería Ximena en "La Candidata" y Mery en "Hoy voy a cambiar" la vida de Lupita D'Alessio

¿Cuál crees que es la parte más difícil de tu carrera? Saber que necesitas cuidar de tu mente, cuerpo y alma para poder seguir con una carrera exitosa y saludable porque al final trabajamos nuestras emociones. Y que el espectador entienda que somos seres humanos y que podemos tener días buenos y días malos.

¿Cuál crees que es el mejor consejo que puedes darle a un círculo de mujeres para mantenerse tan unidas como el círculo al que tú perteneces? Que tenemos hoy en día la opción de ELEGIR algo que nuestras mamás, abuelas y bisabuelas no podían (por lo general) desde que estudiar, si queremos tener hijos o casarnos, si queremos vivir solas aún a pesar no de estar casadas y que entendamos que nuestra felicidad no depende de un hombre, claro que una pareja puede hacerte aún más feliz pero siempre y cuando tú lo seas antes sola. Que veamos que entre nosotras hay mucho más fuerza cuando estamos unidas porque en este mundo que se ha dirigido, redactado, llevado por hombres, nadie entenderá mejor a una mujer que otra mujer.

¿Por qué te dicen La Furia, nos puedes contar? Desde chiquita el deporte es parte de mi vida, soy súper competitiva (sanamente) jaja y me gusta retarme. Hace aproximadamente 5 años yo hacía calistenia y la verdad es que es un ejercicio el cual exige de mucha fuerza y retos, ahí un día hicimos un rally de obstáculos y ejercicios, el dueño se sorprendió de que yo como mujer y midiendo 1,55 cm (sí, lo soy muy chaparrita jaja) pudiera hacer todos los ejercicios y hasta ganarle a algunos hombres, entonces él se expresó diciendo: "Órale

parece que tiene una furia dentro" la verdad es que no se si fue así textualmente jaja pero al final de ahí se me quedó La Furia. Y sinceramente me encanta, porque no creo que sea un apodo negativo. Siento que es como sacar el FUAAAAA Jajaj

¿Cómo conectas contigo después de un día lleno de actividades? Un baño delicioso, ponerme crema, mi skincare routine, poner una película que me encante y que sepa que me hace reír o enamorarme más de la vida, música y confort food.

Con motivo del mes de Abril ¿qué mensaje le darías a Karla de 12 años? Que el ser tan fiel a ELLA la va a llevar a una vida llena de mucho amor y felicidad que jamás le llegó a pasar por su mente tener. Decirle que la gente intensa si cae bien. Y que el amor que tanto le hizo falta está dentro de ella y de nadie más.

... ¿y a Karla de 50 años? Que espero que siga haciendo lo que ama, que no se olvide nunca de la aunque tengas familia, que ese negocio que tanto quiere tener va a ser todo un éxito y llevará ya unos buenos 15 años con el. Y que seguirá siendo fiel a ELLA. Que nunca deje de creer en el amor y en su poder tan grande que hay dentro de su ser.

Si en algún momento hacen una serie interpretando a Karla Farfán, ¿cómo tendría que ser la persona que quiera este papel? Apasionada, empática, honesta, intuitiva, inteligente, amorosa, libre, sexual, leal, divertida, con buen humor y resiliente... y muchas cosas más UUUUUUUU.



en corta

Frío o calor: frío, para vivir.

Lugar favorito en el mundo: me falta mucho por conocer pero diría que Madrid.

Lugar favorito de México: mi hogar.

Mejor inversión: terapia.

En tu bolsa no falta: cartera, un estuche de pinturas (las básicas) desodorante y perfume.

Marca favorita mexicana:

@galaislove Joyería.

Marca de maquillaje favorita: tengo muchas pero creo que la que más tengo es Urban Decay.

Crush: Jake Gyllenhaal.

Animal favorito: caballo.

Hobby: bailar, dibujar mandalas y cantar.

Producto de maquillaje favorito: rímel de Maybelline "Push Up Drama".

Producto de skincare favorito: bloqueador, agua micelar y una buena crema hidratante.

Perfume favorito: NO PRETENDO DECIRLO... JAMÁS Jajaj siempre me preguntan. No es broma me han parado en restaurantes, centros comerciales y en proyectos saben que ya llegue porque huele a mi jaja y creo que "nunca" lo diré.

Gadget favorito: quitando el celular...Mi Satisfayer (juguete sexual) jaja.

Color favorito: violeta, azul índigo y negro.

De pequeña querías ser: detective o trabajar en un spa.

Define tu estilo en una palabra:

camaleónico.

Libro favorito: UNTAMED de Glennon Doyle.

Serie favorita: Dark, The office y Severance, entre otras.

Personaje de tv favorito: "Rubi" y "Federica Peluche" jajajajajaja

Frase favorita o mantra: "El que hace lo que ama está condenado al éxito"

Accesorio favorito: lentes o aretes.

Comida favorita: mexicana, japonesa e italiana.

Alguien con quien te gustaría trabajar: Anne Hathaway Y Guillermo del Toro.

Lo primero que haces al despertar: Agarrar el maldito celular, pésima costumbre. Quiero mejorar en eso.

¿Cómo te dicen de cariño?: en mi familia "Kayita-Tayita". Soy la persona más fácil para poner apodos.

Si pudieras brunchear con cualquier persona en el mundo sería: con mi mamá pero siendo amigas. Me encantaría conocer a mi mamá sin ser mi mamá. Conocer cómo ella veía la vida y cómo se veía, poder entenderla desde otro lado que no sea madre e hija. Hitler, me da mucha curiosidad saber porque en su cabeza para él esa era la mejor opción y era algo "bueno" haber hecho esa atrocidad.



LOULOU STUDIO

Desde 2019 y diseñado en París por la directora creativa Chloé Harrouche, Loulou Studio ofrece un guardarropa de elementos esenciales codiciados impregnados de la auténtica simplicidad francesa.

Con una versión clásica de la modernidad, la colección encuentra el equilibrio en el contraste y la precisión: suave pero poderoso, minimalista pero vanguardista, femenino con un toque masculino, el guardarropa de Loulou Studio resalta la facilidad y la fuerza de la mujer que lo usa.

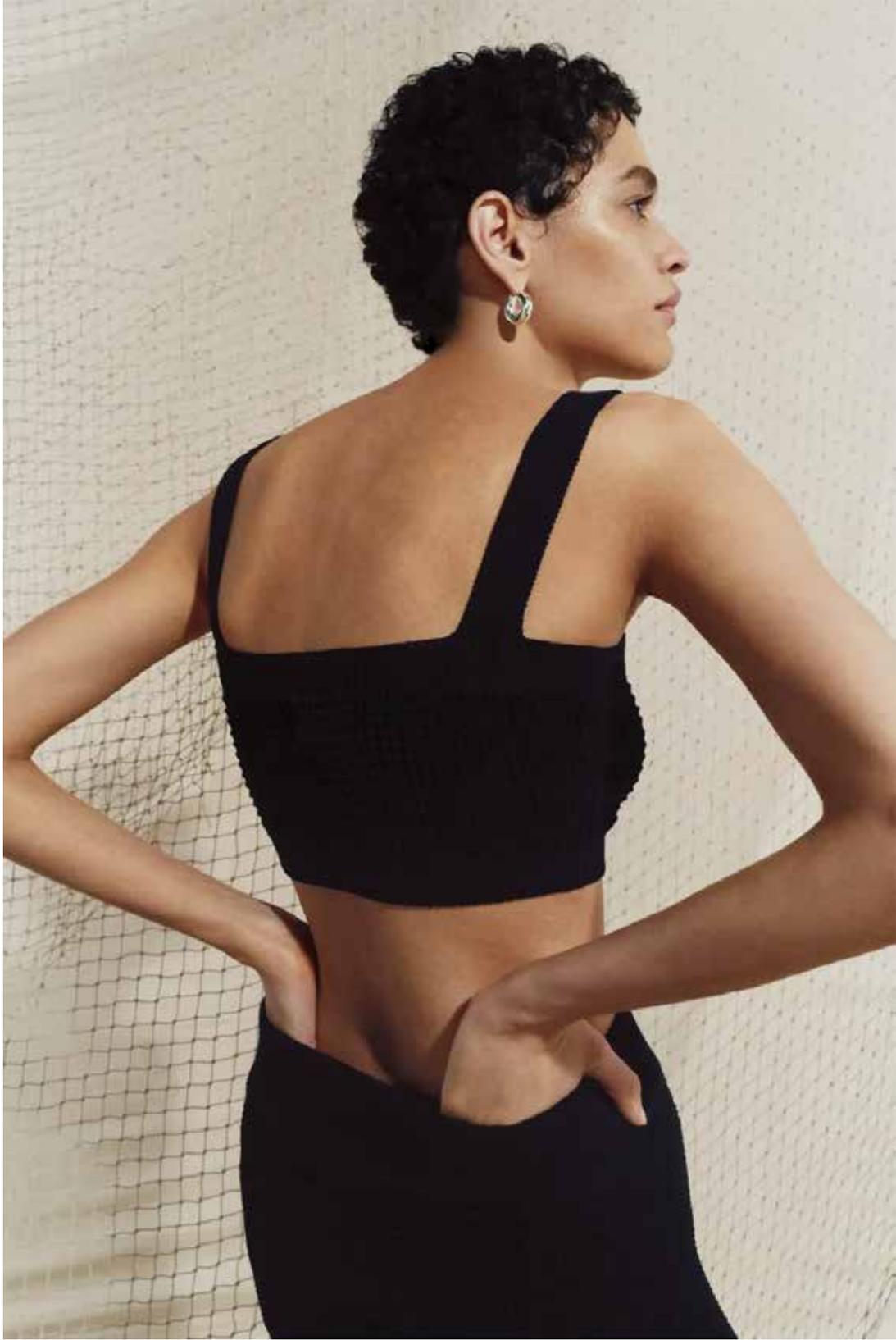








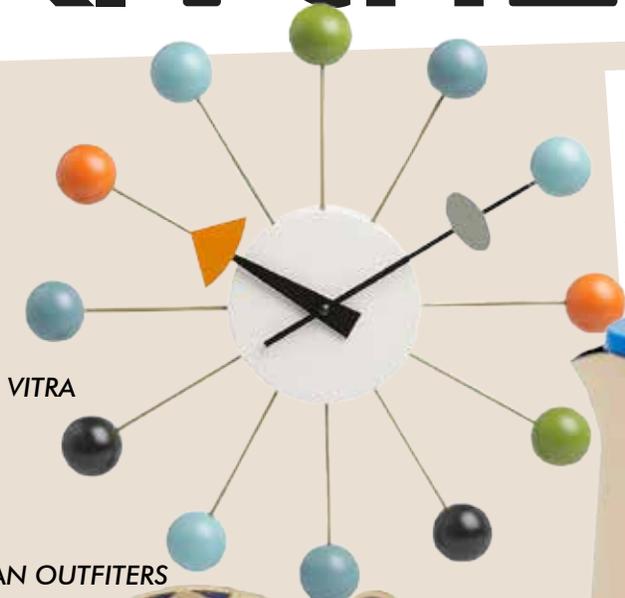






oh my KITCHEN

Los detalles coloridos pueden darle vida y energía a la cocina, mientras que las texturas rígidas y suaves pueden agregar dimensión y profundidad. Cada elemento en la cocina debería ser cuidadosamente seleccionado para reflejar tu personalidad y estilo, desde la elección de los electrodomésticos hasta los utensilios y la decoración.



VITRA

URBAN OUTFITERS



HAY



GUCCI



L'ATELIER DU VIN



NIKI AND SIMON



L'OBJECT



URBAN OUTFITERS



MISSONIHOM



POLSPOTTEN



CAPADOCIA

JOYERÍA TURCA

— ALTA CALIDAD DE PLATA —



CAPADOCIA JOYERÍA TURCA



CAPADOCIA_OFICIAL



442-516-5392

oh my BEDROOM

La privacidad del dormitorio es un lugar sagrado donde uno puede retirarse y recargar energías después de un largo día. Pero no debemos confundir la privacidad con la falta de atención a su decoración y diseño. Después de todo, es el lugar donde empezamos y terminamos nuestro día, y es importante que la decoración refleje nuestra personalidad y estilo de vida.



SELETTI



GUCCI



PERI HOME



AYTM



NORDSTROM



LEBLON
DELIENNE



AYTM



FINNISH DESIGN
SHOP



ADESSO
LIGHTING



LES OTTOMANS



MATTERS OF THE
HE
ART

iconique 

DISPONIBLE EN:

*El
Palacio de Hierro*

Anillo Periférico 4690
Jardines del Pedregal de San
Ángel, 04500
Ciudad de México, CDMX
(55) 1478 3262

 www.iconique.com.mx

oh my BATHROOM

BAINA



Los amantes de la decoración saben que el baño importa y que los invitados no pueden dejar de fijarse en su diseño y estilo. Por eso, al elegir las piezas para tu baño, es importante buscar aquellos elementos sencillos pero que resalten. Elige una mezcla cuidadosa de tonos y texturas para crear un ambiente que se sienta como una mini galería dentro de un museo. Con la elección correcta de piezas, tu baño se convertirá en un espacio de elegancia refinada, con un toque de lujo y estilo que dejará a tus invitados con una impresión duradera.



L'OBJECT

SERAX



KASATEX



ADESSO LIGHTING



URBAN OUTFITTERS

BITOSSI CERAMICHE



SOHO HOME

GINORI 1735



PIGEON AND POODLE

ORLANE

PARIS

CRÈME ROYALE BEAUTY SUBLIME MASK



EL SECRETO DE LA JALEA REAL FRESCA
A LA LONGEVIDAD
Y EL PODER ANTI ENVEJECIMIENTO
DE ORO LÍQUIDO.



*El
Palacio de Hierro*

oh my SALOON

La sala es el lugar perfecto para expresar tu creatividad y estilo de vida. A través de la selección de piezas únicas, puedes crear una sala que refleje tu personalidad y gustos. Ya sea con obras de arte, alfombras de alta calidad o detalles decorativos, tu sala se convertirá en un espacio impresionante y memorable que dejará una impresión duradera en tus invitados.

FINISH DESIGN SHOP



101 COPENHAGEN



ADESSO LIGHTING



DUSEN DUSEN



MOMA



L'OBJECT



NASONMORETI



MARLOE MARLOE



JONATHAN ADLER



POLSPOTTEN



COSMÉTICA LIMPIA

Hecha con ingredientes sostenibles.

Libre de crueldad animal.

Fórmulas amigables con tu piel y el planeta.




XIXANTHÉ
cosmética mexicana

  @xixanthe

www.xixanthe.com.mx



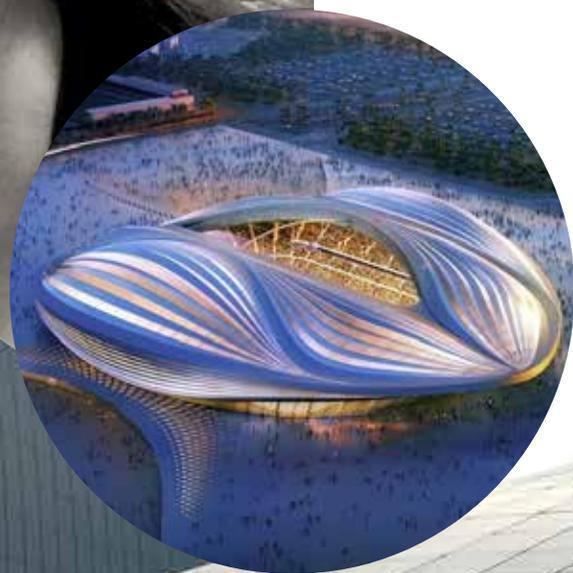
Tu piel más agradecida que nunca con estos aceites corporales

Una piel suave, llena de brillo, fuertecita y sobre todo hidratada, es posible con esta selección de productos probados por nosotras. En este tiempo de calorcito rico, es normal que nuestra piel se vea deshidratada al perder agua a través del sudor, pero, cuando prestas atención a ella y le ayudas, es un clima perfecto para que se vea glow y sana.



- 1. Ole Henriksen - Firmly Yours Aceite Corporal Tonicante Seco** Ole Henriksen Firmly Yours Toning Dry Body Oil no deja ese residuo resbaladizo y grasoso en la piel. De hecho, se seca por completo y desaparece en nuestra piel en segundos. **2. Dermalogica - Aceite Corporal Phyto Replenish** El aceite corporal Phyto Replenish de Dermatologica contiene un cóctel de aceites (aguacate, semilla de ciruela y aceite de girasol) que son ricos en ácidos grasos omega que ayudan a reponer la barrera de la piel. **3. La Mer - Renewal Body Oil Balm** El Renewal Body Oil Balm es un lujoso producto para después del baño que te hará sentir una piel rica y reluciente de pies a cabeza. **4. Neutrogena** Formulado específicamente para piel seca y es facilísimo de encontrar en cualquier supermercado **5. Burt's Bees - Mama Bee Nourishing Body Oil** Si tienes la piel muy cansada y estresada, este sería un buen aceite para elegir. Los aceites de almendras dulces y limón son livianos y estimulantes, por lo que tienen el beneficio adicional de iluminar el cutis apagado.

Zaha Hadid





Zaha Hadid fue una arquitecta de origen iraquí-británico, nacida en Bagdad en 1950 y fallecida en Miami en 2016. Es considerada una de las arquitectas más influyentes y vanguardistas de la arquitectura contemporánea, caracterizada por su estilo futurista y su fascinación por la geometría y la forma.

Hadid estudió matemáticas en la Universidad Americana de Beirut antes de trasladarse a Londres en 1972 para estudiar arquitectura en la Architectural Association School of Architecture. Después de graduarse, trabajó con varios arquitectos notables, incluyendo a Rem Koolhaas y OMA, antes de establecer su propia firma, Zaha Hadid Architects, en Londres en 1980.

Hadid fue la primera mujer en ganar el Premio Pritzker de Arquitectura en 2004, el premio más importante de la arquitectura mundial. También recibió muchos otros premios, como la Medalla de Oro del Real Instituto de Arquitectos Británicos, el Praemium Imperiale de Japón y el Stirling Prize del Reino Unido en dos ocasiones.

Entre los proyectos más importantes de Hadid se encuentran el Centro Acuático de Londres, construido para los Juegos Olímpicos de 2012, la Ópera de Guangzhou en China, la Estación de Bomberos Vitra en Alemania y el Museo MAXXI de Arte Contemporáneo en Roma.

La obra de Hadid se caracteriza por su innovación y su enfoque en la exploración de la geometría y la forma. Utilizó tecnología avanzada y materiales modernos para crear edificios con formas orgánicas y curvas, lo que le valió la reputación de ser una de las arquitectas más vanguardistas e influyentes de su tiempo.

EL PRIMER HOTEL impreso en 3D BJARKE INGELS



La startup con sede en Austin, Texas, Icon, especializada en tecnología avanzada, está a punto de lanzar el primer hotel impreso en 3D en Marfa, Texas, diseñado por el arquitecto Bjarke Ingels en colaboración con la propietaria de hoteles de Austin, Liz Lambert.

El hotel impreso en 3D será construido por máquinas Vulcan de Icon y constará de unidades abovedadas para huéspedes, una infinity pool, una casa de baños al aire libre y una cocina exterior, entre otras instalaciones. Además, la propiedad también incluirá una comunidad de Sunday Homes de dos, tres y cuatro dormitorios que podrán ser adquiridas como residencias vacacionales privadas. Icon asegura que las estructuras impresas en 3D se pueden construir en menos tiempo, con menos residuos y son un 35% más resistentes que aquellas realizadas con métodos de construcción tradicionales.

El uso de la impresión 3D permite a los arquitectos explorar diseños más complejos y formas orgánicas sin aumentar significativamente el presupuesto.





BUENOS DÍAS

COMIENZA EL DÍA DE LA MEJOR MANERA.

VEN A DESAYUNAR A

BRUNO

≈CUCINA≈

AV. INDEPENDENCIA 2351 ISLA 4, COL. TROJES DE ALONSO
CENTRO COMERCIAL GALERÍAS, AGUASCALIENTES, AGS.

RESERVA VÍA WHATSAPP AL: (442) 70 80 100



@BRUNOCUCINAAGS

Feng Shui & Dragón



SÍMBOLO DE RIQUEZA Y PROSPERIDAD

El dragón es una criatura mítica y poderosa que tiene un significado especial en la filosofía china del Feng Shui. En esta antigua práctica, el dragón es considerado un símbolo de fuerza, poder, buena suerte y prosperidad. Muchas personas creen que tener un dragón en el hogar puede atraer estas energías positivas y mejorar la armonía y el equilibrio en el hogar.

Según el Feng Shui, el dragón es un animal celestial que representa el yang, la energía masculina y la creatividad. Se cree que el dragón tiene la capacidad de controlar el clima, el agua y el viento, y por lo tanto, es un símbolo de poder y control sobre el entorno. También se dice que el dragón es protector y puede ayudar a alejar la mala suerte y la negatividad.

En el Feng Shui, el dragón se asocia con la dirección este y es importante colocarlo en una ubicación estratégica para maximizar su efecto. Por ejemplo, colocar un dragón en la sala de estar puede ayudar a mejorar la

energía y el flujo de la habitación, mientras que colocar un dragón en la oficina puede aumentar la productividad y la creatividad.

Además, el dragón es un símbolo de riqueza y prosperidad. Se cree que tener una imagen o una estatua de dragón en la casa o en el lugar de trabajo puede atraer abundancia y prosperidad. El dragón también se asocia con la buena suerte y se cree que puede ayudar a mejorar la suerte en los negocios y en la vida en general.

En conclusión, el dragón es un símbolo muy poderoso y significativo en la filosofía del Feng Shui. Tener una imagen o una estatua de dragón en el hogar o en el lugar de trabajo puede ayudar a mejorar la energía y el flujo de la habitación, así como atraer la prosperidad, la buena suerte y la protección. Si estás buscando una manera de mejorar la armonía y el equilibrio en tu hogar, considera agregar un dragón a tu decoración.



Lo que necesitas:

una mini bodega



www.homestorage.mx



442 880 9512

PURIFICADORES DE

aire

CON LA MÁS

alta tecnología

La calidad del aire dentro del hogar es algo de lo que muy pocas personas se preocupan, sin embargo, los ácaros, el polvo, la piel muerta, son causantes de esas alergias que dan de la nada.

Elegimos 2 purificadores de aire con base a una encuesta con nuestra comunidad.



**DYSON PURIFIER HUMIDIFY+COOL
FORMALDEHYDE**

Es la estrella de los espacios, prácticamente desde que comenzó la pandemia. Quienes lo tienen saben que vale cada peso. Está diseñado para funcionar en una sola habitación. Además de purificar el aire, lo humidifica y enfría. Dyson es una marca conocida por aspirar hasta los pecados (casi), ayuda a eliminar las partículas ya conocidas y el formaldehído del aire que es lo que nos causa irritación de ojos y que la garganta nos pique.



**SHARK 3 IN 1 AIR PURIFIER, HEATER
& FAN WITH NANO SEAL**

Un 3 en 1 que es excelente para habitaciones grandes, gracias a su capacidad de purificación de hasta 40 metros cuadrados. Si bien, no es tan amable con su interfaz como lo es el de la marca Dyson, si tiene la mitad del costo, por lo que dedicarle unos minutos a ver como funciona puede valer la pena. El purificador de aire tiene un filtro llamado HEPA Nanoseal que atrapa el 99% de las partículas en todos los tamaños.

ROCKET

★ VALLAS MÓVILES DIGITALES ★

 **TEN +20,000
IMPACTOS AL MES**



Contrataciones

 442 475 0430

LOS 3 LIBROS

PARA LOS AMANTES DE LA ARQUITECTURA

(LOS ENCUENTRAS EN GANDHI)

Estos libros van desde lo estético hasta lo teórico. Si eres amante de la arquitectura y te apasiona el interiorismo, estos libros no pueden faltar en tu colección.

BUILDINGS IN PRINT: 100 INFLUENTIAL & INSPIRING ILLUSTRATED ARCHITECTURE BOOKS
JOHN HILL

Capturando lo mejor de la mente curiosa y perspicaz de Hill, este recurso invaluable ampliará el mundo de cualquier persona interesada en el campo de la arquitectura y proporcionará argumentos irrefutables para la relevancia continua de estos trabajos.

CASA, VIVIENDA, JARDÍN: EL PROYECTO Y LAS MEDIDAS EN LA CONSTRUCCIÓN
Peter Neufert

Ludwig Neff y Peter Neufert establecen los parámetros básicos a tener en cuenta en el proyecto de viviendas y jardines, todo ello de una forma fundamentalmente gráfica que cuenta con 3.184 ilustraciones y 123 tablas.

HISTORIA DE LA FORMA URBANA
Desde sus orígenes hasta la revolución industrial
A.E.J. MORRIS

HISTORIA DE LA FORMA URBANA
A.E.J. MORRIS

Todo un clásico de la historia del urbanismo, este libro presenta una panorámica completa del desarrollo de la forma urbana desde las primeras ciudades de la Antigüedad hasta las de los albores de la Revolución Industrial. Un recorrido por la historia de Europa y los Estados Unidos que se complementa con una serie de apéndices sobre el Extremo Oriente, la India y las civilizaciones precolombinas.

PARQUE INTERLOMAS

Trae a tus hijos a comer delicioso, jugar en Zona Extrema, practicar parkour o skateboard y más...
¡Arma un día inolvidable en Parque!



¡EL MEJOR FESTEJO DEL NIÑO ES EN PARQUE!

VIVE PARQUE

www.parqueinterlomas.com

Jesús del Monte #41, Interlomas Huixquilucan.

3 SERIES PARA MARATONEAR EN CASA (SOBRE CASAS)

Queer Eye

Este reality show sigue a cinco expertos en moda, belleza, decoración del hogar, gastronomía y cultura, mientras ayudan a transformar las vidas de personas comunes y corrientes que necesitan un cambio en sus vidas. La serie se centra en la transformación de hogares y en ayudar a las personas a encontrar su estilo personal.

Grand Designs

Este programa sigue a personas que están construyendo sus propias casas, desde el diseño hasta la construcción. Cada episodio muestra los desafíos que enfrentan los propietarios de casas mientras construyen sus hogares personalizados y únicos.

Property Brothers

En este reality show, los hermanos gemelos Drew y Jonathan Scott ayudan a las personas a encontrar, comprar y remodelar casas en su presupuesto. La serie se centra en la compra y renovación de hogares para que se ajusten a las necesidades y deseos de los propietarios.





Andrés Baida

ONE NIGHT



CARLO CORINTO
PARIS

M A N

A NIGHT TO
REMEMBER



When you get older, you realize it's a lot less about your place in the world but your place in you. It's not how everyone views you, but how you view yourself.

**NATALIE
PORTMAN**



TU MARCA EN
TODOS LADOS





MONTBLANC
LEGEND



THE FRAGRANCE FOR MEN