

mujer

IN TIME

ACEPTAR COOKIES

EL RASTRO
DE TUS VISITAS

3 SANDALIAS
6 LOOKS

The Male
Gaze

Y EL RETRATO A
LAS MUJERES

DALE UN
glow
up

A TU RELACIÓN
CON EL TRABAJO

Ale Zéguier

NO DEJA DE BRILLAR

Playtex®

ENAMÓRATE DE TU CUERPO®

Síguenos en nuestras Redes Sociales
facebook Instagram



Bra 3385
Panty C61

Greekaba



Maison Christian Louboutin presente el bolso Greekaba con líneas audaces. Este modelo forma parte de la cápsula de Greekaba de esta temporada, ilustrada por el artista Konstantin Kakaniyas, confeccionado en tejido bordado exclusivo, inspirado en la pasión por las islas griegas. Su diseño tiene dos asas de piel de becerro adornadas con púas doradas y cuentas tubulares.

#NOTEPIERDASDENADA



@mujerintime

EN PORTADA:



¿Quieres escribir como colaborador?

redes@dcmedia.com.mx

WWW.MUJERINTIME.COM



contacto@dcmedia.com.mx



#QUETALSI

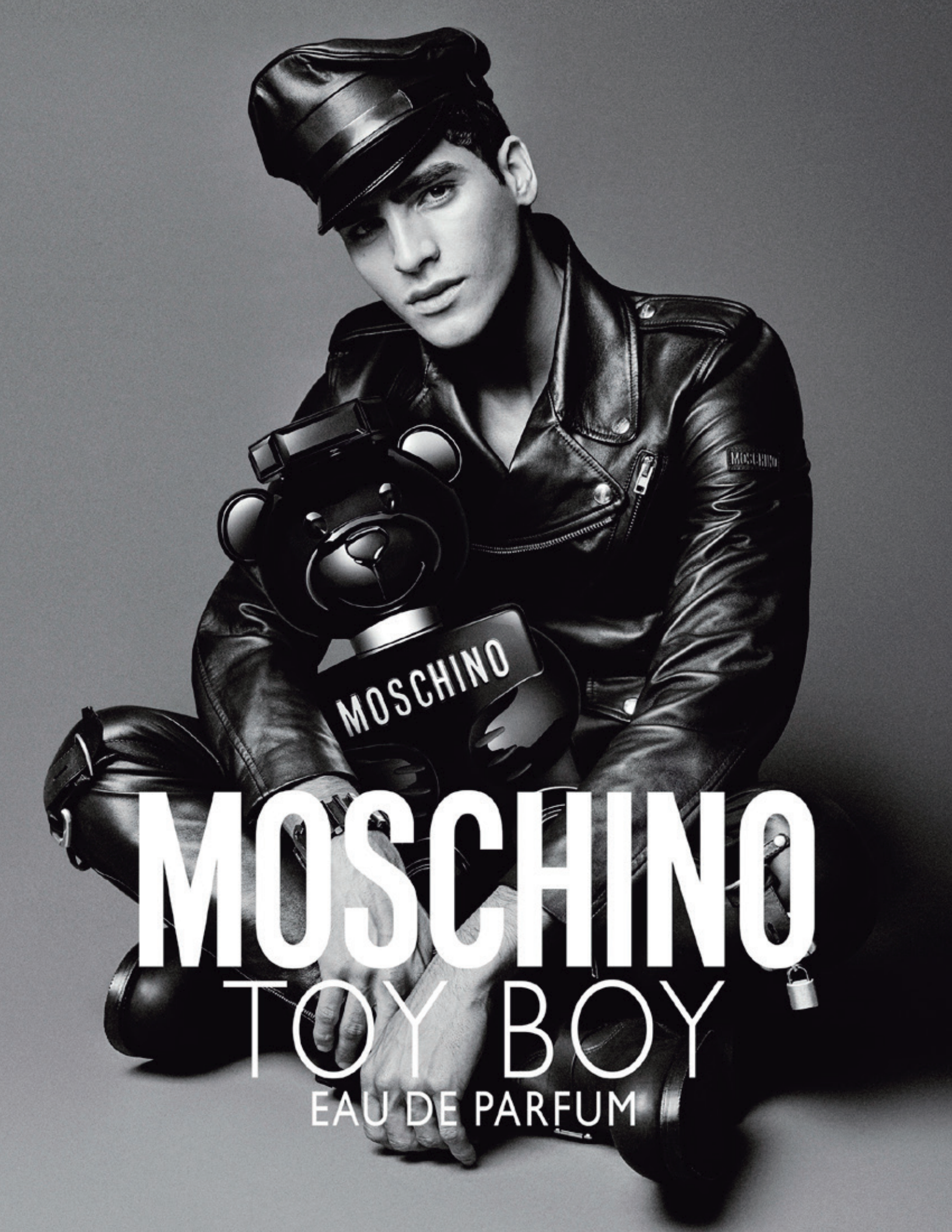
Mitad de año y estamos en temporada cálida, donde nos tropicalizamos, piernas bronceadas, piel glowy y nuestras mejores prendas de verano. Pero así como cada año nos renovamos y pareciera que cambiamos de piel, te pregunto ¿estás tropicalizando también tu negocio?.

Está edición nos fuimos por el lado tecnológico, desde arte, consejos y ocio, porque queremos contagiarte de esto que mueve a DC Media, la innovación y la tecnología. Olvídate de ser un "dinosaurio" (empresarialmente hablando) y dile sí a abrir tu tienda online, abrir tu canal de YouTube, subir TikToks, grabar Reels, no tengas miedo. No estaríamos celebrando nuestra edición junio 2022, si no hubiera existido esta pregunta hace 15 años "¿#quetalsi?".

No seas enemigo de tu negocio, recuerda que hay muchos factores que lo matan lentamente, desde la frustración, la envidia, el miedo, pero sobre todo la falta de pasión y dejar de renovarnos. Hoy, te invito a cambiarle la piel a tu negocio, vuélvete loco, cambia de colores, cambia de voz y nunca olvides esta frase que tenemos como mantra "¿#quetalsi?"
#pongamosatumarcademoda



Cynthia Díaz
CEO DC MEDIA



MOSCHINO

MOSCHINO

TOY BOY

EAU DE PARFUM



DALE UN

glow up

A TU RELACIÓN
CON EL TRABAJO

SENTIRTE RENOVADA Y
TENER UNA NUEVA Y BUENA
RELACIÓN CON TU TRABAJO
ES POSIBLE

FACT: Tener una mejor actitud en tu trabajo te vuelve más productivo. El estrés, la rutina, algunos compañeros de trabajo, el jefe, los clientes, muchas veces tienen consecuencias negativas en nuestra salud que se representan con ansiedad, acné, alopecia o insomnio.

Para algunas personas ya es mucho más importante tener un ambiente sano de trabajo que un sueldo alto, pues tener bienestar y felicidad te hace rendir más y mejor en el trabajo. En este artículo te presentamos algunos consejos para que cada que pises la oficina, lo hagas con una sonrisa genuina.

Uno de los mayores secretos del éxito sin duda es dormir bien y descansar, te aseguramos que si duermes las horas que realmente necesitas, no más ni menos, te podrás levantar a tu hora y llegar puntual al trabajo. Otra clave es jamás llegar en ayunas al trabajo, y esto va de la mano con dormir bien, pues cuando es así, nos da tiempo en la mañana para desayunar equilibradamente, reduciendo el riesgo de sufrir ataques cardíacos y mejorando el rendimiento durante el día. Debes

incluir lácteos, cereales sin azúcar, y fruta.

Igual de importante es escuchar música de camino al trabajo, ya que produce una estimulación a nivel cerebral que reduce la ansiedad. Ya en el trabajo, debes tener constantes pausas para mantener un nivel de atención o bien, realizar ejercicios físicos como estiramientos entre tareas.

Tu espacio de trabajo debe estar organizado y decorado, pues un espacio limpio aporta claridad mental que te permite tener los objetivos claros. Para tus tareas, utiliza una agenda de pendientes para organizarse, ordenar y organizar tu día te ayudará a ser mucho más productiva. Con tus compañeros y clientes, siempre se amable, pues uno de los factores más importantes es una buena relación con tus compañeros.

Por último y muy importante, desconectate, cuando salgas del trabajo, saliste del trabajo, no tienes que llevar trabajo a casa, pues eso solo hará que tu relación con tus labores sea mucho más tediosa.

kipling | WOODSTOCK®







Kipling y Woodstock celebran la armonía del **Amor y la Música** con una genial colección creada con materiales reciclados.

Encuéntrala a partir del 10 de junio. Colección exclusiva online.

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

kiplingmexico.com

    @kiplingmexico



PERFECCIÓN

EL GRAN MAL DEL EMPRENDEDOR

WWW.MUJERINTIME.COM

Querer que las cosas siempre salgan bien puede no siempre conducirte al éxito y en algunas ocasiones, llevarte directo al fracaso. Aunque es considerado para algunos una virtud, también puede ser una navaja de doble filo, pues el perfeccionismo puede ser una forma de ansiedad, que te impide progresar en tu negocio, pues muchas veces te niegas a tomar riesgos y las tareas se vuelven mucho más tardadas y meticulosas.

Una de las características de este tipo de emprendedor, es que sus agendas se encuentran completamente llenas, se obsesionan por todas las actividades que hay por hacer y muchas veces esto se vuelve muy poco produc-

tivo. Tienen obsesión por los errores que han cometido y les hace mucho ruido toda la lista de tareas pendientes.

Huir de los desafíos es otra característica, el temor al fracaso muchas veces pone el freno al avance de tu negocio, provocando una falta de motivación. Hay que recordar que el camino al emprendimiento está lleno de incertidumbres y que en algunos casos no triunfarás pero lo clave es aprender y seguir avanzando.

Igualmente, no aceptar las críticas constructivas está dentro de las características del emprendedor perfeccionista, se colocan a la defensiva de

cualquier tipo de comentario. Y en cuanto a su competencia están muy al pendiente del fracaso ajeno que de su éxito. Si alguno de estos puntos te suena te recomendamos prestar atención a tu salud mental en cuanto a tu negocio. Puede sonar algo duro, sin embargo este tipo de emprendedor sufre altos niveles de estrés por tantas responsabilidades, que en muchos casos tiene efectos físicos.

Aumento de peso o reducción, cambios en el estado de ánimo, dormir sin descanso, son algunos de los síntomas que pueden surgir por querer controlarlo todo. La terapia te ayudará a gestionar mejor tus actividades, y a perder el miedo a vivir nuevos retos.

¿SABES CUÁNTAS EMPRESAS HAY DETRÁS DE ESTE MOMENTO?

Escalera

+ 120,000 EMPLEOS
+ 55,000 EMPRESAS

Pintura

+ 18,000 EMPLEOS
+ 400 EMPRESAS

Rodillo

+ 9,500 EMPLEOS
+ 700 EMPRESAS

LAS EMPRESAS GENERAN
8 DE CADA 10 EMPLEOS.

vozelasempresas.org

Voz de las Empresas



Fuente: Censo Económico 2019, INEGI

Consejo de la Comunicación

DESTETE RESPECTUOSO

La Organización Mundial de la Salud, recomienda dar leche materna de manera exclusiva, es decir, sin otros alimentos como jugos hasta los 6 meses, en libre demanda y libre disposición, cuanto lo pida el bebe, y mantener la lactancia complementada con otros alimentos hasta los 2 años de edad. Algunas madres, deciden destetar a su bebé, antes del periodo recomendado, mientras que en otros casos, incluso alimentan con leche materna hasta los 5 años, o bien esperar el destete espontáneo que sucede entre los 2 y 4 años.

Sea cuál sea la decisión que tú hayas tomado, es importante que sepas que este proceso no es una decisión individual, sino que se realiza de forma respetuosa de acuerdo a las necesidades de tu niño. Igualmente es importante que el papá forme parte de este proceso, ofreciendo apoyo durante la lactancia.

La decisión es tuya y de tu pareja, si deciden seguir con la lactancia, nadie más puede opinar sobre su decisión.

El destete debe ser con tiempo, para que respetes las emociones de tu hijo y tu estado físico.

Una forma eficaz, es dejar de ofrecerle pecho, no significa que no le des, sino que sea de acuerdo a sus horas de alimentación.

Ve espaciando las tomas, combina con otros líquidos, jugos y comidas.

Cuando tu pequeño quiera leche materna, dale un poco y luego animales a hacer otra cosa.

Recuerda que no solo se trata de alimentar, es también una forma en que ellos sienten contacto y cariño, por lo que puedes utilizar caricias, abrazos y cariños diferentes.

Su toma, no puede ser un refugio de consuelo.

Respetar tus tiempos y los tuyos, puedes hacer un destete parcial, dejar los días o las noches.



TOMS

THE MALLOW™

Sink your feet in.



De venta en *El Palacio de Hierro*
SOY TOTALMENTE PALACIO®

y

 Liverpool®

 tomsmexicooficial

 tomsmexico

 toms.com.mx

ESCAPATE

WWW.MULIERINTIME.COM



teamLab

EL MUSEO DE ARTE DIGITAL QUE QUERRÁS CONOCER



teamLab es el primer museo de arte digital en Tokio, para ser exactos en la isla de Odaiba. Este museo de 10.000 metros, alberga 60 obras de arte digital, creadas a partir de 520 ordenadores y 470 proyectores digitales, en donde hay obras de arte animadas, que cambian y evolucionan. En algunas exhibiciones tu participas creando dibujos que toman vida y rodean el museo, respondiendo a nuestros movimientos.

El objetivo del museo es crear un mundo sin límites, donde las obras cambien de ubicación, sin límites entre salas u obras, sin límite de tiempo entre día y noche.

teamLab te permite caminar a través del agua, donde te unes a las flores y sumerges tu cuerpo con el arte. En total hay 9 obras y 4 espacios de exhibición masivos y 2 jardines. Aquí, el límite entre tu cuerpo y el arte se disuelve.

WWW.MUERINTIME.COM



Chocotorta

EL POSTRE SIN HORNO QUE TIENES QUE PROBAR

La chocotorta es una tarta de origen argentino que es muy fácil de hacer y que definitivamente es para los amantes del chocolate. Con 3 ingredientes básicos como galletas de cacao, dulce de leche y queso crema, en esta receta cuenta mucho la creatividad porque podemos agregar ingredientes en la decoración, según nuestros gustos y antojos.

Uno de los atractivos de la chocotorta es que no requiere horneado ni nada que no tengamos en nuestra cocina, es tan fácil que incluso podemos dejar que los más pequeños de la casa la realicen.

¿Qué necesitas?

- 4 paquetes de galletas de cacao
- 600 g de dulce de leche
- 600 g de queso mascarpone
- 150 ml de café
- Cacao en polvo
- Chispas de chocolate

¿Cómo se hace?

En un recipiente debemos batir el dulce de leche y el queso mascarpone hasta que tengamos una mezcla homogénea. Guardamos en el refrigerador.

Después, en un molde rectangular, colocamos una capa base de nuestras galletas remojándolas en café o si lo prefieres en vino o leche. Procura que las galletas no queden tan mojadas. Colócalas juntas y sin espacio entre ellas, después agrega una capa de la mezcla del dulce de leche, del mismo grosor que las galletas, después una capa de galletas mojadas en el ingrediente que elegiste. Repite las capas, nosotras te aconsejamos 4 para que sea fácil partir.

Al final termina con una fina capa de dulce de leche y coloca cacao en polvo y las chispas de chocolate. Refrigerar durante 12 horas. Disfruta y mandanos un pedacito.



TEKA

PURECLEAN

El primer fregadero
de superficie hidrofóbica



Aprendiendo de la naturaleza

¿Sabías que las hojas de flor de loto repelen el agua
y son capaces de autolimpiarse?



Superficie antihuellas y antibacterias que repele el agua



Acabado PureClean que mantiene el área seca y limpia



Garantía de por vida en acero inoxidable y
10 años en acabado PureClean



SALUD **ESTRÓGENOS** **¿CÓMO NOS AFECTAN?**

Los estrógenos son hormonas que regulan el ciclo menstrual y que tienen mucho que ver con nuestra piel, huesos, silueta, estado de ánimo, básicamente nuestra salud.

Todas las etapas de la vida de una mujer están relacionadas con las hormonas, ya sea su presencia o su ausencia, y de ella depende nuestro bienestar, no importa si te encuentras en etapa no fértil. La actividad de esta hormona ocurre en los ovarios, pues es necesaria para el desarrollo del genital femenino además de que es responsable de aportar para que funcionen órganos y tejidos. El nivel de estrógenos cambia a lo largo de nuestras vidas manteniéndose estables en la etapa reproductiva con picos en el ciclo menstrual.

Cuando su concentración es la adecuada nos ayuda a tener huesos fuertes pues contribuye a la formación de nuestra estructura ósea. También protegen nuestro corazón pues metabolizan las grasas y regulan el colesterol malo. En el cerebro, tienen la capacidad de estimular el flujo sanguíneo y mejorar la memoria. Y una excelente noticia es que son responsables del mantenimiento del colágeno por lo que tu piel se ve hermosa.

Cuando los estrógenos bajan, que ocurre después de los 40, y con la llegada de la menopausia se reducen hasta una décima parte, que produce muchos cambios y que hay que mantener cuidar. En los huesos, la estructura ósea es mucho más frágil y hay mayor riesgo de fracturas. La carencia de estrógenos provoca cambios de humor y un carácter mucho más irritable.

En los días 14 y 28 del ciclo, se incrementan los estrógenos.

Puedes aumentar esta hormona a causa de mala alimentación.

Las grasas son responsables de que fabriques más hormonas.

Hacer ejercicio ayuda a reponer hormonas que han descendido.

El aumento de esta hormona favorece el desarrollo de cáncer de mama.

Miomas y tumores también son causa de exceso estrogénico.

Los alimentos ricos en fibra son ideales para regularlos.

Íconos de la plástica
mexicana e internacional

LSG
LS / GALERÍA

Stories

by Julia Fullerton-Batten

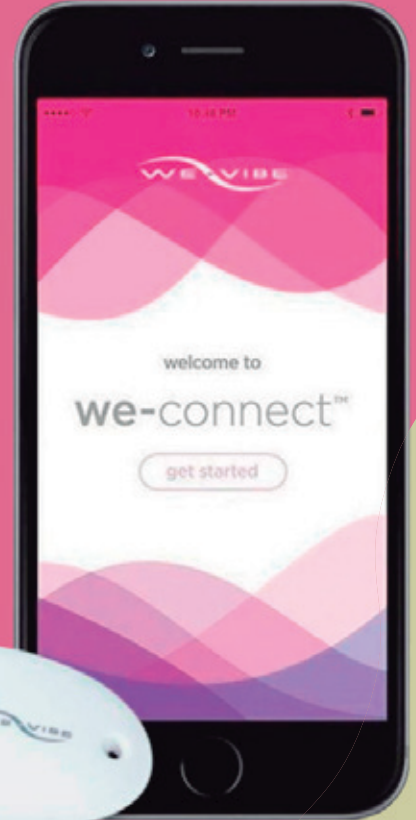
Ibsen 32/A, Polanco
www.lsgaleria.com

 @ls.galeria

 55 2803 4149

TELEDILDONIC

PLACER A CUALQUIER DISTANCIA



WWW.MUJERINTIME.COM

Es común escuchar que los tríos son la mayor fantasía de las personas a nivel sexual. Sin embargo, con la tecnología y también, echémosle la culpa un poco a la pandemia, los juguetes sexuales tienen un BUM, por lo que una nueva fantasía aparece y es el teledildonic.

El teledildonic no es más que la masturbación por control remoto, dejando a la tecnología a nuestro servicio con juguetes sexuales con control remoto diseñados para dar placer y llevar nuestras relaciones sexuales a un nivel más tecnológico.

La diferencia con este juguete sexual, es que es ideal para jugarlo en pareja, siendo este quien lo controle desde la distancia con su práctico control de mando que puede funcionar en algunos casos desde el celular. Las videollamadas jamás fueron tan divertidas.

Con él, podrás controlar la intensidad y la potencia del juguete, ya sea que tú lo utilices o también existe versión masculina. Este juego es ideal para las parejas que les gusta la práctica de dominación y sumisión, pues alguien tiene el control y la otra persona sólo recibe placer.

DAMOS UNA VOZ A LA
NATURALEZA

ÚNETE A LA RE-EVOLUCIÓN



Colección creada
con materiales reciclados



¿DE QUÉ TIPO ERES? ¡DE LOS QUE DONAN!



Comunícate al **442 43 00 924**
extensiones **14142** y **14150**.

DÍA DEL PADRE Y ¿TODAVÍA NO SABES QUÉ REGALAR?

Todos los años, cada tercer domingo de junio, días previos a festejar a papá todos nos bloqueamos y no sabemos qué regalar; ¿tu papá o esposo es deportista pero no quieres darle ropa de deporte?, o ¿le gusta mucho la tecnología pero crees que ya tienen todo lo necesario?

Entonces, ¿Cuál es el mejor regalo?

Sabemos lo difícil que es encontrar algo que emocione a quién lo recibe, si te encuentras en esta posición, puedes apostar este año por regalar bienestar; muy pocas veces en esta fecha nos enfocamos en dar algo que no sea material y si preguntamos qué quieren nos darán pocas pistas.

Matter, marca mexicana de suplementos pensó específicamente en un kit especial para esta fecha; ya que no es común encontrar productos que le hablen directamente al hombre y que estén enfocados en su salud.

Conoce KIT PAPÁ de matter, con:

KYU 10 Elaborado con la coenzima Q10 (CoQ10) es un elemento esencial para muchas funciones diarias y es requerida por cada célula del cuerpo. KYU10 está enfocado en activar la producción de energía celular, mejora la oxidación celular post ejercicio intenso y lo mejor, para esos hombres que están planeando ser papás: mejora la calidad del esperma.

ALPHA Es el primer producto en México enfocado en vasos sanguíneos del pene, sus componentes están elaborados para trabajar en que la sangre fluya y combatir de manera prolongada la disfunción eréctil. Hecho con Extracto de Tongkat ali, Folato y L-Arginina dando como resultado mejora el rendimiento físico, mental y sexual del hombre, preserva el sistema inmunológico y combate la fatiga y el estrés.

BROCCAL Derivado del brócoli, por eso su nombre; este producto está elaborado principalmente de Indol 3 carbinol y el Di-indolmetano. Con beneficios enfocados en eliminar tóxicos ambientales, ayuda al sistema inmunológico y promueve la salud de próstata.

Cada uno de los productos de matter está hecho con fórmulas propias, lo cual significa que no encontrarás ni uno igual en el mercado y además, con ingredientes de patente.

Es importante acompañar cualquier ingesta de vitaminas, minerales y suplementos con 2 litros de agua al día y también, recuerda visitar a tu médico.

Encuentra este kit en youmatter.mx y aprovecha las promociones que tienen para el día del padre.





Ale Zéguier

NO DEJA DE BRILLAR

@alezeguer

Una voz y un alma sensible acompañan a Ale en su camino como cantautora y compositora. Ale ha conectado con nuestros sentimientos regalándonos temas en grandes colaboraciones como Alejandra Gúzman, Camila, Leonel García, Carlos Rivera y Pedro Capó. En este espacio, Ale nos platica todos los detalles de su álbum "Mis no lugares" y su sencillo "Todo el ruido del mundo".

Créditos: @lucely

Nos puedes platicar de tu experiencia en el Lunario, ¿qué sentiste cuando supiste que estaba SOLD OUT? La verdad me puse súper contenta porque jamás esperé ese resultado. Abrimos la primera fecha para el 21 de Mayo y se llenó en 4 días y dijimos "no, tenemos que abrir otra para que la gente no se nos quede fuera". Nunca me imaginé llegar al Lunario y de esa manera, con 2 sold outs.

Fue un momento muy importante porque además de que era la primera vez que pisaba ese escenario que es súper emblemático, estoy presentando mi primer disco que es el resultado de 10 años de trabajo. Entonces es para mi doble celebración y estoy contenta con lo que vivimos en el Lunario.

Le abriste el concierto a Camila ¿alguna vez soñaste con algo así? La experiencia del opening de Camila fue súper linda porque yo crecí escuchando su música y en los últimos meses me ha tocado trabajar con Mario Dom, escribir muy de la mano con él. Así que si es un sueño cumplido que se me diera la oportunidad de abrir el concierto en Guadalajara. Tengo una experiencia con ellos, en el 2007, hace aproximadamente 15 años, yo tenía que hacer muchos puntos en mi casa para que me dejaran ir al concierto de Camila. Recuerdo que así fue la primera vez que fui a verlos en vivo. Y pues ahora tener la oportunidad de abrir su concierto y conocerlos, para mi es una bendición y un sueño cumplido.

¿Recuerdas cuál fue tu primer acercamiento a la música? y ¿cuál fue el momento de revelación en que dijiste "esto es lo que quiero hacer"? Yo creo que en el fondo siempre supe que me quería dedicar a la música. Desde chiquita siempre cantaba en todos lados, en la escuela, tuve bandas, en la iglesia, quince años, bodas, antros, en todos lados. Entonces siempre supe que la música era mi vocación, pero como soy de una ciudad tan pequeña nunca pensé que realmente pudiera lograr algo musicalmente hablando.

Creo que fue algo que siempre supe, así que no hay un momento, pero sí empecé a crearme capaz yo creo que una vez que me mudé a Ciudad de México hace 10 años.

¿Qué canción has compuesto que más te llegue? Todas las canciones que he escrito para otros artistas o para mí, todas tienen un lugar especial. Hay unas que sí les tengo más cariño que a otras. Las que se puede decir que más me llegan son las canciones que han tenido la oportunidad de ser cantadas por artistas grandes como "Lado Oscuro" que escribí con Alejandra Gúzman, esa sería una de las que más me llegan y que siento muy mía. En cuanto a mis canciones, una que se llama "Campo de Minas" que es parte de este disco que se llama "Mis no lugares", creo que esa canción es especial porque tiene mucho sentimiento y una historia muy densa detrás.







SALIDA AUDITORIO NACIONAL

Nos puedes platicar un poco de TODO EL RUIDO DEL MUNDO, ¿Qué significó para ti este álbum y esta gran colaboración con uno de los grandes como lo es Leonel García?

Mi álbum es en realidad mi primer disco, se trabajó durante 2 años, lo escribí y lo grabe del 2020 al 2021. Entonces pues siempre uno tiene la ilusión del primer disco. Creo que el primer disco es muy importante pues por fin tu proyecto sale a la luz y eso es algo que emociona muchísimo, pero nunca me imagine que para este disco que es el primero, tuviera la oportunidad de tener personas tan importantes como Leonel García o Pedro Capó, siempre que me preguntaban cuál era mi colaboración soñada yo decía: Leonel García, entonces definitivamente es un sueño cumplido. Estoy muy feliz de cómo se dieron las cosas, fue una canción que escribí yo y Leo quiso sumarse. Se me hace increíble que uno de mis ídolos más grandes, me apoye y haya querido prestarme su voz para cantar una de mis canciones, me siento muy afortunada.

¿Qué es lo que más disfrutas de empezar proyectos nuevos? Siempre se disfruta renovarse. Creo que como artistas tenemos que renovarnos constantemente y estar buscando LA canción.

En mi caso me gusta buscar historias nuevas que contar, vivir cosas nuevas para poder escribirlas de manera diferente, disfruto mucho todo el proceso en general, el proceso creativo lo disfruto muchísimo, desde el día que siento a escribir la canción hasta que estamos grabando el video, hasta la promoción que hacemos ahorita. Disfruto todas las partes del proceso de mis proyectos nuevos.

Proyectos en puerta... Definitivamente promocionar este disco. Me gustaría hablar de este disco, contar y cantarles a muchos lugares, la idea es hacer una gira con "Mis no lugares" por la república. Acabo de hacer una

gira empezando el año, pero fue una diferente a piano y voz. Ahora me gustaría ir a cantar estas canciones nuevas del disco pero ya full band ya con todo el show completo, eso me emociona muchísimo, cantarlas de una manera diferente de como lo he hecho los últimos años. También estoy sacando este disco que me costó 2 años escribir y grabar, pero yo ya estoy pensando en el disco que sigue, entonces estos meses me voy a dedicar a empezar a escribir lo nuevo, empezar a ver qué es lo que quiero transmitir en el disco. Como sabrás la música ahorita va súper rápido y uno tiene que estar muy presente en los playlist de la gente, entonces yo ya tengo que pensar en el siguiente disco. Esos son mis proyectos en puerta, escribir mi siguiente disco y la gira y promoción de "Mis no lugares".

¿Cómo conectas contigo después de un día de mucho trabajo? Me encanta dormir, llego a mi casa y me gusta acostarme en mi cama con mi perrita, a leer o a dormir, es una manera para mi de descansar y de conectar conmigo, estar en mi casa tranquila.

¿Quién es la persona con quien colaboraste, que jamás pensaste que eso pasaría? Las dos colaboraciones que tengo en este disco son con Leonel García y Pedro Capó. Ninguna creí que pudiera darse así de sencillo, entonces las dos son una bendición y un sueño cumplido.

¿Quién es la persona con quién sueñas trabajar algún día y por qué? Me gustaría colaborar con más mujeres cantautoras, me gustaría muchísimo hacer algo con Natalia, con Carla Morrison, con Vanessa Martin. Me gustaría mucho hacer equipo con las mujeres, creo que siempre es necesario hacer equipo con mujeres y a mi me encanta. Ojalá que se me de pronto, estoy buscando esta oportunidad de tener alguna mujer en mi próximo disco tal vez.

EN CORTO:

Nombre de tu mascota: Mi perrita se llama Salma.

Perfume favorito: Chance de Chanel.

Parte favorita de tu cuerpo: Mis manos.

Amor platónico: El profesor de la casa de papel.

Fashion Icon: Dua lipa.

Lo que más admiras en una mujer es: La valentía y la disciplina.

Comida favorita: Tacos de carne asada.

Comida que odias: Hígado encebollado

Postre favorito: Dulce de bombones navideño.

Lugar en el mundo favorito: La casa de mis papás.

Prenda favorita: Un pans verde viejo que tengo.

Deporte favorito: Me gusta mucho el box y correr.

Canción favorita: La edad del cielo de Jorge Drexler y Mujer que camina de Alejandro Filio.

Época del año favorita: El verano en CDMX (porque llueve).

Lo que más te gusta de tu personalidad: Me gusta que soy buena para perdonar.

Talento oculto: Soy buena para tomar fotos.

Algo que nunca has podido hacer: Subir una montaña.

Otro sueño aparte de ser cantante: Me gustaría viajar por el mundo.

Tatuajes: Tengo dos tatuajes pequeños, una cruz y una frase que dice "no deja de brillar" que es una canción que me cantaba mi abuelita y significa que la luz de Dios no deje de brillar en ti.

Película que puedes repetir muchas veces: Hércules.

Lo más cursi que has hecho por amor: muchas cosas, el típico cuarto adornado y la lona gigante con el "te amo".

Libro favorito: "43 maneras de soltarse el pelo" de Elvira Sastre, "Ensayo sobre la ceguera" de Saramago y "Tokio Blues" de Haruki Murakami.

Próximo viaje: Colombia.

Algo que siempre traigas en tu bolsa: mi labello, mi celular.



STYLE INSPO

STELLA MCCARTNEY



OFF WHITE



CHANEL



VERSACE



VALENTINO GARAVANI



SANDALIAS ON POINT



STYLE INSPO

VERSACE



AGOLDE



ALEXANDER WANG

DION LEE



HERMÈS



BALMAIN



VERSACE

SANDALIAS ON POINT



STYLE INSPO



ALEXANDER
MCQUEEN



ZIMMERMANN



PHILIPP PLEIN



STELLA MCCARTNEY



KATHARINE
HAMNETT LONDON



BOTTEGA
VENETA



CHANEL

SANDALIAS ON POINT

new balance



574

THIS 574 MEETS NEW BALANCE'S GREEN LEAF STANDARD WITH AN UPPER MADE OF 50% OR MORE RECYCLED CONTENT AND LEATHER THAT SUPPORTS MORE RESPONSIBLE MANUFACTURING THROUGH THE LEATHER WORKING GROUP. THE OUTSOLE MATERIAL CONTAINS 5% RECYCLED CONTENT. LEARN MORE ABOUT NEW BALANCE'S GREEN LEAF STANDARD AT [NEWBALANCE.COM/ENV](https://www.newbalance.com/env)

IN TIME

WWW.MUJERINTIME.COM



The Male Gaze

¿Como la mirada masculina ha retratado a las mujeres?

La Male Gaze o mirada masculina, es la forma en que los hombres retratan y miran a las mujeres mientras que está imagen es sexualizada. Este concepto no se trata solamente de cómo las mujeres se utilizan para satisfacer la fantasía de los hombres, también se trata de cómo nos vemos a nosotras mismas y cómo nos hace sentir.

Este término se popularizó con la representación de personajes femeninos en el cine, cuando la mujer solo hacía un papel inactivo y era muy sexualizado, sin embargo la male gaze no se limita al cine sino que se extiende tanto a la figura femenina en la pantalla como a los espectadores. Esta mirada masculina llega a tal punto que se filtra en la autopercepción y nuestra autoestima. La presión por vernos de acuerdo a estos estándares o ajustarnos a esta visión, moldea la forma en que pensamos acerca de nuestros propios cuerpos, capacidades y comparación con otras mujeres.

La mirada masculina desalienta el empoderamiento.

En 1975 Laura Mulvey, teórica feminista del cine, describió "male gaze" en su ensayo "Visual Pleasure and Narrative Cinema", donde explicó la forma en que los medios cosifican a las mujeres, mostrando el cuerpo femenino a través de una lente masculina. Pensemos como las mujeres a lo largo de los tiempos, han sido retratadas en anuncios, redes sociales, en como en muchas películas es retratado el cuerpo de la mujer, pon énfasis en cómo se ven las mujeres ideales en las películas, la ropa que traen puesta, la estatura, el color de cabello, generalmente muestran la misma imagen: la mujer delgada, alta color claro en el cabello, cuerpo perfecto. El cuerpo femenino se muestra para que el hombre lo observe y conquiste.

Además la mirada masculina también le da ciertas características a los hombres, como un dominador, con estereotipi-

pos de que los hombres son mucho más inteligentes que las mujeres.

MALE GAZE Y LA MODA

La ropa es una forma de expresión, creatividad y comunicación, nuestro estilo en los últimos años es mucho más evidente que nunca. Hoy más que nunca las mujeres tenemos acceso a prendas que expresen nuestra individualidad al tener demasiadas ofertas desde fast fashion hasta ropa de segunda mano. Sin embargo la sociedad sigue siendo patriarcal a pesar de todos los avances que se han hecho para la igualdad de género.

La idea o concepto de male gaze ha llegado hasta la moda femenina disfrazado de feminidad, pues convierte a esta en un fin para beneficiarse de la necesidad de sexualizar a la mujer en todo momento. Esto incluye ropa hiper femenina muy sexualizada, en muchas ocasiones muy incómoda y muy poco práctica.

En oposición a la male gaze aparece female gaze que presenta a la mujer como defensora de la cultura, con mujeres que se expresan para sí mismas. Este movimiento prioriza diferentes aspectos de la ropa como la comodidad, la funcionalidad y la sustentabilidad, también abre más espacio para que las mujeres desarrollen su estilo personal, se inclina hacia una ropa más práctica que puede usarse en muchas ocasiones diferentes y se combina fácilmente con otras piezas.

Solo un 14% de las firmas de moda están dirigidas por mujeres.

WIDE

MARQUESA ALMEIDA

HERON PRESTON

BOYISH JEANS

MAISON MARGIELA

N21

VERSACE JEANS COUTURE

MAISON MARGIELA

WWW.MUJERINIME.COM

LEG

SELLO OCHO



WWW.SELLOOCHO.COM



AMI PARIS



Y3



ISABEL MARANT



ADIDAS
YEEZY

WWW.MUJERINTIME.COM

POSITIVELY CONSCIOUS

ZARA



CHLOE



DIESEL



ST AGNI

DIESEL



VEJA



www.homestorage.mx

 442 880 9512

**LA MEJOR
SEGURIDAD
PARA TUS
PERTENENCIAS
ESTÁ EN
#HOMESTORAGE**



Anillo Vial Fray Junipero Serra 20,145
Colonia El Salitre C.P. 76127 Querétaro, Qro.

GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK



LAURA MERCIER

LAURA
MERCIER

TINTED MOISTURIZER
LIGHT REVEALER
Natural Skin Illuminator
Broad Spectrum
SPF 25 Sunscreen



HUDA
BEAUTY



BUXOM

B
U
X
O
M
L
A
S
H

GET THE LOOK

LOOK GET

GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK

GET THE LOOK GET T

RARE BEAUTY

TOO
FACED



LADY BOLD

Too Faced



VELOUR

VELOUR



ANASTASIA
BEVERLY HILLS

ANASTASIA
BEVERLY HILLS



Rare Beauty

WWW.MUJERINTIME.COM

GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK

KEEP
S THE
L BEAT
WITHIN ↩



FILA-MEXICO.COM

GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK



URBAN DECAY



SAIE SLIP

GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET



GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK

THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK

BENEFIT COSMETICS



WWW.MUJERTIME.COM



HOURLASS



DIOR



PATRICK TA

GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK

GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK



VIVE
LA NUEVA
EXPERIENCIA



cyamoda.com

COMPRA EN LÍNEA



GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK



BARE MINERALS

YVES SAINT LAURENT



RMS BEAUTY



LOOK GET THE LOOK GET THE



WWW.MUJERINTIME.COM

OK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE



@malvina.usfan

OK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE



PATH MCGRATH

DIOR SHOW



NARS



DANESSA MYRICKS

GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK



Collection SS22

BIRKENSTOCK

GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK



PATRICK TA



DIOR



KOSAS

ANASTASIA BEVERLY HILLS

NATASHA DENONA



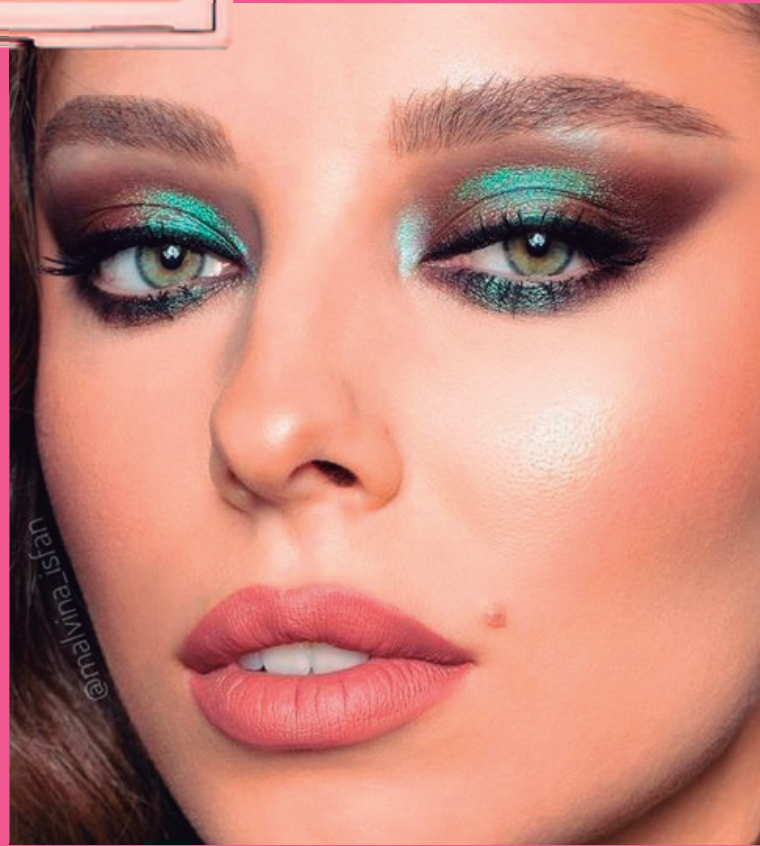
I NEED A ROSE LIP CRAYON

DAPHNE

GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK

THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK

THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK



@mujerintime



MERIT

MERIT

WWW.MUJERINTIME.COM



URBAN DECAY

BENEFIT COSMETICS



Roller Lash

benefit

GET THE LOOK GET THE LOOK GET THE LOOK

¿SABES CUÁNTAS EMPRESAS HAY DETRÁS DE ESTE PASEO?

Pantalones
de mezclilla

+ 35,000 EMPLEOS

+ 800 EMPRESAS

Bicicletas

+ 10,000 EMPLEOS

+ 1,300 EMPRESAS

LAS EMPRESAS GENERAN
8 DE CADA 10 EMPLEOS.

vozelasempresas.org

Fuente: Censo Económico 2019, INEGI

Voz de las Empresas



Consejo de la Comunicación

Veronica Montes

Pláticanos un poco sobre este nuevo proyecto Se llama "Amores que engañan" es un proyecto muy bonito porque enseña cosas de mujeres, cosas que les pasan a las mujeres; y me tocó hacer un personaje increíble, una protagonista muy bonita, de bonitos sentimientos, se llama Andrea. El personaje es una doctora que está creciendo, le falta estudiar para tener su diploma y tiene una pareja, el chavo la ceba mucho y no le parecen muchas cosas. Ella empieza siendo ingenua pero termina abriendo los ojos y dándose cuenta de con quien está. De eso se trata el capítulo, al principio ella empieza pensando que es el hombre de sus sueños, con quien se va a casar, porque él le pide matrimonio y después se da cuenta que no, que se equivocó, que él era una persona totalmente distinta porque tenía problemas de personalidad; no les cuento todo para que lo vean pero de eso se trata el capítulo que estoy protagonizando y en los 10 capítulos que han hecho, se trata de mujeres y este tipo de cosas, que una mujer de ser ingenua abre los ojos y se da cuenta de quién es quién. Cada capítulo se trata de una nueva mujer y de lo que

le pasa, está muy padre lo que hicieron, es la primera producción en español que hace Lifetime y eso me tiene muy contenta porque siempre he sido fan de Lifetime.

Este proyecto que tiene de diferente a otros... Creo que este se encarga de enseñar varios tipos de mujeres, es para mujeres, va enfocado en ellas y eso es increíble. Creo que no he tenido un proyecto que esté enfocado en las mujeres, que hable de ellas, no me ha tocado, no he visto tampoco en la televisión entonces está muy padre.

¿Cómo te sientes interpretando a Andrea? Esta muy padre es una doctora y los términos de doctores son muy complicados. Me costó trabajo, es un personaje muy complejo pero creo que logramos hacer algo muy bonito y logré hacer las escenas y sacar todos los términos de doctora. Es un personaje muy padre con muchos matices y eso es un reto en mi carrera y a seguir creciendo.





Hablando ahora sobre Verónica, ¿Cuál dirías que es la lección más grande que has aprendido como actriz, representando diferentes realidades y diferentes vidas?

Un personaje que me costó trabajo por los términos con los que habla y los diálogos que tenía que aprender, fue este, el de Andrea; porque no me había tocado nunca una doctora, hice casting una vez y me costó trabajo, pensé "cómo le voy a hacer cuando grabemos" si son complicados los términos y los choros grandes que te dan para memorizar, con términos complicados, pero lo logramos. Lo que siempre tengo en la mente es "se puede, se puede lograr, si he llegado hasta aquí puedo hacerlo", entonces creo que eso me ayuda a ponerme positiva, cuando dices que puedes lograrlo, lo logras, cuando piensas que no, te equivocas. Entonces siempre hay que ser positivas, este personaje es uno de los más complejos que he tenido en mi carrera.

¿Por qué actriz y no otra profesión? Yo quería ser FBI, las series de acción y policíacas me fascinan porque quisiera hacerlo en la vida real, pero me da miedo la oscuridad; se van a reír, pero sí me da mucho miedo estar todo a oscuras y pues un FBI necesita estar en sitios muy oscuros, donde esté el crimen, la gente que va a atrapar, cuando va a investigar un caso, y yo no sería el FBI de la computadora, yo sería la del lugar donde va a buscar la acción. Pero creo que con lo de la La oscuridad no podría, aunque tengo una linternita pero no,

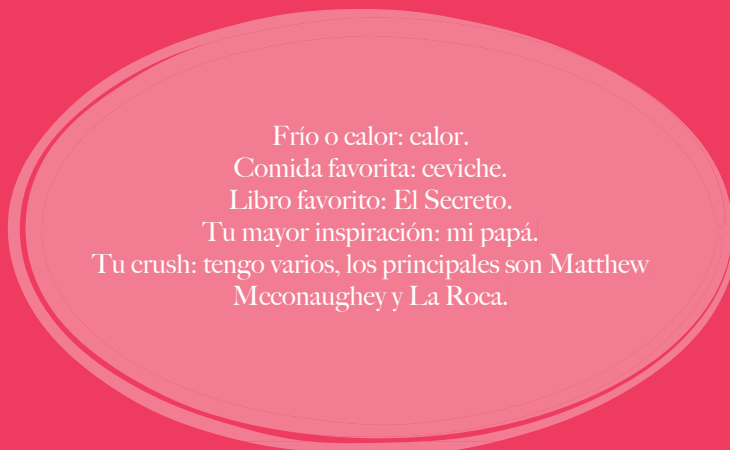
necesito luz; de hecho duermo con televisión todos los días, porque me da miedo estar a oscuras completamente. Y era FBI primero y después actriz, y como no pude ser FBI, dije pues voy a ser actriz, pero sí quiero hacerlo en la pantalla por lo menos.

¿Cómo estás en el tema sentimental? Estoy tranquila, estoy muy enfocada en trabajar. La verdad es que he tenido mucha chamba, estuve grabando una serie de Disney y estuve fuera del DF; alguien que esté conmigo va a tener que aguantar mis tiempos y ahorita no he estado conociendo gente, no he tenido tiempo para eso ni para salir. Cuando tengo un día de descanso quiero estar en mi casa descansando, porque estoy molida y viene mucho trabajo, entonces espero que pronto conocer a alguien, me encantaría para presentárselos.

¿Cómo te describes en 2 palabras? Disciplinada y positiva

Cuéntanos de tus próximos proyectos... Se vienen muchas cosas, estoy muy emocionada porque se viene una serie, una peli, sería mi primera peli en México. Pronto les voy a contar qué es y varias cosas que traigo ahí que después les contaré; pero vienen muchos trabajos este año, estoy muy contenta porque vienen retos actorales, vienen muchos viajes, tanto de trabajo como de vacaciones y pues al full con trabajo.

WWW.MJERINTIME.COM



“Querer es poder”

ACEPTAR COOKIES



EL RASTRO DE TUS VISITAS

"Aceptar cookies" lo vemos cada vez que entramos a una página web, donde nos aseguran que nuestra privacidad es importante para ellos. Las cookies no son más que fragmentos de texto que se almacenan en nuestro ordenador o dispositivos con el fin de recordar nuestro comportamiento en el sitio, gustos y búsquedas.

Ahora, es obligatorio que nosotros, como usuarios, demos un consentimiento voluntario, por lo que cada sitio nos debe informar qué cookies se usan en la página y que harán con nuestros datos.

¿Qué tipo de cookies existen?

Existen varias y cada una tiene una finalidad en concreto.

POR ENTIDAD: existen dentro de estas las PROPIAS que son las que utiliza una página web y que han sido diseñadas por la misma. DE TERCEROS son las de otras empresas que acuerdan con la página web para que también se instalen en el ordenador del usuario cuando se accede a ella.

POR FINALIDAD: las TÉCNICAS conocidas como necesarias, permiten al usuario la navegación por la página sin poder desactivarse. Controlan el tráfico a la web, gestionan pagos, inscripciones, compras. Las de PREFERENCIAS O PERSONALIZACIÓN recuerdan la información para que el usuario acceda a un servicio con determinadas características, para diferenciar su experiencia con la de otros usuarios como el idioma. DE ANÁLISIS en las que el sitio web hace seguimiento del usuario como cuantos clicks, etc. DE PUBLICIDAD almacena la información para mostrar publicidad específica.

POR TIEMPO: de SESIÓN diseñadas para almacenar datos mientras esté en la página, desaparecen al terminar la sesión. PERSISTENTES los datos siguen almacenados desde minutos hasta años.

¿Y SI DESACTIVO LAS COOKIES?

Recuerda que las técnicas no podrás rechazarlas, mientras que el resto podrás hacerlo con el mensaje emergente que aparece al iniciar la sesión en una página, con lo que se eliminan todos los inicios de sesión de los lugares donde se han guardado los datos previamente. El sitio no podrá recopilar información.






Firma

cualquier documento
desde donde estés.

Hazlo **digital**,
hazlo **seguro**,
hazlo **con FAD®**



FAD® es un producto de la  NA-AT Suite

de  NA-AT Technologies



Conoce más en: na-at.com

SAGAS

PARA DEVORAR

UNA Y OTRA Y OTRA Y OTRA Y OTRA VEZ

LA SAGAS MÁS ADICTIVAS DE TODOS LOS TIEMPOS

Hay libros que son como las series, terminan y quieres más. Desde Crepúsculo, Las Sombras de Grey, El Señor de los anillos, libros que pasaron a la pantalla grande y que, las ames o las odies, nos quedamos con ganas de más. Tenemos para ti nuestra selección de sagas más adictivas, de esas que cuentas las hojas que te quedan porque desearías que no acaben nunca.



AFTER

Anna Todd

Anna, la escritora de esta famosa saga, se basó en personajes famosos de los que ella es fan, en este caso One Direction. Antes de convertirse en libro, usó la plataforma Wattpad y se convirtió en una de las novelas más populares entre los adolescentes, y después, gracias a su éxito, llegó a la gran pantalla. Actualmente esta saga cuenta con 5 libros, todos hablando de la historia de Tessa y Hardin, polos opuestos que parece ser imposible separarlos.



HARRY POTTER

JK Rowling

Hermana es que si de sagas buenas hablamos, Harry Potter es una de las mejores. No importa si tienes 6 o 70 años, esta saga se disfruta porque se disfruta. Y aquí sí aplica la de: está mejor el libro que la película, y eso que las películas son maravillosas. 7 libros que nos cuentan la historia en un mundo mágico, lleno de aventuras y peligros, donde Harry Potter, Ron, Hermaione tienen que vivir ciertos desafíos a lo largo de los años, y básicamente, creces con los personajes.



EL CEMENTERIO DE LOS LIBROS OLVIDADOS

Carlos Ruiz Zafón

Seguramente has escuchado a muchas personas decir que "La Sombra del Viento" es su libro favorito, bueno pues algunos no lo saben, pero este libro pertenece a una saga, que si bien, no tiene un orden cronológico experto, son libros hermosos, que pueden pasar del terror, al romanticismo, y sin darte cuenta ¡pum! lágrimas en los ojos. En cada uno de los libros hay personajes diferentes, pero todos tienen el cementerio de los libros olvidados en común.

Este 31 de julio en el Medio Maratón
de la CDMX BBVA y el **28 de agosto**
en el Maratón de la CDMX Telcel

Únete al #TeamEPC

Corremos para promover
la inclusión, fomentar
hábitos de vida saludable
y mejorar la salud física y
mental en la niñez.

¿VAS A CORRER ESTE AÑO?

#CorreConCausa
Y CUMPLE TU META

Consigue tu folio en:



CORRE
CON CAUSA



MEDIO MARATÓN
DE LA CIUDAD
DE MÉXICO
... BBVA ...

EMPRESAS MULTIMILLONARIAS

SERIES QUE NOS MUESTRAN EL LADO DARK DE LOS NEGOCIOS

Muchas veces vemos y admiramos a personas que construyeron un imperio y creemos que todo es de la nada, que todo fluye y que el dinero entra y se multiplica, pero ¿hasta dónde está dispuesto a llegar un CEO para ser el mejor?



WECRASHED

Una serie exquisita, desde el elenco con Anne Hathaway y Jared Leto que en ocasiones nos dio la sensación de ser la misma persona que interpretaban. Esta serie cuenta la historia de WeWork y su vertiginoso ascenso y su brutal caída. Durante 8 episodios conocerás la historia de Adam y Rebekah, y claro, WeWork, la empresa que defraudó millones de dólares envuelta en uno de los mayores escándalos financieros. Pasando de ser una de las startups más innovadoras del mundo, ofreciendo espacios para trabajar, llegando a tener inyecciones de dinero de hasta 4 mil millones de dólares, expandiéndose por todo el mundo. Uno de los mayores engaños financieros de todos los tiempos.



SUPER PUMPED

UBER es una de las empresas más importantes para los consumidores, y para muchos, indispensable en su vida diaria. Serie protagonizada por Joseph Gordon-Levitt muestra el nacimiento de Uber, creada por Travis Kalanick.

Esta serie nos cuenta cómo nació la compañía, su éxito y sus constantes caídas por escándalos y fraudes. Nos muestra cómo aparecen hechos que realizó la compañía, desde cultura laboral tóxica, abusos, corrupción, discriminación y cualquier cosa que rime con malo. Esta gran serie nos muestra la parte oscura de una gran startup que se ha convertido en parte esencial de millones de personas en el mundo.



LA RESISTENCIA VIVE

THE COLLECTION



NETFLIX
**LA CASA
DE PAPEL**
MONEY HEIST

IN TIME

YOU CANNOT
LIVE YOUR LIFE
TO PLEASE OTHERS
THE CHOICE
MUST BE YOURS



*Anne
Hathaway*

WWW.MJERINTIME.COM

SIGUE USANDO EL CUBREBOCA EN ESPACIOS CERRADOS

Y EN ESPACIOS ABIERTOS QUE NO
PERMITAN TENER SANA DISTANCIA



HEMA
AMSTERDAM



¡feliz día papá!



En HEMA encuentra
lo mejor para festejarlo



Encuétranos en:



@hemamx

www.hemamx.com

